



Online lesen: [rundblick-siegburg.de/e-paper](http://rundblick-siegburg.de/e-paper)  
Social-Media: [unserort.de/siegburg](http://unserort.de/siegburg)

# rundblick

## KREIS-STADT SIEGBURG

Siegburg-City, Brachschoss, Brückberg, Deichhaus, Driesch, Haus zur Mühlen, Kaldauen, Münchshecke, Schneffelhuth, Schreck, Seligenthal, Stallberg, Wolsdorf und Zange.

62. Jahrgang

Freitag, den 13. Januar 2023

Woche 2

Ihre unabhängige Wochenzeitung

## Wir schätzen Immobilien und bewerten sie..

## kostenlos!

### zu verkaufen



**Troisdorf - Mülleken**

6 1976  
140 m<sup>2</sup> 189 m<sup>2</sup>  
Öl: 143,73 kWh, E

Das EFH mit zwei Vollgeschossen und ausgebautem Dachgeschoß nebst Garage wurde 1976 in Massivbauweise erbaut. Das Objekt wurde in den letzten Jahren stetig modernisiert und befindet sich in einem sehr guten Allgemeinzustand.

469.000,- \*

### zu verkaufen



**Siegburg - Kaldauen**

6 1992  
259 m<sup>2</sup> 1.039 m<sup>2</sup>  
In Bearbeitung

Freist. EFH/2FH mit zwei Vollgeschossen und nicht ausgebautem Dachgeschoß liegt in bester Wohnlage von Siegburg in direkter Waldrandlage und hat eine schöne Fernsicht von der großen Terrasse.

998.000,- \*

### zu verkaufen



**Siegburg - Stallberg**

5 1958  
119 m<sup>2</sup> 677 m<sup>2</sup>  
Gas: 288 kWh, H

Dieser sehr schöne Winkelbungalow, in massiver Bauweise, befindet sich auf einem großen komplett eingefriedeten Sonnengrundstück. Das Haus ist voll unterkellert und verfügt auf dieser Ebene über eine integrierte Garage.

599.000,- \*

zu vermieten - Bad Godesberg



3 77 m<sup>2</sup>  
2021 1.245,- + NK  
Gas: 22.8 kWh, A+

### Kostenlose Wertermittlung

Wir schätzen Immobilien...  
... und bewerten sie kostenlos

Lassen Sie sich von uns  
beraten und eine  
unverbindliche Bewertung  
Ihrer Immobilie erstellen.

Mühlenstraße 50a in Siegburg

02241/1743-0

[info@immobilien-dp.de](mailto:info@immobilien-dp.de)

\* zzgl. 3,57 % Provision



DEUTSCH+PARTNER  
IMMOBILIEN  
[www.immobilien-dp.de](http://www.immobilien-dp.de)



Ihre Winterschnäppchen  
**30%** auf Winterware  
und auf spezielle Sonderangebote **50%**

## QUARTIER58

by Renate Kraemer

Frech und ausgefallen von sportlich bis schick  
und Mode für kleine und große Anlässe.



Lohmar · Hauptstraße 63

Mo.-Fr. 10:00 - 18:00 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung und Sa. 10:00 - 16:00 Uhr  
durchgehend geöffnet! Telefon 02246 / 948 54 54 · [www.renate-kraemer-moden.com](http://www.renate-kraemer-moden.com)

# MGV Wolsdorf schließt mit Weihnachtsfeier das Jubiläumsjahr ab



Ein erfolgreiches Jahr liegt hinter dem Männergesangsverein Siegburg-Wolsdorf 1882 e.V. Das 140-jährige Bestehen galt es in gebührender Form zu feiern. Ein geplantes Festkonzert war Anfang des Jahres 2022 noch mit großen Fragezeichen versehen; kein Mensch konnte vorhersehen, wie sich die Pandemie, die seit 2 Jahren das ganze Chorleben lahmlegte, im Laufe des Jahres entwickeln würde. Als im März der Probebetrieb wieder aufgenommen werden konnte, hieß es engagiert durchzustarten. Trotz Personalsorgen, besonders im 1. Tenor, gelang es dem Chorleiter Chordirektor Stefan Wurm, die motivierten Sänger durch ein anspruchsvolles Programm zu füh-

ren und in Konzertreife zu bringen. Zusammen mit dem MC Constantia Weingartsgasse, mit dem der MGV seit Jahren eine Chorgemeinschaft bildete, dem Frauenchor BraVoices aus Brachsch, den Solokünstlern Jana Ryklov (Sopran) und Gabriella Brezczki (Klavier) und dem Moderator Klaus Stock veranstaltete der MGV Wolsdorf am Sonntag, 23. Oktober, ein Festkonzert, das diese Bezeichnung verdiente. Ein voller Erfolg. Einige Tage später kündigte der MC Constantia die Chorgemeinschaft zum Jahresende auf. Man wolle sich wieder auf die örtliche Szene konzentrieren. Für den MGV eine sehr unerfreuliche Nachricht. Keiner der beiden Chöre kann bei dieser Personalsituation im

Alleingang ein 4-stimmiges Konzert absolvieren. Entmutigt hat es die singfreudigen Wolsdorfer allerdings nicht. Als würdiger Jahresabschluss fand am Samstag, 10. Dezember, im Gasthaus Zur Sieg, nach zweijähriger Pause, wieder eine Weihnachtsfeier statt. Nach der Begrüßungsrede durch den 1. Vorsitzenden Marcel Schlieperskötter wurden auch gleich Ehrungen für verdiente Chorsänger vorgenommen. Da der Vertreter des Chorverbandes entschuldigt fehlte, übernahm der Vorsitzende auch dessen Aufgabe. Geehrt wurden u. a. Manfred Klein für 40-jährige Chorzugehörigkeit, Hans Wischerath für 25 Jahre Mitgliedschaft und Vorstandsarbeit.

Mit dem Auftritt des heiligen Nikolaus begann der von den Kindern herbeigesehnte Moment der Bescherung. Acht Kindern galt es, eine Freude zu bereiten; zum Procedere gehört allerdings auch, erst mal Belobigung oder auch Tadel vom Nikolaus anzuhören, je nach dem entsprechenden Eintrag im Himmelsbuch. Doch es ging alles glimpflich ab, mit glänzenden Augen und der Gewissheit, noch einmal davon gekommen zu sein, nahmen die Kinder ihr Geschenk entgegen. Doch Sankt Nikolaus (verkörpert durch Heinz Schmitz) hatte an diesem Abend noch mehr zu tun. Weitere Ehrungen waren vorzunehmen und mit einem Präsent zu belohnen. So wurde Hans-Georg Schult für 35 Jahre Mitgliedschaft und viele Jahre Vorstandsarbeit geehrt, Wolfgang Schumacher blickt auf 30 Jahre im Chor und 20 Jahre Vorstandstätigkeit zurück. Wilfried Wehner singt schon 22 Jahre in diesem Chor, Johannes Orth 20 Jahre. Helmut Schmid ist 17 Jahre Mitglied, davon 10 Jahre im Vorstand. Hans-Gerd Scharnowsky singt seit 13 Jahren im Chor, Richard Schumacher seit 10 Jahren. Marcel Schlieperskötter, ist seit 2009 Mitglied, seit 2010 engagiert er sich in verschiedenen Vorstandsämtern, bevor er am 15. Februar 2022 zum 1. Vorsitzenden gewählt wurde und somit den Führungsstab von seinem Vater übernahm. Für ein

ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG

DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM

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

RAUTENBERG MEDIA

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: [www.rundblick-siegburg.de](#)  
Social-Media: [www.facebook.com/rundblicksiegburg](#)

rundblick

KREIS-STADT SIEGBURG

Zeitung des Kreises Siegburg  
Verlag: Rundblick Siegburg  
Vertrieb: Rundblick Siegburg  
Abonnenten: 11.500 (Stand: 2021)  
Druck: Rundblick Siegburg

Ihre unabhängige Wochenzeitung

Sarah Demond

MEDIENBERATERIN

Sarah Demond

FON 02241 260-134

FON 02245 6469855

E-MAIL [s.demond@rautenberg.media](mailto:s.demond@rautenberg.media)

2

Rundblick Siegburg – 13. Januar 2023 – Woche 2 – [www.rundblick-siegburg.de](http://www.rundblick-siegburg.de)



# RAT UND VERWALTUNG

## WICHTIGE TELEFONNUMMERN IN SIEGBURG

**RSK Kreisverwaltung**  
Kaiser-Wilhelm-Platz, Tel. 130

**HELIOS Klinikum  
Siegburg GmbH**  
Ringstraße 49, Tel. 180

**Rhenag AG**  
Bachstraße 3, Tel. 1070

**RSAG AöR**  
Pleiser Hecke 4, Tel. 306 306  
info@rsag.de

**Stadtmarketing  
Siegburg GmbH**  
Markt 46, Tel. 96985-17  
stadtmarketing@siegburg.de

**Verbraucherzentrale NRW**  
Rathaus, Nogenter Platz,  
Tel. 1496801

**Volkshochschul-  
Zweckverband Rhein-Sieg**  
Tel. 30970

**Schiedspersonen**  
Bezirk I: Maria Burgemeister,  
Tel. 02241-9589950  
Bezirk II: Marga Basche,  
Tel. 02242-901377

**Öffnungszeiten im Rathaus**  
Mo. 08.00-12.30 Uhr  
und 14.00-18.00 Uhr  
Di.+Do. 08.00-12.30 Uhr  
und 14.00-15.30 Uhr  
Mi. geschlossen  
Fr. 08.00-12.30 Uhr

**Öffnungszeiten  
Bürgerservice**  
Mo. 08.00-18.00 Uhr  
Di.+Do. 08.00-15.30 Uhr  
Mi. geschlossen  
Fr. 08.00-12.30 Uhr  
Sa. 10.00-13.00 Uhr

**Stadtverwaltung Siegburg**  
Nogenter Platz, Tel. 1020  
rathaus@siegburg.de  
www.siegburg.de  
Postanschrift: Stadtverwaltung,  
53719 Siegburg

## LOKALES

Fortbestehen der Familientradition hat Marcel schon gesorgt. Stolz präsentierte er bei der Weihnachtsfeier seinen Erstgeborenen Elias. Herzlichen Glückwunsch dem jungen Elternpaar. Ganz besonders wurde eine Person geehrt, die seit 53 Jahren

Mitglied ist im Chor, davon seit 41 Jahre im Vorstand aktiv, die letzten 17 Jahre als 1. Vorsitzender. Viele Jahre war er Kopf, Gesicht und Stimme des MG. Heinz-Peter Schlieperskötter ist auch heute als 2. Vorsitzender aus Vorstand und Organisation nicht wegzudenken und

ist nach wie vor eine unverzichtbare Stütze für seinen Sohn und Nachfolger. Nachdem der heilige Nikolaus mit Dank, Applaus und Gesang verabschiedet war, ging es mit der Eröffnung des reichhaltigen Buffetts in den gemütlichen Teil der gelungenen Veranstaltung

über. Ein spannendes Jahr 2023 steht dem MG. bevor. Dem Vorstand ist Kreativität und eine glückliche Hand bei allen Entscheidungen zu wünschen und dem Chor ein nahtloses Anknüpfen an die so erfolgreiche Tradition von 140 Jahren.

