

### ■ leben

20 Jahre  
Kunst im Carrée

### ■ leute

Mystische Werke  
von Siegbert Hahn

### ■ lifestyle

Last-Minute-  
Geschenke



## Zeit für Familie und Freunde

InSicht: mit vielen Tipps & Terminen für Sülz & Klettenberg



**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**

Berrenratherstr. 296 · 50937 Köln Sülz · Telefon: 0221- 941 58 33

Fax: 0221- 941 58 34 · email: [info@a-a-q.de](mailto:info@a-a-q.de) · webside: [www.a-a-q.de](http://www.a-a-q.de)

Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 08:00 - 19:00 Uhr · Samstag: 09:00 - 14:00 Uhr



## IHR SPORTBRILLEN- SPEZIALIST IN KÖLN SÜLZ.

Wir führen für jede Sportart die richtige Brille und beraten Sie gerne persönlich, damit Sie optimal ausgerüstet sind.



BRUCHHAUS Optik & Akustik • Berrenrather Str. 213, 50937 Köln  
0221 941 1003 • [info@bruchhaus-optik.de](mailto:info@bruchhaus-optik.de) • [www.bruchhaus-optik.de](http://www.bruchhaus-optik.de)



Foto: Kayser

**Liebe Leser\*innen,**

dieses Jahr am ersten Septemberwochenende fand endlich wieder das Carréefest im Veedel statt, das wegen der Coronapandemie im vergangenen Jahr leider ausgefallen ist. Ich muss gestehen, ich persönlich habe mich sehr darauf gefreut, endlich wieder den direkten Kontakt zu den Sülz-Klettenberger\*innen genießen zu können. Der große Zuspruch und die vielen positiven Resonanzen sind für das Team und mich wie Balsam auf der Seele: „Es ist ein so schönes Magazin, danke, dass ihr das macht.“ „Ich lese es regelmäßig, da stehen immer so tolle Beiträge drin.“ „Ist das schon die neue Ausgabe? Dann nehme ich mir gleich eins mit.“ „Meine ehemalige Nachbarin wohnt leider nicht mehr in Sülz. Aber ich schicke ihr eins zu, da freut sie sich!“ „Danke für eure Mühe!“

Ein weiterer Grund für die immer gute Stimmung ist auch die nette Gesellschaft vor Ort. Daher geht mein großer Dank explizit an Bettina Grueter-Wirth von Optik Dorn, die uns alljährlich einen Platz gemeinsam mit ihr vor ihrem Geschäft „freischaufelt“. Dort wird man dann an beiden Tagen morgens noch vor dem Besucherandrang mit einem gemeinsamen Nachbarschaftsfrühstück verwöhnt, nachmittags wird traditionell ein frisch gebackener Streuselkuchen serviert, und die Stimmung untereinander ist immer sehr lustig und freundschaftlich. Und während ich darüber schreibe, freue ich mich auch schon wieder aufs Carréefest im nächsten Jahr.

Aber jetzt ist erst einmal Weihnachten! Ich muss gestehen, besonders weihnachtlich ist diese Winterausgabe der INsülz & klettenberg tatsächlich nicht ausgefallen. Ich bin auch noch nicht wirklich in Stimmung. Und Sie? Dennoch – in unserer Rubrik INspiriert haben wir ein paar kreative Last-Minute-Geschenke zum Selberbasteln zusammengestellt, mit denen Sie Ihren Lieben sicher eine kleine Freude bereiten können. Oder Sie lassen sich von den vielen kleinen Geschäften im Veedel inspirieren: Ob natürliche Pflegeprodukte, individuellen Schmuck, köstliche Spezialitäten für das Weihnachtsmenü und vieles mehr – all das haben wir doch hier vor unserer Haustür. Und wenn es dann im Winter tatsächlich wirklich kalt und ungemütlich wird, empfehle ich Ihnen, die leckeren One-Pot-Gerichte nachzukochen. Händler\*innen aus dem Veedel haben uns freundlicherweise ihre Lieblingsrezepte dafür zur Verfügung gestellt und versichern eine Zubereitung ohne allzu viel Aufwand.

Zuletzt bleibt mir nur noch, Ihnen – liebe Leser\*innen – auch im Namen des gesamten INsülz-Redaktionsteams von Herzen ein friedvolles Weihnachtsfest zu wünschen. Kommen Sie gut ins neue Jahr und bleiben Sie gesund.

Ihr

Ralf Martens  
(Herausgeber)

Auch als  
Download  
unter  
insuelz.com



Weihnachten 2022 daheim:  
illustriert von Saskia Gaymann

# INhalt



## leben

### INKunst

20 Jahre Kunst im Carrée 05

### INKürze

Neuigkeiten aus dem Veedel 12

### INitiative

Die Kolumne:  
Schmitzundkunst 17

Raum für Veränderungen  
IG Lebenswerte Lux 18

HEY, ALTER! 20

### INformiert

Beschlossene Sache 22

## leute

### INterview

Siegbert Hahn:  
Vom Werden und Vergehen 24

### INteressant

Claudia Jakobs:  
Was macht eigentlich eine Betreuerin? 28

### INKlein

Bunte Seiten für Pänz -  
Zocken wir mal? 32

CASAMAX Theater:  
Heldenhaft! 35

### INformiert

Die Jungs zocken, die Mädchen  
machen Social Media 36

## lifestyle

### INspiziert

Wärme aus dem Topf -  
leckere One-Pot-Gerichte 40

DIY-Winterspecial:  
Vier Last-Minute-Geschenke 46

Lesen, schmökern, spielen:  
Empfehlungen der Redaktion 50

INerinnerung  
Kunstprojekt Christiane Rath 52

### INterieur

Tipps und Infos rund ums  
Wohnen und Einrichten 55

### INSicht

Termine für den Herbst 58  
Adressen 62



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: Henry Buschle (hb) . www.liebedeinewelt.de . 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: Sabine Brand . typeXpress

Fotos: Sonja Hoffmann . www.soho-fotografie.de . Monika Nonnenmacher . www.nonnenmacher-photographie.de . Marius Kayser . www.mariuskayser.com . Adobe Stock . eigenes Archiv

Illustrationen: Saskia Gaymann . saskiagaymann.blogspot.co . Lektorat: Christina Kuhn . Druck und Verteilung: medienzentrum süd . Köln . www.mzsued.de

INSülz-Abonnement: per Post am Erscheinungstag . Bezugspreis: 3,20 Euro je Heft inklusive Versand. 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 2022. Für unverlangt eingesandte Texte und Fotos übernehmen wir keine Haftung. Gerichtsstandort: Köln.





Gewinnerin Nicole Compère (rechts) stellte in der Silber- und Goldschmiedin Natascha Overzier Fotoporträts von Einzelhändler\*innen aus.

Foto: Dahl



Kunst erlebbar machen: Unter diesem Leitgedanken fand 2002 im CASAMAX Theater die Premiere eines Konzepts statt, das in den folgenden Jahren den Bühnenrand weit überschreiten sollte. Rund 35 Geschäfte unterstützten seinerzeit die Idee von Initiator Sebastian Berges, Kunst und Kommerz mittels Ausstellungen in den Läden der Viertel zu vereinen. Zur Jubiläumsauflage folgten dem Aufruf in diesem Jahr 60 Adressen. Trotz der Krisen des Einzelhandels habe man den Glauben an eine Symbiose nie verloren, sagte der Vorstandsvorsitzende der Interessengemeinschaft Sülz und Klettenberg im Rahmen seiner Rede im Caritas-Zentrum. So begeisterten sich in diesem Jahr zahlreiche Aussteller\*innen für das Motto „Stadtgesichter – Stadtgeschichten“ mit Beiträgen aus den Bereichen Malerei, Fotografie, Skulptur und Mixed-Media.

Emotional und zugleich entschieden zeigte sich Kuratorin Brigitte Hellwig: „Damals habe ich gedacht, wir machen das zwei bis drei Jahre. Unglaublich, dass wir immer noch da sind.“ Maßgeblich sei immer die Konzentration auf das Wesentliche geblieben: „Wir haben uns bewusst gegen ein Veedels- und für ein Kunst-

# Stadtgesichter erzählten Stadtgeschichten

## 20. Kunst im Carrée zeigte Malereien, Fotografien, Skulpturen und Mischtechniken an 60 Orten

und Kulturfest entschieden“, unterstrich die Kunsthistorikerin das Credo der Reihe. Als Novum in der zwei Dekaden währenden Historie zeichnete die Jury in diesem Jahr erstmals zwei Künstlerinnen mit dem ersten Platz aus. Den Preis teilten sich Bettina Ballendat mit scheinbar auf den Straßen, Plätzen oder Hinterhöfen modellierten Wachsfiguren bei „Die Haarschneider“ und Fotografin Nicole Compère, die in den vergangenen 30 Jahren lokale Geschäftsinhaber\*innen porträtierte. Die dokumentarischen Arbeiten wurden bei Silber- und Goldschmiedin Natascha Overzier gezeigt. „Es hat mich umgehauen, als ich die Nachricht von der Auszeichnung gestern Nacht um halb zwölf bekam“, zeigte

sich Compère während der Siegerehrung fassungslos. Eine Widerspiegelung individueller Ausdruckskraft und Virtuosität boten zahlreiche Exponate in den Läden des Carrées. So erinnerte Henning Brück bei Concept.Hommage mit bedrückenden Schwarz-Weiß-Aufnahmen an Grundstücksleerstände in Zeiten von Wohnungsnot. Dass Bild und Wort sich anziehen, um existenzielle Ängste und Hoffnungen einer anonymen Stadtgesellschaft sicht- wie hörbar zu machen, bewies Elke Grober mit Gedichten und Malereien im Eco Fashion Store. Unverzichtbarer Humor im Gleichklang mit poetischen Darstellungen erwartete die Besucher\*innen in Form von Objekten und Papierarbeiten bei Shalima. Künstlerin Ursula Traschütz blickte dabei auf unkonventionelle Art in die Köpfe ihrer Mitbürger\*innen. Abstrakte zwischenmenschliche Begegnungen ließ dagegen Zeichnerin Kamù bei Optik Dorn aufleben. Mit dünner, rastloser Feder wurde die Großstadtheftik hier mitunter fühlbar. Fest verankert im Programm, folgten am Eröffnungstag der Ausstellung zahlreiche Interessent\*innen den

Kunst-Veedelsspaziergängen mit Erläuterungen von Expertin Brigitte Hellwig.

### Kunst total

Als weitere Bereicherungen erwiesen sich Lesungen sowie Musikperformances auf den Open-Air-Minibühnen an der Berrenrather und der Luxemburger Straße, unter anderem mit Lyrikerin Alicia Herold, die es vermochte, mit einfühlsamen Beiträgen die Verlorenheit junger Menschen in den Metropolen festzuhalten. So schreibt die Dichterin in einem ihrer Texte: „... springen, fallen/aufkommen/kein halt/erschöpft vom leben, erschlagen vom fall ...“. Mit dem „Marché de l'art deluxe“ schafften die Initiatoren im Laufe des zweiwöchigen Programms ferner Platz für das Sujet „Design“. Im Gemeindesaal St. Nikolaus und bei Shalima waren Linolschnitte, Illustrationen und Textilien zu finden. Einen Rückblick auf alle Gewinner\*innen der letzten Jahre präsentierte die Apotheke am Qvesterhof. ■ td



Bettina Ballendat  
(Gewinnerin)  
neben ihren  
Wachsskulpturen,  
Caritas-Zentrum  
Foto: Dahl

Henning Brück,  
Concept.Hommage  
Repro: Kayser



Jürgen Escher,  
Caritas-Zentrum  
und Friedrichs -  
Die Metzgerei  
Repro: Kayser





Karin Mühlwitz  
(Karin Mühlwitz),  
Optik Dorn  
Foto: Dahl



Ursula Klein,  
Goldschmiede Tina Theves  
Repro: Kayser

# Von Anfang bei Kunst im Carrée dabei

**OPTIK  
DORN**

**Optik Dorn macht regelmäßig bei der Sülz-Klettenberger Kunstmeile Kunst im Carrée mit. INsülz hat mit Inhaberin Bettina Grueter-Wirth in einem Kurzinterview über die Gründe gesprochen.**



Foto: Optik Dorn

## *Wie lange ist Optik Dorn jetzt bei Kunst im Carrée dabei?*

Seit 20 Jahren – wir waren von Anfang mit dabei, das ist für uns Ehrensache! Wir möchten der Kunst eine Chance geben, und wir haben ja auch schöne große Schaufenster, die wir frei räumen, sodass die Kunstwerke auch zur Geltung kommen.

## *Was bewirkt die Kunstmeile Ihrer Meinung nach?*

Es ist eine schöne Aktion, um das Viertel, die Geschäfte und die Künstler\*innen mal in einem anderen Zusammenhang zu zeigen. Wir erweitern unseren Horizont – es macht einfach Spaß, immer wieder neue Künstler\*innen kennenzulernen. Außerdem begegnen wir auch unseren Kund\*innen durch ein anderes Thema. Und es kommen

ganz andere Leute dadurch als sonst in unseren Laden. Deshalb lasse ich die Kunstwerke auch vier Wochen hängen – so kann sich unser Geschäft mal von einer anderen Seite zeigen.

## *Gibt es bei Optik Dorn eine besondere Aktion zu Kunst im Carrée?*

Häufig bestelle ich für die Zeit eine besondere Kollektion. Dieses Jahr nehme ich das aktuelle Motto von Kunst im Carrée „Stadtgesichter – Stadtgeschichten“ zum Anlass, um die neue Brillenkollektion unter dem Namen „Optik Dorn“ vorzustellen. Die habe ich zusammen mit Designern und Produzenten entwickelt. Ihre Modelle aus hochwertigem Material sind genauso individuell wie die Gesichter in unserem Stadtteil. ■

[www.optik-dorn.de](http://www.optik-dorn.de)

# „Kreative Bereicherung fürs Veedel“

**„Schon seit rund 25 Jahren haben verschiedenste Künstler\*innen in meinem Atelier ihre Werke ausgestellt. Im Rahmen der Kunst im Carrée stelle ich seit vier Jahren regionalen Künstler\*innen meine Wände, Schaufenster und Räumlichkeiten für die Präsentation ihrer Kunst zur Verfügung.“**

Für mich persönlich ist es immer ein spannendes und abwechslungsreiches Ereignis, denn jede\*r Künstler\*in hat in ihrer/seiner Ausdrucksweise etwas Eigenes zu vermitteln. Ich lerne selbst immer wieder neue kreative Ansätze des Schaffens dazu. Als Goldschmiedin habe ich auch meinen eigenen Stil und freue mich, neue Horizonte kennenzulernen. Auch sieht mein Geschäft dadurch mal wieder etwas anders aus.

Fürs Veedel ist die Kunstmeile eine kreative Bereicherung. Den Menschen wird etwas sehr Schönes geboten. Abseits vom Alltag können sie sich unbefangen durchs Veedel treiben lassen, um sich in Ruhe die verschiedenen Werke in den Geschäften anzusehen. Besucher\*innen aus anderen Veedeln gibt es einen Anreiz, Sülz-Klettenberg zu entdecken.“ ■

[www.goldschmiede-tina-theves.de](http://www.goldschmiede-tina-theves.de)

**TINA  
THEVES**

**OPTIK  
DORN**

Brillen | Kontaktlinsen



**Unsere neue  
Hauskollektion**  
exklusiv bei

**OPTIK  
DORN**

**Optik Dorn**

Inh.: Bettina Grueter-Wirth

Sülzburgstr. 76 | 50937 Köln

Telefon 0221 – 41 49 51

Mo.–Fr. 9–18.30 | Sa. 9–14 Uhr



Ursula Träschütz,  
Shalima  
Foto: Dahl



Lydia Schildgen,  
Elektrotechnik Schildgen  
Repro: Kayser

# Titan – das Material für Ihren Hörerfolg!

**KÖTTGEN  
HÖRAKUSTIK**

Das inhabergeführte Familienunternehmen **Köttgen Hörakustik** weiß seit über 70 Jahren, worauf es bei gutem Hören ankommt. So auch die Hörakustiker\*innen in den 58 sich im Rheinland befindlichen Köttgen Hörakustik-Filialen, wovon sich drei direkt im Veedel befinden: Köttgen Hörakustik ist in **Klettenberg** seit 33 Jahren, in **Sülz** seit elf Jahren und in **Zollstock** seit 30 Jahren vor Ort.

Die beiden Köttgen Hörakustik-Filialen in Köln-Sülz auf der Zülpicher Straße 353 (Bild links) und in Köln-Klettenberg auf der Luxemburger Straße 240 (rechts)



Fotos: Hoffmann



Die Expert\*innen für gutes Hören nehmen sich Zeit für Sie und beraten Sie zum neuesten Stand der Technik, damit Sie bestens versorgt sind. Die Mitarbeitenden von Köttgen Hörakustik wissen, dass es für den bestmöglichen Hörerfolg nicht allein auf das richtige Hörgerät ankommt, sondern vielmehr auf die beste Verbindung zwischen Ohr und Hörgerät. Die individuell gefertigten Ohrpasstücke, sogenannte Otoplastiken, leiten die akustischen Signale vom Hörgerät in den Gehörgang weiter und gewährleisten zusätzlich einen sicheren Sitz der Hörgeräte.

Individuell angepasste Ohrpasstücke sind gegenüber Standardvarianten wie Schirmchen klar im Vorteil, insbesondere wenn diese zum Beispiel aus dem neuesten Material Titan gefertigt sind. So wird Titan wegen seiner besonderen Eigenschaften bereits erfolgreich in der Luft- und Raumfahrttechnik und in der Medizin eingesetzt. Aufgrund der hohen Stabilität von Titan im Vergleich zu Acryl oder Silikon bei herkömmlichen Ohrpasstücken stellt die nur halb so dicke Wandstärke

eine optimale Lösung auch für kleinere bzw. anatomisch komplexe Gehörgänge dar. Überdies ist Titan antibakteriell und verfärbt sich nicht, was optisch und hygienisch von Vorteil ist. Durch die biokompatible und hypoallergene Eigenschaft ist Titan besonders für Allergiker\*innen geeignet.

Die Mitarbeitenden bei Köttgen Hörakustik beraten Sie gern über diese modernen Ohrpasstücke und viele technische Innovationen bei den aktuellen Hörsystemen und zu weiteren Themen rund um besseres Hören. Vertrauen Sie auf 70 Jahre Erfahrung und den individuellen, freundlichen Service in Ihrer Köttgen Hörakustik-Filiale. ■

[koettgen-hoerakustik.de](http://koettgen-hoerakustik.de)



**HÖRLUCHS**   
MADE IN GERMANY

DR. DR.  
ANDREAS BELL  
PSYCHOTHERAPEUT

## Harmonische Weihnachten?

Weihnachten ist das Fest der Liebe, steht für Geborgenheit und das harmonische Zusammensein. Zumindest sehen wir uns danach. So nehmen viele Paare die Feiertage als Anlass, endlich einmal genügend Zeit miteinander zu verbringen. Manchmal holt sie die ernüchternde Realität dann jedoch schneller ein als erwartet.

„Gerade die romantisch aufgeladenen Familienfeste gehen viele von uns mit zu hohen Erwartungen an und sind dann furchtbar enttäuscht, wenn nicht alles perfekt läuft“, weiß **Dr. Dr. Andreas Bell, psychodynamischer Paartherapeut** in Sülz. Im Alltag hat jeder genug Ablenkung, und man kann sich auch mal aus dem Weg gehen. An Weihnachten fällt all das plötzlich weg, und man hängt aufeinander; kein Wunder, wenn dann Konflikte aufbrechen. Diese entzünden sich an Lappalien, wie das altbekannte Beispiel der unverschlossenen Zahnpastatube zeigt. Sie reichen aber viel tiefer.

Andreas Bell, selbst bekennender Weihnachtsfan, erklärt uns: „In Paarbeziehungen gibt es immer auch eine unbewusste Seite, ein verstecktes Programm. Sei es, dass ein Partner eine alte Sehnsucht erfüllt bekommen möchte oder die Beziehung eine alte Verletzung heilen soll.“ Das kann jahrelang gut funktionieren, aber dann verändern sich die Menschen, und die Beziehung wird schwierig. Hier kann eine Paartherapie hilfreich sein: „Die psychodynamische Paartherapie funktioniert ähnlich wie eine Psychoanalyse, nur eben mit zwei Personen. Sie stößt zu den unbewussten Regungen und verdrängten Konflikten des Paares



Foto: Kayser

vor und bringt sie behutsam ans Licht. Wenn beide erkennen, was sie eigentlich bewegt und was sie einander bedeuten, kann das die Beziehung deutlich zum Positiven verändern“, erfahren wir vom Therapeuten Dr. Dr. Andreas Bell. „Es geht um die Fragen, die auf der unbewussten Ebene liegen: Wer bin ich, dass der andere so mit mir umgeht? Was gelte ich? Werde ich gesehen? Und warum brauche ich das?“ Auch Paare, die gut miteinander reden können, profitieren vom analytischen Blick des Therapeuten. Die Sicht von außen kann zum befreienden Aha-Effekt führen, Blockaden lösen und neues Interesse aneinander wecken. Wenn alte Liebe wieder jung wird, ist das die beste Voraussetzung für harmonische Weihnachtstage! ■

[www.praxis-bell.koeln](http://www.praxis-bell.koeln)

## Neueröffnung: Sprachraum – Praxis für Logopädie

Zum Jahresbeginn 2023 eröffnet der „**Sprachraum**“, eine frisch renovierte Praxis für Logopädie. Die beiden sympathischen Powerfrauen **Verena Quitmann** und **Stefanie Rox** übernehmen diese nun im Januar auf dem Gottesweg und erklären ausführlich, wann und für was genau eine ärztliche Verordnung für Logopädie vom Arzt ausgestellt wird.

SPRACH-  
RAUM



Foto: Hoffmann

„Die Störungsbilder hierbei sind vielfältig“, erzählt Verena Quitmann, die schon seit 1999 im Veedel zu Hause ist, „von der Saugstörung über Sprachentwicklungsstörungen, Aussprache- und Stimmstörungen sowohl bei Kindern als auch Erwachsenen, Schlaganfallpatient\*innen und Menschen mit fortschreitender Demenz oder Morbus Parkinson sind typische Fälle, die bei uns Hilfe finden.“ „Auch Zahnärzt\*innen und Kieferorthopäd\*innen verordnen Logopädie“, erklärt die ebenfalls in Sülz lebende Stefanie Rox, „wenn beispielsweise durch falsche Schluckmuster die Schneidezähne durch die Zunge nach vorn geschoben werden und dadurch Fehlstellungen der Zähne verursacht oder begünstigt werden. Geplant sind zukünftig auch individuelle Stillberatungen und Stillvorbereitungskurse“, ergänzt die ausgebildete Stillspezialistin.

Die beiden lieben das Veedel, in dem sich Verena Quitmann auch ehrenamtlich in der evangelischen Kirchengemeinde Klettenberg engagiert. „Das Arbeiten im Lebensumfeld macht uns sehr viel Spaß, weil wir uns hier einfach auskennen und mit unseren Patient\*innen oftmals auch Begegnungen außerhalb der Praxis haben.“ Wir von INSülz & klettenberg wünschen einen guten Start und viel Erfolg im neuen „Sprachraum“. ■

[www.sprachraum-logopaedie.com](http://www.sprachraum-logopaedie.com)



Foto: Hoffmann



## Gute Pflege verlangt gute Bezahlung

Das Gesundheitsvorsorgeweiterentwicklungsgesetz, kurz GVWG, das im Juni 2021 verabschiedet wurde, beinhaltet unter anderem die Tarifpflicht in der Altenpflege. Seit dem 22. September 2022 müssen ambulante, stationäre und teilstationäre Pflegebetriebe ihr Personal entweder nach Tarif bezahlen oder ein Gehalt in vergleichbarer Höhe anbieten. Nur dann können sie ihre Leistungen weiterhin mit den Pflegekassen abrechnen.

Der **Pflegedienst ALT & JUNG** in Sülz bezahlt seine Mitarbeiter\*innen schon lange gut. Inhaberin **Jutta Krämer** hat sich vor Jahren dafür entschieden, denn „zum einen können gute Leute eine gute Bezahlung erwarten, und zum anderen können wir nur so mit den Krankenhäusern und stationären Einrichtungen mithalten in der Konkurrenz um die Fachkräfte“. Sie ist dennoch froh,

dass die Tarifpflicht eingeführt wurde, und hat den TVöD (Tarifvertrag öffentlicher Dienst) gewählt. „Ich finde es positiv, dass es jetzt eine klare Regelung gibt und alle Mitarbeiter\*innen oder auch Fachkräfte, die sich für uns interessieren, wissen, womit sie rechnen können.“

Sie hofft, dass die Tarifpflicht die Diskussion einschränkt, dass in der Pflege zu wenig gezahlt wird. „Wir müssen uns dringend auf die eigentlichen Probleme in der Pflege konzentrieren, den Fachkräftemangel. Meine Mitarbeiter\*innen hätten lieber mehr Kolleg\*innen als mehr Geld. Es wäre schön, wenn sich das mal in der Berichterstattung niederschlagen würde, etwa durch Beiträge über die positiven Seiten der Pflege. Zum Beispiel, dass wir mit ALT & JUNG dafür sorgen, dass so viele alte Menschen hier im Viertel in ihren Wohnungen bleiben können“, betont Jutta Krämer ihren Wunsch nach mehr Wertschätzung. ■



**ALT & JUNG**  
Der Pflegedienst in Sülz

Berrenrather Straße 361, 50937 Köln-Sülz





### Sichere Jobs für:

- examinierte Kranken- und Altenpflegekräfte
- Arzhelferinnen und -helfer
- Pflegehelferinnen und -helfer

Info unter **0221 942023-0**

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

# Bibliothekseröffnung Elisabeth-von-Thüringen- und Schiller-Gymnasium

Am 9. September 2022 reichten sich die Direktoren der beiden Gymnasien in der Sülzer Nikolausstraße, **Dr. Bruno Zerweck** vom Elisabeth-von-Thüringen- und **Georg Scheferhoff** vom Schiller-Gymnasium, begeistert die Hände und eröffneten gemeinsam ihren Neubau. In dem zweigeschossigen Haus befinden sich die neue Mensa, die endlich Platz für alle und vor allem



Fotos: Hoffmann

Elisa, Stefan, Nina, Jeanne, Jonas, Ben aus der 5b

„Ich war völlig überrascht, wie groß die Bibliothek ist“, erzählt **Jeanne** begeistert. Ganz genau konnten uns selbst die Mitarbeiter\*innen nicht sagen, wie groß sie ist, aber sie umfasst schon jetzt einen Bücherbestand von circa 5.000 Bänden. „Echt groß“, stimmt **Jonas** Jeanne zu. **Elisa** freut sich darüber, dass sie wie in ihrer Grundschule in der Pause lesen darf. „Hier gibt es viel über Tiere. Wenn ich ein Buch zu Hause angefangen habe, kann ich es hier weiterlesen.“ **Nina** ergänzt: „Hier ist es sehr gemütlich, und ich finde auch meine japanischen Geisterbücher, die ich so gern lese.“ „Ich finde es besonders gut, dass die Mitarbeiter\*innen die Bücher so gut organisiert haben“, betont **Ben**. Und **Stefan** erzählt begeistert: „Gregs Tagebuch ist auch dabei.“

## Mitarbeit im Arbeitskreis und Spenden willkommen

Doch dann kommen auch einige Wünsche zur Sprache, die die Kinder haben. „In einigen Reihen fehlen ein paar Bände.“ Barbara

ein gesundes und leckeres Bioessen bietet, sowie die größte Schulbibliothek in Köln, die von beiden Schulen als Lese- und Lernzentrum genutzt wird. Fast 15 Jahre hatte der Bau von den ersten Ideen bis zur Fertigstellung gebraucht, was **Dr. Ralf Heinen**, Vertreter der Oberbürgermeisterin, in seiner Rede beschrieb. Bezirksbürgermeisterin **Cornelia Weitekamp** sowie **Jochen Ringel** von der Bezirksregierung ließen sich einen ersten Blick auf das schöne Gebäude nicht nehmen, das durch viele Fenster von Licht durchflutet ist. Wir haben mit Schüler\*innen vom Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium und ihrer Lehrerin, **Barbara Weißler**, gesprochen, was ihnen besonders gefällt.

