



Online lesen: [rundblick-koeln-ost.de/e-paper](http://rundblick-koeln-ost.de/e-paper)

TERMINE &  
NEWS FÜR:

# rundblick

## KÖLN-OST

BRÜCK • MERHEIM  
NEUBRÜCK • RATH/HEUMAR

15. Jahrgang

Samstag, den 13. Dezember 2025

Nummer 25 / Woche 50

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

## Am 13. Dezember feiert man das Luciafest



Das Luciafest stammt aus einer Verbindung mittelalterlicher Heiligenverehrung und vorchristlicher Lichterbräuche. Die heilige Lucia galt als Lichtbringerin in der dunkelsten Zeit des Jahres, weshalb ihr Name - „die Leuchtende“ - ideal zu den al-

ten nordischen Traditionen passte, in denen man durch Lichter böse Geister fernhalten wollte. So verschmolzen im Laufe der Jahrhunderte christliche und volkstümliche Rituale zu einem Fest, das Hoffnung, Wärme und Orientierung in der Winterdun-

kelheit symbolisierte. Heute wird das Luciafest besonders in Schweden und anderen nordischen Ländern gefeiert. Mädchen in weißen Gewändern tragen Kerzenkronen, begleitet von Gesang und Prozessionen, die Licht und Gemein-

schaft in Schulen, Kirchen und Familien bringen. Das Fest hat seine religiöse Bedeutung teilweise behalten, wirkt jedoch vor allem als kulturelles Ritual, das Zusammenhalt, Fürsorge und das Weitergeben von Licht in einer dunklen Jahreszeit betont.



## BADSANIERUNG KOMPLETT AUS EINER HAND!

**Wir sind für Sie da...**

...mit allen Gewerken: Sanitär, Heizung, Klima/Lüftung, Elektro, Maler und Fliesenleger  
...und koordinieren Schreiner, Glaser und Steinmetz

- bewährte Zusammenarbeit
- verlässliche Qualität
- koordinierte Absprache



**sanitherm**  
Peter Schumacher GmbH

Bergerstraße 22 Tel. 022 03 - 935 24 85  
51143 Köln [www.sanitherm.de](http://www.sanitherm.de)

Claudiastraße 7 Tel. 022 03 - 18 05 84  
51149 Köln [www.fliesen-klaas.de](http://www.fliesen-klaas.de)

**FLIESEN KLAAS**  
GmbH

## Stadt plant Anpassungen bei Hundesteuer

**Stadtbezirk Porz** - Die Stadt Köln möchte zum kommenden Jahr die Hundesteuer anheben. Die Steuer sei seit 22 Jahren unverändert, so die Stadt und beträgt derzeit pro Hund 156 Euro jährlich. Ab dem 1. Januar 2026 soll sie um 1,50 Euro pro Monat auf dann 174 Euro jährlich steigen. Menschen mit geringem Einkommen sollen weiterhin den ermäßigten Steuersatz in Höhe von 60 Euro jährlich zahlen.

In Köln sind aktuell rund 44.000 Hunde gemeldet. Mit der Anpassung soll zum einen die Steuerbefreiung von bestimmten Hunden kompensiert werden. Zum anderen erwartet die Stadt Köln Mehr-

erträge von rund 770.000 Euro jährlich. Ausgebildete Rettungshunde und zertifizierte Blindenführhunde sollen weiterhin von der Steuer befreit bleiben. Zusätzlich soll nun auch für andere zertifizierte Assistenzhunde, wie Servicehunde für Personen mit Behinderungen im Bereich der Mobilität und Signalhunde, die Personen mit chronischen Erkrankungen wie etwa Diabetes oder Epilepsie auf Gefahren hinweisen, keine Steuer mehr erhoben werden.

Um die Attraktivität von Hunden aus Tierheimen zu steigern, sollen Hunde aus diesen Einrichtungen künftig zwei statt bislang ein Jahr



steuerbefreit sein. Tierheim-Hunde, die acht Jahre oder älter sind, sollen dauerhaft von der Hundesteuer befreit werden.

Die Verwaltung legt den politi-

schen Gremien eine entsprechende Beschlussvorlage vor. Der Stadtrat entscheidet über das Vorhaben in seiner Sitzung Mitte Dezember. (red.)

## Das hat Köln noch nicht gesehen - die erste Hundewaschstraße hat geöffnet



(Brück) Sichtlich stolz ist Thomas Mundorf, Inhaber der Aral Tankstelle an der Olpener Straße in

Brück. Direkt am Eröffnungstag ist die erste Hundewaschstraße im rechtsrheinischen Köln sehr gutbesucht und neben vielen neugierigen „Frauchen“ und „Herrchen“ sieht man aufgeregte Hunde, wovon die meisten die warme Wohltat der Hundewaschanlage genießen. So manch ein Hund ist zuerst skeptisch, doch nach fachmännischer Einweisung durch den Hundeliebhaber verstehen die Besitzer, wie leicht die Pflege abläuft. Keine aufwändige Prozedur zuhause mit schmutzigem Badezimmer und einer Vielzahl an Handtüchern - hier kommt man entspannt mit den Vierbeinern an und kann innerhalb weniger Minuten seine

Hunde pflegen. Shampoo, Flohschampoo, Weichspüler, warmes Wasser und ein Fön sorgen für ein „Rund-um-sorglos-Paket“ zu einem erstaunlich günstigen Preis, vor allem wenn man bedenkt, welcher Aufwand zuhause entsteht. Thomas Mundorf ist seit 26 Jahren an der Aral-Tankstelle tätig und immer wieder passt er sich den Bedürfnissen seiner Kunden an - mit der Hundewaschstraße ist ihm ein Meilenstein gelungen. Weitere Informationen erhalten Sie unter Telefon 0221 / 840873 oder am besten direkt vor Ort zu folgenden Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 7 bis 22 Uhr und Samstag und Sonntag von 8 bis 22 Uhr. (rm)



### ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM

Rufen Sie mich an und vereinbaren Sie einen Termin mit mir.



Wir rücken Ihre Produkte und Dienstleistungen, die gesamte Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens, individuell nach Ihren Wünschen, ins richtige Licht.

**ZEITUNG**  
Lokaler geht's nicht.

**DRUCK**  
Satz.Druck.Image.

**WEB**  
24/7 online.

**FILM**  
Perfekter Drehmoment.

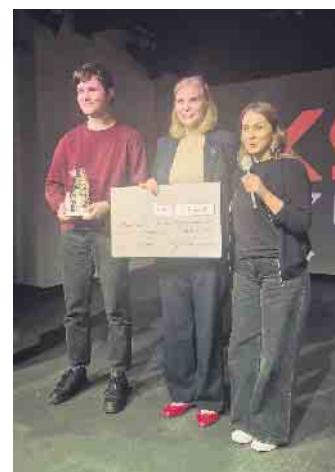
Online lesen: rundblick-koeln-ost.de/e-paper  
**rundblick**  
TERMIN &  
NEWS FÜR:  
**KÖLN-OST**  
BRÜCK · MERHEIM  
NEURÜCK · RATH/HEUMAR  
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten



**MEDIENBERATER**  
Rule Mews

**FON** 02241 260-418  
**FAX** 02241 260-139  
**MOBIL** 0157 71462376  
r.mews@rautenberg.media

## Jugendfilmpreis „Köln kurz 2025“ prämiert mutige Geschichten



Fotos: Doris Richter, Rembold Stiftung

Junge Nachwuchstalente wurden beim Jugendfilmpreis „Köln kurz 2025“ im Freien Werkstatt Theater Köln ausgezeichnet. Beim diesjährigen Wettbewerb drehte sich alles um das Thema „Wandel“ - ein großes, vielschichtiges Motto, das die jungen Filmemacher und Filmemacherinnen auf ganz unterschiedliche Weise interpretierten: gesellschaftlich, humorvoll, persönlich, poetisch. Erstmals wurden die Preise in zwei Alterskategorien vergeben, unter 18 und ab 18 Jahren. In beiden Kategorien gab es jeweils einen ersten und zweiten Preis. Zusätzlich wurde ein Publikumspreis verliehen. Das Besondere an dem Wettbewerb: Die Gewinner geben zwei Drittel ihres Preisgeldes weiter an eine gemeinnützige Organisation ihrer Wahl in Köln. Die Rösrather Rembold Stiftung hat den Wettbewerb erneut mit Preisgeldern in Höhe von 4.000 Euro unterstützt. Tanja Siebert vom Vorstand der Stiftung überreichte die Urkunden an die Jugendlichen und dank-

te ihnen für ihr kreatives, ehrenamtliches Engagement. Schon vor der Preisverleihung machte der diesjährige Publikumspreis von sich reden. Der Kurzfilm „Muhammed: schwul, zwangsverheiratet - und endlich frei“ gestaltet von Nils, Marko und Muhammed, erreichte rund 4000 Likes auf Facebook und mehr als 35.000 Aufrufe bei YouTube. Ein beeindruckendes und mutmachendes Porträt eines jungen Albaners, der seinen eigenen Weg geht. Der Preis ist mit 1.500 Euro dotiert, 1.000 Euro spendet das Trio an die Einrichtung „anyway“ für queere Jugendarbeit in Köln. In der Kategorie der unter 18-jährigen hat der Film „Pangäa - zusammen losmachen“ überzeugt. Gestaltet wurde er von einem sechsköpfigen Schülerteam der Offenen Schule Köln (OSK), die im Schwerpunkt die Inklusion von Kindern fördert. Ehrlich und frei gesprochen liefern die jungen Darsteller ihre Beiträge zum „Losmachen“ und neue Wege gehen. 1.000 Euro ihres

1.500 Euro-Gewinns stiftet sie ihrer Schule. Den zweiten Platz sicherte sich die Film-AG der Kaiserin-Theophanu-Schule mit ihrem Beitrag „Blömche“.

