IN sülz
www.insuelz.com
& klettenberg

stadtteilmagazin
17. Jg. ▪ Nr. 3 ▪ Herbst 2023 kostenlos
leben leute lifestyle im karree

leben
Foodsharing per Fahrrad

leute
Hinz – Familien-unternehmen mit Zukunft

lifestyle
Herbstspaziergang durchs Veedel

Ein Hauch von Herbst in Sülz & Klettenberg

INsicht: mit vielen Tipps & Terminen

25 JAHRE Apotheke am Questerhof

Apotheke am Questerhof
Ihre Partner für Ihre Gesundheit in Köln

Vielen Dank für Ihre Treue!

Profitieren Sie von unserer Erfahrung und lassen
Sie sich von vielen attraktiven Angeboten überraschen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Apotheke am Questerhof

Apotheke am Questerhof
Berrenratherstr. 296 · 50937 Köln Sülz · Telefon: 0221- 941 58 33
Fax: 0221- 941 58 34 · email: info@a-a-q.de · webside: www.a-a-q.de
Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 08:00 - 19:00 Uhr · Samstag: 09:00 - 14:00 Uhr

GUTES HÖREN IST DIE GRUNDLAGE FÜR DAS EIGENE WOHLBEFINDEN.

Wir von Bruchhaus Optik & Akustik möchten, dass Sie sich wohlfühlen. Mit Hilfe moderner Anpassverfahren und innovativer Hörsystemtechnik begleiten wir Sie auf Ihrem Weg, unsere Welt mit mehr Klangfarbe zu erleben.

Besuchen Sie uns und profitieren Sie von einer umfangreichen Beratung rund ums Hören. Wir nehmen uns Zeit für Sie.

BRUCHHAUS Optik & Akustik • Berrenrather Str. 213, 50937 Köln
0221 941 1003 • info@bruchhaus-optik.de • www.bruchhaus-optik.de

Liebe Leser*innen,

diese Herbstausgabe der INsülz & klettenberg haben wir Ihnen vielleicht sogar auf dem Carréefest persönlich überreicht. Wir freuen uns jedes Jahr auf diese wunderbare Gelegenheit, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen. Sie geben uns Bestätigung für unsere Arbeit im gesamten Redaktionsteam, Inspiration für immer neue Themen, aber auch immer wieder Anregungen für Verbesserungen durch Ihre konstruktive Kritik. Auch außerhalb dieser persönlichen Treffen bieten wir Ihnen – quasi rund um die Uhr – die Möglichkeit, uns Ihre Meinung zu unseren Beiträgen und/oder zum Magazin im Allgemeinen mitzuteilen. Schicken Sie uns einfach eine E-Mail an office@insuelz.com. Vielen Dank dafür!

Derzeit beschäftigt uns – angesichts der aktuellen Entwicklungen – die Frage, inwieweit ein gedrucktes Magazin wie die INsülz & klettenberg für unser Veedel auch als Online-Format im Internet funktionieren könnte. Dabei ist uns bewusst, dass es natürlich nach wie vor viele Menschen gibt, die sich darüber freuen, unser Stadtteilmagazin viermal im Jahr als gedrucktes Exemplar in den Händen zu halten. Nichtsdestotrotz stehen wir vor der Aufgabe, die INsülz in ein zukunftsfähiges Format zu führen, das nicht nur Information und Unterhaltung für die Leser*innen bietet, sondern dabei auch wirtschaftlich tragbar bleibt.

Sie können die Zukunft der INsülz & klettenberg mitgestalten. Dazu haben wir eine einfache Umfrage vorbereitet, an der Sie entweder online (https://qst.insuelz.com) oder direkt hier an unserem Stand auf dem Stadtteilfest am 2. und 3. September teilnehmen können. Uns interessiert, welche Beiträge Sie in Zukunft gern lesen würden – und in welcher Form. Scannen Sie einfach den unten angezeigten QR-Code, und Sie landen direkt auf unserer Onlineumfrage.

Wir sind sehr gespannt auf Ihre Rückmeldungen.

Bis dahin stöbern wir auf jeden Fall bis auf Weiteres immer noch gern in unserer gedruckten der INsülz & klettenberg.

Bleiben Sie gesund.

Ihr

Ralf Martens
(Herausgeber)

Ehrenamtliche „Fairteilerin“ Christine Beuß, fotografiert von Sonja Hoffmann

Hier geht’s zur INsülz-Onlineumfrage

INhalt

leben

INitiative
Mit dem Fahrrad Lebensmittel retten 05

Schmitzundkunzt:
Die Kolumne 06

Engagiert für Geflüchtete 07

INkürze
Neuigkeiten aus dem Veedel 09

INteressant
Trauer begleiten 13

Bunte Vielfalt im Veedel 14

INformiert
Beschlossene Sache 18

INkunst
Einblicke in die Pop-up-Art 20

leute

INklein
Bunte Seiten für Pänz:
Gemüse kann so lecker sein 22

INterview
Erfolgreiche Unternehmer*innen aus dem Veedel:
Hinz – ein Familien-unternehmen mit Zukunft 26

lifestyle

INterieur
Tipps und Infos rund ums Wohnen und Einrichten 32

INspiriert
DIY-Tipp für den Herbst:
Heißluftballons aus alten Glühbirnene 35

INmode
Modische Trends – fair und nachhaltig für den Herbst 36

INbewegung
Herbstspaziergang:
Was steckt hinter Straßennamen in Sülz und Klettenberg? 41

INsicht
Termine für den Herbst 46

Adressen 51

simply communicate SIMPLY Communicate GmbH . Marie-Curie-Straße 3 . 50321 Brühl . Fon 02232 . 923230 . Fax 02232 . 9232323 . mail@simply-communicate.de . www.simply-communicate.de
Herausgeber: Ralf Martens (rm) . Red. Mitarbeit: Thomas Dahl (**td**) – freier journalist und autor . www.wortall.de . Dorothee Mennicken (**dm**) . www.klartextkoeln.de . Anika Pöhner (**ap**)
Hanka Meves-Fricke (**hmf**) . www.drei-txt.de . DTP-Satz: Ralf Martens, SIMPLY Communicate GmbH
Fotos: Sonja Hoffmann . www.soho-fotografie.de . Monika Nonnenmacher . www.nonnenmacher-photographie.de . Adobe Stock . eigenes Archiv
Illustrationen: Saskia Gaymann . saskiagaymann.blogspot.co . Lektorat: Christina Kuhn . Druck und Verteilung: medienzentrum süd . Köln . www.mzsued.de
INsülz & klettenberg erscheint viermal im Jahr mit einer Auflage von je 7.000 Exemplaren und digital über www.insuelz.com. Alle Angaben wurden sorgfältig recherchiert und zusammengestellt.

Für die Richtigkeit des Inhalts sowie für zwischenzeitliche Änderungen übernimmt die Redaktion jedoch keinerlei Haftung. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit Genehmigung.
Es gelten die Mediadaten 2023. Für unverlangt eingesandte Texte und Fotos übernehmen wir keine Haftung. Gerichtsstandort: Köln.

Christine Beuß ist mindestes zweimal die Woche ehrenamtlich mit ihrem Lastenfahrrad im Veedel unterwegs.

FOOD-SHARING

Mit dem Fahrrad Lebensmittel retten

Wenn Christine Beuß mit ihrem voll beladenen Lastenfahrrad unterwegs ist, kommt sie nicht vom Einkauf für ihre Familie, meistens jedenfalls nicht. Natürlich kauft sie auch für ihre dreiköpfige Familie ein, aber mindestens zwei, manchmal drei oder vier Tage ist sie ehrenamtlich für Foodsharing unterwegs. Foodsharing heißt Essen teilen, doch vor allem geht es den Helfer*innen darum, dass weniger Lebensmittel weggeworfen werden.

„Wir sind ein gut organisierter Verein, der ehrenamtlich arbeitet. Wer bei Foodsharing mitmachen möchte, durchläuft einen Aufnahmeprozess. Wir suchen immer neue Helfer*innen. Dazu gehört es, sich über einen Test mit den Themen Lebensmittelhygiene, Kühlketten, Sauberkeit und Haltbarkeit zu beschäftigen. Denn wir haben eine große Verantwortung." Vor der Aufnahme arbeiten erfahrene Foodsafer*innen die Neuen ein, sodass diese oft nach zwei Monaten wissen, wo sie Lebensmittel abholen und wo sie diese verteilen können. Foodsharer*innen sind vertraglich gebunden und bekommen einen Ausweis. Das Essen darf jede*r aus den

Fotos: Hoffmann

>>

Fotos: Hoffmann

Fairteilerstellen holen, zum Beispiel am Manderscheider Platz und an der Katholischen Hochschulgemeinde auf der Berrenrather Straße nahe der Universitätsstraße. In letzterer Fairteilerstelle steht sogar ein Kühlschrank zur Abgabe von Kühlware. Interessenten finden an den Fairteilerstellen Obst und Gemüse, Backwaren und manchmal Milchprodukte. „Mir ist es persönlich wichtig, dass diese gespendeten Lebensmittel an Bedürftige kommen“, erzählt uns Christine Beuß.

Foodsharing arbeitet eng mit Unternehmen, Supermärkten und anderen Verkaufsstellen für Lebensmittel zusammen. Die Geschäfte spenden Lebensmittel, die sie ansonsten wegwerfen würden. Manchmal sind sie laut Haltbarkeitsdatum nicht mehr zu verkaufen, manchmal ist das Obst oder Gemüse leicht angeschlagen. Das Angebot ergänzt die Tafel und arbeitet in unserem Viertel eng mit anderen Ausgabestellen für Lebensmittel zusammen.

Wenn die Foodsharer*innen die Lebensmittel von ihren Partnerunternehmen abholen, übernehmen sie die Verantwortung für diese. Schnell bringen sie alle Spenden an die Fairteilerstellen und posten die Information auf ihrer Website und ihren Kanälen, damit diese umgehend an die Menschen kommen. Durch die regional gut aufgebaute Website sind die Mitglieder miteinander in Kontakt und sichern, dass die Waren immer regelmäßig ihre Wege gehen, auch zu Urlaubszeiten. „Mich macht der Gedanke glücklich, dass Geschäfte weniger Lebensmittel wegwerfen und Menschen, die wenig Geld haben, diese erhalten“, sagt Christine Beuß.

Der Verein ist in Sülz und Klettenberg gut in einer Gruppe organisiert. Informationen über Fairteilerstellen finden sich auf der Website, Nachfragen zur Mitarbeit sind willkommen. Da der Verein ehrenamtlich organisiert ist, kann es manchmal ein wenig dauern, aber eine Antwort kommt bestimmt.

„In den vier Jahren, in denen ich bereits bei Foodsharing mitmache, hat sich mein Verhältnis zu Lebensmitteln sehr verändert“, ergänzt Christine Beuß. Ich sehe, wie viel Arbeit in ihnen steckt, wie wertvoll Obst und Gemüse oder auch Backwaren nicht nur für Bedürftige sind. Ich werfe zu Hause kaum noch einmal etwas weg und habe gelernt, aus vielen verschiedenen Gemüsearten leckere Gerichte zuzubereiten. Und ich habe auch gelernt, über das Aussehen und den Geruch von Produkten zu entscheiden, ob sie noch zu genießen sind.“

Fairteiler für Sülz und Klettenberg

Auf dem Manderscheider Platz findet sich ein Fahrrad-Fairteiler von Foodsharing. Alle dürfen sich aus diesem Lebensmittel nehmen und Lebensmittel dort abgeben. Menschen, die Lebensmittel spenden möchten, sollten darauf achten, dass diese äußerlich gut aussehen und gut riechen. Mehr Informationen findet sich an den Verteilerkörbchen und natürlich im Internet. **hmf**

www.foodsharing.de/karte

Die Kolumne

Human – Urban – Spontan!

Der Schmitzundkunzt e. V. hat sich getreu seinem Motto „So geht Nachbarschaft!“ wieder etwas Neues einfallen lassen. Im Kölner Westen sollen schon bald Hochbeete zur Selbstbewirtschaftung und sozialer Anbindung in einer ersten Flüchtlingsunterkunft entstehen.

Da man durch das im Jahr 2023 umgesetzte Urban-Gardening-Projekt im „Sülzer Triangel“ schon zum Aufbauprofi avancierte, wisse man nun, wie man effektiv in Kürze ein solches Projekt umsetzen könne. Der Verein möchte „ein echtes Zeichen setzen“, so Schmitt, Vereinsvorstandsvorsitzender des gemeinnützig anerkannten Vereins. Die Idee hierzu stamme im Übrigen von Heike, einer Mitgärtnerin im Sülzer Triangel.

In einer ersten Kölner Flüchtlingsunterkunft sollen Hochbeete zur Selbstbewirtschaftung aufgebaut werden, um den sozialen Zusammenhalt in den Unterkünften zu stärken, die Ernährung mit selbst gezogenem Gemüse und Kräutern zu ergänzen und die Insekten- und Artenvielfalt zusätzlich zu unterstützen. Die Kosten für Hochbeete inklusive aller notwendigen Materialien wie Astwerk, Kompost, Mutterboden bis hin zu ersten winterfesten Pflanzen und Wildkräutern übernimmt der Verein und sammelt hier schon fleißig Spenden.

Durch ein gemeinschaftliches Urban-Gardening-Projekt vor einer Flüchtlingsunterkunft werden Verantwortung und gesellschaftlicher Zusammenhalt nebst Selbstorganisation forciert. Weiters ist es so, dass durch eine Begrünung natürlich ein schöneres und nicht mehr tristes Umfeld automatisch erzeugt wird. Im besten Fall entsteht eine größere Annäherung wie Bindung zur Nachbarschaft, die sich eventuell mit einbringt und für diese Projekte interessiert.

Interessierte ehrenamtliche Helfer*innen melden sich gern über die Website beim Verein.

Michael Schmidt

NETZWERK INTEGRATION LINDENTHAL

NIL engagiert sich in drei Unterkünften für Geflüchtete

Auf der Dürener Straße gibt es seit 2020 eine Unterkunft für Geflüchtete. Hier leben zurzeit etwa 40 Menschen: mehrere Familien mit kleinen und großen Kindern, aber auch alleinstehende und alleinerziehende Frauen. Die Planung der Unterkunft seit 2015 war der Anlass für die Gründung des Netzwerks Integration Lindenthal (NIL).

INFO

NIL SUCHT NEUE ENGAGIERTE

Leute, die Lust haben, bei der Unterstützung der Geflüchteten mitzumachen, werden gesucht für Deutschunterricht und Nachhilfe, Schul- und Ausbildungsfragen, Behördengänge und Arztbesuche, Arbeits- und Wohnungssuche, Tandems (ein*e Ehrenamtler*in: ein*e Geflüchtete*r), die Organisation von Freizeitangeboten und Festen.

Bitte melden bei info@netzwerk-integration-lindenthal.de

26. OKTOBER 2023 UM 17 UHR

TREFFEN zum Informieren und Kennenlernen in Lindenthal

Kontaktaufnahme/Anmeldung bitte über info@netzwerk-integration-lindenthal.de

Von Anfang an gab es eine große Bereitschaft der Lindenthaler Bürgerinnen und Bürger, die neuen Nachbar*innen zu unterstützen. Hilfe beim Deutschlernen, Nachhilfeunterricht für die Kinder in allen Schulfächern, kleine Ausflüge und immer wieder gemeinsame Feste sind nur Beispiele der vielfältigen Aktivitäten der Willkommensinitiative. Seit 2022 unterstützt NIL auch die wegen des Kriegsausbruches geflohenen etwa 40 Ukrainer*innen, die auf der Aachener Straße in einer städtischen Unterkunft leben. Zuletzt kam vor etwa einem halben Jahr dann noch eine für allein lebende Männer eingerichtete Unterkunft in Marsdorf dazu mit Platz für etwa 80 Personen, wöchentlich füllt sich das Heim mehr. Hier hat NIL einen Gemeinschaftsraum eingerichtet. Das Wichtigste für alle ist, einen Platz in einem Deutschkurs zu bekommen. Und wenn einer gefunden ist, benötigen viele kursbegleitende Unterstützung durch Ehrenamtliche.

Pascale Rudolph bietet hauptberuflich Computerkurse vor allem in Sülz und Lindenthal an. In einer Acht-Stunden-Stelle, die von KOMM-AN-Geldern des Landes NRW bezahlt wird, koordiniert sie zudem die NIL-Aktivitäten und begleitet ehrenamtlich eine Familie aus dem Irak und einen jungen Mann aus Guinea. Sie bringt den Grundgedanken von NIL und den anderen Kölner Willkommensinitiativen auf den Punkt: „Wir sind überzeugt, dass die Menschen, die zu uns kommen, langfristig unser Land bereichern werden. Damit das aber mit möglichst wenigen Konflikten und möglichst großem Erfolg geschieht, heißt es jetzt, mit langem Atem an der Integration zu arbeiten. Das hat einen gesellschaftlichen Sinn und macht darüber hinaus auch große Freude."

Fotos: Markus Derkum

Engagierte Moderatorin: Pascale Rudolph beim NIL-Sommerfest

Bei NIL folgen diesem gedanklichen Konzept etwa 20 Aktive, die sich auf unterschiedliche Art in die Unterstützung der Neukölner*innen einbringen. Sie treffen sich monatlich zum Stammtisch im Restaurant des Leonardo Hotels auf der Dürener Straße. Hier können auch Interessierte dazukommen und sich über anstehende Aktivitäten informieren oder eigene Ideen einbringen.

Alle Termine sind auf der Website zu finden. **dm**

www.netzwerk-integration-lindenthal.de

KALTWASSER
Elektrotechnik · Meisterbetrieb

- Planung und Ausführung sämtlicher Elektroarbeiten für Haushalt und Gewerbe
- Altbausanierung
- Neubauinstallation
- EDV Verkabelung
- Kabel-TV-Anlagen

Nikolausstraße 114 · 50937 Köln · Telefon 0221 / 941 73 63 · Telefax 0221 / 941 73 64

Vielfältig im Einsatz für Geflüchtete

HALLO IN SÜLZ

Seit 2015 gibt es hallo in sülz, die Willkommensinitiative für Menschen, die zu uns geflohen sind, in Sülz und Klettenberg. Neben den bisherigen Aktivitäten unterstützt hallo in sülz auch die neuen Geflüchteten, die ins Viertel kommen. Denn seit Ende April gibt es in Sülz wieder eine Unterkunft für Geflüchtete.

Foto: Nonnenmacher

39 Menschen wohnen in lindgrünen Containern auf dem Nachbargrundstück des Schiller-Gymnasiums an der Nikolausstraße. Nachdem die erste Unterkunft im August 2020 geschlossen und dann abgebaut wurde, wurden jetzt neue Wohneinheiten auf den noch existierenden Fundamenten aufgestellt. Aufgrund des Krieges in der Ukraine und vieler anderer Kriegs- und Krisenherde auf der Welt suchen wieder viele Menschen in Deutschland und damit auch in Köln Zuflucht.

Die neue Containerunterkunft für Geflüchtete aus unterschiedlichen Ländern ist ausschließlich für allein reisende Frauen und Frauen mit Kindern reserviert. Die Wohneinheiten sind etwa 15 Quadratmeter groß und ausgestattet mit Betten, Tisch, Stuhl, Kleiderspind. Eine Küche wird gemeinsam mit einer zweiten Wohneinheit genutzt. Die Leitung der Unterkunft hat die Diakonie Köln übernommen, ein Sicherheitsdienst ist rund um die Uhr im Einsatz.

Das Ankommen ist nicht einfach

hallo in sülz unterstützt die hier lebenden Menschen aus Balkanländern, der Ukraine und Afrika bei Behördengängen und beim Deutschlernen. „Man glaubt nicht, wie viele Formalitäten auf die Menschen warten, wenn sie hier angekommen sind. Das beschäftigt sie in den ersten Wochen fast ausschließlich“, erzählt Hannelore Ruppert von hallo in sülz. Einige Aktive der Initiative unternehmen auch Stadtspaziergänge und kleinere Ausflüge mit den Geflüchteten, um etwas Abwechslung in den Alltag zu bringen und sie dabei zu unterstützen, ihre neue Umgebung kennenzulernen, oder kochen ab und zu mit ihnen zusammen.

INFO

HALLO IN SÜLZ BRAUCHT UNTERSTÜTZUNG

Es werden Menschen gesucht, die bei Stadtspaziergängen und Ausflügen mitorganisieren und mitfahren, beim Deutschunterricht helfen oder bei Behördengängen begleiten.

Außerdem sucht hallo in sülz für Geflüchtete, die schon in Sülz Kontakte geknüpft haben, Ein-, Zwei- oder Dreizimmerwohnungen und Damenfahrräder in der Größe 22 und 24 Zoll.

Bitte melden bei info@halloinsuelz.de

Außerdem gibt es eine „tolle Kooperation mit der FC-Lebensmittelausgabe und der St.-Karl-Kleiderkammer der katholischen Kirche, dem Internationalen Zentrum der Caritas und der evangelischen Kirche in Sülz“, beschreibt Angelika Wuttke von hallo in sülz die Vernetzung der Willkommensinitiative im Stadtteil.

Kontinuierliche Aktivitäten von hallo in sülz sind nach wie vor die Fahrradreparier-gruppe, die einmal im Monat am JUZI für Geflüchtete da ist, die Kochgruppe und der monatliche Stammtisch für die Unterstütze*rinnen in der Sülzer Gaststätte Knollendorf in der Gustavstraße. Auch die Unterstützung des Deutschunterrichts an der Theodor-Heuss-Realschule läuft weiter und ist nötiger denn je, denn die Klassen mit Kindern aus anderen Ländern sind noch einmal gewachsen seit Ausbruch des Ukrainekriegs. Alle Termine sind auf der Website zu finden. **dm**

www.halloinsuelz.de

Foto: Martens

Einmal im Monat werden am JUZI kleine und große Fahrräder wieder flottgemacht.

Im Trauerfall die ersten Ansprechpartner*innen

Für Irmgard Ahlbach, Mitarbeiter*in bei Deutsch Bestattungen in der Münstereifeler Straße, ist es seit vielen Jahren Alltag – für ihre Kund*innen nicht. Denn wenn Angehörige zu ihr kommen, um eine Bestattung zu besprechen, ist das Sterben eines geliebten Menschen noch nicht lange her.