Weißler, Deutschlehrerin in der 5b, erklärt dazu, dass die Mitarbeiter\*innen erst einmal alle Bände aus dem kleinen Leseraum und dem Know-how-Raum in die Bibliothek umgezogen hergebracht haben und jetzt genau schauen, welche Bücher sich die Kinder und Jugendlichen noch wünschen. Dazu können die Schüler\*innen auch jederzeit Wünsche in die Bücher-Wunsch-Kiste ablegen. Das Bibliotheksteam gleicht dies mit dem Bestand ab und stellt regelmäßig Bestelllisten auf. Zudem wünscht Stefan sich ein Bücher-Tauschregal, in das sie gelesene Bücher stellen können und sich dafür ein anderes nehmen können. Sitzsäcke wären auch noch eine tolle Idee. Der Arbeitskreis Bibliothek überlegt zudem, wie er einige Regale mobil machen kann, um mehr Platz für Lesungen und andere Veranstaltungen zu schaffen. Und nicht zuletzt wünschen sich die Kinder noch Hörstationen, denn Lesen und Hören gehören heute zusammen.



## Alte Liebe wieder jung!

mit Unterstützung durch eine  
Psychodynamische Paartherapie bei  
Psychotherapeutische Praxis  
Dr. Dr. Andreas Bell  
Heilpraktiker für Psychotherapie  
[www.praxis-bell.koeln](http://www.praxis-bell.koeln)





Deutschlehrerin **Barbara Weßler** (Foto oben) kennt sich gut aus mit der Bibliothek, sie war bereits im gemeinsamen Arbeitskreis von Lehrer\*innen und Eltern zum Leseraum, der ebenfalls von beiden Gymnasien organisiert wurde. Doch hier, in dieser großen Bibliothek, sind Mitarbeiter\*innen fest angestellt, sodass Schüler\*innen aller Altersstufen sie von 9.30 bis 15 Uhr nutzen können. Der Arbeitskreis begleitet die Arbeit der Bibliothek konzeptionell weiter. Interessierte sind eingeladen, zu den Treffen an jedem zweiten Donnerstag im Monat zu kommen.

### Erste Lesungen in den Sülzer Kinder- und Jugendbucheisewochen

Bereits kurz nach der Eröffnung fanden in der Bibliothek innerhalb der Sülzer Kinder- und Jugendlesewochen vom 19. bis 30. September 2022 Lesungen von **Hanka Meves**,



Die Lieblingsbücher unserer Interviewpartner\*innen waren übrigens *Warrior Cats*, *Gregs Tagebuch*, *Woodwalkers*, *Seawalkers*, *Keeper of the Lost Cities* und *Harry Potter*.

**Christoph Wortberg** und **Gerlis Zillgens** statt. Gut, dass die Kinder und Jugendlichen über die Veranstaltungen mehr als nur die Bestseller kennenlernen und Kölner Autor\*innen Löcher in die Bäume fragen können. Weitere Lesungen und Workshops zum Lesen und Schreiben sind geplant. Zudem können die älteren Jahrgänge hier in ihren Freistunden an Gruppentischen arbeiten. Die Computerarbeitsplätze sind für Recherche und Schularbeiten für alle gedacht. Sobald das Computerprogramm der Bibliothek läuft, können Schüler\*innen auch wieder Bücher ausleihen.

Die Schulbibliothek hat bereits einen guten Bestand, wünscht sich jedoch besonders den Ersatz von fehlenden Bänden, insbesondere von aktueller Kinder- und Jugendliteratur oder Fachliteratur. Geldspenden sind daher sehr erwünscht. Für Rückfragen zu Buchspenden können sich Interessier-

te an die E-Mail-Adresse [bibliothek-entschiller@schulen-koeln.de](mailto:bibliothek-entschiller@schulen-koeln.de) wenden. **hmf**

[www.evt-koeln.de](http://www.evt-koeln.de)

[www.schillergymnasium-koeln.de](http://www.schillergymnasium-koeln.de)

## SPENDEN

Spenden bitte an die **Fördervereine** beider Schulen unter dem Stichwort **Bibliothek**:

**Förderverein des Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasiums**

Bankverbindung:

IBAN: DE53 3705 0198 0001 6221 74

Sparkasse KölnBonn

**Verein der Freunde des Schiller-Gymnasiums Köln e.V.**

Bankverbindung:

IBAN DE90 3705 0198 0009 1529 76

Sparkasse Köln/Bonn

**Ihre Druckerei**

Digitaldruck      Buchbinderei  
Copyshop

**genieß hier**

individuelle Beratung

Poster und Plakate      Satz und Layout

**im Herzen von Sülz**

[www.hundt-druck.de](http://www.hundt-druck.de)

**Kölner Senioren Gemeinschaft**  
FÜR SPORT & FREIZEITGESTALTUNG E.V.

**Gemeinsam mehr erleben 50+**

**Wir bieten ein umfangreiches Bewegungs-, Bildungs-, Kultur- und Freizeitangebot**

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

KSG Sülzer Treff 50+, Uni- Center, Luxemburger Str. 136 · 50939 Köln-Sülz,  
Telefon: 0221 42 10 23 30, [info@koelner-senioren.de](mailto:info@koelner-senioren.de), [www.koelner-senioren.de](http://www.koelner-senioren.de)  
Bürozeiten: Montag - Freitag 09:30 - 12:30 h



Fotos: Dahl

Helene Betcher und Moritz Busch hatten sich ihre Kinoplätze bereits im Vorfeld der Filmvorführung gesichert.

## Vom Hören und Sehen

### Weisshaus-Kino und Hörzentrum Lux präsentierten „Schmetterlinge im Ohr“

„Viele Menschen verdrängen die Problematik einer Hörbeeinträchtigung“

Helene Betcher

Man wolle das Thema „Hören“ auf den Punkt bringen, so die Initiator\*innen im Vorfeld der Veranstaltung. Oftmals würde das Nachlassen der akustischen Sinneswahrnehmung nicht erkannt. Während regelmäßige Untersuchungen bei den Hausärzt\*innen selbstverständlich seien, verhalte es sich bei den Hörorganen anders, so auch in der Komödie mit Hauptdarsteller **Pascal Elbé**. „Viele Menschen verdrängen die Problematik einer Hörbeeinträchtigung, weil sie nicht so ernst wie andere körperliche Veränderungen genommen werden. Wir möchten jedoch aufzeigen, was an Lebensqualität verloren geht, wenn man nicht rechtzeitig handelt“, erklärte **Helene Betcher**, die mit rund 70 Besucher\*innen einem sinnlichen Filmnachmittag beiwohnte. „Es war super. Viele Leute haben unsere Beratungsservices rund um den Kinostreifen wahrgenommen. Ich überlege mir, ob wir das Projekt wiederholen“, so die Hörgeräteakustikerin. ■ **td**

[www.weisshaus-kino.de](http://www.weisshaus-kino.de)  
[www.hoerzentrum-lux.de](http://www.hoerzentrum-lux.de)



Helene Betcher (Hörzentrum Lux) und Moritz Busch (Weisshaus-Kino) initiierten die Filmpräsentation „Schmetterlinge im Ohr“.



Foto: privat

### Neue Koordinatorin für das SeniorenNetzwerk Klettenberg

Seit dem 1. Oktober 2022 ist sie „die Neue“ beim SeniorenNetzwerk Klettenberg: Karin Matzner hat für Sabine Kistner-Bahr die Nachfolge als Koordinatorin des Netzwerks angetreten. Zuvor hat sie drei Jahre erfolgreich beim SNW in Sürth genetzt. „Ich verstehe mich als Multiplikatorin und suche engagierte Seniorinnen und Senioren, die gern gemeinsam Aktivitäten planen und durchführen möchten“, erläutert sie ihre Aufgabe beim SNW Klettenberg, dessen Träger die Diakonische Werk Köln und Region gGmbH ist.

Interessierte können sich direkt an Karin Matzner wenden; ihre Sprechzeiten sind flexibel auf Anfrage:

Karin Matzner  
Koordinatorin SNW Klettenberg  
Diakonisches Werk Köln und Region gGmbH  
Kartäusergasse 9-11, 50678 Köln  
Tel.: 01 76 / 15 83 40 73  
[karin.matzner@diakonie-koeln.de](mailto:karin.matzner@diakonie-koeln.de)

## Gemeinschaftspraxis für Logopädie

Rox & Quitmann



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](mailto:kontakt@sprachraum-logopaedie.com)

Tel.: 0177 53 58 14 8  
[www.sprachraum-logopaedie.com](http://www.sprachraum-logopaedie.com)



## Schmitzundkuntz: ... los geht's mit großen Schritten



Dass das „Institutiönchen“ Hinsundkuntz im alten Veedel Sülz sehr fehlt, hören wir immer wieder in Gesprächen mit Nachbar\*innen, wenn man sich beim täglichen Einkaufsgang auf der Straße sieht. Dass sich das Hinsundkuntz vor einiger Zeit in Schmitzundkuntz umtaufen musste und nun im Belgischen Viertel die Basisräume bezogen hat, weiß man ebenso.

Was jedoch glasklar gesagt werden muss, beschreibt **Hartwig Prüßmann**, Mitglied des erweiterten Vorstandes im Schmitzundkuntz e.V., mit einfachen wie auch prägnanten Worten: „Wir haben Sülz nie den Rücken kehren wollen und es auch nie wirklich getan. Wir sind und bleiben Sülzer und sind auch nach wie vor weiterhin in vielen Teilbereichen nachhaltig in Sülz aktiv.“ Besser noch, wie uns Hartwig verraten möchte: „In unserem Stammveedel Sülz werden wir in 2023 noch weiter und verstärkt durchstarten und viele neue sowie neuartige Dinge anschubsen.“

Geplant ist zum Beispiel ein ehrenamtlicher Fahrdienst, um Senior\*innen vollkommen kostenfrei zu Arzt- und Amtsgängen zu begleiten. Das erste Elektrofahrzeug sei schon angeschafft, so Prüßmann.

Weiterhin ist geplant, schon im kommenden Frühjahr auf einer Fläche von circa 2.000 Quadratmetern, im Herzen von Sülz, für die Nachbarschaft Urban Gardening anzubieten und hier insbesondere auch Kinder verstärkt mit einzubinden, um ihnen naturbezogene Thematiken nahezubringen. Wo genau diese Fläche zu bewirtschaften ist, wird noch nicht verraten.

„Wer uns kennt und mag“, ist natürlich jederzeit im neuen Domizil auf der **Richard-Wagner-Straße 8** im Belgischen Viertel eingeladen, mit uns in den Dialog zu treten und sich sowohl über Sülzer als auch über Themen aus dem neuen Veedel auszutauschen.“

Schließlich sei man ja „prinzipiell kurz hinter dem Aachener Weiher“ ansässig, was einem ausgedehnten Spaziergang entspricht. ■

**Michael Schmitt**

### ■ GESUCHT

#### Ehrenamtler\*innen dringend gesucht

Gemeinsam einkaufen auf dem Markt oder der Sülzburgstraße, Begleitung zum Seniorenkino ins Weissshaus, einen Spaziergang im Park oder einfach zusammensitzen, Kaffee trinken und erzählen.

Die **Kölsch Hätz Nachbarschaftshilfen** suchen Menschen zur Begleitung von Nachbar\*innen, die aufgrund ihrer zunehmenden Immobilität Begleitung oder einfach nur Gesellschaft suchen. Haben Sie Interesse und wöchentlich rund zwei Stunden Zeit dafür? Dann setzen Sie sich gern mit dem Kölsch Hätz Nachbarschaftshilfen in Verbindung: Tel. 02 21 / 2 83 39 47, E-Mail: [info@koelschhaetz.de](mailto:info@koelschhaetz.de). Oder informieren Sie sich auf der Internetseite [www.koelschhaetz-im-veedel.de](http://www.koelschhaetz-im-veedel.de) bzw. auch direkt im Sülzer Büro in der Nikolausstraße 86. Die Öffnungszeiten sind montags von 16.00 bis 18.00 Uhr und mittwochs 10.00 bis 12.00 Uhr.



#### 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](mailto:kontakt@strukturieren-und-kommunizieren.de)

[www.strukturieren-und-kommunizieren.de](http://www.strukturieren-und-kommunizieren.de)

# Raum für Veränderungen

## „IG Lebenswerte Lux“ fordert von der Stadtverwaltung Maßnahmen für mehr Verkehrssicherheit, Wohn- und Aufenthaltsqualität

„Diese Stadt kann noch so schön sein – das nützt nichts, wenn der Verkehr hier weiterhin so chaotisch bleibt“, sagt Dominik Kerl über die Wahrnehmung seiner Metropole. Um den Worten Taten folgen zu lassen, gründete der 25-jährige Student für Stadt- und Raumplanung mit weiteren Bürger\*innen im April dieses Jahres die Interessengemeinschaft „Lebenswerte Lux“. Deren Ziel ist es, den öffentlichen Straßen- und Weges-Raum für alle Nutzer\*innen gerechter aufzuteilen.

Als „Konsensfindung“ bezeichnet der Ehrenamtler das Prinzip zur Realisierung nachhaltiger Vorhaben zwischen Militärring und Universitätsstraße. Im Rahmen einer Informationsveranstaltung wandten sich die Mitglieder der IG im Weisshaus-Kino im August an die Öffentlichkeit. Mehr als 50 Personen folgten der Einladung in den großen Saal des Lichtspielhauses. Moderator Roland Schüler (Bündnis 90/Die Grünen) konnte während des rund zweistündigen Treffens Ute Symanski (RADKOMM e.V.), Anne Rose (FUSS e.V. – Fachverband Fußverkehr Deutschland) sowie Umweltrecht-Anwalt Wolfram Sedlak begrüßen, die zur Thematik referierten.



David Trautmann und Arnd Gartzke-Trabert von der IG Lebenswerte Lux fordern verkehrstechnische Veränderungen entlang der Luxemburger Straße.

### „Niemand fühlt sich hier sicher“

Dominik Kerl, IG Lebenswerte Lux

Demnach sei es in den beiden letzten Jahren mehrmals zu Überschreitungen des Stickoxid-Grenzwertes entlang der Strecke gekommen, was ein Gesundheitsrisiko für die dort lebenden oder arbeitenden Menschen darstellt, wie die IG-Gründer auf Untersuchungen des Landesamts für Natur, Umwelt und Verbraucherschutz NRW verweisen. In einer Lärm-schutz-Studie der Stadt Köln kommt selbst die Verwaltung zu dem Ergebnis einer sehr hohen Belastung (Stufe 1) für die Abschnitte Weißhausstraße bis Neuenhöfer Allee (Quelle: „Fortschreibung des Lärmaktionsplans für die Stadt Köln, 2019“). „Aus vielen Gesprächen mit Anwohner\*innen



Fotos: Hoffmann

## ■ INFO

### IG Lebenswerte Lux

Nachdem eine Radfahrerin im Sommer 2021 bei einem Verkehrsunfall ihr Leben verlor, gründete sich im April dieses Jahres die Interessengemeinschaft Lebenswerte Lux. Ihre wesentlichen Ziele sind die Einrichtung einer Tempo-30-Zone für den Abschnitt zwischen Neuenhöfer Allee und Universitätsstraße sowie eines separaten Fahrradstreifens entlang der Bundesstraße.

[www.lebenswerte-lux.koeln](http://www.lebenswerte-lux.koeln)

weiß ich, dass sich niemand hier sicher fühlt. Sowohl die Fahrt mit dem Rad als auch der Fußweg wird aufgrund zu enger Wege oder zu schnell fahrender Pkw zu einem täglichen Risiko. Wir plädieren daher für eine Tempo-30-Zone bis zur Universitätsstraße und die Einrichtung eines separaten rechten Radfahrstreifens“, erklärt Dominik Kerl. Dies soll zeitnah zur Unfallvermeidung sowie einer Reduzierung der Abgaswerte und des Verkehrslärms führen. Die kritische Situation bestätigt Anwohner Hermann Weische: „Es ist hier zu laut, zu stickig und immer gefährlicher geworden. Ich erwarte von der Stadt, dass geprüft wird, was möglich ist, um für Verkehrsteilnehmer\*innen wie Bewohner\*innen eine bessere Konstellation zu schaffen.“

### „So etwas wie in Köln habe ich in meiner langen Anwaltszeit noch nicht erlebt.“

Fachanwalt Wolfram Sedlak

Um ihre Forderungen zu unterstreichen, haben sich die IG-Mitglieder den Beistand von Fachanwalt Wolfram Sedlak gesichert, der auf Umweltrecht spezialisiert ist. In den vergangenen 30 Jahren führte er bundesweit erfolgreiche Prozesse gegen Kommunen. „Dafür braucht es jedoch Bürgerinnen und Bürger, die damit vor Gericht ziehen. So etwas wie in Köln habe ich in meiner langen Anwaltszeit noch nicht erlebt. Hier wird Druck auf mögliche Kläger\*innen aufgebaut, indem vor möglichen Prozesskosten ‚gewarnt‘ wird“, so der Jurist. Dabei nutze die Verwaltung eine besondere Variante, in der lediglich ein unmittelbarer Straßenabschnitt der Antragsteller\*innen auf die sogenannten „Verkehrsbeschränkenden Maßnahmen“ behandelt werde. „Es braucht daher mehrere Klagen, damit wir die gesamte Strecke abdecken können“, berichtet Sedlak. Das entsprechende Formular bietet die Interessengemeinschaft auf ihrer Homepage [www.lebenswerte-lux.koeln](http://www.lebenswerte-lux.koeln) zum Herunterladen an.

### „Seit dem Jahr 2019 wird an dem Messpunkt

keine Überschreitung des Stickoxid-Grenzwertes festgestellt.“

Robert Baumanns, Presseamt Stadt Köln



### Entlang der Luxemburger Straße gibt es eine Vielzahl an Problemstellen.

Die Stadtverwaltung relativiert die Darstellungen der IG in weiten Teilen. Demnach wurden wesentliche Grundlagen zur Finanzierung und Umsetzung etwaiger Lärmschutzmaßnahmen im Zuge der Übertragung an die Kommunen von EU, Bund und Ländern noch nicht geschaffen. Ein angefordertes Lärmsanierungsprogramm fehle. Die Verwaltung sei momentan dabei, diese Arbeiten durchzuführen, erklärt Robert Baumanns vom Presseamt der Stadt Köln.

Hinsichtlich der Stickoxidbelastung auf der Luxemburger Straße messe das Landesumweltamt regelmäßig seit dem Jahr 2013 die Ausstöße. „Der für eine Beurteilung maßgebliche Grenzwert (...) bezieht sich auf den Jahresmittelwert. Der Monatswert hat für die Beurteilung der Luftqualität wenig Aussagekraft, da dieser meteorologischen Schwankungen im Jahresverlauf unterliegt. Seit dem Jahr 2019 wird an dem Messpunkt keine Überschreitung des Grenzwertes festgestellt“, betont Baumanns. Verkehrssicherheit und Gesundheitsschutz besäßen einen hohen Stellenwert. So habe die Verwaltung im vergangenen Jahr mit der Euskirchener Straße eine der Parallelrouten der Luxemburger Straße als Fahrradstraße eingerichtet. Darüber hinaus sei der Umbau der Berrenrather Straße geplant. Eine Fahrspurumwandlung auf der Luxemburger Straße nach dem Vorbild der Kölner Ringe erfordere aufgrund der vergleichsweise hohen Verkehrsbelastung deutlich komplexere Abbiegebeziehungen und die Klärung des Parkraumes. Dies bedürfe eines längeren Vorlaufes. Als wichtige Verkehrsachse gelte vor Ort die Regelgeschwindigkeit von 50 km/h. Davon könne nur im Bereich schützenswerter Einrichtungen wie beispielsweise Schulen, Kitas oder Senioreneinrichtungen abgewichen werden. Diese Voraussetzungen seien nach den Vorgaben des Bundes nicht gegeben, so das Presseamt. Im Sinne einer Mobilitätswende habe die Stadt im Verbund mit anderen Kommunen dazu aufgefordert, die rechtlichen Voraussetzungen für eigene Geschwindigkeitsanordnungen, beispielsweise Tempo 30, zu schaffen. Zurzeit sei man jedoch verpflichtet, die gesetzlichen Rahmenbedingungen einzuhalten.

Dem widerspricht Dominik Kerl: „Auf den Ringen und auf der Neusser Straße im Agnesviertel gibt es auch Tempo-30-Zonen. Letztere ist ebenfalls eine Bundesstraße wie die Luxemburger Straße. Das kann also kein Argument gegen eine Geschwindigkeitsreduzierung sein. Wir wollen aber jetzt verstärkt auf die Verwaltung zugehen und

sie einbeziehen. Wir brauchen die Stadt als Partner“, sagt der Lindenthaler, der sich in den Anliegen der IG bestärkt fühlt. Bis Redaktionsschluss stellten bereits 22 Anwohner\*innen einen entsprechenden Antrag an die Behörde, doch das reicht den Befürworter\*innen der Geschwindigkeitsbegrenzung nicht. Sukzessive sollen in den kommenden Monaten durch Hauseinwürfe mehr Unterstützer\*innen für die Sache gewonnen werden.

Darüber hinaus planen die Aktivist\*innen für die Wintermonate regelmäßige Bürgerwerkstattgespräche rund um die Aufenthaltsqualität im Veedel. „Die Resultate halten wir in einem Positionspapier fest, das an die Bezirksvertretung geht. Die Parlamentarier\*innen wollen wir für unsere Sache gewinnen“, sagt IG-Mitstreiter David Trautmann, der neben dem Straßenverkehr die Situation für Fußgänger\*innen kritisiert. Demnach sei auch die Frequentierung der Bürgersteige ein Problem: „Wir beobachten täglich, wie sich die Menschen aneinander vorbeischieben. Das ist teilweise sehr abenteuerlich“, meint der 32-jährige hauptberufliche Energieberater. ■ td



**„Die Maler“**  
J. Miehlung · Meisterbetrieb

Jürgen Miehlung  
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](http://www.die-maler-koeln.de)




Elektrotechnik Schildgen GmbH  
Zülpicher Strasse 311  
50937 Köln
Telefon: 0221 - 418173  
[www.schildgen.de](http://www.schildgen.de)  
E-Mail: [hallo@schildgen.de](mailto:hallo@schildgen.de)

# HEY, ALTER!

## Eine tolle Initiative für mehr Chancengleichheit

Erfreut nimmt Lehrerin **Anne-Kathrin Pauli** an einem Dienstagnachmittag im September einen runderneuten Rechner von **Matthias Kövér** und **Wolfgang Kleinen** im Elisabeth-von Thüringen-Gymnasium in Sülz entgegen. Er ist für eine Schülerin bestimmt, die für einen IT-Wettbewerb ein Projekt programmieren will, aber keinen Rechner zu Hause hat.

Genau für solche und ähnliche Fälle hat sich **HEY, ALTER! Köln e.V.** 2021 als weiterer Standort der bundesweiten Initiative gegründet, die es seit 2017 gibt. Der Verein bekommt von Firmen, Institutionen und Privatleuten ausgediente Notebooks gespendet. Diese Computer werden zunächst von Staub und Daten gesäubert. Anschließend wird ein neues Betriebssystem installiert – mit einem umfangreichen Softwarepaket für alles, was in der Schule wichtig ist. Auch notwendige Ersatzteile, etwa eine Webcam oder ein WLAN-Adapter werden gekauft – dafür werden die Geldspenden verwendet, die der Verein sammelt. Lehrer\*innen können bei HEY, ALTER! Bedarf anmelden für ihre Schüler\*innen.

Die beiden Sülzer Matthias Kövér und Wolfgang Kleinen sind aktive Mitglieder bei HEY ALTER! Köln e.V. Die insgesamt 25 Mitglieder des Vereins treffen sich in kleinen Gruppen jeden Mittwoch in ihrer Werkstatt in Ehrenfeld, um dort zu reparieren und zu installieren. Der freiberufliche Softwareentwickler Matthias Kövér nimmt sich dafür regelmäßig Zeit, „weil ich es eine total sinnvolle Sache finde, Schüler\*innen beim digitalen Lernen zu unterstützen“. Der 54-Jährige ist auch als Vorstand bei HEY, ALTER! Köln tätig. Wolfgang Kleinen, ehemaliger



Lehrerin Anne-Kathrin Pauli nimmt von Wolfgang Kleinen und Matthias Kövér einen runderneuten Rechner entgegen.

Systemadministrator, ist Rentner. Der 69-Jährige „liebt es, an Rechnern herumzuschrauben“, und ist während Corona zu HEY, ALTER! gestoßen, als er gesehen hat, wie wichtig digitale Arbeitsmittel beim Homeschooling sind. „Tatsächlich gibt es ständig Kinder mit Bedarf. Im Sommer waren es zum Beispiel viele ukrainische Schüler\*innen, denen wir so helfen konnten“, schildert er die Arbeit von HEY, ALTER! in den letzten Monaten.