Mit Humor und Komik präsentierten Jasper, Frieda, Maarten, Kaya und Sarah von der Gesamtschule Köln-Holweide den desolaten Zustand ihres 50 Jahre alten Schulgebäudes und wurden mit dem ersten Platz in der Kategorie ab 18 belohnt. Der Beitrag „Entscheidend sind die Menschen“ sorgte für viel Gelächter im Saal und betonte die Botschaft, dass am Ende der Zusammenhalt der Schulgemeinschaft entscheidend ist. Das Preisgeld geht an den Förderverein der Schule. Den zweiten Platz holten sich Tim-Luca, Philipp und Robert mit ihrem Beitrag „Memory“, der sich mit dem Thema Demenz auseinandersetzt.

Moderiert wurde die Preisverleihung von Charleen Florijn von der jungen Stadt Köln. Der Verein hat den Vorstandsvorsitzenden der Bürgerstiftung, Martin Müller, bei der Durchführung des Wettbewerbs unterstützt. Bürgermeisterin Brigitte von Bülow, die den Kölner Oberbürgermeister Torsten Burmester vertrat, hob in ihrem Grußwort die Bedeutung der Beteiligung junger Menschen hervor. Wandel, so betonte sie, sei eine Erfahrung, die alle Generationen verbinde - und gerade deshalb brauche Köln die Stimmen und Sichtweisen der Jugend. Der Jugendfilmpreis Köln Kurz wird alle zwei Jahre ausgeschrieben und soll 2027 erneut verliehen werden. Die Rembold Stiftung will den Wettbewerb auch zukünftig unterstützen. Weitere Infos unter [www.remboldstiftung.de](http://www.remboldstiftung.de), neue Projektanträge sind willkommen.



*Service hat einen Namen*

# Schmitz

GMBH

*in Porz*

- NW und GW
- HU/AU täglich
- Finanzierung und Leasing
- Reparatur aller Marken
- Unfallinstandsetzung
- Autoglas-Instandsetzung
- KFZ-Versicherung

Kaiserstraße 127 • 51145 Köln • Telefon 0 22 03 – 36 97 80  
[www.auto-schmitz-porz.de](http://www.auto-schmitz-porz.de)

Seit 1986 für Sie vor Ort!

Ihr CITROËN-, DS-Automobiles- und MAZDA-Partner.  
 Exklusiv im rechtsrheinischen Köln!




**Veranstaltungen im Bezirksrathaus Porz 2025/2026**



**Michael Altinger**  
Kabarett „Die letzte Tasse Testosteron“  
Sa., 6. Dezember 2025, 20 Uhr



**Die Weihnachtsgeschichte erzählt vom Engel und Esel**  
Kindertheater ab 3 Jahren  
Di., 9. Dezember 2025, 10:30 und 16:30 Uhr



**Kai Wiesinger**  
Lesung aus seinem ersten Romans „Zurück zu ihr“  
Di., 9. Dezember 2025, 20 Uhr



**Drei Männer und ein Baby**  
mit Heiko von Stetten, Mathias Herrmann und Boris Valentin Jacoby  
Sa., 13. Dezember 2025, 20 Uhr



**Es ist nur eine Phase, Hase**  
Komödie mit Katja Stadt, Götz Otto Thorsten Nindel u. a.  
Sa., 7. März 2026, 20 Uhr



**Benny Stark**  
„Schon lustig wenns witzig ist“  
Sa., 21. März 2026, 20 Uhr

**köln ticket** Hotline 0221 2801 &  
west ticket bonn ticket  
T: 0221 221-97333

**Stadt Köln**

## Mit zwei Konzerten endet das 100-jährige Jubiläumsjahr der HfMT Köln

Auf dem Programm steht Musik von Jean-Philippe Rameau über Gustav Mahler bis Duke Ellington

Das Jahr 2025 stand an der Hochschule für Musik und Tanz Köln ganz im Zeichen eines besonderen Meilensteins: 100 Jahre HfMT Köln. Ein Jahrhundert musikalischer Ausbildung, künstlerischer Forschung, tänzerischer Innovations- und gelebter kultureller Vielfalt spiegelte sich in einem außergewöhnlichen Jubiläumsprogramm wider. Zahlreiche Konzerte, Projekte und interdisziplinäre Formate ließen die historische Entwicklung der Hochschule ebenso lebendig werden wie ihre heutige kreative Strahlkraft. Studierende, Lehrende, Alumni und Gäste aus aller Welt haben dieses Festjahr geprägt und gemeinsam gezeigt, was die HfMT Köln seit 1925 ausmacht: künstlerische

Exzellenz, Offenheit und ein kontinuierlicher Blick in die Zukunft. Mit zwei besonderen Konzerten im Dezember findet dieses Jubiläumsjahr nun seinen feierlichen Abschluss. Sie bilden den musikalischen Ausklang eines Jahres, das nicht nur Rückschau auf 100 bewegte Jahre hielt, sondern auch Impulse für die kommenden Jahrzehnte gesetzt hat.

Wir laden Sie herzlich ein, gemeinsam mit uns diese finalen Höhepunkte des Festjahres zu erleben:

- **15. Dezember:** Im Eurogress Aachen erleben Sie die emotionale Wucht und existenzielle Tiefe von Gustav Mahlers 9. Sinfonie, gespielt von einem Orchester, das sich aus

Studierenden der HfMT Köln Standort Aachen und den Konservatorien aus Maastricht und Liège zusammensetzt.

- Ebenfalls am Abend des **15. Dezember** setzt unsere Bigband unter der Leitung von Niels Klein mit Musik von Duke Ellington und Billy Strayhorn einen glanzvollen jazzigen Schlusspunkt unter das Jubiläumsjahr.

Gemeinsam beschließen wir ein Jahr voller Musik, Begegnungen und Erinnerungen - und blicken zugleich erwartungsvoll auf das nächste Jahrhundert der HfMT Köln.

Beide Konzerte beginnen um 19:30 Uhr. Karten zum Preis von 6 Euro gibt es bei KölnTicket und an der Abendkasse.

## Ausstellung vom Kölner-Maler-Kreis

Der Kölner-Maler-Kreis feiert mit einer Ausstellung in der Galerie im Bezirksrathaus Porz das 40. Jahr seines Bestehens. Die Schau unter dem Titel „Sehnsucht“ bringt Arbeiten von 21 Aktiven und

ist bis zum 17. Januar zu sehen. Der Kölner-Maler-Kreis wurde von Künstler\*innen gegründet, die eine Ausstellungsmöglichkeit für ihre Werke suchten. Im ehemaligen „Torfhaus“ im Rheinpark in

Deutz wurden sie fündig. Hier werden im sogenannten „Malerwinkel“ seitdem in jedem Jahr von April bis Oktober Ausstellungen von jeweils zwei Künstler\*innen durchgeführt. (red.)

## Einladung zum 49. Neujahrslauf



**Eil** - Das Lang- und Walkingteam des LSV Porz lädt am Neujahrstag zum traditionellen Neujahrslauf ein. Der Startschuss fällt durch Helmut Urbach um 11 Uhr. Gelaufen wird vom Gut Leidenhausen aus und ohne Zeitnahme. Je nach Lust und Kondition können fünf oder zehn Kilometer gelaufen oder gewalkt werden. Der LSV Porz sammelt beim Lauf Spende für das Haus des Waldes und die Greifvogelstation auf Gut Leidenhausen. Nach dem Neujahrslauf findet ein gemütliches Beisammensein mit Brezeln, Tee und Kaffee im Haus des Waldes statt. Interessierte können mitlaufen. (red.)

## Auf dem Parkplatz gilt nicht automatisch „rechts vor links“



Der Einkauf, ein kurzer Stopp beim Baumarkt oder Supermarkt - was gilt auf Parkplätzen eigentlich im Hinblick auf die Vorfahrt? Viele verlassen sich auf die Regel „rechts vor links“, wie sie aus dem Straßenverkehr bekannt ist. Tatsächlich gilt diese Regel auf Parkplätzen nur sehr eingeschränkt.

### „Straßencharakter“ fehlt - daher keine generelle Vorfahrtsregel

Die Vorfahrtsregel „rechts vor links“ ist in der Straßenverkehrsordnung (StVO) in § 8 Abs. 1 Satz 1 verankert und gilt an jeder Kreuzung oder Einmündung von Straßen ohne besondere Verkehrszeichen. Der Bundesgerichtshof (BGH) hat jedoch entschieden, dass auf öffentlichen Parkplätzen grundsätzlich keine „Straßen“ im Sinne der StVO vorliegen, weil dort keine Fahrbahnen mit fließendem Verkehr bestehen, sondern weit überwiegend Rangier- und Parkplatzbewegungen.

Folglich gilt „rechts vor links“ dort nicht automatisch.

### Stattdessen gelten Rücksicht und Kommunikation

Weil keine allgemeine Vorfahrtsregel greift, heißt das: Autofahrer müssen besondere Vorsicht walten lassen und mit unklaren Situ-

ationen rechnen. Oft gilt die Regeln der gegenseitigen Rücksichtnahme (§ 1 StVO): Wer fährt - wer rangiert? Wer steht - wer fährt los? Ein Blickkontakt oder eine Handbewegung kann helfen.