„Wir sind oft die ersten Ansprechpartner*innen bei einem Trauerfall und fangen die erste Trauer auf, weil Ärzteschaft und Krankenhauspersonal dafür meist keine Zeit haben", beschreibt Ahlbach die Situation, die sie immer wieder berührt.

Irmgard Ahlbach (links) mit ihrer Kollegin Silvia Görres

Die Unterstützung von Bestatter*innen beschränkt sich nicht auf das rein bürokratische Prozedere, sondern erstreckt sich zusätzlich auf die Gestaltung der gesamten Zeremonie. „Das ist manchmal ein sehr emotionaler Teil. In einem solchen Gespräch wird den Trauernden vieles ins Bewusstsein gerufen, und der Abschied von dem Gestorbenen wird immer realer", schildert die erfahrene Mitarbeiterin, was sie erlebt. Häufig dauert eine solche Erstberatung zwei Stunden, in denen über den Stil der Bestattung, die Trauerredner*in, die Musik, die Gestaltung der Anzeigen und die zu erledigenden Formalitäten gesprochen wird. „Wir nehmen uns die Zeit, oft auch ein weiteres Mal. Wir stehen den trauernden Menschen gern zur Seite", so Ahlbach.

Sie und auch ihre Kollegin Silvia Görres erleben immer wieder, dass Menschen, denen das Bestattungsinstitut bis nach der Beerdigung beigestanden hat, sich herzlich für die behutsame Begleitung bedanken. „Dann denke ich, ich habe doch etwas richtig gemacht", zieht sie Bilanz, und das lässt sie auch nach über 30 Jahren im Beruf nicht kalt.

www.deutsch.koelner-bestatter.de

seit 1886
DEUTSCH
BESTATTUNGEN
Münstereifeler Str. 43 • 50937 Köln
TEL. 0221 - 9 440 550
www.deutsch.koelner-bestatter.de
WENN DER MENSCH
DEN MENSCHEN BRAUCHT.

Agentur Leven | www.alh.de
Blut spenden!
Jetzt!
UNIKLINIK KÖLN
Mo – Mi 13:00 – 20:00 Uhr
Do – Sa 7:30 – 14:00 Uhr
www.uk-koeln.de/blutspende | Tel. 0221 478-4805

Von Sülz in die Welt
Möbeltransporte und Umzüge
Willi Hövel
Alles, was zu einem reibungslosen Umzug gehört.
Wir bringen Sie hin oder zurück!
60 Jahre Umzüge
serviceorientiert •
fachgerecht •
persönlich •
familiär •
Willi Hövel GmbH
Berrenrather Str. 349 . 50937 Köln
Tel.: 0221/444705. Fax.:0221/419533
umzuege@moebelspedition-hoevel.de
www.moebelspedition-hoevel.de

Ein Verband für die Lieblinge der Kölner Kinder

UNI-KLINIK KÖLN

Foto: Meves-Fricke

Studierende der Fachschaft Medizin der Universität zu Köln haben am 24. Mai 2023 ein Krankenhaus für Plüschtiere eröffnet. Vor der Frauenklinik in der Kerpener Straße 62 versorgen sie die Lieblinge der Kinder von Köln. Vormittags schauen einige Kindergärten vorbei. Plüschbären, -katzen, -hasen und eine -kuh hatten sich ganz offensichtlich verletzt. Schnell schauten sich die angehenden Mediziner*innen die plüschigen Patient*innen an und versorgten sie mit Pflaster, Verbänden und Schmerzmitteln. In einem Zelt können die angehenden Ärzt*innen operieren, in einem anderen röntgen, in einem dritten die Zähne putzen. Die Kinder konnten ihr Plüschtier selbst unter ein Röntgengerät legen und bei allen Behandlungen – wie ihre Eltern und Betreur*innen im Krankenhaus – dabei sein. Die Aktion nimmt Kindern die Angst vor dem Besuch bei Ärzt*innen oder einem Aufenthalt im Krankenhaus. Nächstes Frühjahr werden die Studierenden die Aktion wieder durchführen. Übrigens ist dies eine ehrenamtliche Initiative, unterstützt von der Uniklinik. Die Termine dazu werden auf der Website der Uniklinik veröffentlicht.

www.uk-koeln.de

Stillberatung in Sülz und Klettenberg

SPRACH-RAUM

„Stillen ist doch das Natürlichste auf der Welt!“ Sätze wie diese sind für Mütter mit Stillproblemen selten hilfreich. Ganz im Gegenteil: Sie setzen die Frauen unter Druck und geben ihnen das Gefühl, die einzige Mutter zu sein, bei der das Stillen nicht auf Anhieb klappt!

Die **Still- und Laktationsberaterin Stefanie Rox** weiß, dass Stillprobleme wie Schmerzen beim Anlegen oder Milchstau kein Einzelfall sind und eine Stillberatung als Ergänzung zur Hebamme für Mütter sehr hilfreich sein kann. „Das Ziel einer Stillberatung ist es, entweder den Müttern bereits vor der Geburt ihres Kindes so viel Wissen an die Hand zu geben, dass erst gar keine Stillschwierigkeiten entstehen, oder bei konkret auftretenden Problemen während des Stillens zu begleiten“, erklärt Stefanie Rox, die bei Sprachraum nicht nur als Logopädin, sondern auch als ausgebildete Still- und Laktationsberaterin IBCLC tätig ist. IBCLC steht für International Board Certified Lactation Consultant und ist der international geschützte Titel für examinierte Still- und Laktationsberater*innen. Ab diesem Herbst wird Stefanie Rox in der **Gemeinschaftspraxis für Logopädie Sprachraum** in regelmäßigen Abständen Stillvorbereitungskurse anbieten. Aber auch Einzelberatungen vor oder nach der Geburt des Säuglings können gern in Anspruch genommen werden.

Fotos: Hoffmann

Aktuelle Kurstermine und zusätzliche Informationen gibt es auf der Sprachraum-Website.

www.sprachraum-logopaedie.com

FITNESS-TREFF FÜR FRAUEN

Thai-Massage – ein wohltuendes Plus für unser Veedel

Fitness und Entspannung sind zwei Komponenten, die sich gegenseitig ergänzen und ein gesundes Leben fördern. Das hat der **Fitnesstreff für Frauen** bereits im Jahr 2018 erkannt und ein eigenes Massagestudio eröffnet. Dieses Angebot wurde von den Mitgliedern so gut angenommen, dass die Räumlichkeiten im Heckmannshof nicht mehr ausreichend waren.

Deswegen hat der Fitnesstreff für Frauen im Mai ein neues Massagestudio auf der **Berrenrather Straße 236** direkt neben Alnatura eröffnet. Und an diesem neuen Standort ist es nun möglich, Thai-Massagen ganztägig montags bis samstags von 10 Uhr bis 20 Uhr und sogar sonntags von 10 Uhr bis 19 Uhr zu genießen. Das Massagestudio vom Fitnesstreff für Frauen bietet nicht nur 30- und 60-, sondern auch 90-minütige Massagen an, und für alle Mitglieder ist der Preis reduziert.

Foto: Nonnenmacher

Je nachdem, wonach Körper und Geist sich gerade sehnen, kann Frau, aber auch Mann eine vitalisierende Thai-Massage, eine entspannende Aromaöl-Massage, eine tiefenentspannende Hot-Stone-Massage oder eine wohltuende Schulter-, Nacken- und Fußmassage in Anspruch nehmen. Der Preis liegt je nach Art und Dauer der Anwendung zwischen 22 und 75 Euro.

Gebucht werden kann ganz einfach online oder telefonisch. Besonders schön: Die Massagen gibt es auch als Geschenkgutschein, und beim Erwerb einer 10er Karte gibt es sogar eine Massage gratis!

www.fitnesstreff-fuer-frauen.de

fitnesstreff
FÜR FRAUEN
www.fitnesstreff-fuer-frauen.de
Telefon 42 75 74
Sülzburgstraße 104 (Innenhof)
Kostenloses Probetraining jederzeit möglich!
jetzt auch mit Thai-Massage
täglich geöffnet

REGIONALER HONIG
Aus Klettenberg & Sülz
Imkerei Schneider und Brut
Schneider-und-brut@web.de
0157 55039744

PHOTOGRAPHIE NONNENMACHER
Menschen
Industrie
Stills
Landschaften
Telefon +49 221 5506409
nonnenmacher-photographie.de

PRAXIS 3
Schick & Durdu
Privatpraxisgemeinschaft
Osteopathie · Physiotherapie · Training
Berrenrather Str. 136, 50937 Köln
Tel.: 0221 / 4848 7878
info@praxishochdrei.de
www.praxishochdrei.de

ALT & JUNG

Mach mit bei uns: ALT & JUNG sucht Fachkräfte und Quereinsteiger*innen

Ein kollegiales Team, eine Chefin, die ihren Mitarbeiter*innen den Rücken freihält, und die 5-Tage-Woche hat ALT & JUNG – der Pflegedienst in Sülz zu bieten. Damit das so bleibt, sucht der seit 1991 in Sülz und Klettenberg tätige Pflegedienst, neue Mitarbeiter*innen.

Pflegefachkräfte für die Grund- und die Behandlungspflege können sicher sein, dass sie eine Stelle erwartet, die nach Möglichkeit die persönlichen Lebensverhältnisse und Wünsche berücksichtigt. Eine angenehme Arbeitsumgebung, eine Vergütung nach TVöD, Weiterbildungsmöglichkeiten und eine betriebliche Zusatzversicherung kommen hinzu. Da die Einsätze von dem Ladenlokal auf der Luxemburger Straße gesteuert werden und ALT & JUNG nur in Sülz und Klettenberg unterwegs ist, sind kurze Wege ein weiterer positiver Faktor.

Auch für die hauswirtschaftliche Unterstützung seiner Patient*innen sucht ALT & JUNG Unterstützung. Ein Arbeitsplatz mit fairen Kolleg*innen, einer Inhaber*in, die persönlich täglich im Einsatz und ansprechbar ist, sowie eine sehr gute Bezahlung erwartet auch sie. „Wir finden für jede*n das Passende, der oder die bei uns arbeiten will", erläutert Inhaberin Jutta Krämer ihre Personalpolitik, „Es gibt immer Möglichkeiten, fehlende Qualifikationen oder Kenntnisse durch Aus- und Weiterbildung auszugleichen oder neue Arbeitsfelder aufzutun durch

Foto: Hoffmann

spezielle Lehrgänge. Das unterstützen wir hier sehr, sowohl organisatorisch als auch finanziell." Informationen und Einblicke finden sich auf der Internetseite sowie auf Facebook und Instagram. Interessierte können sich melden unter E-Mail info@altundjungkoeln.de oder Telefon 0221-94 20 23-0.

www.altundjungkoeln.de

SENIOREN-NETZWERK

Gesucht wird: ein Raum in Klettenberg

Das **SeniorenNetzwerk der Stadt Köln** im Stadtteil Klettenberg sucht einen neuen Besprechungsraum. Dieser Raum muss nicht besonders groß sein: etwas Platz zum Lagern von Material, für einen Schrank, einen Tisch und Stühle. Wünschenswert wäre eine Lage in Klettenberg, aber auch in Sülz oder im angrenzenden Zollstock wären möglich.

„Wir können uns auch vorstellen, den Raum mit anderen Trägern oder Organisationen zu teilen", erklärt **Karin Matzner,** Koordinatorin beim SNW Klettenberg (Foto: 2. v. r.). Die Organisationsgruppe trifft sich in der Regel einmal im Monat. „Und wenn die Miete nicht zu hoch ist, wäre das wunderbar."

KONTAKT

KARIN MATZNER
Koordinatorin SNW Klettenberg
Diakonisches Werk Köln
und Region gGmbH
Tel.: 0176 158 340 73
Karin.matzner@diakonie-koeln.de

Die Trauer begleiten und Leichtigkeit in das Leben zurückbringen

MANUELA KOHN

Manuela Kohn hat neun Jahre lang als Krankenschwester in der Psychiatrie gearbeitet, bevor sie sich als Yogalehrerin und Coach in Köln selbstständig gemacht hat. In ihren Yogakursen für Senior*innen hat sie immer wieder von Trauerfällen und daraus resultierenden schwierigen Lebenssituationen gehört. Im privaten Umfeld kamen Anfragen zur Sterbe- und Trauerbegleitung dazu.

Manuela Kohn hat sich darum intensiv in Trauerbegleitung weitergebildet und bietet diese jetzt in den Räumen des Jugendzentrums, JUZI, in der **Sülzburgstraße 112–118** an.

Foto: Nonnenmacher

Menschen, die einen geliebten Menschen verlieren oder bei denen eine ernsthafte Krankheit diagnostiziert wird, durchlaufen einen Trauerprozess. Trauer ist nicht immer nur mit dem Tod verbunden, sondern kann auch die Trauer sein, die entsteht, wenn man einen Teil seiner Selbstständigkeit verliert und mehr und mehr auf Hilfe anderer angewiesen ist. Sie kann auftreten, wenn Kinder aus dem Haus gehen oder eine Ehe oder Beziehung zerbricht. Trauer beinhaltet Traurigkeit, aber auch Erschöpfung oder Lustlosigkeit, und kann mit Schwäche und psychosomatischen Krankheiten verbunden sein. Hier setzt Manuela Kohn an und unterstützt mit Gesprächen, durch die Betroffene wieder mehr Leichtigkeit ins Leben bringen und ihr Leben wieder in eigene Hände nehmen können.

„Ich möchte trauernde Menschen befähigen, ihr Leben in der Trauerphase besser zu bewältigen“, erklärt Manuela Kohn. „Im Todesfall helfen Rituale, mit dem Unfassbaren besser umgehen zu können. Gemeinsam mit den Betroffenen entwickeln wir Strategien, damit sie das Nichtänderbare annehmen können. Es kann aber auch darum gehen, sich von behandelnden Ärzt*innen besser erklären zu lassen, welche medikamentöse Behandlung ein schwer kranker Mensch erhält. Wir sprechen darüber, was ein*e sterbende*r Angehörige*r sich wünscht und was sich mein*e Gesprächspartner*in in dieser Phase für sich selbst wünscht. Ziel ist es, das Leben in der letzten Phase des Lebens so zu gestalten, dass der schwerkranke oder sterbende Mensch sich verstanden fühlt und Angehörige möglichst gesund durch diese Phase gehen können.“

www.manuela-kohn.de

Gemeinschaftspraxis für Logopädie
Rox & Qu'tmann
Sprachraum
Wir beraten Sie gerne rund um Ihre Fragen zu den Themen:
Sprachtherapie, Logopädie und Stillberatung.
Sprechen Sie uns gerne an!
Siebengebirgsallee 1 50939 Köln
kontakt@sprachraum-logopaedie.com
Tel.: 0177 53 58 14 8
www.sprachraum-logopaedie.com

Ruft an oder schreibt uns!
Lust auf Pflege?
Wir bilden aus!
• Ausbildung zur Pflegefachkraft
• Ausbildung zur/m Pflegefachassistent*in
Ein freundliches & kompetentes Team steht Euch zur Seite!
ALT & JUNG Der Pflegedienst in Sülz
Luxemburger Str. 328, 50937 Köln-Sülz || Telefon: 0221.942 0230 || www.altundjungkoeln.de

EVK WEYERTAL

Bunte Vielfalt im Veedel

Pflegekräfte aus dem Ausland

Der Mangel an Pflegekräften ist nichts Neues und auch am Evangelischen Klinikum Köln Weyertal (EVK) zu spüren: Ausgeschriebene Stellen bleiben häufig lange Zeit unbesetzt. Deshalb hat das Klinikum in den letzten Jahren verschiedene Maßnahmen ergriffen, um dem entgegenzuwirken.

Fotos: EVK Weyertal

Hier wird Integration gelebt: Jessica und Milka auf der Station A5.

„Auf der einen Seite setzen wir ganz besonders auf den eigenen Nachwuchs und haben hier im Jahr 2021 die Ausbildungskapazitäten für unser Haus verdoppelt. Zusätzlich ist aber die Personalgewinnung aus dem Ausland ein großes Thema. In den letzten Jahren sind wir wiederholt nach Serbien und Mexiko gereist, um dort neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für unser Haus zu gewinnen", erklärt uns Pflegedienstleiter Florian Schier.

Milka kommt aus Serbien. Dort hat sie eine vierjährige Ausbildung zur Krankenschwester gemacht. 2017 kam sie nach Deutschland und eben auch ins Weyertal. Natürlich gab es noch ein berufliches Anerkennungsjahr und Deutschkurse, aber auch das hat sie mit Bravour gemeistert. Lange hat sie mit ihrem Freund, der mittlerweile ihr Mann ist, eine Fernbeziehung geführt, denn sein Visum ließ jahrelang auf sich warten. Aber die zwei haben ihren Traum nie aus den Augen verloren und leben mittlerweile mit Söhnchen Andrija in Köln. „Wenn mein Team hier am EVK nicht gewesen wäre, weiß ich nicht, ob ich das alles durchgestanden hätte", erzählt Milka. „Wir sind hier wie eine große Familie und halten zusammen, das hat mir sehr geholfen." Mittlerweile sind aus Arbeitskolleg*innen Freund*innen geworden, und Milka fühlt sich sehr wohl. In Deutschland, in Köln und im Weyertal.

Auch Stationsleitung Jessica zieht eine positive Bilanz: „Patienten und Patientinnen werden immer internationaler, und wenn sich das auch im Team widerspiegelt, finde ich das sehr gut. Klar sprechen wir alle Englisch, aber je mehr Sprachen wir als Team abdecken können, desto besser."

Wer sich allerdings einmal vorstellt, mit Sack und Pack in ein anderes Land zu gehen, um dort zu leben und zu arbeiten, der mag nachvollziehen können, dass das nicht immer einfach ist. „Was ich wichtig finde, ist, dass wir die neuen ausländischen Kräfte intensiv unterstützen. Nicht nur in Form von Sprachkursen, sondern auch im Stationsalltag, damit eben alle auf einem guten Level sind. Und klar können wir auch viel voneinander lernen, und das wiederum kommt unseren Patientinnen und Patienten zugute. Das Miteinander ist es doch, was zählt", fasst es Jessica zusammen.

Alejandro kommt aus Mexiko und ist seit acht Jahren in Deutschland. Er hat hier ein freiwilliges soziales Jahr absolviert und sich danach entschlossen, eine Pflegeausbildung zu machen. Seit etwa drei Jahren arbeitet er im Evangelischen Klinikum Köln Weyertal.

Alejandro war auch 2022 dabei, als eine Delegation des EVK erneut nach Mexiko gereist ist, um weitere Pflegekräfte zu gewinnen. Er gehört zum Projektteam des Klinikums, welches bereits im Vorfeld Wohnungen organisiert und auch bei Beantragung von Arbeitserlaubnis, Steuernummer, Mobilfunkvertrag, Girokonto etc. unterstützend zur Seite steht. Er würde sich wünschen, dass die bürokratischen Mühlen mitunter etwas schneller mahlen, „denn wenn man ein halbes Jahr auf einen Termin für einen Aufenthaltstitel warten muss, den man benötigt, um in Deutschland leben und arbeiten zu können, dann ist das einfach viel zu lang".

Alejandro und Karla aus Mexiko fühlen sich wohl in Deutschland, in Köln und im Weyertal.

Abgesehen davon bietet das EVK Unterstützung in vielen Bereichen an. „Nicht nur wir als Krankenhaus suchen die Pflegekräfte aus, sondern die Pflegekräfte suchen auch uns aus. Das heißt, wir begegnen uns von Anfang an auf Augenhöhe und tun viel dafür, dass sich die neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter bei uns wohlfühlen“, bringt Pflegedienstleiter Florian Schier das Engagement des EVK auf den Punkt. Und als Landsmann hat Alejandro natürlich entscheidende Vorteile: „Was die neuen Kolleginnen und Kollegen aus Mexiko erleben, das habe ich auch alles erlebt: In einem fremden Land Fuß zu fassen, das

>>

Zentrum für Prävention und Rehabilitation am Evangelischen Krankenhaus Bergisch Gladbach PUR.

Zentrum für Prävention und Rehabilitation (PUR)
am Evangelischen Krankenhaus Bergisch Gladbach
Ferrenbergstraße 24 | 51465 Bergisch Gladbach
Tel.: 02202 / 122-7300 | pur@evk-gesund.de

Evangelisches Klinikum Köln Weyertal
Zentrum für Sport und Medizin

Zentrum für Sport und Medizin (ZSM)
am Evangelischen Klinikum Köln Weyertal
Weyertal 76 | 50931 Köln
Tel.: 0221 / 479-7000 | zsm@evk-gesund.de

Kurse - Seminare - Vorträge
Fitness & Prävention
Rehasport
Entspannung & Stressbewältigung
Schwangerschaft & Geburt
Kinder & junge Familien
Die Kurse entsprechen der Coronaschutzverordnung

EVK-GESUND.DE
Bleiben Sie gesund – Werden Sie fit.

Evangelisches Klinikum Köln Weyertal
Herz trifft Kompetenz
Das Klinikum im Herzen von Köln
Evangelisches Klinikum Köln Weyertal
Weyertal 76
50931 Köln
0221 479-1001
bewerbung@evk-koeln.de
www.evk.koeln.de
@evkweyertal

#dasweyertaldassindwir
Unsere neuen Ausbildungen beginnen im September und Oktober 2023 sowie im April 2024!
HIER BEWERBEN

>> ist nicht leicht. Wir können auch nicht mal eben übers Wochenende nach Hause fahren. Klar ist da auch Heimweh ein Thema, andererseits hilft es auch, sich schneller zu integrieren. Denn es ist ja in unserem eigenen Interesse, hier Kontakte zu knüpfen und neue Menschen kennenzulernen“, erzählt er.

Die neuen Mitarbeitenden wissen all das zu schätzen. „Wir haben uns von Anfang an sehr willkommen gefühlt. Alle sind sehr nett zu uns und haben uns richtig gut aufgenommen“, berichtet Karla. Sie gehört zu fünf mexikanischen Pflegekräften, die seit 2022 am EVK arbeiten. Und neben der Arbeit ist es vor allem auch ihr neuer Wohnort, der es ihr einfach angetan hat: „Ich mag Köln mittlerweile sehr gern. Die Menschen hier sind meistens gut gelaunt und freundlich; für mich ist es genau die richtige Stadt. Wenn ich mal in anderen Städten bin und Leute mich fragen, woher ich komme, sage ich, dass ich aus Mexiko komme und in Köln wohne. Dann sind die Leute begeistert. Das freut mich“, lächelt Karla.