*Donna's*  
Frauenfitness

**FIT**  
**IM NEUEN JAHR!**

**STARTE JETZT!**

[www.donnas.de](http://www.donnas.de)



**DU SUCHST EIN FITNESSSTUDIO  
NUR FÜR FRAUEN MIT WOHLFÜHLEFFEKT?**

**Dann sichere dir jetzt unser Neujahrs-Angebot:**

**STATT 89,90 €**

**0,00 €**

**ANMELDEGEBÜHR +  
1 MONAT GRATIS!**

Angebot nur gültig bei Mitgliedschaftslaufzeiten von 12 und 24 Monaten, keine Barauszahlung möglich, Mindestalter 15 Jahre

BEUEL 0228 97379521 | PLITTERSDORF 0228 3682002 | ST. AUGUSTIN 02241 9327707  
BORNHEIM 02222 9769640 | ENDENICH 0228 18497733



# Tönnisberger-Jubiläums-Prunksitzung 2023

Countdown zum megajecken Spaßevent ist angezählt



Für Partyalarm sorgt als „Herzträgerin 2023“ Stimmungskanone Marita Köllner

„Last-Minute-Narren“ opjepass! Zu Jahresbeginn die kleinen Alltagsorgen einfach mal vergessen! Denn mit der Großen Jubiläums-

Prunksitzung zum 55-jährigen Vereinsbestehen der KG „Die Tönnisberger“ 1968 e.V. mit Knallerprogramm und den Verleihungen der

## Veranstaltungen / Termine aus Siegburg

### Jeden Donnerstag

15 Uhr: Heilsames Singen mit geistlichem Impuls, in der Krankenhauskapelle Siegburg, Ringstraße 49, es gilt Maskenpflicht (FFP3) und Ein-

haltung von drei Meter-Abständen, Anmeldung ist nicht erforderlich, Ev. Krankenhausseelsorge im Helios-Klinikum Siegburg

### Ein Mal im Monat donnerstags

10 bis 11.30 Uhr: Gesprächskreis für pflegende Angehörige, im ZEITRAUM/Haus der Diakonie, Ringstraße 2, Siegburg. Bitte um vorherige telefonische Anmeldung: Diakonin Gunhild Zimmermann, 02241/187378

oder unter gunhild.zimmermann@helios-gesundheit.de  
Dort erfahren die Teilnehmenden die Termine. Ev. Krankenhausseelsorge im Helios-Klinikum Siegburg

KG-Rheinlandorden „Das Goldene Herz“ an den sozial engagierten Siegburger Entertainer Sigg Klein (2022) und die Kölner Sängerin Marita Köllner (2023) steht ein höchst amüsantes Wochenende bevor. Die „Lila-Weißen“ laden alle Karnevalsfreunde, **Samstag, 14. Januar**, ins Siegburger **Rhein Sieg Forum, Bachstr.1 ein (Beginn: 19 Uhr/ Einlass: 18 Uhr)**. Erlebt unter dem Motto „5 x 11 Jhr-Domols un jetzt fiere mer en Sieburch Fastelovend met Hätz“ wieder live ein einzigartiges Programmpotpourri. Fernseh- und radio- bekannt dabei: die jecken Partykracher **Marita Köllner (Et fuschich Julchen) als Herzträgerin 2023** („Denn mir sin Kölsche Mädcher“) und **„Sternrocker“**, bekannt aus TV-Shows ARD „Verstehen Sie Spaß?“ und RTL „Kenn Sie den?“ Bütt-Ass **„Ne komische Hellje“ (Peter Kolb)** und erstmalig in Siegburg **„Handwerker Peters-der Hau vom Bau“** Comedian Kai Kramos-

ta, die Spitzen-Showtanzgruppe **„Magic-Dancers“ Remagen**, Kölsches Tanz-Theater **„Poppelsdorfer Schloss-Madämcher und Schloss-Junker“ Bonn** und das raderdolle **Männerballett „Vulkanelfen“ Niederzissen** u.v.m. Auch freut man sich auf den Empfang der frisch proklamierten Kreisstadt-Tollitäten Clemens I. und Susanne I. mit ihrem Götterfunken-Gefolge. Ebenso rockt das Kinderprinzenpaar Tom I. und Lotta I. mit ihrer Bauernhof-Truppe die Bühne. **Musikalische Begleitung:** Entertainer Sigg Klein. Eintrittspreis nur 22 Euro inkl. Zugbeitrag! (Last-Minute-Angebot: 4 Tickets nehmen-nur 3 bezahlen!) Keine Abendkasse! Farbenfrohe Kostümierungen erwünscht! Restticket-Service: KG-Geschäftsstelle, Sandweg 32, 53721 Siegburg, Tel. 02241/ 65232 oder E-Mail: toennisberger@arcor.de. Infos unter: [www.dietoennisberger.de](http://www.dietoennisberger.de)



Rasante Beinarbeit und Akrobatik präsentieren die „Vulkanelfen“ Niederzissen



Spaßiges Kölsches Tanz-Theater zeigen die „Poppelsdorfer Schloss-Madämcher und Schloss-Junker „ Bonn. Fotos: Tönnisberger“

### Dem begabten Kind zuliebe!

staatlich anerkannt

**KUNSTKOLLEG gGmbH**  
GESAMTSCHULE, BERUFLICHES  
GYMNASIUM FÜR GESTALTUNG

5. bis 10.-, 11. bis 13. Klasse:  
Abitur, Fachabitur,  
Mittl. Reife, Hauptschulreife

**Lernstand+Abi.:NRW-Spitze**

staatlich anerkannt

**AKADEMIE FÜR KUNST & DESIGN**

Vollzeitstudium Grafik-Design  
**RSÄK-DIPLOM**  
Ziel: Bachelor Professional  
mit integrierter  
Fachhochschulreife bei Bedarf

**8-Jahres-Rückblick: Alle im Job**

Wehrstr.143+12•53773 Hennef•Tel.:02242-2141/9698860•[www.rsak.de](http://www.rsak.de)



# Nicht nur tanzen, sondern auch Turnen & Akrobatik

Rock'n'Roll Club Siegburg erweitert sein Sportangebot ab Januar 2023



Spagattraining



Kopfstandtraining

Der **Rock'n'Roll Club Siegburg e.V.** bietet zum Jahreswechsel in vielen Gruppen neue Anfängerkurse und Einstiegsmöglichkeiten an. Darüber hinaus hat der Verein ein Sportangebot erweitert und bietet jetzt auch einmal wöchentlich Turn- und Athletiktraining mit Akrobatikvorbereitung an. das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche ab dem Schulalter. Es werden bodenturnerische Grundelemente sowie Übungen auf dem Minitrampolin trainiert und es gibt Übungen zu Koordination und Kraft.

Trainiert wird immer freitags ab 17.30 Uhr. Der Januar kann als Probemonat genutzt werden, um kostenlos in das neue Angebot des Vereins reinzuschnuppern. Eine Anmeldung vorab ist erforderlich. Bei Interesse können Sie Ihr Kind gerne per Mail unter [info@rrc-siegburg.de](mailto:info@rrc-siegburg.de) bei der Ju-

gendwartin Jana Jones zum Probetraining anmelden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung Namen & Alter des Kindes an. Für die Tanzgruppen des RRC gibt es im Januar ebenfalls attraktive Einsteigerangebote. Kontaktieren Sie gerne den Vorstand per E-Mail.



Sprünge auf dem Minitrampolin

# NEUE KURSE

## TURNEN UND AKROBATIK FÜR KINDER & JUGENDLICHE

### SCHNUPPERTRAINING KOSTENLOS

FREITAGS  
17:30 - 18:30 UHR

SPORTHALLE  
DIREKT AM BAHNHOF  
SIEGBURG

ANMELDUNG UNTER  
[INFO@RRC-SIEGBURG.DE](mailto:info@rrc-siegburg.de)

ROCK'N'ROLL CLUB SIEGBURG E.V.

[WWW.TANZEN-SIEGBURG.DE](http://WWW.TANZEN-SIEGBURG.DE)

# Ticket-Endspurt für Herrensitzung der Funken Blau-Weiss

Nur noch wenige Tickets für „Die besondere Herrensitzung“ zu haben

Nach zweijähriger Corona-Pause kann endlich wieder Sitzungskarneval gefeiert werden und auch die Funken Blau-Weiss stehen in diesem Jahr wieder für ihre Stimmungs-Events parat. Auch in dieser Karnevalssession 2022/23 warten die Veranstaltungen der Blau-Weissen wieder durchweg mit Top-Programmen und Spitzenkräften des rheinischen Karnevals auf, die keine Wünsche übrig lassen.

Dies gilt insbesondere auch für ihre bekanntermaßen niveauvolle Herrensitzung „**Nur für Männer ! - Die besondere Herrensitzung**“, die am kommenden Sonntag, 15. Januar, im Rhein Sieg Forum gefeiert wird. Hier kann man(n) sich unter anderem auf „Ne kölsche Schutzmann“ Jupp Menth, „Blötschkopp“ Marc Metzger, und Bernd Stelter sowie auf die „Doms-türmer“, „De Rabaue“, Sänger

Torben Klein, „Druckluft“, die „Sugargirls“ und die „Werstener Music Company“ freuen.

Bei einem solchen Spitzenprogramm ist es kein Wunder, dass die Herrensitzung der Funken fast ausverkauft ist: Nur noch wenige Tickets sind für dieses dem männlichen Publikum vorbehaltene Karnevals-Event verfügbar. Wer noch mitfeiern möchte, sollte sich daher - soweit noch nicht geschehen - jetzt noch möglichst schnell seine Tickets für diese Veran-



Wie schon bei der blau-weißen Herrensitzung 2020 (Foto) wird in diesem Jahr unter anderem auch wieder der genial spontane „Blötschkopp“ Marc Metzger das männliche Publikum auf das Beste unterhalten. Da für „Die besondere Herrensitzung“ der Funken nur noch wenige Tickets verfügbar sind, sollte man(n) sich jetzt noch möglichst schnell seine Karten für dieses Karnevals-Event sichern.

Tickets sind - kartenvorverkauf@siegburger-funken.de erhältlich.  
nur solange der Vorrat reicht - (www.siegburger-funken.de)  
unter

## Seit 20 Jahren in Troisdorf



### GOLD UND SILBER ANKAUF

Sofortige Barauszahlung

Fragen Sie uns – Verkaufen Sie ihr Gold  
nicht ohne Vergleichsangebot!  
**VERGLEICH MACHT REICH!**

**Für Goldankauf bitte  
einen Termin vereinbaren!**

Infos unter: **02241 - 9744761**

Batteriewechsel 4,00 €

Große Auswahl an Trau- und Verlobungsringen vor  
Ort [www.trauringe4u.de](http://www.trauringe4u.de)

Altgold-Silber-Platin-Barren-Münzen-Besteck  
Medaillen und Zahngold (auch mit Zähnen)

Ankauf von versilbertem Besteck (80 / 90 / 100 Auflage)  
Ankauf von Marken-Uhren

Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr. 10.00-16.00 Uhr · Sa. 10.00-14.00 Uhr  
Termine nur nach Vereinbarung

**Gerne Hausbesuche nach Terminvereinbarung! Kein Weg ist mir zu weit!**

Kölner Straße 86 (gegenüber der Kreissparkasse) • Telefon: 02241/9744761



## Du hast Alkoholprobleme?

### Wir können helfen!

In Deutschland wird statistisch gesehen sehr viel Alkohol getrunken. Für die, die mit ihrem Alkoholkonsum ein Problem haben, bieten die Anonymen Alkoholiker Hilfe an.

Üblicherweise geschieht das in sogenannten Meetings, in denen Betroffene sich über die Krankheit Alkoholismus austauschen. Diesen Austausch nennen wir Selbsthilfe.

Meetings finden hier zu folgenden Zeiten statt:

#### Montag:

19.30 Uhr Troisdorf-Sieglar, Kreuzkirche, Grabenstraße 65, 53844 Troisdorf, 0228/9455050 (Cilli), 0172 2427 239 (Thomas), aa\_thomas@gmx.de

#### Dienstag:

19.30 Uhr Hennef, Ev. Kirchengemeinde Hennef, Raum „Matthäus“, Bonner Straße 26, 53773 Hennef,

01522/1471126 (Edmund), 02241/8982321 (Stefan), Hennef@anonyme-alkoholiker-rg09.de

#### Mittwoch:

19.30 Uhr Troisdorf-Oberlar, Martin-Luther-Haus, Am Wildzaun 14, 53842 Troisdorf, 0177/4050 978 (Rita), 02241/71913 (Hanne), RitaTen@gmx.de

#### Donnerstag:

19.30 Uhr Troisdorf-Mitte, Kath. Pfarrhaus, Gerhardstraße 5, 53840 Troisdorf, 0176/78399950, Kontakt@anonyme-alkoholiker-rg09.de

#### Freitag:

20 Uhr Siegburg, Annostraße 14, 53721 Siegburg, 02247/968 166 (Roswitha), 02241/8982 321 (Stefan), 02245/890049 (Erich), Siegburg@Anonyme-Alkoholiker-rg09.de, <https://www.facebook.com/AAinSiegburg>

## Tauschtreffen der Siegburger Briefmarkenfreunde

Der Siegburger Briefmarkenfreunde e.V. (SBF), der mit 120 Mitgliedern stärkster Verein des Rheinlandes, meldet die anstehenden Tauschtreffen.