Betreiber oder Grundstückseigentümer können durch Beschilderung oder Bodenmarkierungen eigene Vorfahrtsregeln festlegen. In solchen Fällen gilt dann die jeweilige Regelung. Wenn Sie auf einem größeren Parkplatz, zum Beispiel eines Supermarkts oder eines Parkhauses, unterwegs sind, gehen Sie davon aus: Es ist keine klas-

sische Straße mit Regel-Kreuzung. Fahren Sie langsam, achten Sie auf Fußgänger, Fahrzeu-

ge beim Rangieren sowie auf verdeckte Sicht-Situationen, wie zum Beispiel zwischen geparkten Fahrzeugen.

Seien Sie bereit, anderen Autos Vorrang zu gewähren - auch wenn formal keine Vorfahrtsregel gilt. Prüfen Sie, ob Hinweisschilder oder Bodenmarkierungen auf dem Parkplatz vorhanden sind, die eine bestimmte Vorfahrtsregel oder Fahrtrichtung vorgeben.

Auch wenn viele Autofahrer reflexhaft davon ausgehen, dass „rechts vor links“ überall gilt - auf einem Parkplatz ist diese Vorfahrtsregel nicht automatisch anwendbar. Wer vorausschauend fährt und Rücksicht nimmt, kann das Risiko von Missverständnissen oder Unfällen deutlich reduzieren. Ein kurzer Blick und etwas Rücksicht reichen oft, um sicher durch den Parkplatzalltag zu kommen.



### Seit mehr als 60 Jahren der Makler für Porzer Immobilien

Für zahlreiche vorgemerkte Kunden suchen wir ständig Einfamilienhäuser, Eigentumswohnungen!

**Tel.: (0 22 03) 911 300**  
[www.quick-immobilien.de](http://www.quick-immobilien.de)

- ⇒ Langjährige Erfahrung!
- ⇒ Kostenlose Wert-Expertise!
- ⇒ Professionelle Betreuung!
- ⇒ Auch nach dem Notartermin!

**quick** *TM*  
**immobilien**



Im Zentrum von Porz: Goethestraße / Ecke Bahnhofsstraße

# REGIONALES

## Grippeschutzimpfung zum Schutz vor schwerwiegenden Komplikationen

Für Menschen, die an Herz-Kreislauf-Erkrankungen - insbesondere mit KHK und Herzschwäche - leiden, kann bereits ein grippaler Infekt schwerwiegende Folgen haben. Eine echte Grippe mit Influenza-Viren noch viel mehr. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt daher die Grippeimpfung auch ausdrücklich für Patienten mit chronischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Die Deutsche Herzstiftung schließt sich den Empfehlungen der STIKO an und rät dringend zu einer Grippeschutzimpfung, um Komplikationen vorzubeugen.

So haben Herzpatienten ein erhöhtes Risiko, dass es bei ihnen infolge einer Grippe (Influenza) zu bakteriellen Folgeinfektionen wie einer Lungenentzündung kommt. Studien geben außerdem zunehmend Hinweise darauf, dass die Influenza ein Risikofaktor für Herzinfarkte beziehungsweise Schlaganfälle ist. Denn die Grippe als virale Infektion kann zu Entzündungen in Blutgefäßen führen. Bester Zeitraum für die Impfung ist von Oktober bis November, da dann meist auch die Grippesaison beginnt. Aber auch im Dezember und Januar kann man sich



noch impfen lassen, etwa wenn die Influenzawelle erst dann so richtig um sich greift.

### Wichtig zu wissen:

Die Grippeimpfung bietet keinen hundertprozentigen Schutz vor einer Ansteckung, denn Grippeviren verändern sich jährlich. Deshalb muss die Impfung auch immer wieder aufgefrischt werden. Der

Grippeimpfstoff wird außerdem regelmäßig angepasst an die kursierenden Erreger.

Die STIKO empfiehlt für die Impfsaison 2025/2026 einen trivalenten Impfstoff (basierend auf 3 Erreger-Linien) und für Personen ab 60 eine Grippeimpfung ausschließlich mit Hochdosis- oder adjuvantiertem Impfstoff.

Um gravierenden Folgen einer Atemwegsinfektion vorzubeugen, bietet es sich zudem an, die Grippe-Impfung mit einer Impfung gegen Covid-19 zu verbinden.

Beide Impfungen können zeitgleich erfolgen. Denn auch eine Covid-Infektion erhöht das Risiko für Herzkrankte. Deutsche Herzstiftung e.V.

### Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

**REGIO** pünktlich • zielgerichtet • lokal

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



## RHEIN-SIEG-AKADEMIE-KUNSTKOLLEG gGmbH

private staatl. genehmigte Ersatzschulen  
statt Schulgeld, sozialverträgliche Fördervereinsbeiträge

Kreative Gesamtschule, 5. - 10. Kl. u.  
Berufl. Gymnasium f. Gestaltung 11. - 13. Kl.

staatl. Abschlüsse: **Hauptschulreife, Mittlere Reife  
Fachabitur (schul. Teil), Abitur**

Lernstand+Abi: NRW-Spitze

Akademie-Vollzeitstudium Medien u. Design  
plus alternativ: Mode-, Foto-Film-, Illustrations-,  
Produkt-, 3D-Animations-Design

**ab Mittlere Reife  
(auch ohne Q-Vermerk)**

staatl. Abschlüsse:  
A.) GTA: Gestaltungstechn. Assistent/in (incl. Fachhochschulreife)  
B.) staatl. gepr. Designer/in, Bachelor Professional, RSAK-Diplom



Kolleg: Wehrstr. 143-145, Tel.: 02242-2141  
[www.kunstkolleg-hennepf.de](http://www.kunstkolleg-hennepf.de)

Akademie: Wehrstr. 12, Tel.: 02242-9698860  
[www.rsk.de](http://www.rsk.de)

## Risiko für Herzinfarkt und plötzlichen Herztod senken

### Ärzte raten zu diesen acht Maßnahmen

Jeder, aber besonders, wer bereits eine Koronare Herzkrankheit (KHK) hat, sollte unbedingt mit vorbeugenden Maßnahmen eine Entstehung der KHK vermeiden oder ihr Fortschreiten bremsen.

#### Die Herzstiftung erklärt die wichtigsten

Durchblutungsstörungen des Herzens durch die Koronare Herzkrankheit (KHK) sind nicht nur die Grunderkrankung des Herzinfarkts, sondern auch die Hauptursache von Herzinsuffizienz und plötzlichem Herztod. Untersuchungen von plötzlich Verstorbenen ergaben, dass bei 75 bis 80 Prozent eine KHK bestand. Aber auch bei obduzierten unter 35-Jährigen, die einem plötzlichen Herztod erlagen, wurde in einer US-Untersuchung bei 23 Prozent eine KHK festgestellt. In Deutschland ist bei 4,7 Millionen Menschen eine KHK bekannt. Tückisch an der KHK ist: Vom Patienten jahrelang unbemerkt, können sich durch Plaques aus Kalzium („Kalk“), Entzündungszellen, Bindegewebe und Cholesterin an den Wänden von Herzkrankgefäßen (Koronararterien) Veränderungen entwickeln, die sich erst bemerkbar machen, wenn die Arterienverengung eine kritische Schwelle von 70 bis 80 Prozent erreicht hat und es zur Minderversorgung des Herzmuskel mit Sauerstoff und Nährstoffen kommt. Das führt dann unter körperlicher Anstrengung zu Schmerzen, Druck- oder Engegefühl in der Brust (Angina pectoris) oder Luftnot. Der „klassische“ Herzinfarkt entsteht durch einen kompletten oder teilweisen Verschluss der Koronararterie durch ein Blutgerinnel aufgrund einer Plaqueruptur (Aufbrechen der Plaque). „Die große Mehrzahl aller Herzinfarkte entsteht durch eine Plaqueruptur an vorher mindergradigen Verengungen“, berichtet der Kardiologe und Reha-Spezialist Prof. Dr. Bernhard Schwaab, Vorstandsmitglied der Deutschen Herzstiftung. „Dies kann auch der Grund dafür sein, dass bei manchen Patienten mit KHK oder nach einem Herzinfarkt

der plötzliche Herztod das erste Zeichen einer Herzerkrankung ist, bei der vorab keine Symptome bemerkt wurden“, betont der Herzstiftungs-Vorstand und Chefärzt der Curschmann Klinik am Timmendorfer Strand. anlässlich der bundesweiten Herzwochen unter dem Motto „Gesunde Gefäße - gesundes Herz. Den Herzinfarkt vermeiden“ (Infos unter <https://herzstiftung.de/herzwochen>). Umso wichtiger ist, so Schwaab, das Entstehen und Wachsen von Plaques frühzeitig zu verhindern oder zumindest zu verringern, indem man die Risikofaktoren der KHK ausschaltet oder vermindert. Die Deutsche Herzstiftung informiert im Rahmen der Herzwochen umfangreich über die wichtigsten Risikofaktoren für KHK und Herzinfarkt und deren Behandlungsmöglichkeiten und zeigt die entscheidenden Schritte auf, wie man einer KHK beziehungsweise ihrem Fortschreiten bis hin zum Herzinfarkt wirkungsvoll vorbeugt. Auch wer sich bereits wegen einer KHK oder anderen Herz- oder Kreislauferkrankung, wie Bluthochdruck oder Diabetes, in Behandlung befindet, sollte unbedingt auch alle weiteren Risikofakto-

ren im Blick behalten, ihnen mit Lebensstilmaßnahmen vorbeugen und gegebenenfalls zusätzlich medikamentös behandeln.