Zur Einstimmung ging es für die mexikanischen Pflegekräfte erst einmal auf Erkundungstour durch Köln – Dom und „Halve Hahn“ inklusive.

Ein besseres Kompliment gibt es vermutlich kaum, allerdings ist da doch ein kleiner Wermutstropfen: das Essen. Und auch wenn es hier viele gute mexikanische Restaurants gibt, so dürfte es doch klar sein, dass manche Gerichte eben genau da am besten schmecken, wo sie herkommen. Herzensküche nennt man das, und wer könnte das besser verstehen als die Menschen aus Köln?

In den nächsten zwei Jahren werden 13 weitere Pflegekräfte aus Mexiko erwartet. Vielleicht eine Chance für die ortsansässige mexikanische Gastronomie, in jedem Fall aber ein Gewinn für das EVK, so Pflegedienstleiter Florian Schier: „Wir als Haus profitieren von dieser internationalen Zusammenarbeit, denn in Mexiko ist die Pflege akademisiert und der Ausbildungsstandard sehr hoch. So tragen die Kolleginnen und Kollegen dazu bei, das hohe medizinische Niveau, das bei uns herrscht, sinnvoll zu ergänzen. Dafür bin ich sehr dankbar.“

Für Dr. Jan-Peter Gloßmann, Ärztlicher Direktor und Geschäftsführer des EVK, stehen neben der medizinischen Qualität auch der Zusammenhalt und der Teamgedanke im Vordergrund: „Nur eine gute Integration innerhalb und außerhalb der Arbeitswelt sorgt dafür, internationale Pflegekräfte langfristig zu binden. Als Klinikum stehen wir für Diversität und Vielfalt und sind mit unseren Beschäftigten aus über 41 Nationen ein gutes Beispiel für eben genau diese gelungene Integration.“ Köln und seine Veedel sind bunt und weltoffen, und genauso bunt ist eben auch das Evangelische Klinikum Köln Weyertal. Auch dank Milka, Alejandro und Karla. ■

Probleme mit Alkohol?
Ich unterstütze Sie bei der
Konsumreduktion
Psychotherapeutische Praxis
Dr. Dr. Andreas Bell
Heilpraktiker für Psychotherapie
Emmastr. 1 | 50937 Köln | 0221 790 028 51 | bell@praxis-bell.koeln
www.praxis-bell.koeln

Dr. med. Dietmar Große-Drieling
Privatpraxis für Frauenheilkunde
Rhöndorfer Straße 86
50939 Köln
0221/44 80 81
praxis@frauenheilkunde-klettenberg.de
www.frauenheilkunde-klettenberg.de
Öffnungszeiten
Mo, Di und Do 9:00–18:00 h
Mi und Fr 7:30–13:00 h
Gynäkologische Vorsorge
Schwangerenvorsorge und Dopplersonographie
Pränataldiagnostik
Brustultraschall
Onkologische Vor- und Nachsorge
Präventionsmedizin

Myopie Management bei Kindern bis ins erwachsene Alter

Kurzsichtigkeit, auch Myopie genannt, entwickelt sich meist in der Kindheit. Unser Alltag hat sich verändert, wir halten uns weniger im Freien auf. Weniger Tageslicht, mehr Nahsehen und die Nutzung digitaler Geräte verändern das natürliche Wachstum der Augen.

Mit zunehmender Kurzsichtigkeit werden nicht nur die Brillengläser dicker. Die Augen werden auch anfälliger für krankhafte Veränderungen im Alter. Deshalb ist es besonders wichtig, frühzeitig zu beobachten, ob ein Kind kurzsichtig ist oder wie schnell eine Kurzsichtigkeit fortschreitet. Seit mehr als vier Jahren haben wir Erfahrung darin, Kinder und Jugendliche bei ihrer Kurzsichtigkeit zu begleiten. **Bruchhaus Optik & Akustik** bietet dies im Rahmen des sogenannten Myopie Managements an.

Myopie Management beginnt bereits bei der Aufklärung der Kinder über ihre Kurzsichtigkeit. „Wir analysieren vor Ort, wie sich das Augenlängenwachstum voraussichtlich entwickeln wird", erklärt **Rebekka Große,** „wenn wir feststellen, dass die Sehschärfe schnell zunimmt, beraten wir individuell, welche Möglichkeiten sinnvoll sind, um das Wachstum zu verlangsamen. Dazu stehen uns viele Möglichkeiten zur Verfügung."

Für ein Kind kann eine normale Brille die perfekte Lösung sein. Die Brille wird mit speziellen Gläsern ausgerüstet, die ein besseres Bild im Auge erzeugen. So kann das Kind seine Brille wie gewohnt weitertragen.

Manche Kinder und Jugendliche bevorzugen Kontaktlinsen. Bei den Kontaktlinsen gibt es eine große Auswahl von Ein-Tages-Kontaktlinsen bis hin zu individuellen weichen oder formstabilen Kontaktlinsen. Eine sehr beliebte Variante ist die Ortho-K-Linse. Sie wird nachts getragen, so dass man tagsüber keine zusätzliche Korrektur benötigt und trotzdem scharf sieht.

„Es gibt Eltern, die Vorbehalte gegen Kontaktlinsen haben", weiß Rebekka Große, „grundsätzlich kann man aber sagen, dass die Kinder sehr verantwortungsvoll damit umgehen. Unsere Erfahrungen zeigen, wenn ein Kind die Kontaktlinsen tragen möchte, schafft es auch das Auf- und Absetzen. Wenn ein Kind selbstständig Zähne putzen kann, ist auch die selbstständige Pflege der Kontaktlinsen kein Problem."

Manchmal ist es jedoch sinnvoll, die Pflege mit speziellen Augentropfen zu unterstützen. Diese Augentropfen werden von einer Augenärztin oder einem Augenarzt verschriebe. Auch aus diesem Grund arbeitet Bruchhaus Optik & Akustik gern mit Augenarztpraxen und Sehschulen zusammen, um optimale Ergebnisse zu erzielen.

Neben der neuen Versorgung ist es wichtig, die Entwicklung der Augen weiter zu beobachten. Dazu gehören regelmäßige Kontrollen, die mit modernsten Geräten vor Ort durchgeführt werden. „Gerade am Anfang ist es sinnvoll, diese Kontrollen in kürzeren Abständen durchzuführen", versichert Große, und sollte sich das gewünschte Ergebnis nicht einstellen, besprechen wir gemeinsam, welche Maßnahmen sinnvoll sind."

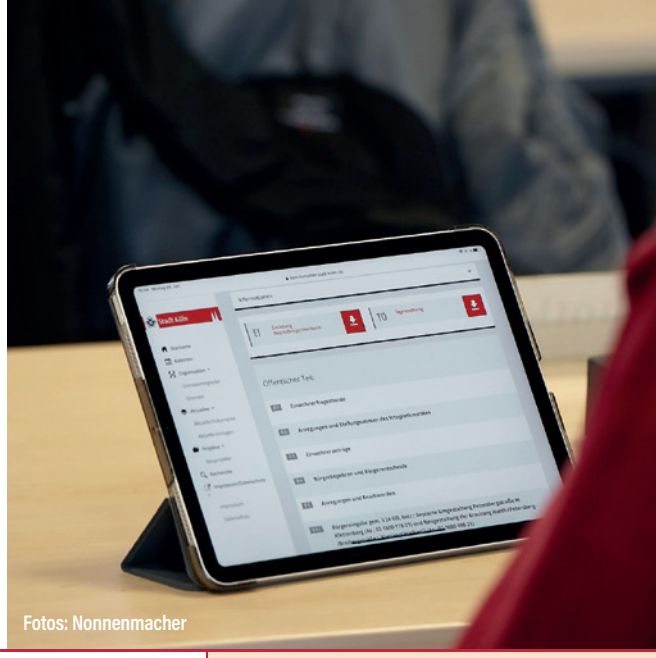
Möchten Sie mehr über die Entwicklung der Augen Ihres Kindes erfahren und sich beraten lassen? Vereinbaren Sie einen Termin bei Bruchhaus Optik & Akustik.

www.bruchhaus-optik.de

Beschlossene Sache

INsülz & klettenberg berichtet über politische Entscheidungen aus dem Bezirksparlament Lindenthal mit Relevanz für unseren Doppelstadtteil

Quelle: www.ratsinformation.stadt-koeln.de



Fotos: Nonnenmacher

SITZGELEGENHEITEN IM ÖFFENTLICHEN RAUM

Die Bezirksvertreterinnen und Bezirksvertreter stimmten für einen Antrag von Bündnis 90/Die Grünen, der Bänke auf dem Auerbachplatz vorsieht. Die Verwaltung wurde gebeten, zu prüfen, an welchen Stellen die Sitzgelegenheiten installiert werden können. Die Anordnung des Mobiliars soll sich im Sinne einer möglichen Kommunikation zwischen den Nutzerinnen und Nutzern der Bänke orientieren.

ERHALTUNG VON BAUMSCHEIBEN

Einstimmig beschloss das Bezirksparlament den Erhalt von Baumscheiben in der Mommsenstraße. Die Verwaltung wurde beauftragt, die Objekte durchgängig vor unerlaubtem Parken zu schützen. Dafür sollen verstärkt Kontrollen durchgeführt werden. Der Antrag stammte von Bündnis 90/Die Grünen.

ABSTELLMÖGLICHKEITEN FÜR FAHRRÄDER

Auf Antrag der CDU sollen am Lokal „Bagatelle im Alten Steinbüchel" an der Zülpicher Straße/Leichtensternstraße Fahrradnadeln aufgestellt werden. Eine entsprechende Aufforderung erging an die Stadtverwaltung.

VERKEHRSSICHERHEIT

Einstimmig verabschiedeten die Fraktionen einen Antrag von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD, Die Linke, FDP zur Entwidmung des Bürgersteigs der Mommsenstraße zwischen Euskirchener und Zülpicher Straße für das Radfahren. Zukünftig soll die Fläche nur noch von Fußgängerinnen und Fußgängern genutzt werden. Eine Ausnahme bilden junge Kinder, die den Bürgersteig mit dem Rad in Begleitung eines Erwachsenen befahren dürfen. Die Straße soll indes zur Fahrradstraße werden, auf der Kraftfahrzeuge geduldet werden. Ein entsprechender Prüfauftrag erging an die Verwaltung.

UMBENENNUNG VON STRASSEN UND PLÄTZEN

Gegen die AfD beschlossen die Parteien der Bezirksvertretung eine Ergänzung zur Neu- und Umbenennung von Straßen und Plätzen in Bezug auf Gendergerechtigkeit. Demnach sollen Straßen bevorzugt nach Frauen benannt werden, bis eine Parität erreicht sei, so die Beschlussvorlage des Rates der Stadt Köln.

ANBRINGUNG VON ABFALLBEHÄLTERN

Einstimmig votierte das Parlament für einen Gemeinschaftsantrag von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD, Die Linke, FDP, der die Anbringung von Abfallbehältern auf der Leichtensternstraße im Bereich zwischen Kerpener und Zülpicher Straße zum Inhalt hatte.

Strukturieren und Kommunizieren
Pascale Rudolph

Individuelle Computer- und Smartphone-Schulungen bei Ihnen zu Hause (Windows/Android)

Tel: 0157 394 397 06
kontakt@strukturieren-und-kommunizieren.de

www.strukturieren-und-kommunizieren.de

BEZIRKSORIENTIERTE MITTEL

Insgesamt 71.800 € bewilligten die Lokalpolitikerinnen und Lokalpolitiker für 51 gemeinnützige Projekte im Bezirk Lindenthal. Unter anderem erhalten folgende Einrichtungen aus Sülz und Klettenberg Fördergelder: Förderverein Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium (1000 € für medien- und theaterpädagogische Arbeit), Förderverein Hildegard-von-Bingen-Gymnasium (800 € Zuschuss für Busfahrt für Konzertreise nach Frankreich), Förderverein Kirchenmusik an St. Nikolaus und Karl Borromäus (1000 € Zuschuss für Durchführung von Konzerten), Interessengemeinschaft Sülz-Klettenberg Carrée e.V. (6000 € für Galeriewoche „21. Kunst im Carrée"), Juzi e.V. (2850 Euro für Kinder- und Jugendfahrten und Zuschuss zum Projekt „Staudengarten"), Kleingärtnerverein Köln-Klettenberg (1000 € für 100-jähriges Jubiläum), Kunstverein 68elf (5000 €, 35 Jahre Kunstverein 68elf, Ausstellungen in der Kunsthalle Lindenthal).

UNTERBINDUNG VON DURCHGANGSVERKEHR

Auf Vorschlag von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD, Die Linke, FDP stimmten die Bezirksvertreterinnen und -vertreter für Maßnahmen zur Unterbindung des motorisierten Durchgangsverkehrs an der Leichtensternstraße im Bereich zwischen Zülpicher und Kerpener Straße. An die Verwaltung erging der Auftrag, dahingehend Lösungen zu entwickeln. So sei vor allem die Umkehr der aktuellen Einbahnstraßenregelung zu überprüfen. Auch hinsichtlich des ruhenden Verkehrs sollen Möglichkeiten zur Erhöhung der Aufenthaltsqualität gefunden werden.

TAXIBUS-LINIE

Die Bezirksvertreterinnen und -vertreter sprachen sich einstimmig für einen Ratsbeschluss aus, der zum Fahrplanwechsel im Dezember 2023 die Umsetzung der „TaxiBus-Linie Klettenberg" vorsieht.

EINRICHTUNG VON SCHULSTRASSEN

Basierend auf einem Antrag von Bündnis 90/Die Grünen fordert die Bezirksvertretung Lindenthal befristete Pilotprojekte mit Durchfahrtsverboten für motorisierte Fahrzeuge in Schulstraßen. In Weiden und Lindenthal sollen Besucher*innen der Heliosschule sowie die Universitätsschule der Stadt Köln davon profitieren. Demnach könnten die temporären Absperrungen jeweils zwischen 7.45 und 8.30 Uhr sowie von 14.45 bis 15.15 Uhr erfolgen.

FAHRRAD-ABSTELLPLÄTZE

In der Lechenicher Straße werden auf zwei Pkw-Parkplätzen weitere Radabstellmöglichkeiten eingerichtet. Das beschlossen die Bezirksvertreter*innen nach einem gemeinsamen Antrag von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD und Die Linke.

NEUBAU JUSTIZZENTRUM

Mit einer Ergänzung unterstützten die Parlamentarierinnen und Parlamentarier das städtische Planungskonzept „Neubau Justizzentrum in Köln-Sülz". Demnach soll die Baulogistik nicht die zukünftige Grünanlage am Eifelwall beeinträchtigen.

Wenn ich mal groß bin,
werde ich Tagesvater.
Und Sie?

Kontaktstelle
Kindertagespflege Köln

Beratung, Vermittlung und Vernetzung
für Eltern, Tagespflegepersonen
und Interessierte.

Venloer Str. 53 | 50672 Köln
Tel 0221 / 91 39 27 - 0

www.kindertagespflege-koeln.de

gesunde etagen
gesund werden – gesund bleiben

Gesunde Etagen
Berrenrather Straße 230 · 50939 Köln
PhysioFit: Tel. 475 83 98
PhysioTherapie: Tel. 475 87 90
E. Spieler
www.gesunde-etagen.de

Wir freuen uns, Sie zu einem kostenlosen Probetraining begrüßen zu dürfen.

FABIO DAL POS

Einblicke in die Pop-up-Art

Fabio Dal Pos stellt seine Kunstwerke im Schaufenster aus

Der Kölner Künstler **Fabio Dal Pos** findet für seine Werke neue Plattformen der Darstellung. Neben vereinzelten Galerien stellt der 35-Jährige Malereien, Skulpturen und bedruckte Textilien im angemieteten Schaufenster des Eisladens Keyserlich (Wittekindstraße 42) aus.

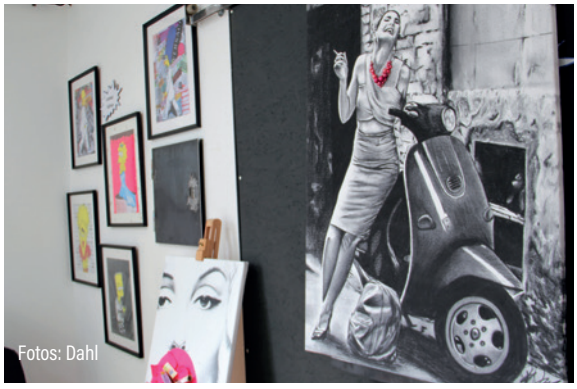
Die klein- bis großformatigen Arbeiten spiegeln dabei oftmals Ikonen der Filmhistorie oder des gesellschaftlichen Lebens wider. Neben Robert De Niro und Al Pacino bevölkern seit Mai dieses Jahres Karl Lagerfeld, Königin Elisabeth II. oder Bart Simpson die sechsmonatige Wohngemeinschaft der besonderen Art als Pop-up*-Ensemble in Kohle-, Bleistift-, Buntstift- oder Acrylbekleidung.

„Ich hatte schon im Abi Kunst als Fach und wollte danach an einer Akademie weiterlernen, aber das war zu teuer. Stattdessen habe ich mir selbst viel beigebracht und meine Werke über Instagram veröffentlicht. Mittlerweile erhalte ich dafür stete Anfragen“, berichtet der gebürtige Lindenthaler.

Mama Carmela Dal Pos ist stolz auf den Unternehmergeist von Filius Fabio.

Kunst to go (out with)

Die Anmietung des Schaufensters sieht Fabio Dal Pos als Investition in die Zukunft. Die vor allem in der warmen Jahreszeit gut frequentierte Eisdiele, an der viele Gäste ihre Speisen auch vor dem Geschäft verzehren, soll den Künstler und dessen Kreationen bekannter machen. Dabei kann er schon auf diverse Erfolge zurückblicken. So wurde eines seiner Bilder zugunsten der Erdbebenopfer in der Türkei und Syrien für 1000 Euro versteigert und mit einem Artikel in einer großen Tageszeitung gewürdigt. Ein bekannter Autokonzern erwarb gar ein Logo des Malers und verpflichtete ihn für die Jubiläumsausstellung. Darüber hinaus gründete der Unternehmer mit Partnern ein Modelabel namens „Beau Kaya“, das in Mönchengladbach unter Fairtrade-Auflagen Kapuzenpullover und Rucksäcke mit eigenen Motivaufdrucken produziert. Als nächstes Geschäftsziel steht die Realisierung eines Ateliers an. Zuvor ist der Künstler bei der Pop-up-Vernissage im 25hours Hotel (Im Klapperhof 22–24, 50670 Köln) zu sehen. Die Werkschau läuft vom 1. bis 30. September.



Raum für Kunst im Pop-up-Schaufenster auf der Wittekindstraße 42

Zwischen dem 7. September und 12. November sind ausgewählte Arbeiten in der Galerie Werretalhalle (Alte Bünder Straße 14, 32584 Löhne) zu entdecken. Auf Instagram sind die Schöpfungen zudem unter don_fa11 abrufbar. Via Mail an fabiodp@web.de können potenzielle Käufer*innen sowie Galerist*innen Kontakt zum Künstler aufnehmen. **td**

* Als Pop-up werden Gegenstände oder Slogans bezeichnet, die, beispielsweise im Internet oder im öffentlichen Stadtraum, plötzlich auftauchen. Oftmals sind die Erscheinungen auf einen kurzen Zeitraum begrenzt, etwa Werbebanner oder provisorisch errichtete Fahrradstreifen auf der Straße.

21 jahre

22.10.-5.11.2023

kunst im carrée

21 Jahre kunst im carrée
in Sülz/Klettenberg · 22.10-5.11.2023
verkaufsoffener Sonntag · 22.10.2023 · 13-18 h
„Faszination BAUM“
Eine Veranstaltung der ISK Carrée e.V.
seit 27 Jahren aktiv für das Veedel!

Beliebtes Herbst-Event **kunst im carrée**
mit verkaufsoffenem Sonntag
- Flanieren und Shoppen
- Kunst in den Galeriefenstern entdecken
- Kunst-Spaziergang für Familien- und Senioren
- Open-Air-Bühnen für Kleinkunst, Literatur und Musik
- Sülz-Foto-Beam
- Kunsthandwerker- und Designmarkt

Lassen Sie sich überraschen, wir freuen uns auf viele kunstinteressierte Besucher.

kunst im carrée präsentiert im 21. Jahr herausragende Kunstwerke, eine lebendige Veedelskultur, ist gut mit Künstlern, Literaten, Musikern und Tänzern vernetzt, bindet die Schulen und Vereine im Veedel mit ein.
Denn erst gemeinschaftliches kreatives Gestalten setzt weitere Synergien frei.
Ein herzliches Dankeschön an alle, v.a. an die Künstler, welche die **kunst im carrée** erlebbar machen und an die Geschäftsleute die sie finanziell tragen.

kunst im carrée · Projektleitung Brigitte Hellwig · www.kunstimcarree.de
Eine Veranstaltung der Interessengemeinschaft Sülz/Klettenberg Carrée e.V.
1. Vorsitzender: Sebastian Berges · Vorstand: Michael Bruchhaus,
Lydia Schildgen, Annette Schorn, Raimund Stuka, Jaap Westermann
Geschäftsstelle: Hans-Josef Schulte
www.carree-suelz-klettenberg.de

Gemüse kann so lecker sein

Text & Fotos: Hanka Meves
Illustrationen: Saskia Gaymann

Ein Besuch in Schulgärten

Als Kind habe ich von unserem Schulgarten einmal einen riesigen Kürbis mit nach Hause gebracht. Ich war unglaublich stolz auf meine Ernte. Meine große Schwester hat ihn zerschnitten und daraus kleine Tische, Stühle und Regale geschnitzt, eine richtige kleine Puppenstube. Unsere Mutter hat den Kürbis zu Kompott verarbeitet und eingekocht. Es war das leckerste Kompott, das ich je gegessen habe.

Wir haben uns die Schulgärten in der Theodor-Heuss-Realschule (THR) in der Euskirchener Straße 50 und im Hildegard-von-Bingen-Gymnasium (HvB) in der Leybergstraße 1 angesehen und verraten euch schon jetzt, dass die Ernte dort allen besonders gut schmeckt.