25. Januar, 17.15 Uhr, Restaurant Kubana, Zeithstraße 100, 53721 Siegburg:

Tausch und Nachlassberatung  
Veranstalter: Siegburger Briefmarkenfreunde SBF

### Weitere Termine

8. Februar, 22. Februar  
22. März, 12. April, 26. April  
10. Mai, 24. Mai  
14. Juni, 28. Juni  
12. Juli, 26. Juli  
9. August, 23. August  
13. September, 27. September  
11. Oktober, 25. Oktober  
8. November, 22. November  
13. Dezember



## Damensitzung der Fiden Deichhäuserinnen am 16. Februar - Restkartenverkauf

Die diesjährige Damensitzung der Fiden Deichhäuserinnen findet am 16. Februar ab 15 Uhr im Heinz Böttner Haus in Kaldauen statt. Das Tanzkorps der Karnevalsgesellschaft Luftflotte, Peter Kersch mit Kuh Dollly, die Kölsche Rockband Zone 7 und CologneUnplugged sind neben den Siegburger Prinzenpaaren Highlights der Veranstaltung. Einige Karten sind noch verfügbar. Versprochen wird eine ausgelassene Sitzung mit Auftritten, die mitreißen und von Herzen kommen.



Fragen und Kartenbestellung bitte an Marlies Meyer Tel. 02241/2516149 oder Liane Schaumann Tel. 0177/9656203.



*Tagespflege für Senioren*

**Sie haben einen Pflegegrad?**

**Nutzen Sie die Kostenübernahme Ihrer Pflegekasse für die Tagespflege! Sie sind herzlich zu einem kostenfreien Probetag eingeladen.**

Pflegedienstleitung Lisa Kondziella  
Uferstraße 8 · 53757 St. Augustin-Buisdorf · Tel. 02241-99996133  
[info@rheinperle-pflege.eu](mailto:info@rheinperle-pflege.eu) · [www.rheinperle-pflege.eu](http://www.rheinperle-pflege.eu)

Anzeige

## Erlesene Teppichkunst verdient die richtige Kosmetik

**Menden** · Ein Teppich verdient die richtige Pflege, weiß Kierpacy, Fachmann und Inhaber des Orientteppichhandels auf der Burgstraße. Er ist Herr über die edelsten und hochwertigsten Teppiche des Orients und beherrscht die Pflege- und Waschtechniken für Teppiche nach persischer Tradition.



**Waschaktion 9,90 € pro m² auf Velour- + Maschinen-Teppiche**

„Alle fünf Jahre“, so der Fachmann, „muss ein Teppich gewaschen werden“. Wird die Wolle nicht regelmäßig rückgefettet, verschleißt diese sehr schnell. Seit mehr als 30 Jahren kennt sich die Familie Kierpacy mit Kunst, Pflege und Reparatur von Teppichen

aus. Neue und auch antike Teppiche, die im eigenen Hause restauriert wurden, sind in den Ausstellungsräumen zu sehen. „Es lohnt sich auf jeden Fall, einmal reinzuschauen und die vielen Kostbarkeiten und das Ambiente bei einem Glas Tee zu genießen“, empfiehlt Kierpacy. Wir bieten auch kostenlose Abholung und Lieferung von Teppichen an.



## Orient-Teppich-Handel Waschen ist günstiger als Neukauf!

• Waschen von Teppichen aller Art • Reparaturen • Kanten • Fransen • Rückfettung • Auslage eines Gegenstücks während der Waschzeit • **kostenloser Bring- und Abholdienst** **! Wir machen keine Telefonwerbung und keine Werbung an der Haustür!**

**Kierpacy • Burgstr. 59 • 53757 Sankt Augustin-Menden**  
Tel.: 0 22 41 / 8 79 96 99 oder 0 22 24 / 9 89 67 22

**Alle Mitarbeiter kommen von der Burgstr. 59, Sankt Augustin-Menden**

**Besuchen Sie uns in unserem Ladenlokal in der Bahnhofstraße 11 in Bad Honnef**

**30% Rabatt auf Polsterreinigung und Restaurierung**



# Machen Sie 2023 zu einem Jahr für Entspannung, innere Ruhe und Balance

Starten Sie die ayurvedische Amnanda Kur im Einklang mit dem Jahresrhythmus

Zentral gelegen in Lohmar, befindet sich die Praxis „Raum für Lebenskraft“, in der Sie die ayurvedische Amnanda Kur beginnen können. Das Konzept entstammt der ayurvedischen Lehre, der Wissenschaft vom langen Leben und die Wellness Anwendungen erfreuen sich immer mehr an Beliebtheit. Dies ist nicht verwunderlich, denn in Zeiten wo Stress und dessen Folgeerkrankungen ein großes Thema in unserer Gesellschaft sind, wird eine gesunde Selbstfürsorge immer wichtiger.

Die Amnanda Methode an sich ist sehr sanft und wirkungsvoll, aber gleichzeitig auch sehr tiefgreifend und transformierend.

Die Anwendungen sind wunderbar wohltuend für Körper und Seele. „Wir können nicht mit dem Verstand heilen, was der Körper einst gefühlt und erlebt hat.“

## Weitere Informationen zur Amnanda Kur:

Amnanda bedeutet übersetzt „Weg der Freude“.

Die Kur funktioniert über das Wahrnehmen und Fühlen und wirkt auf physischer, psychischer und emotionaler Ebene.

Sie löst die Speicherung von Stress und traumatischen Erlebnissen im Zellgedächtnis auf, was zu mehr Gelassenheit, Lebensfreude, Vitalität, Zufriedenheit und Harmonie im Leben führt.

Es handelt sich bei der Kur um 12 ayurvedische Öl Behandlungen, die an den Folgen traumatischer Lebenserfahrungen, Stress, Belastung und Unzufriedenheit arbeiten.

Die Kur ist ein ganzheitlicher Ansatz der das gesamte System revitalisiert.

Die Veränderungen sind sichtbar und spürbar.



Foto: Sascha Koch

Der Amnanda - Prozess zielt darauf ab, die Folgen von Langzeitstress zu bekämpfen, zu denen Gefühle der Überforderung, mangelnde Motivation, körperliche Symptome und beschleunigtes Altern gehören können.

## Dauer und Durchführung:

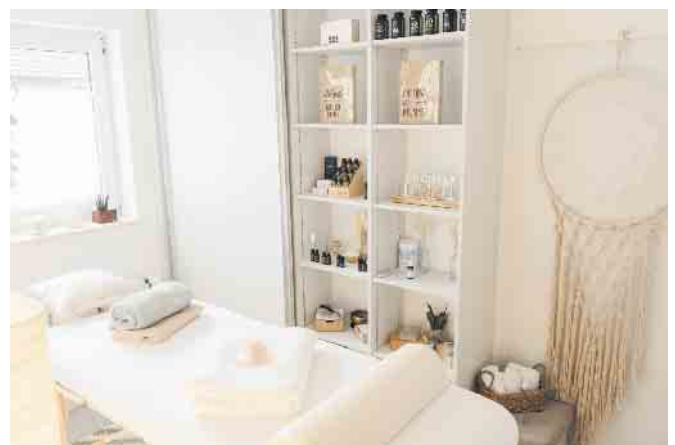
Die 12 Behandlungen werden idealerweise in einem Abstand von 4 Wochen durchgeführt, so dass der Prozess innerhalb von einem Jahr abgeschlossen ist. Der Abstand zwischen den Behandlungen wichtig, um die oben genannten Veränderungen und Ziele zu erreichen.

Die Behandlung an sich, ist sehr sanft und mit einer Massage nicht zu vergleichen.

## Kosten der Amnanda Kur:

12 Behandlungen 75,00 pro Behandlung.

Zuzüglich der Tees und Tinkturen, die begleitend während der Kur ge-



trunken werden, was etwa 10 pro Monat ausmacht.

Angela Druchleben über die Amnanda Kur:

„Amnanda ist wahrlich ein Weg der Freude, der die Selbstbestimmtheit, Selbstliebe und Intuition stärkt. Ich selbst habe die Kur vor einiger Zeit als Kundin durchlaufen und es war das schönste Geschenk das ich mir selbst machen konnte.“

Alle Interessierten können ein kostenfreies und unverbindliches Erstgespräch in der Praxis „Raum für Lebenskraft“ vereinbaren.

Ein Beginn der Kur ist jederzeit möglich und nicht an feste Starttermine gebunden.

Unter [www.angela-druchleben.de/amnandakur](http://www.angela-druchleben.de/amnandakur) finden sie weitere Informationen zur Kur und allen weiteren Angeboten im Raum für Lebenskraft.

## Wann beginnen Sie Ihr Leben zu verändern?

**Vereinbaren Sie jetzt Ihr persönliches und kostenfreies Erstgespräch:**

Raum für Lebenskraft  
Angela Druchleben  
Raiffeisenstraße 5  
53797 Lohmar  
Tel: 0157/50180202

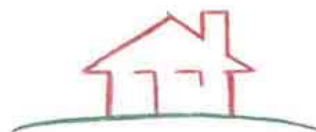


Amnanda

**Die ayurvedische Kur für mehr Entspannung, Gelassenheit, Freude und Harmonie in Deinem Leben.**

**Kostenfreies Erstgespräch: 0157/ 50180202**

Angela Druchleben | Raiffeisenstraße 5 | Lohmar  
[www.angela-druchleben.de/amnandakur](http://www.angela-druchleben.de/amnandakur)



# Gutachter Forum

**KFZ – Sachverständige**  
**Unfallgutachten / Haftpflichtgutachten**  
**Fahrzeugbewertung / Wertgutachten**  
**Oldtimerbewertungen**  
**Immobilienbewertungen**

Gutachter Forum  
Industriestr. 57 | 53721 Siegburg  
[www.gutachter-forum.com](http://www.gutachter-forum.com)

Mobil: 0177 - 78 98 405  
Telefon: 02241 - 94 24 094  
[info@gutachter-forum.com](mailto:info@gutachter-forum.com)

**LACKWERK**  
**SIEGBURG**

Industriestraße 57a · 53721 Siegburg

**FAHRZEUGLACKIER-MEISTERBETRIEB**

**UNFALLINSTANDSETZUNG**  
**OLDTIMERRESTAURATION**  
**DESIGNLACKIERUNG**  
**SMARTREPAIR**

**KOMPETENTE  
BEGLEITUNG  
BEI UNFALLSCHÄDEN**

**KONTAKT**  
0 22 41 - 555 57 · 0172 - 242 1964  
[info@lackwerk-siegburg.de](mailto:info@lackwerk-siegburg.de)

# Veranstaltungsreihe 2023 der Gedenkstätte „Landjuden an der Sieg“

„Die Tränen, die auf die Tasten fallen sollten, haben Deinen Brief benetzt.“

Rhein-Sieg-Kreis (ps). Anlässlich des Tages des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus, findet im Rahmen der Veranstaltungsreihe 2023 der Gedenkstätte „Landjuden an der Sieg“ ein

Konzert mit Lesung mit Prof. Dr. Ute Büchter-Römer und Nadja Bulatovic statt. Die Veranstaltung ist am Sonntag, 29. Januar, 18.30 Uhr im Forum im Stadtmuseum, Markt 46, 53721 Siegburg.

„Die Tränen, die auf die Tasten fallen sollten, haben Deinen Brief benetzt.“ So schreibt Frederic Chopin an seinen Freund Jan Matuszynski nach Polen. Und er fährt fort: „Ich hatte solche Sehnsucht nach Deiner Handschrift...!“ In seinen Polonaisen und Nocturnes drückt Chopin seine Sehnsucht nach der Heimat aus, die er verließ, um sich auf Konzertreise zu begeben. Dann aber, bedingt durch die politischen Verhältnisse in Polen, nicht mehr in sein Heimatland zurückkehrte. Die Emigranten, die in Buenos Aires strandeten, erfanden den Tango, Lebenssehnsucht und Melancholie; Heinrich Heine dichtete aus seiner „Matratzengruft“ in Paris sein „Deutschland - Ein Wintermärchen“; Alma Mahler-Werfel ging mit Franz Werfel ins Exil; Sergej Rachmaninow verließ Russland und kehrte nie wieder zurück, im Unterschied zu Sergej

Prokofjew, der es in der Fremde nicht mehr aushielt und ins Russland Stalins zurückkehrte. Thomas Mann schrieb im Exil in Kalifornien: „Wo ich bin ist Deutschland!“ Was meinte er? Sie alle verband die Sehnsucht nach dem „Zuhause“, das sie freiwillig oder gezwungen, verließen, trotz aller neuen Lebensperspektive. Die Interpretinnen sind Prof. Dr. Ute Büchter-Römer (Konzept und Rezitation) und Nadja Bulatovic (Klavier). Eintritt beträgt 13 Euro (für Mitglieder des Fördervereins Gedenkstätte Landjuden an der Sieg e.V.) bzw. 15 Euro. Karten-vorbestellungen beim Archiv des Rhein-Sieg-Kreises, Kaiser-Wilhelm-Platz 1, 53721 Siegburg, 02241/132928, E-Mail gedenkstaette@rhein-sieg-kreis.de, Kartenvorverkauf im Stadtmuseum Siegburg sowie Restkarten an der Abendkasse.