#### Regelmäßigen

#### Gesundheits-Check-up machen

„Eine wichtige Basismaßnahme für alle Menschen, um ihre individuellen Herz-Kreislauf-Risikofaktoren frühzeitig zu erfassen, ist der regelmäßigen Gesundheits-Check-up bei der Hausärztin oder dem Hausarzt. Dieser kann ab 18 Jahren einmalig und ab 35 Jahren dann alle drei Jahre erfolgen“, unterstreicht der Präventions- und Reha-Experte Prof. Schwaab. Bezahl wird der Check-up von der gesetzlichen Krankenkasse und durchgeführt von Allgemeinmedizinern, praktischen Ärzten und Internisten. Das EKG in Ruhe und unter Belastung sowie die Ultraschalluntersuchung des Herzens ergänzen das Untersuchungsspektrum. Darüber hinaus erlaubt es etwa Ultraschalluntersuchungen der Halsschlagadern oder der Becken- und Beinengefäße, frühzeitig Gefäßverkalkungen zu erkennen, die für die Betroffenen noch ohne Symptome sind. Kardiologen wie der Herzstiftungs-Vorstand Pro-

fessor Schwaab empfehlen allen voran die folgenden Maßnahmen:

#### 1. Blutdruck messen, Bluthochdruck behandeln

Ein hoher Blutdruck ist der häufigste beeinflussbare Risikofaktor für Herzkrankheiten wie KHK, Herzschwäche oder Vorhofflimmern. Bluthochdruck verursacht am Anfang typischerweise keine Beschwerden. Deshalb sollte der Blutdruck regelmäßig gemessen und ein Bluthochdruck effektiv eingestellt werden. Mehr Infos unter: <https://herzstiftung.de/bluthochdruck>

#### 2. LDL-Cholesterin bestimmen und erhöhte Werte behandeln

Ein erhöhter Wert für das LDL-Cholesterin ist ein sehr wichtiger Risikofaktor für die Atherosklerose („Arterienverkalkung“) mit ihren schweren Folgen wie Herzinfarkt und Schlaganfall. Welchen LDL-Zielwert der Einzelne aufgrund seines Alters und seiner Krankengeschichte erreichen sollte, lässt sich mit speziellen Risikotabellen bestimmen.

LDL-Cholesterinsenkende Medikamente können das Plaquewachstum hemmen. Auch der Wert

**JETZT BESTELLEN!**  
IM ONLINESHOP

- Gänse • Rind, Kalb, Schwein
- Puten • Spezialitäten
- Wild • Präsente

**FÜR IHR FEST  
DAS BESTE VOM  
BAUERN GUT**

[www.bauerngut-schiefelbusch.de](http://www.bauerngut-schiefelbusch.de)



Bauerngut Schiefelbusch

Tel.: 02205 / 83554

Do + Fr 08.30 - 18.30 Uhr

Sa 08.30 - 17.00 Uhr

So + Feiertag 12.30 - 17.30 Uhr

An Weihnachten:

Mo 22.12. & Di 23.12.25,

08.30 - 18.30 Uhr,

Heiligabend 24.12.25,

09.00 - 12.00 Uhr

Bauerngut Schiefelbusch

im Sültal

Tel.: 02205 / 9196375

Di - Fr 09.00 - 18.30 Uhr

Sa 09.00 - 16.00 Uhr

An Weihnachten

Mo 22.12.25, 09.00 - 18.00 Uhr

Mo 29.12.25, 09.00 - 18.00 Uhr

# REGIONALES

des überwiegend genetisch bedingten Blutzfettes Lipoprotein(a), kurz Lp(a), sollte jeder einmal im Leben messen lassen. Infos unter <https://herzstiftung.de/cholesterin>

## 3. Blutzucker messen, Diabetes behandeln

Der sogenannte HbA1c-Wert bildet den durchschnittlichen Blutzuckerspiegel der letzten acht bis zwölf Wochen ab (Langzeitblutzuckerwert). Er dient zur Diagnose der Zuckerkrankheit Diabetes mellitus oder ihrer Vorstufe (Prädiabetes). Mit einem erhöhten HbA1c-Wert steigt auch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Unter anderem beschleunigt ein chronisch hoher Blutzucker die Verkalkung und Schädigung von Gefäßen (Arteriosklerose) und führt zu einer Verschlechterung der Pumpleistung des Herzens sowie zu einer verstärkten Blutgerinnung in den geschädigten Gefäßen. Eine medikamentöse Therapie des Diabetes mellitus ist zur Vermeidung von Komplikationen wie Herzinfarkt und Schlaganfall unverzichtbar. Infos unter <https://herzstiftung.de/diabetes>

## 4. Rauchen beenden

Rauchen ist einer der Hauptsrisikofaktoren für alle Herz- und Gefäßkrankheiten. Dies gilt ganz sicher auch für das Passivrauchen. Auch der Ersatz von Zigaretten durch sogenannte Verdampfersysteme (E-Zigaretten) oder Tabakerhitzer kann nicht als unbedenklich eingestuft werden. Den Nikotinkonsum zu beenden, ist die wirksamste einzelne Maßnahme auf dem Weg zu einem gesunden Lebensstil. Ein gerin-

ger Gewichtsanstieg in den ersten Monaten, das haben Studien gezeigt, schmälert nicht den Gewinn für die Gesundheit, der durch den Nikotin-Stopp erreicht wurde. Die Sucht nach der konventionellen Zigarette darf nicht durch die Abhängigkeit von der E-Zigarette ersetzt werden. Beim Aufhören mit dem Rauchen können Anti-Rauch-Programme wie auch vom Arzt verschriebene Medikamente helfen. Infos: <https://herzstiftung.de/rauchen-aufhören>

## 5. Übergewicht vermeiden, Körperfett kontrollieren

Übergewicht und Adipositas (Fettheiligkeit) sind unabhängige Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Das gilt besonders für das (viszerale) Fettgewebe in der Bauchhöhle rund um die inneren Organe und das auf der Oberfläche des Herzens liegende (epikardiale) Fettgewebe, die entzündliche Prozesse auslösen und damit die Entstehung von Diabetes, Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen begünstigen. Ein regelmäßiges Bestimmen des Tailleumfangs im Verhältnis zur Körpergröße oder des Body-Mass-Index (BMI) hilft, das individuelle Risiko frühzeitig zu erkennen und entsprechende Maßnahmen zu ergreifen. Infos: <https://herzstiftung.de/fettverteilung-bmi>

## 6. In Bewegung bleiben und Sport treiben

Körperliche Ausdaueraktivität senkt Blutzfette, Blutzucker und Blutdruck, reduziert das Risiko für Arteriosklerose, stärkt die Herz-Kraft, unterstützt bei der Gewichtsabnahme und hilft beim

Stressabbau. Optimal sind mindestens fünf Mal die Woche 30 bis 60 Minuten Ausdaueraktivität (flottes Gehen, Laufen, Radfahren, Schwimmen etc.) und eine insgesamt aktive Lebensweise, die sitzende Tätigkeiten durch Bewegungseinheiten ausgleicht (z. B. Spazierengehen in der Mittagspause, Wandern, mit dem Rad zur Arbeit/Einkauf). Auch kürzere Einheiten können helfen: z. B. zügiges Spazierengehen für 10-15 Minuten. Generell gilt: Jedes Mehr an Aktivität wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus. Am besten den Alltag so bewegt wie möglich gestalten. Ergänzend zum Ausdauertraining ist ein moderates Krafttraining wichtig: beispielsweise Kraftübungen mit niedriger Belastung und hoher Wiederholungsrate (z.B. 30 Prozent der Maximalkraft bei 20 Wiederholungen - Pressatmung unbedingt vermeiden).

Ebenso ein Mobilitäts- und Beweglichkeitstraining (z. B. Gleichgewichts- und Dehnübungen). Neuere Studien zeigen auch, dass sich ein isometrisches Krafttraining (z. B. 4x2 Minuten Wandsitzen) günstig auf den Blutdruck auswirkt.

## 7. Gesund ernähren

Eine gesunde Ernährung lohnt sich: unter anderem verringert sie Entzündungsvorgänge im Körper, verbessert die Funktion der zarten Gefäßinnenhaut (Endothelfunktion), optimiert die Wirkung des eigenen Insulins, senkt den Blutdruck und hilft das Übergewicht am Bauch zu vermeiden. Herzspezialisten propagieren die traditionelle Mittelmeerküche mit vielem Gemüse und Obst, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten (z. B. Bohnen, Erbsen, Linsen), Oliven- und Rapsöl, weniger Fleisch, eher Fisch (Lachs, Hering, Makrele); wenn Fleisch, eher weißes, Milchprodukte (idealerweise fermentiert wie z.B. Quark, Joghurt, Käse) sowie Kräutern und Gewürzen statt viel Salz.

