

stadtteilmagazin

15. Jg. • Nr. 2 • Sommer 2021

■ leben ■ leute ■ lifestyle im karree





NEU: Der 10. Immobilienmarktbericht für Köln



Entwicklung der Verkaufspreise,
Angebotspreise und Mietpreise

Jetzt Online lesen:





Jaap Westermann, Geschäftsführer Regionaldirektor BVFI, Diplom-Kaufmann, Sachverständiger für die Bewertung unbebauter und bebauter Grundstücke (perscertTÜV)

Profitieren Sie vom vielfach empfohlenen und ausgezeichneten Experten aus dem Veedel!













www.rheingoldimmobilien.de

Einfach anrufen oder mailen:

Tel.: 0221 - 99 51 99 03

info@rheingoldimmobilien.de



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

weiterhin stehen wir gedanklich zwischen Wunsch und Vernunft und haben das Gefühl, irgendwie mit angezogener Handbremse durchs Leben zu fahren. Dieses ständige Auf und Zu, ein bisschen auf und dann doch wieder zu, kein Theater, kein Kino, keine Konzerte, kein gemeinsames Kölsch mit Familie, Freundinnen und Freunden usw. usf. All diese Einschränkungen und Verzichte zehren sichtlich an unserer Psyche, und die Hoffnung aller steigt, dass der Sommer endlich die ersehnte Normalität ein Stück weit zurückbringen möge. Die fallenden Inzidenzwerte und fortschreitenden Impfungen sind zumindest ein dezenter Lichtschweif am Horizont. Doch es nützt nichts: Vorsicht und Rücksicht sind immer noch das oberste Gebot, denn ganz verschwinden wird das Virus wohl nie mehr. Aber ich bin mir sicher, wir werden lernen, mit ihm zu leben. Ich freue mich schon darauf, dann auch wieder mit Ihnen in unseren Lieblingslokalen im Veedel auf unsere neu gewonnenen Freiheiten anzustoßen.

Bis dahin bitte ich Sie, unterstützen Sie unsere Geschäfte und Restaurants im Veedel, so gut es eben geht. Mit den bekannten Angeboten wie beispielsweise "Click & Meet", "Click & Collect", der leckeren Menü-Auswahl zum Abholen oder Liefernlassen, helfen Sie all den vielen Menschen, die sich nichts sehnlicher wünschen, als auch nach der Krise weiter für Sie da zu sein. Schauen Sie doch erst einmal nach den vielen Produkten hier vor Ort, bevor Sie wieder einmal den bekannten Internetgiganten den Vortritt geben, die sich wahrlich nicht einen Fingerzeig um das Leben und die Vielfalt unserer schönen Veedel scheren.

In diesem Sinne, passen Sie auf sich auf, bleiben Sie gesund und lassen Sie sich von unserer aktuellen Ausgabe der INsülz & klettenberg inspirieren – der Sommer wird schön.



Auch als **Download**unter
insuelz.com



Fernsehmoderator und Autor Ralph Caspers, fotografiert von Sonja Hoffmann



So erwacht das Stadtteilmagazin dank AR* zum Leben:

- 1. Kostenlose YONA-App auf Ihr Smartphone laden.
- 2. App öffnen und gekennzeichnete Inhalte scannen.
- 3. Erweiterte Realität erleben.







Informative
VIDEOS

mittels
erweiterter
Realität

AR = Augmented Reality, deutsch: Erweiterte Realität. Darunter versteht man die computergestützte Erweiterung der Realitätswahrnehmung.

INhalt







leben

INspiziert

Die Feuerwache Lindenthal 05

INteressant

Hören & Sehen - Auge und Ohr: 10

INkürze

Neuigkeiten aus dem Veedel 14

INformiert

Beschlossene Sache 18

Rechtstipp: Elternunterhalt 20

INkunst

Ein Viertel des Kunsthandwerks 21

Höchste Zeit für Kunst! 24

Kunstprojekt "Paradiese" 26



leute

INklein

Bunte Seiten für Pänz:

Die Feuerwehr im Viertel 30

INvolviert

Ehrenamt im Veedel:

Menschen helfen Menschen 34

INterview

Ralph Caspers:

Die Überwindung

der Sprachlosigkeit 38

■ lifestyle

INdividuell

Grüne Paradiese geich um die Ecke:

Kleingärten in Sülz und Klettenberg 42

INterieur

Tipps rund ums

Aufwerten und Einrichten 46

INspiriert

DIY: Charmante Untersetzer 49

Leicht und lecker -

regional und saisonal 50

INpuncto Gesundheit

Gesundheit von Kopf bis Fuß 52

INsicht

Termine für den Sommer 55

Adressen 58

2goldfisch . Werbeagentur & Verlag . Christian-Gau-Straße 17 . 50933 Köln . 992000-10 . info@2goldfisch.de . www.2goldfisch.de . Herausgeber: Ralf Martens (rm)

Red. Mitarbeit: Henry Buschle (hb) www.liebedeinewelt.de. Thomas Dahl (td) – freier journalist und autor. www.wortall.de. Eva Landefeld (el). Dorothee Mennicken (dm). www.klartextkoeln.de Anika Pöhner (ap). Hanka Meves-Fricke (hmf). www.drei-txt.de. Beate Zimmermann (bz). Layout: Sabine Brand. typeXpress. Ralf Martens. 2goldfisch

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 8.000 Exemplaren und digital für Smartphone und Tablet. 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 2021. Für unverlangt eingesandte Texte und Fotos übernehmen wir keine Haftung. Gerichtsstandort: Köln.





Die Feuerwache Lindenthal ist 101 Jahre alt

Drohnenaufnahme der Feuerwache heute von Kevin Krämer

Die Feuerwache 3 in Lindenthal in der Gleueler Straße ist die älteste sich in Betrieb befindliche Feuerwache in Köln und wurde 2020 100 Jahre alt. Wir haben uns im Gebäude umgesehen und mit Brandmeister Malte Bahr gesprochen.

von Hanka Meves-Fricke

Historische Aufnahme der Feuerwache um 1920



leben INspiziert



Warum tragen Feuerwehrmänner auf den Fotos um 1900 Schnauzbärte? Wir mögen es kaum glauben, aber sie dienten, mit Spucke befeuchtet und in den Mund genommen, als Rauchfilter. Schnell wurde den Feuerwehrleuten klar, dass dies ein völlig unzureichender Schutz ist. Erste Schutzmasken sowie brandfeste Kleidung wurden entwickelt. Dennoch war die Arbeit lebensgefährlich. Eine moderne Schutzausrüstung besteht aus spezieller Kleidung, feu-

erfesten Schuhen, einem Helm und einer Pressluftflasche. Alles zusammengenommen tragen Feuerwehrleute bei einem Einsatz circa 30 Kilogramm.

Die Ursprünge der Feuerwehr gehen auf freiwillige Brandwachen zurück, aus denen die Freiwillige Feuerwehr hervorging. 1872 wurde in Köln die Berufsfeuerwehr gegründet. 2022 wird sie 150 Jahre alt. Der Bau der Feuerwache in Lindenthal wurde 1912 begonnen, jedoch wegen des Ersten Weltkriegs erst 1920 fertiggestellt. Damals gehörte sie zu den modernsten Feuerwachen in Deutschland und hatte als erste Kölner Wache keine Pferdefahrzeuge mehr. Architekt war der 1874 geborene Baurat Bernhard Klewitz, der übrigens auch das Waisenhaus in Sülz entworfen hat.

Wahrzeichen der Feuerwache ist der 30 Meter hohe Turm. Wir konnten uns selbst überzeugen, dass man von hier eine wunderbare Sicht auf den Dom, die Universitätsklinik und das Uni-Center hat. Er diente früher tatsächlich als Wachturm und beherbergt heute eine Sammlung historischer Gegenstände und Werkzeuge der Feuerwehr. Genauso sehenswert sind jedoch die kleinen Verzierungen am Gebäude: Fische, Menschen, Götter, alle mit Bezug auf den Auftrag der Feuerwehr: die Rettung von Menschen, Tieren und Sachwerten aus dem Feuer und gefährlichen Situationen.









Brandmeister Malte Bahr, 23 Jahre alt, erzählt uns, dass seither viel modernisiert wurde, jedoch das denkmalgeschützte Gebäude insgesamt erhalten bleiben soll. "Es ist schon klasse, in so einem schönen Gebäude zu arbeiten. Doch wenn ich hier einen Wagen einparke, muss ich mich konzentrieren."

Wir beobachten, wie ein Kollege einen Feuerwehrwagen rückwärts in die Garage fährt. Da ist Millimeterarbeit gefragt. Aus Sicherheitsgründen steht eine Einsatzkraft auf dem Bürgersteig, wenn die Wagen bewegt werden, denn die Ausfahrten sind nicht nur eng, sondern die Straße auch schwer einzusehen. Und wenn Feuerwehr und Rettungsdienst zum Einsatz gerufen werden, muss es schnell gehen. Malte Bahr hat seine Ausbildung zum Brandmeister gerade absolviert. Er erzählt uns, dass der Einsatztrupp in nur einer Minute nach dem Alarm einsatzbereit im Wagen sitzen muss. Genau hier kommt die Stange zum Hinunterrutschen zum Einsatz. Sie führt in Lindenthal von den Tagesräumen hinunter zur Garage. Einsätze wollen trainiert sein. Feuerwehrleute arbeiten im Brandschutz im 24-Stunden-Dienst und im Rettungsdienst im 12-Stunden-Dienst, pro Woche 48 Stunden. Wenn sie nicht gerade im Einsatz sind, bilden sie sich gegenseitig weiter, halten sich in den eigenen beiden Sporträumen fit, reparieren und unterhalten ihre Materialien. Von Vorteil ist, dass die Feuerwehrleute vor der Ausbildung bei der Feuerwehr eine Berufsausbildung machen und so bei vielen Problemen, unter anderem bei der Elektrik oder Malerarbeiten, selbst

Hand anlegen können. Der Trupp verbringt viel Zeit miteinander und muss sich bei den gefährlichen Einsätzen voll aufeinander verlassen können.

Die Feuerwehr Köln ist 2020 zu über 172.000 Einsätzen im Rettungsdienst und zu 12.263 Alarmierungen im Brandschutz und der Technischen Hilfeleistung ausgefahren. 2020 sind wesentlich weniger Notfälle durch die Coronakrise aufgetreten, da die Menschen seltener zur Arbeit fuhren und viele im Homeoffice waren. Dabei sind

Systemische Beratung in Sülz

Praxisgemeinschaft mit Vielfalt, Kompetenz und Wertschätzung

"Alles eine Frage der Perspektive!"

Wir freuen uns, Sie in unseren Räumen in der Neuenhöfer Allee 84, 50935 Köln, begrüßen zu dürfen.

Weitere Infos unter: www.systemische-beratung-suelz.de

leben INspiziert



die Aufgaben der Feuerwehr in einer Großstadt wie Köln sehr breit gefächert. Die Feuerwehr fährt aus zu Bränden, rettet aber auch aus Gewässern sowie Höhen und Tiefen, hilft Tieren und kommt im Karneval sowie bei Verkehrsunfällen zum Einsatz. Bei den Hochwasserschutzübungen ist die Kölner Feuerwehr immer dabei. Natürlich war die Feuerwehr auch bei der Evakuierung der Universitätsklinik nach einem Bombenfund im letzten Jahr im Einsatz. Zudem verfügt sie über die Sondereinheit Analytische Task Force (ATF) sowie Taucher, Höhenrettung und Rettungshubschrauber, die nach ihrem Schutzheiligen Christophorus "Christoph 3" und "Christoph Rheinland" benannt sind. Malte Bahr selbst fährt als ausgebildeter Notfallsanitäter und Brandmeister auf einem Tanklöschfahrzeug zum Brandeinsatz und in einem Rettungswagen zur medizinischen Notfallrettung.

Cinic 41

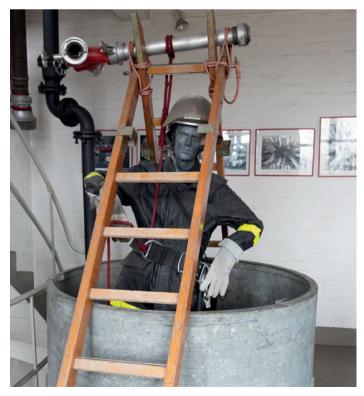
| Signating Ca. Centraly, R. -| Signating Ca. Cent

In Köln arbeiten insgesamt 1.634 Frauen und Männer für die Berufsfeuerwehr Köln, weitere 1.679 engagieren sich freiwillig. In der Feuerwache Lindenthal steht ein Löschzug bereit, der aus einem Löschfahrzeug mit einer Drehleiter und einem Tankfahrzeug besteht. Zudem sind hier Rettungs- und Noteinsatzwagen sowie ein Babyintensivtrans-

porter stationiert. Die Feuerwehr ist längst keine Männersache mehr. Für die Kölner Feuerwehr sind heute 13 Frauen im Einsatzdienst, 174 arbeiten in der Berufsfeuerwehr, und weitere 171 Mädchen und Frauen engagieren sich in der Freiwilligen Feuerwehr. hmf

www.stadt-feuerwehr.de www.feuerwehrfrauen.de







Wir tun was fürs Veedel!

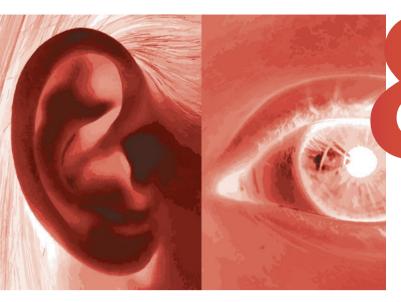
Einkaufen im Veedel SÜLZ und KLETTENBERG

2goldfisch Agentur & Verlag · ABS Gastronomie & Catering · ADTV & Creadance Tanzzentrum · Apotheke am Questerhof · Arbeiter-Samariter-Bund Köln e.V. · Barmenia Agentur Manfred Eismann · Bodystreet Köln Sülz · Bruchhaus Optik & Akustik · brune küchen · Buchhandlung Olitzky, M. Ruland Café e bom! · CASAMAX Theater · Cava-Cava · Chang Thai Imbiss · Colflor Blumen Design · Concept Hommage · Crêpes Suzette Dany's ONE LOVE Debeka Serice Büro Birgit Grigq-Lang · Deli Sülz · Der Schmuckdoktor · Die Fleisachboutique · Droemont Modedesign · E-Bike Erlebnis-Center Nr. 1 Eckstein Bar & Restaurant · Elektrotechnik Schildgen GmbH · Else Fashion · ERGO Versicherung Andreas Mülller · Et Höttche · F & M Flasnöcker Steuerberatungsgesellschaft mbH · Fitness First Germany GmbH · Fitnesstreff für Frauen · Foto Kuhweide · Freiraum Galerie · Friedrichs – Die Metzgerei Friends Mobile CC Gmbh & Co. KG · Gesunde Etagen, Physio Fit GbR · Goldschmiede Tina Theves · Gold und Zeit · Gothaer Versicherungsagentur Andreas Gierden · Große Sülz-Klettenberger KG von 1928 e.V. · Hans-Josef Schulte, ISK Geschäftsführer · Haus Unkelbach · Hörzentrum Lux GmbH IG Dienstagsveedelszug SKL 1953 e.V. · IG-LUX 190 · Internationales Caritas-Zentrum Sülz · Jättefint · Jörg Nuhn – die Haarschneider · Keiserlich Eismanufaktur · KHTC Blau-Weiss 1930 e.V. · Kleine Markthalle Sülz · Kleine's Eck · Klumpe Rechtsanwälte · Köttgen Hörakustik GmbH & Co. KG · Kunst- & Kulturevents B. Hellwig · Lanius MAGAZIN · Living Wohndesign Terrence Palmer G.R. · LOLOCO · Lottas Lable GmbH · MAUEL 1883 GmbH · Monx Muskelkater Sport Köln GmbH · Nähwerkstatt, Kathrin Hittorf · Naturata Naturkost/Spiel und Kleid · Naturschön · Ni-Ki Berrenrather Str. · Optik Dorn Physio Aktiv M. Pambor · Restaurant Heckmanns · REWE City Berrenrather Str. · REWE City Luxemburger Str. · Rheingold Immobilien GmbH · Rodenkirch Assekuranz, Allianz GV · Rosengarten Köln GmbH · S:A:L:E: Köln · Sara · Savoca Manifattura GmbH · Senzera GmbH · Shalima · Sport Bülle Sportcenter Kautz Springs Köln GmbH · Steuerberatungskanzlei Hühn · Terra sports GmbH · Urban Nails GmbH · Viani Food GmbH · Viva Mode Volksbank Köln Bonn eG, Filiale Sülz · Weinschmeckerei · Werbepraxis GmbH · Werner's Metzgerei GmbH & Co. KG · Zoofachgeschäft Santos



Vielen Dank für Deine Unterstützung!