## WINTERPREIS-MARKISEN

Kluger Köpfe kaufen jetzt!

SPAREN Sie mit unseren **WINTERPREISEN!**

Anrufen & Termin vereinbaren  
**0228 - 4669 89**

TRADITIONELL  
INDIVIDUELL  
INNOVATIV

**70**  
JAHRE  
FRANZ AACHEN  
MARKISENMANUFAKTUR

**MARKISEN UND MARKISENTÜCHER, WINTERGARTEN-  
BESCHATTUNGEN, GLASDÄCHER, TEXTILE KONFEKTION**

Röhlfeldstr. 27 · 53227 Bonn-Beuel, BAB 59 Abf. Pützchen  
Mo.-Fr. 8-17 Uhr, Sa. 9-13 Uhr · [www.franz-aachen.com](http://www.franz-aachen.com)

Alle Fahrten  
finden im  
modernen  
Reisebus  
statt.

# FRANK

Reisen

(0 22 44)  
**Telefon**  
**5128**

Aus Königswinter  
Thomasberg

## MEHRTAGESFAHRTEN

**Travemünde - Eröffnungsfahrt**  
05.03.-10.03.2023  
6 Tage  
Preis pro Person:  
ab 779,00 €

**Die friesische Karibik - Amrum, Föhr und Sylt**  
19.04.-23.04.2023  
5 Tage  
Preis pro Person:  
ab 619,00 €

**Faszination Salzkammergut**  
20.05.-26.05.2023  
7 Tage  
Preis pro Person:  
ab 759,00 €

## TAGESFAHRTEN

**Shopping in Venlo**  
Sa., 25.03.2023  
Sa., 29.04.2023  
Preis pro Person:  
23,00 €

**Fahrt nach Roermond**  
Mi., 12.04.2023  
Preis pro Person:  
26,00 €

**Keukenhof - Fahrt zur Tulpenblüte**  
Sa., 15.04.2023  
Preis pro Person:  
53,00 €

**Europapark**  
Sa., 06.05.2023  
Preis pro Person:  
90,00 €

Weitere Infos: [frank.reisen@t-online.de](mailto:frank.reisen@t-online.de) und [www.frankreisen.de](http://www.frankreisen.de)

Programmänderung vorbehalten.

10

Rundblick Siegburg – 13. Januar 2023 – Woche 2 – [www.rundblick-siegburg.de](http://www.rundblick-siegburg.de)



# Linedance-Workshops mit anschließender Linedance-Party

Gesundheitstraining mal ganz anders!

Sind Sie vielleicht auf der Suche nach einer neuen Form von Bewegung, die Spaß macht, für die Sie keinen Partner brauchen, bei der Sie aber trotzdem in geselliger Runde sind und ganz nebenbei noch etwas für Ihre Gesundheit tun? Dann hat die **ADTV-Tanzschule Breuer** genau das richtige Angebot für Sie! Besuchen Sie einen Linedance-Workshop und lernen Sie ein Stück nordamerikanischer Kulturtradition kennen. Linedance ist mehr als nur Tanzen. Es ist das Zusammentreffen ganz unterschiedlicher und doch gleichgesinnter Menschen und eine ganz



besondere Art von Lebensfreude. Ohne schweißtreibende Anstrengung werden außerdem das Herz-Kreislauf-System aktiviert und die Koordinationsfähigkeit gefördert. Viele verbinden mit Linedance Cowboy-Hut und Westernstiefel. Wenn Sie möchten, kann das Ihr Outfit sein. Aber Linedance ist sehr viel mehr! Getanzt wird in der Gruppe in Reihen neben- und hintereinander, woraus sich auch der Name des Tanzstils ableitet. Die Choreografien passen zu Country-Titel, aber genauso auch zu Pop- und Rock-Musik. Die Schrittfolgen sind leicht erlernbar und wiederholen sich. Mit dem Erlernen der Tanzschritte tun Sie auch etwas für Ihre geistige Gesundheit und bleiben fit für die Herausforderungen in Beruf und Alltag. Mit viel Spaß erleben Sie Ausdauertraining und Herz-Kreislauf-Prävention einmal ganz anders und tun auch noch etwas für die „grauen Zellen“.

Linedance ist schnell zu erlernen und Frauen und Männer sind gleichermaßen willkommen. Ein Tanzpartner wird nicht benötigt.

Na, sind Sie neugierig geworden? Dann nutzen Sie das Angebot der **ADTV-Tanzschule Breuer** und besuchen Sie einen Workshop, um zu erleben, wie viel Spaß Linedance macht.

Linedance-Workshop für Beginner (inkl. Linedance-Party)  
Sa., 21.01.2023 20:00 Uhr

Linedance-Workshop für Fortgeschrittene (inkl. Linedance-Party)  
Sa., 21.01.2023 18:30 Uhr

1 x 60 Minuten mit einer kleinen Pause - 18 pro Person  
Im Preis enthalten ist der Eintritt für die anschließende Linedance-Party.



Die Anmeldung zu den Workshops und das gesamte aktuelle Kursprogramm finden Sie auf [www.tanzbreuer.de](http://www.tanzbreuer.de).

Wenn Sie Fragen haben, beraten die Tanzschul-Mitarbeiter Sie gerne auch in einem persönlichen Gespräch.

**Das Team der ADTV-Tanzschule Breuer freut sich schon auf Sie!**

ADTV-Tanzschule Breuer

Adenauer Platz 8,  
53773 Hennef,  
[hennef@tanzbreuer.de](mailto:hennef@tanzbreuer.de),  
02242 85216  
Poststraße 66,  
53840 Troisdorf,  
[troisdorf@tanzbreuer.de](mailto:troisdorf@tanzbreuer.de),  
02241 75361  
[www.tanzbreuer.de](http://www.tanzbreuer.de)

**NEUE  
KURSE  
AB SOFORT  
IN TROISDORF!**

**FÜHLE DEN  
UNTERSCHIED**

Emotionen pur:

Paartanz bei

**TanzBreuer®**

Termine und Infos auf [TanzBreuer.de](http://TanzBreuer.de) | Find us on



## Reparieren statt Wegwerfen

### Besuchen Sie uns im Repair Café

Bürgergemeinschaft Siegburg-Zange e.V. in Kooperation mit Diakonie an Sieg und Rhein: Das Repair Café finden Sie in der Geschäftsstelle der Bürgergemeinschaft, Bismarckstraße 56 / Ecke Carlstraße, Siegburg-Zange am 2. Samstag jedes Monats von 10 bis 14 Uhr. Letzte Reparaturannahme: 11 Uhr, zur Vermeidung langer Wartezeiten ist eine Anmeldung im Voraus erforderlich unter 01575 17 18 334.

Besucher des Repair Cafés bringen ihren defekten Gegenstand, wie zum Beispiel Toaster, Föhn, Lampe, Spielzeug von zu Hause mit. Die Fachleute im Repair Café wissen fast immer eine Lösung. Die Aktivitäten werden kostenlos und auf ehrenamtlicher Basis von den Reparaturexperten vor Ort ausgeführt.

Eine freiwillige Spende wird sehr geschätzt.

Neue Materialien und Ersatzteile sind nicht kostenlos und müssen gesondert bezahlt werden.

Bei der Abgabe der zu reparierenden Gegenstände erfassen wir die Kontaktdaten und Fehlerbeschreibung.

Bitte bringen Sie saubere Geräte zur Reparatur.

Unsere Termine für 2023 am 2. Samstag jedes Monats:

14. Januar, 11. Februar, 11. März, 8. April, 13. Mai, 10. Juni, 8. Juli, 9. September, 14. Oktober, 11. November, 12. August, Änderungen vorbehalten.



O P E L

...und freie  
Werkstatt, aller Marken

**Suchen Sie noch  
oder prüfen  
Sie schon?**

**Unser Servicetechniker hilft gerne.**

**AHH**  
AUTO-HAUS HENNEF

Frankfurter Strasse 135  
53773 Hennef  
Tel.: 02242-92150  
www.ahh-haus.de

## SCHULE

## Tag der offenen Tür

### Start in den Anmeldezeitraum am Berufskolleg des Rhein-Sieg-Kreises in Siegburg: Persönliche Beratungs- und Anmeldegespräche am Tag der offenen Tür

Mit dem Tag der offenen Tür, der am 21. Januar zwischen 9 und 13 Uhr stattfindet, beginnt auch in diesem Jahr offiziell der Anmeldezeitraum für die Vollzeitbildungsgänge am Berufskolleg des Rhein-Sieg-Kreises in Siegburg.

Nachdem in den vergangenen Jahren aufgrund der Pandemie nur ein begrenztes Programm möglich war, haben Schülerinnen, Schüler, Eltern und alle anderen Interessierten in diesem Jahr wieder die Möglichkeit, sich über

das Unterrichtsangebot zu informieren, mehr über die verschiedenen Projekte am Berufskolleg zu erfahren, mit Schülerinnen und Schülern direkt in Kontakt zu treten oder ein persönliches Anmeldegespräch zu führen. Lehrkräfte von Handelsschule, Höherer Handelsschule und Beruflichem Gymnasium informieren in Siegburg und an den Teilstandorten Bad Honnef, Eitorf und Neunkirchen über Aufnahmevoraussetzungen, Schwerpunkte und Abschlüsse der jeweiligen Bildungsgänge.

Informieren kann man sich zum Beispiel auch über die Erasmus Plus Projekte, die bereits in die dritte Runde gehen und Schülerinnen und Schüler bei der Durchführung von Auslandspraktika unterstützen oder Kontakte zu Schulen im Ausland knüpfen. Die Kooperation des Beruflichen Gymnasiums mit der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg gehört ebenfalls zu den besonderen Angeboten der Schule. Einzelnen Schülerinnen und Schülern der Oberstufe wird hierbei bereits vor Schulabschluss ermöglicht, Vor-

lesungen der Hochschule zu besuchen und Scheine zu erwerben. Besonders ist im kommenden Schuljahr auch, dass der Einstieg für Schülerinnen und Schüler in die 11. Klasse des Beruflichen Gymnasiums - anders als an Gesamtschulen und allgemeinbildenden Gymnasien - weiterhin möglich ist.

Auch der Unterricht im Fach „Berufsorientierung“ sowie zahlreiche Projekte zur Unterstützung der jungen Leute bei der Berufswahl und Bewerbung in allen Bildungsgängen - darunter Kommunikationsseminare, Workshops zur Vorbereitung auf das Assessment-Center oder der schuleigene Ausbildungsinformationstag (AIT) - zeichnen die Schule aus.

Termine für persönliche Beratungs- und Anmeldegespräche sind über die Webseite der Schule unter [www.berufskolleg-siegburg.de](http://www.berufskolleg-siegburg.de) buchbar. Weitere Informationen über die Bildungsgänge und alle Angebote am Berufskolleg finden Sie dort und auf unserem Instagram Account @berufskollegsiegburg.



## PRODUKTFOTOGRAFIE

**SIE HABEN DAS PRODUKT?  
WIR HABEN DAS KNOW-HOW!**

- hochwertige, professionelle Fotos die unsere Profis für Sie anfertigen
- wir setzen Ihre Produkte ins rechte Licht
- professionelle Bildbearbeitung
- individuelle Beratung
- hohe Qualitätskontrollen
- kurze Kommunikationswege um Ihre Wünsche umzusetzen



**WEITERE INFOS UNTER:**  
[www.rautenberg.media/film/produktfotos](http://www.rautenberg.media/film/produktfotos)







# Schneller ins Eigenheim

## Immobilienkäufer werden durchschnittlich immer jünger

Beim Kauf oder Bau der eigenen vier Wände starten Menschen in Deutschland immer früher durch. Bis 2019 betrug das Durchschnittsalter 39 Jahre, mittlerweile sind es einer aktuellen Studie zufolge 38. Wer einen eigenen Neubau plant, ist mit durchschnittlich 37 Jahren sogar noch etwas jünger. Ein Grund für diese Entwicklung dürfte im niedrigen Zinsniveau liegen.