Allein der Ersatz von herkömmlichem Natrium-Salz (Kochsalz, Speisesalz) durch 25-30 Prozent Kalium-Salz senkt den Blutdruck und hilft dadurch Herzinfarkte und Schlaganfälle zu vermeiden: beispielsweise mit Kalium angereichertes Salz aus 75 Prozent Natriumchlorid und 25 Prozent Kaliumchlorid. Oder man setzt Lebensmittel wie Obst und Ge-

müse auf den Speiseplan, die von Natur aus wenig Natrium, dafür aber viel Kalium enthalten. Ausnahme: Bei fortgeschrittener Nierenkrankung, Einnahme eines Kaliumpräparates oder eines kaliumsparenden Diuretikums sollte auf den Salzersatz verzichtet werden. Infos: <https://herzstiftung.de/salzkonsum>. Auf Alkohol sollte möglichst verzichtet oder der Konsum sollte auf 10 bis höchstens 20 Gramm pro Tag begrenzt werden (= rund 0,1 bis 0,2 Liter Wein oder 0,2 bis 0,4 Liter Bier). Auch zu viel Zucker schadet Herz und Gefäßen. Alkoholfreie Tage helfen dem Herzen und den Gefäßen. Zu viel Zucker in Lebensmitteln und Getränken erhöht das Risiko für Übergewicht, Bluthochdruck und Diabetes.

Deshalb die Devise: Zucker in Getränken und in Lebensmitteln vermeiden. <https://herzstiftung.de/herzgesund-leben>

## 8. Ausreichend schlafen

Ausreichender und entspannender Schlaf ist für eine gesunde Lebensführung ebenfalls sehr wichtig. Schlaf und Herzgesundheit hängen eng zusammen. Wer sich nach ausreichend Schlaf morgens trotzdem müde und gerädert fühlt, sollte prüfen lassen, ob eine Atemstörung im Schlaf besteht.

### Experten-Tipp von Professor Schwaab:

„Beginnen Sie langsam!“ Ein Fehler vieler Menschen, die für einen gesunden Lebensstil aktiv werden möchten: Sie nehmen sich zu viel vor. Professor Schwaab rät, langsam zu beginnen: „Überlegen Sie, was Sie zuerst angehen möchten und versuchen Sie nicht, alles auf einmal zu ändern. Wenn Sie beispielsweise rauchen und übergewichtig sind und Sie das Rauchen aufgeben wollen, hören Sie zuerst mit dem Rauchen auf und machen Sie nicht zugleich noch eine Diät. Wenn Sie zu viel sitzen, beginnen Sie langsam, sich mehr zu bewegen, und versuchen Sie nicht, gleich einen Halbmarathon zu laufen.“ Schon einzelne Maßnahmen können viel bewirken. Bereits ein Rauchstopp und regelmäßige Bewegung können das Risiko einer KHK um 50 Prozent senken. (wi) Deutsche Herzstiftung e.V.

## MARKISEN & MARKISENTÜCHER

75 JAHRE RHEINISCHE MARKISENMANUFAKTUR

**FRANZ AACHEN**

MARKISEN + MARKISENTÜCHER + WINTERGARTENBESCHATTUNGEN + GLASDÄCHER + TEXTILE KONFEKTION

Infos & Termin unter: **0228 - 46 69 89**

Röhfeldstr. 27 - 53227 Bonn-Beuel - [info@franz-aachen.com](mailto:info@franz-aachen.com)

# Ankauf Reinhardt

Antiquitäten & Haushaltswaren

## Kein Weg ist uns zu weit!

Kostenlose Haustermine im Umkreis von 100 km.

[www.auktionshaus-reinhardt.de](http://www.auktionshaus-reinhardt.de)



### Wir kaufen an:

- Barock, Jugendstil und Art Deco Möbel
- Meissen Porzellan
- Musikinstrumente  
(z.B. Geige, Gitarre, Akkordeon)
- Ölgemälde
- Münzen und Münzsammlungen
- Armbanduhren & Taschenuhren
- Porzellanfiguren (gerne Meissen)
- Militaria vom 1. + 2. Weltkrieg
- Modeschmuck vor 1990
- Nähmaschinen  
(bitte nur Singer, Phoenix und Pfaff)
- Silberbesteck 80er, 90er, 100er Auflage
- Kaiserzeit Krüge
- Briefmarken vor 1945
- Zinn (Teller, Krüge, Gläser u.s.w.)
- Alte Post- & Ansichtskarten  
(z.B. Feldpost)
- Antikes Spielzeug
- Kronleuchter  
(Kristall, Messing und Zinn)



Inhaber: A. Reinhardt

Termine nach Vereinbarung

**02246 - 957 42 50**

**oder 0179 90 38 124**

**Hauptstraße 127 • 53797 Lohmar**

# REGIONALES

## Letzte Chance auf Geld vom Staat



Freiwillig eine Steuererklärung abgeben? Viele verzichten darauf und schenken dem Staat so bares Geld. Dabei zeigt eine aktuelle Auswer-

tung des Statistischen Bundesamts, dass sich die Mühe fast immer auszahlt. 86 Prozent aller Steuererklärungen führten im Jahr 2021 zu ei-

ner Erstattung.

Im Durchschnitt überwies das Finanzamt 1.172 Euro zurück. „Das ist im Grunde das 13. Gehalt vom Finanzamt - man muss es sich nur abholen“, sagt Tobias Gerauer, Steuerberater und Vorstand der Lohnsteuerhilfe Bayern (Lohi). Der großzügig bemessene Zeitraum ermöglicht eine freiwillige Steuererklärung bis zu vier Jahre rückwirkend. Für das Steuerjahr 2021 endet die Frist am 31. Dezember 2025.

### Mehr Chance anstatt lästiger Pflicht

Bei der Lohnsteuer wird unterjährig ein Teil des Einkommens als Vorauszahlung an das Finanzamt abgeführt. Dabei werden pauschale Annahmen getroffen, ohne die individuellen Lebensumstände des Steuerpflichtigen zu berücksichtigen. Eine Steuererklärung lohnt sich daher in den meisten Fällen, insbesondere für Beschäftigte mit zusätzlichen beruflichen Ausgaben. Aufwendungen für den Beruf, die

den Arbeitnehmerpauschbetrag von 1.000 Euro für das Jahr 2021 übersteigen, schlagen sofort zu Buche. Bereits bei einer einfachen Entfernung von 15 Kilometern zwischen Wohnung und Arbeitsplatz wird dies erreicht. Wer weiter pendelt, hat deutlich höhere Werbungskosten. Wurde wegen Corona zu Hause im Homeoffice gearbeitet, können rückwirkend bis zu 600 Euro Homeoffice-Pauschale angesetzt werden. Auch Weiterbildungskosten und gekaufte Arbeitsmittel sind Posten, von denen das Finanzamt ohne Steuererklärung nichts erfährt.

### Typische Fälle für Rückerstattungen

Ausgaben im privaten Umfeld reduzieren ebenfalls das steuerpflichtige Einkommen. Für Wohnräume können beispielsweise Handwerkerleistungen und haushaltsnahe Dienstleistungen geltend gemacht werden. Wer seine Mietnebenkostenabrechnung genau inspiziert, entdeckt darin einige absetzbare Posten. Eltern profitieren zudem von Kinderbetreuungskosten und pflegende Angehörige vom Pflegepauschbetrag. Viele denken nicht daran, dass Krankheitskosten, ein Behinderungsgrad und Altersvorsorgebeiträge die Steuerbelastung senken können. Gleicher gilt für Unterhaltszahlungen, die Kirchensteuer oder größere Spenden. Gerade in der zweiten Jahreshälfte 2021 wurde wegen der Ahrtal-Katastrophe übermäßig viel gespendet. Um die Steuererklärung für 2021 nachzuholen und sich sein Geld zurückzuholen, bleibt noch ein bisschen Zeit übrig, nämlich bis Jahresende. Erst danach verbleibt es endgültig beim Staat. Lohnsteuerhilfe Bayern e. V.

# Familien ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG  
MEDIA

Online Familien-Anzeigen:  
für alles was wirklich zählt!  
[shop.rautenberg.media](http://shop.rautenberg.media)



## Wird Essen gehen in 2026 billiger?

Mehrwertsteuersenkung für die Gastronomie



Restaurants, Betriebskantinen und Bäckereien können sich ab 2026 auf eine steuerliche Entlastung einstellen. Das Steueränderungsgesetz 2025 sieht unter anderem eine dauerhafte Senkung der Umsatzsteuer auf Speisen vor. Damit kehrt eine Regelung zurück, die viele Verbraucher und Gastronomen noch aus der Corona-Zeit kennen. Der Steuersatz für Restaurant- und Verpflegungsdienstleistungen wird ab dem 1. Januar 2026 wieder von 19 auf 7 Prozent reduziert. Für Getränke bleibt dagegen weiterhin der reguläre Steuersatz von 19 Prozent bestehen. Damit das Gesetz in Kraft tritt, muss der Bundesrat noch zustimmen.

### Entlastung für gastronomische Betriebe

Gastronomen, die in den vergangenen Jahren unter den gestiegenen Energie- und Lebensmittelkosten sowie dem Fachkräftemangel gelitten haben, können aufatmen. Die Maßnahme dürfte helfen, die wirtschaftliche Situation und die Preise in der Branche zu stabilisieren. Laut Branchenverbänden mussten in den vergangenen Jahren Tausende Gastronomiebetriebe schließen. Während andere aufgrund der dünnen Margen nur durch Preiserhöhungen überleben konnten. Eine niedrigere Umsatzsteuer verschafft hier etwas Spielraum und könnte auch Arbeitsplätze sichern.