Das Veedel brancht dich!



MING

Hören Sehen

Auge und Ohr: Wir brauchen beide Sinnesorgane

Die beiden Sinne Hören und Sehen zu bewahren, Ohren und Augen gesund zu halten, Risiken für eine Schädigung dieser Organe und ihrer Funktion gering zu halten, sollte in jedem Lebensalter Ziel sein. Dass der Blickkontakt das Hörverständnis stützt, ist eine Alltagserfahrung, die sicher alle von uns schon einmal gemacht haben und durch zahlreiche Studien belegt ist. Neuere Studien gehen sogar von einer neurologischen Kopplung von Augen und Ohren aus. In Sülz und Klettenberg gibt es zahlreiche Spezialistinnen und Spezialisten, die sich dem Thema Sehen oder Hören widmen, manche sogar beidem. Wir haben uns umgehört.

Arbeitsplatzbrillen haben Hochkonjunktur

Die Coronapandemie verstärkt so manches Phänomen. So kann Augenoptiker Peter Wirtz von Ming Brill auf der Zülpicher Straße einen deutlich höheren Bedarf an Arbeitsplatzbrillen verzeichnen, seitdem zahlreiche Menschen zu Hause arbeiten. "Wenn sie zum Beispiel im Homeoffice an einem Laptop arbeiten, statt wie vorher im Büro an einem großen Bildschirm, bekommen Leute mit Gleitsichtbrillen Probleme, weil sie jetzt viel näher am Bildschirm sitzen", erläutert er. Deshalb hat er viele Anfragen zu Bildschirmarbeitsplatzbrillen, die an die neuen Abstände angepasst sind.

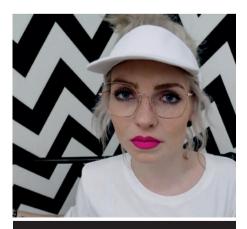
Auch einige 40- bis 45-Jährige mit den ersten Alterssichtproblemen merken jetzt an Kopfschmerzen und brennenden Augen, dass sie zu Hause eine andere Sehentfernung haben.

"Nah sehen ist für das alternde Auge am anstrengendsten", beschreibt Peter Wirtz den Grund für die Beschwerden und rät dazu, mit individuell angepassten Brillengläsern für entspannteres Sehen und damit für Augengesundheit zu sorgen. Der Augenoptikermeister konstatiert: "Unsere Augen sind nicht für den Bildschirm gemacht, die Folgen der langen Homeoffice-Phase werden immer deutlicher." Hilfe von Fachleuten ist also angeraten, damit das wichtige Sinnesorgan Auge so lange wie möglich gut funktioniert. Nicht nur für die Arbeit bedeutet gutes Sehen Lebensqualität.

www.mingbrill.de



Anschaulich demonstriert Peter Wirtz den optimalen Abstand zum Bildschirm.

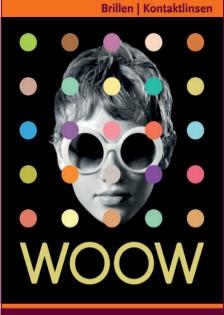


Mingbrill Augenoptik
Zülpicher Str. 196 · Fon 0221/84670527
www.mingbrill.de

INteressant leben







PTIK

Optik Dorn
Inh.: Bettina Grueter-Wirth
Sülzburgstr. 76 | 50937 Köln
Telefon 0221 – 41 4951
Mo.–Fr. 9–18.30 | Sa. 9–14 Uhr

OPTIK DORN

UV-Schutz für gesunde Augen

"Wir müssen auf unsere Sinnesorgane gut aufpassen", plädiert Bettina Grueter-Wirth, Inhaberin von Optik Dorn, an alle, die weiterhin gut sehen wollen. Die richtigen Brillengläser können zwar Sehfehler korrigieren, doch kommt es zur gefürchteten Makuladegeneration, wird es schon problematischer. Denn diese meist im Alter auftretende Netzhauterkrankung kann zur Erblindung führen und ist nicht heilbar.

Deshalb setzt die Augenoptikermeisterin auf Vorbeugung durch UV-Schutz. Im Sommer sollte man seine Augen nicht zu lange ohne Sonnenbrille der Sonne aussetzen. Auch ungetönte Gläser sollten immer einen integrierten UV-Schutz haben. Die gibt es bei Optik Dorn jetzt auch in farbenfohen neuen Fassungen. "Ich habe das Gefühl, die Menschen brauchen gerade jetzt, in diesen seltsamen Zeiten, etwas Aufheiterndes. Eine neue Brille kann so ein Farbtupfer im Alltag sein", ist die Augenoptikermeisterin überzeugt.



Besonders angetan haben es ihr die Brillenfassungen der Kollektion woow, die beispielsweise Farbkombinationen wie Türkis und Rot, Grün und Elfenbein, Neonorange und Blau oder komplett bunt gemusterte Fassungen anbieten. Hinzu kommen leichte Metallfassungen, etwa das Modell Deja Vu, bei dem die Fassung in einem hellen Goldton blinkt. Auch Sonnenbrillen gehören in die Kollektion, wie zum Beispiel das Modell Super Viv, das mit seiner ausgefallenen Musterung überzeugt. So macht Brilletragen richtig Spaß und setzt modische Akzente.

www.optik-dorn.de



50969 Köln-Zollstock

Höninger Weg 180
Telefon 0221-3606111
zollstock@koettgen-hoerakustik.de

50937 Köln-Klettenberg

Luxemburger Straße 240 Telefon 0221-416219 klettenberg@koettgen-hoerakustik.de

50937 Köln-Sülz

Zülpicher Straße 353 Telefon 0221 - 48 48 32 68 suelz@koettgen-hoerakustik.de



BRUCHHAUS OPTIK &

AKUSTIK

Bruchhaus Optik & Akustik: Zwei in einem

Neben dem Sehen ist auch das Verstehen eine gesellschaftliche Notwendigkeit. "Da es in der Natur des Optikers liegt, sich mit der Wahrnehmung zu beschäftigen, ist dies Grund genug, dass wir uns in diesem Bereich schon lange zu Experten entwickelt ha-

ben", berichtet **Michael Bruchhaus**, Inhaber von **Bruchhaus Optik & Akustik**. Der familiäre Umgang, den der Optikermeister mit seinen langjährigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern pflegt, spiegelt sich auch im verständnisvollen Umgang mit den Kunden wider. "Wir nehmen uns viel Zeit für eine ausführliche Anamnese, sodass sich jede

und jeder schließlich mit ihrer oder seiner Wahl wohlfühlt und wieder optimal sehen beziehungsweise hören kann."

Beim Material der Brillen setzt Bruchhaus Optik & Akustik verstärkt auf Naturprodukte wie Holz und Horn; die neueste Kollektion wird sogar aus der Bohne des Wunderbaums hergestellt.

Hier findet man auch eine große Auswahl an Sportbrillen für eine Vielzahl an Sportarten. Das

Besondere: Vor Ort können die Brillen in bestimmten sportlichen Situationen getestet werden, beispielsweise im Windkanal und am Putting Green.

Im Bereich der Hörakustik scheint es beinahe selbstverständlich, dass man sich bei Bruchhaus Optik & Akustik die neuesten Geräte mit neuester Technik ansehen und ausprobieren kann. "Die modernen Akku-Hörsysteme können unter anderem mit dem Smartphone und dem Fernseher gekoppelt werden", erklärt Hörgeräteakustikmeister Giulio Kellner, "und garantieren einfachste Handhabung, da kein Batteriewechsel mehr notwendig ist."

Ganz im Sinne der Nachhaltigkeit werden durch Kommissions- beziehungsweise Demogeräte das Verpackungsaufkommen und die Transportwege reduziert. Und so werden auch Brillen ressourcenschonend durch Reparatur wieder instand gesetzt, anstatt sie wegzuwerfen.

www.bruchhaus-optik.de



Die Profis fürs Hören und Sehen: Giulio Kellner (rechts) und Michael Bruchhaus (links)

Hörzentrum Lux: Die Im-Ohr-Manufaktur

Ob im Holzdesign, aus Gold, Carbon oder Titan – handgefertigte Unikate sind sie alle. Beim Atelierpartner Audio Service werden die schicken, hochwertigen Hörgeräte individuell angefertigt, die zudem technische Kraftpakete sind: "Sowohl im Ohr als auch hinter dem Ohr: die neueste Akkutechnik, Steuerung per App oder smartes Hören durch Bluetooth-Kopplung sind nur beispielhafte Möglichkeiten", erklärt Helene Betcher, Akustikmeisterin beim Hörzentrum Lux mit 20 Jahren Know-how und einem großen Verständnis für ihre Kundinnen und Kunden.

In den vergangenen Jahren haben sich die Hörgeräte rasant weiterentwickelt. Die sogenannte "Kontaktlinse fürs Ohr", das Modell Lyrac (by Phonak), welches tief und unsichtbar im Gehörgang eingepasst wird, lässt sich problemlos in den Alltag integrieren. "Ob beim Sport, Schwimmen, Duschen oder Schlafen – das Gerät bleibt über Mo-



Helene Betcher (rechts) und Tatjana Nebritov (links) sind beide Akustikmeisterinnen und die Fachfrauen im Hörzentrum Lux.

nate im Ohr, ohne dass es den Träger oder der Trägerin auf irgendeine Weise beeinträchtigt", versichert Helene Betcher. "Vor allem Tinnitus-Geplagte profitieren von diesem ausgefeilten Gerät." Unser Tipp: Einfach mal vor Ort einen unverbindlichen Hörtest machen und sich sachkundig von Helene Betcher und ihrem Team beraten lassen.

www.hoerzentrum-lux.de



Die neue substance
Brillenkollektion von ROLF steht
ganz im Zeichen der Pflanzenkraft.
Ausgangsbasis für die neue
Kollektion ist ein Pulver, das aus
dem sogenannten Wunderbaum
gewonnen wird. Es bringt
eine Reihe nachhaltiger und
funktionaler Eigenschaften mit, die
es ermöglichen, innovative Brillen
auf Pflanzenbasis herzustellen.



BRILLEN AUS BOHNEN KEIN WITZ!

Berrenrather Str. 213 | 50937 Köln | T. +49 221 9411003 | www.bruchhaus-optik.de

SICHTBAR UNSICHTBAR!

Kunden von heute mit leichtem bis mittlerem Hörverlust fühlen sich nicht alt- und sie sind es auch nicht.

Signia Active ist das neue brillante Hörgerät im Earbud Design:

- Bluetooth streaming
- Mobiles laden
- Signia Xperience Klangverarbeitung für bestes Sprachverstehen

Ihr Spezialist für Im-Ohr-Hörgeräte! Luxemburger Str. 248, Köln Sülz Tel.: 0221 - 986 507 05





Hörzentrum Lux

Neue Räume für ALT & JUNG – der Pflegedienst in Sülz

ALT & JUNG

Mehr Platz, weniger Lärm durch eine moderne Dämmung und eine neue Raumaufteilung – darauf freuen sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Pflegedienstes ALT & JUNG, denn im Juni wird umgezogen. Nach

22 Jahren auf der Berrenrather Straße geht es jetzt in ein komplett renoviertes Ladenlokal auf der Luxemburger Straße, Ecke Neuenhöfer Allee.



Inhaberin Jutta Krämer beschreibt die Gründe für die Entscheidung: "Wir haben hier 50 Quadratmeter mehr, und das ist bei unserer wachsenden Mitarbeiterzahl (zurzeit 20 Frauen und Männer) ein großes Plus. Hinzu kommen eine Fahrradgarage und eigene Stellplätze für die kleinen Autos, ohne die es einfach nicht geht." Bei der Gestaltung

der Räume werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit einbezogen, damit sie sich im Dienst und in ihren Pausen wohlfühlen. Auch moderne Technik wird Einzug halten, damit zum Beispiel Inhouse-Schulungen zur Fortbildung oder für die Auszubildenden durchgeführt werden können.

"Mir war es wichtig, auf keinen Fall Sülz zu verlassen, denn wir alle mögen das Viertel und seine älteren Bewohnerinnen und Bewohner ganz besonders", macht Jutta Krämer ihren Kundinnen und Kunden ein Kompliment und fügt hinzu: "Wir hoffen, dass die Menschen aus Sülz auch weiterhin einfach mal bei uns vorbeischauen, auch wenn der neue Standort etwas abgelegener ist als bisher." Mit dabei ist selbstverständlich auch die kleine Hündin Lana, die auch im neuen Domizil für Unterhaltung sorgen wird.

www.altundjungkoeln.de



25 Jahre Apotheke am Questerhof

"Ein großes Dankeschön an unsere treuen Kundinnen und Kunden" – das ist **Apotheker Sebastian Berges** ein Herzensanliegen, wenn man ihn auf das Jubiläum seiner Apotheke anspricht. "In Sülz macht es richtig Spaß, einen Beitrag für die Gesundheit des Viertels zu leisten. Manche Menschen sind seit dem ersten Tag 1996 Stammkunden."

Gestartet ist das Ehepaar Ilka und Sebastian Berges mit einigen wenigen Teilzeitkräften, und so war es ein Meilenstein, als sie 1998 die erste Vollzeitapothekerin einstellen konnten. Seitdem wurde das Team sukzessive auf zurzeit elf Mitglieder vergrößert. Einen Rückschlag gab es 2003, als aufgrund der Änderung der Arzneimittelpreisverordnung die Umsätze einbrachen. Durch stetiges Wachstum konnte der Verlust wieder aufgeholt werden. 2008 erhielt das Team der Apotheke am Questerhof zum ersten Mal ein Qualitätsmanagements-Zertifikat für vorbildliche Arbeitsabläufe. Der Einbau des vollautomatischen Lagerautomaten 2014 brachte den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mehr Zeit für die Beratung der Kunden, "weil die Warenbereitstellung für den Kunden in der Apotheke jetzt größtenteils automatisch läuft", erläutert Berges. 2016 gab es gleich zwei wichtige Ereignisse: Zunächst die Übernahme der Stern-Apotheke in Hürth und dann der komplette Umbau der Apotheke am Questerhof in einen platzoptimierten, hellen und freundlichen Beratungs- und Verkaufsraum, "Die Coronazeit ist natürlich auch ein Meilenstein", so Sebastian Berges, "wir waren eine der ersten Apotheken mit Plexiglasscheiben, Maskentragen und Desinfektionsmittelspender."

Seine Kundinnen und Kunden kompetent beraten, ihnen speziellen Service, wie etwa die Zubereitung von Spezialrezepturen für Kinder, anzubieten oder den seit 2020 ausgebauten Botendienst, das ist dem 56-jährigen Apotheker und langjährigen Vorsitzenden der Interessengemeinschaft Sülz-Klettenberg enorm wichtig: "Das ist mein Leben hier seit 25 Jahren. Mein Team und ich, wir fühlen uns wohl unter den Menschen in Sülz – dafür danke ich allen, die dazu beitragen, unseren Kundinnen und Kunden, Ärztinnen, Ärzten und den Geschäftsleuten in der Umgebung."

Caritasverband eröffnet neue Geschäftsstelle in Klettenberg

Seit dem 22. März dieses Jahres hat der Caritasverband für die Stadt Köln e.V. ein neues Büro im betreuten Wohnen im Souterrain von Haus Bruno auf der Geisbergstraße 37 eingerichtet. Hier kümmert sich Astrid Hövel immer dienstags und donnerstags um die Koordination und Planung der ambulanten Pflege im Veedel.

"Ob jung oder alt, jeder Mensch lebt anders", erzählt uns die ambitionierte Pflegedienstleiterin. "Entsprechend unterschiedlich sind die Bedürfnisse, auf die wir uns Tag für Tag einstellen. Dabei können wir von der ambulanten Pflege der Caritas die nötige Unterstützung bieten, die sie für ein zufriedenes, aktives und sicheres Leben in den eigenen vier Wänden brauchen." So können Menschen, denen ihre Selbstständigkeit wichtig ist, in ihrer vertrauten Umgebung mit ihren Angehörigen und Bekannten bleiben - auch wenn für manches die Kraft oder die Gesundheit nicht mehr ganz ausreichen. "Unsere Patientinnen und Patienten werden so von uns versorgt, wie wir auch unsere Angehörigen versorgen würden", versichert uns Frau Hövel.