### Für eine gute Eigenkapitalbasis sorgen

Ende 30 scheint ein beliebtes Alter zu sein, um „sesshaft“ zu werden: „In der Regel sitzen die Interessenten dann beruflich fest im Sattel, und wenn die Kinder schon eingeschult sind, ist Beständigkeit oft wichtiger als Flexibilität“, stellt Stefan Vogel-sang, Spezialist für Baufinanzierung bei Dr. Klein in Nürnberg, fest. Wer sich schon früh für die eigene Immo-bilie entscheiden und sich die Inves-

tion leisten kann, sollte laut Stefan Vogel-sang nicht unnötig lange war-ten: „Je eher ich mein Geld für die Monatsrate nutze anstatt für Miet-zahlungen, umso besser.“ Allerdings ist es gerade für junge Familien her-ausfordernd, das nötige Eigenkapi-tal aufzubringen. Der Finanzierungs-experte rät, beispielsweise Verwand-te nach Unterstützung zu fragen - etwa in Form von zinslosen Darlehen oder vorgezogenen Erbschaften. Eine gute Möglichkeit ist es, die min-destens weitgehend bezahlte Immo-bilie der Eltern mit einzubeziehen. Man kann diese dann recht unkom-pliziert als Sicherheit nutzen.

### Ältere haben tendenziell mehr Er-sparnisse

Es spricht nichts dagegen, auch spä-ter eine Immobilie zu kaufen oder zu bauen. Der große Vorteil ist, dass älteren Darlehensnehmern tenden-ziell mehr Ersparnisse zur Verfügung

stehen, die sie als Eigenkapital in die Finanzierung einbringen können - dadurch vergünstigt sich der Zins-satz. Allerdings fordern viele Banken eine höhere Tilgung als bei jungen Kunden, damit der Kredit zügig zu-rückgeführt wird. „Kreditinstitute achten darauf, dass die Käufer auch

nach Ende der vereinbarten Zinsbin-dung in der Lage sind, die Monats-raten zu zahlen“, so Stefan Vogel-sang. „Wenn sie dann eine Rente statt des bisherigen Gehalts bekom-men, muss die hoch genug sein, um den Kredit bis zur vollständigen Til-gung zu bedienen.“ (djd)

## Bender & Bender Immobilien Gruppe

### Haben Sie eine Immobilie für unsere Käufer?

<b>Zentrum/ Hennef</b> Für ein solventes Ehepaar suchen wir eine kleine Eigentumswohnung im OG mit Balkon und Stellplatz, Wfl. ab 85 m² und 2-3 Zimmern. <b>Preis bis ca. 310.000,- €</b>	<b>Sankt Augustin</b> Für eine solvente kleine Familie suchen wir ein Baugrundstück, idea-lerw. voll erschlossen und möglichst keine Hanglage, Grdst. ca. 800m². <b>Preis: offen</b>
<b>Wert-Analyse</b> Auf unserer Homepage können Sie <b>kostenlos und unverbindlich</b> eine Wert-Analyse Ihrer Immobilie anfordern. Geben Sie einfach die Daten Ihrer Immobilie ein!	<b>Umkreis von Sankt Augustin</b> Für einen vorgemerkten Kunden su-chen wir ein mod. Einfamilienhaus (ab Bj. 2010) ohne gr. Renovierungsstau, Wfl. ab 130 m² und mind. 4 Zimmern. <b>Preis bis ca. 680.000,- €</b>

[www.bender-immobilien.de](http://www.bender-immobilien.de) 0 22 23 / 29 66 80

VR-Immobilien  
Bonn Rhein-Sieg



# Was ist Ihre Immobilie wert?

## Wir ermitteln den realistischen Angebotspreis.

Den aktuellen Marktpreis Ihrer Immobilie sollten Sie kennen. Damit Sie beim Verkauf nicht unnötig Zeit und Geld verlieren, sondern das beste Angebot bekommen.



Ihre Immobilienberater

Ralf Glöser

Benjamin Westphal

T 02241 496-1421

T 02241 496-1425

VR-Immobilien Bonn Rhein-Sieg  
Am Lindenhof 2b, 53757 Sankt Augustin  
[vr-immobilien-brs.de](http://vr-immobilien-brs.de)



# Besuch der Gedenkstätte Auschwitz-Birkenau

Projektkurs der Q1 der Gesamtschule Am Michaelsberg Siegburg zu Besuch in Oswiecim und Krakau



Das Treffen der Gruppe mit der Zeitzeugin Lidia Maskymowicz

20 SchülerInnen der Q1 der GE Am Michaelsberg unternahmen unter der Leitung von Sebastian



Gedenktafel Auschwitz-Birkenau

Ghofranifar und Stefan Wahl eine Exkursion nach Oswiecim und Krakau, in deren Mittelpunkt die Auseinandersetzung mit dem Holocaust stand. Auschwitz steht für Holocaust, Völkermord und Nazi-Terror. Die SchülerInnen sollten sich - ohne Schuldgefühle - der historischen Verantwortung, die sich aus dem Wissen um die NS-Verbrechen ergibt, stellen. Neben dem Besuch des jüdischen Museums in Oswiecim erhielt die Gruppe eine eindrucksvolle Führung durch das Stammlager Auschwitz I. Dort arbeiteten die SchülerInnen an ihren Projekten weiter, erhielten dabei Unterstützung durch die Lehrkräfte und die Bildungsreferenten der Stätte der

Begegnung, dem Veranstalter der Gedenkstättenfahrt. Bei -12 °C wurde das Vernichtungslager Auschwitz-Birkenau besichtigt.

Besonders die Baracken und der Rundgang durch die sogenannte „Zentralsauna“, die als „Entwessungs- und Desinfektionsanlage“ bei der Aufnahme von deportierten Menschen diente, sorgte bei den Oberstufenschülern für Fassungslosigkeit, Trauer und Wut. Tiefe Eindrücke hinterließ der Besuch der Kunstaussstellung der Auschwitz-Überlebenden Marian Kolodziej in Harmeze mit anschließender Reflexion. In Krakau befassten sich die Jugendlichen mit dem Leben im jüdischen Viertel Kazimierz vor dem deutschen Überfall auf Polen. Eine nahezu einmalige Gelegenheit der Auseinandersetzung mit den nationalsozialistischen Verbrechen ermöglichte ein Gespräch mit Lidia Maskymowicz, die Auschwitz-Birkenau als Kleinkind überlebte. Nachdem Sie von ihren Erlebnissen und ihrem Überleben berichtete, entwickelte sich ein reger Austausch, der keinen der TeilnehmerInnen unberührt ließ. Die Schüler verbrachten in Krakau eine sehr lehrreiche Zeit. Ihre Projektarbeiten werden am Ende des Schuljahres im Rahmen einer Ausstellung vorgestellt.



Schüler\*innen der GE Am Michaelsberg in Auschwitz-Birkenau

**Nie mehr Schimmel.  
Nie mehr nasse Wände.**

**Selbst bei Druck- und Stauwasser**

- **Gesund Abdichten von innen**
- **60% günstiger als Ausbaggern**
- **Kostenlose Analyse & Angebot**

**Tel.: 02241 26 15 980**

**www.drefit.de**  
Ingenieurbüro DreFit Eu UG  
(haftungsbeschränkt)

**Ingenieurbüro  
DreFit**

30 Jahre  
Garantie

30 Jahre Garantie auf die Wirkungsweise der Abdichtungsprodukte  
„Die Druckwasserprofis“





## Fassade nach eigener Fassung

Farbe, Putz oder Klinker: Vielfältige Möglichkeiten für die Gestaltung

Die Fassade bildet das Gesicht des Eigenheims. Zusätzlich zur ästhetischen Wirkung soll die Außenhülle aber auch vor Witterungseinflüssen schützen und zu einer guten Energieeffizienz beitragen. Bei der Fassadengestaltung, egal ob Neubau oder Sanierung, sind daher zahlreiche Faktoren zu beachten - zumal es mit Farbe, Putz und Klinkern unterschiedliche Materialien mit jeweils eigenen Eigenschaften gibt.

### Farben in vielen Varianten

Moderne Fassadenfarben sehen nicht nur gut aus, sondern bieten oft zusätzliche Funktionen. Sie schützen vor Algen und Pilzen, vermeiden die Aufheizung der Fassade, verhindern ein Ausbleichen oder können sogar Schadstoffe abbauen. Acrylatfarben sind besonders witterungsbeständig und in vielen Farbtönen erhältlich. Dispersionsfarben bestehen aus einem Gemisch von Pigmenten, Lösungsmitteln und Bindemitteln. Sie sind ungiftig und punkten mit einem guten Preis. Auf siliziumhaltigen Fassaden kann Silikatfarbe zum Einsatz kommen, die auch als Mineral- oder Wasserglasfarbe bekannt ist. Sie geht mit dem mineralischen Untergrund eine unlösliche Verbindung ein, dadurch ist sie gut haltbar, witterungsbeständig und farbecht. Welche Fassadengestaltung sich für die individuellen Wünsche empfiehlt, dazu können Profis aus dem Handwerk beraten. Unter [www.sto.de/fach-handwerkersuche](http://www.sto.de/fach-handwerkersuche) etwa finden sich

Ansprechpartner aus der Region.

### Fassadengestaltung mit Putz

Sand, Wasser und Bindemittel ermöglichen die Fassadengestaltung mit Putz in individuellen Optiken. Bei Mineralputz handelt es sich um Trockenmörtel, der mit Kalk oder Zement verbunden wird. Organischer Außenputz basiert auf Bindemitteln wie Silikon, Silikat oder Kunstharz. Durch die wasserabweisende Qualität bieten organische Putze einen hohen Schutz. Zudem lassen sich verschiedenste Gestaltungsformen verwirklichen. Besenputz, Buntstein- und Reibeputz gehören zu Fachbegriffen für die Optik der Oberfläche, die auch vielen Laien geläufig sind. Unter [www.wohnmwert-steigern.de](http://www.wohnmwert-steigern.de) etwa gibt es Beispiele für gängige Putztechniken und darüber hinaus viele Informationen zu weiteren Möglichkeiten der Fassadengestaltung.

### Klinker für eine zeitlose Optik

Neben Farbe und Putz spielt Klinker eine große Rolle. Häuser mit Klinkerriemchen prägen das Straßenbild ganzer Regionen beispielsweise im Norden und Westen Deutschlands. Das klassische Material wird heute mit einer noch größeren Vielfalt an Farben und Formaten wiederentdeckt. Die moderne Klinkerfassade erlaubt besondere Gestaltungen, gerade im Rahmen der Fassadendämmung. Die Basis dafür bildet stets ein Naturmaterial: Lehm, der entweder zu Klinkern gepresst oder zu Ziegeln geformt und anschließend gebrannt wird. (djd)



Ob Farben, Putz oder Klinker: Für die Fassadengestaltung können Hausbesitzer aus verschiedenen Möglichkeiten wählen. Foto: djd/Sto/Boris Storz



Fassadenfarben setzen markante Akzente und bieten oft weitere Funktionen, wie den Schutz vor dem Ausbleichen oder Aufheizen der Fassade durch die Sonne. Foto: djd/Sto/Martin Baitinger

## GARAGENTORE

### Verkauf | Montage | Service

[www.mauel-rhein.de](http://www.mauel-rhein.de)

**Mauel**

**Rhein**

**GbR**

Lessingstraße 3  
53819 Nk.-Seelscheid

Tel. 02247 / 97 14 76  
Fax 02247 / 97 14 78

[info@mauel-rhein.de](mailto:info@mauel-rhein.de)

MODERNE  
ELEKTROINSTALLATION

REGENERATIVE  
ENERGIESYSTEME

HEIZUNGS- UND  
SANITÄRTECHNIK



**TONDL**  
ENERGIETECHNIK

**TONDL ENERGIETECHNIK GMBH**  
GEWERBEGEBIET BITZEN 14  
53804 MUCH  
TEL 02245 . 914 03 90  
[WWW.TONDL.DE](http://WWW.TONDL.DE)





## Weltjugendtag in Portugal - Ortschaftsausschuss für Mobilisierung der Basis

Der nächste Weltjugendtag wird vom 1. bis 6. August 2023 in Lissabon gefeiert. Die Kreisjugendseelsorge im Kreisdekanat Rhein-Sieg und Altenkirchen lädt alle jungen Leute zwischen 16 und 30 Jahren zur gemeinsamen Fahrt vom 23. Juli bis zum 8. August nach Portugal ein.