Beide freuen sich, wenn sie erleben, wie gut ihre ehrenamtliche Arbeit ankommt. So hat zum Beispiel mal eine Schulklasse den Höchner-Song „Hey Kölle“ auf „Hey Alter“ umgedichtet und ihnen als Video geschickt, erzählt Matthias Kövér. Wolfgang Kleinen ergänzt: „Solche Reaktionen sind natürlich absolute Highlights. Weil wir die Geräte meist an die Schulen übergeben, haben wir mit den Empfänger\*innen direkt recht wenig zu tun.“

Mehr als 2.400 Computer hat HEY, ALTER! Köln mittlerweile an Kölner Schülerinnen und Schüler an über 75 Schulen und Bildungseinrichtungen ausgegeben. In Sülz waren es bisher 27 sowohl für das Elisabeth-von-Thüringen-Gymnasium als auch für die Förderschule Redwitzstraße. ■ dm

[www.heyalter.com/koeln](http://www.heyalter.com/koeln)



Matthias Kövér ist seit zwei Jahren bei HEY, ALTER! aktiv, Wolfgang Kleinen seit einem Jahr.

In einem Sülzer Café demonstrieren die beiden ihre Arbeit an den Notebooks.



Fotos: Mennecken

## GESUCHT!

HEY, ALTER! benötigt weitere Notebooks. Sie sollten funktionstüchtig und nicht älter als sieben Jahre sein und mit Netzteil abgegeben werden. Abgabestelle in Sülz ist das JUZI in der Sülzburgstraße 112-118.

Außerdem werden Leute gesucht, die bei HEY, ALTER mitmachen wollen. Mehr dazu und auch zu Geldspenden unter: <https://heyalter.com/koeln/>

**KATRIN  
SCHÄFER**

# Adventure Rallye „Satt & Schlau“

## Mit Katrin, Benne und Käthe auf Balkantour

Am 18. August ging es los: die zweiwöchige Abenteuer-tour ab Dresden über den spannenden Balkan in 14 Tagen durch 16 Länder. Ohne GPS, kein Navi, keine Autobahn – so galt es für Goldschmiedemeisterin **Katrin Schäfer**, gemeinsam mit ihrem Partner **Benjamin Kleser** in ihrem kleinen Beetle „Käthe“ eine Menge Herausforderungen zu bestehen.

„Ich wollte keinen gewöhnlichen Urlaub“, verrät uns Katrin Schäfer, „mit dieser Balkan Express Adventure Rallye konnten wir unsere Reise mit Abenteuer und sogar einem guten Zweck verbinden.“ Voraussetzung für die Teilnahme an dieser Rallye war nämlich das Sammeln von Spenden für ein Charityprojekt der eigenen Wahl. „Wir haben uns für etwas Lokales entschieden. Der Förderverein ‚Satt und Schlau‘ unterstützt sozial benachteiligte Kinder mit Stiften, Blöcken, Essen und Trinken, mal was Süßes, Turnschuhe – eigentlich grundlegende Dinge, die für Familien mit Kindern kein Problem darstellen sollten. Aber dem ist leider gar nicht so.“



Fotos: privat

So konnte man „die Drei“ in den sozialen Medien auf ihrer spannenden Tour begleiten und gleichzeitig teilhaben an den vielen verrückten Abenteuern unterwegs. Dabei sind schließlich über 3.200 Euro Spendengelder zusammengekommen, die am 22. September 2022 **Dr. Werner Holzmayr**, dem Vorsitzenden des Fördervereins „Satt und Schlau e.V.“, überreicht werden konnten. „Wir bedanken uns an dieser Stelle ganz herzlich bei allen, die uns bei unserer Abenteueraktion unterstützt haben. Es ist mehr zusammengekommen, als wir uns erträumt haben“, freut sich Katrin Schäfer. ■

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

[www.facebook.com/katrin.schafer.963](https://www.facebook.com/katrin.schafer.963)





[www.fitnessstreff-fuer-frauen.de](http://www.fitnessstreff-fuer-frauen.de)  
 Telefon 42 75 74  
 Sülzburgstraße 104 (Innenhof)

**Kostenloses Probetraining  
 jederzeit möglich!**

jetzt auch mit Thai-Massage  
 täglich geöffnet

# Beschlossene Sache

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



## BARRIEREFREIE HALTESTELLEN

Im Zuge der Neugestaltung des Gürtels einschließlich der Errichtung von zehn barrierefreien Bahnhaltstellen der Linie 13 zwischen Venloer und Berrenrather Straße votierten die Bezirksvertreter\*innen für den Bedarfsfeststellungs- und Planungsbeschluss. Die Beschlussvorlage des Rates ergänzten die Lindenthaler Lokalpolitiker\*innen dabei mit der Auflage, Begleitgremien bestehend aus Ratsmitgliedern, Bezirksvertreter\*innen und Fachleuten aus der Bürgerschaft einzurichten. Darüber hinaus erfolgte der Zusatz, nach dem wegfallende Pkw-Stellplätze ortsnah, insbesondere auf städtischen Grundstücken, kompensiert werden. Der Antrag wurde von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD und Die Linke eingebracht. Laut einer vorläufigen Kalkulation belaufen sich die Gesamtplanungskosten auf circa 22,5 Millionen Euro.

## VERKEHRSVERBESSERUNG

Verbesserung der Verkehrssituation an der Kreuzung Sülzburgstraße und Berrenrather Straße. Die Grünen, SPD und Die Linke setzten sich im Bezirksparlament dafür ein, den bereits vorhandenen Radstreifen auf der Sülzburgstraße Richtung Süden rot zu markieren. Des Weiteren sollen auf dem letzten Pkw-Stellplatz vor dem Radstreifen Radnadeln angebracht werden. Dem Vorhaben stimmten die Parlamentarier\*innen mehrheitlich zu.

## HAUSABRISSE

Anstelle eines Abrisses von vier Sozialhäusern sowie einer Kindertagesstätte auf dem städtischen Grundstück Geisbergstraße 47a-53c in Klettenberg hat die Bezirksvertretung Lindenthal um eine Untersuchung gebeten, ob Neubauten oder Sanierungen und Aufstockungen im Bestand für die Sozialhäuser infrage kommen.



## QUALITÄT IM DETAIL FÜR BESONDERE AKZENTE

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

## ZUVERLÄSSIG UND KOMPETENT

Und weil Qualität beim Menschen beginnt, können Sie sich stets auf das handwerkliche Können unseres Teams jederzeit verlassen. Was wir wirklich wollen ist, dass Sie sich in Ihren Räumen wohlfühlen - ein Leben lang.

Dafür arbeiten wir jeden Tag!

Parkett  
Treppenläufer  
Teppichböden  
Vinyl

# DER BODEN MACHT DEN RAUM

**TEN EIKELDER**  
**BODENBELÄGE**



Foto: Nonnenmacher

## GEMEINNÜTZIGE GELDER

Gelder in Höhe von 60.400 Euro gaben die Bezirksvertreter\*innen für 27 gemeinnützige Projekte frei. Die sogenannten „Bezirksorientierte Mittel“ fließen unter anderem an folgende Einrichtungen: Freiraum e.V. für kulturelle Projekte und Erhalt des Bürger-Raums (3.000 Euro), DreimolvunHätze e. V., Materialkosten zur Gestaltung des Telekom-Kastens Ecke Siebengebirgsallee/Klettenbergürtel (500 Euro), CASAMAX, Öffentlichkeitsarbeit für das Theaterprojekt „I, Carus - Halt dich fest an deinen Flügeln“ (1.500 Euro), Nachbarschaftsinitiative Sülz, Aktionstag „Stadt-Vegetation“ (350 Euro), Nachbarschaftsinitiative Hinsundkuntz, Grundausrüstung zur Durchführung von Aktionen im neuen Hinsundkuntz (4.600 Euro).

## KARNEVALSFREIE ZONE

Kein Karneval auf der Uni-Wiese. Ein Gemeinschaftsantrag von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD und Die Linke fand eine entsprechende Mehrheit im Bezirksparlament. Die Verwaltung wurde darin beauftragt, den Inneren Grüngürtel zwischen Bachemer und Luxemburger Straße als Veranstaltungs- und/oder Reservelfläche für den Straßenkarneval am 11. November oder zwischen Weiberfastnacht und Aschermittwoch auszuschließen.

## ÄNDERUNG DER FAHRRICHTUNG

Die Konradstraße soll zukünftig eine neue Fahrtrichtung erhalten. Nach einem Beschluss der Fraktionen und Einzelmandatsvertreter\*innen erfolgt eine Umkehrung der Einbahnstraße zwischen Arnulfstraße und Luxemburger Straße. Somit könnte die Konradstraße von Krafffahrzeu gen lediglich in Richtung Bundesstraße befahren werden. Der entsprechende Antrag stammte von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD sowie Die Linke.

## STADTVERSCHÖNERUNGSPROGRAMM

Einstimmig votierten die Bezirksvertreter\*innen für die Verwendung von 150.000 Euro im Rahmen des Stadtverschönerungsprogramms. Die Gelder werden unter anderem für 48 Baumpflanzungen auf dem Terrain zwischen der Kleingartenanlage Sülzer Aquarienweg und Militärring (46.000 Euro) sowie weiteren Pflanzungen entlang des südlichen Inneren Grüngürtels (25.000 Euro) verwendet. An der Euskirchener Straße erfolgt die Herstellung einer Boulebahn inklusive dreier Bänke (28.000 Euro). Des Weiteren profitieren Projekte in den Stadtteilen Lindenthal, Müngersdorf und Widdersdorf von den städtischen Zuwendungen.

## GETRENNTE AMPELSIGNALE

Ein weiterer Gemeinschaftsantrag von Grünen, Sozialdemokraten und Linken beauftragt die Verwaltung, bei den Ampeln im Stadtbezirk für den Radverkehr und Fußverkehr eine getrennte Signalisierung vorzunehmen. Die Stadt wurde aufgefordert, dem Parlament eine Liste der infrage kommenden Signalanlagen vorzulegen sowie einen Zeitplan die Umrüstung betreffend zu erarbeiten.

## FAHRRADABSTELLPLÄTZE

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.

## VERKEHRSZÄHLUNG

Mehrheitlich sprachen sich die Bezirksvertretenden für eine Verkehrserhebung im Umfeld der wegen Bauarbeiten für den Autoverkehr einseitig gesperrten Straße Weyertal aus. Der Antrag stammte von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD und Die Linke. Begründet wurde die Maßnahme mit der Chance, während der Sperrung Erhebungen über die Verlagerung des motorisierten Verkehrs in Nachbarstraßen zu realisieren.



## SPRICKS STEUERTIPP

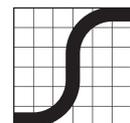
# Quo vadis, „Häusliches Arbeitszimmer“?

Soweit das häusliche Arbeitszimmer den Mittelpunkt der gesamten beruflichen Tätigkeit darstellt, können derzeit die vollen Kosten steuerlich geltend gemacht werden. Wenn dies nicht so ist, aber trotzdem kein anderer Arbeitsplatz zur Verfügung steht, ist ein Kostenabzug nur bis maximal 1.250 € pro Jahr möglich.

Zukünftig soll nach dem Entwurf des Jahressteuergesetzes 2022 der volle Kostenabzug nur noch möglich sein, wenn das Arbeitszimmer den Mittelpunkt der gesamten beruflichen Tätigkeit darstellt und zusätzlich dauerhaft kein anderer Arbeitsplatz zur Verfügung steht.

Steht dauerhaft kein anderer Arbeitsplatz zur Verfügung und stellt das Arbeitszimmer nicht den Mittelpunkt dar, soll künftig eine Jahrespauschale von 1.250 € abgezogen werden können. Da es sich um eine Pauschale handelt, müssen dann auch die Kosten nicht mehr einzeln nachgewiesen werden. Die Pauschale soll allerdings raumbezogen gelten; wenn also mehrere Personen denselben Raum nutzen, müsste der Betrag aufgeteilt werden.

Soweit die Voraussetzungen für das häusliche Arbeitszimmer nicht erfüllt sind, soll auch in Zukunft die Homeoffice-Pauschale von 5 € pro Tag genutzt werden können. Die Homeoffice-Pauschale soll zudem zukünftig dauerhaft bis maximal 1.000 € pro Jahr angesetzt werden können.



DIPL.-FINANZWIRT  
**URSULA SPRICK**  
STEUERBERATER

Berrenrath er Straße 482 b  
Telefon 468 68 60  
info@sprick-stb.de

SIEGBERT  
HAHN

# Vom Werden und Vergehen

Von Dorothee Mennicken

Er male die natura mystica, beschreibt Siegbert Hahn seine zum Teil fast magisch anmutenden Bilder. Der 1937 geborene Künstler lebt seit 52 Jahren in Köln-Braunsfeld und hat INSülz einen Einblick in sein bewegtes Leben und sein künstlerisches Werk gewährt.

Der 85-Jährige empfängt uns zu Hause in einer schönen Altbauwohnung am Stadtwald, in der er auch sein Atelier hat. „Ich habe mich sofort in diesen Raum verliebt, dabei ist es der kleinste Raum hier. Ich wusste gleich, hier will ich malen, als mein Partner Peter Guckel mich beim Einzug fragte, welchen Raum ich mir

wünsche. Und das ist bis heute so geblieben“, beschreibt er sein malerisches Refugium. Beinahe jeden Tag sitzt er hier und malt präzise seine Bilder über das „Rätsel der Schöpfung“, die natura mystica, wie er seine Motivwelt beschreibt. Die Wunder



Foto: Martens

der Natur und ihre Geheimnisse sind das große Thema seiner immer gegenständlichen Malerei, die eine große Anziehung ausübt und mit ihrer Symbolkraft berührt.

### Ungewöhnliche Motive in traditionellem Malstil

In alter niederländischer Maltradition malt er nur mit Ölfarben und trägt seine Bilder in mehreren Schichten auf. Hahn erzählt, wie die auffallende leuchtende Farbigekeit in seinen Bildern entstanden ist. „Die Technik habe ich mir abgesehen von Hieronymus Bosch und den alten niederländischen Meistern. Die Strahlkraft der Farben entleihe ich dem Expressionismus. Die Farbe ist etwas ganz Wichtiges, die Natur hat kräftige Farben, aber auch die anderen dunkleren Töne, die das Ganze zum Strahlen bringen. Meine Malweise ist traditionell, und deshalb bin ich auch irgendwann in der Kunstszene nicht mehr so angesagt gewesen.“

Siegbert Hahn war der erste Maler in Deutschland beziehungsweise in der bildenden Kunst überhaupt, der schon in den 1960er-Jahren durch ungewöhnliche Darstellungen auf die Vernichtung der Umwelt durch die Industrialisierung und die ökologische Zerstörung aufmerksam gemacht hat – „Da gab es noch keine Grünen“, so der Maler. Das Bild „In fortgeschrittener Stunde“ von 1966 zeigt deutlich, wie tief diese Bedrohung vom Maler empfunden wurde. In unserem Gespräch betont Hahn jedoch, dass er nicht bewusst Botschaften in seinen Bildern intendiert, sondern dass er nur das Bild vor Augen hat, keine Gedanken. „Ich bin wie so ein Schreibgerät, wie ein Seismograf, aus dem heraus das Bild entsteht – Gedanken würden mich nur ablenken.“ Meistens entstehen neue Bilder, während ich an einem Bild male. Aber es kann auch in der Küche passieren, wenn ich mir etwas zum Trinken hole. Ich empfangen dann die Bilder in meiner Fantasie, sie schießen mir in den Kopf. Dann mache ich mir kleine Zeichnungen, damit ich sie nicht vergesse. Ich sehe dann schon alles vor meinen Augen mit allen Farben und manchmal sogar den Titel. Ich fühle, als hätte ich den Auftrag zu malen – ich habe mir das nicht ausgesucht, es ist wie eine Mission. Die Motive, die sich häufig um das Werden und Vergehen drehen, kommen zu mir.“



### Stationen eines Lebens

In Breslau geboren, hat sich Siegbert Hahn als Teenager Anfang der 1950er-Jahre der Malerei zugewandt, als die Familie in Bernau am Rand von Berlin lebte. „Mein Zwillingbruder, der zeichnete, bekam von meinem Vater Ölfarben geschenkt und ich ein Fahrrad. Ich war ja eher mit dem Fotoapparat unterwegs. Eines Tages bat er mich, ihm sein mein Fahrrad zu leihen, und ich bat ihn um seine Ölfarben. Das war ein wunderbarer Tausch. Ich habe mir das Malen dann autodidaktisch beigebracht, indem ich mir alte Bilder angesehen und Bücher über Techniken der Malerei gelesen habe.“

Doch weil Hahn eigentlich von der Fotografie kam, wurde sein Leben zunächst einmal durch dieses Hobby gelenkt. Durch einen Zufall kam er mit der DEFA (Deutsche Film AG, das staatliche Filmunternehmen der DDR) in Kontakt und wurde schließlich dort angestellt, um für die Wochenschauen zu arbeiten. „Das war eine Wahnsinnszeit für mich. Drei Jahre habe ich dort gearbeitet und sehr wenig Zeit für die Malerei gehabt.“ Doch dann wurde er immer mehr von der Stasi bespitzelt, Tag und Nacht. „Das konnte ich nicht ertragen.“ Eine Reise nach China 1960 hat der junge Mann dann genutzt, ist mit einem Koffer losgereist, um nicht mehr in die DDR zurückzukehren.

Vergehen  
und werden,  
2013





Foto: Martens



### Sicherheit und Liebe in Köln gefunden

Zunächst ließ er sich dann in Westberlin nieder, doch auch dort fühlte er sich nicht sicher. Deshalb hat sich Hahn einen Studienplatz für Kunstgeschichte in Köln gesucht und zuerst in Köln-Mülheim in der Bruder-Klaus-Siedlung und später kurz in der Siebengebirgsallee in Klettenberg gewohnt. In dieser Zeit hat er sich dann wieder sehr stark auf die Malerei konzentriert. „Ich habe mir Farben zusammengespart, und alle haben sich gewundert, dass ich nie ausging. Es war auch eine Flucht, denn ich habe immer meine Homosexualität gespürt, und das war zu der Zeit sehr schwierig und oft quälend, weil man sie nicht leben konnte. Deshalb habe ich mich oft zurückgezogen und gemalt. Bis ich dann 1966 meinen Freund Peter Guckel kennengelernt habe. Da war dann die Einsamkeit zu Ende. Er hat mir das Leben geschenkt, denn nur wenn man Liebe leben kann, dann lebt man“, erzählt der Künstler, und man merkt ihm an, wie tief ihn diese Erinnerungen berühren.

### Eine lange Karriere

Künstlerisch kam es schon 1961 zum Durchbruch, als Siegbert Hahn sich von Köln aus mit einem Bild an der großen Kunstaussstellung in Berlin beteiligte. Dieses konnte er nach Paris verkaufen, was der Beginn zahlreicher Reisen dorthin mit künstlerischen Erfolgen markierte. 1963 hatte er dort eine große Einzelausstellung, „da kamen sogar Rothschilds und Salvador Dalí vorbei, und ich habe alle meine Bilder verkauft“, erzählt der Künstler rückblickend. 1966 hat er dann zugunsten der Malerei das



Foto: Martens

Studium aufgegeben. „Das hat mir mein Lebensgefährte Peter ermöglicht, der gesagt hat: Hör doch auf mit dem Studium, du hast schon so viel Erfolg mit der Malerei, mal doch einfach nur noch, und ich bin an deiner Seite. Das war einer der glücklichsten Momente meines Lebens.“

Seine Karriere machte auch in Deutschland in den folgenden Jahren große Fortschritte. Irene Gerling nahm ihn in ihre Kölner Galerie auf, sie war von seinen Bildern begeistert. „Sie hat mir viele Türen geöffnet, zum Beispiel mit einer Einzelausstellung 1970 in der Baukunstgalerie in Köln.“ Durch Irene Gerling lernte er viel Kölner und bundesdeutsche Prominenz

kennen. Sie half auch, die Wohnung in Braunsfeld zu finden, als er und Peter Guckel aus der ersten gemeinsamen Wohnung in der Südstadt herausgeklagt wurden, „weil wir in einem eheähnlichen Verhältnis lebten. Das war 1970, und seitdem lebe ich hier, und das sehr gern. Ich liebe die Umgebung und meine Malkammer sehr. Die Kleinheit des Raumes ist mir wichtig. Ich habe mir nie riesige Formate vorgestellt. Ich habe auch immer an Wohnungen als Orte für meine Bilder gedacht, und viele Bilder von mir hängen auch in privaten Wohnungen. Die meisten meiner 880 Bilder habe ich hier in diesem Raum gemalt.“

### Prominente Käufer - viele Ausstellungen

Weitere wichtige Stationen in den 1970er- und 1980er-Jahren waren Einzelausstellungen in Hamburg, Nürnberg, Meersburg und Koblenz. Ein weiteres Highlight, bei dem er viele Prominente aus der Politik kennenlernte, war die Ausstattung von Schloss Gymnich 1978, damals noch Gästehaus der Bundesregierung, mit Bildern von ihm. „Sowohl Bundespräsident Gustav Heinemann als auch Walter Scheel haben Bilder von mir gekauft, und die Queen hat in einem Zimmer mit einem Bild von mir geschlafen“, erzählt er schmunzelnd von diesen Zeiten. In den 1990er-Jahren stellte er allein vier Mal auf dem Hambacher Schloss bei Neustadt an der

Wasser-  
landschaft,  
1986





Weinstraße aus. In den 2000er-Jahren bis etwa 2010 gab es weitere Ausstellungen sowohl einzeln als auch in Gruppen mit ihm. Danach wurde es ruhiger, der Kunstmarkt hat sich verändert, doch noch immer verkauft der Künstler seine mystischen Naturbilder in vielen Ländern Europas an private Kunstenthusiast\*innen.

**In Köln zu Hause**

Siegbert Hahn fühlt sich in Köln zu Hause, „auch wenn keines meiner Bilder hier in irgendeinem Museum hängt. Also von der Stadt Köln kam irgendwie nie etwas.

Sehnsucht  
nach  
Schärfe,  
2011

Aber ich mag die Menschen hier, habe hier einen tollen Freundeskreis, und viele meiner Bilder hängen in Kölner Privathäusern. Der Hauptgrund ist aber, weil ich hier meinen Mann Peter Guckel kennengelernt habe, die Liebe meines Lebens. Braunsfeld ist meine Lieblingsecke, aber ich kenne auch Sülz und Klettenberg gut. Die Nähe zum Stadtwald und zum Melaten-Friedhof, auf dem mein Lebenspartner seit 2018 in unserer gemeinsamen Grabstätte ‚Der Vogel mit dem Stein‘ ruht, ist mir sehr wichtig – ich genieße das Grün und die Gärten. Und dass man hier alles um die Ecke hat, zum Einkaufen, Ärzte und so weiter. Schöner kann man in einer Millionenstadt nicht wohnen.“ Wer will da widersprechen? ■



Foto: Martens

**PHOTOGRAPHIE  
NONNENMACHER**

Menschen  
Industrie  
Stills  
Landschaften

Telefon +49 221 5506409  
nonnenmacher-photographie.de

**Klangnatur**  
*einfach gut fühlen*

Entspannung, Massage,  
Meditation, Coaching,  
energetische Räucherungen

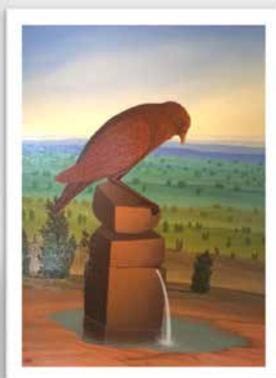
Zertifizierte  
Peter Hess®-Klangmassage Praxis

aktuelle Termine und  
weitere Infos unter  
[www.klangnatur.de](http://www.klangnatur.de)  
Mobil 0151 - 5600 1606

# Siegbert Hahn



Vogel trifft Knospe (2010)  
14 x 19,5 cm ohne Rahmen



Quelle des Vogels (1998)  
32,5 x 23 cm ohne Rahmen



Über der Schlucht (1990)  
19,5 x 14 cm ohne Rahmen



Ein glückliches Paar (2004)  
14 x 19,5 cm ohne Rahmen



Kleines Herbststilleben (1977)  
16,5 x 26 cm ohne Rahmen



Kleines Winterstilleben (1977)  
16,5 x 26 cm ohne Rahmen

Homepage, Shop & Kontakt:  
[www.natura-mystica.eu](http://www.natura-mystica.eu)



Fotos: Hoffmann

CLAUDIA  
JAKOBS

Was macht eigentlich ...

# ... eine Betreuerin?



Das Interview führte für die INSülz Dorothee Mennicken

Claudia Jakobs ist Diplom-Psychologin und 1. Vorsitzende des Vereins Kölner Berufsbetreuerinnen und Berufsbetreuer e.V. Die 56-Jährige arbeitet seit 30 Jahren als Berufsbetreuerin und kümmert sich um die Angelegenheit von Menschen, die nicht mehr alles selbst regeln können. Wie es dazu kam und was eine Betreuerin eigentlich macht – darüber hat die INSülz & klettenberg mit der Sülzerin im Café Osterspey gesprochen.

**Schüttel Dein Horn!  
Dann glitzert der Korn.**

**Servier-Tipp:  
Als Glitzer Sprizz**

mit viel Eis,  
4 cl UniKorn,  
0,3 l Tonic oder Sekt

Passionsfrucht-Ingwer-Likör mit Traditions Korn.  
f @ www.flyingunikorn.com



**Wie würden Sie die wesentlichen Aufgaben einer Berufsbetreuer\*in kurz beschreiben?**

Wir werden vom Gericht eingesetzt, um Menschen zur Seite zu stehen, die ihre Angelegenheiten zum Teil oder ganz nicht mehr selbst überblicken können. Das kann gesundheitliche oder altersbedingte Gründe haben. Unsere Aufgabe ist es, alles um diese Personen herum so zu koordinieren, dass das Leben weitgehend nach den persönlichen Vorstellungen eigenständig und selbstbestimmt weitergeführt werden kann. Die Unterstützung wird nach dem jeweiligen Hilfebedarf ausgerichtet. Das kann von der Sicherstellung der ärztlichen Versorgung über Pflegehilfen, die Betreuung der Finanzen bis hin zum Suchen einer geeigneten Wohnung reichen. Das Gericht legt den Rahmen dabei für jeden Menschen individuell fest.