Von der Neuregelung profitieren nicht nur klassische Restaurants. Auch Bäckereien und Metzgereien mit Imbissbetrieb, der Lebensmitteleinzelhandel mit warmen Speisen, Caterer, Mensabetreiber sowie

Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung - von Kitas über Schulen bis hin zu Krankenhäusern - werden steuerlich besser gestellt. Für sie entfällt künftig die komplizierte Abgrenzung, welche Speisen bisher dem vollen und welche dem ermäßigten Umsatzsteuersatz unterliegen. Ab 2026 gelten einheitlich 7 Prozent auf Speisen, unabhängig davon, wo und wie der Verzehr erfolgt.

### Keine Garantie für sinkende Preise

„Ob sich diese Entlastung auch im Geldbeutel der Verbraucher bemerkbar machen wird, bleibt allerdings offen“, erklärt die Lohnsteuerhilfe Bayern. Wenn die Unternehmen den niedrigeren Steuersatz teilweise oder vollständig an ihre Kunden weitergeben, könnten die Preise für Speisen sinken und die Nachfrage wieder zunehmen. Denn durch die anhaltende Inflation essen viele Gäste seltener auswärts. In Zeiten hoher Betriebskosten ist es jedoch fraglich, ob viele Gastronomen die Entlastung an die Kunden weitergeben. Die Erfahrung aus den Krisenjahren zeigt, dass viele Betriebe zunächst ihre Margen sichern oder Investitionen tätigen. Auf Dauer könnten die Preisdynamik aber gedämpft werden und weitere Preissprünge bei Restaurantbesuchen und Verpflegungsangeboten ausbleiben.

### Signal für fairen Wettbewerb

Mit der Umsatzsteueränderung zieht der Gesetzgeber einen Schlussstrich unter eine langjährige Ungleichbehandlung zwischen gastronomischen Dienstleistungen und dem Lebens-

mittelverkauf. Während die Mitnahme eines belegten Brötchens schon immer mit 7 Prozent versteuert wurde, galt für denselben Snack am Tisch der volle Satz von 19 Prozent. Durch die Gleichstellung mit den Mitnahme-Speisen werden Wettbewerbsverzerrungen beseitigt und bürokratische Hürden abgebaut.

Die dauerhafte Senkung der Umsatzsteuer auf Speisen ist somit mehr als nur eine steuerliche Anpassung: Sie ist ein Signal an eine

große und vielfältige Branche, die leidet. Ob Verbraucher tatsächlich niedrigere Preise spüren werden, hängt letztlich von den Betrieben ab. Die Vereinheitlichung des Steuersatzes stärkt aber sicherlich die Wettbewerbsfähigkeit der Gastrobetriebe. Diese bilden nicht nur einen Wirtschaftssektor, sondern vom Wirtshaus über den Biergarten bis hin zum Kaffeehaus auch einen Teil landestypischer Identität, die es zu bewahren gilt. Lohnsteuerhilfe Bayern e. V.

**SIE HABEN  
EINEN PLATZ  
FREI?**

**UND SUCHEN MITARBEITER:INNEN?**

\*incl. MwSt., Preis variiert nach Auflage der Zeitung.

**WIR HABEN DIE LÖSUNG!**

Mit einer Stellenanzeige in unseren **lokalen Städte- und Gemeindezeitungen** sprechen Sie gezielt die **Bewerber:innen in Ihrer direkten Umgebung an**. **Lokale Mitarbeiter:innen** bieten viele Vorteile wie Flexibilität und ein lokales Netzwerk, was sich positiv auf die Teamintegration sowie die Effizienz, Kultur und den **Erfolg des Unternehmens** auswirken kann.

**BUCHEN SIE JETZT  
ONLINE IHRE  
STELLENANZEIGE  
UNTER:**

**shop.rautenberg.media**

**RAUTENBERG MEDIA**

**WIR SUCHEN DICH**für unsere Zeitung  
**Rundblick Köln-Ost** als**Reporter** (m/w/d)zum **nächstmöglichen Termin**  
auf **Honorarbasis** als **freien Mitarbeiter****DU HAST**

- Freude am Verfassen von Werbetexten und redaktionellen Berichten
- Interesse an lokalen Veranstaltungen, Kultur, Sport & Brauchtum
- Kenntnisse im Umgang mit Internet und PC
- eine Digitalkamera
- Ortskenntnisse

**DU BIST**

- aufgeschlossen, aktiv und zuverlässig
- sicher im Umgang mit der deutschen Sprache
- motorisiert

**Wir freuen uns darauf DICH kennen zu lernen!**Bewerbungen bitte per E-Mail an:  
Denis Janzen | [karriere@rautenberg.media](mailto:karriere@rautenberg.media)  
Stichwort: Reporter Rundblick Köln-Ost (m/w/d)**zdi.NRW und KAoA -  
Gemeinsam für den  
Fachkräftenachwuchs in NRW**Landesweite Veranstaltung bringt  
Akteur:innen aus NRW zusammen

Das Ministerium für Kultur und Wissenschaft (MKW) sowie das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales (MAGS) hatten Vertreter:innen der zdi-Netzwerke und KAoA-Koordinierungsstellen eingeladen, um sich der Frage zu widmen, wie der Weg für junge Menschen in NRW in Ausbildung, Studium und Beruf noch wirkungsvoller gestaltet werden kann. Rund 115 Teilnehmende folgten der Einladung in die BayArena und tauschten sich über Synergien und Kooperationsmöglichkeiten aus.

**Aufruf zum gemeinsamen  
Gestalten**

Zu Beginn der Veranstaltung zeigte das Gespräch von Staatssekretärin Gonca Türkeli-Dehnert (MKW) und Staatssekretär Matthias Heidmeier (MAGS) deutlich, dass die Fachkräfteförderung eine zentrale Herausforderung unserer

Zeit ist und sowohl zdi.NRW als auch KAoA einen wichtigen Beitrag dazu leisten. Beide haben die Relevanz der landesweiten Programme für eine hochwertige Berufs- und Studienorientierung sowie gelungene Übergänge von der Schule in den Beruf hervorgehoben: „Junge Menschen sind unsere Fachkräfte von morgen und sollen die bestmögliche Berufs- und Studienorientierung bekommen. Hierfür bündeln zdi.NRW und KAoA ihre Kräfte. Wir als Land unterstützen diese Initiativen und ihre Kooperation gern, weil sie persönliche Interessen und Fähigkeiten passgenau fördern und zu mehr Chancengerechtigkeit beitragen. So stärken wir individuelle Berufswägen, verbessern Übergänge und sichern gleichzeitig den Fachkräftenachwuchs, den Nordrhein-Westfalen für die Zukunft braucht“, sagte Staatssekretärin Gonca Türkeli-Dehnert. Staatssekretär Matthias Heidmeier betonte: „Kein Abschluss ohne Abschluss (KAoA) bildet gemeinsam mit den außerschulischen Angeboten von zdi.NRW bereits heute eine durchgängige Bildungskette - von der Grundschule bis zum Schulabschluss.“

Eine noch engere Verzahnung dieser Strukturen ist richtungsweisend, um unsere jungen Menschen bestmöglich auf die Herausforderungen der Zukunft vorzubereiten. Erfolgreich ist dies jedoch nur, wenn engagierte Menschen wie Sie - mit Rückenwind aus der Politik - aktiv daran mitwirken.

Entscheidend ist, dass alles von dem Menschen her gedacht und auf ihn und seine Bedarfe ausgerichtet ist. Die erzielten Ergebnisse können auf Landesebene Maßstäbe setzen und die im Koalitionsvertrag vereinbarten Ziele von zdi.NRW und KAoA entschei-

**Wir suchen SPRINGER/\*/INNEN  
als Zeitungszusteller/\*/in****jeden Alters für ALLE ORTSTEILE****Sie verteilen HIER, in Ihrem Wohngebiet**

nur wenige Stunden im Monat | freitags oder samstags | Prospekte sind in die Zeitungen bereits maschinell eingelegt | einzige Voraussetzung: Sie sind mindestens 13 Jahre alt

**Wir freuen uns auf Sie, bewerben Sie sich jetzt**► [regio-pressevertrieb.de/bewerbung](http://regio-pressevertrieb.de/bewerbung)

► oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:

REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH · z. Hd. Frau Biesemann · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
FON 02241 260-382 · E-MAIL [mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)Gerne per  
WhatsApp

+49 2241260380

oder mit diesem  
QR-Code  
bewerben!

# KARRIERE

dend voranbringen. Unseren Rückenwind haben Sie."

## Gute Praxis: Gelebte Kooperationen in den Regionen

Einblicke in bereits bestehende Kooperationen boten Gute Praxis-Beispiele aus zwei Regionen in NRW. Sie zeigten, wie vielfältig die Zusammenarbeit von zdi-Netzwerken und den KAoA-Koordinierungsstellen bereits heute gestaltet wird.

Gabriele Paar, Abteilungsleitung Regionales Bildungs-, Kultur- und Sportbüro Rhein-Sieg-Kreis, und Bettina Wallor, Netzwerkkoordinatorin des zdi-Netzwerks :MINT im Rhein-Sieg-Kreis, berichteten über die strukturelle Verankerung von zdi.NRW und KAoA im Rhein-Sieg-Kreis. Ihr Ansatz: Beide Initiativen in einem Team zusammenzuführen. Wallor und Paar zeigten Vorteile auf, sprachen aber auch Herausforderungen an. Markus Real, zdi-Netzwerkkoordinator des zdi-Netzwerks MINT.REgio, stellte die Zusammenarbeit von zdi.NRW und KAoA im Technikzentrum Waltrop vor: Handwerksbetriebe, Schulen und das zdi-Netzwerk bringen interessierte Schüler:innen mit Ausbilder:innen zusammen und bieten Workshops an, in denen die jungen Menschen Handwerksberufe ausprobieren können - eingebettet in das landesweite System zur Berufsorientierung von KAoA.