Der Weltjugendtag bietet eine Mischung aus Spiritualität, Gemeinschaft und Kultur. Die Jugendlichen werden in den Tagen der Begegnung zunächst die Gegend rund um die Stadt Aveiro an der Westküste Portugals kennenlernen und einen Eindruck von der portugiesischen Gastfreundschaft bekommen. In Lissabon, wo das eigentliche Fest des Glaubens stattfinden wird, können die Gruppen die Stadt erkunden und am großen Programm des Jugendfestivals mit Workshops, Kultur und Gebet teilnehmen. Ein großer Gottesdienst mit Papst Franziskus bildet den Abschluss dieses Glaubensfestes mit Millionen jun-

gen Katholikinnen und Katholiken aus der ganzen Welt.

Aus unserer katholischen Kirchengemeinde Siegburg werden Kaplan Joaquim Wendland und Priesteramtskandidat Johannes Shimizu die Großgruppe der beiden Kreisdekanate mitbegleiten.

Noch Fragen?

Am Sonntag, 22. Januar, findet das erste Vorbereitungs- und Infotreffen in Siegburg statt, das mit der Hl. Messe um 18.30 Uhr in der Kirche St. Servatius (Kirchplatz 3) beginnt und im Anschluss informiert Kreisjugendseelsorger Pfr. Daniel Sluminsky im Servatiushaus über den Weltjugendtag und die Fahrt dahin. Es wird um eine kurze Anmeldung per E-Mail gebeten: lukaszwo@kja-bonn.de. Weitere Informationen auf unserer Homepage: <https://www.servatius-siegburg.de/aktuelles/veranstaltungen/veranstaltung/Reise-zum-Weltjugendtag-in-Lissabon/> oder auf [www.wjt-koeln.de](http://www.wjt-koeln.de).

### Drängende Zukunftsaufgaben stehen auf der Tagesordnung

Die neue Leitung des Ortschaftsausschusses der Kaldauer Liebfrauenengemeinde ist weiblich: Gabriele Römer und Anneliese Dippe-Bettmar wurden auf der letzten Sitzung des kirchlichen Gremiums zu seinen Sprecherinnen gewählt. Damit hat die Vertretung der katholischen Basis im größten Stadtteil der Kreisstadt nach mehrjähriger Vakanz, bedingt durch die Krankheit und den Tod von Hans Mosig sowie die Folgen der Corona-Pandemie, wieder eine funktionsfähige Leitung. Für das neue Jahr hat er Ortschaftsausschuss sich einiges vorgenommen.

So soll die Diskussion über aktuelle ökologischen Fragen, wie die naturgerechte Umgestaltung der Grünzone rund um die Liebfrauenkirche und die Nutzung der Dächer des Gotteshauses, des Pfarrheims und der Kindertagesstätte

durch Photovoltaikanlagen fortgesetzt und auf Entscheidungen gedrungen werden. Dazu dient auch die nächste Sitzung, die für den 19. Januar, 19.30 Uhr, im Pfarrheim terminiert ist und zu der alle Gemeindemitglieder, die sich für die Lösung drängender Zukunftsaufgaben - und das sind nicht wenige - einsetzen wollen, eingeladen sind. Eine enge Zusammenarbeit mit dem Kirchenvorstand von St. Servatius Siegburg und dem örtlichen Kirchbauverein wird bei allen anstehenden Fragen angestrebt.



## SENIOREN, AUFGEPASST!

### DIE BESTE LÖSUNG FÜR MENSCHEN, DIE BEIM FENSTERREINIGEN KEINE SCHMERZEN LEIDEN WOLLEN!

Erfahren Sie hier, wie Sie in **unter 1,5 Stunden** glasklare Sicht bekommen, **ohne sich selbst dabei schmerzhaft verrenken zu müssen**. Und das Ganze, **als Spezialangebot, zu unglaublich fairen Preisen!**

Lesen Sie jetzt den Text bis zum Ende, um Ihr **spezielles Angebot** zu sehen.

Gerade mit zunehmendem Alter steht ein sauberes Heim für Prestige. Ein Symbol für Lebenskraft und Sicherheit. Es untermauert unser Selbstbestimmtes Sein. Und unser Besuch sieht auf den ersten Blick, dass es uns gut geht.

Ab 55 Lebensjahren werden die akrobatischen Verrenkungen, die wir für Reinigungen vollführen müssen immer schmerzhafter, abenteuerlicher und Zeitintensiver. Und deswegen Stück für Stück, unzumutbar.

Wollen Sie es anders gestalten?

Als angehender Profi kann ich Ihre Fensterputz – Akrobatik, federleicht in schöne Lebenszeit umwandeln. Sie bekommen blitzschnell, glasklare Fenster. Das senkt Ihre Kosten und steigert Ihren Lebensstandard außerordentlich!

#### Kommen wir jetzt auf Ihr spezielles Angebot.

Andere nehmen unbezahlbare **100 Euro** und mehr, für die **Fensterreinigung einer gesamten Wohnung**.

Hier erhalten Sie den **unschlagbaren, fairen Festpreis ab 40 Euro!**

Zudem bekommen Sie die **Zufriedenheitsgarantie**. Sollten Sie wider Erwarten einmal mit der Leistung unzufrieden sein, **erhalten Sie 100 % Ihrer Kosten zurück!**

**KONTAKTIEREN SIE MICH JETZT  
FÜR EIN BERATUNGSGESPRÄCH**

Mobil: 0172 / 6553 668 • E-Mail: [Cleanitinfos@gmail.com](mailto:Cleanitinfos@gmail.com)





Online-Coaching ist auch nach dem Abflauen der Pandemie als Option des Austauschs zwischen Coach und Klientin nicht mehr wegzudenken.  
Foto: [djd/www.ibt.com/goodluz](https://www.djd.com/ibb.com/goodluz) - stock.adobe.com

## Mit Coaching zum Traumjob

Professionelle Begleitung in allen Phasen der Arbeitssuche

Stellenanzeigen durchstöbern, Bewerbungen schreiben, Vorstellungsgespräche meistern - die Jobsuche gehört bei vielen Menschen nicht gerade zu den Lieblingsbeschäftigungen. Heute gibt es in Deutschland zahlreiche Coaches, die sich auf das Thema spezialisiert haben und ihren Klient-

innen und Klienten bei jedem dieser Schritte zur Seite stehen.

### Antworten im Verlauf des Coachings selbst erarbeiten

Zu Beginn eines solchen Coachings steht der Austausch über die eigenen Wünsche und Ziele. „Manche Klientinnen und Klienten möchten im Vorstellungsgespräch sicherer auftreten, andere wollen den Schritt in die Selbstständigkeit wagen“, berichtet Coach Gerjet Kleine-Weischede vom Institut für Berufliche Bildung (IBB). Der Bildungsträger bietet passende Einzel- oder Gruppenangebote sowie Online-Coachings an, Infos gibt es zum Beispiel unter [www.ibt.com](https://www.ibt.com). Bei den weiteren Treffen, so Kleine-Weischede, erarbeite man mithilfe von erprobten, kreativen Methoden den individuellen Lösungsweg: „Es geht nicht darum, dass der Coach Antworten auf die Fragen des Klienten gibt. Das Ziel ist, dass man sich diese Antworten im Verlauf des Coachings selbst erarbeitet.“

### Gruppencoaching: Austausch mit Gleichgesinnten kann hilfreich sein

Die letzte Phase des Coaching-



## Wir suchen AUSTRÄGER/\*/INNEN

jeden Alters für den RUNDBLICK SIEGBURG in

- ☐ Zange
- ☐ Brückberg

### 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](https://regio-pressevertrieb.de/bewerbung)
- oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH** · z. Hd. Michaela Knoll · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
FON 02241 260-380 · E-MAIL [mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)

Gerne per  
WhatsApp



+49 2241260380



oder mit diesem  
QR-Code  
bewerben!

## AUSTRÄGER/\*/INNEN für den RUNDBLICK SIEGBURG in

- ☐ Zange
- ☐ Brückberg

An  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH**  
Michaela Knoll  
Kasinostraße 28-30  
53840 Troisdorf

Name, Vorname .....  
Straße, Hausnummer .....  
PLZ, Ort .....  
Telefon (für evtl. Rückfragen) / Geburtsdatum .....

E-Mail .....  
**REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH**  
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



Unterschiedliche Ziele eines Coachings: Manche Klienten möchten im Vorstellungsgespräch sicherer auftreten, andere wollen den Schritt in die Selbstständigkeit wagen.  
Foto: [djd/www.ibt.com/insta\\_photos](https://www.djd.com/ibt.com/insta_photos) - stock.adobe.com



prozesses ist eine Art Verlaufskontrolle: Was sind die letzten Schritte? Wie gehts nach dem Coaching weiter? „Ich weiß mich jetzt besser zu bewerben und mich vorzustellen“, resümiert etwa Cenk Aktas seine Erfahrungen mit dem Einzelcoaching beim IBB. Er wisse nun, wo seine Stärken und Schwächen liegen. Neben dem

klassischen Einzelcoaching bieten Bildungsträger auch Gruppencoachings an. „Der Austausch mit Gleichgesinnten kann helfen, die eigene Situation klarer zu sehen“, erklärt Kleine-Weischede. Auch eine Kombination aus Einzel- und Gruppencoaching sei möglich, genauso wie die Ergänzung durch fachliche Weiterbildungen und vor

allem durch eine Bewerbungsunterstützung.

## Coaching kann vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit gefördert werden

Ein professionelles Coaching kann beispielsweise mit einem sogenannten „Aktivierungs- und Vermittlungsgutschein“ (AVGS) vom Jobcenter oder von der Agentur

für Arbeit finanziert werden. Diesen kann man bei zertifizierten Anbietern einlösen. Voraussetzung dafür ist, dass man arbeitsuchend oder von Arbeitslosigkeit bedroht ist. Das kann zum Beispiel auch Hochschulabsolventen, Berufsrückkehrer und Selbstständige betreffen. (djd)



Beim Online-Coaching wird mithilfe erprobter, kreativer Methoden der individuell passende Lösungsweg bei der Jobsuche gefunden.

Foto: djd/www.ibb.com/Pixel-Shot - stock.adobe.com

## Mitarbeiter(in) (w/m/d) für den Bereich Stickereiproduktion in Vollzeit (40 Stunden/ Wechselschicht).

Wir bieten Ihnen einen interessanten, sicheren Arbeitsplatz zu guten Bedingungen.

Wenn Sie eigenverantwortlich und zuverlässig in einem engagierten, freundlichen Team mitarbeiten wollen und Bereitschaft zur Wechselschicht im Zeitrahmen von 6 Uhr bis 23 Uhr mitbringen, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

### A-S-Aktuell AG

Luxemburger Str. 15 | 53842 Troisdorf  
oder [bewerbung@as-aktuell.de](mailto:bewerbung@as-aktuell.de)

# Metallbau PIEPER GmbH

EN 1090 – vom TÜV Rheinland zertifiziert.

- Edelstahlarbeiten • Konstruktionen
- Treppenbau • Geländer • Balkone • Gitter

## AUSBILDUNG zum METALLBAUER.

Wir bieten in einem seit über 50-jährigen Familienbetrieb eine **Ausbildung zum Metallbauer/Konstruktionstechniker** an. Sie sind motiviert und lernfähig. Wir wünschen einen Schulabschluss, Zuverlässigkeit und eine gute körperliche Konstitution. Wenn Sie dies mitbringen, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung.

## Wir suchen Verstärkung

Falls Sie einen kennen der einen kennt und der ist **Metallbauer** oder er will einer werden bitte unseren Namen weiterleiten **wir suchen Verstärkung!**

**Wir bieten** in einem seit über 50-jährigen Familienbetrieb: junges, dynamische Team, Vollzeitstelle (40 Std. Woche), Bezahlung **über** Tarifvertrag, Urlaubs & Weihnachtsgeld.

**Sie bringen mit:** abgeschlossene Berufsausbildung als Metallbauer/in, Schweißkenntnisse, Zuverlässigkeit, Belastbar und selbstständiges Arbeiten nach Zeichnung.