**Können Sie uns ein Beispiel geben, dass typisch ist für Ihre Arbeit?**

Nehmen wir etwa eine junge, schon lange psychisch kranke Frau. Sie kam, immer wenn es ihr schlecht ging, sofort in eine Klinik, weil ihre Familie einfach mit der Situation überfordert war. Dann wurde die Betreuung eingerichtet, ich bin spezialisiert auf psychisch kranke Menschen. Zusammen mit der Klientin habe ich begonnen, ihre Lebensumstände zu ändern. Zunächst einmal haben wir ihr eine eigene Wohnung besorgt. Dann haben wir eine gute ärztliche-

psychiatrische Versorgung und auch weitere Hilfen organisiert. In dieser Zusammenarbeit ist es gelungen, sie zu stabilisieren und ihr Sicherheit zu geben, sodass die Krankenhausaufenthalte seltener wurden und sie selbstbestimmter leben kann. Auch danach bleiben Krisen leider nicht aus, aber dann stehe ich ihr auch zur Seite.

**Suchen Sie Ihre Klient\*innen auch zu Hause auf?**

Ja, zum Beispiel im Fall der eben beschriebenen Klientin ist das sehr sinnvoll. Im vertrauten Umfeld fällt es vielen Menschen viel leichter, von ihren Ängsten und Nöten zu erzählen. Außerdem bekommt man einen guten Gesamteindruck von der Situation, in der ein Mensch lebt.

**Was unterscheidet eine Berufsbetreuer\*in von dem, was früher ein Vormund war?**

1992 wurde die Vormundschaft für Erwachsene abgeschafft. Dabei ging es vor allem darum, die Entmündigung abzuschaffen, weil sie bedeutete, dass die Menschen nichts mehr selbst entscheiden durften. Deshalb wurde die Betreuung eingeführt, die nicht per se bedeutet, dass man geschäftlich eingeschränkt ist. Vor allem sind wir Betreuer\*innen beratend und koordinierend tätig, und es sollen gemeinsam Regelungen gefunden werden, die den Betreuten entsprechen. So kann es sein, dass wir nur vermitteln müssen,

**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

**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



Gesunde Etagen machen glücklich ...  
2x die Woche schaffen wir immer ... tolle Betreuung  
Nach Luft-OP beweglich ...  
Schwangerschaftsfolgen wie weg ...

**gesunde etagen**  
gesund werden – gesund bleiben

**Gesunde Etagen**  
Berrenrather Straße 230 · 50939 Köln  
**PhysioFit:** Tel. 4 75 83 98  
**PhysioTherapie:** Tel. 4 75 87 90  
E. Spieler  
[www.gesunde-etagen.de](http://www.gesunde-etagen.de)

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

## ■ leute INteressant

dass es Verpflichtungen gibt, die man einhalten muss. Betreuung baut auf Einsicht der Klient\*innen, was manchmal nicht so einfach ist. Nicht selten ist es ein ganz schöner Spagat, Personen so zu unterstützen, dass sie selbstbestimmt leben können, andererseits aber auch dafür Sorge zu tragen, dass sie sich nicht selbst gefährden. Denn nur dann können wir über den Kopf der betreuten Person hinweg entscheiden.

*Manche Entscheidungen müssen vom Betreuungsgericht genehmigt werden. Welche sind das?*

Das ist bei sehr schwerwiegenden Entscheidungen der Fall, etwa bei lebensgefährdenden Operationen, einem Hausverkauf oder der Einweisung in die Psychiatrie gegen den Willen der betreffenden Person. Außerdem müssen wir jedes Jahr einen Bericht an das Betreuungsgericht schicken, in dem wir über unsere Tätigkeit bei den einzelnen von uns betreuten Personen Rechenschaft ablegen.

*Wie wird man Berufsbetreuer\*in?  
Welche Qualifikation benötigt man?*

Immer mehr wird darauf geachtet, dass Leute beruflich entsprechende Erfahrungen mitbringen. Etwa dass sie als Sozialarbeiter, Psychologen, Rechtsanwälte oder mit anderen beruflichen Ausbildungen passende Vorkenntnisse mitbringen. Aus meiner Sicht ist es vor allem wichtig, dass man als Betreuer\*in gut mit Menschen in Kontakt kommen kann, sie respektvoll und wertschätzend behandelt und trotzdem professionell mit den Betreuten umgeht.

*Es gibt ja auch ehrenamtliche Betreuer\*innen – was unterscheidet sie?*

Zunächst einmal werden wir dafür bezahlt. Wir erhalten pro betreuter Person eine Pauschale, und zwar egal, wie viel Aufwand nötig ist. Das ist so wie in jedem Beruf, man kann Dienst nach Vorschrift machen oder sich engagieren. Ich denke, dass es viele gute Betreuungen innerhalb von Familien gibt, die ehrenamtlich sind. Doch ich glaube andererseits, dass man als Berufsbetreuer\*in in manchen Fällen eher die notwendige Distanz hat und so einige Situationen, die in Familien zu Konflikten führen, besser lösen kann.



*Ihnen hilft sicher Ihre Erfahrung als Diplom-Psychologin – wie kamen Sie zu der Tätigkeit als Berufsbetreuerin?*

Ich habe 1993 als junge Frau begonnen. Ich habe mir immer einen Beruf vorgestellt, in dem es mir nicht langweilig wird. Mir macht es wirklich Freude, Berufsbetreuerin zu sein. Früher habe ich natürlich auch an eine eigene Praxis als Psychologin gedacht. Heute bin ich mir sehr sicher, dass es mein Weg ist, mit Menschen Dinge konkret umzusetzen. Ich bin Berufsbetreuerin in Teilzeit und pro Klient\*in bezahlt nach einem festen Satz. Die Freiberuflichkeit hat es mir auch ermöglicht, mich um meine zwei mittlerweile erwachsenen Kinder zu kümmern, die ich zeitweise allein erzogen habe.

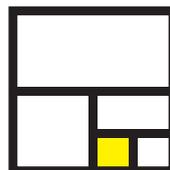
*Sie wohnen seit 1991 in Sülz. Wo leben die meisten der von Ihnen betreuten Personen?*

Ich bin in der ganzen Stadt und darüber hinaus unterwegs, auch immer mal wieder in Sülz und Klettenberg. Etwa 20 bis 25 Klient\*innen habe ich, das ist quasi eine Halbtagsstelle, wobei die verschiedenen Personen sehr unterschiedlich viel Zeit in Anspruch nehmen.

*Wohnen Sie gern in Sülz? Was gefällt Ihnen hier besonders?*

Ja, ich wohne sehr gern hier. Als ich hierhinzog, mochte ich vor allem die Mischung aus den unterschiedlichen Menschen, viele Student\*innen, bodenständige Leute, Familien, Akademiker\*innen. Natürlich auch die vielen Geschäfte, Cafés und die Lebendigkeit auf den Straßen und das Grün. Aber ich sehe auch, wie sich die Viertel verändert, und ich bedauere sehr, dass sich viele bodenständige Leute dieses Viertel nicht mehr leisten können. Das verändert die Atmosphäre, die ich immer sehr geschätzt habe. Doch natürlich ist es immer noch eine schöne Gegend zum Wohnen. ■

## Goldschmiede TINA THEVES



Zülpicher Straße 315 · 50937 Köln · Telefon (0221) 2 82 96 -315 · www.goldschmiede-tina-theves.de

# Blut spenden! Jetzt!



www.uk-koeln.de/blutspende | Tel. 0221 478-4805



UNIKLINIK  
KÖLN

Mo-Mi 13:00-20:00 Uhr  
Do-Sa 7:30-14:00 Uhr

24h 02238 - 6777 Jörg Jaerling



Heizung



Sanitär



Kanalreinigung



Solar

## PRAXIS<sup>3</sup> — SCHICK & DURDU — PRIVATPRAXISGEMEINSCHAFT



Osteopathie · Physiotherapie · Training

📍 Berrenrather Str. 136, 50937 Köln 📞 Tel.: 0221 / 4848 7878 📧 info@praxishochdrei.de  
www.praxishochdrei.de



Garten Praxis für Gestalttherapie  
und Psychotherapie (HPG)

## Ursula Schilling

Gestalttherapeutin · Heilpraktikerin Psychotherapie (HPG)

Heisterbachstraße 47 (Eingang durch die Hoftür) · 50939 Köln  
Telefon: (0221) 42 10 10 13 · Mobil: (01 77) 3 01 37 96  
kontakt@beraten-schulen-begleiten.de · www.beraten-schulen-begleiten.de



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 (0221) 33 77 56-0 · office@bvk-patent.de  
Goltsteinstraße 87 · 50968 Köln · www.bvk-patent.de



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



Brustultraschall



Schwangerenvorsorge und  
Dopplersonographie



Onkologische Vor- und  
Nachsorge



Pränataldiagnostik



Präventionsmedizin

## 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

Foto: BWT



**Einbau, Wartung  
und Service**

Rhein-Erft-Kreis  
02238 - 6777

Köln  
0221 - 97 58 99 50

Köln-Süd  
02236 - 38 06 46

**Jörg Jaerling**

Adolf-Kolping-Str. 8  
50129 Bergheim

info@jaerling.de  
www.jaerling.de

# Zocken wir mal?



Illustrationen: Saskia Gaymann

Der Herbst ist grau und regnerisch. Warum nicht zu Hause an Konsole, Computer oder Handy Spiele spielen? Wir haben mit Max, 14, David, 11, Tobias, 13, und Ben, 13, gesprochen (Namen geändert). Sie sind ziemlich Experten in Sachen Spiele und nutzen auch gern mal die Ferien im Jugendzentrum Juzi in der Sülzburgstraße um zu spielen.



„Das ist halt so eine Beschäftigung, ein bisschen wie Fußballspielen. Es macht Spaß, ist kein Sport, aber doch ein Wettbewerb wie im Sport. Ich treffe beim Computerspielen auch auf andere, die ich sonst nicht kennenlernen würde. Die Stunde Onlinezeit, die ich von meinen Eltern habe, nutze ich auch meistens“, erzählt uns **Moritz**.

**David** stimmt ihm zu: „Manchmal ist mir auch langweilig. Dann spiele ich. Vollgas spiele ich gern. Das kann dann auch mal zwei Stunden dauern. Aber das mache ich nur abends. Tagsüber treffe ich mich mit Freunden oder habe Training. Ich spiele Feldhockey bei Blau-Weiß.“

**Tobias** erklärt, dass es für ihn der Reiz des Neuen ist. „Beim Spielen kann ich neue Welten entdecken, in andere Rollen schlüpfen, eine Mission, also eine Aufgabe erledigen. Bei Genshin Impact zum Beispiel gibt es eine Geschichte im Hintergrund, eine Story. Zwei Geschwister reisen um die Welt. Wichtig ist mir auch, dass ich in den Levels aufsteige, also immer besser werde. Aber wenn mich ein Freund fragt, ob ich was mit ihm tun will, dann mach ich das immer noch lieber als Computer spielen. Und dann habe ich ja auch noch mein Fußballtraining.“



„Ich spiele auch oft nach dem Basketballtraining“, erklärt uns **Ben**. „Am liebsten mag ich FIFA und Basketball NBA. Bis vor einem Jahr hatte ich noch eine Sperre, aber jetzt darf ich länger spielen.“

Das nutze ich dann auch abends aus und treffe mich mit Freunden beim gemeinsamen Computerspiel.

Das kann dann schon mal eineinhalb Stunden dauern. Und ich spare auf einen eigenen PC, auf dem ich dann spielen kann.“



### Am Abend ist Zeit fürs Spielen

Alle vier spielen mehr zu Hause als im Juzi, weil sie dort die besseren Spiele haben und im Juzi mehr Freunde, mit denen sie zusammen bolzen oder Basketball spielen können. Da kann auch mal ein Spiel drunter sein, dass für unter 16-Jährige nicht zugelassen ist, wenn die Eltern es erlauben. Tipps für neue Spiele erhalten sie über Freunde. Dann verbreitet sich das Spiel in Windeseile über die gesamte Schule. David war in diesem Jahr aber auch mit seinem Vater auf der gamescom, der Computer- und Videospiele-Messe in Köln. Und er ist stolz, dass er seinem Vater auch ein paar Tipps zu den Tastenkombinationen beim Spielen geben kann. David meint jedoch auch, dass die meisten nur auf die Messe gekommen sind, um berühmte Youtuber zu sehen.



### ■ TIPPS FÜR EUCH

#### Aktiv in Betreuung und Freizeit

Das Juzi in der Sülzburgstraße bietet Ganztagsbetreuung und den Offenen Treff an. Dort können Kinder und Jugendliche vielfältig aktiv werden, aber auch an ihren Handys oder an der Konsole spielen. Das beliebteste Computerspiel ist FIFA.

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

#### Computer- und Videospiele-Messe gamescom in Köln

Eine viertel Million Menschen besuchten die gamescom im Sommer 2022. Das Spiel „Life of P“ hat dabei die meisten gamescom-Preise abgeräumt. Mehr über neue Spiele gibt es auf der Website.

<https://b2b.gamescom.de>



## Von Zeit- und Altersbegrenzungen

Alle vier wissen auch, dass sich ihre Eltern Sorgen machen, dass sie zu viel Zeit am Computer, der Konsole oder dem Handy verbringen. Deshalb akzeptieren sie auch Zeitbegrenzungen. Doch viele Altersbegrenzungen bei Spielen und den oft dazugehörigen Filmen verstehen sie nicht. Sie können schon unterscheiden zwischen einem Gemetzel in einem Fantasiespiel und wahrer Gewalt.

Und sie sind auch alle über ihre Chats in den Computerspielen schon angesprochen worden. Sie sollten ihre Adresse oder Telefonnummer schreiben und haben merkwürdige sexuelle Anfragen bekommen, auch über Social Media. Jemand hat behauptet, er wisse, wo David wohnt. Dann hat ihn ein anderer Spieler beleidigt, und einer hat beim Spiel gecheatet, also betrogen. Das hat David dann beim Spielehersteller gemeldet.

## Nichts Persönliches preisgeben, mit Eltern sprechen

Alle vier haben gut reagiert und keine Informationen über sich im Internet preisgegeben. Wenn ihr mehr darüber erfahren wollt, wo Gefahren liegen und wie ihr reagieren könnt, lest am besten gemeinsam mit euren Eltern den Beitrag „Die Jungs zocken, die Mädchen machen Social Media“ (ab Seite 36). Wir haben mit dem Leiter des Jugendzentrums Juzi, dem Medienpädagogen Andreas Pauly, einer Mutter sowie der Polizei Köln gesprochen und Interessantes für euch und eure Eltern zusammengestellt.

## TIPPS FÜR EUCH

### Die Bibliothek hat mehr als Bücher

Die Stadtteilbibliothek Sülz verfügt neben einem großen Bestand an Belletristik und Sachbüchern über ein umfangreiches Sortiment an Kinder- und Jugendliteratur sowie über Konsolenspiele. Auf der zweiten Etage gibt es einen eigenen großen Bereich für Kinder und Jugendliche. Dazu gehören Arbeits- und Lernplätze, WLAN und eine Switch zum Ausprobieren. Die beliebtesten Konsolenspiele sind FIFA, die Super-Mario-Reihe und Animal Crossing.

[www.stadt-koeln.de/leben-in-koeln/stadtbibliothek/adressen-und-oeffnungszeiten](http://www.stadt-koeln.de/leben-in-koeln/stadtbibliothek/adressen-und-oeffnungszeiten)



Fotos: Nonnenmacher

### Computerspiele – ja oder nein?

In Köln gibt es eine Stelle, an die ihr euch wenden könnt, wenn ihr Sorgen in Sachen Computerspiele habt oder denkt, dass ihr zu viel spielt. Ihr könnt die Mitarbeiter\*innen dort per Mail kontaktieren oder anrufen. Das Büro liegt in der Innenstadt von Köln.

[www.ansprechbar-koeln.de](http://www.ansprechbar-koeln.de)



Bis zum nächsten Mal!

Eure Saskia und eure Hanka

Studienkreis  
Die Nachhilfe

## Nachhilfe mitten in Sülz

Testen Sie die TÜV-geprüfte Nachhilfe im Studienkreis und vereinbaren Sie jetzt zwei kostenlose Probestunden.

**Studienkreis Sülz, Emmastrasse 25, 50937 Köln**  
(an der Ecke Sülzburgstr./Mayersche Buchhandlung)

**Tel: 0221-4210227, Beratung: Mo.-Fr. 14-18 Uhr**



# Auf der Suche nach ein bisschen Menschlichkeit

## CASAMAX Theater zeigt neues Stück „Heldenhaft!“

Mitte September 2022 vor den Pforten des **CASAMAX**. Es ist zehn Uhr und endlich wieder etwas kühler nach hitzigen Wochen. Die Stadt scheint für einige Momente aufzuatmen. Noch eine halbe Stunde bis zum Start des neuen Stücks „Heldenhaft“ und somit Zeit für Mutmaßungen über die aktuelle Inszenierung der Stätte, die kontinuierlich einfühlsame wie intelligente Inszenierungen produziert, um jungen Menschen einen verständigen Spiegel für Ängste und Sehnsüchte entgegenzuhalten. Ein paar Minuten also für eigene Mutmaßungen über den Inhalt der kommenden Aufführung.

Ich frage mich, was die Menschheit über die Jahrtausende auszeichnet, und folgere Selbstbewusstsein, Kreativität, Fortschritt, Gemeinschaftlichkeit, aber auch Kriege, eine fortschreitende Umwelterstörung, immer wieder auftretende Hungersnöte sowie schwelende Armut. Der Kontrast bestimmt die Epochen. Lösungen fand die Spezies vor allem auf dem Papier. Vielversprechende Übereinkünfte in der Staatenwelt wurden geschlossen, um wieder gebrochen zu werden. Die Realität bleibt weiterhin eine Tragödie, in der das Happy End allenfalls einseitig ausfällt. Scheinbar fehlte bisher die Kraft, ein harmonisches Zusammenleben auf dem Planeten zu ermöglichen.

Dafür erfand man Superhelden, denen nicht minder begabte Heldinnen folgten. In Comics oder auf der Kinoleinwand sorgen und sorgen sie für die erträumte Gerechtigkeit. Nun auch im CASAMAX, das pünktlich um halb elf im vollbesetzten Saal furios zur Weltrettung aufruft. Mit **Supergirl (Anna Rödiger)**, **Captain America (Lev Leib)** sowie **Pippilotta Viktualia Rollgardina Pfefferminz Efraimstochter Langstrumpf (Banu Yalkinoglu)** treffen gleich drei führende Persönlichkeiten aus dem Fantasy-Genre mitten in Sülz aufeinander. Nach imposanten Posen für das begeisterte Publikum verpuffen die Superkräfte jedoch schnell. Die Stars sind müde. Ewig Waldbrände mit dem Atem löschen, Bösewichte im Dutzend stellen, Kriege zwischen ganzen Kontinenten vereiteln, Tsunamis mittels



Foto: Ingo Solms

**Schwere Zeiten für Superheldinnen und -helden: Captain America (Lev Leib), Pippi Langstrumpf (Banu Yalkinoglu) und Supergirl (Anna Rödiger) posen nur noch für die Kameras, denn ihre Kräfte schwinden.**

ausgestreckter Arme aufhalten oder durch Zusammenziehen unterirdischer Plateaus Erdbeben verhindern, verbraucht enorm viel Energie. Dann auch noch Corona, das zur Untätigkeit verdammt.

An den verherrlichten Figuren sind die Jahre daher nicht spurlos vorbeigezogen. Fettpolster zieren den Körper, wo einst Muskeln die nötige Power entfachten. Anstatt schwungvoll loszulegen, ergehen sich die ehemaligen Heldinnen und Helden in amüsantes Selbstmitleid und nicht minder unterhaltsame gegenseitige Nörgeleien. Aber wo bleiben die Pläne für die sofortige universale Harmonie auf einem Planeten, der zukünftigen Generationen noch als Nährboden dienen soll? Auf diese Gretchenfrage geben die Darstellerinnen und Darsteller unter der Regie von **Ragna Kirck** nach einer kindgerechten, unterhaltsamen Vorstellung die vermutlich klügste Antwort, die denkbar ist: Anstatt allgemeine Phrasen aus dem Politik-, Religions-, Geschichts- oder Sozialkundelehrbuch zu rezitieren, sensibilisieren die nun menschlich gewordenen Protagonistinnen und Protagonisten ihr Publikum für eigenverantwortliches Handeln und entlassen vielleicht auch die älteren Theatergäste ein wenig motivierter, den Konflikten im vertrauten Lebenskreis entgegenzuwirken. Wenn der Mensch nicht einmal in der Lage ist, Vermüllungen, Streitereien oder Diskriminierungen an seinem Wohnort Einhalt zu gebieten, wie soll dann globale Einigkeit gelingen? ■ **td**

### ■ INFO

#### Heldenhaft!

CASAMAX Theater  
Berrenrather Straße 177  
50937 Köln

Regie: Ragna Kirck  
Spiel: Lev Leib, Anna Rödiger, Banu Yalkinoglu  
Dauer: circa 60 Minuten  
empfohlen ab 8 Jahren

Kartentelefon: 0221-447661  
Infos/Termine: [www.casamax-theater.de](http://www.casamax-theater.de)

# Die Jungs zocken, die Mädchen machen Social Media

Computerspiele sind beliebt, das zeigt nicht nur das große Interesse an der gamescom in Köln im Sommer 2022. Doch welche Spiele sind beliebt? Warum haben manche Spiele Altersbegrenzungen? Und wo beginnt Spielsucht?

Jeder sechste Schüler ist von Cybermobbing betroffen. Dazu gehören Beschimpfungen und Beleidigungen. Das hat die Techniker Krankenkasse gerade in einer aktuellen Studie veröffentlicht (siehe Infokasten Seite 38 unten). Zudem geben 40 Prozent der Schüler\*innen an, sie seien bereits erpresst oder bedroht worden. Doch nur ein Viertel der Eltern gab an, dass ihre Kinder Cybermobbing erfahren haben. Zwischen den Angaben der Kinder und Jugendlichen und ihren Eltern besteht also eine Differenz. Hinzu kommt die Gefahr, selbst in einem banalen Spielechat sexuell belästigt zu werden.

Wir haben mit vier Jungs vom Jugendzentrum Juzi in Sülz (siehe Kinderseite), sowie dem Leiter des Juzi, **Thomas Landes**, einer Mutter, der **Polizei Köln** sowie **Andreas Pauly** von der **Drogenhilfe Köln** gesprochen. Und wir haben uns natürlich auch im Internet und in der realen Welt umgeschaut. Anbei finden Kinder, Jugendliche und Eltern zudem Hinweise, wo Hilfe zu finden ist, wenn sie unangenehme oder gefährliche Angebote bekommen.

## Thomas Landes, Leiter des Juzi Köln

„Das Juzi bietet für Kinder Ganztagsbetreuung nach der Schule und in den Ferien sowie die Offene Tür ab 15 Uhr an. Ab der 5. Klasse dürfen Kinder und Jugendliche bei uns die Konsolen nutzen und bekommen Zugang zu unserem offenen WLAN. Außerdem können sie ihre Handys mitbringen, wenn ihre Eltern dies erlauben. Zeiten am Handy und an der Playstation gibt es in der Offenen Tür erst ab 15 Uhr. Beliebt ist besonders das Spiel FIFA. Einige spielen auch gern Jump-&-Run-Spiele.

Wir meinen, dass die Kinder und Jugendlichen so täglich Medienkompetenz entwickeln. Zugleich finden wir wichtig, dass sie nicht die gesamte Zeit vor Bildschirmen

verbringen. Wir bieten den Kindern und Jugendlichen, die zu uns kommen, viele Aktivitäten an. Dazu gehören Rollenspiele, Graffiti, die Mädchen\*Meute, Einrad, die Holzwerkstatt oder auch das Schlagzeugspielen. Zudem bieten wir TikTok-Tänze an und stellen uns mit diesen Angeboten auf die sich ständig ändernde Nutzung von Social Media und anderen Medien ein. Und wir sprechen über die Spiele, die sie hier spielen, über ihre Handynutzung oder auch gefährliche Angebote zu diesen. Medienkompetenz zu entwickeln, ist enorm wichtig. Verbote helfen unserer Ansicht nach nicht.

Und wie wir mitbekommen, was die Kinder und Jugendlichen bei uns spielen? Ganz einfach: Da, wo eine Traube von ihnen vor dem Bildschirm hängt, probieren sie etwas Neues aus. Das bekommen wir mit, und im Team selbst sprechen wir uns dazu immer ab.“



Das Juzi in Sülz bietet Jugendlichen neben den Spielkonsolen auch vielfältige alternative Aktivitäten an.