Nachhaltig wirtschaften

„Für unseren Schulgarten nutzen wir nachhaltig alte Möbel und Gerätschaften, die wir ersteigern oder geschenkt bekommen. Das Insektenhotel ist zum Beispiel aus einem alten Schrank gebaut“, erzählt uns die **Biologielehrerin Kerstin Degen** von der THR. Ihr Schulgarten liegt neben den Urban-Gardening-Hochbeeten des Sülzer Triangels vor der Schule auf dem Gelände am alten Transformatorenhaus Sülzgürtel, Ecke Euskirchener Straße. „Als wir das Blech für das Dach geklopft haben, haben Anwohner die Polizei gerufen“, erzählt uns Luca aus der 8a lachend. „Sie dachten, wir würden hier auf dem Gelände etwas zerstören. Das hat sich aber schnell aufgeklärt.“

Garten der Jahreszeiten

Die Schüler*innen haben gemeinsam mit Kerstin Degen den THR-Schulgarten so aufgebaut, dass zu allen vier Jahreszeiten etwas wächst und blüht: Zwiebelpflanzen im Frühling, die Blumenwiese im Sommer, Gemüse wird im Herbst geerntet und im Winter die Kamelie und die Zaubernuss, auch Hamamelis genannt.

Das HvB hat sich Unterstützung von zwölf hoch motivierten Studierenden aus dem Seminar von Anna Heinermann von der Universität zu Köln geholt, mit denen sie gemeinsam den Schulgarten angelegt haben. Mit 23 tatkräftigen AG-Kindern haben die Studierenden gebuddelt, gepflanzt und gebaut.

Gärtnern im Unterricht

Am HvB haben die Biologielehrer*innen festgelegt, dass der komplette Biologieunterricht für alle 5. und 6. Klassen von März bis Oktober auf dem Acker im Schulgarten stattfindet. So können Themen aus dem Lehrplan wie der „Aufbau der Pflanze“ und „Von der Blüte zur Frucht“ in der Natur erfahren und gelernt werden. Alle Schüler*innen übernehmen Verantwortung für einzelne Gemüsepflanzen, indem diese im wöchentlichen Biologieunterricht bis zur Ernte gepflegt werden. Die Ernte wird im Unterricht aktiv genutzt. Gerade als Hanka mit der Biologielehrerin Gesa Schmidt hier sitzt, kommen zwei Kolleg*innen und pflücken Salat für ihren Unterricht in der Klasse 9 im Fach Ernährungslehre. Durch die Initiative GemüseAckerdemie bekommt die Schule Anleitungen sowie Setzlinge für einen Teil des Gartens, der im Biologieunterricht bewirtschaftet wird. So kommen alle Fünftklässler*innen und Sechstklässler*innen, immerhin 120 Kinder pro Schuljahr, in den Genuss, sich beim Gärtnern mal richtig schmutzige Hände zu machen.

Erfahrungen aus der Kindheit

Sowohl Kerstin Degen als auch **Gesa Schmidt** haben schon als Kinder gegärtnert, manchmal gern, manchmal nicht so gern. „Das war ganz schön viel Arbeit, weil wir einen großen Selbstversorgergarten hatten“, erzählt uns Gesa Schmidt. Das heißt, dass sich ihre Familie selbst mit Lebensmitteln aus ihrem großen Nutzgarten versorgen konnte. Jetzt merkt sie oft, wenn Kinder oder Kolleg*innen sie fragen, dass sie aus dieser Zeit viel weiß, zum Beispiel, wann und auf welchem Boden man am besten pflanzt oder auch welche Pflanzen miteinander gut gedeihen. Kerstin Degen hat ihre Liebe zu den Insekten in den Schulgarten mit eingebracht. „Mein Mann hat uns eine Anleitung gezeichnet, damit die Schüler*innen das Insektenhotel aus dem alten Schrank selbstständig bauen konnten.“

Mehr Informationen zu den beiden Schulen gibt’s im Web:

www.thr-koeln.de
www.hvb-gymnasium.de

Spaß machen besonders das Gießen und Ernten sowie Unterricht im Freien

„Besonders gern gießen wir und ernten, was wir angebaut haben.“ Darin sind sich Florian, Justus, Luca, Lea, Clara und Laurin aus der 8a einig, die mich stolz über ihren THR-Garten führen.

„Der Salat ist frisch und knackig, die Tomaten sind zuckersüß.“ Im Garten zu ernten ist ganz anders, als das Gemüse aus dem Kühlschrank zu holen. Das Gießen ist zugleich eine große Herausforderung: Die Pflanzen schreien in den trockenen Sommern nach Wasser, das wertvoll ist. Und dann sind da noch die langen Sommerferien. „Und wir lieben es, besonders an heißen Sommertagen draußen Biologieunterricht zu haben.“ Darin stimmen auch alle Schüler*innen überein.

„Seit dem Frühjahr haben wir wie Schmitz & Kunz, die neben unserem Schulgarten Hochbeete bewirtschaften, Zugang zum Hydranten“, erzählen die Schüler*innen von der THR stolz. „Wir füllen unsere zwei Tanks und wechseln uns mit der Initiative beim Gießen ab.“

Hier summt und brummt es

In beiden Schulgärten wird es im Herbst eine reiche Ernte geben. Ich habe viele verschiedene Gemüsesorten entdeckt: Tomaten, Salat, Fenchel, verschiedene Kräuter, Kohlrabi und Zwiebeln. Doch auch Lavendel und die schönen Blumen lassen sich ernten.

„Ich bin froh, dass unser Hausmeister auch einen grünen Daumen hat", erklärt Gesa Schmidt vom HvB. „Er gießt an heißen Tagen morgens, wenn ich noch nicht da bin. So bekommen die Pflanzen schon morgens Wasser, und wir müssen nicht gießen, wenn die Sonne auf die Pflänzchen strahlt. In den Schulferien übernehmen einige Schüler*innen der 5. Klassen als Schulgartenpflegepaten den Gieß- und Pflegedienst. Wir können für diese ehrenamtliche Arbeit sogar ein kleines Taschengeld zahlen, das als Personalkosten über einen Förderantrag der Umweltbildung der Stadt Köln beantragt wurde." Und Gesa Schmidt hat noch einen großen Wunsch: Wenn die alte Turnhalle für den Ganztag umgebaut wird, sollte unter ihr eine Zisterne entstehen, in der Regenwasser für den Garten gesammelt werden könnte.

GemüseAckerdemie jetzt auch für weiterführende Schulen

Die Initiative bietet gemeinsam mit einem jeweiligen Sponsor Unterstützung für einen Kindergarten- oder Schulgarten in den ersten sechs Jahren. Nach dieser Zeit sollen die Kinder und Erwachsenen gelernt haben, wie sie unabhängig den Garten gestalten und erhalten.

www.acker.co/gemueseackerdemie

Erfolgreiche Unternehmer*innen aus dem Veedel

Hinz – ein Familien-unternehmen mit Zukunft

Der Wagen mit der Aufschrift „Hinz – Fachbetrieb für Sanitär- und Heizungstechnik“ ist aus den Straßen von Sülz und Klettenberg nicht mehr wegzudenken. Im Jahr 1946 hat Helmut Hinz das Unternehmen gegründet, und 1990 übernahm sein Sohn Günter Hinz die Geschäftsführung. Inzwischen arbeiten sechs Familienmitglieder in dem Betrieb, und es sieht ganz so aus, als würde uns das rote Fahrzeug mit den blauen Lettern auch in den nächsten Jahrzehnten weiterhin treu bleiben!

HELMUT HINZ GMBH & CO.

Familie Hinz (v.l.n.r.): Philipp, Melanie, Anne, Katharina, Franziska und Günter Hinz mit Hund Sammy

Fotos: Nonnenmacher

Günter Hinz, Sie haben 1990 die Geschäftsführung des Betriebes übernommen. Wie hat es Ihr Vater geschafft, Sie schon vorher als Sohn für seine Arbeit zu begeistern?

Günter Hinz: Ich habe mich schon als Schüler für alles interessiert, was mit Mathematik und Technik zu tun hatte. Die Grundvoraussetzung, später einen technischen Beruf zu erlernen, war also gegeben. Außerdem hat mein Vater beziehungsweise haben meine Eltern mir immer vermittelt, wie großartig es ist, selbstständig zu sein. Dieser Eindruck hat mich in meinem Elternhaus stark geprägt und sicherlich auch dazu motiviert, in den Betrieb mit einzusteigen. Letztendlich war dies die beste Entscheidung, die ich treffen konnte, und ich habe sie noch keinen Tag bereut.

Können Sie mir einen kleinen Einblick in das einst noch aus zwei Mann bestehende Unternehmen geben?

Günter Hinz: Mein Vater hat kurz nach dem Krieg zunächst allein angefangen. Er hatte damals nur einen Mitarbeiter, und der Schwerpunkt lag auf dem Heizungsgeschäft, die Sanitärinstallationen sind erst später dazugekommen.

Ihr Vater war einer der ersten Heizungsbauer, der sich in den 1960er-Jahren an die Installation eines Ölbrenners herangetraut hat. Er scheint ein mutiger und experimentierfreudiger Mensch gewesen zu sein. Welche Ideen hat er noch in die Tat umgesetzt?

Günter Hinz: Die Firma Hinz hatte bereits sehr früh einen Notdienst, über den wir rund um die Uhr erreichbar waren. Not- und Kundendienst sind bis heute eine unserer größten Stärken!

Welche Werte und Unternehmensziele haben Sie in den 1990er-Jahren als noch sehr junger Geschäftsführer von Ihrem Vater übernommen?

Günter Hinz: Was mein Vater immer gesagt hat, ist ganz einfach formuliert: Der Kunde ist König! Die Bedürfnisse unserer Kundschaft standen damals und stehen gleichermaßen heute im Mittelpunkt

>>

Vater Günter Hinz mit seinem Sohn Philipp

Herzlich willkommen bei uns in Hürth!

Vereinbaren Sie am besten einen Termin mit uns, damit wir Zeit für Ihre Wünsche haben.

brune küchen

brune küchen gmbh
Luxemburger Straße 118
50354 Hürth
(0 22 33) 96 8 96 00
info@brune-kuechen.de
www.brune-kuechen.de

Katharina (links) und ihre Schwester Franziska

In der großen Badausstellung vor Ort …

unseres Handelns. Für uns war und ist es außerdem wichtig, langfristige Beziehungen zu unseren Kundinnen und Kunden zu pflegen. Eben nicht nur eine neue Heizung oder ein neues Badezimmer einzubauen, sondern über Jahre oder Jahrzehnte mit Kundschaft zusammenzuarbeiten. Es macht mich stolz, dass wir heute noch für Kundinnen und Kunden arbeiten, die mein Vater schon betreut hat.

Hat Ihr Vater Sie in Ihrer Anfangszeit als Geschäftsführer noch begleitet?

Günter Hinz: Mein Vater hat mich im Hintergrund sehr unterstützt und versucht, mir die wesentlichen Aspekte des Unternehmerseins zu vermitteln. Außerdem hatte ich erfahrene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die mir sehr geholfen und mir damit den Einstieg extrem erleichtert haben. Zu Beginn hatte ich erst ein Jahr Berufserfahrung und musste noch ganz schön viel dazulernen. Aber nach und nach bin ich in diese neue Position hineingewachsen.

Welche Erneuerungen haben Sie in den 1990er-Jahren eingeführt?

Günter Hinz: In meinen ersten Jahren haben wir den Betrieb komplett auf eine neue EDV oder besser gesagt auf eine vernetzte Handwerkersoftware umgestellt. Die digitale Erfassung und Bearbeitung aller wesentlichen Prozesse bei uns war ein wichtiges Thema in meiner ersten Zeit als Geschäftsführer. Ende der 1990er haben wir dann unser Konzept „Badezimmer aus einer Hand" eingeführt. Wir erkannten, dass es für unsere Kundschaft unglaublich schwierig, komplex und stressig ist, sich bei einer großen Installation mit allen Handwerkern einzeln auseinanderzusetzen. Die Idee dahinter war und ist, dass wir der zentrale Ansprechpartner sind, alle Gewerke und Bauphasen aufeinander abstimmen, um es der Kundschaft so einfach wie möglich zu machen. Dieses Angebot wurde damals und wird bis heute sehr gut angenommen!

Fortschritt scheint bis heute ein Stichwort zu sein, das Ihren Betrieb nicht abschreckt, sondern inspiriert und vorantreibt. Wie begegnen Sie beispielsweise dem Thema regenerative Energien?

Günter Hinz: Es ändert sich aktuell sehr viel, man denke nur an das neue Heizungsgesetz. Auch da ist es wie bei all unseren Themen: Wir möchten unsere Kundschaft an die Hand nehmen, mit ihr gemeinsam durch dieses Thema gehen und am Ende eine optimale Lösung finden! Dafür haben wir auch unser Beratungssystem umgestellt. Die Interessierten kommen zu einem Ersttermin zunächst zu uns, und wir informieren sie über alle Möglichkeiten, die es gibt und über den gesetzlichen und klimatechnischen Hintergrund. Hinzu kommt die Frage, welche Prioritäten und Wünsche unsere Kundinnen und Kunden haben. Erst danach schauen wir uns die technischen Gegebenheiten vor Ort an und entwickeln aus all diesen Punkten ein technisches Konzept.

*Wie viele Mitarbeiter*innen beschäftigen Sie aktuell?*

Günter Hinz: Wir haben jetzt knapp 80 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Gestartet bin ich 1990 mit circa 14 Mitarbeitenden. Über die Jahre sind wir dann stetig gewachsen und haben uns kontinuierlich weiterentwickelt.

2022 ist Ihr neuer Firmenstandort am Neuer Weyerstraßerweg fertig geworden. Haben Sie sich inzwischen gut eingelebt?

Günter Hinz: Wir fühlen uns hier alle sehr wohl! Am alten Standort wäre durch die begrenzten Räumlichkeiten auf längere Sicht leider kein weiteres Wachstum möglich gewesen. Aber wir wollten noch ein bisschen wachsen und die Möglichkeit haben, unsere Kundschaft vernünftig beraten zu können. Am neuen Standort haben wir

... inspirieren ausgefallene Badkreationen.

unter anderem einen sehr schönen Showroom, Schulungsräume, vernünftige Sozialräume und eine Gemeinschaftsküche.

Anne Hinz, Sie sind die Ehefrau von Günter Hinz und seit 1995 als Prokuristin, Lohn- und Finanzbuchhalterin im Familienunternehmen tätig.

Anne Hinz: Ja, genau. Von außen betrachtet mag das ein trockenes Berufsfeld sein, aber ich habe sehr viel Freude an meiner Arbeit, insbesondere an den menschlichen Kontakten. Mit der Zeit sind die Aufgaben in der Verwaltung immer umfangreicher geworden, und als Prokuristin trage ich gemeinsam mit meinem Mann und meinem Sohn die Verantwortung für das Unternehmen. Es ist sehr schön, dass wir uns austauschen und untereinander abstimmen können.

Mit Ihren drei Kindern Katharina, Philipp und Franziska ist inzwischen die dritte Hinz-Generation ins Geschäft mit eingestiegen. Katharina Hinz, seit wann sind Sie im Unternehmen?

Katharina Hinz: Ich arbeite hauptberuflich in dem Handwerksunternehmen meines Freundes und nebenberuflich in unserem Familienunternehmen. Hier bin ich seit 2019 für die Bereiche PR und Marketing zuständig. Doch ich habe bereits 2013 an dem Neuaufbau unserer Homepage mitgewirkt, die im Laufe des nächsten Jahres wieder komplett modernisiert wird.

Philipp Hinz, Sie sind seit 2022 als stellvertretende Leitung Sanitär im Unternehmen tätig und koordinieren den Aufbau der Fotovoltaikabteilung. Was ist Ihr Resümee nach einem Jahr im Familienunternehmen?

Philipp Hinz: Der Umzug in das neue Gebäude war gleichzeitig mein Start im Familienunternehmen. Es war ein unglaublich aufregendes, lehrreiches Jahr, in dem ich sehr viel Neues kennengelernt habe. Zuvor war ich bereits zwei Jahre für die technische Gebäudeausrüstung in der Uniklinik Köln tätig, aber innerhalb des Familienunternehmens selbstständig zu sein, das ist noch mal etwas ganz anderes. Es macht mir sehr viel Spaß, und es ist sehr schön, hier mit den ganzen Kolleginnen und Kollegen und meiner Familie zusammenzuarbeiten.

Franziska Hinz, Sie sind mit zwanzig Jahren das jüngste Familienmitglied im Unternehmen.

Franziska Hinz: Ich studiere seit anderthalb Jahren Psychologie und arbeite seitdem auch parallel als Minijobberin in unserem Unternehmen. Meine Eltern habe ich aber bereits mit 15 oder 16 Jahren nebenbei im Betrieb unterstützt.

Wollen Sie nach dem Studium voll im Familienbetrieb einsteigen?

Franziska Hinz: Ich finde es sehr schön, die Familie im Unternehmen, so gut es geht, zu unterstützen. Aber ich fokussiere mich im nächsten Jahr erst einmal auf meinen Bachelorabschluss. In welche Richtung ich dann am Ende gehen werde, ist aktuell noch recht offen.

Melanie Hinz, Sie sind das sechste und noch ganz neue Familienmitglied im Unternehmen.

Melanie Hinz: Ja, ich bin die Ehefrau von Philipp, wir haben gerade erst geheiratet. Seit einem Jahr bin ich fest angestellt, und davor habe ich nebenberuflich im Unternehmen gearbeitet. Ich bin für die Faktura und das Schreiben von Angeboten zuständig.

>>

BAUER
VORBERG
KAYSER
PATENTANWÄLTE
PARTNERSCHAFT MBB

Sie möchten Ihren Firmennamen schützen? Sie haben ein neues Logo oder Design entworfen? Sie haben etwas erfunden?
Wir schützen Ihre Ideen! Rufen Sie an – die Erstberatung ist kostenlos.

Telefon (02 21) 33 77 56-0 · office@bvk-patent.de
Goltsteinstraße 87 · 50968 Köln · www.bvk-patent.de

Garten Praxis für Gestalttherapie
und Psychotherapie (HPG)
Ursula Schilling
Gestalttherapeutin · Heilpraktikerin Psychotherapie (HPG)

Heisterbachstraße 47 (Eingang durch die Hoftür) · 50939 Köln
Telefon: (02 21) 42 10 10 13 · Mobil: (01 77) 3 01 37 96
kontakt@beraten-schulen-begleiten.de · www.beraten-schulen-begleiten.de

Ich habe noch eine Frage an Sie alle gerichtet: Wie fühlt es sich an, nicht nur das private, sondern auch das berufliche Leben mit seiner Familie zu teilen?

Katharina Hinz: Wir haben immer viel Verständnis füreinander. Wären wir alle in komplett verschiedenen Berufen, könnten wir uns nicht so gut austauschen. Das fördert den familiären Zusammenhalt. Aber wir haben auch privat alle eine sehr gute Verbindung zueinander.

Ist es manchmal schwierig, Privates und Berufliches zu trennen?

Katharina Hinz: Wenn wir uns am Wochenende sehen, sagt mein Vater manchmal: „Ach, da fällt mir gerade noch ein ...!" Dann tauschen wir uns kurz aus, und das Thema ist beendet. Wenn es dann theoretisch zu einem ausschweifenden Gespräch kommen könnte, muss man sich seiner Grenzen sehr bewusst sein. Aber da wir alle gut miteinander kommunizieren können, entstehen keine Probleme.

Ich habe den Eindruck, dass das Handwerk heutzutage mehr geschätzt wird als früher. Teilen Sie diesen Eindruck?

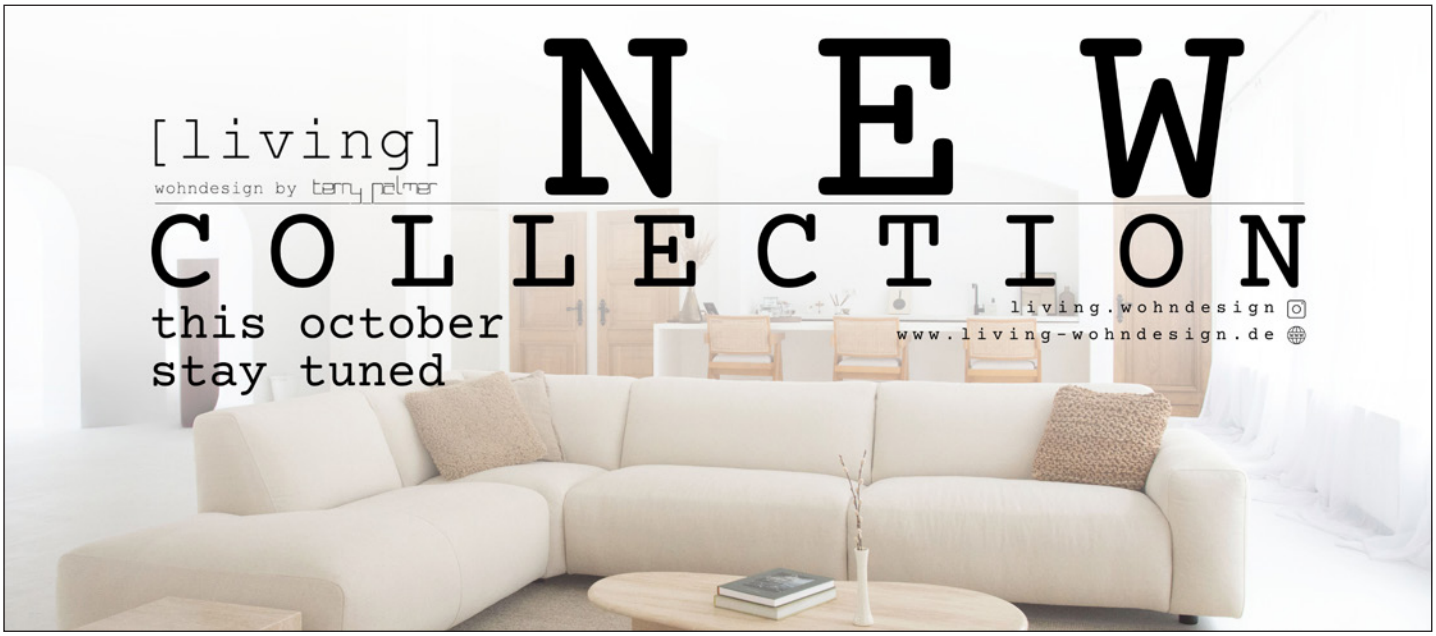
Günter Hinz: Das Handwerk muss heutzutage umfangreiche, vielfältige, manchmal auch sehr komplexe Herausforderungen meistern. Deswegen ist es schön, zu sehen, dass dem Handwerk inzwischen deutlich mehr Aufmerksamkeit und Anerkennung zuteil wird als noch vor einigen Jahren. Aber es ist auch noch ein weiter Weg, da anzukommen, wo wir ankommen wollen. Das Handwerk leistet viel im Standort Deutschland. Mit viel persönlichem Einsatz, mit viel Energie und mit viel Wissen, und es wäre schön, wenn dies von der Gesellschaft noch mehr gesehen würde. Auch wenn es um das Thema Ausbildung geht: Junge Menschen sollten nicht immer dem ersten Reflex des Studierens nachgehen. Auch nach einer Ausbildung ist es absolut möglich, Karriere im Handwerk zu machen!