51147 Köln (Porz-Lind) • Am Grott 11  
Tel. (022 03) 90 74 60 • Fax (022 03) 90 74 59  
[info@metallbau-pieper-koeln.de](mailto:info@metallbau-pieper-koeln.de) • [www.metallbau-pieper-koeln.de](http://www.metallbau-pieper-koeln.de)

Katholischer Kirchengemeindeverband  
Troisdorf



### Wir suchen für unsere KiTas:

- Päd. Fachkräfte (z.B. **Erzieher\*innen**)
- Päd. Ergänzungskräfte mit Voraussetzung zur Weiterqualifikation (z.B. **Kinderpfleger\*innen**)

kleine  
Menschen  
BRAUCHEN  
so große  
Herzen  
wie deine

### Wir bieten Ihnen:

- Finanzierung von **Fort- und Weiterbildungen** (u.a. 160-Stunden-Qualifikation für Ergänzungskräfte)
- 32 Tage **Urlaub / Regeneration**
- Betriebliche **Altersvorsorge**
- **Fahrradleasing**
- Vergütung gemäß **KAVO**

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung an  
**Frau Simone Reiter**

Kath. Kirchengemeindeverband Troisdorf  
Hippolytusstr. 47 - 53840 Troisdorf  
[verwaltungsleitung@trokirche.de](mailto:verwaltungsleitung@trokirche.de)

mehr Infos unter: [www.familienzentrum-trokirche.de](http://www.familienzentrum-trokirche.de)

KiTa St. Mariä Himmelfahrt: 02241 42597

KiTa St. Hippolytus: 02241 77273

# NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



**110 POLIZEI**

**112 FEUERWEHR**



## APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

**Freitag, 13. Januar**

**Kaiser-Apotheke**

Kaiserstraße 71, 53721 Siegburg, 02241/50528

**Samstag, 14. Januar**

**Rats-Apotheke**

Nogenter Platz 3, 53721 Siegburg, 02241/51132

**Sonntag, 15. Januar**

**St. Rochus-Apotheke**

Hauptstraße 53, 53721 Siegburg (Kaldauen), 02241/381855

**Montag, 16. Januar**

**Merlin Apotheke am Hochhaus OHG**

Mittelstraße 111, 53757 Sankt Augustin (Menden), 02241/97700

**Dienstag, 17. Januar**

**Linda Apotheke am oberen Stadttor**

Kölner Str. 62a, 53840 Troisdorf, 02241/995290

**Mittwoch, 18. Januar**

**Augustinus-Apotheke**

Uhlandstr. 13, 53757 Sankt Augustin (Ort), 02241/204200

**Donnerstag, 19. Januar**

**Glocken Apotheke**

Hermann-Ehlers-Str. 61, 53840 Troisdorf (Friedrich-Wilhelm-H.), 02241/804689

**Freitag, 20. Januar**

**Marien-Apotheke**

Bonner Str. 81, 53773 Hennef, 02242/2714

**Samstag, 21. Januar**

**Ennert-Apotheke**

Paul-Langen-Str. 44, 53229 Bonn (Holzlar), 0228/430042

**Sonntag, 22. Januar**

**Valentin-Apotheke**

Burgstr. 6, 53757 Sankt Augustin (Menden), 02241/314500

Angaben ohne Gewähr



## ÖRTLICHE NOTDIENSTE

### Freiwilligen-Agentur

Kontakt erfolgt über Freiwilligen-Agentur Siegburg  
02241/25 215 20

Freiwilligen-agentur@

diakonie-sieg-rhein.de

Sprechstunden nach Vereinbarung

### Demenzsprechstunde

Kostenfrei im Seniorenzentrum Siegburg,  
Friedrich-Ebert-Straße 16,  
Siegburg.

Immer am 2. Mittwoch eines  
jeden Monats von 16.30 bis  
18 Uhr.

Parkmöglichkeit ist vorhanden.

Hier können in einer Gruppe  
von betroffenen Angehörigen  
Fragen zu Alzheimer und anderen  
Demenzkrankungen  
erörtert werden. Begleitung:  
Facharzt Kelzenberg und Fachkraft  
des Hauses

Telefon: 2504-2000

### Kinder- und Jugendtelefon

Montag bis Samstag:

14 bis 20 Uhr

Telefon: 116111

### Alkoholprobleme?

#### Wir können helfen!

Auch oder gerade in Coronazeiten  
wird sehr viel Alkohol getrunken.  
Für die, die mit ihrem Alkoholkonsum  
ein Problem haben, bieten die Anonymen  
Alkoholiker Hilfe an.

Üblicherweise geschieht das  
in sogenannten Meetings, in  
denen Betroffene sich über die

Krankheit Alkoholismus austauschen.  
Diesen Austausch nennen wir Selbsthilfe.  
Auch jetzt in Coronazeiten finden  
die meisten Meetings wieder statt.  
Coronavorschriften sind einzuhalten.

freitags, 19.30 Uhr, Siegburg,  
Gemeindehaus der ev. Auferstehungskirche,  
Annostraße 14, Siegburg,  
02247 968 166 (Roswitha),  
02241 8982321 (Stefan),  
02245 890 049 (Erich),  
Siegburg@Anonyme-Alkoholiker-rg09.de

### Trauergesprächskreis

Der Trauergesprächskreis von  
„Sonare“ findet ab Januar  
wieder statt: neu in der Wilhelmstraße  
74 in Siegburg in den Räumen der Caritas,  
immer am 1. Donnerstag des Monats  
um 15 Uhr, kostenfrei. Leitung: Elisabeth  
Bäsch Informieren Sie sich aktuell  
immer über Änderungen durch  
Pandemiebestimmungen (Rückfragen  
unter 02247/900 13 65).

### Selbsthilfegruppe für seelische Gesundheit

Emotions-Anonymous / EA  
Wir teilen im Gespräch Erfahrung,  
Kraft und Hoffnung, samstag ab 18.15 Uhr,  
Markt 1, im Club, Sankt Augustin.  
EA-Sankt-Augustin@web.de  
Silke: 0151 16573691  
Helma: 02241/9995226

## 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**



**PLAMECO**  
SPANNDECKEN

morgen schöner wohnen

**Plameco live erleben:**

Dienstag & Freitag  
immer von  
14.00 - 18.00 Uhr

**Plameco-RheinSieg**  
Gregor Blechinger  
Frankfurter Str. 493  
51145 Köln Porz-Urbach  
☎ +49 2203 - 9655044 | plameco.de



# Cooler Schlitten bestellen

## Winterliche Angebote von Hoff. Begrenzte Stückzahl.



Jetzt leasen  
ab 299,- €<sup>1</sup> mtl.

**Der T-Roc R-Line.** Mit seinem geschärften Exterieur-Design, dem neuen Qualitäts- und Designniveau im Innenraum und den aufgewerteten Technikfeatures tritt der T-Roc selbstbewusst auf und unterstreicht seine starke Persönlichkeit. **Unverwechselbar.**

**Kraftstoffverbrauch in 1/100 km: (kombiniert) 6,4 l, innerstädtisch (langsam) 7,7 l, Stadtrand (mittel) 6,2 l, Landstraße (schnell) 5,6 l, Autobahn (sehr schnell) 6,7 l, CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert) 145 g/km**

**z. B. T-Roc R-Line 1.5 l TSI OPF 110 kW (150 PS) 7-Gang-Doppelkupplungsgetriebe DSG, Ausstattung:** Lackierung: Ascotgrau, Anhängervorrichtung, „Air Care Climatronic“, Nevada 7 J x 18 in Schwarz / glanzgedreht, Mittelarmlehne vorn, Multifunktions-Sportlenkrad in Leder, Sport-Komfortsitze vorn, Vordersitze beheizbar, Automatische Distanzregelung ACC, Parklenkassistent „Park Assist“ inkl. Einparkhilfe, „Lane Assist“, App-Connect Wireless, Digital Cockpit, Außenspiegel elektrisch einstell-, anklapp-, beheizbar, mit Memory-Funktion, Telefonschnittstelle, Innenspiegel automatisch abblendend, LED-Plus-Scheinwerfer, Regensensor, Fahrprofilwahl u.v.m.

einmalige Sonderzahlung:	EUR 2.999,00 <sup>1</sup>
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km
Laufzeit:	48 Monate
monatliche Leasing-Rate ohne Dienstleistungen	EUR 299,00 <sup>1</sup>
Wartung und Verschleißreparaturen Aktion	EUR 27,26
<b>monatliche Leasing-Rate inkl. Dienstleistungen</b>	<b>EUR 326,26<sup>1</sup></b>



Inklusive Abholung Autostadt. Alle Werte inkl. gesetzlicher Mehrwertsteuer. Beispielhafte Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis. Gültig bis zum 28.02.2023. Stand 1/2023. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. <sup>1</sup> Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig. **Bonität vorausgesetzt.** Bildliche Darstellungen können vom Auslieferungsstand unwesentlich abweichen. Weitere Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und den offiziellen spezifischen CO<sub>2</sub>-Emissionen neuer Personenkraftwagen können dem „Leitfaden über den Kraftstoffverbrauch, die CO<sub>2</sub>-Emissionen und den Stromverbrauch neuer Personenkraftwagen“ entnommen werden, der an allen Verkaufsstellen und unter [www.dat.de](http://www.dat.de) unentgeltlich erhältlich ist.

Ihr Volkswagen Partner

# HOFF

**Autohaus Hoff GmbH & Co. KG**

Urbacher Straße 8 · 53842 Troisdorf-Spich · Tel. 02241-95126-0  
Westerwaldstraße 1 · 53757 St. Augustin · Tel. 02241-39183-0

[autohaus-hoff.de](http://autohaus-hoff.de)



Die nächste Ausgabe erscheint am:  
**Freitag, 20. Januar 2023**  
Annahmeschluss ist am:  
**18.01.2023 um 10 Uhr**

Rautenberg Media Zeitungspapier –  
nachhaltig & zertifiziert:  
Made of paper awarded the EU Ecobabel  
reg. no. FI/1/001, supplied by UPM

## IMPRESSUM

RUNDBLICK SIEGBURG

### HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG  
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
Fon +49 (0) 2241 260-0 · Fax 260-259  
willkommen@rautenbergberg.media

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:  
Bianca Breuer und Christoph de Vries  
Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:  
Dunja Rebinski

### ERSCHEINUNG wöchentlich

### V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

Politik  
CDU Michael Franz Burgemeister  
SPD Michael Keller  
FDP Frank-Michael Müller  
Die Linke Raymund Schoen  
Bündnis 90 / Die Grünen  
Hans-Werner Müller

Kostenlose Haushaltsverteilung in Siegburg. Zustellung ohne  
Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Media  
5,00 Euro/Stück + Porto. Sind gesetzlich geschützte Wa-  
renzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende Hin-  
weise keine freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete  
Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion wi-  
der.

### Handhabung für unverlangt hereingegebene Pressematerialien

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Rich-  
tigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit.  
Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückge-  
sandt. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen For-  
derungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse-  
oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert  
Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei ir-  
rümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bild-  
nachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung  
an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressema-  
terials wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für ih-  
re Print-Ausgaben, als auch für die durch sie betriebenen  
elektronischen Medien zu verwenden.

### KONTAKT

#### MEDIENBERATERIN

Sarah Demond  
Fon 02241 260-134  
s.demond@rautenbergberg.media

#### VERTEILUNG

Fon 02241 260-380  
Michaela Knoll  
mail@regio-pressevertrieb.de  
regio-pressevertrieb.de

#### SERVICE

Fon 02241 260-112  
service@rautenbergberg.media

#### REDAKTION

Fon 02241 260-250 /-212  
redaktion@rautenbergberg.media

#### INFORMATION

info@rautenbergberg.media

### RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media  
facebook.de/rautenbergbergmedia  
twitter.de/rautenbergbergmedia  
instagram.de/rautenbergberg\_media  
vimeo.com/rautenbergbergmedia

### ZEITUNG

rundblick-siegburg.de/e-paper

unserort.de/siegburg

### SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

### LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg  
Media über 80 Städte- und Gemeinde-  
zeitungen. Die Zeitungsartikel mit Bildmateri-  
al erscheinen auch unter unserort.de, der Social-  
Media-Plattform von Rautenberg Media.