Fotos: Nonnenmacher

## Im Gespräch bleiben

„Zwei bis drei Stunden verbringen Jugendliche durchaus täglich am Computer oder Handy“, erklärt **Andreas Pauly**. Er ist selbst Vater, Medienpädagoge und Fachreferent für Suchtprävention in Köln und in den vergangenen Jahren immer wieder zu Elternabenden in unser Viertel gekommen. „Früher haben wir ferngesehen, jetzt hängen Kinder und Jugendliche am Computer oder Handy. Schön wäre es, wenn die Kinder abends auch mal ein Buch lesen oder mit ihren Eltern einen Film schauen würden. Aber das ist halt eben uncool.“

Einige Eltern versuchen es mit den berühmten 30 Minuten. Unter diesem Titel gibt es auch ein lesenswertes Buch. „Zeitbeschränkungen sind bei Jugendlichen und Eltern umstritten, aber geben Struktur. Natürlich gibt es dann auch Jugendliche, die unbedingt ihre Computer- und Handyzeit ausnutzen wollen. Zeitbeschränkungen ermöglichen auch, dass Kinder sagen können, dass sie nach 21 Uhr nicht mehr am Computer oder Handy spielen dürfen, auch wenn das andere als uncool ansehen.“ Andreas Pauly findet es besonders wichtig, dass Schule und Freizeit, Sport oder Musik funktionieren und selbstverständlich sind und dass sie auch Freunde regelmäßig treffen. Der Gruppenzwang bei Jugendlichen führt dazu, dass sie gemeinsam viele Sachen machen, um cool zu sein. Das birgt Gefahren in sich, kann zu Spielsucht führen oder dazu, dass Kinder und Jugendliche nicht mit ihren Eltern sprechen, obwohl sie in Chats schräg oder sogar mit kriminellen Inhalten angesprochen wurden. „Fast jeder Jugendliche ist schon mal mit sexuellen Inhalten oder ekligem Angeboten angesprochen wurde“, ergänzt Andreas Pauly. „Es ist eine Herausforderung für Eltern, Kindern und Jugendlichen keine Angst zu machen, sondern über Gefahren zu sprechen.“

## BUCHTIPP

Patricia Cammarata:  
**DreiBig Minuten, dann ist aber Schluss!**  
 Eichborn Verlag 2020  
 Paperback, 16,90 Euro

## Bettina, Mutter von drei Kindern

„Ich bin relativ restriktiv und habe meinen Kindern erst spät den Zugang zu Computerspielen und dem Smartphone erlaubt. Zu Hause haben wir Spiele auch nur auf dem Computer und keine Spielekonsole. Nicht erst seit Corona hängen Kinder und Jugendliche viel zu viel an digitalen Medien. Das macht mir Sorgen. Vor allem fürchte ich, dass sie zu wenig Zeit haben oder sich nehmen, Freunde zu treffen, anderen Hobbys nachzugehen und soziale Kompetenzen zu entwickeln. Darüber sind meine Kinder nicht immer glücklich und sagen mir, dass andere Kinder und Jugendliche viel länger Computer spielen oder surfen dürfen, dass es in anderen Familien weniger Beschränkungen gibt. Aber ich bin auch nicht darüber glücklich, dass meine Tochter auf dem Handy eines anderen Kindes Pornos gesehen hat und mein Sohn viel Zeit mit Computerspielen im Juzzi verbringt. Zudem finde ich, dass gerade Mädchen zu viel Privates oder freizügige Fotos auf Social Media von sich posten.“

Daher versuche ich immer, meinen Kindern meine Beweggründe für Zeitbegrenzungen oder Verbote zu erklären, und beschäftige mich mit dem Thema. Im September hat Dirk Beerhenke von der Polizei Köln einen Online-Elternabend zum Thema gehalten, an dem ich teilgenommen habe. Ich würde mir wünschen, dass mehr Eltern solche Angebote wahrnehmen und über die Gefahren beim Spielen und von Social Media wüssten.“

Gerade Corona hat viele Familien auch in Problemlagen gebracht, Eltern mussten arbeiten, während ihre Kinder zu Hause lernen sollten. Von reinen Verboten ist Andreas Pauly jedoch nicht begeistert. „Wir haben in der Beratung Jugendliche, die nie ein Handy hatten und dann süchtig geworden sind. Eltern sollten Kindern auch etwas zutrauen. Kinder müssen irgendwann lernen, allein zur Schule zu gehen, selbstbestimmt am Computer zu arbeiten und Ähnliches. Auch bei mir war es so, dass ich meinem ersten Kind noch nicht so viel zugetraut habe wie meinem zweiten. Man wächst auch in sein Elternsein hinein.“ ■ hmf

[www.ansprechbar-koeln.de](http://www.ansprechbar-koeln.de)



Foto: privat

Andreas Pauly, Medienpädagoge und  
 Fachreferent für Suchtprävention

Angebote für Eltern und Multiplikator\*innen: [www.sucht-bildung.de](http://www.sucht-bildung.de)



## Tai Chi – Yang Stil

**Einsteigerkurs**  
 für die Lange Form (103er)  
 jeden Donnerstag um 17:45 Uhr



**Anmeldung und Infos auf**  
[taichidaokoeln.de](http://taichidaokoeln.de)

Görresstraße 1 (Hinterhof), 50674 Köln/Rathenauviertel

## Kinder und Jugendliche als Opfer im Netz – Polizei Köln unterstützt Eltern und Pädagog\*innen

Die Polizei Köln bietet vor Ort und online Elternabende zur Prävention von Straftaten an, die durch Computerspiele und über das Internet erleichtert werden. Wir haben mit Kriminaloberkommissarin **Klemens** und Kriminalhauptkommissar **Dieden** vom Kriminalkommissariat Kriminalprävention/Opferschutz der Polizei Köln gesprochen.

Die Polizei Köln empfiehlt, dass Eltern und Verantwortliche von Schulen und Betreuungseinrichtungen bei der Aufklärung über Gefahren im Internet und bei der Nutzung von Computerspielen eng mit der Polizei zusammenarbeiten. „Viele Eltern sind überrascht, wenn sie erfahren, dass ihre Kinder in Chatrooms von Spielen oder über Social Media von Täter\*innen kontaktiert werden“, erklären Frau Klemens und Herr Dieden. Die unbekanntenen Täter\*innen fragen unter anderem nach Adressen oder Telefonnummern. Wenn beim Videochatten im Hintergrund Poster, Fotos oder Urkunden zu erkennen sind, können diese auf persönliche Daten wie Name, Alter und Anschrift des Opfers schließen. Bei der Betrugsmasche des „Sextings“ verleiten Täter\*innen unter dem Deckmantel einer falschen Identität Jugendliche dazu, Fotos mit sexuellen Inhalten zu verschicken. Dies kann zu einer Erpressung, der sogenannten „Sextortion“, führen. Der Begriff „Sextortion“ setzt sich zusammen aus „Sex“ und „Extortion“, englisch für Erpressung. Dabei verlangen die Täter\*innen Geld und drohen damit, das erlangte Material sonst an alle bekannten Kontakte des Opfers zu versenden.

„Die fünf beliebtesten Computerspiele bei Jugendlichen haben eine Chatfunktion“, erklärt Kriminalhauptkommissar Dieden. Wenn ein Spiel keine Chatfunktion hat, dann nutzen Jugendliche häufig Ersatzchatprogramme. Kindern und Jugendlichen stehen regelmäßig auch in Spielen Plattformen zur Verfügung, auf denen sie Opfer von Straftaten werden können. „Wichtig ist insbesondere, dass sich die Eltern dessen bewusst sind und mit ihren Kindern dauerhaft und immer wieder im Gespräch sind“, betonen die beiden Kriminalist\*innen.

Eltern erklären ihren Kindern, wie die analoge Welt funktioniert, und geben ihnen Verhaltenstipps wie: „Nicht bei Rot über die Straße gehen oder bei einem Unfall einen Krankenwagen rufen.“ Dies ist jedoch ge-

nauso in der digitalen Welt nötig. Diese Welt ist eine Erweiterung des Lebensraums der Kinder und Jugendlichen und hat ebenso Verhaltensregeln oder birgt Gefahren. Kinder und Jugendliche sollten wissen, dass sie mit ihren Eltern oder einer Vertrauensperson sprechen können, wenn sie auf merkwürdige Weise oder mit kriminellen Inhalten über das Internet konfrontiert werden. „Eine Möglichkeit ist es, eine Art Mediennutzungsvertrag abzuschließen“, ergänzt Kriminalhauptkommissar Dieden. „Darin können beide Seiten festhalten, was erlaubt oder nicht erlaubt ist und welche Konsequenzen folgen. Der Vorteil ist, dass sich die Kinder mit einem solchen Vertrag ernst genommen fühlen.“

„Zudem ist es enorm wichtig, dass Eltern und Pädagog\*innen diese Vorfälle bei der Polizei anzeigen“, betont Kriminaloberkommissarin Klemens. „Nur so können wir die Täter\*innen ermitteln und sie zur Rechenschaft ziehen. Darüber hinaus versetzt uns dies in die Lage, neue Kriminalitätsformen rechtzeitig zu erkennen und präventiv zu bekämpfen.“

Neben den Experten Fachleuten des Kriminalkommissariats Kriminalprävention/Opferschutz können sich Betroffene auch bei jeder Polizeiwache in den verschiedenen Stadtteilen melden und informieren. Zudem können Eltern und Pädagog\*innen über die Polizei Köln entsprechende Netzwerkpartner\*innen und Organisationen zu diesen Themen erfragen. ■ **hmf**

### ■ HÖRTIPP

Der Kölner Stadtanzeiger hat ein Gespräch mit Kriminalhauptkommissar Dirk Beerhenke von der Polizei Köln zum Thema online gestellt. Dirk Beerhenke ist inzwischen in Ruhestand.

[www.youtube.com/  
watch?v=BVkBdWDSQBU](https://www.youtube.com/watch?v=BVkBdWDSQBU)

### ■ WEBTIPPS

- [www.mediennutzungsvertrag.de](http://www.mediennutzungsvertrag.de)
- [koeln.polizei.nrw](http://koeln.polizei.nrw)
- [www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)
- [koeln.polizei.nrw/artikel/polizeiwache-suelz](http://koeln.polizei.nrw/artikel/polizeiwache-suelz)

## ■ SERVICE IN SACHEN COMPUTERSPIELE

### COMPUTERSPIELE - JA ODER NEIN?

Die Fachstelle Suchtprävention Köln bietet Elternabende und Weiterbildungen für Fachkräfte zu vielen Themen der Suchtbildung an. Sie hat einen Methodenkoffer entwickelt, der ausgeliehen werden kann.

[www.sucht-bildung.de/team](http://www.sucht-bildung.de/team)

### WENN ES KRIMINELL WIRD

Die Polizei Köln berät Eltern und Multiplikatoren zum Thema Prävention von Straftaten im Zusammenhang mit der Nutzung von Internet, Social Media und Computerspielen. Zuständig sind Kriminalkommissariats Kriminalprävention/Opferschutz sowie die Polizeiwachen in den Vierteln.

[koeln.polizei.nrw](http://koeln.polizei.nrw)

[koeln.polizei.nrw/artikel/polizeiwache-suelz](http://koeln.polizei.nrw/artikel/polizeiwache-suelz)

### „KINDER STARK MACHEN“

Das ist die Mitmach-Initiative für frühe Suchtvorbeugung ab dem 4. Lebensjahr. Ob Elternhaus, Sportverein, Schule oder Kindergarten – Erwachsene, die Verantwortung für Kinder und Jugendliche tragen, können Kinder in ihrer Entwicklung stärken und unterstützen. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bietet für diese wichtige Aufgabe umfangreiche Unterstützung, Informationen und Mitwirkungsmöglichkeiten.

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

### STUDIE

Die Technikerkrankenkasse hat eine aktuelle Studie zum Thema veröffentlicht:

[www.tk.de/presse/themen/praevention/medienkompetenz/studie-cyberlife-2022-2135612](http://www.tk.de/presse/themen/praevention/medienkompetenz/studie-cyberlife-2022-2135612)

# IHR ANSCHLUSS ANS LEBEN.

Vertrauensvolle Beratung und individueller Service - unser Weg zu Ihrem Hörerfolg!



[koettgen-hoerakustik.de](http://koettgen-hoerakustik.de)  
[info@koettgen-hoerakustik.de](mailto:info@koettgen-hoerakustik.de)

**Köttgen Hörakustik**   
...wieder gut hören.

**50969 Köln-Zollstock**  
Höninger Weg 180  
Telefon 0221 - 3 60 6111  
[zollstock@koettgen-hoerakustik.de](mailto:zollstock@koettgen-hoerakustik.de)

**50937 Köln-Klettenberg**  
Luxemburger Straße 240  
Telefon 0221 - 416219  
[klettenberg@koettgen-hoerakustik.de](mailto:klettenberg@koettgen-hoerakustik.de)

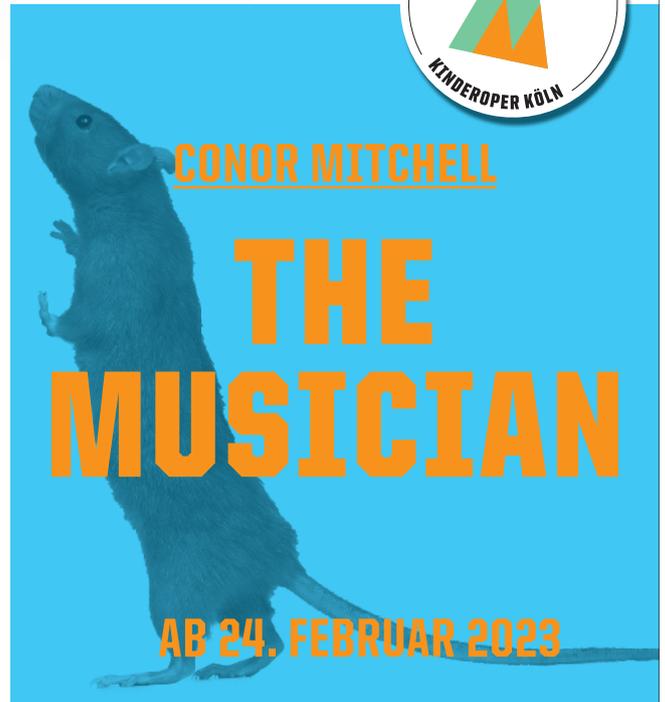
**50937 Köln-Sülz**  
Zülpicher Straße 353  
Telefon 0221 - 48 48 32 68  
[suelz@koettgen-hoerakustik.de](mailto:suelz@koettgen-hoerakustik.de)

## KINDER OPER / KÖLN

MARIUS FELIX LANGE

# DER GESANG DER ZAUBERINSEL

AB 26. NOVEMBER 2022



CONOR MITCHELL

# THE MUSICIAN

AB 24. FEBRUAR 2023

**WWW.OPER.KOELN**

Gefördert von Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen in Zusammenarbeit mit dem WDR/KULTURSTADT





## Wärme aus dem Topf – leckere One-Pot-Gerichte

Was ist es, das einen „einfachen“ Eintopf einfach besonders macht? Neben den guten Zutaten ist es sicherlich die Wärme! Denn wer ein schmackhaftes One-Pot-Gericht isst, wird bereits nach wenigen Löffeln ein wohlig warmes, angenehmes Gefühl im Bauch verspüren. Und es ist nicht nur die angenehme Temperatur der vielen guten, aufeinander abgestimmten Zutaten, sondern vielleicht auch die wärmende Erinnerung an Omas Eintopf oder das heimelige Gefühl, mit lieben Menschen an einem Tisch gemeinsam zu löffeln!

Ob Wärme aus der Konserve oder frisch zubereitet. Die Händler\*innen in unserem Veedel wissen, was einen guten Eintopf ausmacht, und erfreuen uns mit ihren leckeren Rezepten!

prostoria Polygon - modern - leicht - geometrisch - wohnlich

[living]  
wohndesign by terry polmer

www.living-wohndesign.de

**REWE  
RICHRATH**

## „Die wärmen Leib und Seele“, ...

... schwärmt **Lars Walbrecht**, Marketingleiter bei **Rewe Richrath** von den Dosengerichten, die jetzt im Winter eine willkommene Abwechslung darstellen und schnell zubereitet sind.

nem von TV-Koch Björn Freitag veranstalteten Dosengulaschtest hat das Rindergulasch von Rewe Richrath sogar gewonnen. In Sülz und Klettenberg

Rinder- und Schweinegulasch, Rouladen, Schaschlik, Kartoffelsuppe, Suur-Brode-Julasch und – jetzt neu – Wildschwein- und Hirschgulasch sind im Angebot. Sie werden exklusiv für die Landmetzgerei von Rewe Richrath aus regionalen Produkten von einem mittelständischen Familienbetrieb in der Eifel handwerklich hergestellt. Bei ei-

erfreuen sich die Konserven großer Beliebtheit, sind sie doch ideal, wenn man selbst nicht kochen will, zum Beispiel nach einer anstrengenden Wanderung oder einem langen Arbeitstag.

Natürlich gibt es in dem im Sommer komplett sanierten Markt auch viel anderes zu entdecken. Marktleiter Zvonimir Mlinarevic berichtet, dass „alles vom Lichtschalter über den Boden bis hin zur Lüftung und den Lagerräumen energetisch auf dem neuesten Stand ist und natürlich auch optisch völlig neu daherkommt. Unser Biosortiment ist viel größer geworden, ebenso wie das Veggie- und Convenience-Angebot“, weist er auf die Veränderungen hin und kündigt für die Weihnachtszeit eine weitere Neuheit an: „Gerichte fix und fertig für den Ofen, zum Beispiel Kaninchenkeule mit Zwiebelsoße oder eine halbe Gans mit glasierten Maronen.“ Sie müssen nur noch in den Backofen geschoben werden, dann sind sie fertig für den Verzehr. Bitte vorbestellen im Markt auf der Rhöndorfer Straße. ■

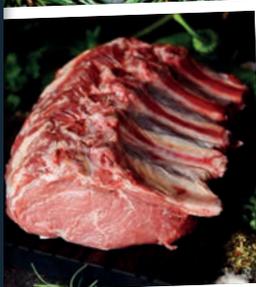


Foto: Walbrecht, REWE Richrath

[www.rewe-richrath.de](http://www.rewe-richrath.de)



## JETZT SCHON AN DIE FEIERTAGE DENKEN: UNSER KATALOG FÜR IHRE VORBESTELLUNGEN!







Reservieren Sie sich exklusive Köstlichkeiten aus der Region und aus aller Welt, klassische Wildgerichte, küchenfertige Spezialitäten, internationale Steaks und festliche „Fix und Fertig“-Produkte, die unser Angebot für Ihren Festtagstisch perfekt abrunden.

Sollten Sie spezielle Wünsche oder Fragen haben, sprechen Sie uns bitte an. Wir sind stets bemüht, Ihre Feiertage zu einem wahren Geschmackserlebnis zu machen.

Das Bestellprospekt finden Sie an unserer Landmetzgerei-Bedienungstheke.





KÖLN-LINDENTHAL

Essige, Öle,  
Whisky & Wein



Natürliche  
**BALSAM ESSIGE**  
aus eigener Manufaktur

**FEINSTE ÖLE**  
direkt vom Erzeuger

**WEINE**  
direkt vom Winzer

Ausgesuchte  
**WHISKY, RUM  
UND COGNAC**  
Raritäten

**EDLE SPIRITUOSEN**  
von kleinen  
Familienbetrieben

Fachkundige  
**BERATUNG**  
und ausgefallene  
Rezeptideen

**vomFASS** Köln-Lindenthal  
Dürener Straße 212  
50931 Köln-Lindenthal  
Tel. 0221 . 421 00 00  
info@vomfass-koeln.de  
www.vomfass-koeln.de

\*\*\*

**Unsere Öffnungszeiten:**

Mo-Fr: 10-19 Uhr

Sa: 10-16 Uhr

lifestyle INspiziert

VOM  
FASS

## Auf den Punkt gebracht: Köstliches Pilzrisotto



Foto: Nonnenmacher

Der kleine Feinschmeckerladen **vomFASS** in **Köln-Lindenthal** ist bekannt für seine feinen Essige und Öle. **Brian Singh** vom Lindenthaler vomFass-Team erklärt: „Qualitativ hochwertige und besondere Öle und Essige bringen den Geschmack eines One-Pot-Gerichts erst richtig auf den Punkt!“ Für unsere Leser\*innen hat der Geschmacksspezialist ein Rezept für Pilzrisotto vorbereitet. Neben dem Risotto ai Funghi Porcini, das aus einer Carnaroli-Reis-Mischung mit Steinpilzen und getrocknetem Gemüse besteht, sind es das Rosmarinöl, das Haselnussöl und der Trauben Balsam Essig, die den Geschmack des Gerichts hervorragend abrunden. Die Basis des Rosmarinöls ist ein hochwertiges, aus nur einer Ernte bestehendes Olivenöl, geliefert von einem kleinen Bauernhofbetrieb in Italien. Die Rosmarinaromen werden aus rein natürlichen Extrakten gewonnen. Der Trauben Balsam Essig wird, wie alle Essige bei der vomFASS Essigmanufaktur, zu 100 Prozent aus Fruchtsaft hergestellt, und auch das Haselnussöl vierge besteht zu 100 Prozent aus dem Öl gerösteter Haselnüsse.

Das vomFASS Team wünscht allen Leser\*innen viel Freude bei der Zubereitung und beim anschließenden Genießen des schmackhaften Risottos!

### REZEPT: Pilzrisotto (für 2 Personen)

#### ZUTATEN:

150-200 g Pilze (versch.)  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
3 EL Rosmarinöl vomFASS  
200 g Risotto ai Funghi Porcini vomFASS  
50 ml trockener Weißwein (alternativ Trauben Balsam Essig vomFASS)  
1 l Gemüsebrühe  
Salz, Pfeffer, Muskat  
Haselnussöl vierge vomFASS geriebener Parmesan

#### ZUBEREITUNG:

Die Pilze klein schneiden.  
Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und hacken.  
Rosmarinöl vomFASS in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten.  
Knoblauch, Pilze und den Risotto-Reis zugeben und kurz andünsten.  
Alles mit Weißwein oder alternativ mit Trauben Balsam Essig vomFASS ablöschen.  
Heiße Gemüsebrühe zugeben, bis der Reis gerade so bedeckt ist.  
Bei mittlerer Hitze 30-40 Minuten köcheln lassen. Dabei regelmäßig Brühe nachgießen und rühren. Der Reis sollte immer mit Brühe bedeckt sein.  
Risotto mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und mit Haselnussöl vierge vomFASS und Parmesan servieren.

Fertig ist das leckere Pilzrisotto!



WILD & GEFLÜGEL  
BAUMANN

## Gut kombiniert!

### Französischer Eintopf mit Hähnchen vom Wochenmarkt



Foto: Presse

Joachim Baumann von **Wild und Geflügel G. Baumann** empfängt seine Sülzer und Klettenberger Wochenmarktbesucher\*innen inzwischen schon seit 17 Jahren jeden Dienstag und Freitag auf dem **Kölner Auerbachplatz**. Das Traditionsunternehmen wurde aber noch viel früher, nämlich 1958, gegründet und befindet sich mittlerweile in der dritten Generation. Für uns hat der Experte für Frischgeflügel und Wildspezialitäten ein französisches One-Pot-Gericht vorbereitet, das jeden Gaumen entzückt und sich gleichzeitig leicht zubereiten lässt. Die Rede ist von „Coq au Vin“ oder zu Deutsch „Hahn in Wein“. Aber

nicht irgendein „Hahn in Wein“. Damit der französische Eintopf besonders schmackhaft wird, empfiehlt Joachim Baumann das Kikok-Maishähnchen vom Wochenmarkt. Dieses Fleisch punktet mit einem ganz besonders intensiven Geschmack. Denn Kikok-Maishähnchen stammen zu 100 Prozent aus Deutschland und werden ganz bewusst schonend, langsam und gesund aufgezogen.

Als Beilage zu dem französischen Klassiker Coq au Vin können wahlweise frisches Baguette, Reis oder Rosmarin-Bratlinge gereicht werden.

#### REZEPT: Coq au Vin (für 4 Personen)

##### ZUTATEN:

1 Kikok-Maishähnchen  
(ca. 1,8 kg von Geflügel Baumann)  
400 g Möhren  
400 g Champignons  
2 Knoblauchzehen  
150 g Schalotten  
4 Thymianzweige  
500 ml trockener Rotwein  
300 ml Hühnerbouillon  
2 EL Soßenbinder  
Salz, Pfeffer, Zucker  
Öl zum Braten

##### ZUBEREITUNG:

Das Hähnchen in acht Teile zerlegen, die Möhren schälen, waschen, längs vierteln und in Stücke schneiden. Die Pilze putzen, säubern und halbieren.

Den Knoblauch schälen und in Stücke schneiden, Schalotten schälen und halbieren. Thymian waschen. Öl in einem Bräter erhitzen und die Hähnchenteile rundherum anbraten, dann die Hähnchenteile herausnehmen und beiseitestellen. Möhren, Schalotten und die Pilze nun im Bratenfett anbraten.

Wein und Bouillon angießen, die Hähnchenteile hinzufügen und 45–50 Min. bei mittlerer Hitze schmoren.

Das Fleisch herausnehmen und die Soße durch ein Sieb in einen Topf gießen, mit Soßenbinder binden und mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Das Hähnchen und Gemüse wieder zurück in den Bräter geben und mit Soße begießen, das Ganze nun mit Thymian garnieren.

Et voilà: Fertig ist das Coq au Vin!

Guten Appetit wünschen Joachim Baumann und sein Team.



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





**FRIEDRICHS**  
— DIE METZGEREI —

**Regional.**

**Fair.**

**Nachhaltig.**

**Transparent.**

SÜLZBURGSTRASSE 126  
50937 KÖLN

FRIEDRICHS-DIEMETZGEREI.DE

lifestyle INspiziert

**FRIEDRICHS  
DIE METZGEREI**

## Bergischer Gemüseeintopf und erwärmende Kindheitserinnerungen



Fotos: Nonnenmacher

Was einen guten, mit Fleisch zubereiteten Eintopf ausmacht, weiß **Sebastian Friedrichs** von **Friedrichs - Die Metzgerei** ganz genau. Die Qualität des Fleisches ist das A und O für den Geschmack des gesamten Gerichts: „Wenn die Tiere naturbelassen aufgewachsen sind und möglichst wenig Stress hatten, sowohl in ihrer Lebenszeit als auch bei dem Transport zum Schlachter und während des Schlachtvorgangs – das macht was mit der Fleischqualität und wirkt sich signifikant auf den Geschmack aus!“

Uns haben die Brüder Friedrichs ein One-Pot-Rezept verraten, das nostalgische Erinnerungen in ihnen weckt: „Grundlage für den Bergischen Gemüseeintopf ist das Mittagessen unserer Kindheit bei Oma Gela. Sie hat nur frisch und selbst geerntete Zutaten aus dem eigenen Bauerngarten für den Eintopf verwendet. Beim Duft der frisch aufgesetzten Brühe wird einem direkt heimelig ums Herz, und man fühlt sich in die Kindheit zurückversetzt – aus der Schule kommen, den Schulranzen in die Ecke werfen und sich an Omas Mittagstisch setzen“, schmunzelt **David Friedrichs**.

### REZEPT: Bergischer Gemüseeintopf (für 2 Personen)

#### ZUTATEN:

500 g Rindfleisch (Friedrichs' Tafelspitz vom bergischen Weiderind)  
2 Lorbeerblätter  
30 g Liebstöckel  
6 Wacholderbeeren  
2 Gemüsezwiebeln  
300 g Karotten  
1 Staudensellerie  
300 g Kartoffeln  
200 g grüne Bohnen  
Salz, Pfeffer  
1,5 l Wasser

#### ZUBEREITUNG:

Den Tafelspitz vom bergischen Weiderind zusammen mit 1,5 l kaltem Wasser, Lorbeerblättern, Liebstöckel, Wacholderbeeren, 100 g Karotten und dem Staudensellerie aufsetzen. Das Gemüse in ca. 5 cm große Stücke schneiden und alles etwa 90 Minuten köcheln lassen. Dadurch reduziert sich die Flüssigkeit – perfekt für 4 Personen!

In der Zwischenzeit die Kartoffeln und restlichen Karotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Bohnen waschen und vom Strunk befreien, da dieser auch nach dem Kochen holzig bleibt.

Sobald der Tafelspitz gar ist, nimmt man ihn aus dem Topf und schüttet die Brühe durch ein feines Sieb in einen neuen Topf. Um zu erfahren, wann der Tafelspitz gar ist, sticht man mit einer Gabel hinein – geht dies ohne Druck, ist er verzehrbereit.

Die Brühe mit dem vorbereiteten Gemüse aufsetzen. Während das Gemüse in der Brühe gart, den Tafelspitz „zupfen“ und zur Brühe geben. Ist das Gemüse gar, wird der Eintopf mit Salz und Pfeffer abgeschmeckt und kann serviert werden.