Aktuell ist die Caritas auf der Suche nach ausgebildeten Pflegekräften, die verantwortungsvoll in einem ambulanten Team arbeiten möchten. "Unsere Pflegekräfte haben alle 33 Urlaubstage, ein 13. Monatsgehalt, Urlaubsgeld, werden nach Tarifvertrag bezahlt und



können in einem Lebensarbeitszeitkonto ihre Überstunden anrechnen lassen, sodass sie früher in Rente gehen können", betont Astrid Hövel. Und auch die Förderung der Mitarbeiter durch Weiterbildung und Weiterqualifizierungen liegt dem Caritasverband am Herzen, "Jeder Mitarbeiter, jede Mitarbeiterin soll gern zur Arbeit kommen. Das ist uns sehr wichtig."

Interessenten können sich direkt an Astrid Hövel wenden, sie einfach anrufen unter Telefon 0221 9439 413 oder eine E-Mail schreiben an astrid.hoevel@caritaskoeln.de. "Keiner wird hier ins kalte Wasser geworfen, sondern kann selbstverständlich - wenn gewünscht einen Tag hospitieren," verspricht sie.

www.caritas-koeln.de



Freie Pflegeplätze in der Ambulanten Pflege Lindenthal

Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie ein persönliches Erstgespräch. Gemeinsam mit Ihnen stellen wir ein Angebot an Hilfen zusammen, welches zu Ihrer individuellen Situation passt.

> Caritas Ambulante Pflege Klettenberg, Telefon: 0221 9439 413, astrid.hoevel@caritas-koeln.de, dienstags und donnerstags

Unser qualifiziertes und engagiertes Team kommt zu Ihnen nach Hause und bietet Ihnen Hilfe in folgenden Bereichen an:

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Entlastungs- und Betreuungsleistungen
- Verhinderungspflege
- Hauswirtschaftliche Unterstützung
- Pflegeberatung und Anleitung
- HausNotRuf

Ambulante Pflege ... weil das Zuhause zählt.





Regional. Saisonal. 100 % Bio.



Abwechslungsreich und farbenfroh genießen!

Genieß deinen Sommer – in allen erdenklichen Formen:

Hol dir bei uns einen schönen Blumenstrauss, gönn dir ne Limo, genieß fantastisches Pesto oder tolle Nussbutter aus Köln. Pfleg deine Hände mit der herrlich duftenden festen Handcreme aus Monschau.

Machs dir schön, komm vorbei!



Besuche uns:

Weyertal 42 * 50937 Köln Eingang über Zülpicher Straße Haltestelle: Weyertal, Linie 9

Offnungszeiten:

Montag - Freitag 10.00 - 19.00 Uhr Samstag 11.00 - 15.00 Uhr

Melde Dich:

kontakt@hofladenimveedel.de 0221 / 32 07 85 12

■ leben INkürze

Sich selbst etwas Gutes tun und ein bisschen die Welt retten

Am 14. Mai vor einem Jahr wurde der **Hofladen im Veedel** im Weyertal, Eckeauf der Zülpicher Straße, Ecke Weyertal eröffnet. Die Idee: Nicht die Städter fahren zu den Höfen, sondern die Produkte der Bio-Landwirte aus der Umgebung kommen frisch ins Veedel. Jetzt feiern die Inhaber **Anna** und **Nils** das einjährige Bestehen mit immer wieder neuen tollen Produkten und großer Auswahl auch an vegetarischen und veganen Lebensmitteln.

Am 1. April haben Anna und Nils den Staffelstab des Hofladens im Veedel von Vorgänger Jan übernommen, der aus familiären Gründen nach Berlin zieht. Sowohl das nachhaltige Konzept als auch die Lage im Weyertal haben sie begeistert. Das Ehepaar führt zusammen mit dem sympathischen und engagierten Team das etablierte Konzept mit saisonalen Bio-Lebensmitteln aus regionalem Anbau konsequent fort. Dabei finden fortlaufend neue tolle Produkte den Weg ins Sortiment, das gerade auch für Vegan-Fans jede Menge zu bieten hat!

Nur circa zehn Kilometer entfernt ist die Bio-Bäckerei "Ährensache" aus Holweide. Sie liefert täglich backfrische Leckereien wie Franzbrötchen, die sagenhaften veganen Schweineöhrchen, Schokotaler, Mandelschnitten oder Croissants und richtig gutes Brot. Dazu passt eine fruchtige Limo! Wie wär's mit einer LiLamonade, echt und ehrlich aus Köln? Die darf im Hofladen-Sortiment nicht fehlen: vegan, bio, handgemacht und seit Kurzem mit neuen Sorten!

Im Kölner Bio Gourmet Club ist man überzeugt, dass Gesundheit und gute Ernährung einfach zusammengehören. Da die Kochkurse in den letzten Wochen aus bekannten Gründen ausfallen mussten, wurde einfach eingeweckt. Der Hofladen im Veedel unter-

stützt die Initiative und bietet neben Suppen und Eintöpfen deren unfassbar guten Bio-Aufstriche an. Vom Bio-Pionier Vita Verde aus dem Kölner Süden bezieht der Hofla-

HOF-LADEN

den tolles Olivenöl, Zitronenöl und Pesto, hergestellt aus selbst aus Griechenland importierten Zutaten. Tipp der Redaktion: das Bärlauch-Pesto mit Tomate! Neu ist auch das Chimichurri im Mehrwegglas von Locura: Kräutersoße nach argentinischer Art, regional, bio und solidarisch in der Ehrenfelder Manufaktur hergestellt. Ideal als Brotaufstrich, als Dip, zu Gegrilltem oder zum Verfeinern von Gerichten, ist es in vielen tollen Sorten im Veedels-Hofladen erhältlich.

Auch vegane Naschkatzen werden garantiert fündig: Palmölfreie Schoko-Erdnüsse und Schokolinsen aus Plettenberg, Colafläschchen und Gummibärchen aus Köln oder die neuen Schokoladensorten Salzmandel-Cassis, Vanille-Mandel und Knusper-Nuss von GEPA sind nur die neuesten Highlights. Der Hofladen im Veedel ist definitiv einen Besuch wert!

www.hofladenimveedel.de







Blumig bunt, klassisch gestreift oder einfallsreich bedruckt

Bei VIVA MODA stehen die Zeichen immer stärker auf Kleidung, die mit dem weltweit gültigen GOTS (Global Organic Textile Standard) zertifiziert sind. Doch wer auf Umweltverträglichkeit und nachhaltige Mode achtet, muss nicht auf fröhliche Farben, schöne Muster und modische Schnitte

verzichten.

Das zeigt Elke Flegel, die Inhaberin der Boutique auf der Berrenrather Straße, am Beispiel des Unternehmens LANA Naturtexti-VIVA lien. Mit seinen drei Linien - "Rosalie" für die verspielte feminine Mode, Minu für kreative und experimentelle Kleidung und Lana für die klassischen Modelle - bietet das Label für jeden Geschmack etwas. Besonders ins Auge fällt das farbenfrohe Sommerkleid, dessen Druck an eine bunte Blumenwiese erinnert und garantiert zur guten Laune beiträgt. Oder der dunkelblaue Rock mit vereinzelten kleinen Blumen, der sich wunderbar mit einem senffarbenen leichten Pullover aus Bambus von ZILCH kombinieren lässt. Auch eine leichte blau-beige gestreifte Hose mit weit geschnittenen Beinen, kombiniert mit einem ärmellosen Blusenoberteil, lässt an heißen Tagen Luft an die Haut und sieht gut aus.



Von ORGANICATION, einem zweiten Unternehmen, das für nachhaltige, umweltfreundliche und qualitativ hochwertige Mode steht, hat VIVA MODA besondere T-Shirts im Programm: aus 100 Prozent Biobaumwolle, mit sanften Farben und schönen Prints von floralen bis hin zu angesagten Motiven wie Fahrräder, Früchte und Tiere. Dazu gibt es bei VIVA MODA wie immer die passenden Handtaschen, Tücher und ausgesuchten Schmuck.

www.viva-moda.de







Beschlossene Sache

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



FAHRRADINFRASTRUKTUR

Eine Bürgereingabe zur kurzfristigen Verbesserung der Fahrradinfrastruktur im Bezirk Lindenthal mit Umsetzungen von Teilbereichen des geplanten Radschnellwegs Köln-Frechen wurde im Zuge eines Ergänzungsantrags beschlossen.

OUERUNGSSTELLEN

Einvernehmlich votierten die Bezirksvertreterinnen und -vertreter für eine Bürgereingabe, die fußgänger- und fahrradfreundlichere Querungsstellen entlang der Militärringstraße vorsieht.

ÜBERWEG

Die Bezirksvertretung folgte einem Gemeinschaftsantrag von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD, Die Linke und FDP zur Anlegung eines Überwegs für den Rad- und Fußverkehr an der Kreuzung Gleueler Straße/Militärring, stadtauswärts. Der Entscheidung war ein Bürgerbegehren vorausgegangen, das von der Stadtverwaltung die Ausarbeitung beziehungsweise Offenlegung von Möglichkeiten zur Umgestaltung des erwähnten Verkehrsknotenpunktes fordert.

BÜRGERWERKSTATT

Eine Bürgerwerkstatt mit Anwohnenden, Studierenden, Verwaltung und der Universität soll erörtern, wie der Bereich Universitätsstraße/Zülpicher Straße sowie Kerpener Straße kurzfristig, mittelfristig und langfristig umgestaltet werden kann. Die Bezirksvertretung hatte die Werkstatt bereits 2015 beschlossen.

DIGITALE ÖFFNUNG

Die Bezirksvertretung bekräftigte die Entscheidung aus dem Sommer 2020 zum digitalen Zugang der Beschlüsse.

FAHRRADVERI FIHSYSTEM

Die Bezirksvertreterinnen und -vertreter beauftragten die Verwaltung, Leihradstandorte für ein Fahrradleihsystem zu realisieren. Mit der Umsetzung soll die Kölner Verkehrsvertriebe AG (KVB) beauftragt werden. Der Beschluss erfolgte einstimmig. Stadtweit sind zunächst 96 Orte vorgesehen, davon elf im Bezirk Lindenthal.

FAHRBAHNSANIERUNG

Mehrheitlich sprachen sich die Lokalpolitikerinnen und -politiker für eine Beschlussvorlage der Stadtverwaltung betreffend die Fahrbahnsanierung auf der Neuenhöfer Allee aus. Damit gaben die Parlamentarier grünes Licht für die Vorbereitung des Vergabeverfahrens.

VERKEHRSSICHERHEIT

Ohne Gegenstimme beschlossen die Parlamentarier einen Gemeinschaftsantrag von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD, Die Linke und FDP zur Erhöhung der Verkehrssicherheit auf der Gleueler Straße.



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) 337756-0 · office@bvk-patent.de Golsteinstraße 87 · 50968 Köln · www.bvk-patent.de

MISCHGEBIET RHÖNDORFER STRASSE

Um neue Wohnungen zu schaffen, sprach sich das Bezirksparlament bei einer Enthaltung für eine Änderung des Flächennutzungsplans für das Terrain auf der nördlichen Seite der Rhöndorfer Straße zwischen Gottesweg und Weißhausstraße in ein Mischgebiet aus. Auf der Fläche befinden sich Discounter mit großen Parkplätzen. Diese sollen zusätzlich bebaut werden.

GESTALTUNGSBEIRAT

Die Fraktionen und Einzelmandatsvertreterinnen und -vertreter benannten Stephan Horn von Bündnis 90/Die Grünen zum Vertreter im städtischen Gestaltungsbeirat in der Wahlperiode 2020–2025. Horn übernimmt Gutachter- und Beratungsaufgaben zu städtebaulichen und baukünstlerischen Projekten.



SPRICKS STEUERTIPP

Steuerliche Förderung des Ehrenamts

Die Ehrenamtspauschale wird für gezahlte Aufwandsentschädigungen im Rahmen von Tätigkeiten für gemeinnützige, mildtätige oder kirchliche Organisationen sowie für juristische Personen des öffentlichen Rechts gewährt. Darunter fallen zum Beispiel Tätigkeiten für Gesundheitsämter, Kranken- und Pflegeeinrichtungen; aktuell auch die Tätigkeit als freiwilliger Helfer bei der Verwaltung und Organisation im Impfzentrum.

Alle freiwilligen Helfer, die direkt an den Impfungen beteiligt sind, können für diese Tätigkeit die deutlich höhere Übungsleiterpauschale in Anspruch nehmen. Diese Pauschale gilt auch für Tätigkeiten als Ausbilder, Erzieher, Betreuer oder Trainer.

Mit dem Jahressteuergesetz 2020 wurden die Ehrenamtspauschale und die Übungsleiterpauschale zum 1. Januar 2021 angehoben. Die Ehrenamtspauschale beträgt jetzt 840 Euro jährlich (bisher 720 Euro) und die Übungsleiterpauschale wurde auf 3.000 Euro jährlich (bisher 2.400 Euro) erhöht.

Bis zur Höhe der Pauschalen fällt auf die gezahlte Vergütung keine Einkommensteuer an. Auch Sozialversicherungsbeiträge müssen nicht gezahlt werden.



DIPL.-FINANZWIRT
URSULA SPRICK

STEUERBERATER

Berrenrather Straße 482 b Telefon 4686860 info@sprick-stb.de

SKATERANLAGE

Das Parlament begrüßte den Vorschlag einer Bürgeranregung zur Errichtung einer Skateranlage im Stadtteil Sülz. Eine diesbezügliche Petition stieß auf große öffentliche Aufmerksamkeit. Infos: Simone.tzotschew@gmx.de

MODERNISIERUNG VON SPORTANLAGEN

Die Parlamentarier befürworteten eine Verwaltungsvorlage zur Fortschreibung einer Prioritätenliste hinsichtlich der Modernisierung und Sanierung von Kölner Sportfreianlagen für die kommenden vier Jahre. Demzufolge sollen Großspielfelder, unter anderem auf dem Terrain des Forts Deckstein, in Kunstrasenplätze umgewandelt werden. Für die Finanzierung der Vorhaben stellt die Verwaltung rund 4,4 Millionen Euro zur Verfügung.

NEUE LINIE 14

Mit der Vergabe einer Machbarkeitsstudie soll die Stadtverwaltung die Möglichkeiten einer oberirdisch geführten Straßenbahnlinie für die Abschnitte Zülpicher Straße/ Universität über Weißhausstraße, Pohligstraße, Vorgebirgstor und Bischofsweg untersuchen. Darüber hinaus sollen weitere Verläufe in der geplanten Parkstadt Süd oder auf der Marktstraße und Schönhauser Stra-Be bis zum Rheinufer als Alternativen mit einbezogen werden. Zusätzliche Prüfungen umfassen Verlängerungen in den Kölner Westen sowie ein Brückenschlag ins rechtsrheinische Poll. Der gemeinsame Antrag von Bündnis 90/Die Grünen, Die Linke und FDP wurde mehrheitlich angenommen.

BEZIRKSORIENTIERTE MITTEL

Bezirksdienliche Gelder in Höhe von 51.900 Euro vergaben die Bezirksvertreterinnen und -vertreter für 20 gemeinnützige Projekte im Stadtbezirk Lindenthal, darunter an folgende Einrichtungen in Sülz und Klettenberg: Sternplatzinitiative (Bücherschrank, 2.000 Euro), Gießgruppe Manderscheider Platz (Anschaffung verschiedenster Arbeitsgeräte und Pflanzen, 3.000 Euro), JUZI Köln e.V. Sülz (Projekt "Du schaffst das!", 5.000 Euro), Jugendwerkstatt Köln gGmbH (Arbeitsmaterialien für werkpädagogische Angebote, 1.500 Euro), Kölner Seniorengemeinschaft für Sport & Freizeitgestaltung e.V. (Flyerdruck, Gestaltung der Homepage, Realisierung von Angeboten, 3.000 Euro), KinderRechte-Forum (Kinderrechtefest 2021 in Sülz, 3.000 Euro), Kunstverein 68elf e.V. (Ausstellungen im 68elf Studio/Projektraum, 3.000 Euro), CASA-MAX Theater e.V. (Werbung und Öffentlichkeitsarbeit für neue Proiekte. 3.000 Euro), Lesezeichen Förderverein Stadtteilbibliothek Sülz (Hinterhof-Lesungen, Konzerte, 2.000 Euro), Seniorennetzwerk Klettenberg (Infofest "Gut älter werden in Sülz-Klettenberg", 3.000 Euro).

GEFÖRDERTER WOHNUNGSBAU

Ein weiteres Gemeinschaftsanliegen der Fraktionen und Einzelmandatsvertreterinnen und -vertreter von Bündnis 90/ Die Grünen, CDU, SPD sowie Die Linke sieht den Ankauf eines der sogenannten "Russenhäuser" auf der Friedrich-EngelsStraße vor. Dabei handelt es sich um die einstige Handelsvertretung der ehemaligen UdSSR. Demnach soll die Liegenschaft von der Stadtverwaltung oder von einer stadtnahen Gesellschaft wie der GAG oder GSK zum geförderten Wohnungsbau oder der Schaffung sozialer Infrastruktur erworben werden. Der Antrag wurde mehrheitlich verabschiedet.