Die typisch roten Hinz-Autos sind aus den Straßen von Sülz und Klettenberg nicht mehr wegzudenken. Meinen Sie, diese Fahrzeuge werden unserem Doppelveedel auch in den nächsten Jahrzehnten weiter treu bleiben?

Philipp Hinz: Für Köln schlägt unser Herz, dort leben und arbeiten wir, und wir glauben schon, dass unser Betrieb das Potenzial hat, auch in den nächsten Jahren und Jahrzehnten erfolgreich zu sein. Insbesondere für die Energiewende und den Bau bezahlbarer Wohnungen wird das Handwerk jetzt einfach benötigt. Ich bin mir sicher, dass wir, unsere Branche und das gesamte Handwerk auch in Zukunft unseren Beitrag dazu leisten werden!.

Vielen Dank für das Interview! **ap**

www.hinz-koeln.de



Hinz

WASSER-WÄRME-UMWELT

Helmut Hinz GmbH & Co.
Neuer Weyerstraßerweg 5
50969 Köln
Tel.: (0221) 888896-0
Fax: (0221) 888896-800
post@hinz-koeln.de
www.hinz-koeln.de

Prozessorientiert denken, menschlich handeln!

Wir setzen Technik ein, wo es sinnvoll ist und nutzen das persönliche Gespräch, wo es für Ihren Erfolg entscheidend ist!

Bekannt aus den 3 Top-Maklerlisten von Bellevue, Capital und Focus.
Profitieren Sie, wie viele Kunden vor Ihnen, vom lokalen Experten in Köln!

Rheingold IMMOBILIEN GMBH

Nutzen Sie unsere persönliche Beratung. Jetzt Termin vereinbaren:

0221 / 99 51 99 01 · info@rheingoldimmobilien.de

Rheingold Immobilien GmbH, Luxemburger Str. 202, 50937 Köln, www.rheingoldimmobilien.de

„Wir machen Räume einzigartig.“

Mit individuellen und nachhaltigen Lösungen für perfekt verlegte Bodenbeläge stellt das Team von **Ten Eikelder Bodenbeläge** immer wieder sowohl sein Know-how als auch seine Kreativität und Leidenschaft unter Beweis.

„Ganz gleich, ob hochwertiges Parkett, edler Teppichboden, klassische Treppenläufer oder innovativer Vinylboden, unser fachlich geschultes Team berät stets mit Sachkenntnis, plant individuell und mit größter Sorgfalt. So entsteht mit höchster Präzision die Grundlage für ein unverwechselbares Ambiente“, verspricht **Markus Glosch,** Inhaber und Geschäftsführer von Ten Eikelder Bodenbeläge.

Natürliche Optik mit exklusiven Akzenten

Großer Beliebtheit erfreut sich seit geraumer Zeit das vielfältige Sortiment an Vinylböden. Und dies sicherlich aus gutem Grund: Aus den einst funktionalen PVC-Fliesen wurden zwischenzeitlich Designpanels entwickelt, die wie Naturprodukte wirken und dabei allen heutigen Anforderungen an beeindruckender Optik, edler Ausstattung, natürlichem Ambiente und vor allem praktischer Pflege sowie Langlebigkeit genügen.

Fotos: FORBO Flooring

Vinyl und Nachhaltigkeit

Und auch beim Thema Nachhaltigkeit hat sich beim Material Vinyl einiges getan. Hochwertige Vinylbodenbeläge können heute fast alle recycelt werden. „Mit unserem umfangreichen Vinylsortiment bieten wir Bodenbeläge, die lose zu verlegen und leicht zu entfernen sind und somit einen Beitrag zur Kreislauf- und Sozialwirtschaft leisten“, erklärt Glosch. Vor dem Hintergrund der aktuellen Diskussionen über Nachhaltigkeit und Recycling ist dies ein wichtiger Aspekt bei der Auswahl und Verlegung der Ten Eikelder Bodenbeläge.

Ein Besuch in den Ausstellungsräumen im Severinsviertel lohnt sich: Hier machen Sie sich selbst ein umfassendes Bild von der vielfältigen Produktpalette, der Topqualität sowie der professionellen Arbeitsweise bei Ten Eikelder Bodenbeläge.

www.ten-eikelder-bodenbelaege.de

TEB

QUALITÄT IM DETAIL FÜR BESONDERE AKZENTE

100 JAHRE TEN EIKELDER BODENBELÄGE 1923 – 2023

Ob hochwertiges Parkett, edler Teppichboden, Vinyl-Designbeläge oder klassische Treppenläufer. Wir sind die Spezialisten in Sachen Bodenbeläge, planen individuell, verlegen professionell und mit größter Sorgfalt.

INDIVIDUELLE BERATUNG FÜR OPTIMALE LÖSUNGEN

Unser Ziel ist immer, Sie jederzeit ausführlich zu beraten und Sie mit unserer Qualität zu überzeugen. Besuchen Sie uns gerne in unseren Ausstellungsräumen und machen Sie sich selbst ein Bild von unserer großen Produktpalette.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Parkett
Treppenläufer
Teppichboden
Vinyl

DER BODEN MACHT DEN RAUM

TEN EIKELDER BODENBELÄGE

Severinstraße 235-239 · 50676 Köln · Fon 0221-234566 · www.ten-eikelder-bodenbelaege.de

Foto: Rheingold Immobilien

Jaap Westermann gibt Handlungsempfehlungen zum aktuellen Immobilien-Markt

RHEINGOLD IMMOBILIEN

12. Immobilien Marktbericht für Köln

Wohin geht die Reise?

Mit dem neuen Immobilien Marktbericht 2023 legt **Jaap Westermann** von **Rheingold Immobilien** eine aktuelle Einschätzung des derzeitigen Marktniveaus vor, die noch deutlicher als in den Vorjahren lediglich ein grober Indikator für Immobilien-Interessierte sein kann.

Das vergangene Jahr, auf das sich das Datenmaterial des Berichts bezieht, brachte vieles mit sich: stockende Lieferketten, schreckliche Kriege, Unsicherheit bezüglich der Heizperiode und eine Inflation, die in dieser Höhe nicht zu erwarten war. Entsprechend zeigte der Markt auch zwei Gesichter. Das des ersten Halbjahres, welches noch vom Immobilienboom gezeichnet war, und der Übergang im zweiten Halbjahr.

Die Preise haben zum Teil deutlich nachgelassen. Besondere Konstellationen und in der Folge Preise über derzeitigem Marktniveau sind aber weiterhin nicht ausgeschlossen. Diese zeigen auch, dass trotz der Zurückhaltung eigentlich zu wenige Immobilien vorhanden sind und gebaut werden. Jaap Westermann empfiehlt, bei einem Verkauf auf jeden Fall Fachleute anzusprechen: ob Sachverständige für die Immobilienbewertung oder fachkompetente Makler*innen. Den aktuellen Marktbericht – auch für Lindenthal, Sülz und Klettenberg – mit den Trends für 2023 ist erhältlich direkt bei Rheingold Immobilien oder als Download auf der Internetseite.

www.rheingoldimmobilien.de

Handlungsempfehlungen im derzeitigen Immobilienmarkt

1. Nutzen Sie die angegebenen Zahlen als groben Orientierungsrahmen – eher mit Ausschlägen nach unten als nach oben

Anhand der Entwicklung des Liegenschaftszinssatzes im letzten Jahr zeigt sich, dass die Kaufpreise durch den Zinsdruck nicht standgehalten haben. Ausnahmen wird es dabei aber immer geben. So wie wir früher teilweise bis über 40 Prozent über dem Angebotspreis verkauft haben, kann es auch heute noch höhere Kaufpreise als bei den Bewertungen geben.

2. Wichtiger denn je: eine fundierte Wertermittlung – möglichst nah zum Verkaufszeitpunkt!

Heute wichtiger denn je ist eine an die augenblickliche Situation angepasste objektive Einschätzung durch lokale Spezialist*innen. In den letzten Jahren wurden überzogene Preise zumindest teilweise von dem steigenden Preisniveau wieder eingefangen. Bei einem leicht sinkenden oder gleich bleibenden Preisniveau besteht das Risiko, sich aus dem Markt zu schießen. Da die Preiseinschätzung dennoch ungleich schwerer ist, als dies in der Vergangenheit der Fall war, wird man bis zum endgültigen Finden eines im Markt gängigen Preisniveaus sicher auch an der einen oder anderen Stelle Preissenkungen erleben.

3. Überlassen Sie nichts dem Zufall

Sorgen Sie dafür, dass beim Verkaufsstart die erforderlichen Unterlagen vollständig vorhanden sind. Ein abspringender Käufer kann einem heute teuer zu stehen kommen. Sorgen Sie von Anfang an für hochwertige Bilder, ein hochwertiges Exposé und die richtige Werbestrategie. Bei deutlich geringerer Interessentenzahl sollen diejenigen, für die Ihre Immobilie das Richtige ist und die sich Ihre Immobilie leisten können, dies mitbekommen und auch nicht durch einen unprofessionellen Verkaufsprozess abgehalten werden.

4. Wenn Sie Spezialist*innen hinzuziehen

Gemeinhin glaubt man, dass die Provision oder die Angebotspreishöhe entscheiden sollte, welche*n Makler*in man beauftragt. Es gibt daher Makler*innen, die sich hierauf spezialisiert haben und mit niedrigen Provisionen oder Traumpreisen einen Vertrag mit Ihnen abschließen wollen.

Nach unserer Erfahrung entscheidet der Umfang der Maklerleistung, welcher Betrag nach Abzug einer Maklerprovision auf Ihrem Konto landet. Nur mit adäquatem Budget kann man eine Immobilie so präsentieren, dass sie heraussticht. Vernünftig und sorgfältig aufbereitete Unterlagen und die richtige Präsentation bestimmen, ob und bis zu welchem Preis Banken finanzieren und Sie verkaufen können. Folglich sollten Sie bei Ihrer Entscheidungsfindung vergleichen, welche*r Makler*in die beste Maklerleistung für Sie erbringt.

5. Achtung vor Maklervorschlägen aus dem Internet

Zahlreiche Anbieter*innen bieten in den sozialen Medien, im Internet oder übers Fernsehen kostenlose Bewertungen sowie Maklerdienste angeblich ohne Provision an. Das ist so nicht richtig. Tatsächlich werden in den meisten Fällen nur Ihre Kontaktdaten aufgenommen und dann an Makler*innen weiterverkauft. Diese bezahlen dies mit bis zu 30 Prozent Provisionsabgaben. Geld, welches dann für Ihre Vermarktung nicht mehr zur Verfügung steht. Das kann nicht in ihrem Interesse sein. Erstellen Sie sich lieber eine Vorauswahl, welche Makler*innen für Sie infrage kommen könnten – ob durch Empfehlungen oder Kundenbewertungen (Google etc.) im Internet. Lesen Sie dabei auch negative Kommentare und die Antwort darauf. Selten hat jemand, der viel arbeitet und präsent ist, nur positive Bewertungen. Sprechen Sie mit zwei bis vier Makler*innen und machen Sie sich Ihr eigenes Bild. Dann werden Sie auch in einem schwierigeren Markt erfolgreich sein.

24h 02238 - 6777 Jörg Jaerling

Heizung Sanitär Kanalreinigung Solar

Gutes Wasser für Köln

Mit einer Weichwasseranlage von BWT AQA sorgt man im ganzen Haus für kalkfreies, seidenweiches Perlwasser, das stets in ausreichenden Mengen zur Verfügung steht.

- keimfreies, hygienisches Wasser aus jedem Wasserhahn
- samtweiches Wasser beim Duschen und in der Badewanne
- wartungsarme Anlage geeignet für ein bis vier Wohneinheiten

Einbau, Wartung und Service

Rhein-Erft-Kreis
02238 - 6777
Köln
0221 - 97589950
Köln-Süd
02236 - 380646

Jörg Jaerling
Adolf-Kolping-Str. 8
50129 Bergheim
info@jaerling.de
www.jaerling.de

Goldschmiede **TINA THEVES**

Zülpicher Straße 315 · 50937 Köln · Telefon 0221 / 2829 6315 · www.goldschmiede-tina-theves.de

„Die Maler"
J. Miehling · Meisterbetrieb

Jürgen Miehling
Inhaber
Tel. 0221 / 222 75 50
Fax 0221/ 276 27 06
Kaygasse 7 • 50676 Köln

Planung & Durchführung sämtlicher Malerarbeiten
Verkauf von Farben & Tapeten
Fassadengestaltung
Grafittischutz
Dekorative Maltechniken
Bodenverlegung
Schimmelbeseitigung
www.die-maler-koeln.de

ELEKTROTECHNIK Schildgen

Elektrotechnik Schildgen GmbH
Zülpicher Strasse 311
50937 Köln

Telefon: 0221 - 418173
www.schildgen.de
E-Mail: hallo@schildgen.de

Kirion Parkett Bodenbeläge

Seit 60 Jahren Facherfahrung...

Heinrich Kirion GmbH
MEISTERBETRIEB
Luxemburger Straße 348,
50937 Köln
Telefon (0221) 461756
Telefax (0221) 466622
www.parkett-kirion.de

Parkett
Stab-, Mosaik- und Fertigparkett
Musterböden • Massivdielen

Bodenbeläge
Teppich • PVC • Laminat
Design-Bodenbeläge

DO IT YOURSELF

SO GEHT'S

DIY-Tipp für den Herbst

Heißluftballons aus alten Glühbirnen

Es ist immer wieder erstaunlich, was man aus alten, nicht mehr brauchbaren Gegenständen Schönes zaubern kann. Man nehme beispielsweise eine ausrangierte Glühbirne und verwandele diese mit ein paar leichten Handgriffen in einen nostalgischen Heißluftballon. Wir zeigen, wie es geht!

Foto: Pöhner

Material:
- alte Glühbirne
- Eierkarton
- dünner, permanenter Fineliner, der für Glas geeignet ist
- dünner Pinsel
- schwarze Acryl- oder Windowcolorfarbe
- dünner Nylonfaden
- schwarzer, kleiner Knopf
- Heißklebepistole
- Schere

01 Als Erstes säubern wir die Glühbirne mit etwas Spülmittel und Wasser und trocknen diese anschließend vorsichtig ab.

02 Wer seine Glühbirne in einen umgedrehten Eierkarton platziert, erleichtert sich im nächsten Schritt das Anmalen des Ballons.

03 Zum Strukturieren des Musters ziehen wir zunächst mit dem Fineliner zwei sich oben auf der Birne kreuzende Linien und unterteilen den Ballon so in vier gleich große Segmente. Die Zwischenräume werden nun nach Herzenslust mit Punkten, Wellen, Rauten oder Strichen ausgefüllt, bis ein schönes, nostalgisches Muster entstanden ist.

04 Die ein oder andere Kontur wird anschließend mit Pinsel und Acryl- oder Windowcolorfarbe nachgezogen und somit optisch etwas hervorgehoben.

05 Sobald der Ballon getrocknet ist, können wir den Nylonfaden durch den Knopf fädeln und verknoten.

06 Mit der Heißklebepistole wird nun der Knopf samt Schnur an die oberste Stelle der Birne geklebt, und fertig ist unsere Aufhängung, die wir mit einer Schere auf die gewünschte Länge zurechtschneiden können.

TIPP: Besonders schön sieht es aus, wenn man zwei bis drei Heißluftballons nebeneinander aufhängt. **ap**

50 plus
Kölner Senioren Gemeinschaft
FÜR SPORT & FREIZEITGESTALTUNG E.V.

Gemeinsam mehr erleben!

Wir bieten:
- Bewegung
- Bildung
- Kultur
- Geselligkeit

Engagieren Sie sich auch ehrenamtlich bei uns. Wir freuen uns auf Sie!

KSG, Kölner Seniorengemeinschaft e.V., Luxemburger Str. 136, 50939 Köln * Telefon 0221 - 42 10 23 30 * info@koelner-senioren.de * www.koelner-senioren.de * Öffnungszeiten Büro: Montag - Freitag 09:30 - 12:30 h

Die Spezialisten für schönen Urlaub mit Kindern

KinderReiseWelt

www.kinderreisewelt.de

DIE LAUF-MASCHE

Weiche warme Wäsche von CALIDA für die kalte Jahreszeit

Der Herbst kommt mit einem Vorgeschmack auf die kühle Jahreszeit. Rosemarie Becker und ihre Töchter Meike und Hannah bieten in ihrem Geschäft **Die Laufmasche** in der **Luxemburger Straße 277** dafür das Passende.

Fotos: CALIDA

„CALIDA bringt in diesem Herbst eine schöne und zugleich temperaturregulierende Kollektion aus Wolle und Seide heraus“, erzählt uns Meike Töller. Die Wäsche wärmt bei Kälte und kühlt in warmen Räumen. Oberteile mit viel Spitze in den Farben Beige, Pink und Schwarz, Langarm- und Kurzarm-T-Shirts und die dazu passende Wäsche sehen nicht nur schön aus, sondern eignen sich auch für Sport, insbesondere den Wintersport. Die Wäsche besteht aus 30 Prozent Seide und 70 Prozent Merinowolle und ist besonders weich. Sie ist schnell gewaschen, trocknet ebenso schnell und sieht lange schön aus. Für Herren bestellen die drei Beckers gern die dazu passenden Modelle, die sich als Funktionswäsche eignen. Neben der neuen CALIDA Wolle-Seide-Kollektion bietet Die Laufmasche Lounge- und Sportswear sowie Schlafanzüge und Strumpfwaren von Skiny und Falke.

CALIDA setzt seit vielen Jahren bereits auf eine Produktion in Europa und Nachhaltigkeit. Wer mehr dazu oder anderen Produkten sowohl von CALIDA als auch von Skiny erfahren möchte, den beraten Rosemarie und Hannah Becker sowie Meike Töller sehr gern.

www.dielaufmasche.de

Leidenschaft für schönes Haar – achtsam und nachhaltig

Etwas abseits der Sülzer Laufwege findet man den Friseursalon von **Joana Sarris-Satrazanis, André Littau** und **Daniel Germscheid** – Inhaber*in von **Littau's Hair & Care** in der **Blankenheimer Straße 46.**

Foto: Nonnenmacher

Team Littau's (von links): Jacqueline Graf-Schwickrath, Alison Kaiser, André Littau, Daniel Germscheid, Anna Pütz und Patricia Loborec

Mit viel Liebe zum Detail haben sie hier eine stilvolle Atmosphäre geschaffen, in der sich ihre Kund*innen den professionellen Händen des Teams aus Topstylist*innen und Friseurmeister*innen hingeben können.

„Unsere Arbeit ist unsere Leidenschaft und ein positiver Antrieb für jeden neuen Tag", beschreibt André Littau die Motivation für seine Arbeit im Salon. Wichtig ist ihnen vor allem, dass hier nur hochwertige Produkte verwendet werden, die sowohl dem Haar als auch der Umwelt guttun. Dabei werden die Lieferanten sorgfältig ausgewählt und entsprechen den heutigen Standards der Nachhaltigkeit.

Bei Littau's Hair & Care ist jede*e Kund*in einzigartig. „Mit Achtsamkeit gehen wir bei jedem Besuch individuell und einfühlsam auf die verschiedenen Wünsche ein", versichert André Littau, Friseurmeister mit Zusatzqualifikation zum Coloriste Diplomé und Calligraphy Gold Star.

Beim gesamten Littau's-Team spürt man die Leidenschaft für Frisuren und Ästhetik bis in die Haarspitzen. Am besten, Sie tun sich noch heute etwas Gutes und buchen Ihren Verwöhntermin bei Littau's Hair & Care. Das geht auch online.

www.littaus.de

LITTAU'S
HAIR & CARE

Wir freuen uns auf dich!
Team Littau's

Blankenheimer Str. 46
50937 Köln
Telefon +49 221 413703
Mobil +49 1512 8104539
littaus_hair_and_care

Öffnungszeiten
MO - FR | 9.00 - 20.00 Uhr
SA | 9.00 - 15.00 Uhr
und nach Vereinbarung

GUTSCHEIN
Bei Vorlage dieses Gutscheins erhalten Sie **10 % Rabatt** auf unsere Dienstleistung.
Gültig bis 30. November 2023
Den Rabatt gewähren wir ausschließlich auf eine Dienstleistung und ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

Recyclingkleidung – gut für die Umwelt und die Geldbörse

Immer wieder macht sich **Bernadette Schwering,** Inhaberin von **Perlhund Fair Fashion** auf dem **Gottesweg 171** in Klettenberg, auf den Weg, um auf Messen Neues für ihre Kundinnen zu entdecken.

Ab Herbst setzt sie ganz auf recycelte und wie schon seit Langem auf fair und ökologisch produzierte Modelle. Der Trend geht wieder zu hoch sitzenden, gerade und weit geschnittenen Hosen und kurzen und eher breiten Oberteilen, die – in Kombination – die weibliche Figur betonen. Dabei dominieren die Farben Purpur, Rosarot, Altrosa sowie Petrol und Dunkelblau. Perlhund hat außerdem Accessoires im Angebot, von Mützen über Schals und Handschuhen bis hin zu Taschen. Neben den Marken ATO Berlin und Tranquillo hat Bernadette Schwering das Recyclingunternehmen Rifò neu im Angebot.