**Tipp:** Wer viel Appetit, aber keine Zeit zum Kochen hat, kann den Bergischen Eintopf auch ganz einfach als Konserve im Glas in der Metzgerei Friedrichs auf der Sülzburgstraße 126 erwerben.



VIVA  
MODA

## Schmuck, Taschen, Geldbörsen, Schals und mehr ...

Ein neues Schmuckstück, up to date in seiner Gestaltung für die beste Freundin, die Lebensgefährtin oder die jung gebliebene Mutter: Bei einem solchen Weihnachtswunsch wird man bei **VIVA MODA** fündig. Denn der Schmuck von Susi Cala aus Valencia mit seinen fein gearbeiteten Ketten, Armbändern und Ohrringen aus Sterlingsilber oder Silber vergoldet ist dafür genau das Richtige.

**Elke Flegel**, Inhaberin von VIVA Moda, hat ihn in ihr Sortiment aufgenommen, „weil es tragbare, erschwingliche, modische und echte Handarbeiten aus hochwertigen

Materialien sind“. Genauso lässt sich mit einem Armband von Beautiful Story garantiert eine Weihnachtsfreude bereiten, steckt doch hinter jedem der handgearbeiteten Bänder aus Glasperlen, Edelsteinen, Messingperlen und Baumwolle eine Geschichte.

Kleine Anhänger weisen auf den Menschen in Nepal hin, der das Armband gefertigt hat, und erläutern die Bedeutung des jeweiligen Edelsteins.

Wenn es ein eher praktisches Geschenk sein soll, sind die Taschen von Saccoo das Richtige. Jede der Taschen ist ein Unikat, weil sie aus handgegerbten Rinderhäuten hergestellt werden. Die natürliche Gerbung kreiert, kombiniert mit den schlichten und funktionellen Formen, einen unverwechselbaren Look. In unterschiedlichen Größen und vielen Farbtönen von Rot, Schwarz, Blau über Braun bis hin zu Grün sind die Modelle zu haben. Neben vielen wunderschönen Tüchern, Schals, und Strickwaren gibt es bei Viva Moda außerdem für die kurz entschlossenen Schenker\*innen die kleinen Geldbörsen, Stiftemäppchen und Schminktäschchen von artebene aus Samt mit dezenten Goldapplikationen. ■

[www.viva-moda.de](http://www.viva-moda.de)



Foto: Nonnenmacher

NATUR-  
SCHÖN

## Goldene Weihnachtszeit - Last-Minute-Geschenke bei naturschön

Wer kurz vor Weihnachten noch auf der Suche nach einem passenden Geschenk ist, sollte in dem kleinen Naturkosmetikladen **naturschön** auf der **Luxemburger Straße 273** vorbeischauchen. Denn dort erfreut **Marion Wermeskirch** ihre Kund\*innen in diesem Winter mit goldenen Geschenkideen!

Ein besonderer Geschenktipp der Naturkosmetikexpertin ist goldenes Körperöl in Kombination mit goldenen Augenpads der Marke Börlind. Das mit schimmernden Goldpartikeln angereicherte Körperöl beinhaltet wertvolles Bio-Argan- und Bio-Jojobaöl. Es ist zu 100 Prozent vegan und hinterlässt nicht nur ein seidiges Gefühl, sondern auch einen Golden-Glow-Effekt auf der Haut. Die Anti-Aging-Augenpads mit Soforteffekt enthalten ebenfalls goldene Glitzerpartikel und bringen damit die Hautpartie unter den Augen sanft zum Strahlen. Wer noch mehr Gold verschenken will, kann sein Last-Minute-Geschenk mit Gold-Lippenpads von Börlind komplettieren.

Sehr exklusiv ist auch das „Mein Kostbarer Moment-Set“ aus der L'Or-Bio-Kollektion von Melvita. Es umfasst zwei Pflegeprodukte, angereichert mit fünf kostbaren biologisch gewonnenen Ölen. Jene Komposition aus indonesischem Kendi-Öl, marokkanischem Arganöl, afrikanischem Baobab-Öl und Inca-Inchi-Öl aus dem Amazonasgebiet bietet eine intensiv wirkende, betörend duftende Hautpflege. Das luxuriöse Last-Minute-Geschenk besteht aus einem L'Or-Bio-Duschgel mit zarter Textur, die sich in einen cremigen Schaum verwandelt, und einem L'Or-Bio-Trockenöl, das Gesicht, Körper und sogar die Haare mit seinen ausgesuchten Ölen verwöhnt. Wir wünschen viel Freude beim Last-Minute-Geschenkeinkauf im Naturkosmetikladen naturschön. ■ [www.naturschoen.com](http://www.naturschoen.com)



Foto: Nonnenmacher

# DIY-Winterspecial: Vier Last-Minute-Geschenke

Ob am Abend des 24. Dezembers an Heiligabend oder einfach mal so zwischendurch. Eine selbst gemachte Kleinigkeit bleibt meist viel länger in Erinnerung als ein opulentes, teures Geschenk. Worüber würden sich eure Liebsten am allermeisten freuen? Über etwas Süßes, etwas Unterhaltsames, etwas Duftendes oder Entspannendes?

Wir haben vier verschiedene Do-it-yourself-Last-Minute-Geschenkideen für euch zusammengestellt.



## 1 Selbst gemachte Lavendelseife

### Material:

- 500 g Kernseife
- Käsereiber
- Schüssel
- Mikrowellengeeignetes Gefäß
- Mikrowelle (alternativ ein Wasserbad auf dem Herd, dauert aber länger)
- 2 EL Honig
- 2 EL Olivenöl
- 2 TL ätherisches Lavendelöl
- Lavendelblüten
- lediglich als Form: leere Frischkäse- o. Joghurtverpackung



Foto: Pöhner

Ein selbst gemachtes Seifenstück ist aus vielerlei Gründen ein besonderes kleines Geschenk. Im Gegensatz zu Duschbad, Flüssigseife und Co. kommt es ganz ohne Plastikverpackung aus. Der Duft, die Optik und die natürlichen Inhaltsstoffe eines feinen Stückes Lavendelseife schicken die Sinne auf eine Reise in die Provence – selbst bei Minustemperaturen.

**01** Damit sich die Kernseife später besser schmelzen lässt, muss sie zunächst mithilfe einer Käsereiber zu Seifenflocken verarbeitet werden. Die Flocken werden dabei in einer Schüssel aufgeföhrt.

**02** Nun geht es ans Schmelzen! Dafür füllen wir die Flocken zusammen mit 2 bis 3 EL Wasser in ein mikrowellengeeignetes Gefäß, stellen das Ganze für 2 Minuten bei 500 Watt in die Mikrowelle und schauen anschließend nach, inwiefern sich die Konsistenz bereits verändert hat. Diesen Vorgang wiederholen wir so oft, bis die Flocken sich in eine weiche, formbare Masse verwandelt haben. Es ist wichtig, zwischendurch immer wieder in das Behältnis zu schauen, denn wir wollen weder, dass die Seife überkocht, noch dass sie ganz flüssig wird.

Falls uns zwischendurch die Masse zu trocken vorkommt, können wir noch ein wenig Flüssigkeit hinzugeben und das Ganze mit einem Löffel umröhren.

**03** Sobald ein homogener „Seifenteig“ entstanden ist, kann das Behältnis aus der Mikrowelle genommen werden. Wir geben 2 EL Olivenöl, 2 EL Honig, 2 EL Lavendelblüten und 2 TL Lavendelöl dazu und vermengen das Ganze. Sobald die Masse nicht mehr zu heiß ist, können wir sie auch mit den Händen durchkneten.

**04** Zum Formen der Seifenstücke kommen verschiedene Möglichkeiten infrage. Zum einen können wir eine 1 bis 2 cm hohe Schicht in einer leeren Frischkäseverpackung verteilen. Dabei ist es wichtig, die Seife gut und gleichmäßig in die Form zu pressen, damit später ein optisch ansprechendes Ergebnis entstehen kann. Oder man nimmt eine Portion Seifenmasse in die Hand, formt eine Kugel, die wie ein Plätzchen platt gedrückt wird. Alternativ kann auch die Kugelform erhalten bleiben. Bei den Kugeln bietet es sich an, diese noch einmal in Lavendelblüten zu wälzen. Auch bei der Plätzchenvariante können wir noch ein paar Lavendelblüten auf der Oberfläche verteilen und vorsichtig in die Seife drücken.

**05** Auch wenn die Seife bereits nach etwa einem Tag fest geworden ist, benötigt sie noch ein paar weitere Tage, um zu reifen und vollkommen durchzutrocknen.

**Tipp:** Wer mag, kann sein Seifengeschenk dann noch mit einer Kordel und einem Lavendelblütenzweig verschönern.

**natur**schön  
Ihr Naturkosmetik-Laden

Kontrollierte Naturkosmetik  
und kompetente Beratung

Alga Maris, Börlind, Bioturm, DadoSens,  
Dr. Hauschka, i+m, Khadi, Madara, Melvita,  
Radico Organic, We love the Planet ... u.v.m.



Marion Wermeskirch · staatl. anerkannte Kosmetikerin · Luxemburger Straße 273 · Telefon 0221/430 72 64  
direkt gegenüber der Haltestelle Sülzurgstraße (Linie 18) · [www.naturschoen.com](http://www.naturschoen.com)

# 2 Trinkschokolade am Stiel

### Material und Zutaten:

- 200 g dunkle Schokoladenkuvertüre (Menge reicht für 4 Portionen)
- Schüssel
- 2 TL Zimt
- Messbecher
- 4 Papier-Schnapsgläser
- 4 Holzstäbchen, Eisstiele oder Stiele für Cakepops
- 50 g Haselnusskrokant
- Schneidebrett



Foto: Pöhner

Trinkschokolade ist genau das Richtige für eine süße, wärmende Auszeit zwischendurch. Dafür muss nur der Stiel samt Schokolade in eine Tasse heißer Kuh- oder Hafermilch gehalten und ein paar Runden gedreht werden. Schnell löst sich die Schokolade auf, und man kann sie allein oder zu zweit genießen. Wer denkt: „So eine süße Auszeit ist toll für meine Liebsten!“, sollte unser Rezept für zimtige Trinkschokolade am Stiel unbedingt ausprobieren.

**01** Zu Beginn schneiden wir die dunkle Schokoladenkuvertüre in grobe Stücke.

**02** Im Anschluss können die Kuvertürewürfel in einer Schüssel in einem Wasserbad bei mittlerer Hitze langsam erwärmt werden. Zwischendurch gern mal umrühren. Wichtig ist, darauf zu achten, dass die Schokolade direkt nach dem Schmelzen vom Herd genommen wird, sie sollte auf keinen Fall kochen!

**03** Nun rühren wir die 2 TL Zimt gleichmäßig unter die Schokolade.

**04** Das fertige Schokoladen-Zimt-Gemisch kann vorsichtig mithilfe eines Messbechers in die Papier-Schnapsgläser gefüllt werden. Damit keine Blasen entstehen, sollten die Becher zwei-, dreimal leicht auf dem Tisch geklopft werden.

**05** Als Nächstes kommt das Holzstäbchen an die Reihe und wird in der Mitte der Schokoladenmasse im Schnapsglas platziert. Damit es nicht umfällt, bietet es sich an, den Holzstiel für ein paar Sekunden zu stützen.

**06** Zu guter Letzt wird die Trinkschokolade am Stiel noch mit etwas Haselnusskrokant dekoriert.

**07** Nach einem Tag ist sie ausgehärtet und kann von den Pappbechern befreit werden.

**Tipp:** Für ein besonders süßes Trinkschokoladen-Geschenk kann man weiße statt dunkler Kuvertüre verwenden!

SO GEHT'S

**VIVA Mode & Accessoires**  
 Berrenrather Straße 256  
 Telefon: 0221 / 44 26 87  
[www.viva-moda.de](http://www.viva-moda.de)  
 Mo-Fr: 10.30-14.00 & 14.30-19.00 Uhr  
 Sa: 10.30-16.00 Uhr

KATRIN SCHÄFER  
 GOLDSCHMIEDEMEISTERIN

**GÖNN ES DIR!**  
 Individuelle Schmuckstücke, die einfach glücklich machen.

Öffnungszeiten in der Adventszeit

Mo. - Fr. 11:00 - 13:45	Weyertal 40
15:15 - 19:00	50937 Köln-Sülz
Samstag 11:30 - 16:30	T 0221 - 460 090 13
Termine nach Vereinbarung	info@ktrn.de
<a href="http://www.ktrn.de">www.ktrn.de</a>	kathe13580

**Kölner Hausmeisterdienst**  
 ...die Marke mit dem Kehrmännchen.

Hausmeisterdienste • Treppenhausreinigung • Winterdienst  
 Gartenpflege • 24-Stunden-Notdienst • Entrümpelung

Frank Reuter GmbH & Co KG · Longenicher Str. 241 · 50739 Köln · Tel. (02 21) 7 02 48 06  
[www.koelner-hausmeisterdienst.com](http://www.koelner-hausmeisterdienst.com)

# 3 Tic-Tac-Toe to go



**Material:**

- 10 flache Kieselsteine
- Pinsel
- hellblaue Acrylfarbe
- schwarzer Edding
- Stoffbeutel
- Lineal

Foto: Pöhner

Wer erinnert sich nicht an langweilige Schulstunden, in denen man sich mit seiner Sitznachbarin oder seinem Sitznachbarn „spielend“ die Zeit vertrieben hat? Oft kam dabei das Spiel „Tic-Tac-Toe“ zum Einsatz, bei dem es darum geht, sein Zeichen (Kreis oder Kreuz) abwechselnd drei Mal hintereinander in einer Zeile, Spalte oder Diagonale zu platzieren.

Dieses altbewährte Spiel gegen Langeweile ist eine tolle Alternative zum Spielen am Handy! Wir zeigen euch eine Spielvariante für unterwegs, und vielleicht kennt ihr jemanden, dem ihr mit einem Tic-Tac-Toe-to-go-Spiel eine Freude machen könnt!

**03** Nach dem Trocknen greifen wir zum Edding und beschriften 5 Steine mit einem Kreuz und 5 Steine mit einem Kreis.

**04** Nun ist das Spielbrett an der Reihe. Dieses besteht bei dem Tic-Tac-Toe-to-go-Spiel aus einem flachen Stoffbeutel. Dieser sollte etwa 20 cm x 13 cm groß sein. Gut geeignet ist beispielsweise ein kleiner Nikolaussack aus Jute. Mit Edding und Lineal wird das Spielfeld nun auf den Beutel gezeichnet. Es besteht aus zwei waagerechten und zwei senkrechten Strichen, die sich kreuzen. Der Abstand zwischen den jeweils parallel zueinander verlaufenden zwei Strichen solle in etwa 4 bis 5 Zentimeter betragen. Das Spielfeld ist übrigens gleichzeitig auch der Aufbewahrungsbeutel für die Steine. Daher auch der Name Tic-Tac-Toe to go.

**Tipp:** Wer möchte, kann nun noch eine kleine Spielanleitung schreiben und sie zu den Spielsteinen in den Beutel legen.

# SO GEMITTE

**01** Für die Spielsteine benötigen wir 10 Kieselsteine. Eventuell habt ihr sogar noch ein paar von unserem letzten DIY-Tipp „Rheinsteinbilder“ übrig. Sie sollten möglichst flach sein und im Durchmesser ca. 2 cm betragen.

**02** Mit einem Pinsel werden die Spielsteine mit hellblauer Acrylfarbe bemalt. Falls ihr eine andere Farbe schöner findet, könnt ihr sie auch gern damit bepinseln. Wichtig ist nur, dass die Farbe nicht zu dunkel ist, damit man die Spielzeichen später gut erkennen kann.

**FAIR ORGANIC NACHHALTIG**  
**Slow Fashion von Größe 34 - 46**

**Perlhund**

www.perlhund.de  
 Gottesweg 171

**FALKE**

Luxemburger Str. 277  
 50939 Köln  
 0221 4064374  
 www.dieaufmasche.de

**DIE LAUFMASCHE**  
 Wäsche und Strümpfe

**RUDY PROJECT**

**ming brill**

Mingbrill Augenoptik  
 Zülpicher Str. 196 · Fon 0221 / 84 67 05 27  
 www.mingbrill.de

# 4 Sanduhr – Zeit für mich

## Material

- 2 runde Korkuntersetzer
- hellblaue Acrylfarbe und Pinsel (optional)
- 2 durchsichtige Weihnachtskugeln
- Sand
- Sekundenkleber
- Trichter
- Gewebepband
- Paketschnur
- kleines Schild aus Pappe
- Feinliner
- Schere



Foto: Pöhner

Eine große Sanduhr mit einem „Zeit für mich“-Schild hat eine symbolische Bedeutung. Beispielsweise gut sichtbar platziert auf dem Schreibtisch, erinnert sie einen immer wieder daran, sich zwischen dem ganzen Arbeitsstress mal eine kleine Atempause zu gönnen.

Zusammen mit einer kleinen Achtsamkeitsübung ist dieses DIY-Geschenk eine liebevolle Erinnerung für alle Menschen, die manchmal vergessen, sich Zeit für sich selbst zu nehmen!

**01** Je nach Geschmack werden die Korkuntersetzer zunächst farbig gestaltet, können aber auch einfach braun bleiben. Wir haben uns für die Farbe Hellblau entschieden und die Untersetzer entsprechend mit Acrylfarbe bemalt.

**02** Dann werden die Aluminiumaufhängungen aus den Weihnachtsbaumkugeln herausgenommen. Der Draht, der die Aufhängung in der Kugel halten soll, kann entsorgt werden. Nun vergrößern wir mit der Schere die Öffnungen der beiden Aufhängungen auf eine Größe von ca. 5 mm.

**03** Als Nächstes wird eine der Kugeln mit Sand befüllt. Damit diese während des Befüllens nicht wegrollt, ist es sinnvoll, zunächst einen der Korkuntersetzer mittig unter die Kugel zu kleben. Da-

für verwenden wir Sekundenkleber. Dabei ist Vorsicht geboten, denn der Kleber sollte nicht an die Hände oder ein anders Körperteil gelangen! Sobald der Kleber getrocknet ist, kann die Kugel auf einen Tisch gestellt und mithilfe eines Trichters bis zur Hälfte mit Sand befüllt werden.

**04** Nun kleben wir den zweiten Korkuntersetzer mittig unter die andere Kugel.

**05** Jetzt können die beiden Aluminiumaufhängungen außenseitig aufeinander geklebt werden. Diese bilden die Verbindungsstelle, von welcher aus später der Sand von der einen in die andere Kugel rieselt.

**06** Nach dem Trocknen wird ein wenig Kleber in eine der nun aufeinandergeklebten Aufhängungen gegeben und diese auf die Öffnung der bereits befüllten Kugel gedrückt.

**07** In die nach oben zeigende Aufhängung wird ebenfalls ein wenig Kleber gegeben und die leere Kugel mit der Öffnung nach unten darin befestigt.

**08** Jetzt sind beide Kugeln miteinander verbunden und ergeben eine Sanduhr. Damit diese noch etwas an Stabilität gewinnt, versehen wir die Verbindungsstelle mit einem Streifen Gewebepband und umwickeln dieses danach mit Paketschnur.

**09** Das „Zeit für mich“-Schild erstellen wir aus einem Stück dünner Pappe und befestigen es mit Schnur an der Sanduhr.

**Tipp:** Diese kleine, auf ein Blatt Papier geschriebene Achtsamkeitsübung vervollständigt das symbolische DIY-Geschenk:

### Ich nehme mir Zeit:

*Ich stelle die Eieruhr vor mich auf einen Tisch und atme dreimal tief ein und wieder aus.*

*Ich sage mir: Jetzt nehme ich mir Zeit, die Zeit zu beobachten, ohne dabei etwas zu tun!*

*Ich drehe die Eieruhr um und beobachte, wie die Zeit in Form von Sand verrinnt.*

*Diesen Vorgang wiederhole ich viermal.*

*Dann atme ich noch einmal tief ein und aus und genieße rückblickend den Moment, mir Zeit genommen zu haben, die Zeit zu beobachten. ■ ap*



**KALTWASSER**

Elektrotechnik · Meisterbetrieb

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

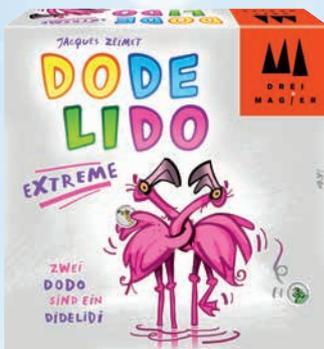
Nikolausstraße 114 · 50937 Köln · Telefon 0221 / 941 73 63 · Telefax 0221 / 941 73 64

# Lesen, schmökern, spielen: Empfehlungen der Redaktion

Ob allein mit einem Buch auf dem Sofa oder gemeinsam mit Familie und Freund\*innen einen kurzweiligen Spielesachmittag oder -abend am Küchentisch – wir aus der INsüß-Redaktion haben Ihnen einige Anregungen zusammengestellt, wie Sie die dunkle Jahreszeit mit Spiel, Spaß und Unterhaltung bestens überstehen.



## Zwei Dodo sind ein Didelidi



Viel zu lachen gibt es bei dem Spiel „Dodelido Extreme“, das für zwei bis fünf Spieler\*innen funktioniert. Sowohl erwachsene Menschen als auch junge ab 8 Jahren werden in ihrer Kombinationsgabe und Reaktionsschnelligkeit herausgefordert. Das Spielmaterial besteht aus 90 runden Karten: jeweils 15-mal die Tierkarten Flamingo,

Löwe, Affe, Schlange und Giraffe, zehnmal das Faultier und fünfmal der Wecker mit besonderen Funktionen. „Dodelido Extreme“ ist nichts für schwache Nerven, denn hier geht es blitzschnell zur Sache: In dem rasanten Kartenspiel müssen Tiere und Farben als „Dodo“, Dodelido“, „Didelidi“ oder gar „Öh Dodelido“ erkannt und die richtige Aussage getroffen werden – und dabei sollte kein Fehler unterlaufen. Manchmal muss auch ganz schnell mit der Hand auf den Kartenstapel in der Mittel geschlagen werden. Ziel des Spiels ist es, möglichst flott die eigenen Karten loszuwerden. Das lustige Konzentrations- und Reaktionsspiel macht tierisch gute Laune und dauert etwa 20 Minuten. Für Familien und Freundeskreise, die an trüben Wintertagen am heimischen Spieltisch mal wieder so richtig ausgelassen sein wollen. Dodelido!

### Dodelido Extreme

Drei Magier

By Schmidt Spiele GmbH, Berlin

12,99 Euro



## Bilderbuch zum Thema Inklusion



Mari hat das Angelman-Syndrom, das ist ein seltener Gendefekt. In diesem Buch erzählt sie ihre Geschichte und wie sie die Welt sieht. Das Besondere daran ist: Sie hat sie bisher niemandem erzählt, weil sie gar nicht sprechen kann. Aber ihre Eltern verstehen sie und haben ihre Geschichte für sie aufgeschrieben. Mit der wichtigen Botschaft: Jeder Mensch ist einzigartig. Besonders. Liebenswert. Und stark!

Maris Geschichte öffnet den Blick für ein paar Unterschiede, aber auch für viele Gemeinsamkeiten zwischen ihr und anderen Kindern: Wie jedes Kind will sie glücklich sein und dazugehören.

### Ich bin Mari

Shari und André Dietz

Mit Illustrationen von Saskia Gaymann

32 Seiten

ISBN: 978-3-8458-5079-5

Erschienen im ars edition Verlag

15,00 Euro





Foto: Marina Weigl

## Extrem spannend, erschreckend realistisch

Leon Sachs (das Pseudonym des Autors und Journalisten Marc Leon Merten) ist gebürtiger Kölner, lebt in Bonn und arbeitet in seiner Heimatstadt. Mit seinem neuestem Thriller „Der Zirkel. Sie wollen dich. Sie finden dich.“ liefert Sachs eine gnadenlose Zukunftsvision, die wegen ihres Bezugs zur Realität von Anfang bis Ende zu packen weiß. Ob es die möglichen Gefahren unserer technologischen Welt oder der zunehmende Rechtsradikalismus unserer Gesellschaft bis in die entscheidungsträchtigsten Positionen sind, man kann sich seiner Gedankenspiele kaum entziehen und leidet an der ein oder anderen Stelle mit der Protagonistin, Johanna Böhm Böm, einer jungen, selbstbewussten frischgebackenen Studentin an der Polizeiakademie.

Nur sie weiß, was die drei Morde in drei verschiedenen Ländern miteinander verbindet. Denn sie kennt die Opfer aus ihrer Vergangenheit, vor der sie einst geflohen ist. Und Johanna ahnt, dass sie dieses Wissen erneut in große Gefahr bringen könnte. Als der Ex-Geheimdienstler Rasmus Falk nachts in ihre Wohnung eindringt und sie beschuldigt, in das Mordkomplott verwickelt zu sein, sieht sie ihre schlimmsten Befürchtungen bestätigt. Er droht, ihre Karriere bei der Polizei zu beenden, ehe sie begonnen hat, und Johanna bleibt keine andere Wahl, als sich mit Falk zu verbünden. Doch setzt sie damit alles aufs Spiel?



### Der Zirkel.

Sie wollen dich. Sie finden dich.

Leon Sachs

464 Seiten

ISBN: 978-3-328-10755-2

Erschienen im Penguin Verlag

16,00 Euro

## Regional, spannend, unterhaltsam

Der Autor Peter Strotmann wurde 1955 in Recklinghausen geboren und lebt seit 45 Jahren in Köln. Nach dem Studium war er unter anderem als freier Journalist, Redakteur und Drehbuchautor tätig. Seit einiger Zeit hat er sich auf das Schreiben von Jugend- und Kriminalromanen verlegt. Außerdem gibt er Deutschkurse für Ausländer.

Makabre Fundstücke stellen den leicht depressiven Kommissar Kant vor keine leichte Aufgabe und er versucht, die Zusammenhänge zu erkennen.

Strotmann liefert in diesem spannenden Kriminalfall immer neue und unvorhersehbare Wendungen. Die skurilen Charaktere und ein teilweise makabrer Humor lassen die Leser\*innen zwischendurch schmunzeln. Der lockere Schreibstil führt flüssig durch diesen Kriminalroman, der trotz zum Teil ausführlicher „Tangokursbeschreibungen“ es versteht, seine Spannung zu halten.

Fazit: Ein humorvoller Regionalkrimi, der durchaus auch für zartbesaitete Leser\*innen zu empfehlen ist.