Mehr unter: [rautenbergberg.media](https://rautenbergberg.media)

■ ZEITUNG

■ DRUCK

■ WEB

■ FILM

RAUTENBERG

MEDIA

## PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

## ONLINE BESTELLEN

[www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen](https://www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen)

## Angebote

### An- und Verkauf

#### Achtung seriöser Ankauf

von Pelzen aller Art, zahlen 300 - 3.500 Euro  
in bar. Kleidung, Näh-/Schreibmaschinen,  
Porzellan, Bilder, Teppiche, Puppen, Jagd-  
trophäen, Mode-/ Goldschmuck, Zinn, Schall-  
platten, Rolex Uhren, Bibeln.  
Bieten gerne kostenlose Hausbesuche an.  
**0178/2913248 Fr. Hartmann**

## Tiere

### Hunde

#### Exklusive und anspruchsvolle Tier- Fotografie

[www.petram-fotografie.de](https://www.petram-fotografie.de),  
Tel. 0175/5105310

## Verschiedenes

### Sonstiges

#### BIETE günstig

Metall- und Schlosserarbeiten sowie  
Reparaturservice an.  
Tel. 0 22 42 - 96 98 364

## Gesuche

### Kaufgesuch

#### Kaufe Klaviere, Weine & Cognac

Achtung sofort Bargeld für Näh-/  
Schreibmasch., Bücher, Tischwäsche,  
Rollatoren, Zinn, Tafelsilber, Münzen,  
Modeschmuck, Armband-/Taschenuh-  
ren, Bekleidung D/H! Kaufe alles aus  
Wohnungsausschlösung.  
Tel.: 01634623963 Hr. Braun! Gerne  
machen wir Ihnen ein seriöses Ange-  
bot. Hygienevorschriften vorhanden

## Sammler

#### Sammler der Luftwaffe SUCHT

Fotos, Fotoalben, Negative, Farbdias,  
Orden, Urkunden, Dolche, Pokale,  
Uniformteile von der dt. Fliegertruppe  
aus dem 1. und 2. Weltkrieg - Seriose  
Abwicklung - Tel. 02241/9950818

## ANKAUF

Ankauf: Kleidung aller Art, Pelze,  
Taschen, Näh- u. Schreibm., Spinn-  
räder, Schmuck, Jagdzubeh., Orden,  
Kameras, Bernstein, Porzellan, Krüge,  
Bleikristall, Puppen, Teppiche,  
Gemälde, Zinn, altdt. Möbel, Silber-  
besteck, Münzen, Uhren, Lampen, LP's.

**Fa. Hartmann 0162-8971806**

## GESUND LEBEN

### Wahrsagerin

treffsicher und wahrheitsgetreu sagt Ihre  
Zukunft in allen Lebenslagen, auch in  
geschäftlichen Angelegenheiten.  
Corona-Schutz ist gewährleistet.  
Tel. 0228-616690



## AUTO & ZWEIRAD

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

## TASCHENGELD VERBESSERN!?

GANZ EINFACH ALS  
AUSTRÄGER/\*/IN!



Wenn Du mindestens  
13 Jahre alt bist,  
schreib uns eine  
WhatsApp Nachricht\*  
**+49 2241260380**

\*Bitte unbedingt Namen, Straße,  
Ort und Telefonnummer angeben.

**REGIO** • punktlich • zielgerichtet • lokal  
PRESSE VERTRIEB comet  
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Oder scan den  
QR-Code und  
bewirb Dich.



## Fragen zur Verteilung?

FRAU KNOLL  
[mail@regio-pressevertrieb.de](mailto:mail@regio-pressevertrieb.de)

[www.regio-pressevertrieb.de](https://www.regio-pressevertrieb.de)

**REGIO** • punktlich • zielgerichtet • lokal  
PRESSE VERTRIEB comet  
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

# KLEINANZEIGEN

PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN

[rautenbergberg.media/kleinanzeigen](https://rautenbergberg.media/kleinanzeigen)

Ihre private\*  
KLEINANZEIGE  
bis 100 Zeichen  
in dieser Zeitung

ab **6,99€**

\*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

**02241 260-400** Telefonische Beratung

**RAUTENBERG MEDIA**



# Mit **myline**<sup>®</sup> erfolgreich und langfristig das Gewicht reduzieren!

aktiv schlank.

Der Myline-Kurs im Sports Club AGGUA zielt auf eine nachhaltige Ernährungsumstellung ohne lästige Diät. Gestützt durch ein Begleitbuch üben die Teilnehmer vielmehr notwendige Verhaltensänderungen ein, erlernen den gezielten Einkauf, probieren leichte und schnell umsetzbare Rezepte aus, trainieren das bewusste Essen. Im Studio wird dieses neue Verhalten durch gezieltes Training unterstützt.



## So werden schnell erste Erfolge sichtbar.

Nach acht Wochen ist im Durchschnitt jeder Teilnehmer acht Kilo leichter und – was schwerer wiegt – er hält sein Gewicht. Das bestätigt die Sport- und Ernährungsmedizin. Dipl. Oec. Andreas Scholz von der GfBE (Gesellschaft für Bewegungs- & Ernährungsanalysen) Hamburg hat den myline-Kurs, den führenden Ernährungskurs der Fitness-Branche, auf den Prüfstein gestellt. Sein Fazit: „Zwei Drittel aller Teilnehmer haben ihren Lebensplan grundlegend verändert. Dies ist unvergleichlich mehr und besser, als alles, was bisher in der gesamten Literatur zu diesem Thema evaluiert wurde.“

Noch sechs bis zwölf Monate nach Kursende, so Andreas Scholz, haben 40 Prozent ihr Gewicht gehalten, 10 Prozent weiter deutlich abgenommen und 19 Prozent langsam abgenommen.

**Kursstart: DI, 24.01.2023 um 18:34 Uhr**  
**Jetzt anmelden unter ☎ 02241-881691** Begrenzte Teilnehmerzahl!

### Vanessa, 30 Jahre

Ich bin seit einem Jahr Mitglied im Sports Club AGGUA und habe in dieser Zeit 30 Kg abgenommen! Besonders motiviert hat mich die Abnehm-Challenge mit dem individuellen Trainingsprogramm und den inspirierenden Rezepten. Durch das Trainerteam und die sichtbaren Erfolge bin ich motiviert, 3x pro Woche zu trainieren. Der größte Spaßfaktor ist für mich die Kombination aus dem Gerätetraining und dem Jump-Kurs.



### Burkhard, 70 Jahre

Meine Motivation ist es, auch im Alter fit und selbstständig zu bleiben. Durch die regelmäßigen Körperdiagnostiken und die Gewichtssteigerung an den Trainingsgeräten weiß ich, dass mein Training erfolgreich ist und ich es schaffe weiter Muskulatur aufzubauen. Bestätigt werde ich auch von meinem Umfeld, das mich dank meines Fitnesslevels immer viel jünger einschätzt. Der Erfolg macht so viel Spaß, dass ich mich jedes Mal auf das Training freue.



### Hubert, 70 Jahre

Seit 9 Jahren komme ich regelmäßig zum Training. Ich merke, dass ich dadurch jung und körperlich fit bleibe. Am Sports Club AGGUA gefällt mir die Atmosphäre besonders gut. Ich fühle mich durch das nette Trainerteam gut betreut und freue mich sehr über die vielen sozialen Kontakte, die ich hier in den letzten Jahren aufbauen konnte.



**SPORTSCLUB<sup>®</sup> AGGUA**

**FIGUR · GESUNDHEIT · WOHLBEFINDEN**  
[www.sportsclubaggua.de](http://www.sportsclubaggua.de)

Aggerdamm 22 · 53840 Troisdorf · ☎ 02241-881691



## IN 4 WOCHEN ZU EINEM GESÜNDEREN LEBEN Bringen Sie Ihren Körper in Form

### 75 INTERESSIERTE GESUCHT!

Troisdorf. Sie möchten Ihr Gewebe straffen, Muskulatur aufbauen oder leiden unter Rückenbeschwerden?

Wenn ja, dann sollten Sie gleich zum Telefonhörer greifen und im Sports Club AGGUA in Troisdorf, Aggerdamm 22 anrufen. Celina Eschmann (Bachelor of Arts in Fitnessökonomie) und Moritz Bechtel (Bachelor of Arts in Fitnessökonomie / Master of Arts in Gesundheitsmanagement) sowie das ganze Trainerteam möchten allen Interessierten dabei helfen, sich bald wohler in Ihrer Haut zu fühlen. Dafür suchen Celina Eschmann und Moritz Bechtel 75 Interessierte mit Gewichts- oder Rückenproblemen. Der Großteil von Ihnen sollte bisher nicht allzu regelmäßig und nicht viel Sport betrieben haben.

4 Wochen lang werden die Teilnehmer durch ein spezielles Programm geleitet und am Ende wird festgehalten, wie sich ihre Figur oder ihre Rückenprobleme verbessert haben – und das für nur 59 €. In den 4 Wochen werden sie

Unser  
Zirkeltraining  
- einfach  
und effektiv!

**TEILNAHME  
FÜR NUR 59 €**

zweimal pro Woche für je 34 Minuten ein spezielles Training absolvieren, für das sie zuvor einen Plan erhalten.

**Der Körper ändert sich in 4 Wochen**  
Fettgehalt, Hautbild und Stoffwechsel dürften sich innerhalb dieser Zeit regulieren, Wohlbefinden und Lebensgefühl allgemein verbessern und sogar kleine "Wehwehchen" verschwinden. Nach 4 Wochen ist man ein ganz anderer, positiver Mensch. Das alles möchten wir im Rahmen dieses Projekts beweisen.

Die Trainingsstunden werden im Sports Club AGGUA absolviert. Das Team und

die technischen Voraussetzungen des Sports Club AGGUA bieten eine ideale Ausgangsbasis. Celina Eschmann und Moritz Bechtel geht es darum zu sehen, wie viel man mit gezielter Bewegung und minimaler Ernährungsveränderung erreichen kann. Die Ergebnisse dieses Projekts werden mit Sicherheit künftig in die Trainingsempfehlungen für Sports Club AGGUA – Neueinsteiger einfließen. Und solche gibt es immer mehr, da ein gesünderes Leben und ein besseres Wohlbefinden in Zeiten von Alltagsstress die Lebensqualität und Lebensfreude enorm erhöht.



**Chipkarte rein!**  
Alle persönlichen  
Einstellungen  
für die jeweilige  
Station sind  
gespeichert



**Alle Trainings-  
stationen**  
stellen sich  
automatisch ein



**8 Stationen**  
in 34 Minuten  
wirksam  
trainieren



**Bis zu  
55 Stunden(!)  
erhöhter  
Fettstoffwechsel  
durch 34 Minuten  
Training**

## JETZT ANMELDEN & MITMACHEN! ☎ 02241-881691



**Dr. med. Stefan Trapp**

Facharzt für Augenheilkunde  
Komplementäre Augenheilkunde  
Ganzheitliche Diagnose- und  
Therapieverfahren  
Energetische Medizin  
Klinische Umweltmedizin

„Das Training der Muskulatur sollte für jeden Menschen zur wöchentlichen Pflege oder Vorsorge gehören, denn nichts ist wichtiger als seinen Körper fit und gesund zu halten. Die Muskulatur bildet das Gerüst des Körpers und damit die Basis für Mobilität im Alter. Muskeltraining ist ein dynamischer Motor für die Gesundheit, trainierte Muskulatur kann viel mehr als uns nur Kraft zu geben. So aktiviert man mit Muskeltraining z.B. das Immunsystem, unterstützt den Stoffwechsel und regt die Fettverbrennung an. Auch Erkrankungen wie Osteoporose oder Arthrose können durch eine starke Muskulatur eingedämmt bzw. vorgebeugt werden. Bereits 2 Trainingseinheiten pro Woche reichen aus, um die Muskulatur zu erhalten. Eine kompetente und professionelle Einweisung und Begleitung im Training hilft, das optimale Pensum an das jeweilige Fitnessniveau anzupassen.“

**Nutzen Sie den Jahresanfang für einen neuen Start!**

**Ihr Dr. med. Trapp** Medizinischer Berater des Sports Club AGGUA

**SPORTS CLUB AGGUA**

FIGUR · GESUNDHEIT · WOHLBEFINDEN

Aggerdamm 22 · 53840 Troisdorf · [www.sportsclubaggua.de](http://www.sportsclubaggua.de) · ☎ 02241-881691