HEIKE ALBRECHT RECHTSTIPP

Elternunterhalt nach dem Angehörigenentlastungsgesetz - wann Kinder noch für Eltern zahlen müssen

Wenn Kinder klein sind, werden sie von ihren Eltern umsorgt. Viele Jahre später kann sich dieses Verhältnis umkehren: Dann kümmern sich die mittlerweile erwachsenen Kinder um ihre in die Jahre gekommenen Eltern. So sieht das ideale und solidarische Verhältnis in einer Familie zwischen den Generationen aus.

Den Lebensunterhalt bestreiten die Senioren, solange sie noch zu Hause leben, in der Regel durch ihre Rente; manche haben auch Rücklagen und/oder wohnen in einer eigenen Immobilie. Wenn die Eltern irgendwann so hilfebedürftig werden, dass sie in ein Pflegeheim müssen, ist es häufig so, dass sie aus ihrer Rente oder ihrem Vermögen die dafür entstehenden sehr hohen Kosten nicht mehr zahlen können. Ein Heimplatz kostet zum Beispiel bei der Caritas Altenhilfe monatlich durchschnittlich 2.600 Euro. Ein Teil dieser Kosten wird bei Pflegebedürftigkeit je nach Pflegestufe von den Pflegekassen getragen. Den Rest zahlen die Senioren selbst, sofern ihnen das möglich ist.

Wenn Eltern erwachsener Kinder in ein Pflegeheim ziehen müssen, kann es also sein, dass die eigenen Einkünfte nicht ausreichen, um die Kosten des Lebensunterhalts bestreiten zu können, und auch eventuelle Ersparnisse oder der Erlös aus dem Verkauf der Immobilie nicht lange genug ausreichen. In diesen Fällen übernimmt zunächst das Sozialamt die Kosten. Bisher holte sich die Behörde das Geld in vielen Fällen von den Kindern ganz oder zum Teil zurück, weil sie die Unterhaltsansprüche der Eltern gegen die Kinder geltend machen konnte.

Grundsätzlich gilt: Verwandte in gerader Linie sind verpflichtet, einander Unterhalt zu gewähren. Verwandte in gerader Linie sind die Großeltern, Eltern, Kinder und deren Abkömmlinge. Unterhaltspflichtig sind demnach also insbesondere Eltern ihren Kindern, aber auch Kinder gegenüber ihren Eltern (§ 1601 BGB). Wenn die Behörde einspringt, kann sie diese Auslagen gegen die Unterhaltsverpflichteten geltend machen, soweit der Unterhaltsanspruch besteht. Der Staat ist daher unter Umständen berechtigt, die Hilfeleistungen von den Unterhaltspflichtigen zurückzufordern, allerdings nur dann, wenn diese auch leistungsfähig sind, also ausreichend eigenes Einkommen oder Vermögen haben, um davon die Eltern zu unterhalten.

Ob die Kinder aus ihrem Einkommen zum Unterhalt der Eltern beitragen müssen, regelt seit Anfang des Jahres 2020 das sogenannte "Gesetz zur Entlastung unterhaltsverpflichteter Angehöriger in der Sozialhilfe und in der Eingliederungshilfe" (kurz: Angehörigen-Entlastungsgesetz).

Viele Kinder, die bis dahin bereits für die Eltern gezahlt hatten, durften nach Inkrafttreten dieses Gesetzes die Zahlungen einstellen: Die Träger der Sozialhilfe dürfen seitdem nämlich nur noch dann auf das Einkommen der Kinder pflegebedürftiger Eltern zurückgreifen, wenn dieses höher ist als 100.000 Euro brutto jährlich. Die Idee hinter dem Gesetz: Eltern und Kinder seien durch die Pflegebedürftigkeit eines Angehörigen oft stark belastet und trügen eine große Verantwortung, hatte Bundessozialminister Hubertus Heil vor dessen Einführung erklärt. Diese Last wolle man ihnen

nehmen und auch die Angst vor unkalkulierbaren finanziellen Forderungen.

Zum Vergleich: Bis dahin lag die Grenze, bis zu der ein Kind mit seinem Einkommen für die pflegebedürftigen Eltern einstehen musste, bei 1.800 Euro netto monatlich. Wer nach Abzug unterhaltsrechtlich relevanter Belastungen weniger als diesen Selbstbehalt hatte, musste nichts zahlen, wer mehr hatte, musste davon die Hälfte abgeben. Für Eheleute galt ein gemeinsamer Sockelselbstbehalt von netto 3.240 Euro.

Ein Single ohne Kinder und ohne wesentliche eigene finanzielle Belastung wie erhöhte berufsbedingte Aufwendungen oder ältere Schulden konnte damit zum Beispiel schon ab einem Jahreseinkommen von etwas mehr als 30.000 Euro herangezogen werden. Zudem galt eine unbedingte Verpflichtung, nicht nur die eigenen Einkünfte, sondern auch die des Ehepartners offenzulegen, auch wenn man nicht so viel verdiente. Es galt der Grundsatz, dass die Verantwortung der Solidargemeinschaft hinter der der Angehörigen pflegebedürftiger Senioren nachrangig war. Dieser Grundsatz wird durch das Angehörigenentlastungsgesetz nun deutlich eingeschränkt.

Auch die Verpflichtung zur Offenlegung der Einkünfte gilt seitdem nur dann, wenn Anhaltspunkte dafür bestehen, dass das theoretisch unterhaltspflichtige Kind die Einkommensgrenze überschreitet. Nach dem neuen Recht wird zunächst einmal vermutet, dass das Einkommen der unterhaltsverpflichteten Personen die genannte Jahreseinkommensgrenze von 100.000 Euro nicht überschreitet.

Nur dann, wenn Anhaltspunkte dafür vorliegen, dass höheres Einkommen bezogen wird, kann die Behörde noch Auskunft verlangen und auf das Einkommen der Kinder zurückgreifen, wenn diese dann tatsächlich mehr als 100.000 Euro verdienen. Diese Anhaltspunkte kann die Behörde ermitteln, indem sie zum Beispiel die Bezieher der Leistungen, also die Senioren selbst, befragt, welche Berufe die Kinder ausüben, oder sonstige Informationsquellen auswertet. Liegen Anhaltspunkte für ein Überschreiten der Jahreseinkommensgrenze vor, darf das Sozialamt dann doch wiederum bei den Kindern detaillierte Auskünfte verlangen.

Außerdem können die Ämter im Blick haben, dass eine Unterhaltsleistungsfähigkeit nicht nur aus Einkommen, sondern auch aus Vermögen gezogen werden kann, denn für vermögende Unterhaltspflichtige gilt die Unterhaltspflicht weiterhin uneingeschränkt. Nach Angaben der Bundesregierung sollen rund 275.000 Betroffene durch das Gesetz entlastet werden. Derzeit erhielten fast 400.000 alte Menschen finanzielle Hilfe vom Staat, um den Pflegedienst oder den Aufenthalt im Pflegeheim bezahlen zu können.



Berrenrather Straße 313 · 50937 Köln · Telefon (0221) 8802458 · mail@alb-recht.net · www.alb-recht.net

Ein Viertel des Kunsthandwerks

Handwerk und Kunst verbinden sich bei vielen kleinen Betrieben und Geschäften in Sülz und Klettenberg. Wir haben einen Spaziergang durch das Viertel gemacht und uns angeschaut, welche Handwerker und Künstler uns Schönes bescheren können.



Mit Ausdauer und viel Freude

Die Goldschmiedemeisterin **Tina Theves** in der Zülpicher Straße 315 gestaltet mit Vorliebe besondere Schmuckstücke, in denen sich häufig auch Mechaniken verstecken. Sie hat zum Beispiel kürzlich einen Ring gefertigt, dessen Mittelteil sich geschickt auswechseln lässt. Es könnte aber auch ein kleines Döschen sein, in dem die Trägerin oder der Träger besondere Erinnerungen verwahren kann.



Seit fast 25 Jahren entwirft die Goldschmiedemeisterin mit Freude neuen Schmuck und hat ihre Kenntnisse und Erfahrungen bereits an zehn Auszubildende weitergegeben. "Zu unserer Arbeit gehört die Liebe zu schönen Dingen und die Fähigkeit, sich zu konzentrieren. Wenn wir an einem Schmuckstück arbeiten, können wir oft nicht einfach unterbrechen und erst am nächsten

Tag weitermachen. Wir nutzen den Flow! Da kann es in meiner Werkstatt auch schon mal später Abend werden."

Die Meisterin nimmt sich Zeit für das persönliche Gespräch mit den Kunden. "Ein Schmuckstück sollte zu der Besitzerin, dem Besitzer sowie zum Anlass passen. Für den Alltag darf es gern schlicht und gradlinig sein, für einen Festtag auch einmal opulent." Den Standort an der Zülpicher Straße hat Tina Theves sehr

lieb gewonnenen. "Wir Geschäftsleute unterstützen uns gegenseitig. Die Menschen im Viertel sind offen, reden gern miteinander und helfen einander. Hier leben Alt und Jung – gemeinsam – zusammen."

www.goldschmiede-tina-theves.de

Keramik von der Scheibe

Nur wenige Ecken weiter auf derselben Seite in der Nummer 257 hat sich die **Keramikwerkstatt Irma & Heidi** angesiedelt. Sie stellen Steinzeug auf der Scheibe her und verkaufen es hier im Geschäft. Verraten können wir zudem, dass Irma und Heidi Künstlernamen sind.

www.irma-und-heidi.de

Haaraccessoires und Kleider vom Feinsten

Gleich gegenüber im Eckhaus 240 hat **Luisa Könemann** ihr Modeatelier für Hochzeiten und andere festliche Anlässe. In ihrem Onlineshop bietet die Damenschneiderin und Absolventin der renommierten Pariser Modeschule Esmod besonders feinen Haarschmuck an. Haarreifen und Scrunchies aus Seide und Samt ergänzen perfekt ein festliches Outfit, für das es immer einen Anlass gibt.

www.luisakoenemann.de



Goldschmiede TINA THEVES



Zülpicher Str. 315 · 50937 Köln · Tel. 0221 28296-315 · Fax 0221 28296-316 · www.goldschmiede-tina-theyes.de

leben INkunst



Cava Cava

Nur wenige Meter weiter, in der Zülpicher Straße 268a, hat **Caroline Wilbert** ihr Atelier für Kleider, Schuhe und Accessoires. Leuchtende Farben und ins Auge springende Muster laden zum Eintritt in das Geschäft ein.

www.cava-cava-koeln.de



Het Kollektief

Von Joke Peeters gibt es in ihrem Geschäft einige Stücke zu kaufen, ihre Marke "Olá Lindeza" produziert Damenkleidung, Deko, Teppiche und Geschirr. "Wir haben im Moment nachhaltige Produkte von lokalen Herstellern aus Köln, Bonn, Hamburg, Münster, Franken und Berlin im Laden – und Labels aus den Niederlanden, Belgien und Portugal, alles kleinere Labels, die nachhaltig herstellen und eine transparente Lieferkette vorweisen können", erzählt uns Joke.

www.hetkollektief.com

Schriftkunst und Mixed Media Art

Wir wechseln erneut die Straßenseite und treffen in der Nummer 225 auf **Agnete Sabbagh**. Sie nutzte die Zeit des Lockdowns, um sich anstatt auf ihre Kurse in Schriftkunst stärker auf ihre künstlerische Seite zu konzentrieren. Ganz in der Nähe stellt sie gemeinsam mit anderen Künstlern in der Onkologie-Abteilung der Uniklinik Werke unter dem Motto KUNSTBEWEGT aus, die online zu besichtigen sind. Ab demnächst sind wieder Angebote zur Schriftkunst etc. am Geschäft zu finden.

www.agnete-sabbagh.de



Stoffe und Zubehör

Danach folgen wir weiter der Berrenrather Straße. In der Nummer 163 bietet **Linda Rech** in ihrem Geschäft "**Lillyed"** nicht nur wunderschöne Stoffe an, sondern fertigt auch Auftragsarbeiten und verkauft kunsthandwerkliche Taschen und Accessoires.

www.lillyed.de









>>

Ein kleiner, süßer Stopp

Halbzeit unserer Tour. Ein Stopp ist angesagt. Wo kann man ihn besser machen als bei Frollein Zuckerfee? Hannah Schürmann bietet in der Berrenrather Straße 137 feine, kleine und große Torten an, die nicht nur schön aussehen, sondern auch verführerisch lecker und nicht nur für Hochzeiten ein super Geschenk sind.

www.frollein-zuckerfee.de

Für Baby und Kind

Lottas Label in der Berrenrather Straße 209 hat sich auf feine Dinge für Baby und Kind spezialisiert. Zur Einschulung sind besonders die Schultüten von Tanja-Maria Werner gefragt, aber auch andere Angebote fertigt sie in verschiedenen Dekors und gern personalisiert.

www.lottaslable.de

Personalisiertes crêpes suzette

Bevor wir uns in Richtung Luxemburger Straße wenden, biegen wir kurz zur Sülzburgstraße 108 ab. **Susanne Kelber** bietet in ihrem crêpes suzette personalisierte Schultüten und Kissen an. Die Idee kam ihr durch ihre eigene Familie.

www.crepes-suzette.net

Eine kreative Pause mit Café

Diese kann frau oder man, auch in kleinen oder großen Gruppen, gern im pottery art café (Sülz) in der Luxemburger Straße 271 machen. Marina St. Jupane hat hier eine kreative Keramikwerkstatt und stilvolles Café in einem geschaffen, in dem jede und jeder es lernt, ein schönes Stück Keramik zu bemalen.

www.pottery-art-cafe.de

Handgemachte Mode

Zurück auf der Luxemburger Straße, treffen wir gleich hinter dem Weisshaus Kino auf mehrere Ateliers. Andrea Droemont bietet in der Nummer 247 maßgeschneiderten Kleider sowie außergewöhnliche Abendmode und Lieblingsmode für jeden Tag.

www.andrea-droemont.de

Taschen und mehr

Direkt neben ihr übernimmt Ina May - Sattlerei & Täschnerei Reparaturen, Anfertigung und Upcycling von Taschen und Accessoires. Ganz nachhaltig verhilft sie jedem guten alten Stück zu einer längeren Tragezeit.

www.sattlerei-may.de

Holz- & Stahlmöbel handgefertigt

Unter dem Label **WOODITURE** fertigen Jakob Mackeldey und seine Kollegen Holz- und Stahlmöbel in ihren beiden Manufakturniederlassungen. Dafür geben sie unter anderem Rohren eine neue Funktion.

www.wooditure.de

Die Kunst der Knoten

Susan Rostam von **SU MAKRAMEE** gleich nebenan vermittelt in ihren Makramee-Workshops die Kunst des orientalischen Knotenknüpfens. Seit letztem Jahr kann frau oder man an diesen online teilnehmen. Die Materialbox kommt per Post vor Kursbeginn zu den Teilnehmern.

www.sumakramee.de

Klunker Köln

Ein letztes Mal überqueren wir die Straße und bleiben bei Klunker Köln an der Luxemburger Straße 230 stehen. **Saskia Placzek** repariert nicht nur Modeschmuck, sie ändert alte Schmuckstücke um und gibt ihnen dadurch einen ganz neuen Glanz. Hier finden Interessierte viele verschiedene Perlen aus Glas und Naturmaterialien sowie Halbedelsteine. In diesem Jahr besteht Klunker übrigens seit 35 Jahren und hofft, im nächsten Jahr dieses Jubiläum nachzufeiern.

www.klunker-koeln.de





KUNST AN SICH

Höchste Zeit für Kunst! Jetzt Supporter werden.

Viele reden, jetzt und seit Wochen: Die Welt braucht Kunst, dabei benötigen viele Künstler gerade in diesen besonderen Zeiten besondere Unterstützung. Seit Monaten gab es keine "richtigen" Ausstellungen, Messen oder Kunstevents, bei denen man ihre Werke live erleben konnte; entsprechend weniger Einnahmen konnten generiert werden. Da muss doch geholfen werden! Madalena und Dieter tun genau das mit ihrem wunderbaren, deutschlandweiten Projekt KUNST AN SICH. Gleich drei Kölner Künstlerinnen sind dabei, so Susanne Beucher, die ihr kunterbuntes Atelier im Herzen von Sülz hat. Wir haben sie besucht und mit ihr und den Initiatoren der Kunsteditionen zum Anziehen gesprochen.