### Kant und die kopflosen Entscheidungen

Peter Strotmann

376 Seiten, Taschenbuch

ISBN-10: 3755723611

ISBN-13: 978-3755723615

Erschienen im Verlag

Books on Demand;

2. Auflage (22. Juli 2022)

15,00 Euro





# Unvergessen – Eine temporäre Grabaneignung

Kunstbuchprojekt zu Tod und Leben,  
Vergessen und Erinnern

6. Januar 2020. Die Sülzer Künstlerin Christiane Rath nimmt sich des verwilderten Grabes zweier ihr unbekannter Personen an. Sie wird das auf dem Kölner Südfriedhof gelegene Grab von Heinz und Heinzchen Rausch für ein Jahr lang pflegen und die fortschreitende Grabpflege fotografisch und schriftlich dokumentieren.

Doch nach kurzer Zeit entwickelt ihr außergewöhnliches Kunstprojekt eine besondere Dynamik. Sie beginnt, über die verstorbenen Menschen nachzudenken. Wer waren Heinz und Heinzchen? Wie haben sie gelebt? Lebt die Mutter und Ehefrau der beiden noch? Wieso ist Heinzchen so früh gestorben? Die Künstlerin fängt an, Briefe an Sohn, Vater und die fehlende Mutter zu schreiben – sie

beginnt, unerzählte Geschichten zu erzählen. Das Buch „Unvergessen – Eine temporäre Grabaneignung“ ist eine sensibel aufeinander abgestimmte Mischung aus Fotografie, Text und Fotocollagen. Es lädt die Leser\*innen dazu ein, ungedachte Gedanken zu denken und sich Themen wie Tod, Leben, Vergessen und Erinnern auf eine besondere Art und Weise zu nähern.

**Das Interview mit Christiane Rath führte Anika Pöhner.**

*In Ihrem Projekttagebuch steht, dass Sie 2017 während eines Spaziergangs über den Südfriedhof die Idee zu einer temporären Grabaneignung entwickelt haben. Was an diesem Kunstprojekt hat Sie besonders gereizt?*

Ich finde Friedhöfe sehr schön, weil sie dafür da sind, dass man Menschen zumindest eine Weile nicht vergisst. 2017 stand ich mit meinem Mann vor einem Einzelgrab, das total zugewachsen war. Seitdem habe ich mich mit dem Gedanken herumgetragen, ein verwildertes Grab zu pflegen.

Als ich dann im November 2019 mit der Pflege des Grabes von Heinz und Heinzchen Rausch anfang, wollte ich zunächst alles ganz streng dokumentieren. Doch eines Tages setzte ich mich auf eine Bank in der Nähe des Grabes und begann mir vorzustellen, wer die Verstorbenen wohl waren. Ich schrieb Briefe an Heinz, Heinzchen und an die fehlende Mutter. Dabei wurden sie immer mehr zu meinen Verwandten.

*Wie haben Sie den Wechsel von der reinen Betrachterin eines fremden Grabes zu einem Menschen, der das Grab pflegt, erlebt? Gab es eine Hemmschwelle?*

Zu Beginn des Projektes habe ich gezögert, und inzwischen fühle ich mich für das Grab sogar verantwortlich.



Foto: Kievernagel

In der ersten Zeit hatte ich manchmal den Gedanken: Was ist, wenn die Mutter von Heinzchen tatsächlich noch lebt und wir uns am Grab begegnen? Wäre sie dann böse auf mich, oder würde sie sich freuen? Aber es kam niemand. Inzwischen habe ich das Projekt zwar



Foto: Rath

abgeschlossen, gehe aber dennoch manchmal hin und kann auch noch nicht damit aufhören, die Disteln rauszuziehen.

*Ihre Internetrecherche über die Familie war ergebnislos. Nur wenige Anhaltspunkte standen Ihnen zur Verfügung. Hat Sie das frustriert, oder hat es Sie eher dazu inspiriert, „unerzählte Geschichten“ zu erzählen?*

Auf jeden Fall Letzteres. Ich habe mich sogar davor gefürchtet, Informationen zu finden, ich wollte mich nicht lenken lassen. Als ich während meiner Recherche gemerkt habe: „Da gibt es nichts!“, war ich sehr froh.

*Sie haben eine Nähe zum Leben und Tod dieser Menschen aufgebaut, und das hat Sie ermuntert, über die Geschichte Ihrer eigenen Familie nachzudenken. Welche Prozesse sind dabei in Gang gekommen?*

Es waren philosophische Prozesse. Ich habe ein Leben, was ich kenne, mit einem Leben, das ich nicht kenne, parallelisiert und daraus geschlossen, dass es ganz viele Parallelen zu ganz vielen Menschen gibt, auch wenn man diese gar nicht kennt. Heinz ist an dem Tag gestorben, an dem ich genau drei Wochen Mutter von Zwillingen war. Es passieren dauernd Dinge, die wir nicht mitbekommen, und auch ganz viel Gleiches. Zum Beispiel Rituale wie Weihnachten oder der erste Schultag. Ich glaube, das war es, was ich mit meiner eigenen Geschichte verquickt habe. Ein philosophisches Denken darüber, für wie individuell wir uns halten und wie viel Allgemeinheit es in Wirklichkeit gibt.

*Sie haben den Wandel des Grabes und den Wandel der Natur im Zuge Ihrer Grabpflege schriftlich und bildlich genau dokumentiert. Was daran war für Sie so bedeutsam?*

Die Dokumentation war mir sehr wichtig. Ich hatte mir von Anfang an einen Jahreszyklus vorgenommen und wollte mit dem Ende des Jahres auch das Ende des Jahreszyklus spürbar werden lassen. Als es zum Winter hin immer kahler wurde, wurde das Grab immer schöner.

*In dem Buch befinden sich spannende Fotocollagen, bestehend aus alten Foto-*

*aufnahmen, die Sie in Zusammenarbeit mit der Designerin Ines Braun entwickelt haben.*

Ich hatte noch alte Fotoalben, die ich für vergangene Kunstprojekte auf dem Flohmarkt gesammelt habe. Durch Nachlassauflösungen meiner Verwandtschaft bin ich außerdem an Aufnahmen von Menschen gekommen, die ich nur „halb“ kenne. Auf einem Foto in dem Buch sind meine Großeltern mit meiner Mutter als Baby abgebildet. Die Zusammenarbeit mit Ines Braun war absolut genial. Sie hat sich ganz toll in das Projekt eingefühlt und die Collagen sehr schön und sehr besonders zusammengesetzt. ■

**LESUNG**

Samstag, 10. Dezember,  
18 Uhr, im 68elf studio,  
Gottesweg 102, 50939 Köln

**UNVERGESSEN**  
Eine temporäre Grabaneignung

Bestellung unter:  
christiane@rath-art.de

76 Seiten, 30 Euro

Weitere Infos zum Buch:  
www.rath-art.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.

# 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!

Jaap Westermann, Geschäftsführer, Regionaldirektor BVFI, Dipl.-Kfm., Sachverständiger

*Rheingold*  
IMMOBILIEN GMBH

Nutzen Sie unsere persönliche Beratung. Jetzt Termin vereinbaren:

**0221 / 99 51 99 01 • [info@rheingoldimmobilien.de](mailto:info@rheingoldimmobilien.de)**

Rheingold Immobilien GmbH, Luxemburger Str. 202, 50937 Köln, [www.rheingoldimmobilien.de](http://www.rheingoldimmobilien.de)



## #hiermitherz

Die Vereine der Region geben Menschen Perspektiven –  
wir geben ihnen das passende Spendenportal.

Einfach Projekt anmelden und unterstützen lassen.  
Oder gleich für das Lieblingsprojekt spenden:

[hiermitherz.de](http://hiermitherz.de)



Sparkasse  
KölnBonn

## Nachhaltiger Musikgenuss – klar geht das!

Bei einem der Onlineanbieter die Lieblingsmusik abrufen ist bequem, aber am Ende auch ein bisschen seelenlos. Das Knistern der Tonabnehmernadel in der Leerrille und der anschließend satte, warme Sound einer Schallplatte ist für Liebhaber\*innen der schwarzen Scheiben mit nichts zu vergleichen. Dass zudem das Streaming mit seinem enormen Strombedarf überhaupt nicht so nachhaltig ist, wie man zunächst denkt, kommt noch dazu.



Wenn man also auf einem Schatz von tollem Vinyl sitzt, aber der eigene Plattenspieler nur noch krächzt, der Teller sich nicht mehr gleichmäßig dreht oder die Nadel nicht mehr in der Rille bleibt, sollte man sich unbedingt auf den Weg zu **Euphonia** auf der **Luxemburger Straße 269** machen. Geschäftsführer **Robin Müller** und sein fachkundiges Team verstehen es bestens, alten Schallplattenspielern, Tonbandgeräten, Verstärkern oder ganzen Anlagen neues Leben einzuhauchen. Zunächst wird das Erb-, Fund- oder Lieblingsstück unverbindlich untersucht. Schon nach wenigen Tagen erfährt man, ob eine Instandsetzung möglich ist, ob sich diese lohnt und wo sie preislich liegt. Dann entscheidet man, ob man das Geld für die Überholung ausgeben möchte,

das HiFi-Gerät lieber in Zahlung gibt oder sich zum Kauf eines generalüberholten Gebrauchtgerätes oder zum Neukauf beraten lässt. Bei Euphonia hat sich bisher noch für jeden Musikfan und jeden Geldbeutel die richtige Lösung gefunden! Plattenspieler sind übrigens häufig nach Austausch des Riemens und der Nadel wieder fit gemacht. Das schont nicht nur die globalen, sondern auch die eigenen Ressourcen. Nachhaltiger Musikgenuss ist also ganz einfach möglich. Man muss dazu nur mal bei Euphonia vorbeikommen. ■

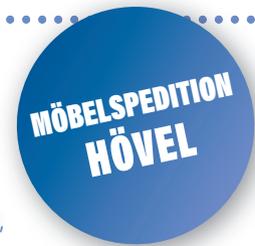


Foto: Euphonia

[www.euphonia-hifi.de](http://www.euphonia-hifi.de)

## So geht Umzugsfreude!

Der Mietvertrag für das neue Zuhause oder die Firma ist unterschrieben und die Vorfreude groß, wenn da nicht die Anstrengungen des Umzugs wären! Kisten packen, Küche und Schränke abbauen, Möbel und Haushaltsgeräte schleppen, Transporter beladen, womöglich noch eine lange Fahrt bewältigen und dann alles wieder aufbauen – das kann anstrengend werden! Wenn dann noch etwas schiefgeht, liegen schnell die Nerven blank: Der ein oder andere Helfer ist verhindert, der Fahrer übermüdet, und die eigenen Bandscheiben machen vielleicht auch nicht mehr alles mit ...



Unser Tipp: Tun Sie sich diesen Stress gar nicht erst an, sondern machen Sie es wie schon so viele andere zufriedene Kund\*innen der **Willi Hövel Möbeltransporte GmbH**. Hier bei uns in Sülz, auf der **Berrenrather Straße 349**, ist der Sitz der Spedition. „Wir haben noch jeden unserer Kunden sicher und ganz auf seine Wünsche zugeschnitten in die eigenen vier Wände gebracht“, erzählen uns Geschäftsführerin und Geschäftsführer **Karolin Krause-Hövel** und **Detlef Krause**. Das fängt bei der Vor-Ort-Besichtigung und einer eingehenden Beratung an, geht weiter mit einer nachvollziehbaren Kostenkalkulation mit einem Festpreis und kann bis zum superbequemen Rundum-sorglos-Paket reichen.

Neben einer leistungsstarken Lkw-Flotte, dem fachgerechten Ab- und Aufbau aller Möbelsysteme, dem praktischen Ein- und Auspackservice, der Gestellung von strapazierfähigen Packmaterialien und geräumigen Lagerkapazitäten für Ihr Inventar ist die Sülzler Möbelspedition auch bei allen wichtigen verwaltungstechnischen Leistungen an Ihrer Seite. So werden Halteverbotszonen zum Be- und Entladen und die Abrech-

nungsformalitäten mit Ämtern und Behörden für Sie erledigt. Egal, ob Sie nur um die Ecke nach Junkersdorf ziehen oder ob es bis nach Berlin geht, die rot-weißen Flitzer von Willi Hövel Möbeltransporte sind immer für Sie im Einsatz: in ganz Deutschland, und wenn es sein muss, auch europaweit. ■

[www.moebspedition-hoevel.de](http://www.moebspedition-hoevel.de)



Foto: Archiv



HIFI HIGH-END HEIMKINO

<p>Service: Exklusive Beratung Reparatur-Werkstatt</p> <p>Hausbesuche Instandsetzung</p> <p>Geräte-Einzelstücke Vinyl</p>	<p>Luxemburger Straße 269 50939 Köln</p> <p>T : 0221 - 30180300 M : <a href="mailto:info@euphonia-hifi.de">info@euphonia-hifi.de</a></p> <p>Geschäftszeiten: Dienstag - Freitag: 10:00 - 19:00 Uhr Samstag - 10:00 - 16:00 Uhr</p>	
---	--	--

## Behaglich warm, nachhaltig und schön

Ein gemütliches Zuhause mit natürlichen Materialien: Wer da an Parkettboden denkt, liegt völlig richtig! Doch auch mit Teppichböden aus Naturmaterialien wie Wolle, Kokos oder Sisal lässt sich Mutter Natur ins Haus holen. Alle haben ihre Vorteile und werden von **Parkett Kirion**, dem Traditionsunternehmen aus unserem Doppelveedel Sülz-Klettenberg, bei Ihnen verlegt. Beste Beratung und große Auswahl gehören natürlich zum Service.

„Eine Nutzungsdauer von 30 bis 60 Jahren ist bei Parkett keine Seltenheit“, erklärt uns **Heinz Kirion**. So schwärmt er von seinem Werkstoff: „In mancher Villa begegnen uns sogar 60 bis 70 Jahre alte Holzfußböden, die wir mit fachgerechter Aufarbeitung locker für weitere zehn bis 20 Jahre nutzbar machen können.“ Seit über 60 Jahren am Markt, haben er und sein Team zwischenzeitlich so manches vor langer Zeit verlegte Parkett aufgearbeitet oder renoviert. Denn die lange Lebensdauer des Holzfußbodens ist ein echter Pluspunkt in Sachen Nachhaltigkeit.

Ein guter Teppichboden ist aus Schurwolle, Ross- oder Ziegenhaar oder auch aus Sisal oder Kokos – alles reine Natur! Ob feine oder eher grobe und hohe Schlingenware oder Berberstruktur, wichtig ist immer die Verarbeitung. Umwelt- und gesundheitsverträgliche Materialien und Fertigungstechnologien müssen es schon sein, um



Foto: Nonnenmacher

bei Parkett Kirion ins Sortiment zu kommen. Nur so kann die verlegte Ware ihre gesundheitsfördernde Wirkung entfalten: Deutliche Schall- und Geräuschdämmung, sanftes Abfedern der Bewegungen, Haare, Staub und Allergene werden gebunden. Wo es vorher hektisch und laut war, kehrt Ruhe ein, die Raumatmosphäre wird behaglicher, gemütlicher und wärmer.

Parkett Kirion, Ihr Spezialist für Naturböden, ist ganz in Ihrer Nähe. Kommen Sie nach Terminvereinbarung im Showroom auf der Luxemburger Straße vorbei zur Beratung oder treffen Sie die Bodenprofis bei Ihnen vor Ort. ■

[www.parkett-kirion.de](http://www.parkett-kirion.de)

Heinz Kirion berät Sie gern zur optimalen Fußbodenauswahl.

**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-hoewel.de  
[www.moebelspedition-hoewel.de](http://www.moebelspedition-hoewel.de)



Heinrich Kirion GmbH  
**MEISTERBETRIEB**  
Luxemburger Straße 348,  
50937 Köln  
Telefon (02 21) 46 17 56  
Telefax (02 21) 46 66 22  
[www.parkett-kirion.de](http://www.parkett-kirion.de)

**Seit 60 Jahren  
Facherfahrung ...**

**Parkett**  
Stab-, Mosaik- und Fertigparkett  
Musterböden • Massivdielen

**Bodenbeläge**  
Teppich • PVC • Laminat  
Design-Bodenbeläge

# Ein Jahr voller Ungewissheit

In seinem 15. Unternehmensjahr veröffentlichte **Jaap Westermann**, Inhaber und Geschäftsführer der **Rheingold Immobilien GmbH**, seinen nun mittlerweile 11. Immobilienmarktbericht für Köln. Darin fasst er anschaulich die Auswirkungen der aktuellen Entwicklungen wie den Ukrainekrieg, die stockenden Lieferketten, Inflation sowie die Unsicherheiten in der Energieversorgung zusammen.



Die Marktentwicklung ist derzeit sehr uneinheitlich. Hieß es früher nur „Lage, Lage, Lage“, so kommen immer mehr Faktoren hinzu, die früher eher eine untergeordnete Rolle spielten: Wie ist der Zustand? Welche Sanierungen stehen an, und kann man die Handwerkskosten einigermaßen abschätzen?

„Beim Energieverbrauch ist auf alle Fälle die Betrachtung der tatsächlichen Verbrauchskosten für Käufer\*innen zu empfehlen“, betont Jaap Westermann, „und auch der Energieträger spielt eine deutlich größere Rolle: lieber voller Öltank statt Gas? Eine Frage, die zu Beginn des Jahres wohl kaum jemand gestellt hätte.“

Sekundäre Finanzquellen und Eigenkapital bieten eine solide Basis. Welche Förderungen können in Anspruch genommen werden, beispielsweise im Energiesektor oder als Förderung des ersten Immobilieneigentums? Bei immer höheren Zinsbeträgen und hinzukommender Tilgung wird es außerdem immer wichtiger, wie viel Eigenkapital zur Verfügung steht oder sich für die Finanzierung frei machen lässt. Manch ein Immobilienraum wird auf absehbarer Zeit wohl leider nicht mehr so einfach zu realisieren sein.



## Was können Kaufinteressierte tun?

Geht man Kompromisse ein? Oder lässt man den Immobilienkauf sein und sucht sich eine Mietwohnung, die besser passt? „Zu warten, bis die Preise fallen, scheint zumindest gefährlich“, vermutet der Experte. „Da weniger gebaut wird und die Zinsen eher weiter steigen, kann dies schnell dazu führen, dass man mit Zitronen handelt.“ Moderat fallende Preise sind aufgrund der derzeitigen Situation anzunehmen, da die Liebhaberzuschläge aus der Vergangenheit erst einmal schwer oder gar nicht mehr zu realisieren sind. Bringt dies aber so viel Ersparnis, wie die Zinskosten gleichzeitig steigen? Spätestens auf die Laufzeit des Kredits betrachtet, wohl kaum. Wer es sich leisten kann, sollte bei realistischen Kaufpreisen daher durchaus zuschlagen.

## ... und als Verkäufer\*in?

Wer viel Zeit hat, kann warten, bis sich wieder eine Trendwende zeigt. Für alle anderen zeigt sich, dass sich nicht mehr jede Immobilie „wie geschnitten Brot“ verkaufen lässt. Umso wichtiger ist es daher, beim Verkauf keine Fehler zu machen und von vornherein den Markt professionell anzusprechen. Ob Homestaging oder neue Vermarktungsansätze: Wenn die Zeit drückt, holen Sie sich am besten Unterstützung vom lokalen Expert\*innen. Dabei schadet es nicht, über den Tellerrand zu blicken und auszuloten, wie man in einem scheinbar statischen Markt doch wieder Zeitdruck erzeugt. Wenn Sie wissen möchten, was das mit Tulpen zu tun hat, dann vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin für Verkäufer\*innen bei Jaap Westermann von Rheingold Immobilien. ■

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



# GOLDANKAUF & ZAHNGOLDANKAUF

**Sofort Bargeldauszahlung!**

**Wir kaufen seit über 14 Jahren in Köln**  
Münzen, Altgold, Zahngold, Goldschmuck, Goldmünzen, Silbermünzen, Silber, Bestecke, Zinn und Platin usw.



Zülpicher Straße 284 | 50937 Köln-Sülz  
Telefon 02 21 - 27 78 37 72 | Jetzt Hausbesuche möglich!

# NOV

## KULTUR

### Oper Köln

25. November, 19.30–20.40 Uhr  
Staatenhaus Saal 1  
**Nomad**

26. November, 15.00–16.15 Uhr  
30. November, 11.30–12.45 Uhr  
Staatenhaus Saal 3

#### Kinderoper:

**Der Gesang der Zaubersinsel**  
(Marius Felix Lange)

27. November, 18.00–20.30 Uhr  
30. November, 19.30–22.00 Uhr  
Staatenhaus Saal 2

**Der Zwerg/Petruschka**  
(Zemlinsky/Strawinsky)

## KINDER

### CASAMAX Theater

26. November, 16.00 Uhr (Premiere)  
27. November, 15.00 Uhr  
28./29./30. November, 10.00 Uhr  
**I Carus - Halt dich fest an deinen Flügeln**  
(ab 6 Jahren) – ein Mythos über das Scheitern und wie es ist, doch noch Schwimmen zu lernen

## VERSCHIEDENES

### Kölner Senioren

jeden 1. Dienstag im Monat, 18.00–20.00 Uhr  
**Stammtisch:** Offener Treff für das Miteinander in der KSG und dem Veedel. Er setzt Impulse für Projekte und Vorhaben, fördert das gegenseitige Kennenlernen. Die Themen sind so vielfältig wie die Personen, die teilnehmen.

Montag–Freitag 9.30–12.30 Uhr  
**Scrabble:** Sind Sie Scrabble-Liebhaber\*in und möchten mit anderen Interessenten spielen, dann setzen Sie sich mit uns in Verbindung!  
Sülzer Treff 50+ im Uni-Center, 1. Stock, Luxemburger Str. 136

**Rosengartenteam Klettenbergpark**  
Der Rosengarten macht bis Anfang März Winterpause.

### TanzZentrum

jeden Freitag 21.15–24.00 Uhr/jeden  
2. Samstag 19.00–21.00 Uhr **nur für Singles:**  
„Freitags-Übungszeit“  
jeden Sonntag 20.30–22.30 Uhr  
„Sonntags-Übungszeit“  
Hier wird geübt und getanzt – von Tango und Walzer, über Rumba und Jive ...

### Goldschmiede Katrin Schäfer

26./27. November, 11.00–17.00 Uhr  
**Adventsausstellung in der Goldschmiede**  
Weihnachtliches Ambiente und zauberhafte Schmuckstücke laden zum Adventsshopping ein.

### Klangnatur

27. November, 10.00–16.00 Uhr  
**Zeit für mich – der Kurzurlaub vom Alltag**  
27. November, 18.00–18.45 Uhr  
**Klangabend** – Entspannen mit den Klängen von Klangschalen

30. November, 18.00–18.45 Uhr  
**Gongabend** – mit Klängen des Tamtam-Gongs entspannen

### Kolpingsfamilie Sülz/Klettenberg

**Gebrauchtkleidersammlung**  
Sammlung der Kölner Kolpingsfamilien zu Gunsten des Mülheimer Jugendbüros für Arbeit und Beruf  
1. Ölbergstraße, hinter der Brunokirche  
2. Berrenratherstraße, vor der Nikolauskirche

## KIRCHE

### Evangelische Freie Gemeinde – Kölner Stadtmission

Jeden Sonntag 10.00 Uhr  
**Gottesdienst mit Kinderbetreuung**  
in 3 Altersgruppen

### Internationale freievang. Gemeinde Sülz UBF e.V. (Universität Bibelfreundschaft)

Jeden Sonntag 11.00 Uhr: **Gottesdienst**

### Evangelische Kirchengemeinde Köln-Klettenberg:

Jeden Mittwoch in der Adventszeit um 19.00 Uhr  
**Adventsandacht im Tersteegenhaus**

### Tersteegenhaus

26. November, 15.30 Uhr  
**MiniGottesdienst**  
für Kinder von 0–5 Jahren und ihre Familien

### Johanneskirche

18. November, 20.00 Uhr  
**Looping brothers – Bluegrass**  
auf JOKIS BÜHNE  
27. November, 11.00 Uhr  
**Außergottesdienst am 1. Advent**  
mit der Kita Grafenwerthstraße

### Katholisch:

#### St. Karl Borromäus

28. November, 14.00–15.30 Uhr  
**Smartphone- und Tablettreff**  
für Senioren

# DEZ

## KULTUR

### Oper Köln

2./5./7./14./17./20./26. Dez., 11.30–12.45 Uhr,  
11./29. Dezember, 15.00–16.15 Uhr  
16. Dezember, 18.00–19.15 Uhr  
Staatenhaus Saal 3

#### Kinderoper:

**Der Gesang der Zaubersinsel**  
(Marius Felix Lange)

4. Dezember, 16.00–18.30 Uhr  
6./8./10. Dezember, 19.30–22.00 Uhr  
Staatenhaus Saal 2

#### Der Zwerg/Petruschka

9. Dezember, 18.00–20.30 Uhr, Staatenhaus  
Sonderveranstaltung:  
**Soiree mit öffentlicher Probe – La Cenerentola**

11. Dezember, 11.00–14.00 Uhr  
Staatenhaus Saal 1  
**DRK-Gala**

16. Dezember, 17.00–17.30 Uhr  
Staatenhaus Schädelstatt  
**Kinderoper: Whoosh**

16. Dezember, 19.15–19.45 Uhr  
Staatenhaus Saal 3  
**Kinderoper: Plausch**

17./23./29. Dezember, 19.30–22.30 Uhr  
21. Dezember, 11.00–14.00 Uhr  
25. Dezember, 18.00–21.00 Uhr  
27. Dezember, 15.00–18.00 Uhr  
Staatenhaus Saal 1

#### La Cenerentola (Gioacchino Rossini)

18. Dezember, 11.00–13.30 Uhr  
Staatenhaus Saal 1  
**„Sing Halleluja“**

22./28./30. Dezember, 19.30–22.00 Uhr  
26. Dezember, 16.00–18.30 Uhr  
Staatenhaus Saal 2

#### La Bohème (Giacomo Puccini)

## KUNST

### Atelier Susanne Beucher

**Malerei/Grafik**  
11. Dezember, 14.00–18.00 Uhr  
**Offenes Atelier im Advent**

## MUSIK

### Sülzer Abendmusiken in St. Nikolaus

4. Dezember, 17.00 Uhr  
**Adventliches Chor- & Orgelkonzert**  
Europäischer Kammerchor,  
Volker Hempfling (Orgel)  
Leitung: Michael Reif

## KINDER

### CASAMAX Theater

14./15./16. Dezember, 10.00 Uhr  
17. Dezember, 16.00 Uhr  
**I Carus - Halt dich fest an deinen Flügeln**  
(ab 6 Jahren)  
Ein Mythos über das Scheitern und wie es ist, doch noch Schwimmen zu lernen

1./2. Dezember, 10.00 Uhr  
10. Dezember, 16.00 Uhr  
11. Dezember, 15.00 Uhr  
18. Dezember, 15.00 Uhr

#### WUT IM BAUCH (ab 4 Jahren)

Immer wenn Wutilde vor der Tür steht

3. Dezember, 16.00 Uhr  
8./9. Dezember, 10.00 Uhr  
**Planet der König\*innen** (ab 4 Jahren)  
Wie viele König\*innen verträgt das Land?