**Austausch auf Augenhöhe: Sessions bieten Raum für Beteiligung**  
In zwei Session-Runden brachten die Teilnehmenden ihre Erfahrungen ein und entwickelten gemeinsam neue Ideen. Themen waren die Verbindung schulischen und außerschulischen Lernens, die Einbindung von Unternehmen und Eltern in die Berufsorientierung, die Bedeutung von Kompetenzentwicklung in der Nachwuchsförderung, das Erreichen von Easy-to-ignore-Gruppen, das Thema Jugendbeteiligung sowie die Bedeutung regionaler Kooperationen von zdi.NRW und KAoA.

„Es war sehr spannend und hilfreich mitzubekommen, wie KAoA „ticks‘, welche Programmbestandteile es gibt und wie die Arbeitsstrukturen aussehen, um zukünf-

tig noch besser zusammenarbeiten zu können“, fasste es Dr. Thorsten Balgar, Netzwerkkoordinator des zdi-Netzwerks Gelsenkirchen, bei der Abschlussrunde auf der Bühne zusammen. Perspektiven entwickeln: Zusammenarbeit stärken Die Veranstaltung war ein starkes Signal für das gemeinsame Ziel: Jungen Menschen in NRW wirkungsvolle und verzahnte Angebote zur Berufs- und Studienorientierung zu eröffnen. Bestehende Kooperationen sollen ausgebaut, neue angestoßen werden.

## WIR SUCHEN...

„Lokaler geht's nicht“ ist unser Slogan, dem wir seit über 60 Jahren treu bleiben. Zum nächstmöglichen Termin suchen wir für das **Gebiet Köln-Ost** einen

### nebenberuflichen Zustellerbetreuer (m/w/d) für unsere Zusteller dieser Zeitung.

Die Tätigkeit eignet sich z.B. sehr gut für ehemalige Postbedienstete, neben Organisationsgeschick, Durchsetzungsvermögen sind Ortskenntnisse gefragt. Sie erfordert eine positive Ausstrahlung, Kontaktfreudigkeit und Eigeninitiative. Voraussetzung ist ein eigenes Fahrzeug.

Bitte bewerben Sie sich per E-Mail (ausschließlich .pdf) oder Telefon unter:

**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH**

Stichwort: Betreuer · Fon 02241 260-383 · Mail [mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)  
· WhatsApp +49 2241260380 

**REGIO** • pünktlich • zielgerichtet • lokal  
PRESSE VERTRIEB GmbH

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



## Wir suchen AUSTRÄGER/\*/INNEN

jeden Alters für den RUNDBLICK KÖLN-OST in

- Brück       Merheim  
 Rath-Heumar

Gerne per WhatsApp



+49 2241260380



oder mit diesem QR-Code bewerben!



### Sie verteilen HIER, in Ihrem Wohngebiet

nur wenige Stunden im Monat | freitags oder samstags | Prospekte sind in die Zeitungen bereits maschinell eingelegt | einzige Voraussetzung: Sie sind mindestens 13 Jahre alt

### Wir freuen uns auf Sie, bewerben Sie sich jetzt

► [regio-pressevertrieb.de/bewerbung](http://regio-pressevertrieb.de/bewerbung)

► oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH** · z. Hd. Frau Biesemann · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
FON 02241 260-382 · E-MAIL [mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)

## AUSTRÄGER/\*/INNEN für den RUNDBLICK KÖLN-OST in

- Brück       Rath-Heumar       Merheim

An  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH**  
Frau Biesemann  
Kasinostraße 28-30  
53840 Troisdorf

.....  
Name, Vorname

.....  
Straße, Hausnummer

.....  
PLZ, Ort

.....  
Telefon (für evtl. Rückfragen) / Geburtsdatum

.....  
E-Mail

**REGIO** • pünktlich • zielgerichtet • lokal  
PRESSE VERTRIEB GmbH  
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



Die nächste Ausgabe erscheint am:  
**Samstag, 20. Dezember 2025**  
Annahmeschluss ist am:  
**17.12.2025 um 10 Uhr**

RAUTENBERG MEDIA Zeitungspapier –  
PEFC & FSC:  
Made of paper awarded the EU Ecolabel  
LIC no. NOR/011/002, supplied by Norske Skog

## IMPRESSUM

RUNDBLICK KÖLN-OST

### HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG  
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)  
UST-ID: DE214364185  
Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten  
Tel. 02241 260-0  
willkommen@rautenberg.media

Verantwortlich für den redaktionellen Teil,  
gemäß § 18 Abs. 2 MSTV:  
Nathalie Lang und Corinna Hanf  
Verantwortlich für den Anzeigenteil:  
Dunja Rebinski

### ERSCHEINUNG 14-täglich

Die inhaltliche Verantwortung für die Beiträge in den oben genannten Rubriken liegt bei den jeweils benannten Personen bzw. Institutionen. Die Redaktion nimmt keine inhaltliche Prüfung dieser Beiträge vor.

### Verteilung & rechtliche Hinweise

Kostenlose Haushaltsverteilung in Köln-Ost. Keine Zustellung, Einzelheft: 5,00 € zzgl. Porto (Bestellung über die Herausgeberin). Geschützte Warenzeichen sind meist nicht gesondert gekennzeichnet; fehlende Hinweise begründen kein Nutzungsrecht. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die Meinung der Redaktion wieder.

### Pressematerial & eingesandte Inhalte

Eingesandtes Material wird nicht zurückgesandt. Ein Antrag auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Einreichenden haften für Inhalte, Rechteklärung und vollständige Quellenangaben. Mit der Einreichung wird Rautenberg Media ein einfaches Nutzungsrrecht zur Veröffentlichung in Print- und Onlinemedien eingeräumt – auch für Bildmaterial. Die Einreichenden garantieren die Rechteinhaberschaft und stellen Rautenberg Media von Ansprüchen Dritter frei. Bei verschenktem Weglassen von Namens- oder Quellenangaben verzichten sie auf daraus entstehende Ansprüche. Fremdbeiträge erscheinen auf Verantwortung der jeweiligen Einreichenden. Die Redaktion wählt aus und bearbeitet, übernimmt aber keine Haftung für Inhalte.

### KONTAKT

#### MEDIENBERATER

Rule Mews  
Fon 02241 260-418  
r.mews@rautenberg.media

#### VERTEILUNG

Regio Presse Vertrieb GmbH  
mail@regio-pressevertrieb.de  
regio-pressevertrieb.de

**VERKAUF** Fon 02241 260-112  
verkauf@rautenberg.media

**REDAKTION** Fon 02241 260-250/-212  
redaktion@rautenberg.media

### RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media  
facebook.de/rautenbergmedia  
instagram.de/rautenberg\_media  
youtube.com/@rautenbergmedia



**ZEITUNG**  
rundblick-koeln-ost.de/e-paper

**SHOP**  
rautenberg.media/anzeigen

#### LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen.

Wir freuen uns auf Sie: [rautenberg.media](http://rautenberg.media)

#### WEITERE ZEITUNGEN VON UNS

Rund 50 Städte- und Gemeindezeitungen des Schwesterverlages **HBV** im Hauptstadtbüro in Berlin stehen ebenfalls mit dem Slogan „Lokaler geht's nicht!“ für Informationen der Bürgerschaft, für örtliche Werbetreibende und interessierte Leser in Brandenburg und Berlin. [heimatblatt.de](http://heimatblatt.de)



- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN **ONLINE BESTELLEN**

**www.rautenberg.media/kleinanzeigen**

## Angebote

### Rund ums Haus

#### Gebäudereinigung

##### !!!Pflege nutzen!!!

Fensterreinigung oder Umzüge über Pflegerversicherung! 0176 8732 6014 - BlitzBlank Freitag

### Gesuche

### Kaufgesuch

#### Frau Stefan kauft:

Pelze, Lederjacken, Schreib-, Nähmaschinen, Abendgarderobe, Porzellan, Zinn, Krüge, Trachten, Taschen, Uhren, Münzen, Schmuck, Zahngold, Silberbesteck, Bilder, Ölgemälde, Bernstein, Hirschgewehe, seriöse Kaufabwicklung. Tel.: 0177/4278838, Mo-So, 9-20 Uhr.



### AUTO & ZWEIRAD

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen**  
Tel.: 03944-36160 [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de)  
"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"

## Familien

RAUTENBERG MEDIA

### ANZEIGENSHOP

GEBURT12.1  
43 x 90 mm  
ab **52,00\***



Für alles was wirklich zählt!  
[shop.rautenberg.media](http://shop.rautenberg.media)



Wenn es kalt ist,  
schrumpft der  
**Eifelturm** um  
15 Zentimeter.