Rifò steht auf Italienisch für „wiederherstellen", „erneuern". Die junge toskanische Modemarke möchte mit ihren Stücken aus recyceltem Kaschmir sowie aus Wolle und Baumwolle an die 100 Jahre alte Tradition der italienischen Lumpenhändler anknüpfen, die aus alten Kleidern neue geschneidert haben. Das kleine Designunternehmen sammelt Stoffreste von Herstellern fairer Kleidung und strickt daraus neue Modelle. Diese Kaschmirstücke können ihre Kundinnen mit gutem Gewissen tragen und schonen zugleich ihr Portemonnaie, weil die Kaschmirkleidung kostengünstiger als nicht recycelte ist. ■

Fotos: Rifò

www.perlhund.de

Brillen-Style in Kombination mit Umweltschutz und Nachhaltigkeit hat einen Namen

Und der Name ist ECO, oder besser gesagt die Linie ECO von der nordamerikanischen Firma MODO. Und wer hat diese Serie für unsere Brillenträger*innen im Veedel entdeckt? Augenoptikermeister **Peter Wirtz** von **Ming Brill** auf der **Zülpicher Straße!**

Was Peter Wirtz besonders an dieser Linie schätzt, ist, dass die Firma MODO nicht nur recycelte und ressourcenschonende Materialien für ihre ECO-Brillen nutzt, sondern sich auch gezielt für Umweltschutz und Nachhaltigkeit einsetzt. „Die biobasierten Brillengestelle bestehen aus pflanzlichem Rizinusöl, und für die Metallrahmen wird recycelter Edelstahl verwendet. Zudem unterstützt die Firma MODO soziale Projekte, und für jede verkaufte Brille wird ein Baum gepflanzt“, erklärt der engagierte Augenoptikermeister.

Bis dato hat die Marke bereits 2,5 Millionen Bäume gepflanzt, wobei immer Menschen aus der Bevölkerung dafür engagiert und entlohnt werden, die Bäume zu setzen.

Der Augenoptikermeister und Kontaktlinsenspezialist von Ming Brill weiß, dass die besonders leichten und komfortabel sitzenden ECO-Brillen von MODO noch mehr zu bieten haben: „Von ganz klassischen Herren- und Damenmodellen bis zu modisch ausgefallenen Designs ist alles zu haben. Womit die ECO-Brille aber besonders punktet, ist ihr praktischer Sonnenclip. Im Brillengestell ist ein Magnet integriert, mit dessen Hilfe man beispielsweise während der Autofahrt ganz einfach den Sonnenclip auf die Brille ‚werfen‘ kann.“

Foto: Nonnenmacher

Wer eine nachhaltige Brille kaufen und gleichzeitig einen Baum pflanzen möchte, sollte unbedingt bei Ming Brill vorbeischauen!

www.mingbrill.de

GESUNDE ETAGEN

Bewegung und Ernährung – eine gute Kombination

Wer Bewegung und Ernährung gut aufeinander abstimmt, wird schnell spüren, welch positive Wirkung dieses unschlagbare Duo auf die geistige und körperliche Gesundheit hat.

Foto: Nonnenmacher

Auch für **Eva Spieler,** der Inhaberin von **gesunde etagen,** gehören diese beiden Elemente zusammen. Und darum hat sie sich **Lara Schneider** (Foto) mit ins Boot geholt. Die erfahrene zertifizierte Ernährungsberaterin bietet seit Neustem Kurse und individuelle Beratung zum Thema Ernährung in der Sülzer Trainings- und Therapieeinrichtung an. „Wir persönlich verbinden Essen und Trinken mit Genuss und einem hohen Maß an Zufriedenheit. Die enorme Vielfalt an Nahrungsmitteln bietet uns die Möglichkeit, aus einem bunten Strauß auszuwählen, was uns gut schmeckt und glücklich macht. Bewegung bedeutet für uns, Entspannung zu finden und neue Kraft zu schöpfen“, sagt die Ernährungsberaterin. Was Lara Schneider und Eva Spieler auch wissen, ist, dass Bewegungseinschränkungen, Krankheiten und Lebensmittelunverträglichkeiten das positive Zusammenspiel von Ernährung und Bewegung stören können.

Aus diesem Grund hat sich das Team von gesunde etagen das Ziel gesetzt, Menschen auf ihrem Weg zu begleiten, um wieder Freude und Genuss beim Essen und Trinken zu erleben und mit Begeisterung in Bewegung zu kommen. Für die zertifizierten Präventionskurse zum Thema Ernährung kann man sich per E-Mail oder telefonisch anmelden. Das Gleiche gilt für die individuelle Ernährungsberatung.

Tipp: Die gesetzlichen Krankenkassen ersetzen einen Teil der Kosten des Präventionskurses, und auch die individuelle Ernährungsberatung wird teilweise bezuschusst. ■

www.gesundeetagen.de

UNSERE **TOP-RENNER** JETZT **TOP-GÜNSTIG!**

FINAL SOMMER SALE %

- Kölns größter Drehstuhlladen
- Individuelle Fachberatung durch Sitzexperten
- Qualitäts-Drehstühle bis 5 Jahre Garantie
- 500 Drehstühle SOFORT lieferbar

349 EUR (UVP 570 EUR)

* Modell 2022 mit bunter Feder 589 EUR (UVP 678 EUR)

NEUHEIT

Verschiedene Modelle direkt lieferbar

499 EUR* in schwarz (UVP 748 EUR)

Sofort: kaufen und mitnehmen!

simply-communicate.de

30 TOP BÜROMÖBEL

topbueromoebel.com

Oskar-Jäger-Straße 117 - 123 · 50825 Köln · Tel. 02 21 / 95 44 79-0

Kölns größter Bürofachmarkt mit 200 m² Drehstuhlladen

Entspannt auswählen, persönliche Beratung genießen und bequem liefern lassen.

P direkt am Haus

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9 bis 18 Uhr Sa. von 11 bis 16 Uhr

Was steckt hinter Straßennamen in Sülz und Klettenberg?

Ein Veedelsspaziergang im Herbst // von Dorothee Mennicken

Im gesamten Stadtgebiet von Köln gibt es 5.608 Straßen. 123 davon befinden sich in Sülz und 38 in Klettenberg. Auf einer Route quer durch beide Viertel hat INsülz die Bedeutung von einigen Straßennamen recherchiert und so manche Besonderheit gefunden. Zum Beispiel, dass nur zwei Straßen beziehungsweise Plätze in Sülz und Klettenberg nach Frauen benannt sind. Oder dass die Eifel und der Westerwald bei der Benennung der Straßen eine wichtige Rolle gespielt haben. Machen Sie einen Herbstspaziergang durch ihr Viertel und betrachten Sie es mal mit anderen Augen.

Wir starten am **De-Noël-Platz** in Sülz. Er ist nach dem Kaufmann, Maler und Sammler Joseph de Noël benannt, der 1823 den Kölner Karneval wiederbelebt hat. Rundherum stehen schöne alte Bürgerhäuser, es gibt zwei Kneipen und in der Mitte einen Bolz- und einen Spielplatz. Von hier aus geht es stadtauswärts durch die **Palanterstraße,** benannt nach dem einst mächtigen Geschlecht der Palanter aus Kriel, bis zur **Redwitzstraße.** Der Dichter Oskar von Redwitz ist hier der Namensgeber. Er lebte Anfang bis Mitte des 19. Jahrhunderts und kam aus Lichtenau in Mittelfranken.

Der älteste Teil von Sülz

Wir befinden uns nun im Kerngebiet des alten Sülz, das ursprünglich ein Arbeiterviertel mit Kleingewerbe war. In den umliegenden Straßen stehen noch typische Beispiele für die damalige Bebauung, zwei- bis dreistöckige Häuser unterschiedlicher Giebelhöhe und kleine Höfe. Durch die Nikolausstraße, deren Namen wohl keiner Erklärung bedarf, gelangen wir in die parallel verlaufende **Gustavstraße.** Sie ist nach dem Bauunternehmer und Ziegeleibesitzer Gustav Koschin benannt. Er ließ die ersten Häuser an der Straße errichten, zum Beispiel das Backsteinhaus Nr. 42 oder das Haus an der Ecke zur Palanterstraße, durch die wir nun weiterspazieren, bis wir einen Blick in die kurze **Speestraße** werfen. Der Moraltheologe und geistliche Dichter Friedrich von Spee (1591–1635) ist sogar als Figur am Kölner Rathausturm verewigt.

Fotos: Mennicken

Foto: Nonnenmacher

Wir gehen weiter die **Palanterstraße** stadtauswärts und vorbei an dem gerade fertig gewordenen farbigen Häuserblock der Wohnungsgenossenschaft Köln-Sülz eG und kommen am **Auerbachplatz** vorbei. Der Mediziner Dr. Benjamin Auerbach war Anfang des 20. Jahrhunderts Chefarzt des israelitischen Asyls für Kranke in Ehrenfeld und genoss einen hervorragenden Ruf. Auf dem von großen Bäumen

>>

umstandenen Areal findet dienstags und freitags einer der beliebten Wochenmärkte im Veedel statt mit Obst, Gemüse, Fleisch, Eier und vielen anderen Lebensmittel, aber auch mit Kleidung und Blumen.

Hier biegen wir in die **Blankenheimer Straße** und kurz darauf nach links in die **Jünkerather Straße** ab, umrunden den beschaulichen **Münstereifeler Platz** (Sie merken schon, wir befinden uns in den Eifelstraßen), bis wir auf der **Münstereifeler Straße** zum Sülzgürtel gelangen. Ihn überqueren wir und gelangen auf der anderen Seite zum **Elisabeth-von-Mumm-Platz.**

Sehr wenige Straßen sind nach Frauen benannt

Der Platz auf dem Gelände des ehemaligen Waisenhauses ist eine von zwei Straßen in Sülz, die nach Frauen benannt sind. Die zweite ist die Emmastraße. Damit liegt der Stadtteil noch unterhalb des Prozentsatzes für das gesamte Köln. Dort sind nur vier Prozent der Straßen nach Frauen benannt, aber 30 Prozent nach Männern. Im Juni 2023 hat der Stadtrat beschlossen, dass zukünftig mehr Straßen nach Frauen und non-binären Personen benannt werden, bis Geschlechterparität erreicht ist.

Wir gehen auf der linken Platzseite unter der Brücke durch, die die ehemalige Kirche und jetzige Eventlocation Ventana mit den umliegenden Häusern verbindet und betreten den **Platz der Kinderrechte.** Eine Bürgerinitiative in Sülz hat sich lange für die Umbenennung und die Gestaltung des Platzes mit drei Findlingen eingesetzt, um, wie es auf einer Infotafel heißt, an den „Segen und Fluch für 22.500 Kinder" im ehemaligen Waisenhaus zu erinnern.

Dann biegen wir in die erste Möglichkeit links ein und erreichen nach wenigen Metern die **Anton-Antweiler-Straße.** Benannt ist sie nach dem Bildhauer und maßgeblichen Begründer der 1920 aus der katholischen Arbeiterbewegung hervorgegangenen, schon erwähnten Sülzer Genossenschaft. Sie hatte hier auch lange ihren Sitz, bis sie die neuen Büros am Elisabeth-von-Mumm-Platz bezog.

Foto: Nonnenmacher

Wir halten uns hier links und gehen über die **Neuenhöfer Allee** (der Neuenhof war Teil des Klostergutes in Sülz) hinüber für einen kleinen Abstecher in den Beethovenpark. Die Kindertagesstätte lassen wir links liegen und zweigen ab in den ersten Weg links, der rund um die Kita bis in die **Elzstraße** führt. Die Elz ist ein Nebenfluss des Rheins in Baden-Württemberg – warum ist wohl eine kleine Straße in Köln nach ihm benannt? Sie führt uns zur Berrenrather Straße, die wir queren, um dann nach wenigen Metern rechts in die **Himmerichstraße,** benannt nach einem Berg am Rand des Siebengebirges bei Bad Honnef im Westerwald, einzuschwenken. Auf ihr erreichen wir den **Asbergplatz.** Auch bei dem Asberg handelt es sich um einen Berggipfel,

Mitten im modernsten Teil von Sülz

Elisabeth von Mumm (1860–1933) stammt mütterlicherseits aus dem Haus Farina und wohnte zeitlebens in der Kölner Innenstadt. Sie engagierte sich sehr für die Ausbildung und angemessene Bezahlung von Frauen. Außerdem setzte sie sich für die Verbesserung der Lebensbedingungen von Waisen ein. Hier, mitten im modernsten Teil von Sülz, gibt es leider zurzeit keine Gastronomie mehr, die den Platz beleben würde. So bleibt er Fußgänger*innen und Skater*innen überlassen.

441 Meter hoch im Westerwald. Auf dem so benannten Platz, umstanden von schönen Ein- und Mehrfamilienhäusern, empfängt uns in der Mitte eine von Bäumen und Rosen umstandene Wiese mit Bänken und am anderen Ende ein Spielplatz. Mitten in dieser ruhigen Wohngegend fällt das bunt bemalte Stromhäuschen mit dem kleinen Maulwurf direkt ins Auge.

DANKE

VIELEN DANK

an die Sülzerin **Daniela Hesse,** die mir das Kölner Straßennamen-Lexikon von Rüdiger Schünemann-Steffen geliehen hat, obwohl wir uns kaum kennen. Es ist nämlich vergriffen und neben dem Web eine wunderbare Quelle für einen solchen Artikel.

Über die Luxemburger Straße hinein nach Klettenberg

Ein paar Schritte gehen wir durch die Asbergstraße und gelangen auf die laute Luxemburger Straße, wenden uns nach links zum Fußgängerüberweg und erreichen auf der anderen Seite die **Nassestraße** und mit ihr Klettenberg. Dr. Berthold von Nasse (1831–1906) war als preußischer Staatsbeamter Oberpräsident der Rheinprovinz, in etwa vergleichbar mit einem heutigen Regierungspräsidenten. Rechts liegt der Klettenbergpark, der immer einen Abstecher wert ist, doch wir gehen weiter auf der Nassestraße geradeaus vorbei an vielen großbürgerlichen, zum Teil villenähnlichen Häusern, bis wir den kleinen **Fritz-Eink-Weg** erreichen. Der katholische Theologe (1906–1994) war von 1953 bis 1985 Pfarrer an St. Bruno und danach Seelsorger im Seniorenzentrum St. Bruno. Hier, in die sem schmalen Weg mit dem farbigen Wandmosaik, endet unsere Tour.

Fotos: Mennicken

Wer wieder zurückmöchte zum Ausgangspunkt, der kehrt um zur Nassestraße und gelangt von dort durch die immer wieder sehenswerte Siebengebirgsallee zurück nach Sülz. **dm**

KLARTEXT
treffend · klar · überzeugend · treffend · klar · überzeugend

|| Texte
|| Konzepte
|| Medienarbeit
|| Redaktion

... Broschüren, Faltblätter, Website, Mailings, Newsletter, Zeitschriften, Reportagen, Interviews, Jahresberichte, Medieninformationen, Seminar, Pressegespräche ...

KLARTEXT Dorothee Mennicken
Euskirchener Str.17 || 50935 Köln
Tel. 0221 290 4646 || info@klartextkoeln.de

BUSINESS | HOCHZEIT
PORTRAIT | EVENTS | KINDER

SOHO FOTOGRAFIE
SONJAHOFFMANN
SONJA HOFFMANN
FOTOGRAFIE
0179 298 06 04
0221 290 90 28
INFO@SOHO-FOTOGRAFIE.DE
WWW.SOHO-FOTOGRAFIE.DE

Ausgezeichnet: nachhaltig und CO_2-neutral. Die energetisch herausragenden Eigenschaften des BRÜNEO Coworking Spaces wurden sogar mit einer Urkunde der NRW-Landesregierung geadelt.

BRÜNEO – der modernste Coworking-Space im Rhein-Erft-Kreis

Flexibles Arbeiten, Kunst und Events vor den Toren Kölns

BRÜNEO COWORKING & EVENTS

Die BRÜNEO Coworking Spaces in Brühl-Ost und Wesseling gelten nicht nur als die modernsten im Rhein-Erft-Kreis, sie stehen auch für spannende Events und seit 2021 für abwechslungsreiche Kunstausstellungen. Das BRÜNEO ist ein Ort, an dem Erinnerungen geschaffen werden.

Was ist „Coworking" und „Space" überhaupt?

Coworking bedeutet, in einem bereitgestellten, buchbaren Raum oder an einem Schreibtischplatz gemeinsam arbeiten zu können. Hier ist also der Austausch mit anderen Unternehmer*innen – sowohl Gleichgesinnten als auch Branchenfremden – gerne gesehen und erwünscht, aber selbstverständlich kein Muss. Gerade heute verlangt es viele Unternehmer*innen nach Netzwerken und deren stetigem Ausbau.

Im Coworking-Space kann man in diesen Netzwerken quasi arbeiten und sich nach Bedarf mit nützlichen Informationen austauschen. Im offenen Bistrobereich trifft man sich zu Mahlzeiten und plant dabei sogar gemeinsame Freizeitaktivitäten. Gerade der Isolation durch die Homeoffice-Aufenthalte wird hier entgegengewirkt. Eine Anlage, die den stetigen Luftaustausch im Gebäude gewährleistet, ist dabei gerade in der aktuellen Zeit selbstverständlich.

Der Coworking-Space hilft dem Wachstum des Unternehmens

BRÜNEO unterstützt seine Coworker*innen mit hochmoderner Büroinfrastruktur und stärkt durch flexible Buchungsmöglichkeiten das Skalieren der Unternehmer*innen, Soloselbstständigen und extern arbeitenden Angestellten im Haus. Die Coworker*innen können hierbei planbarer agieren und damit ihr Unternehmenswachstum flexibler steuern.

Was den Unterschied ausmacht

Konventionelle Büromieten sind auf einen bestimmten Raum ausgerichtet, der auch in der Regel keine Infrastruktur bereitstellt. Dadurch müssen Unternehmer*innen im

Vorfeld investieren und zudem sehr konkret wissen, wie viele Mitarbeitende sie unterhalten, welche Technik und Möbel benötigt werden und wie Stromverbrauch und Heizung einzuplanen sind.

Nicht so im Coworking-Space. Hier werden die Büro-infrastruktur sowie Heizung, Strom und WLAN bereitgestellt. Auch abschließbare Schränke können nach Bedarf genutzt werden. So könnte beispielsweise eine Soloselbstständige oder ein Freiberufler ihr oder sein Business an einem flexiblen Arbeitsplatz (inkl. Monitor) starten und je nach Wachstum zu einem festen Arbeitsplatz oder sogar einem kompletten Büroraum wechseln und mehrere Mitarbeiter*innen beschäftigen. Gerade für Start-ups ist das Coworking-Konzept ideal, da nur das genutzt wird, was man wirklich braucht.

Konferenzräume von sechs bis 16 Personen

Meetings, Seminare und Workshops können ebenso flexibel genutzt werden, wie die Coworking-Arbeitsplätze. Hierbei sind die Räume für Präsentationen mit entsprechenden Screens und Flipcharts ausgestattet. Die Übertragungstechnik vom eigenen Laptop auf den Präsentations-Monitor (z. B. 85 Zoll) steht sowohl für Windows- als auch für Apple-Geräte zur Verfügung. Ebenso wichtig für BRÜNEO ist die Bereitstellung einer großen Anzahl kostenfreier Parkplätze für die Coworker*innen und deren Kundenbesuch.

Vier Ladestationen für Elektroautos

Da der Trend bei den Unternehmer*innen immer mehr zum Hybrid- oder Vollelektrofahrzeug geht und dies auch von BRÜNEO selbst gelebt wird, stehen aktuell vier Ladestationen zur Verfügung.

Event- und Firmenveranstaltungen von 50 bis 250 Personen

Im Flexdesk-Bereich: Arbeitsplatz aussuchen und sofort loslegen.

Der BRÜNEO Coworking Space Brühl-Ost bietet nicht nur hochmoderne Technik, genauso legt er Wert auf eine attraktive Optik und schafft damit eine Wohlfühlatmosphäre sowohl zur Konzentrationsförderung bei Arbeit und Meetings als auch für spannende, effektive und erlebnisreiche Events. Hierbei können der Loft- und Flexdesk-Bereich des Gebäudes für größere Firmenveranstaltungen genutzt werden. Auch die Sonnenterrasse mit Grill und Lounge-Bereich kann ergänzend dazugebucht werden.

Leidenschaft für Kunstgalerie im Coworking Space

Neben Coworking und Events werden im BRÜNEO „Artwork" Space Künstler*innen und Kunstausstellungen zu unterschiedlichen Themen gefördert, wobei Exponate im gesamten Space ausgehängt, installiert oder aufgestellt werden. Für die Betreuung der Kunstschaffenden und Ausstellungen zeichnet sich die hauseigene Kuratorin Almut Zimmermann verantwortlich.

Vor den Toren Kölns und ganz in der Nähe

Ein weiterer Vorteil von BRÜNEO ist die zentrale Lage zwischen Köln und Bonn. Durch die gute Anbindung an Autobahnen und Bundesstraßen – von Sülz und Klettenberg kommend über die Luxemburger Straße und Hürth – nutzt man die Rushhours quasi antizyklisch morgens schneller hinaus und abends wieder hinein in die Stadt.

www.brueneo.de

EINLADUNG

Einfach mal kennenlernen

Lassen Sie sich auf einen leckeren Kaffee, Tee, Kakao oder Kaltgetränk von BRÜNEO einladen und genießen Sie einen Probier-Tag im Space. Was möchten Sie noch gern wissen?

Kontakt:

BRÜNEO Coworking Spaces
Marie-Curie-Straße 3
50321 Brühl

mail@brueneo.de
Telefon 02232 70 130

Fotos: BRÜNEO

Musik, Kunst, Kultur – flexible Gestaltungsmöglichkeiten für Events aller Art

SEP

KULTUR

Kulttourbunt
Führungen mit „Kulttourbunt Kunst und Kultur em Veedel": ein Mix aus historischen und aktuellen Entdeckungen, verbunden mit einem Blick hinter die Kulissen von Künstlern u. Galeristen

Galerie am Schloss
8. September, 20.00 Uhr
Barbara Ruscher – Mutter ist die Bestie

kunstKAFFEe Köln
24. September, 17.00 Uhr
„Der Wellenmacher" – Lesung mit Tina Ludewig (Reservierung bei post@tina-ludewig.de)

Oper Köln
4./6./7./12./13./18./19./21. September, 10.30-11.00 Uhr **Kinderoper**
Marla, die Maifliege
11. September, 18.00-20.30 Uhr Staatenhaus
Sonderveranstaltung
Die Frau ohne Schatten von Richard Strauss-Soiree mit öffentlicher Probe
17. September, 16.00-20.30 Uhr
Staatenhaus Saal 1
20./23. September, 18.00-22.30 Uhr
Staatenhaus Saal 1
Die Frau ohne Schatten,
von Richard Strauss
21. September, 18.00-20.30 Uhr Staatenhaus
The Strangers –
Soiree mit öffentlicher Probe
24. September, 18.00-21.00 Uhr –
Staatenhaus Saal 2
28. September, 19.30-22.50 Uhr –
Staatenhaus Saal 2
Così fan tutte – W.A. Mozart
30. September, 19.30-21.10 Uhr –
Staatenhaus Saal 3
The Strangers – Frank Pesci

KUNST

Offene Ateliers Köln
Sülz & Klettenberg in der Zeit vom 8.-10. September
Künstler:innen können sich wie gewohnt kostenlos zur Teilnahme unter www.offene-ateliers-koeln.de anmelden. Der Anmeldezeitraum ist der 1.–30. Juni 2023 Auf der Webseite finden sich zur Veranstaltung alle Teilnehmer:innen und ihre Atelieradressen, eine interaktive Karte für den Atelierbesuch sowie weitere Informationen.