4. Dezember, 15.00 Uhr  
5./6./7. Dezember, 10.00 Uhr

#### Hans im Glück (ab 6 Jahren)

Eine philosophische Schatzsuche für Kinder und andere Abenteurer

12./13. Dezember, 10.00 Uhr  
**Heldenhafte!** (ab 8 Jahren)  
Ein superheldisches Stück über den Kampf gegen kosmische Bedrohungen für alle da draußen

19. Dezember, 10.00 Uhr  
**Wer? Wie? Was? Wo? Warum?**  
(ab 3 Jahren) – Kleine Taten mit großen Folgen – eine Ozeanfabel aus unserer Zeit für Weltverbesserer



## WOCHENMÄRKTE IN SÜLZ & KLETTENBERG

**Frisches Obst, Gemüse, Fleisch, Fisch, Blumen und vieles mehr – ein Treffpunkt für den Klaaf im Veedel**

#### Auerbachplatz

dienstags + freitags  
07.00–13.00 Uhr

#### Hermeskeiler Platz

dienstags + freitags  
07.00–13.00 Uhr

#### Klettenberggürtel

mittwochs + samstags  
07.00–13.00 Uhr

**Tipp**



**Leni & Jonah**

Die beiden Sülzer Youngster **Leni** (16) und **Jonah** (14) präsentieren eigene Songs, akustische Cover, instrumentale Werke, sowie Christmas Songs in deutscher und englischer Sprache.

Kennengelernt haben sie sich bei einem Ferienworkshop im Herbst 2020 und schreiben seitdem eigene Songs, interpretieren Klassiker auf ihre eigene Art und Weise und durften ihr Können bei Kölner Festivals, Konzerten und Veranstaltungen unter Beweis stellen.

Leni: Gesang und Gitarre  
Jonah: Klavier

**Das Konzert findet statt am Adventssonntag, den 4.12.2022 um 17.00 Uhr im Freiraum Salon, Gottesweg**

Infos unter [www.freiraum-salon.de](http://www.freiraum-salon.de)

Eintritt: 10,-/5,- Euro

Reservierungen unter 02 21 / 8 23 12 40 oder per eMail über: [freiraum@protect-data.de](mailto:freiraum@protect-data.de)

20./21./22. Dezember, 10.00 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**

**VERSCHIEDENES**

**Kölner Senioren**  
jeden 1. Dienstag im Monat, 18.00–20.00 Uhr  
**Stammtisch**  
Offener Treff für das Miteinander in der KSG und dem Veedel. Er setzt Impulse für Projekte und Vorhaben, fördert das gegenseitige Kennenlernen. Die Themen sind so vielfältig wie die Personen, die teilnehmen.

**TanzZentrum**  
jeden Freitag 21.15–24.00 Uhr/jeden  
2. Samstag 19.00–21.00 Uhr **nur für Singles:**  
„Freitags-Übungszeit“  
jeden Sonntag 20.30–22.30 Uhr:  
„Sonntags-Übungszeit“  
Hier wird geübt und getanzt – von Tango und Walzer, über Rumba und Jive...

**Rosengartenteam Klettenbergpark**  
Der Rosengarten macht bis Anfang März Winterpause.

**Seniorennetzwerk Klettenberg**

Montags fortlaufend, 9.45 Uhr  
im Tersteegenhaus, Emmastr. 6

**Gedächtnistraining**

Mit gezielten Übungen können Sie Ihr Kurzzeitgedächtnis verbessern. Anmeldung im Seniorennetzwerk.

**Sülzer Körvje**

jeden Freitag von 13.00–15.00 Uhr  
**Verteilung von Lebensmitteln** im Teersteegenhaus an Menschen ab 60 aus Sülz/Klettenberg mit Köln-Pass

**Café Lamerdin**

3. Dezember, 11.00–13.00 Uhr:  
**Repair-Café**

**Garten-Praxis für Gestalttherapie**

5. Dezember, 19.30–21.00 Uhr  
**„Das Erzähl- und Zuhörcafé“**  
Sie sind herzlich eingeladen, von sich zu erzählen und sich zu üben im kommentarlosen Zuhören.

**Klangnatur**

- 10. Dezember, 10.00–16.00 Uhr  
**Zeit für mich** – der Kurzurlaub vom Alltag
- 18. Dezember, 18.00–18.45 Uhr  
**Gongabend** – mit Klängen des Tamtam-Gongs entspannen
- 15. Dezember, 18.00–18.45 Uhr  
**Klangabend** – Entspannen mit den Klängen von Klangschalen

**Kolpingsfamilie Sülz-Klettenberg**

8. Dezember, 19.00 Uhr (im Pfarrsaal St. Nikolaus)  
**„Die weltweite Entwicklungszusammenarbeit von Kolping International“** – Vortrag von Bildungsreferentin Sigrid Stapel (Kolping International)

**Kölner Senioren**

jeden 1. Dienstag im Monat, 18.00–20.00 Uhr  
**Stammtisch**  
Offener Treff für das Miteinander in der KSG und dem Veedel. Er setzt Impulse für Projekte und Vorhaben, fördert das gegenseitige Kennenlernen. Die Themen sind so vielfältig wie die Personen, die teilnehmen.

**SchmitzundKunzt**

- 3./17. Dezember, 11.00–13.00 Uhr  
**Kleidertausch**
- 3. Dezember, 20.00–22.00 Uhr  
**CreArtivo Impro-Show**
- 9. Dezember, 20.00–22.00 Uhr  
**„Mit anderen Worten“** – Lesung
- 10. Dezember, 19.00–21.00 Uhr  
**Kleidertausch „Abend“**
- 11. Dezember, 12.00–15.00 Uhr  
**Pflanzentausch**

**TanzZentrum**

10. Dezember, 19.00–21.00 Uhr  
**Treffpunkt Tanz-Singles**  
Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co. mit wechselnden Tanzpartner:innen

**Verein der Freunde und Förderer des Lindenthaler Tierparks e.V.**

4. Dezember, 15.00 Uhr  
**„Lebende Krippe“** – Adventsandacht

**Weisshaus-Kino Seniorenkino**

6. Dezember, 14.30 Uhr  
**Mrs. Harris und ein Kleid von Dior**



**Kath. Kindertagesstätte St. Bruno (Schwerpunkteinrichtung)**

0221 - 2 61 12 17  
[kita.bruno@kirche-sk.de](mailto:kita.bruno@kirche-sk.de)

**Kath. Kindertagesstätte St. Bruno am Beethovenpark**

0221 - 46 36 36  
[kita.bab@kirche-sk.de](mailto:kita.bab@kirche-sk.de)

**Kath. Kindertagesstätte St. Karl Borromäus**

0221 - 42 64 73  
[kita.karl@kirche-sk.de](mailto:kita.karl@kirche-sk.de)

**Kath. Kindertagesstätte St. Nikolaus**

0221 - 41 13 56  
[kita.nikolaus@kirche-sk.de](mailto:kita.nikolaus@kirche-sk.de)

**Kindertagesstätte SKM-Zentrum Klettenberg**

0221 - 43 85 35  
[skm-zentrum.klettenberg@skm-koeln.de](mailto:skm-zentrum.klettenberg@skm-koeln.de)

**Beratungstermine der katholischen Erziehungs- und Familienberatung für das Familienzentrum Sülz/Klettenberg:**

**24.11.2022** · 8.30 - 10.30 Uhr  
Kita St. Karl Borromäus

**24.11.2022** · 9.00 - 11.00 Uhr  
Kita St. Bruno am Beethovenpark

**01.12.2022** · 9.00 - 11.00 Uhr  
Kita St. Bruno

**15.12.2022** · 8.30 - 10.30 Uhr  
Kita St. Nikolaus

**12.01.2023** · 8.30 - 10.30 Uhr  
Kita St. Karl Borromäus

**26.01.2023** · 9.00 - 11.00 Uhr  
Kita St. Bruno

**02.02.2023** · 9.00 - 11.00 Uhr  
Kita St. Bruno am Beethovenpark

**02.02.2023** · 8.30 - 10.30 Uhr  
Kita St. Nikolaus

Bitte jeweils bei der Kitaleitung anmelden!



## KIRCHE

Evangelische Freie Gemeinde –  
Köln Stadtmision

Jeden Sonntag 10.00 Uhr

Gottesdienst mit Kinderbetreuung  
in drei Altersgruppen

Internationale freievang. Gemeinde Sülz UBF e.V.  
(Universität Bibelfreundschaft)

Jeden Sonntag 11.00 Uhr

Gottesdienst

Katholisch:

St. Bruno

18. Dezember, 11.00 Uhr

Brunch für Alleinerziehende  
in der Begegnungsstätte

24. Dezember, 15.30 Uhr

Krippenspiel

24. Dezember, 17.30 Uhr

Kinderchristmette

24. Dezember, 22.00 Uhr

Christmette

St. Karl Borromäus

12. Dezember, 14.00–15.30 Uhr

Senioren Smartphone- und Tablettreff

24. Dezember, 15.00 Uhr

Krippenspiel

24. Dezember, 17.00 Uhr

Christmette

mit dem Kirchenchor

St. Nikolaus

2. Dezember, 19.30 Uhr

Kontemplation und Herzensgebet

3. Dezember, 18.30 Uhr

Wortgottesdienst

10. Dezember, 17.00 Uhr

Der Nikolaus kommt in die Bücherei

11. Dezember, 11.15 Uhr

Bilderbuchkino der Bücherei

24. Dezember, 16.00 Uhr

Weihnachtsvigi

24. Dezember, 23.00 Uhr

Christmette

Evangelische Kirchengemeinde  
Köln-Klettenberg:

Tersteegenhaus

Jeden Mittwoch in der Adventszeit  
um 19.00 Uhr:

Adventsandacht im Tersteegenhaus

24. Dezember, 12.30 und 14.00 Uhr

MiniGottesdienst mit Kinderwagen

Drive-in-open air: Kurze Weihnachtsgottesdienste für die Kleinsten und ihre Familien im Außengelände der Kita Tersteegenhaus, Zugang Wittekindstraße

24. Dezember, 16.00 Uhr

Christvesper mit Krippenspiel

24. Dezember, 18.00 Uhr

Christmette

25. Dezember, 10.00 Uhr

Weihnachtsgottesdienst

31. Dezember, 18.00 Uhr

Gottesdienst zum Jahresausklang

Johanneskirche

4. Dezember, 11.00 Uhr

Gottesdienst am 2. Advent mit den Geigenkindern von Mickey Zirnbauer, gleichzeitig großer Kindesgottesdienst

11. Dezember, 11.00 Uhr

Gottesdienst am 3. Advent mit dem Flötenensemble Tibia Colonia, gleichzeitig großer Kindergottesdienst

18. Dezember, 11.00 Uhr

Gottesdienst am 4. Advent mit Johanneskantorei und Johannesbläsern, gleichzeitig großer Kindergottesdienst

24. Dezember (Heiligabend):

14.00 + 15.00 Uhr

Krippenspielgottesdienst

16.00–17.30 Uhr: Offene Weihnachtskirche

18.00 Uhr: Christvesper

26. Dezember, 17.00 Uhr

Krippensingen

# JAN

## KULTUR

Barbara Ruscher  
(im Senftöpfchen)

29. Januar, 20.15 Uhr

Mutter ist die Bestie

Oper Köln

3./5./7./10. Januar, 19.30–22.00 Uhr

15. Januar, 18.00–20.30 Uhr

Staatenhaus Saal 2

La Bohème (Giacomo Puccini)

4./7./14. Januar, 15.00–16.15 Uhr

10./17. Januar, 11.30–12.45 Uhr

Staatenhaus Saal 3

Kinderoper:

Der Gesang der Zauberinsel

(Marius Felix Lange)

4./6. Januar, 19.30–22.30 Uhr

8. Januar, 18.00–21.00 Uhr

Staatenhaus Saal 1

La Cenerentola (Gioacchino Rossini)

14. Januar, 14.00–14.30 Uhr

Staatenhaus Saal 2 /

Kinderoper: Whoosh

14. Januar, 16.15–16.45 Uhr

Staatenhaus Saal 3

Kinderoper: Plausch

21. Januar, 16.00–19.00 Uhr

31. Januar, 19.30–22.30 Uhr

Staatenhaus Saal 1

Cäcilia Wolkenburg:

„Fastelovend Zesamme!“

30. Januar, 20.00–22.00 Uhr

Staatenhaus Saal 1

Karneval, du allerschönste Zeit

## KINDER

CASAMAX Theater-Workshops

... in den Osterferien 2023 für Kinder  
und Jugendliche von 8 bis 12 Jahren:

Workshop 1: 3.–6. April

Workshop 2: 11.–14. April

jeweils täglich 9.00–15.00 Uhr (4 Tage).

Gebühr: 165,- €/erm. 145,- €

CASAMAX Theater

5./6. Januar, 10.30 Uhr

7. Januar, 16.00 Uhr

I Carus – Halt dich fest an deinen

Flügeln (ab 6 Jahren) – ein Mythos

über das Scheitern und wie es ist,

doch noch Schwimmen zu lernen

8. Januar, 15.00 Uhr

9. Januar, 10.30 Uhr

WUT IM BAUCH (ab 4 Jahren) – Immer

wenn Wutilde vor der Tür steht

21./22. Januar, 15.00 + 17.00 Uhr

23. Januar, 10.30 Uhr

Heldenhaft! (ab 8 Jahren)

Ein superheldisches Stück über den

Kampf gegen kosmische Bedrohungen

für alle da draußen

15. Januar, 15.00 Uhr

16. Januar 10.30 Uhr

Wer? Wie? Was? Wo? Warum?

(ab 3 Jahren)

Kleine Taten mit großen Folgen –

eine Ozeanfabel aus unserer Zeit für

Weltverbesserer

20. Januar, 10.30 + 19.30 Uhr

Der Pakt (ab 13 Jahren)

Fa(u)st – ein Overkill für

Sinnsucher\*innen

# Weihnachtsmarkt Brühl-Ost

Samstag 03.12.2022, ab 14:00 Uhr



Ortsgemeinschaft  
Brühl-Ost



BRÜNEO Parkplatz, Marie-Curie-Str. 3, 50321 Brühl

brü  
neo  
coworking spaces  
Büro. Event. Space.

Der **Weihnachtsmarkt der Ortsgemeinschaft Brühl-Ost** für Groß und Klein mit vielen verschiedenen handwerklichen Ständen, Delikatessen, winterlichen Getränken und Essen. Natürlich auch mit Live-Musik am späteren Nachmittag sowie einem Basar für den guten Zweck.

Der **BRÜNEO Coworking Space** ist eine außergewöhnliche, schöne und moderne Location für innovative Miet-Arbeitsplätze und -Büros mit Top-Infrastruktur. Das stimmungsvolle Ambiente sorgt für eine besondere, weihnachtliche Atmosphäre. **Kontakt: 02232-70130 [www.bruneo.de](http://www.bruneo.de)**

27. Januar, 10.30 Uhr  
**In jedem Ding steckt ein Schmetterling**  
 (ab 3 Jahren)  
 Ein clowneskes Solostück fast ohne Sprache  
 und mit viel Phantasie

28./29. Januar, 16.00 Uhr  
 30. Januar, 10.00 Uhr  
**Domröschen** (ab 8 Jahren)  
 Gastspiel der Theaterakademie

**GESUNDHEIT**

**Praxis für Feldenkrais**  
 Jeden 3. Samstag im Beethovenpark, 10.00–12.30 Uhr  
**Nordic Walking mit Feldenkrais**  
 Neue fortlaufende Kurse ab Mitte Januar!

**VERSCHIEDENES**

**Kölner Senioren**  
 jeden 1. Dienstag im Monat, 18.00–20.00 Uhr  
**Stammtisch** – Offener Treff für das Miteinander in der  
 KSG und dem Veedel. Er setzt Impulse für Projekte  
 und Vorhaben, fördert das gegenseitige Kennenler-  
 nen. Die Themen sind so vielfältig wie die Personen,  
 die teilnehmen.

**Rosengartenteam Klettenbergpark**  
 Der Rosengarten macht bis Anfang März Winterpause.

**Sülzer Körvje**  
 jeden Freitag von 13.00–15.00 Uhr  
**Verteilung von Lebensmitteln** im Teerstegenhaus  
 an Menschen ab 60 Jahren mit Köln-Pass

**TanzZentrum**  
 jeden Freitag 21.15–24.00 Uhr /jeden  
 2. Samstag 19.00–21.00 Uhr *nur für Singles:*  
**„Freitags-Übungszeit“**  
 jeden Sonntag 20.30–22.30 Uhr  
**„Sonntags-Übungszeit“**

Hier wird geübt und getanzt – von Tango und Walzer,  
 über Rumba und Jive...

**Garten-Praxis für Gestalttherapie**  
 2. Januar, 19.30–21.00 Uhr  
**„Erzähl- und Zuhörcafé“**  
 Sie sind herzlich eingeladen von sich zu erzählen und  
 sich zu üben im kommentarlosen Zuhören.

**Klangnatur**

15. Januar, 19.00–19.45 Uhr  
**Gongabend** – mit Klängen des Tamtam-Gongs  
 entspannen  
 8. Januar, 19.00–19.45 Uhr  
**Klangabend** – Entspannen mit den Klängen  
 von Klangschalen

**Café Lamerdin**  
 7. Januar, 11.00–13.00 Uhr  
**Repair-Café**

**SchmitzundKunzt**  
 7./21. Januar, 11.00–13.00 Uhr  
**Kleidertausch**

15. Januar, 12.00–15.00 Uhr  
**Pflanzentausch**

28. Januar, 19.00–21.00 Uhr  
**Kleidertausch „Abend“**

**TanzZentrum**  
 14. Januar, 19.00–21.00 Uhr  
**Treffpunkt Tanz-Singles:** Discofox, Walzer, Cha Cha  
 Cha & Co. mit wechselnden Tanzpartner:innen

**KIRCHE**

**Evangelische Freie Gemeinde –  
 Kölner Stadtmission**  
 Jeden Sonntag 10.00 Uhr:  
**Gottesdienst mit Kinderbetreuung**  
 in drei Altersgruppen, teils auch online als  
 „Wohnzimmergottesdienst“

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

**Katholisch:**  
**St. Bruno**  
 15. Januar, 11.00 Uhr  
**Brunch für Alleinerziehende**

**St. Karl Borromäus**  
 23. Januar, 14.00–15.30 Uhr  
**Smartphone- und Tablettreff  
 für Senioren**

**St. Nikolaus**  
 7. Januar, 18.30 Uhr  
**Wortgottesfeier**  
 „Gottes Wort Raum geben“  
 8. Januar, 11.15 Uhr  
 Bilderbuchkino der Bücherei

14. Januar 17.00 Uhr  
**Ökumenischer Neujahrsempfang**

20. Januar, 19.30 Uhr  
**Kontemplation und Herzensgebe**

**Evangelische Kirchengemeinde Köln-Klettenberg:**  
 4./18. Januar, 19.00 Uhr  
**„Gute Wege ins Neue Jahr“**  
 Stationsspaziergang durch das Veedel  
 Treffpunkt vor dem Weisshauskino

**Tersteegenhaus**  
 Ab Januar 2023 wird es immer am 15. eines Monats ein  
 neues kurzes Gottesdienstformat geben, die „**Feier-  
 AbendZeit**“. Immer am 15. eines Monats, immer um  
 19.15 Uhr im Tersteegenhaus. Ein kurzer Abendgottes-  
 dienst mit Musik, Gebet, Begegnung und Gedanken.

15. Januar, 19.15 Uhr  
 Neu: **FeierAbendZeit**  
 Kurzer Abendgottesdienst  
 immer am 15. eines Monats

**Johanneskirche**  
 1. Januar, 17.00 Uhr  
**Neujahrsgottesdienst**

27. Januar, 20.00 Uhr  
 Jokis Bühne:  
**Santino de Bartolo**

29. Januar, 11.00 Uhr  
**Taizé-Gottesdienst**  
 mit Johanneskantorei

**Wild u. Geflügel**



**G. Baumann**

*Lassen Sie sich von unserem  
 vielfältigen, frischen  
 Warenangebot, wie z.B.  
 Lammfleisch, Kaninchen,  
 Wild- und Geflügelspezialitäten  
 verführen.*

Sie finden uns Di. & Fr. auf dem  
 Wochenmarkt in Sülz (Auerbachplatz)  
[www.wild-und-gefluegel-baumann.de](http://www.wild-und-gefluegel-baumann.de)



**Holzmöbel nach Maß.  
 Beste Beratung.  
 Kurze Lieferzeiten.**

**SCHREINEREI  
 Kurth & Söhne KG**

Jürgen Kurth & Söhne KG

© 02238 46 1448

[www.schreinerei-pulheim.de](http://www.schreinerei-pulheim.de)

**Ihr Meisterbetrieb in Pulheim**

**Wir setzen individuelle Wünsche nach Maß um:**  
 Möbel · Küchen · Parkett · Decken · Fassaden ·  
 Türen · Fenster · Terrassen · Innenausbau · Um-  
 bauten · Montagen · Reparaturen · Einbruchschutz

# ADRESSEN

## 68elf-studio

Gottesweg 102  
0172 1 09 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 6112 17  
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 4170 16  
www.olitzky.de

## Café Lamerdin

Einhardstraße 5  
www.kirche-klettenberg.de

## Caritasverband für die Stadt Köln e. V.

Kölsch Hätz Nachbarschaftshilfe  
Kordinatorin für Ehrenamtsarbeit:  
Marie-Bernadette von Böselager  
Geisselstr. 1, 50823 Köln  
0162 6 95 09 79  
Marie-Bernadette.vonBoeselager@  
caritas-koeln.de

## CASAMAX Theater

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

## COMMUNICATION MEETS ARTS

Blankenheimer Straße 59  
0178 2 10 87 05

## 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 9 44 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

## Gartenhof Becker

Rosenhof 1, 50259 Stommeln  
0 22 38 24 27  
www.gartenhof-becker.de

## 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 4185 (Home-Office)  
www.beraten-schulen-begleiten.de

## Goldschmiede Katrin Schäfer

Weyertal 40  
0221 46 00 90 13  
www.ktrn.de

## hallo in sülz -

### Willkommensinitiative Sülz & Klettenberg

c/o Evangelische Kirchengemeinde  
Köln-Klettenberg  
Emmastr. 6  
www.halloinsuelz.de

## Heilpraktikerin Eva Landefeld

Bernhardstr. 105, 50968 Köln  
0221 58 47 91 98  
www.naturheilpraxis-landefeld.de

## Hildegard-von-Bingen-Gymnasium

Leybergstraße 1  
0221 47 44 17 50  
www.hvb-koeln.de

## Heliosschule

Mommensenstraße 5  
0221 33 77 08 40

## Individuelle Stadtführung

Bruno Knopp  
0221 9 38 50 05  
www.stadtfuehrung-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 6413 26  
www.caritas-koeln.de

## Internationales Zentrum

Zülpicher Straße 273 b  
0221 84 64-0  
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

Rhönfelder 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

## Klangnatur

Dr. rer. Nat. Bianca Petzelberger  
Rurstraße 9 (Eingang Heimbacherstr.)  
0151 56 00 16 06

## 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

## Kulturbunt - Bunte Vielfalt im Veedel

Silke Peiter  
www.kulturbunt.com  
0221 43 31 23  
mobil 0172 1 66 85 76

## Kulturwerk des BBK Köln e. V.

Offene Ateliers Köln 22  
Mathiasstraße 15  
50676 Köln  
0221 2 58 21 13  
www.matjoe.de  
info@bbk-koeln.de

## Kunstraum 383

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

## 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

## Plastic2Beans GmbH

Impact Café  
Luxemburger Straße 190  
0156 78 41 21 68  
www.plastic2beans.com

## Praxis für Feldenkrais

Silvia B. Raabe  
Guldenbachstraße 1  
0221 5 10 13 92  
www.feldenkrais-koeln.de

## Querwaldein e. V.

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

## Raum für Mehrsprachentheater Köln

Eva Hevické  
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

## 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

Ihr starker Partner in den Bereichen  
Wasser, Wärme und Umwelt.

Mehr Informationen über unser  
Unternehmen und unsere  
Dienstleistungen finden Sie unter  
[www.hinz-koeln.de](http://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](mailto:post@hinz-koeln.de)  
[www.hinz-koeln.de](http://www.hinz-koeln.de)

Exzellente Qualität in Ausführung und Service durch unsere Partner zertifiziert und bestätigt.



## SIGNIA STYLETTO: DAS DESIGNERSTÜCK UNTER DEN HÖRGERÄTEN

- Hochpräzise Klangverarbeitung mit AX Technologie
- komfortable Akku Technik
- diskretes Design in verschiedenen Farben erhältlich
- bietet einen sehr natürlichen Höreindruck
- Mit IOS Streaming



**JETZT BEI UNS PROBETRAGEN UND DAS STYLETTO ERLEBEN.**

**Ihr Spezialist für Im-Ohr-Hörgeräte!**

Luxemburger Str. 248, Köln Sülz

Tel.: 0221 - 986 507 05



**Hörzentrum Lux**



*Wir tun was fürs Veedel!*

# VEEDELSTOMBOLA

**25.11. bis 18.12.2022**

**Einkaufen, wo Du zuhause bist –  
Entdecke die Vielfalt in Deinem Veedel!**

Halten Sie in den Schaufenstern Ausschau nach dem beleuchteten Weihnachtsstern mit dem Logo der Interessengemeinschaft. Notieren Sie **5 Geschäfte** mit der **Besonderheit**, die sich neben dem Stern befindet.

Bedingung ist: Es sollten **5 Geschäfte** von mindestens **3 unterschiedlichen Straßen** sein (z. B. Zülpicher Straße, Luxemburger Straße, Gottesweg, Berrenrather Straße oder Sülzburgstraße).

Ihre Aufzählung mit den Geschäften und den entsprechenden Besonderheiten senden Sie einfach per Mail an: [tombola@isk-carree.de](mailto:tombola@isk-carree.de)

Einsendeschluss: 18.12.2022

Weitere Informationen zu den Gewinnen, den Teilnahme­schein sowie die Teilnahmebedingungen finden Sie über den QR-Code auf unserer Homepage.