Die Idee von KUNST AN SICH ist so einfach wie bestechend: Künstler fair und direkt unterstützen. Dafür haben sich Madalena und Dieter zusammengefunden und Gas gegeben. Madalena ist seit vielen Jahren Mitgestalterin des Kinderkunstateliers in München. Dieter, rund um den Erdball zu Hause, hat die tiefe Einsicht gewonnen, dass Kunst und Kultur für unser Zusammenleben, für eine nachhaltige und gerechtere Welt nötig sein werden. Jetzt touren sie durchs Land und finden Künstlerinnen und Künstler, deren Werken sie vor allem auf T-Shirts, aber auch auf Hoodies und Sweater mit nachhaltigen Farben drucken lassen, und versenden diese an Kunstfreunde und Unterstützer, klimaneutral und plastikfrei verpackt. 25 Prozent des Erlöses gehen direkt an die jeweiligen Künstlerinnen und Künstler. Nachdem das Projekt im November 2020 ins Leben gerufen wurde, sind bis April bereits über 4.000 Euro an die 36 teilnehmenden Künstlerinnen und Künstler ausgezahlt worden. Der Anfang ist also gemacht, um deren finanzielle Ausfälle abzumildern.

Im Onlineshop von kunstansich.de sucht man nach der Künstlerin oder dem Künstler, die oder den man unterstützen möchte, oder nach dem Wunsch-Kleidungsstück und legt in den Warenkorb, was einem am besten gefällt. In wenigen Tagen hält man sein Kunstwerk zum Anziehen in Händen, mit dem man zugleich Haltung zeigen kann und der Kunst so wieder mehr Sichtbarkeit verschafft. Einfacher war Art-Support selten!

Yeah! oder Mimimi?

Die Shirts mit den Motiven von **Susanne Beucher** tun richtig gut, nicht nur in diesen Zeiten! Irgendwo zwischen Street-Art, Graffiti, Pop-Art, psychedelischem Comic und Manga verortet, ziehen sie den Blick mit ihren grellen Farben, der dichten und dynamischen Malerei, den Kopffüßlern mit riesigen Augen und unwiderstehlichen Sprüchen mitten aus dem urbanen Leben magisch an. Wofür entscheidest du dich: Mimimi oder Yeah? Für

Susanne ist das Leben mit Malerei und Farbe seit 20 Jahren Lebenselixier. Auf der Palanterstraße 9f hat sie ihr Atelier mit angeschlossenem kleinem Ladenlokal und ihrem Schatzkeller voller farbstarker Werke, die geduldig auf ihre Sichtbarmachung warten. Wer noch nicht da war – unbedingt reinschauen! Es gibt so viel zu entdecken: Mit liebevollem Blick eingefangene Motive, die mit leiser Ironie und großer Experimentierfreude so in Szene gesetzt werden, dass sie ihre spielerische Doppeldeutigkeit manchmal erst auf den zweiten oder dritten Blick offenbaren. All das wird mit spielerischer Leichtigkeit gebannt auf Leinwände, Holzplanken, Essensschälchen, ist aber auch als Papierarbeit oder gedruckt auf Kuscheldecke oder Einkaufstasche zu haben.

Nach ihrem Kunststudium an der Universität zu Köln von 1987 bis 1993 bei Professor Tönnis und Professor Sauerbier ist Susanne Beucher drei Jahre lang Sängerin der Pop-Comedy-Kultband "Die fabulösen Thekenschlampen" mit legendären Auftritten im Luxor auf der Luxemburger Straße. 1996 erhält sie das renommierte Dr. Dormagen-Guffanti-Stipendium der Stadt Köln mit namhaften Preisträgerinnen und Preisträgern.

Weird Time. Weird Faces.

Vera Machourek, freiberufliche Designerin und freischaffende Künstlerin aus Köln, ist ebenfalls schon länger bei KUNST AN SICH dabei. Insbesondere die figurative Kunst ist ihre große Leidenschaft mit Fokus auf menschliche Emotionen, die man nach außen hin weniger gern preisgeben möchte. So bietet das menschliche Gesicht als visuelles Tor zur Seele und Schnittstelle zwischen innen und außen Vera eine facettenreiche Inspirationsquelle. In ihrem künstlerischen Schaffen entstehen mitunter fratzenhafte Abstraktionen, Porträts und Akte. Eines ihrer T-Shirts für KUNST AN SICH heißt entsprechend treffend "Weird Time. Weird Faces".



INkunst leben

Bildet Euch!

Auch **Sarah Ludes** ist Kölnerin und bei KUNST AN SICH ganz frisch dabei. Sie behauptet: "KUNST kommuniziert. Kommunikation besteht aus Sender*in UND Empfänger*in. Zur Hölle mit dem 'Genie'-Begriff!" Seit Februar 2021 arbeitet sie daran, finanziell unabhängig zu werden. Ihre Leidenschaft für Kunst und Kultur ist da eher weniger hilfreich, findet sie. So freut sie sich, dass KUNST AN SICH sie dabei unterstützt, ihren "Haupt-

beruf" Künstlerin ausüben zu können. Ihre Shirts haben übrigens so wunderbare Titel wie "Bildet Euch!" oder zeigen "Momente der Empörung".

Uns haben die Begegnungen mit diesem Projekt, den Initiatoren und Künstlern viel Freude bereitet. Reinschauen und zum wirklich überschaubaren Preis Künstler unterstützen lohnt sich wirklich. Viel Spaß mit Kunst, Vielfalt, Farbe und Kreativität, mit einem Lächeln im Gesicht und ein paar Klicks, die guttun, wünscht die INsülz! hb









Paradiesische Zustände in der Hölle, oder wie man den Garten Eden neu vermisst

Multimediales Kunstprojekt "Paradiese" lotet die Grenzen zwischen Utopie und Dystopie aus.

Das Paradies ist nach Vorstellung verschiedener Religionen ein abgegrenzter Ort, an dem die Menschen vor ihrem Sündenfall und der anschließenden Verdammung lebten. Die Gefilde dieses Gartens sind demnach lediglich den "Gottesfürchtigen" vorbehalten. Mit einer deutlichen Erweiterung des Terrains und einer Öffnung der Gefilde für alle Geschöpfe begeben sich Künstlerin und Kuratorin Christiane Rath (Kunstverein 68elf) sowie Literaturwissenschaftler Roberto Di Bella (Autorencafé fremdwOrte) auf neue Wege vom dystopischen Hier zum utopischen Dort. An einem frühlingshaften Nachmittag standen die Initiatoren INsülz & klettenberg in einem aufblühenden Hinterhof zum Interview zur Verfügung.

Das Interview führte für INsülz & klettenberg Thomas Dahl.



Angenommen, man nähme das beschränkte Terrain des biblischen Paradieses als Gleichnis für die Himmelskörper in den unzähligen Galaxien, können Sie sich in Bezug auf Ungerechtigkeit und Leid einen schlimmeren Ort vorstellen als unseren Planeten? Falls ja, leben wir dann nicht bereits in einem Paradies? Oder bleibt die Vorstellung utopisch?

Rath: Es bleibt auf ewig utopisch und eine Projektion der Hoffnung.

Di Bella: Wir hatten uns bewusst nicht auf ein singuläres Paradies bezogen, sondern ganz vielfältig gedacht. Für manche ist es eher religiös, für andere ist es eine Erinnerung an die Kindheit. Wir möchten von dem mystisch Überhöhtem weg und jedem Einzelnen die Möglichkeit geben, sein eigenes Paradies zu finden.

Aber leben wir nicht bereits mitten in diesem Zustand, wenn auch nicht permanent?

Di Bella: Wir sind in einer Situation, in der vieles, was vor einigen Jahren noch ganz alltäglich war, in weite Ferne gerückt ist, zum Beispiel Freundschaft, Nähe oder ein Händedruck. Eigentlich sind das die Dinge, die uns zum wahren Paradies fehlen.

Der Gegenpol im christlichen wie in anderen Kulturen ist die Hölle. Gibt es nicht auch dort Flecken paradiesischer Zustände?

Di Bella: Ganz bestimmt. Ich habe den Dante ("Die göttliche Komödie", Anm. d. Verf.) nicht zu Ende gelesen. Bis zum Para-

dies bin ich dort nicht gekommen. Ich fand die Hölle immer spannender. Sartre hat gesagt: "Die Hölle, das sind die Anderen."

INFO

PARADIESE

13. bis 27.08. (unter Vorbehalt)

Kunsthalle Lindenthal Aachener Straße 220

Wie lautet denn Ihr persönliches Gleichnis für das Paradies?

Rath: Fast jeder hat darauf eine Antwort. Meine eigene Vorstellung wäre ein Zustand, in dem ich keine Angst, keine Schmerzen und keinen Hunger, kurz, keine Entbehrungen hätte. Das kann ich im Diesseits schon erleben, weil ich auf der guten Seite der Welt geboren bin. Auch jetzt, hier in diesem Garten zu sitzen, ohne dass etwas aus dem Himmel auf uns herunterstürzt, dafür bin ich dankbar. Wir kommen in diesem Land dem Paradies sehr nahe, weil es fließendes, sauberes Wasser, einen

Zugang zur Bildung, medizinische Versorgung und Schutz vor Übergriffen gibt.

Di Bella: Ich weiß nicht, ob man so über das Paradies nachdenkt. Es wird einem manchmal erst bewusst, wenn es die Anderen gibt, die genau diese Voraussetzungen nicht haben. Über die Luft, die mir fehlt, denke ich vielleicht erst nach, wenn sie knapp wird, so auch über die Freiheit.

Der Plural des Projekts verweist auf die Verschiedenartigkeit der Sehnsüchte. Auch hier also herrscht die Heterogenität vor. Was vereint die Menschen denn, außer der Tod, der keine Unterschiede zwischen Bankkonto oder Ideologien macht?

Rath: Das ist eine Frage, die zu groß für diesen Hinterhof ist.

Gibt es bei den zahlreichen Projektteilnehmerinnen und -teilnehmern nicht einen gemeinsamen Nenner, oder sind die Arbeiten alle komplett verschieden?

Rath: Ein gemeinsamer Nenner wäre die positive Besetzung der Begrifflichkeit. Die Vorstellung eines Gartens, eines Baumes oder von Früchten spiegelte sich in vielen Arbeiten wider. Die Antworten auf unsere Fragen an die Künstlerinnen und Künstler war fast immer mit Glücksmomenten verbunden, beispielsweise mit Szenen aus einer behüteten Kindheit.



Video: Persönliche Einladung zur Kunstausstellung "Paradiese" von Christiane Rath und Roberto Di Bella.

...Ich hörte es heute Morgen im Radio Das Paradies ist geschlossen worden Besucherschwund, Insolvenz..." Gunar Barg, "Ich hörte es heute Morgen im Radio"

Di Bella: Ich möchte das für die literarischen Beiträge relativieren. Dort schwang oftmals Skepsis mit. Das Paradies ist keine sichere Bank. Pilar Baumeister ist eine blinde Autorin, die sagt: "Mein Paradies ist das Jetzt!" Das ist aber auch bedroht durch alle möglichen Entwicklungen. Lütfiye Güzel hat einen sehr melancholischen Text über den Tod ihres Bruders geschrieben. Dazu hat sie unter dem Titel "& das gegenteil von glück" ein Video gedreht (das mit einem Prosatext unterlegt ist, Anm. d. Verf.).

Wie viele Künstlerinnen und Künstler sind am Projekt beteiligt?

Rath: 17 bildende Künstlerinnen und Künstler und 19 Autorinnen und Autoren aus verschiedensten Kulturen. Was weiter wächst, sind die Forumsbeiträge, zurzeit mehr als 200, darunter auch Bilder von Kölner Grundschülerinnen und Grundschülern.







leben INkunst







Gibt es Genres, die überwiegen?

Di Bella: Innerhalb der Blöcke gibt es die unterschiedlichsten Ausdrucksformen, etwa Zeichnungen, Skulpturen, Videos, Gedichte oder Kurzgeschichten.

Sind weitere Einreichungen zur Veröffentlichung möglich?

Rath: Jeder auf dieser Welt kann Beiträge auf das Forum stellen. Das geht über E-Mail an meine@paradiese.koeln.

Der ursprüngliche Ausstellungstermin für das Projekt lag im Mai 2020. Mittlerweile wurde das Event mehrmals verschoben. Inwiefern hat der Ausbruch der Coronapandemie das Unterfangen beeinflusst?

Di Bella: Für uns hat der Begriff "Paradiese" noch einmal eine andere Bedeutung bekommen. Was ist denn eigentlich paradiesisch, wenn man darüber nachdenkt, was jetzt nicht möglich ist?

Was haben Sie aus der Arbeit am Projekt persönlich gelernt?

Di Bella: Das Wichtigste ist uns, dass die Arbeiten im Raum zusammen wirken. Was aus dem Projekt zu lernen wäre, ist, was jetzt noch kommen könnte. Wir hatten durch die Terminverschiebungen die Gelegenheit, noch intensiver am begleitenden Katalog zu arbeiten. Außerdem ist die

Menschen Industrie Stills Landschaften

Telefon +49 221 5506409
nonnenmacher-photographie.de

Website zu einem eigenen dynamischen Objekt geworden.

Rath: Ich habe einige Erfahrungen gemacht, die ohne diese Pandemie nicht zustande gekommen wären, beispielsweise viele freundliche, sensible und dankbare Briefe. Im Zuge einer Ausstellungsorganisation habe ich selten so viel Wärme empfunden. Die Leute sind sehr verständnisvoll, weil wir alle das gleiche Schicksal teilen.

Wie sollen die Werke, insbesondere auch die Texte, anschaulich präsentiert werden?

Rath: Auch die Texte sollen permanent ausgestellt werden. Beispielsweise in Bilderrahmen oder mittels Folien auf den Schaufenstern der Kunsthalle. Alles soll präsent sein.

Was kommt nach dem Paradies?

Rath: Vielleicht gibt es ein neues Projekt mit bildender Kunst und Literatur. Die Homepage bleibt auf jeden Fall weiter bestehen und bietet Inspirationen an. td

www.paradiese.koeln www.68elf.de www.fremdworte-autorencafe.de

BUCHTIPP



THOMAS DAHL

Choreographien des Herzuntergangs Lyrische Erzählungen Umfang: 104 Seiten (mit Abbildungen) Verlag: TwentySix ISBN: 9783740780098

Das Buch beinhaltet 60 Texte, die in erzählender und lyrischer Form die Vorstellung von Menschlichkeit aus einer anderen Perspektive beleuchten. Der Autor selbst bezeichnet sein Werk als ein Märchen-Noire über Macht, Ohnmacht, UnWahrheiten, verheerende Bewegungen, zertretene Wege, Reisen vom Sarg zurück in die Wiege, die Idee von Liebe.

Buch-Preis: 9,99 € / E-Book-Preis: 4,99 €





sparkasse-koelnbonn.de/direktfiliale

Ja klar!

Bei unserer Direktfiliale entscheiden Sie selbst, wann und wie Sie Ihre Bankgeschäfte erledigen – ob am Telefon oder per Videochat.

Persönlich. Digital. Direkt.









Malte hat eine Ausbildung

Malte ist 23 Jahre alt. Er ist also noch ganz schön jung. Nach seinem Abitur hat er drei Jahre lang gelernt, wie man bei medizinischen Notfällen handelt. Er ist jetzt Notfallsanitäter und weiß, wie man Verletzungen behandelt und was bei Unfällen zu tun ist. Er hat geübt, einen Einsatzwagen zu fahren und schnell, aber ruhig zu handeln. Vor seiner Ausbildung zum Brandmeister bei der Feuerwehr musste er einen Eignungstest bestehen.



Malte übt für den Test

Wer bei der Feuerwehr arbeiten möchte, muss gut lernen und ordentlich schreiben und rechnen können. Malte hat sich ein Buch geholt, in dem viele der Aufgaben des Tests aufgelistet sind. Dann hat er fleißig geübt. Besonders schwer fällt ihm die Rechtschreibung. Darum hat er diese Aufgaben sorgfältig geübt.

Doch Malte muss auch einen Sporttest absolvieren. Gut, dass es im Internet Berichte von Feuerwehrleuten gibt, die erzählen, was man üben kann. Auch wenn Malte nicht wie ein Muskelmann aussieht, trainiert er seit 16 Jahren Kampfsport. Und er kann schnell laufen. Klimmzüge mag er hingegen gar nicht. Darum hat Malte diese besonders trainiert. Und er hat beide Tests gut bestanden. "Mit Übung besteht fast jeder und jede den Test", sagt er.

Brandmeister Malte

Jetzt ist Malte Brandmeister und macht Dienst in der ältesten Feuerwache Kölns – in Lindenthal in der Gleueler Straße. Ihm gefallen das schöne Gebäude und das enge Miteinander mit den anderen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern. Eine Schicht im Brandschutz dauert 24 Stunden, im Rettungsdienst zwölf Stunden. Das heißt, dass die Feuer-

wehrleute gemeinsam essen und ruhen. Wenn es dann zum Einsatz ganz schnell rausgehen soll, gibt es immer noch die Stange, mit der man vom Obergeschoss flugs in die Wagenhalle rutschen kann.