Porsche 911 von privat für privat gesucht -  
bitte alles anbieten! **Tel. 0178 / 1513151**



**rautenberg.media/kleinanzeigen**

Ihre private\*  
**KLEINANZEIGE**  
bis 100 Zeichen  
in dieser Zeitung

**ab 6,99€**

\*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

■ ■ ■ ■ ■ RAUTENBERG MEDIA



Online lesen: [rundblick-koeln-ost.de/e-paper](http://rundblick-koeln-ost.de/e-paper)  
**rundblick**  
TERMINI &  
NEWS FÜR:  
**KÖLN-OST** BRÜCK · MERHEIM  
NEUBRÜCK · RATH/HEUMAR  
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

## HALLO PRESSESPRECHER/INNEN PRESSEBEAUFTRAGTE

der **VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN** und  
anderer Organisationen

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt  
für das CMS-System von Rautenberg Media,  
um für diese Zeitung Artikel einzustellen:

<https://redaktion.rautenberg.media>



**Wir freuen uns auf Sie!**

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

# NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!


**110 POLIZEI**  
**112 FEUERWEHR**


## A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Notdienstbezirk: Brück, Gremberg, Heumar, Höhenberg, Humboldt, Kalk, Merheim, Neu-Brück, Ostheim, Rath, Vingst

**Samstag, 13. Dezember****Liebfrauen-Apotheke**

Kieskauer Weg 159, 51109 Köln, 0221/895834

**Sonntag, 14. Dezember****Apotheke im Heidecenter**

Guntherstraße 82, 51147 Köln, 02203/61482

**Montag, 15. Dezember****Merheimer Apotheke**

Ostmerheimer Straße 198, 51109 Köln, 0221/42291960

**Dienstag, 16. Dezember****Zollturm-Apotheke**

Schmittgasse 37, 51143 Köln, 02203/84880

**Mittwoch, 17. Dezember****Markt-Apotheke**

Bahnhofstraße 11, 51143 Köln, 02203/955950

**Donnerstag, 18. Dezember****Marien-Apotheke**

Schmittgasse 59, 51143 Köln, 02203/82730

**Freitag, 19. Dezember****Elefanten-Apotheke**

Hauptstraße 309, 51143 Köln, 02203/1022480

**Samstag, 20. Dezember****Europa-Apotheke**

An St. Adelheid 12, 51109 Köln, 0221/9894970

**Sonntag, 21. Dezember****Apotheke 1 plus**

Frankfurter Straße 589, 51145 Köln, 02203/935430

(ab 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag) Angaben ohne Gewähr

## Schiedspersonen für Porz und Köln-Ost

**Poll, Ensen, Gremberghoven und Westhoven**

Volker Neumann, 0160 2625477

**Wahn, Lind, Wahnheide, Grenkel, Libur, Langel und Zündorf**

Peter Alsbach, 0152 37794767

**Köln Brück, Neubrück, Rath-Heumar, Porz Eil und Urbach**

Helmut Freund, 0221/732215

**Köln-Merheim, Porz Mitte und Elsdorf**

Otto Schütz, 0221/17045062

## ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Telefon-Seelsorge **0800 111 01 11** (ev.)  
**0800 111 02 22** (kath.)
- Nummer gegen Kummer **116 111**
- Kinder- und Jugendtelefon **0800 111 03 33**
- Anonyme Geburt **0800 404 00 20**
- Eltern-Telefon **0800 111 05 50**
- Initiative vermisste Kinder **116 000**
- Opfer-Notruf **116 006**



## ÖRTLICHE NOTDIENSTE

**Polizeistation Porz**

0221/229-5633

**Kinderärztliche Notfallpraxis am Krankenhaus Porz am Rhein**

02203/9801191

**Notruffax für Gehörlose**

0221/229-2290

**Bundeswehr Standortarzt**

02203/908-3584

**Strom, Gas, Wasser**

0180/2222600

**Zahnärzte****Bereitschaftsdienst**

01805/986700

**Frauen gegen Gewalt e.V.**

0221/562035

**Opfer-Notruf****Weißer Ring e.V.**

bundesweit 116006

rechtsrheinischen Stadtteile

0151/55164823

**Krankentransport****Feuerwehr Köln**

0221/745454

**BESTATTUNGEN JOSEF SCHMITZ**

Für den Fall der Fälle  
Vorsorge · Beratung · Bestattung · Begleitung

HAUSANSCHRIFT  
Waldecker Straße 23  
51065 Köln/Buchforst

FILIALE  
Rösrather Straße 629  
51107 Köln/Rath

MAIL & WEB  
info@j-schmitz-bestattungen.de  
www.j-schmitz-bestattungen.de

**24 - S T U N D E N - N O T D I E N S T**

**DIE BADAUSSTELLUNG**

RÖSRATHER STR. 671  
TERMIN NACH  
VEREINBARUNG

RÖSRATHER STR. 649  
51107 KÖLN (RATH)  
TELEFON 0221-86 13 87 + 86 13 88  
TELEFAX 0221-86 70 62  
eMAIL: info@saalmann-gmbh.de  
www.saalmann-gmbh.de

**Peter Schumacher GmbH**

**Heizungsstörung**  
**Rohrbruch · Kanalverstopfung**

**24-Stundennotdienst**  
**(0 22 03) 9 35 24 10**

Fuggerstraße 20 · 51149 Köln (Porz)  
 zentrale@sanitherm.de · www.sanitherm.de

# Höchster Goldpreis aller Zeiten!!!

## Zahngold, nicht schön aber wertvoll!!!

Der Goldpreis, der im bisherigen Jahresverlauf **fast 50 Prozent** zulegte, erstrahlt wieder im Glanz. **Gold** erhält derzeit von mehreren Seiten Zulauf. Sei es durch die Aussicht auf Zinssenkungen der US-FED oder die Handelskonflikte der USA mit China, Europa und dem Rest Welt um die Zoll- und Technologiestreit. Was aber in den letzten Wochen einen enormen Schub beim Gold verursacht hat, sind die geopolitischen Risiken im Nahen Osten und in der Ukraine und trugen auch dazu bei, dass wir aktuell den höchsten Goldpreis aller Zeiten haben.

**Allein in den vergangenen 6 Jahren hat sich der Goldpreis verdreifacht.**

Viele Kunden nutzen den hohen Gold-

kurs, um aus ihrem alten Goldschmuck Bares zu machen. „Ich habe immer wieder gelesen, dass der Goldpreis wieder sein Allzeithoch erreicht hat und dachte mir, Omas **alter Schmuck und Zahngold** liegt noch in der Schublade,“ sagt Steffi Hahn. **Verkaufspreis ihrer Schätze: 3.400€.**

Seit Wochen erreichen die Goldpreise ständig neue Rekordhöhen. Viele von ihnen entdecken dabei wahre Schätze, die sie schnell in Geld umwandeln können. So auch Helga Durm: „Da ich in den letzten Wochen immer wieder von Rekordpreisen für Gold gelesen habe, entschied ich, jetzt zu verkaufen.“ **Wert des Goldschatzes: 4.250 Euro.**

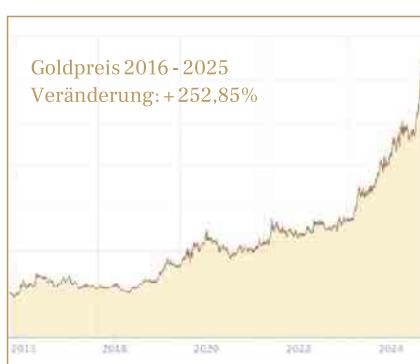
Wer keinen seriösen Goldankauf in seiner Nähe findet, um dort sofort Bargeld mitzunehmen, sollte bei „**DAS GOLDHAUS LOHMAR**“ **Filiale in der Hauptstraße 65 in Lohmar** vorbeischauen, denn wer direkt ins Geschäft kommt, kann mit Bargeld nach Hause fahren.

Ob Ringe, Broschen, Zahnkronen oder sonstiges Altgold – Gold zu versilbern, Gold zu barem Geld zu machen, liegt im Trend. Wer bisher unschlüssig war, ob

sich ein Altgoldverkauf auszahlt, für den ist jetzt der richtige Zeitpunkt, um zum Beispiel Goldschmuck aus Großmutter's Zeiten, Zahngold, defektes Gold oder Münzen zu verkaufen.

Wer keine Verwendung mehr für sein Altgold hat, für den ist der richtige Zeitpunkt zum Verkauf gekommen. Auch Antikschmuck, Markenuhren oder Silber werden in der „**DAS GOLDHAUS LOHMAR**“ **Filiale auf der Hauptstr. 65 in Lohmar**, **Tel: 02246/9259600** entgegengenommen. Neben einer seriösen und kompetenten Wertermittlung ist eine fachkundige Beratung selbstverständlich bei uns.

**Profitieren Sie von über 15 Jahren Erfahrung des Goldhaus Lohmar.** Weitere Fragen beantwortet Ihnen „Das Goldhaus“ Team gerne vor Ort bei einer Tasse Kaffee und einem netten Gespräch.



# DAS GOLDHAUS

## Goldankauf

Batterie-  
wechsel  
5 €

Barzahlung! Wir kaufen:

**DAS GOLDHAUS**  
Goldankauf

**Hauptstraße 65**  
**53797 LOHMAR**

lohmar@das-goldhaus.de

**Geschäftszeiten:**  
Mo.-Fr. 11:00-16:00 Uhr  
Sa. geschlossen

**Telefon: 02246 / 9259600**  
**www.das-goldhaus.de**

**Goldschmuck**



**Luxus-Uhren**



**Silberschmuck**



**Silberbesteck**



**Münzen-Barren**



**Zahngold**