Offenes Atelier Beucher
10. September, 14.00-18.00 Uhr
Susanne Beucher - Malerei/Grafik

68elf – studio
9. September 15.00-19.00 Uhr Eröffnung
10. September, 14.00-18.00 Uhr
Parallele Prozesse:
„Reisen durch die Nacht"
Sabina Flora – Norbert Bücker – Nachteulen und ihr Zwiegespräch, in Zeichnungen, Collage, Malerei, Photographie und Objekt
Weitere Öffnungszeiten:
Samstag, 15.00-18.00 Uhr
oder nach Anmeldung

MUSIK

Sülzer Abendmusiken
Pfarrkirche St. Nikolaus
12. September, 22.00 Uhr
Feierliches Orgelkonzert
mit Hoonbyeong Chae

Brunosaal
23. September, 20.00 Uhr
„Jane – Frau unter Haien" –
Abenteuerliche Polit Amourette auf Capri – ein Chorkonzert des Gesangstechnischen Hilfsdienstes (GTHD)

KINDER

CASAMAX Theater
9./16. September,16.00 Uhr Premiere
10. September, 15.00 Uhr
11./13./15. September, 10.30 Uhr
Froschkönig? So ein Quaaaak! (ab 3 J.) – eine Forschungsreise für alle Neugierigen und sich Sicheren
17. September, 15.00 Uhr
18. September, 10.30 Uhr
(R)ausgerutscht (ab 5 Jahren) – Eine Freundschaft, eine Katastrophe und ein kleines Wunder
22. September, 10.30 Uhr
23. September, 16.00 Uhr
Wut im Bauch. Immer wenn Wutilde vor der Tür steht (ab 4 Jahren) – Ein Stück über jede Menge Katastrophengefühle
24. September, 15.00 Uhr
25. September, 10.30 Uhr
Wer? Wie? Was? Wo? Wal! Warum? (ab 3 Jahren) – Kleine Tat mit großen Folgen – eine Ozeanfabel aus unserer Zeit für Weltverbesserer
29. September, 10.30 Uhr
30. September, 16.00 Uhr
Kawumm! (ab 5 Jahren) – Ein wundervoller Ausbruch in eine neue Welt für mutige und ängstliche Menschen

GESUNDHEIT

Gesunde Etagen
25. September – 11. Dezember, 18.00 Uhr
Gesundheitskurs – 2mal wöchentlich Kompakter 12-Wochen-Kurs, zusätzliches Training möglich
Bewegung und Ernährung, Motivation und Entspannung.
Anmeldung: info@gesundeetagen.de o. Telefon 0221 475 83 98

Zentrum für Sport und Medizin (ZSM)
5. September, 18.00-19.30 Uhr
Kinderärztlicher Infoabend
für werdende Eltern
6. September, -21. Februar, 17.00-19.15 Uhr
Stillgruppe (Still- und Babytreff)
6./13. September, 19.15-21.15 Uhr
Das Kind im 1. Lebensjahr
9./10. September, 9.00-13.00 Uhr
Geburtsvorbereitung
für Paare/Wochenende
9. September, 9.00-15.00 Uhr
Notfall am Kind
9. September, 10.00-13.00 Uhr
Nordic-Walking Kompakt
11. September-30. Oktober,
immer montags, 18.30-20.00 Uhr
Hatha-Yoga in der Schwangerschaft
13. September-22. November,
immer mittwochs, 11.5-12.15 Uhr
Rückbildung mit Kind
13. September-22. November,
immer mittwochs, 20.30-21.30 Uhr
Rückbildung ohne Kind
16. September, 10.00-17.00 Uhr
Geburtsvorbereitung für Mütter
17. September, 10.00-13.30 Uhr
Fit fürs Enkelkind –
Seminar für werdende Großeltern
23./24. September, 9.00-13.00 Uhr
Geburtsvorbereitung
für Paare/Wochenende
23. September, 10.00-15.00 Uhr
Geburtsvorbereitung
für Frauen/Wochenende

VERSCHIEDENES

KSG, Kölner Seniorengemeinschaft
jeden 2. Dienstag im Monat, 17:00-19:00 Uhr
KSG-Treff
Offener Begegnungsabend für das Miteinander in der KSG und dem Veedel. Er setzt Impulse für Projekte & Vorhaben, fördert das gegenseitige Kennenlernen.

Rosengartenteam Klettenbergpark
Ehrenamtliche Gärtner*innen
im Rosengarten Klettenbergpark
Jeden Mittwoch von 15.00-17.00 Uhr und jeden Donnerstag von 10.00-12.00 Uhr,
Treffpunkt Bauwagen Ecke Nassestraße/ Siebengebirgsalle

Weißhauskino
Seniorenkino
jeden 1. Dienstag im Monat, um 14.30 Uhr
Eintritt 6,50 € pro Person.
Alle Filme in der deutschen Fassung.
Aktueller Film siehe Programm.

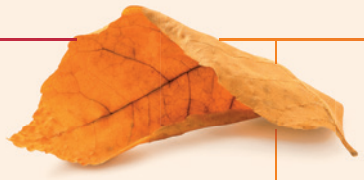
kunstkAFFEe Köln

24. September, 17.00 Uhr
Lesung: Tina Ludewig „Der Wellenmacher"
Reservierung unter post@tina-ludewig.de
Der Eintritt ist frei.

Brunosaal
23. September, 20.00 Uhr
„Jane – Frau unter Haien" Gesangstechnischer Hilfsdienst – Damenchorkonzert
30. September, 20.00 Uhr
Köster/Hocker – Stabil Nervös

Café Lamerdin
28. September, 19.00 Uhr
D-J'ane Catrin legt auf –
Gut Tanzbares aus den 70er Jahren bis zu den Charts von heute

Garten-Praxis für Gestalttherapie
4. September, 19.30-21.00 Uhr
Das Erzähl- und Zuhörcafé –
Selbsterfahrungsorientiertes Intensivtraining in der Gruppe
22.-24. September, Fr. 16.00 Uhr – So 13.00 Uhr
„Beziehungen leben – Chancen und Risiken" – Selbsterfahrungsorientiertes Intensivseminar in der Gruppe
27. September, Uhrzeit bitte erfragen
„Ich höre Ihnen zu" – Selbsterfahrungsorientierte Einzelgespräche



SchmitzundKunzt
6./20. September, 14.00-17.00 Uhr
Silberperlen Café –
bei gutem Wetter im Außenbereich
6./13./20./27. September, 17.30-19.00 Uhr
Lachyoga
6. September, 19.30-22.30 Uhr
GUTes Kino
8. September, 20.00-23.00 Uhr
„Mit anderen Worten" – Lesung
9. September, 19.00-21.30 Uhr
CreArtivo Impro-Show (Veranstaltung)
10. September, 12.00-15.00 Uhr
Planzentausch
10./17./24. September, 16.00-18.00 Uhr
CreArtivo Impro-Show (Veranstaltung)
13./27. September, 20.00-22.00 Uhr
Schreibwerkstatt Köln
16. September, 11.00-13.00 Uhr
Kleidertausch
17. September, 12.30-15.00 Uhr
Repair-Café
23. September, 15.00-23.00 Uhr
SOMMERFEST
24. September, 13.00-15.00 Uhr
Offene Gesprächsrunde

TanzZentrum
Jeden Freitag von 21.15-24.00 Uhr und jeden Sonntag von 16.00-18.00 Uhr Tanzparty
Freitags, 21.15-24.00 Uhr
Tanzparty à Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co.
Sonntags, 16.00-18.00 Uhr
Tanzparty à Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co
9. September, 19.00-21.00 Uhr
Singles – Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co. das mit wechselnden Tanzpartner*innen
9. September, 21.00-24.00 Uhr
West Coast Swing-Party
(davor 17.30-21.00 Uhr West Coast Swing-bootcamp-Workshop für Einsteiger)
13. September, 17.30-18.30 Uhr
Tanz- und Bewegungskonzept 55+ – eine Kombination aus tänzerischer Gymnastik und unterhaltsamen Gesellschafts- und Partytänzen
18. September, 20.00-22.30 Uhr
West Coast Swing-Party
23. September, 19.00-24.00 Uhr
Krimi Tanzparty „Hochzeit mit Todesfall"

KIRCHE

Evangelische Freie Gemeinde – Kölner Stadtmission
Jeden Sonntag 10.00 Uhr
Gottesdienst mit Kinderbetreuung in 3 Altersgruppen

Internationale freievangelische Gemeinde Sülz UBF e. V. (Universität Bibelfreundschaft)
Jeden Sonntag 11.00 Uhr: **Gottesdienst**

Johanneskirche
10. September, 18.00 Uhr
Sommerkonzert von Kantorei und Freiraumchor
15. September, 20.00 Uhr,
Jokis Bühne, Keltische Musik aus der Bretagne, Konzert
17. September, 11.00 Uhr
Orgel Plus Gottesdienst
24. September, 11.00 Uhr
Erntedank OpenAir mit Kitakindern, Zwischenpark hinter der Johanneskirche

St. Bruno
3. September, 11.00 Uhr
Bilderbuchkino in der Bücherei
17. September, 11.00-13.00 Uhr
Brunch für Alleinerziehende
St. Karl Borromäus
24. September, 20.00 Uhr
Taizé Gebet mit meditativer Musik

St. Nikolaus
2. September, 18.30 Uhr
Wortgottesfeier: Gottes Wort Raum geben
10. September, 10.30 Uhr
Bilderbuchkino im Jugendheimsaal
10. September
Gemeinde unterwegs durch den Seelsorgebereich
15. September, 16.00 Uhr
Tanz auf dem Nikolausplatz von Kölsch Hätz
16. September, 18.30 Uhr
Ökumenischer Friedensgottesdienst
16. September, 10.00 Uhr
Trödelmarkt – Kinderflohmarkt „Alles rund ums Kind" im Pfarrsaal

Tersteegenhaus
14. September, 19.00 Uhr
Tanzparty für Senior*innen im Café Lamerdin
14.September, 20.00 Uhr
„Wenn du erzählst, erblüht die Wüste" – Lesung
Rafik Schami stellt sein neues Buch vor
15. September, 19.15 Uhr
FeierAbendZeit – kurzer Abendgottesdienst mit Musik, Impuls und Begegnung. Im Anschluss Wein und Käse.

OKT

KULTUR

Kulttourbunt
Führungen mit „Kulttourbunt Kunst und Kultur em Veedel": ein Mix aus historischen und aktuellen Entdeckungen, verbunden mit einem Blick hinter die Kulissen von Künstlern u. Galeristen

Senftöpfchen-Theater
20. Oktober, 20.15 Uhr
Barbara Ruscher – Mutter ist die Bestie

Oper Köln
1. Oktober, 16.00-19.20 Uhr – Staatenhaus Saal 2
5. Oktober, 19.30-22.50 Uhr – Staatenhaus Saal 2
Così fan tutte – Wolfang Amadeus Mozart
7. Oktober, 20.00-22.00 Uhr – Kölner Philarmonie
German Conducting Award (Finalkonzert)
3. Oktober, 17.00-21.30 Uhr – Staatenhaus Saal 1
8. Oktober, 16.00-20.30 Uhr – Staatenhaus Saal 1
11. Oktober, 18.00-22.30 Uhr – Staatenhaus Saal 1
Die Frau ohne Schatten – Richard Strauss
4./6./12./14. Oktober, 19.30-21.10 Uhr – Staatenhaus Saal 3
15. Oktober 18.00-19.40 Uhr – Staatenhaus Saal 3
The Strangers – Frank Pesci
22. Oktober, 18.00-21.15 Uhr – Staatenhaus Saal 1
26./28. Oktober, 19.30-22.45 Uhr – Staatenhaus Saal 1
Peter Grimes – Benjamin Britten
25./27. Oktober, 19.30-21.00 Uhr – Staatenhaus Saal 3
29. Oktober, 11.00-12.30 Uhr und 18.00-19.30 Uhr – Staatenhaus Saal 3
Mariana Pineda

KUNST

ISK Carrée e. V.
22. Oktober -5. November
Kunstmeile „Kunst im Carrée"
mit der Vernissage im Internationalen Caritas Zentrum Köln-Sülz, Zülpicher Straße.

68elf – studio
21. Oktober, 15.00-18.00 Finissage
Parallele Prozesse: „Reisen durch die Nacht"
Sabina Flora – Norbert Bücker – Nachteulen und ihr Zwiegespräch, in Zeichnungen, Collage, Malerei, Photographie und Objekt
Weitere Öffnungszeiten: Samstag 15.00-18.00 Uhr oder nach Anmeldung

MUSIK

Sülzer Abendmusiken
Pfarrkirche St. Nikolaus
24. Oktober, 22.00 Uhr
Feierliches Orgelkonzert
an der Mühleisen-Orgel
mit Noel Philip Klimek

OKT

KINDER

CASAMAX Theater
Theaterworkshops in den Herbstferien
für Kinder und Jugendliche von 8 – 12 Jahren:

Workshop 1: 2. Oktober, 4.-6. Oktober, täglich 9.00-15.00 Uhr Gebühr 165,00 €/erm. 145,00 €

Workshop 2: 9.-13. Oktober, täglich 9.00-15.00 Uhr, Gebühr: 195,00 €/erm. 175,00 €

CASAMAX Theater
1. Oktober, 16.00 Uhr
2. Oktober, 20.00/21.00/22.00/23.00 Uhr
Ausschnitt! – Kölner Theaternacht
3. Oktober, 15.00 Uhr
5. Oktober, 10.00 Uhr
Kawumm! (ab 5 Jahren) –
Ein wundervoller Ausbruch in eine neue Welt
für mutige und ängstliche Menschen
7. Oktober, 16.00 Uhr
8. Oktober, 15.00 Uhr
Froschkönig? So ein Quaaaak! (ab 3 Jahren) –
Eine Forschungsreise für Neugierige und Sichere
11. Oktober, 10.00 Uhr
14. Oktober, 16.00 Uhr
I, Carus – Halt dich fest an deinen Flügeln (ab 6 J.) – Ein Mythos für Nicht-Schwimmer*innen und Flugextert*innen
15. Oktober, 15.00 Uhr
16. Oktober, 10.30 Uhr
Planet der König*innen (ab 4 Jahren) –
Wie viele König*innen verträgt das Land?
20. Oktober, 10.30 Uhr
21. Oktober, 17.00 Uhr
Heimat A.T. (ab 10 Jahren) –
Ein Solo für heimatverbundene Menschen
22. Oktober, 15.00 Uhr
23. Oktober, 10.30 Uhr
Hans im Glück (ab 6 Jahren) – Eine philosophische Schatzsuche für Kinder und andere Abenteurer
26. Oktober, 10.30 Uhr
28. Oktober, 16.00 Uhr
Heldenhaft! (ab 8 Jahren) –
Ein superheldisches Stück über den Kampf gegen kosmische Bedrohungen
29. Oktober, 15.00 Uhr
30. Oktober, 10.30 Uhr
(R) ausgerutscht (ab 5 Jahren) – eine Freundschaft, eine Katastrophe und ein kleines Wunder

GESUNDHEIT

Praxis für Feldenkrais
Jeden 3. Samstag im Beethovenpark, 10.00-12.30 Uhr
Nordic Walking mit Feldenkrais

Zentrum für Sport und Medizin (ZSM)
4. Oktober, 16.00-17.15 Uhr
Knie- und Hüftgelenk-OP optimal vorbereiten
7./8. Oktober, 9.00-13.00 Uhr
Geburtsvorbereitung Paare/Wochenende
10. Oktober, 18.00-19.30 Uhr
Kinderärztlicher Infoabend für werdende Eltern
16. Oktober – 18. Dezember, immer montags, 11.45-12.45 Uhr
Rückenfitness als Rückbildungs-Anschlusskurs mit Baby
16. Oktober – 18. Dezember, immer montags, 12.45-13.45 Uhr
Rückbildung mit Kind
16. Oktober – 8. Januar, immer montags, 14.00-15.30 Uhr
Ganzheitliches Gedächtnistraining
17. Oktober – 20. Februar, immer dienstags, 10.00-11.00 Uhr
Feldenkrais-Methode
21./22. Oktober, 9.00-13.00 Uhr
Geburtsvorbereitung für Paare/Wochenende
23. Oktober - 27. November, immer montags, 20.30-22.00 Uhr
Geburtsvorbereitung Paare
27. Oktober, 17.00-20.00 Uhr
Entspannte Schulter – gelöster Nacken

Evangelisches Klinikum Köln Weyertal
21. Oktober, 14:00-15:30 Uhr
Kniegelenksarthrose – was kann ich tun?
mit Dr. med. Joachim Franzmann, Chefarzt Orthopädie
Teilnahme kostenlos

VERSCHIEDENES

KSG, Kölner Seniorengemeinschaft
jeden 2. Dienstag im Monat, 17:00-19:00 Uhr
KSG-Treff
Offener Begegnungsabend für das Miteinander in der KSG und dem Veedel. Er setzt Impulse für Projekte & Vorhaben, fördert das gegenseitige Kennenlernen.

Rosengartenteam Klettenbergpark
Ehrenamtliche Gärtner*innen im Rosengarten Klettenbergpark
Jeden Mittwoch von 15.00-17.00 Uhr und jeden Donnerstag von 10.00-12.00 Uhr, Treffpunkt Bauwagen Ecke Nassestraße/Siebengebirgsalle
für Singles

Seniorennetzwerk Klettenberg
Montags fortlaufend, 9.45 Uhr
im Tersteegenhaus, Emmastr. 6
Gedächtnistraining - Durch das Gedächtnistraining bilden sich im Gehirn neue neuronale Netzwerke aus. Mit gezielten Übungen können Sie Ihr Kurzzeitgedächtnis verbessern. Anmeldung im Seniorennetzwerk

Sülzer Körvje
jeden Freitag von 13.00 - 15.00 Uhr
Verteilung von Lebensmittel im Teerstegenhaus an Menschen ab 60 aus Sülz/Klettenberg mit Köln-Pass

Weißhauskino
Seniorenkino jeden 1. Dienstag im Monat, um 14.30 Uhr
Eintritt 6,50 € pro Person.
Alle Filme in der deutschen Fassung.
Aktueller Film siehe Programm.

Garten-Praxis für Gestalttherapie
9. Oktober, 19.30-21.00 Uhr
Das Erzähl- und Zuhörcafé – Selbsterfahrungsorientiertes Intensivtraining in der Gruppe
25. Oktober, Uhrzeit bitte erfragen
„Ich höre Ihnen zu" – Selbsterfahrungsorientierte Einzelgespräche
27.-29. Oktober, Fr 16.00 Uhr – So. 13.00 Uhr
Intensivtraining Gestalttherapie – Selbsterfahrungsorientiertes Intensivtraining in der Gruppe

SchmitzundKunzt
1. Oktober, 10.00-14.00 Uhr
Marathon „Rudelgucken"
1./8./15./22./29. Oktober, 16.00-18.00 Uhr
Impro-Theater „CreArtivo"
4./18. Oktober, 14.00-17.00 Uhr
Silberperlen Café – Bei gutem Wetter im Außenbereich
4./11./18./25. Oktober, 17.30-19.00 Uhr
Lachyoga
4. Oktober, 19.30-22.30 Uhr
GUTes Kino
6. Oktober, 18.00-23.30 Uhr
hobbykeller – Festival zum sechzigjährigen Jubiläum der Audio-Kasette
11./25. Oktober, 20.00-22.00 Uhr
Schreibwerkstatt Köln
13. Oktober, 20.00-23.00 Uhr
„Mit anderen Worten „ – Lesung
15. Oktober, 13.00-15.00 Uhr
Offene Gesprächsrunde
21. Oktober, 19.00-21.00 Uhr
Kleidertausch „Abend"
22. Oktober, 12.00-15.00 Uhr
Pflanzentausch
28. Oktober, 11.00-13.00 Uhr
Kleidertausch
29. Oktober, 12.30-15.00 Uhr
Repair-Café

MAJELI Friseursalon
14. Oktober, 10.00-17.00 Uhr
Spenden-Aktionstag zugunsten „Süße Zitronen e. V."
Sämtliche Einnahmen an diesem Tag werden gespendet.
Gern auch einfach vorbauschauen – es gibt Kaffee, Kuchen und leckere Frikadelle.
Jede Spende ist willkommen.