Malte hat Dienst

Wenn Malte im Dienst ist, übt er mit seinen Kollegen den Brandschutz und Einsätze im Notfall. Er treibt Sport, um sich fit zu halten, sorgt dafür, dass ihre Technik funktioniert, und fährt vor allem zu Einsätzen. Denn wenn sie zum Einsatz gerufen werden, muss alles einsatzbereit sein. Es geht um Leben und Tod. Im Tagesdienst ist er für Ordnung und die Versorgung der Kollegen verantwortlich. Dann geht er einkaufen, bereitet die Mahlzeiten vor, kocht und sorgt dafür, dass die Wache ordentlich aussieht.

Ein Löschzug

Dieser Zug hat nichts mit der Eisenbahn zu tun. Er beschreibt, welche Fahrzeuge und Feuerwehrleute zu einem Einsatz herausfahren. Malte und seine Kollegen verfügen in ihrem Löschzug über ein Löschfahrzeug, eine Drehleiterund ein Tanklöschfahrzeug, in dem Löschwasser gespeichert ist. Malte selbst fährt zumeist im Tankwagen. Aber alle Feuerwehrleute müssen die großen Fahrzeuge fahren können.

Malte rettet Leben

Malte fährt mit den anderen Feuerwehrleuten hinaus, um Brände zu löschen. Aber sie retten auch Menschen aus Höhen und Tiefen. Im vergangenen Jahr steckte zum Beispiel ein Mann in einem Kanal fest und wurde durch die Kölner Feuerwehr gerettet. Es gibt auch Taucher und andere Spezialeinheiten sowie Rettungshubschrauber bei der Feuerwehr. Die Hubschrauber sind übrigens nach dem Schutzheiligen Christopherus benannt.



Wie man Feuer und Verletzungen vermeidet:

- Werft keine brennenden oder glühenden Sachen in Mülleimer!
- Grillkohle sollte erst abkühlen, bevor sie in die Mülltonne kommt!
- Feuerwerkskörper sind kein Spielzeug, sondern können Verletzungen hervorrufen!

Wenn ich mal groß bin, werde ich Tagesvater. Und Sie? Kontaktstelle Kindertagespflege Köln Beratung, Vermittlung und Vernetzung für Eltern, Tagespflegepersonen und Interessierte.

Venloer Str. 53 | 50672 Köln

www.kindertagespflege-koeln.de

Tel 0221 / 91 39 27 - 0

Malte hat Kolleginnen

In Köln arbeiten 1.634 Menschen bei der Feuerwehr, natürlich nicht nur bei den Einsätzen, sondern auch in der Verwaltung. Pro Jahr haben die Kölner Feuerwehrleute schon bis zu 17.000 Einsätze zu Notfällen und 12.200 Einsätze bei Bränden gefahren. Immer noch ist die Arbeit auch körperlich anstrengend und dennoch nicht nur eine Sache für Männer. Frauen können heutzutage als Brandmeisterin arbeiten. In Köln gibt es 13 Feuerwehrfrauen im Einsatz und 174 weitere Beschäftigte in den Sachgebieten Rettungsdienst, Verwaltung und Werkstätten.

Vom Wachturm aus Sicht auf den Dom

Das Gebäude in Lindenthal ist seit über 100 Jahren in Betrieb. Es hat auch einen Wachturm, von dem aus früher Brände entdeckt und gemeldet wurden. Von dort aus hat man aber auch einen tollen Blick auf den Dom und die Universitätsklinik. Dafür hat die Wache auch einen Nachteil: Die Garagenausfahrten waren für Fahrzeuge von vor 100 Jahren gedacht. Heutige Feuerwehrwagen sind größer. So müssen die Feuerwehrleute beim Rückwärtseinparken gut aufpassen.

Macht euch selbst schlau - besser noch: Macht mit!

Wenn ihr mehr über die Feuerwehr erfahren möchtet, könnt ihr euch mit eurer Kindergartengruppe für eine Besichti-

gung und ein Treffen mit Feuerwehrleuten anmelden. Das müsst ihr aber frühzeitig planen, denn viele Kinder haben Interesse an der Feuerwehr. Ihr könnt aber auch bei der Jugendfeuerwehr mitmachen, die es in Köln gibt. Die von uns aus nächstgelegene hat ihren Sitz in Rodenkirchen.

www.jf-koeln.de

Buchtipp

Blitzeinschlag im Territorium

Eine echte Autorin treffen, das könnt ihr hier im Viertel. **Christine Werner** aus Sülz hat ein neues Buch geschrieben. Die Heldin Terri ist 13 Jahre alt, und bei ihr geht zurzeit viel durcheinander. Ihre beste Freundin Nina ist ziemlich durcheinander, weil sie verliebt ist. Und dann verliebt sich auch noch Terris Mama. Und zudem noch in eine Frau.

Das bringt nun Terri etwas durcheinander. Terris Territorium verändert sich also ganz schön. Doch Christine Werner erzählt alles mit viel Witz und einem Augenzwinkern. Und langweilig wird einem beim Lesen ganz und gar nicht. Wenn ihr wollt, könnt ihr sie bestimmt auch zu einem Gespräch oder einer Lesung in die Schule einladen. Sie kommt ja schließlich aus dem Viertel.







Was ihr braucht:

- Streichholzschachtel
- Feste Pappe für die Räder
 - Fineliner, Buntstifte oder Wasserfarben
 - Schere und Klebstoff

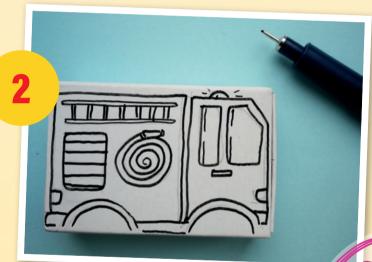


Basteltipp

Baut euch eure Feuerwehr aus Streichholzschachteln!

Anmalen:

Mit dem Fineliner zeichnet ihr die Seitenansicht des Feuerwehrautos auf die Streichholzschachtel.



3

Räder ausschneiden:

Aus der Pappe schneidet ihr vier kleine Kreise aus und klebt sie als Räder an die Streichholzschachtel. Malt vorher die Seitenansicht noch farbig aus.



Bis ZVM nächsten Mal! Eure Saskia und eure Hanka





Ob nach der Arbeit, der Schule, während des Studiums oder im Ruhestand: Viele Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler helfen im Stillen – machen kein großes Aufhebens um ihr soziales Engagement. Doch wer sind diese Personen, und was motiviert sie, sich unentgeltlich für hilfsbedürftige Menschen einzusetzen? Wir haben vier Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler aus vier verschiedenen Hilfsorganisationen gefragt:



URSULA HEDTKE, Ehrenamtlerin bei der Bürgerinitiative "hallo in sülz"

"Ich helfe geflüchteten Kindern bei dem Erwerb der deutschen Sprache!"

Im Jahr 2015 verließen viele Menschen ihre von Krieg bedrohte oder zerstörte Heimat und suchten Schutz in Deutschland. Ursula Hedtke arbeitete damals noch als Lehrerin in Schleswig-Holstein und unterstützte in ihrer Freizeit geflüchtete Menschen beim Erlernen der deutschen Sprache. Da ihre Kinder in und um Köln leben, zog sie nach ihrer Pensionierung in die Domstadt.

Auf der Suche nach einer neuen Möglichkeit, ihre ehrenamtliche Tätigkeit fortzusetzen, stieß sie auf die 2015 gegründete Bürgerinitiative "hallo in sülz". Ziel dieser Willkommensinitiative ist es, etwas mit und für Menschen zu tun, die aus ihrem Heimatland nach Deutschland fliehen mussten. Eine der daraus entstandenen Arbeitsgruppen unterstützt Kinder beim Deutschlernen in der Theodor-Heuss-Realschule.

"Vor Corona konnte ich dort gemeinsam mit anderen Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtlern ein- bis zweimal in der Woche Kindern im Unterricht helfen, die zu Hause wenig Unterstützung beim Erwerb der deutschen Sprache erhalten. Ich habe mit verschiedenen Kindern gearbeitet, je nachdem, was diese gerade zu tun hatten. Zum Teil war es absoluter Anfangsunterricht, wenn die Kinder noch gar kein Deutsch sprachen, und wir haben Dialoge geübt und Spiele gespielt. Zum Teil haben wir sie bei ihren Arbeitsplänen und bei schriftlichen Aufgaben aus anderen Fächern unterstützt oder auch

mit ihnen Englisch gelernt", erzählt Ursula Hedtke. Die pensionierte Lehrerin findet es schön, den Kindern beim Deutschlernen helfen zu können und dabei auch selber immer wieder etwas Neues dazuzulernen.

Seit Beginn der Pandemie heißt es in den Schulen meist: Homeschooling statt Präsenzunterricht! Diese Situation verändert und erschwert auch die ehrenamtliche Arbeit von Ursula Hedtke und ihren Mitstreiterinnen und Mitstreitern. Sie unterstützen die Kinder nun teilweise per WhatsApp, teilweise auf der Teams-Plattform. Die Klassenlehrerin versorgt die Kinder (und Betreuerinnen und Betreuer) immer mit Material, sodass trotz allem individuell gute Fortschritte erzielt werden können.

Doch diese Art der digitalen ehrenamtlichen Arbeit bringt auch Herausforderungen mit sich: "Es ergeben sich oft technische Probleme. Ansonsten ist es manchmal schwierig, sich mit den Kindern zu verständigen, denn Gesten sind auf dem Bildschirm nicht immer gut zu sehen. Und man kann nicht wie im Klassenraum auf etwas zeigen. Zeitweise ist auch die Tonqualität mangelhaft", sagt Ursula Hedtke.

Die Ehrenamtlerin von "hallo in sülz" findet es schade, die Kinder so lange nicht mehr persönlich gesehen zu haben. Die Pandemie bremst ihre Arbeit aus. Das ist bedauerlich, denn sie weiß, dass viele ausländische Kinder mit etwas Förderung schneller die deutsche Sprache lernen könnten. Ursula Hedtke hofft, bald wieder mehr helfen zu können!

www.halloinsuelz.de/ueberuns

BIRGIT WIEGANDT,

Ehrenamtlerin im Nachbarschaftsatelier "Hinsundkunzt"

"Ich repariere mit Menschen im Veedel ihre Geräte und Lieblingsteile!"



Hinsundkunzt lieat im Herzen von Sülz und ist ein innovatives Nachbarschaftsatelier mit Werkstattcharakter. Dort wird "Raum-Sharing" ganz praktisch, kreativ und nachhaltig umgesetzt. Immer mit dem Grundgedanken, Räume zu teilen, um gemeinnützige Projekte und Angebote zu realisieren, die dem Veedel und seinen Bewohnerinnen und Bewohnern zugutekommen. Eines dieser Angebote ist das Repair-Café. Und dort arbeitet die Ehrenamtlerin Birgit Wiegandt bereits seit anderthalb Jahren: "Die Menschen kommen mit den unterschiedlichsten Dingen ins Repair-Café. Sei es eine Nähmaschine, eine Kaffeemaschine, ein Bügeleisen oder Hifi-Geräte. Auch alte "Schätzchen", wie zum Beispiel ein Walkman, den es so gar nicht mehr zu kaufen gibt, werden möglichst repariert. Wir versuchen gemeinsam, das entsprechende Teil wieder funktionsfähig zu bekommen. Je nach Fähigkeit der Person unterstützen wir mit mehr oder weniger Hilfe, aber immer kostenlos", erklärt Birgit Wiegandt. Besonders motivierend findet die ITlerin, dass sie auf diese Weise etwas für die Nachhaltigkeit tun und gleichzeitig mit netten engagierten Menschen zusammenarbeiten kann. Die Veedelsbewohnerinnen und -bewohner schätzen die kostenlose und engagierte Hilfe des gesamten Repair-Café-Teams. Manchmal gibt es zum Dank auch Schokolade oder ein Kölsch!

Trotz der vielen Freude beim gemeinsamen Reparieren und Unterstützen schildert Birgit Wiegandt, dass es manchmal nicht leicht ist, Ehrenamt und Job unter einen Hut zu bekommen: "Ich helfe sehr gern, muss aber schauen, dass ich mir nicht zu viel zumute."

In Coronazeiten kann auch das Repair-Café nicht wie gewohnt an festen Tagen im Monat seine Pforten öffnen. Doch das für seine kreativen Ideen bekannte Nachbarschaftsatelier hat ein alternatives, vorübergehendes Konzept erarbeitet. Es nennt sich Repair-2.0. "Aktuell bieten wir an, dass die Menschen zu bestimmten Zeiten bei Hinsundkunzt im Hof, also an der frischen Luft, ihre reparaturbedürftigen Dinge abgeben können. Wir teilen diese Geräte dann unter dem Team auf und reparieren zu Hause oder einzeln in der Werkstatt bei Hinsundkunzt. Da ich insbesondere auch speziell für PC-Probleme zuständig bin, habe ich in letzter Zeit auch häufiger per Telefon helfen können. Oder auch mal bei einem coronakonformen Hausbesuch", erzählt Birgit Wiegandt.

Die Ehrenamtlerin findet es trotz erschwerter Bedingungen weiterhin sehr wichtig, die Nachbarinnen und Nachbarn zu unterstützen. Denn sie hat den Eindruck, dass die Menschen durch Corona und die Schließung vieler Geschäfte aktuell noch weniger Möglichkeiten haben, einen technischen Service in Anspruch zu nehmen. "Gerade jetzt ist es noch wichtiger und erfüllender, den Menschen auf irgendeine Art zu helfen!"

www.hinsundkunzt.de

24h 02238 - 6777 Jörg Jaerling



Gutes Wasser für Köln

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

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



Einbau, Wartung und Service

Rhein-Erft-Kreis 02238 - 6777

Köln

0221 - 97589950

Köln-Süd

02236 - 380646

Jörg Jaerling

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



LUKAS KLÜNEMANN, Ehrenamtler bei dem Projekt "ü65 geht online"

"Ich unterstütze ältere Menschen bei der Bedienung ihres Smartphones!"

Ende letzten Jahres ergab sich in der WG von Lukas Klünemann eine Diskussion zum Thema Coronapandemie. "Wir stellten uns die Frage, wie wir auf die derzeitige Lage in ein paar Jahren schauen werden. Wie können wir Geflüchteten, die die deutsche Sprache noch nicht beherrschen, helfen, und was passiert mit den älteren Menschen? Tun wir als Studierende genug? – Nein. Wie können wir

helfen? – Ehrenamtliches Engagement!", erzählt Lukas Klünemann, der an der Universität zu Köln Sozialwissenschaften studiert.

Direkt am nächsten Tag recherchierten sie und schrieben Organisationen an. Sein Mitbewohner gibt seitdem einem geflüchteten Ehepaar Nachhilfe in Deutsch. Und er selbst stieß auf das Projekt "ü65 geht online" – eine Digitalisierungsinitiative von den Kirchen und Seniorennetzwerken in Sülz und Klettenberg. "ü56 geht online" ist ein Nachfolgeprojekt der Ökumenischen Corona-Nachbarschaftshilfe. Der Bedarf einer digitalen Anbindung von Seniorinnen und Senioren war schon vor COVID-19 da. Doch in Zeiten, in denen ältere Menschen den Kontakt zu Familie und Freundinnen und Freunden meiden und für Erledigungen, Einkäufe oder Bankbesuche nicht nach draußen gehen sollten, ist die Notwendigkeit noch einmal gestiegen.

Seit Anfang des Jahres unterstützt Lukas Klünemann eine ältere Dame bei der Bedienung ihres Smartphones. "Die aktuelle Situation bringt natürlich ein paar Schwierigkeiten mit sich. Zuerst haben wir nur telefoniert, und ich konnte mir ein Bild von der Lage machen. Wir vereinbarten dann einen Termin bei ihr zu Hause und saßen maßnahmenkonform zusammen", berichtet der Student.

Inzwischen hat Lukas Klünemann der älteren Dame unter anderem gezeigt, wie man per Smartphone Onlinebanking durchführt, Bestellungen bezahlt und Fotos in verschiedene Ordner speichert.

Der Ehrenamtler findet es schade, dass er unter der Maske nur die Mimik seines Gegenübers erahnen kann. Er hat sich inzwischen angewöhnt, mit den Augen zu lachen, denn auch für die Seniorinnen und Senioren ist es nicht leicht, Vertrauen zu einer bisher fremden Person aufzubauen, deren Gesicht sie nur teilweise erkennen können.

Trotz aller coronabedingten Handicaps und Schwierigkeiten erhält Lukas Klünemann ein durchweg positives Feedback seitens der älteren Menschen – bestehend aus Fröhlichkeit, Erkenntnisgewinn und Dankbarkeit. "Eben ein Mix aus vielen schönen Gefühlen", überlegt der Ehrenamtler und resümiert: "Jemandem zu helfen

ist immer eine gute Sache. Beide Seiten profitieren davon, und ich kann das Ehrenamt wunderbar in meinen Alltag integrieren. Wenn man mit ein paar Tipps und Erklärungen den Alltag der Menschen erleichtern kann, dann ist das auf eine ganz besondere Weise erfüllend!"

www.kirche-sk.de/gemeindeleben/ corona-hilfe/





- 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

KATRIN THÜRBACH, Ehrenamtlerin bei der Initiative "Radeln ohne Alter"

"Ich helfe älteren Menschen, an die frische Luft und an ihre Sehnsuchtsorte zu kommen!"

Katrin Thürbach ist Juristin und wohnt in Braunsfeld. Bereits seit vielen Jahre engagiert sie sich bei der Nachbarschaftshilfe "Kölsch Hätz" und seit einem Jahr bei "Radeln ohne Alter". 2012 in Dänemark gegründet, bietet diese Initiative seit Anfang 2020 auch in Köln denjenigen, die nicht mehr aus eigener Kraft in die Pedale treten können, kostenlose Rikschafahrten an. Von diesem Projekt begeistert, absolvierte Katrin Thürbach bei "Radeln ohne Alter" die Pilotenschule und konnte bereits im letzten Jahr mit zahlreichen Seniorinnen und Senioren aus Braunsfelder Seniorenhäusern und dem Veedel schöne Ausflüge in die nähere Umgebung machen, "Oft geht es in den Stadtwald oder an den Decksteiner Weiher. Ich habe Senioren aber auch in ihr altes Wohnviertel, zu ihrer alten Schule, zu ihrer Lieblingseisdiele oder zu ehemaligen Nachbarn gebracht!", erzählt Katrin Thürbach.

Die Rikscha-Pilotin (Bezeichnung der Fahrerinnen und Fahrer bei "Radeln ohne Alter", Anm. d. Verf.) berührt es sehr, wie viele ältere Menschen am Ende eines oft erfüllten Lebens sehr einsam zurückbleiben. Umso schöner findet sie es, ihnen die Möglichkeit zu bieten, an die frische Luft und an Sehnsuchtsorte zu gelangen, während sich dabei spontane Gespräche ergeben.

Viele Momente als Pilotin sind Katrin Thürbach im Gedächtnis geblieben: "Eine Dame, die am Tag unserer Ausfahrt 100 wurde, sagte mir anschließend: ,Dass ich erst 100 werden musste, um das zu erleben!' Und eine ältere Dame, die mich bat, sie in ihr altes Wohnviertel zu fahren, traf dort zufällig eine liebe Nachbarin, die sie seit vielen Jahren nicht gesehen hatte!"



Die Pandemie und oft wechselnde Bestimmungen erschweren auch die ehrenamtliche Arbeit einer Rikscha-Pilotin, Doch gerade ietzt findet Katrin Thürbach es besonders wichtig, älteren Menschen ein Gespräch, etwas Abwechslung und frische Luft anzubieten.

Kein Rikscha-Standort in Sülz und Klettenberg doch das könnte sich ändern!

In Köln gibt es inzwischen 15 verschiedene Rikscha-Standorte, aber leider noch keinen in Sülz und Klettenberg. Katrin Thürbach hat es in Braunsfeld geschafft,

> durch Probefahrten einen Bedarf aufzuzeigen, und letztendlich Unterstützer gefunden, mit deren Hilfe eine Rikscha finanziert werden konnte. Vielleicht findet sich auch in unserem Veedel eine Interessengemeinschaft, die das "Radeln ohne Alter"-Projekt voran-

> Falls ja, stünde Katrin Thürbach dieser Initia-

www.radelnohnealter.de/koeln/





WER HAT LUST AUF EINE KOSTENLOSE PROBEFAHRT?

Katrin Thürbach bietet in Sülz und Klettenberg Probefahrten an. Dabei werden natürlich immer die aktuellen Corona-Schutzmaßnahmen berücksichtigt.

Senioren, die Interesse an einer Schnupperfahrt haben, oder Angehörige, die sich dies für ihren älteren Verwandten wünschen, können sich gern bei Katrin Thürbach melden:

KONTAKT:

Katrin Thürbach katrin@thuerbach.de Mobil 0177 3018176 Info: www.radelnohnealter.de/koeln/



naturschön

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 0221/4307264 direkt gegenüber der Haltestelle Sülzurgstraße (Linie 18) · **www.naturschoen.com**



Moderator und Buchautor Ralph Caspers berichtet im Interview über ehrenamtliches Engagement, Trauer, Freude, Müßiggang und seine Unbesiegbarkeit im Monopoly-Spiel.

Das Interview führten für die INsülz & klettenberg Anika Pöhner und Thomas Dahl

Nicht wenigen Menschen dürfte Ralph Caspers als TV-Moderator für Bildungsformate wie "Die Sendung mit der Maus", "Quarks" oder "Wissen macht Ah!" bekannt sein. Auch in seinen Büchern setzt der auf Borneo geborene Wahlkölner Ausrufezeichen für die Neugierde und die Hinterfragung der Welt. Als Repräsentant mehrerer gemeinnütziger Initiativen betätigt sich Caspers zudem ehrenamtlich. INsülz & klettenberg sprach im Video-Interview mit dem vielleicht beliebtesten und meistbeschäftigten Brillenträger der Nation über die Hintergründe seines sozialen Engagements.



echen

ammen

にいい

Ralph Caspers: Hallo, guten Tag! Entschuldigen Sie bitte meine Verspätung (nur wenige Minuten, Anm. d. Verf.). Ich hatte die Zeit total vergessen und war gerade dabei, noch Equipment aufzubauen. Wir sezieren morgen ein menschliches Gehirn. Sorry.

Hallo, Herr Caspers! Kein Problem. Dafür haben wir absolutes Verständnis. Unser Thema passt da nur indirekt. Wir möchten gern über den sozialen Support für Hilfsbedürftige sprechen. Laut Internet sind Sie in neun Organisationen aktiv oder waren es. Ihre Eltern wanderten vor Ihrer Geburt nach Borneo aus, um dort für eine Hilfsorganisation Affen großzuziehen. Wurde Ihnen das soziale Engagement bereits in die Wiege gelegt?

Nein, überhaupt nicht. Meine heutige Arbeit hat nichts damit zu tun. Das wäre zu weit hergeholt. Meine Zeit in Borneo ist komplett im Nebel.

Wollen wir uns duzen?

Na klar. Sehr gern.

Du setzt dich für gemeinnützige Vereine, unter anderem für den Deutschen Kinderhospizverein und für TrauBe (Trauberbegleitung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene), ein. Was leisten diese Institutionen, und wie unterstützt du die Einrichtungen konkret?

Die Vereine begleiten Kinder und Eltern, die mit dem Schwersten überhaupt zu tun haben, mit dem Sterben. Viele Menschen reden ja nicht gern darüber. Wenn man darüber spricht, muss man schlussendlich ja auch über den eigenen Tod

nachdenken, und das wollen die meisten nicht. Der Tod wird oft totgeschwiegen. Für diejenigen, die in einer solchen Situation sind, macht es das nicht gerade einfacher. Der Deutsche Kinderhospizverein begleitet Kinder und Familien, wo die Kinder so krank sind, dass sie nicht mehr lange leben werden. Der TrauBe-Verein kümmert sich um Menschen, die gerade jemanden verloren haben. In dieser Phase hilft es, wenn man Unterstützung hat. Ich habe da leider nicht so die Zeit, um mich wie ein Trauerbegleiter zu involvieren. Doch ich kann meinen Bekanntheitsgrad dazu verwenden, damit die Vereine bekannter werden. Menschen sollen erfahren, dass es Lichtblicke gibt und sie nicht die Einzigen sind, die sich in dieser Lage befinden. Die Vereine brauchen zudem Geld für Miete oder Materialien. Vielleicht motiviert das einige Leute auch, diesen Einrichtungen etwas zu spenden.

Bei der "Sendung mit der Maus" und "Wissen macht Ah!" beantwortest du unzählige Fragen, die Kinder im Alltag beschäftigen. Als dein Vater starb, warst du 15 und hattest sicher Fragen, die dir keiner beantworten konnte. Welche Gedanken und Gefühle haben dich damals beschäftigt, und welche Antworten hätte dir das Team von TrauBe vielleicht geben können, wenn es diesen Verein damals schon gegeben hätte?

Wenn jemand gestorben ist, wie mein Vater, dann denkt man, man muss jetzt traurig sein oder weinen. Stimmt etwas nicht mit mir, wenn ich plötzlich wieder Lust habe, auf eine Party zu gehen? Diese Zweifel hätten die Menschen bei TrauBe mir ganz schnell nehmen können. Es gibt eine Zeit des Trauerns und eine Zeit, das Leben wieder unbeschwert anzugehen. Diese Phasen sind oft sehr nah beieinander. Man könnte sich beispielsweise einreden: "Weil meine Mutter gestorben ist, muss ich jetzt ein Jahr lang trauern." Aber so funktioniert Trauer nicht. Es ist gut, wenn es da Leute gibt, die sich auskennen und dir sagen: "Alles ist okay. Du darfst auch lachen."

Im April letzten Jahres erschien dein Buch "Wenn Papa tot ist, muss er dann sterben?" Inwiefern hat sich die Recherche für dieses Buch zu den Arbeiten in Bezug auf andere Wissensfragen unterschieden? >>



"Es ist ja so, dass ich nicht viel weiß."

Gar nicht, ehrlich gesagt. Auch da ist es ja so, dass ich nicht viel weiß. Ich muss mich für meine Bücher und auch für die Sendungen mit Menschen unterhalten, die viel Ahnung haben. Der große Unterschied ist, dass das Thema Tod mehr ans Eingemachte geht. Je mehr man sich damit beschäftigt, verliert das Thema aber den Schrecken. Es wird leichter. Man trainiert die Auseinandersetzung damit.

Sprichst du auch privat darüber innerhalb deiner Familie oder mit Freunden?

Ja, klar. Das ist ein ganz normales Thema. Manchmal komme ich deshalb vielleicht auch wie eine Dampfwalze daher. An der Feinfühligkeit arbeite ich noch. Als Pate des Deutschen Kinderhospizvereins lernst du Kinder und Jugendliche kennen, die nicht mehr lange leben werden. Welche Atmosphäre findest du dort vor? Als Außenstehender glaubt man, dass dort nur Raum für die Traurigkeit sein kann.

Das ist total unterschiedlich. Es ist immer etwas Besonderes, wenn wir uns treffen. Da herrscht oftmals viel Fröhlichkeit, auch wenn es vielleicht das letzte Mal ist, dass wir uns sehen. Ebenso ist das bei den Trauergruppen. Man denkt sich vielleicht, dass dort ständig nur geheult wird, aber es wird sehr viel gelacht. Und das gehört auch mit dazu.

Du hast 2020 in digitalem Rahmen Gute-Nacht-Geschichten für den Deutschen Kinderhospizverein vorgelesen. Wie ist die Idee zu diesem Projekt entstanden, und welches Feedback hast du erhalten?

Der Verein konnte nicht mehr die üblichen Treffen veranstalten und wollte Alternativangebote machen. Auch sollten Leute auf die Offerten der Einrichtung aufmerksam werden. Die Resonanz war total positiv.

Strukturieren und Kommunizieren

Pascale Rudolph

Individueller Computer-Unterricht bei Ihnen zu Hause

Unterstützung bei der Organisation und Erledigung Ihrer Büroaufgaben

Fon: 0157 - 39 43 97 06

www.strukturieren-und-kommunizieren.de

Die Pandemie erschwert die ehrenamtliche Arbeit. Andererseits sind gerade durch Corona viele neue nachbarschaftliche Organisationen entstanden. Ist die Pandemie für die Menschen vielleicht auch ein Anstoß, gesellschaftlich näher zu rücken?

Ich glaube, richtig näher rücken eher nicht. Aber es hat vielleicht dazu geführt, dass man mehr auf den Nachbarn achtgibt und nachhorcht, ob es etwas gibt, womit man helfen kann, etwa Einkäufe.

Du hast für die Stadt Köln die Ehrenamtspatenschaft im Jahr 2021 übernommen. Welche Aufgaben und Funktionen verbindest du mit diesem Amt?

Auch da ist es in erster Linie das Generieren von Aufmerksamkeit. Die Menschen sollen erfahren, dass es diesen Preis gibt ("KölnEngagiert", Ehrenamtspreis, Anm. d. Verf.). Man macht das ja nicht für Ruhm und Geld. Ohne dieses Engagement würde die Gesellschaft komplett zusammenbrechen. Es ist wichtig, dass die Leute gesehen werden und Anerkennung erhalten. Im besten Falle führt das dazu, dass andere motiviert werden, sich mit dem Gedanken einer ehrenamtlichen Tätigkeit auseinanderzusetzen. Es ist nämlich ein





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

INFO

unglaublich schönes Gefühl, wenn man merkt, dass man anderen Menschen helfen kann.

Nun bist du ja schon beruflich sehr beschäftigt. Wann findest du Zeit zur Entspannung und zum Rückzug?

Ich bin im Grunde sehr faul und hänge viel rum. Ich nehme mir einfach Zeit für mich. Die Hauptarbeit passiert im Kopf. Das kann ich auch gut machen, wenn ich scheinbar nichts tue. Ich sehe mich eher als Müßiggänger und habe kein schlechtes Gewissen dabei, weil ich auch weiß, dass das letztendlich produktiv ist.

Gibt es neue Buchprojekte, die in Planung sind?

Ja, ich habe letztes Jahr ein Buch herausgebracht, das "99 harmlose Fragen für überraschende Unterhaltungen zwischen Eltern und Kindern" heißt. Noch in diesem Frühjahr erscheint davon der zweite Teil (das Interview wurde am 15. April geführt, Anm. d. Verf.). Eine Frage darin lautet: "Was wirst du immer lieben?" Dazu liefere ich ein paar Inspirationsgedanken. Eine weitere Frage wäre: "Wo soll das Haus hingebaut werden?" Das klingt jetzt nach Großgrundbesitzer, bezieht sich aber auf Monopoly. Dort gibt es immer das Problem, wo man mit dem letzten Geld sein Haus aufstellt. Ich habe

einen Weg gefunden, der sehr gut funktioniert, weshalb ich auch immer gewinne. Ich habe sozusagen die spielentscheidende Sache herausgefunden. Deshalb spielt auch niemand mehr mit mir, weil ich angeblich so fies bin und mich mit Mathe gut auskenne.

Herzlichen Dank für das Gespräch und viel Erfolg auf allen Ebenen, Ralph Caspers!

ap+td

TRAUBE KÖLN E.V.

TrauerBegleitung für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Aachener Straße 78–80 50674 Köln

Telefon: 0221/26136731 kontakt@traube-koeln.de

www.traube-koeln.de

Deutscher Kinderhospizverein e.V.

In der Trift 13 57462 Olpe

Telefon: 02761/941290 info@deutscher-kinderhospizverein.de

www.deutscher-kinderhospizverein.de

BUCHAUSWAHL

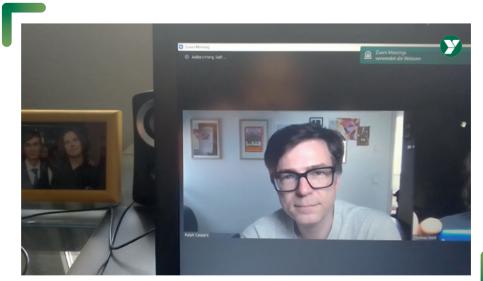
99 harmlose Fragen für überraschende Unterhaltungen zwischen Eltern und Kindern

Bibliographisches Institut – Duden, Berlin 2020, ISBN 978-3-411-74272-1

Wenn Papa jetzt tot ist, muss er dann sterben?

Bastei Lübbe, 2021 ISBN 978-3-7857-2632-7





Video: Persönlicher Videogruß von Ralph Caspers an unsere Leserinnen und Leser

Kleingärten in Sülz und Klettenberg

Grüne Paradiese gleich um die Ecke

Sie erfreuen sich neuer Beliebtheit. Schon vor Corona war das so, und die Pandemie hat die Nachfrage nach den grünen Oasen noch einmal steigen lassen. Wie geht es zu im Kleingärtnerverein Kletterrose, im Kleingärtnerverein Klettenberg und anderen Schrebergartenkolonien, in denen Menschen aus der Umgebung pflanzen, gärtnern, leben und Geselligkeit pflegen? Wie veränderten sich die Kleingärten in den letzten Jahren - was gibt es Neues, was bleibt bestehen? INsülz war in der "Kletterrose" zu Gast und hat ein Interview mit dem Kleingartenverein in Klettenberg geführt.

von Dorothee Mennicken



terbeet sowie Möhren, Zwiebeln, Kartoffeln,

Porree, Radieschen, Salat und Spitzkohl.