TanzZentrum
jeden Freitag von 21.15-24.00 Uhr
jeden 2. Samstag von 19.00-21.00 Uhr
NUR für Singles
„Freitags-Übungszeit" – hier wird geübt und getanzt - von Tango und Walzer, über Rumba und Jive ...
jeden Sonntag von 20.30–22.30 Uhr
„Sonntags-Übungszeit" - hier wird geübt und getanzt - von Tango und Walzer, über Rumba und Jive ...
11. Oktober, 17.30-18.30 Uhr
Tanz- und Bewegungskonzept 55+ – eine Kombination aus tänzerischer Gymnastik und unterhaltsamen Gesellschafts- und Partytänzen
13. Oktober, 15.30-17.00 Uhr
Tanz-Café 60+ bedeutet Tanzen, paarweise, als Gruppe oder einzeln, in gemütlicher und geselliger Runde
14. Oktober, 19.00-21.00 Uhr
Treffpunkt Tanz-Singles – Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co. das mit wechselnden Partner:innen
16. Oktober, 20.00-23.00 Uhr
West Coat Swing-Party
22. Oktober, 16.00-18.00 Uhr
Tanzparty mitSchwo-Café – Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co. in gemütlicher Atmosphäre

NOV

KIRCHE

Evangelische Freie Gemeinde – Kölner Stadtmission
Jeden Sonntag 10.00 Uhr
Gottesdienst mit Kinderbetreuung in 3 Altersgruppen

Internationale freievangelische Gemeinde Sülz UBF e.V. (Universität Bibelfreundschaft)
Jeden Sonntag 11.00 Uhr: **Gottesdienst**

Johanneskirche
1. Oktober, 11.00 Uhr
Erntedankgottesdienst
22. Oktober, 11.00 Uhr
BeatMesse

St. Bruno
22. Oktober, 11.00-13.00 Uhr
Brunch für Alleinerziehende
22. Oktober, 11.00 Uhr
Aktionen zum 100jährigen Jubiläum von Otfried Preussler in der Bücherei

St. Karl Borromäus
22. Oktober, 17.00 Uhr
Pro Musica Mundi"
29. Oktober, 20.00 Uhr
Taizé-Gebet mit meditativer Musik

St. Nikolaus
1. Oktober, 10.00 Uhr
Kinderkirche im Sitzungszimmer
7. Oktober, 18.30 Uhr
Wortgottesfeier: „Gottes Wort Raum geben"
8. Oktober, 10.30 Uhr
Bilderbuchkino im Jugendheimsaal

Tersteegenhaus
1. Oktober, 10.00 Uhr
Erntedankgottesdienst mit Kitakindern
15. Oktober, 19.15 Uhr
FeierAbendZeit – kurzer Abendgottesdienst mit Musik, Impuls und Begegnung. Im Anschluss Wein und Käse
21. Oktober, 15.30 Uhr
MiniGottesdienst, kurzer Gottesdienst für die Kleinsten und ihre Familien

KULTUR

Kulttourbunt
Führungen mit „Kulttourbunt Kunst und Kultur em Veedel": ein Mix aus historischen und aktuellen Entdeckungen, verbunden mit einem Blick hinter die Kulissen von Künstlern u. Galeristen

Oper Köln
1. November, 18.00-21.15 Uhr – Staatenhaus Saal 1
4. November, 19.30-22.45 Uhr– Staatenhaus Saal 1 – letzte Aufführung
Peter Grimes – Benjamin Britten
5./12./19./26. November, 18.00-20.45 Uhr – Staatenhaus Saal 2
7./15./17./22./24./30. November, 19.30-22.15 Uhr – Staatenhaus Saal 2
L'Elisir D'Amore – Gaetano Donizetti
9./10. November, 19.30-20.40 Uhr – Staatenhaus Saal 1
Anthem / Umbó / Cartas do Brasil – Sào Paulo Companhia Danca
18. November, 18.00-19.05 Uhr – Staatenhaus Saal 3
Premiere Kinderoper
21./24./30. November, 11.30-12.35 Uhr – Staatenhaus Saal 3
Kinderoper
25. November, 15.00-16.05 Uhr – Staatenhaus Saal 3
Kinderoper
Die Bremer Stadtmusikanten – Attila Kadri Sendil
28. November, 18.00-20.30 Uhr – Staatenhaus
Sonderveranstaltung
Die lustige Witwe
Soiree mit öffentlicher Probe

MUSIK

Sülzer Abendmusiken
Pfarrkirche St. Nikolaus
12. November, 17.00 Uhr
Feierliches Orgelkonzert
an der Mühleisen-Orgel
mit Klaus Geitner

KINDER

CASAMAX Theater
3. November, 10.30 Uhr
4. November, 16.00 Uhr
KAWUMM! (ab 5 Jahren) – Ein wundervoller Ausbruch in eine neue Welt für mutige und ängstliche Menschen
5. November, 15.00 Uhr
6. November, 10.30 Uhr
Wut im Bauch. Immer wenn Wutilde vor der Tür steht (ab 5 Jahren) – eine Freundschaft, eine Katastrophe und ein kleines Wunder
10. November, 10.30 Uhr
11. November, 16.00 Uhr
Wer? Wie? Was? Wo? Wal! Warum? (ab 3 Jahren) – Kleine Tat mit großen Folgen

kirche-sk.de

Kath. Kindertagesstätte St. Bruno (Schwerpunkteinrichtung)
0221 - 2611217
kita.bruno-sk@erzbistum-koeln.de

Kath. Kindertagesstätte St. Bruno am Beethovenpark
0221 - 463636
kita.bab-sk@erzbistum-koeln.de

Kath. Kindertagesstätte St. Karl Borromäus
0221 - 426473
kita.karl-sk@erzbistum-koeln.de

Kath. Kindertagesstätte St. Nikolaus
0221 - 411356
kita.nikolaus-sk@erzbistum-koeln.de

Kindertagesstätte SKM-Zentrum Klettenberg
0221 - 438535
familienzentrum.klettenberg@skm-koeln.de

Katholische Erziehungs- und Familienberatung

14.09.2023 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno am Beethovenpark

28.09.2023 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Nikolaus

19.10.2023 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Karl Borromäus

26.10.2023 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno

16.11.2023 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Nikolaus

23.11.2023 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno am Beethovenpark

Bitte jeweils bei der Kitaleitung anmelden!

„Die geschlechtliche Entwicklung im Kindesalter (0 - 6. Lj.)

oder: Körper, Liebe, Doktorspiele ..."

Ein Infoabend mit Frau Dorothée Brück, Diplom Sozialpädagogin (FH)

Fachkraft im Kinderschutz gemäß § 8a SGB VIII (IseF), Psychologische Beraterin (SfG, AGBT)

Mittwoch, 25.10.2023, 19.00 – 20.30 Uhr
Kita St. Bruno,
Ölbergstraße 70, 50939 Köln

Anmeldung unter:
kita.bruno-sk@erzbistum-koeln.de
Tel. 0221-2611217 (Frau Kerstin Merx)

Katholisches Familienzentrum im Erzbistum Köln

FAMILIEN ZENTRUM NRW.

NOV

12. November, 15.00 Uhr
13. November, 10.30 Uhr
28./29./30. November, 10.00 Uhr
Hans im Glück (ab 6 Jahren) –
Eine philosophische Schatzsuche für Kinder und andere Abenteurer
17. November, 10.30 Uhr
18. November, 16.00 Uhr
Froschkönig? So einQuaaaak!
(ab 3 Jahren)
Eine Forschungsreise für alle Neugierigen und sich Sicheren
20. November, 10.30 Uhr
WE ARE...VR?! (ab 11 Jahren) –
Wenn die Realität nicht mehr reicht und eine neue Realität dein Zuhause wird.
Für reale und virtuelle Menschen
23./24. November, 10.00 Uhr
25. November 16.00 Uhr
Heldenhaft! (ab 8 Jahren)
Ein superheldisches Stück über den Kampf gegen kosmische Bedrohungen
26. November, 18.00 Uhr
27. November, 10.00 Uhr
Die Tochter des Sargmachers
(ab 9 Jahren)
Ein Stück zum Thema Tod, über Fortgehen, Dableiben und die Kraft der Erinnerung

GESUNDHEIT

Zentrum für Sport und Medizin (ZSM)
3. November – 26. Januar,
immer freitags, 11.30-12.30 Uhr
Rückenfitness mit/ohne Baby
7. November, 18.00-19.30 Uhr
Kinderärztlicher Infoabend
für werdende Eltern
7. November – 16. Januar,
immer dienstags, 20.30-21.30 Uhr
Rückbildung ohne Kind
8. November, 16.00-17.15 Uhr
Knie- und Hüftgelenk-OP optimal vorbereiten
11./12. November, 9.00-13.00 Uhr
Geburtsvorbereitung
für Paare/Wochenende
11. November,10.00-17.00 Uhr
Geburtsvorbereitung
kompakt für Mütter
12. November, 10.00-13.30 Uhr
Fit fürs Enkelkind –
Seminar für werdende Großeltern
15./22. November, 19.15-21.15 Uhr
Das Kind im 1. Lebensjahr
18./19. November, 9.00-13.00 Uhr – online
Geburtsvorbereitung
für Paare/Wochenende
25./26. November, 9.00-13.00 Uhr
Geburtsvorbereitung
für Paare/Wochenende
25. November, 9.00-15.00 Uhr
Notfall am Kind

Evangelisches Klinikum Köln Weyertal
25. November, 14:00-15:30 Uhr
Minimalinvasive Hüftprothesen – muskelschonend, schnell wieder mobil mit Dr. med. Joachim Franzmann, Chefarzt Orthopädie
Teilnahme kostenlos

VERSCHIEDENES

KSG, Kölner Seniorengemeinschaft
jeden 2. Dienstag im Monat, 17:00-19:00 Uhr
KSG-Treff
Offener Begegnungsabend für das Miteinander in der KSG und dem Veedel. Er setzt Impulse für Projekte & Vorhaben, fördert das gegenseitige Kennenlernen.

Rosengartenteam Klettenbergpark
Ehrenamtliche Gärtner*innen im Rosengarten Klettenbergpark
Jeden Mittwoch von 15.00-17.00 Uhr
und jeden Donnerstag von 10.00-12.00 Uhr, am Bauwagen Ecke Nassestraße/ Siebengebirgsalle

Weißhauskino
Seniorenkino
jeden 1. Dienstag im Monat, um 14.30 Uhr
Eintritt 6,50 € pro Person.
Alle Filme in der deutschen Fassung.
Aktueller Film siehe Programm.

Sülzer Körvje
jeden Freitag von 13.00 - 15.00 Uhr
Verteilung von Lebensmittel
im Teerstegenhaus an Menschen ab 60 aus Sülz/Klettenberg mit Köln-Pass

Brunosaal
3./10./17. November, 19.00 Uhr
4./11./18. November, 17.00 Uhr
5./12. November, 16.00 Uhr
19. November, 18.00 Uhr
Mem Müllemer Bötche üvver es Mittelmeer
Spielkreis Fritz Monreal

Garten-Praxis für Gestalttherapie
6. November, 19.30-21.00 Uhr
Das Erzähl- und Zuhörcafé – Selbsterfahrungs-orientiertes Intensivtraining in der Gruppe
29. November, Uhrzeit bitte erfragen
„Ich höre Ihnen zu“ – Selbsterfahrungsorientierte Einzelgespräche

Hildegard von Bingen Gymnasium
15. November, 19.30 Uhr
Informationsabend für Viertklässler*innen in der Aula des Hildegard von Bingen Gymnasiums
28. November, 15.00-17.00 Uhr
Sprachschnuppernachmittag am Hildegard von Bingen Gymnasium für Viertklässler*innen – Treffpunkt Haupteingang HvB
2. Dezember
Schulbesichtigungen des Hildegard von Bingen Gymnasiums für Viertklässler*innen und ihre Eltern mit Stationenworkshop (Anmeldung am Sprachschnuppernachmittag 28.11.23)

SchmitzundKunzt
1./15./29. November, 14.00-17.00 Uhr
Silberperlen Café –
Bei gutem Wetter im Außenbereich
1./8./15./18./22./29. November, 17.30-19.00 Uhr
Lachyoga
1. November, 19.30-22.30 Uhr
GUTes Kino
4./ 25. November, 11.00-13.00 Uhr
Kleidertausch
5./12./19./26. November, 16.00-18.00 Uhr
Impro-Theater „CreArtivo“
8. November, 20.00-22.00 Uhr
Schreibwerkstatt Köln
10. November, 20.00-23.00 Uhr
„Mit anderen Worten“ – Lesung
19. November, 12.00-15.00 Uhr
Pflanzentausch
Schreibwerkstatt Köln
Betreuung/Buchung: Marie
26. November, 12.30-15.00 Uhr
Repair-Café
TanzZentrum
jeden Freitag von 21.15-24.00 Uhr
jeden 2. Samstag von 19.00-21.00 Uhr
NUR für Singles
„Freitags-Übungszeit“ – hier wird geübt und getanzt - von Tango und Walzer, über Rumba und Jive ...
jeden Sonntag von 20.30–22.30 Uhr
„Sonntags-Übungszeit“ – hier wird geübt und getanzt - von Tango und Walzer, über Rumba und Jive ...
8. November, 17.30-18.30 Uhr
Tanz- und Bewegungskonzept 55+ - eine Kombination aus tänzerischer Gymnastik und unterhaltsamen Gesellschafts- und Partytänzen
10. November, 15.30-17.00 Uhr
Tanz Café 60+ - Tanzen, paarweise, als Gruppe oder einzeln, in gemütlicher geselliger Runde
11. November, 19.00-21.00 Uhr
Treffpunkt Tanz-Singles – Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co. – das mit wechselnden Partner:innen
11. November, 21.15-24.00 Uhr
Tanzparty zum Sessionsstart – Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co. – auf kölsche Musik
18. November, 21.00-24.00 Uhr
West Coast Swing-Party
(davor 17.30-21.00 Uhr West Coast Swing-Bootcamp-Workshop für Einsteiger)
20. November, 20.00-22.30 Uhr
West Coast Swing-Party

KIRCHE

Evangelische Freie Gemeinde – Kölner Stadtmission
Jeden Sonntag 10.00 Uhr
Gottesdienst mit Kinderbetreuung
in 3 Altersgruppen;
teils auch online als „Wohnzimmergottesdienst“

Internationale freievangelische Gemeinde Sülz UBF e.V. (Universität Bibelfreundschaft)
Jeden Sonntag 11.00 Uhr: **Gottesdienst**

Johanneskirche
5. November, 11.00 Uhr
Taizé Gottesdienst
26. November, 11.00 Uhr
Gottesdienst zum Ewigkeitssonntag

St. Bruno
5. November
Buchsonntag: Lesung
Malaktion u.v.m. in der Bücherei
19. November, 11.00-13.00 Uhr
Brunch für Alleinerziehende
in der Begegnungsstätte

St. Karl Borromäus
4. November, 17.00 Uhr
Eröffnung der Erweiterten „Kirche für Leib und Seele“
26. November, 20.00 Uhr
Taizé-Gebet mit meditativer Musik

St. Nikolaus
1. November, 19.30 Uhr
Die Offenbarung – Szenische Lesung
2. November, 18.30 Uhr
Trost im Abschied –
Meditation zu Allerseelen
4. November, 18.30 Uhr
Wortgottesfeier
„Gottes Wort Raum geben
5. November, 10.00 Uhr
Kinderkirche im Sitzungszimmer
12. November, 10.30 Uhr
Bilderbuchkino im Jugendheimsaal

Tersteegenhaus
7.-10.11.
Großer Basar – Bücher, Geschirr, Kleidung und noch viel mehr ...
Weitere Infos auf unserer Homepage www.kirche-klettenberg.de
22. November, 18.30 Uhr
Ökumenischer Gottesdienst
zum Buß- und Bettag
25. November, 15.30 Uhr
MiniGottesdienst, kurzer Gottesdienst für die Kleinsten und ihre Familien

ADRESSEN

68elf-studio
Gottesweg 102
0172 109 25 26
www.68elf.de

Atelier Susanne Beucher
Palanterstraße 9 f
0221 7 76 23 83
www.susannebeucher.de

Begegnungsstätte St. Bruno
Ölbergstraße 70
0221 2 611217
www.kirche-sk.de

Brunosaal
Kath. Kirchengemeinde St. Bruno
Klettenberggürtel 65
0221 46 17 83
www.brunosaal.de

Buchhandlung Olitzky
Luxemburger Straße 275
0221 9 417016
www.olitzky.de

Bürgerzentrum Nippes
Altenberger Hof
Auenheimer Str. 92

Café Lamerdin
Einhardstraße 5
www.kirche-klettenberg.de

Caritasverband für die Stadt Köln e. V.
Kölsch Hätz Nachbarschaftshilfe
Geisselstr. 1, 50823 Köln
0162 6 95 09 79

CASAMAX Theater
Berrenrather Straße 177
0221 44 76 61
www.casamax-theater.de

Die Waldgänger
Rosi Wagner
Berrenrather Straße 471
0177 2 66 61 02
www.diewaldgänger.de

DJK Südwest Köln 1920/27 e. V.
Berrenrather Straße 173
0221 9 41 56 09

Evangelische Freie Gemeinde
Berrenrather Straße 354
0221 41 47 88
www.koelnerstadtmission.de

Evangelische Kirchengemeinde
Tersteegenhaus: Emmastraße 6
Johanneskirche: Nonnenwerthstraße 78
Gemeindebüro: Emmastraße 6
0221 944 01 30
www.kirche-klettenberg.de

Evangelisches Krankenhaus Weyertal
Weyertal 76
0221 47 90
www.evk-koeln.de

Freiraum e. V.
Gottesweg 116
0221 8 23 12 40
verein.freiraum-salon.de

Funtastico-Musical
0221 81 45 84
www.funtastico-musical.de

Galerie am Schloß
Schloßstr. 10, 50321 Brühl
02232-792620

GGS Manderscheider Platz
Berrenrather Straße 352
0221 9 92 25 93-0

Garten-Praxis für Gestalttherapie
Heisterbachstr. 47
0221 42 10 10 13 (Garten-Praxis)
02274 70 41 85 (Home-Office)
www.beraten-schulen-begleiten.de

hallo in sülz –
Willkommensinitiative Sülz & Klettenberg
c/o Evangelische Kirchengemeinde
Köln-Klettenberg, Emmastr. 6
www.halloinsuelz.de

Hildegard-von-Bingen-Gymnasium
Leybergstraße 1
0221 47 44 17 50
www.hvb-koeln.de

Heliosschule
Mommsenstraße 5
0221 33 77 08 40

Individuelle Stadtführung
Bruno Knopp
0221 9 38 50 05
www.stadtführung-koeln-individuell.de

Interessengemeinschaft
ISK Carrée Sülz-Klettenberg e. V.
c/o Hans-Josef Schulte
Berrenrather Str. 256, 50939 Köln
0221 34 66 94 17
www.carree-suelz-klettenberg.de

ICZ – Internationales Caritaszentrum
Zülpicher Str. 273 b
0221 84 64 13 26
www.caritas-koeln.de

Johanneskantorei Klettenberg
Nonnenwerthstr. 78

Jugend- und Kulturzentrum /JUZI e. V.
Sülzburgstraße 112–118
0221 44 10 60
www.juzisuelz.de

JWK gGmbH-Jugendwerk Köln
Rhöndorfer Straße 6
0221 16 91 07 01
www.jwk-koeln.de

Katholische Kirchengemeinden
St. Bruno, Klettenberggürtel 71
St. Karl Borromäus, Zülpicher Straße 275
St. Nikolaus, Nikolausplatz 2

Pfarrbüros:
St. Bruno, Klettenberggürtel 71
0221 26 112-10

St. Nikolaus & Karl Borromäus
Nikolausplatz 17
0221 41 41 45
www.kirche-sk.de

Katholische Hochschulgemeinde
Berrenrather Straße 127
0221 47 69 20
www.khgkoeln.de

Kölner Seniorengemeinschaft
Uni-Center 1. Stock
Luxemburger Straße 136
0221 42 10 23 30
info@koelner-senioren.de
www.koelner-senioren.de

Kolping Bezirksverband Köln
Kolpingsfamilie Sülz/Klettenberg
Josef Schneider
Ittenbacher Str. 15
0221 46 51 52
www.kolping-koeln.de

KunstKAFFEe Köln
Nonnenwerthstr. 2-4, 50937 Köln
www.kunstkaffee-koeln.de
0176-61 27 09 60

Kunstraum 383
Berrenrather Straße 383
02221 44 92 32
www.kunstraum383.de

Lebenswert e.V.
Psychoonkologie, Leben mit Krebs
an der Uniklinik Köln, CIO-Gebäude (70)
Kerpener Str. 62
0221-478-97189
www.vereinlebenswert.de

Lindenthaler Willkommensinitiative
Lindenthalgürtel 30
c/o Evangelische Kirchengemeinde
Köln-Lindenthal
www.netzwerk-integration-lindenthal.de

MAJELI Frisörsalon
Luxemburger Straße 204
0221 4 20 22 26

Malerei
Susanne Beucher
Palanterstr. 9f, 50937 Köln
www.offene-ateliers-koeln.de
www.susannebeucher.de
0172-7 76 23 83

Malort
Sabine Schunk
Luxemburger Straße 284 a
0221 2 01 22 18
www.sabineschunk.de

Oper Köln im Staatenhaus
Rheinparkweg 1, 50679 Köln
0221 22 12 84 00

Querwaldein e. V.
Gleueler Straße 227
0221 2 61 99 86
www.querwaldein.de

Raum für Mehrsprachentheater Köln
Eva Hevicke
Zülpicher Str. 218
0175 5 21 68 85
www.theatro-koeln.de

SBK Sozial-Betriebe-Köln
Städtisches Seniorenzentrum
Blankenheimer Straße 51
0221 9 92 12 10

Senftöpfchen Theater
Grosse Neugasse 2-4, 50667 Köln
www.senftoepfchen-theater.de
0221-2581058

Seniorennetzwerk Klettenberg
Evangelische Kirchengemeinde
Köln-Klettenberg
Einhardstraße 5
0221 94 40 13 88
www.kirche-klettenberg.de/senioren

Schmitzundkunzt
Richard-Wagner-Str. 8, 50674 Köln
0221 16 83 54 82
www.schmitzundkunzt.de

TanzZentrum
Weißhausstraße 21
0221 44 24 20
www.tanzschule-koeln.de

Uniklinik Köln – Blutspendezentrale
Kerpener Straße 62, Gebäude 39
0221 4 78-8 92 60

Verein der Freunde und Förderer
des Lindenthaler Tierparks e. V.
www.lindenthaler-tierpark.de

Volkssternwarte Köln
Nikolausstraße 55
0221 41 54 67
www.volkssternwartekoeln.de

Weisshaus Kino
Luxemburger Straße 253
0221 41 84 88
www.weisshaus-kino.de

Rewe Richrath Supermärkte Rhöndorfer Straße 19 50939 Köln-Klettenberg Öffnungszeiten: Mo – Sa von 7^{00} – 22^{00} Uhr

lyric - DIE KONTAKTLINSE FÜRS OHR

Erfüllen Sie sich den Traum vom unsichtbaren Hören.

IHR VORTEIL MIT LYRIC...

- 100% unsichtbar
- Rund um die Uhr tragbar
- Kein Batteriewechsel

JETZT LYRIC KOSTENFREI PROBE TRAGEN! WIR BERATEN SIE GERNE.

Ihr Spezialist für Im-Ohr-Hörgeräte!

Luxemburger Str. 248, Köln Sülz

Tel.: 0221 - 986 507 05

Hörzentrum Lux