Aber auch Blumen wie Petunien, Fleißige

Lieschen und Geranien kommen nicht zu

kurz. Bereits seit 1972 hat das Rentnerehe-

paar den Schrebergarten gepachtet, den

sie von den Schwiegereltern übernommen

haben. "Unsere Töchter sind hier groß ge-

worden", erzählt Peter Hundenborn, "meine

Robert Josephs (rechts), 1. Vorsitzender, und Manfred Clemens (links), Schriftführer, sind viele Stunden im Jahr für die "Kletterrose" im Einsatz.





Peter und Gertrud Hundenborn haben seit 1972 einen Garten in der "Kletterrose" gepachtet.

Am Eingang zum leider aufgrund der Pande-Frau hat früher mit den Kindern mie geschlossenen Vereinslokal "Kletterrohier sehr viel Zeit verbracht." Ihr se" im Beethovenpark empfängt uns Robert Garten mit einer großen Laube Josephs, der Vorsitzende des Kleingartenist aber auch heute noch wie ein vereins, und bringt uns zu Peter und Gertrud zweites Zuhause für die beiden. Hundenborn. In ihrem Garten finden sich ein alter und ein junger Apfelbaum, ein Kräu-

Ein zweites Zuhause im Grünen

Der 73-Jährige erzählt, dass sie je nach Wetter das ganze Jahr hindurch sechs bis sieben Stunden täglich in ihrem Garten sind "Es ist ja auch viel Arbeit", ergänzt seine 71-jährige Frau, die zu Hause die Tomaten vorzieht, bis diese in den Unterstand im Garten gepflanzt werden können. Beide genießen den Aufenthalt an der frischen Luft und auch die Arbeit, die jetzt im Rentnerdasein auch viel stressloser ist als früher. Sie vermissen manchmal die große Beteiligung an den Festen, das sei früher anders gewesen, und sie hoffen, dass sie bald wieder ein frisches Kölsch im Vereinslokal genießen können, um alte Kontakte aufzufrischen. "Natürlich hat sich viel verändert in den all den Jahren", stellt Peter Hundenborn fest, "manche

der jüngeren Leute müssen den Garten nach fünf bis zehn Jahren wieder aufgeben, weil sie sich beruflich verändern. Aber wir haben zu allen Nachbarn guten Kontakt. Dass wir uns helfen und gegenseitig Geräte ausleihen, das ist immer noch so."

Das bestätigt die Familie, in deren Garten INsülz als Nächstes zu Gast ist. Dina Hollmann, Dierk Spillmann und Tochter Elsa sind erst seit September 2020 Mitglieder in der "Kletterrose" und ganz angetan von den nachbarschaftlichen Kontakten ringsherum. "Manche Nachbarn sind hier schon sein 40 Jahren und können uns Supertipps geben. Wir sind ja Neulinge und können hier jeden fragen", beschreibt Dina Hollmann die Atmosphäre in ihrem Gang.

Froh über die Ruhe und die Nachbarschaft

Dass es Tochter Elsa hier gut gefällt, sieht man auf den ersten Blick. Hoch zu Ross blickt sie uns fröhlich entgegen: "Ich spiele mit den anderen Kindern – das ist toll", erzählt die Fünfjährige, "manchmal gehen wir auch zusammen in den Park." Sie hat aber auch schon ihr eigenes Beet und lernt so, dass ein Kleingarten nicht nur Spaß ist. "Wir sind hier in der Woche zwei bis drei Nachmittage und natürlich an den Wochenenden und merken schon, dass es allerhand Arbeit ist, das Ganze in Schuss zu halten", beschreibt Dierk Spillmann die Situation. Alle drei sind aber sehr froh, dass sie einen Garten übernehmen konnten – erst recht in Coronazeiten. Sie schätzen die Ruhe, das Draußensein und sind begeistert zu sehen, wie Feldsalat, Spinat, Tomaten und vieles andere wächst.



Seit drei Jahren ist Kirsten Schirk froh darüber, ihren Garten gestalten zu können.

Ohne Garten geht es nicht

Der dritte Garten, in dem wir zu Besuch sind, gehört Kirsten Schirk. Nach der Trennung von ihrem Mann stand sie ohne Garten da und merkte, dass das für sie nicht geht. "Es war für mich ein Riesenglück, recht schnell einen Garten zu finden. Hier ist der Ort, wo ich mich vom Alltagsstress erhole, ruhig werde, mich mit Freundinnen und Freunden treffe und meinen Gestaltungsdrang austoben kann", beschreibt die 56-Jährige die Bedeutung



Dierk Spillmann, Elsa und Dina Hollmann schätzen die Ruhe und die grüne Umgebung.







des Schrebergartens, in dem sie bis zu 20 Stunden in der Woche verbringt. Mit ihren Nachbarn hat sie ein gutes Verhältnis ebenso wie zum Verein, auch wenn der Kontakt coronabedingt zurzeit eher spärlich ist. Kirsten Schirk freut sich auf Zucchini, Salat, Erdbeeren, Tomaten und vieles mehr aus eigenem Anbau. Ihre anfängliche Sorge, dass sie nicht genug anbaue, hat sich in ihrem dritten Gartenjahr gelegt: "So langsam habe ich alles im Griff."

Jubiläum ohne Feier

100 Jahre wird der Kleingartenverein Kletterrose in diesem Jahr alt. Ein Jubiläum, das Robert Josephs und seine Vorstandkolleginnen und -kollegen gern groß gefeiert hätten mit allen Pächterinnen und Pächtern und den Menschen im Viertel. "Vieles war schon geplant", erzählt uns der erste Vorsitzende, "doch Corona macht uns einen Strich durch die Rechnung." Dabei waren Feste fast immer wesentlicher Bestandteil der Gemeinschaft, davon zeugen die kleinen Broschüren zum 75. und zum 80. Jubiläum des Vereins.

Über die Veränderungen in der Kleingartenanlage kann Manfred Clemens, der Schriftführer des Kleingartenvereins, viel erzählen. Seit 30 Jahren ist er Pächter eines Gartens in der "Kletterrose" und zum zweiten Mal als Vorstandsmitglied aktiv. "Die stärksten Jahrgänge sind zurzeit die in den 1960er-Jahren Geborenen, doch die jüngeren

holen auf. Von den 20 Gärten, die im letzten Jahr übernommen wurden, sind 18 an junge Familien gegangen." "Deshalb werden die Gärten heute auch immer mehr zu Spielräumen mit Spielhäusern, Trampolins und kleinen Pools im Sommer", beschreibt Josephs die Veränderung. Aber der eigene Anbau bleibt bestehen, legt doch die Gartenordnung fest, dass 30 Prozent der Nutzfläche mit Obst und Gemüse bepflanzt werden muss.

Gemeinschaft braucht Engagement

Dadurch dass die Bedeutung von Ökologie, Naturschutz und die Frischluftzufuhr aus Grünanlagen heute ganz anders wahrgenommen werden, ist die Warteliste für die kleinen grünen Paradiese um die Ecke mittlerweile lang und zurzeit geschlossen. Manfred Clemens erinnert sich noch an andere Zeiten: "Vor 20 Jahren haben wir händeringend Nachwuchs gesucht. Jetzt kommen ganz andere Berufsgruppen zu uns, viel mehr Lehrer und Menschen aus Sozialberufen. Früher waren es mehr Handwerker. Das macht sich bei der Gemeinschaftsarbeit schon mal bemerkbar", lächelt er. Diese beträgt sechs Stunden pro Garten im Jahr und betrifft die Hecken, Flächen und Wege der gesamten Anlage. Etwa die Hälfte der Pächterinnen und Pächter macht mit, die andere Hälfte kauft sich frei, schätzt der Schriftführer.

Robert Josephs, Manfred Clemens und ihre neun Vorstandskolleginnen und -kollegen sind viele Stunden im Jahr für die Gemeinschaft im Einsatz. Sie organisieren die notwendigen Arbeiten, verhandeln mit der Stadt Köln, helfen bei Baugenehmigungen, beraten Pächterinnen und Pächter und schlichten Nachbarschaftsstreitigkeiten. "Eine große Anlage – die Kletterrose hat 325 Gärten – braucht Menschen, die sich kümmern", schildert der 64-jährige Manfred Clemens die Motivation der Ehrenamtlichen. Robert Josephs, der durchschnittlich 30 Stunden in der Woche in die Kletterrose investiert, ergänzt: "Die Kleingärten sind kleine Paradiese nebenan, und damit das so bleibt, braucht es Engagement und immer mal wieder auch neue Ideen."



INsülz&klettenberg wünscht viel Erfolg zu 100 Jahren "Kletterrose" und hofft, 2022 beim nachgeholten Jubiläumsfest dabei sein zu können!



Der Kleingärtnerverein Köln-Klettenberg e. V.

Eine weitere große Kleingartenanlage in unserem Viertel ist der Kleingärtnerverein Köln-Klettenberg e.V. Seine fast 500 Gärten erstrecken sich zwischen Luxemburger Straße, Militärring und der Bahntrasse Eifeltor. 1923 gegründet, blickt die Kleingartenanlage auf eine lange Tradition zurück und ihre Gärten sind weit über das Viertel hinaus sehr begehrt. Der Vorsitzende Markus Jennissen hat INsülz in einem Interview einen Einblick in die Situation heute gegeben.

Wie ist die Zusammensetzung der Pächterinnen und Pächter heute – was hat sich daran verändert in den letzten Jahren?

Im KGV Klettenberg findet seit etwa zehn Jahren ein Generationenwechsel statt. In den Jahren vor der Coronapandemie hatten wir im Schnitt 30 Pächterwechsel. Im letzten Jahr waren es dann nur noch 15, weil jetzt jeder froh ist über sein grünes Wohnzimmer an der frischen Luft. Wir haben eine bunte Mischung durch alle Altersklassen, Bevölkerungsschichten, mit und ohne Migrationshintergrund. Früher hatten wir viele Menschen mit handwerklichen Fähigkeiten hier, was sehr praktisch war, denn in einer Gartenanlage fallen viele Reparaturen im Gemeinschaftseigentum an. Heute haben wir überwiegend akademische Berufshintergründe. Für einige Arbeiten müssen wir zunehmend Fremdfirmen beauftragen.

Was sind die Hauptgründe der Menschen, sich bei Ihnen um einen Garten zu bewerben?

Was alle vereint, ist der Wunsch nach einem Stück Grün, das nach den eigenen Vorstellungen gestaltet werden kann. Den Gestaltungsspielraum begrenzt hierbei die Gartenordnung, der Pachtvertrag und die Satzung des Vereins. Wie unterschiedlich das dann aussehen kann, kann man am besten direkt bei uns in der Gartenanlage erleben.

Welche Veränderungen nehmen Sie in der Kleingartenanlage wahr: Wird zum Beispiel anders gegärtnert als noch vor zehn Jahren?

Nach dem Krieg stand sicherlich die Selbstversorgung im Mittelpunkt. Die Gartenordnung und das Kleingartengesetz sind immer noch die Grundlage für den Verein. Doch heute steht das Gemüse nicht mehr immer in Reihe und Glied, sondern auch einmal mitten im Staudenbeet. Genauso hat sich der Speiseplan geändert. Heute finden wir Artischocken, Zucchinis, Paprika und Physalis in den Gärten.

Wie sieht es mit der Bereitschaft zu ehrenamtlicher Mitarbeit aus? Klappt es mit der Gemeinschaftsarbeit?



Bei der Gemeinschaftsarbeit wird es etwas schwieriger. Wir nutzen zwar die Vorteile der Digitalisierung. Doch typische Arbeiten wie Hecke schneiden, Tore ölen, Wasserleitungen reparieren, Zäune flicken, aufgegebene Gärten aufarbeiten und vieles mehr funktionieren nur analog. Da sehen wir viele schon bei ihren eigenen 200 Metern scheitern.

Eine Herausforderung ist die Gemeinschaftsarbeit, die rund um den Vorstand anfällt. Viele Mitglieder können sich gar nicht vorstellen, wie viel Arbeit in so einem Verein anfällt. Sie haben oft gar keine Zeit, sich noch um mehr als um ihren eigenen Garten zu kümmern, haben aber eine Erwartungshaltung, dass immer alles ganz flott gehen muss.

Wie verändert sich die Wahrnehmung von Kleingärten?

Als große zusammenhängende grüne Fläche wirken Kleingartenanlagen sicherlich einer weiteren Flächenversiegelung entgegen und sind eine Frischluftzone. Wir schaffen kleine ökologische Nischen für Tiere und Pflanzen. Es gibt Frösche, Kröten, Mauereidechsen, Molche, Libellen, Eichelhäher und Mäusebussarde. In der Nacht gibt es sogar Füchse, und das alles in Köln.

Wir empfinden uns als Teil der öffentlichen Grünanlagen der Stadt Köln und wollen unsere Gartenanlage für Besucherinnen und Besucher attraktiv machen. Zurzeit installieren wir einen Naturerlebnispfad in unserer Gartenanlage. Seit Herbst letzten Jahres betreibt der BUND einen großen Garten in unserer Anlage und macht Angebote an Kinder für den Naturerlebnisgarten Klettenberg. Wir freuen uns, wenn Menschen bei uns Zeit verbringen.

So verkaufen Sie Ihre Immobilie schneller und hochpreisiger

Sie sind Eigentümer einer Immobilie und fragen sich, wie Sie mehr Geld dafür erhalten oder schneller verkaufen können? **Jaap Westermann** von **Rheingold Immobilien** hat da einen tollen Tipp: Mit sogenanntem "Home Staging" gelingt beides: Dabei geht es um die einfache, aber gezielte Inszenierung für den Verkauf.





Vorher/nachher:
 Durch das
 Home Staging
 werden die
Raumproportionen
 der Küche erst
 richtig deutlich.

So wie beim Gebrauchtwagenverkauf aufwendige Reinigung und optische Aufwertung dazugehören, sollte Interessenten die

Immobilie nicht im bewohnten oder leeren Zustand gezeigt werden: Persönliche Gegenstände, die den Blick ablenken, verschwinden; der Raum erhält mit geringem Aufwand eine "neutrale" Einrichtung. Denn bei ganz leeren Räumen fällt es oft schwer, sich diese eingerichtet vorzustellen und Möglichkeiten zu erkennen. Dezente Möbel, Farben, Licht und Dekorationen lassen die Räume großzügiger erscheinen, Raumproportionen werden besser sichtbar und Besonderheiten des Objekts hervorgehoben. Eine günstige Möglichkeit sind zum Beispiel sehr echt wirkende Möbel aus Pappe. Eine solche Raum-"Dekoration" erleichtert dem Interessenten, sich das neue Zuhause besser vorzustellen, nicht nur vor Ort, sondern bereits in der Onlinepräsentation, bei der virtuellen 360-Grad-Besichtigung oder im Exposé.

Jaap Westermann erzählt uns, dass, wer heute seine Immobilie nur irgendwie verkaufen möchte, aufgrund der Marktlage auf Home Staging und Makler verzichten kann. Wer aber kein Geld verschenken möchte, sollte aus seiner Sicht unbedingt darauf achten, bei der Darstellung und der Präsentation alles richtig zu machen. Die Investition in Home Staging und in einen engagierten und guten Makler zahlt sich, auch unter Berücksichtigung der Kosten und Provision, für den Verkäufer aus.

Westermann sagt: "Obwohl die Kaufbereitschaft bei gut vorqualifizierten Interessenten bei den Besichtigungsterminen generell schon sehr gut ist, steigt die Anzahl derer, die ein Kaufangebot abgeben, mit Home Staging signifikant an. Bei Bietersituationen, die durch Home Staging eine zweite Verkaufschance erhalten, oder bei Ladenhütern wird dies besonders deutlich." Neben dem gestiegenen Anfangsinteresse an "gestageten" Immobilien sind daher zumeist auch höhere Verkaufspreise und eine schnellere Vermarktung die Folge. Bei Fragen zur Vermarktung Ihrer Immobilie lohnt es sich, die Profis von Rheingold Immobilien anzusprechen.



Longericher Straße 249 · 50739 Köln Fon: (0221) 7156171 · Fax: (0221) 7786961 baclain-metallbau@web.de www.baclain-metallbau.de

Metallprofile und Metallbau in jeder Form

www.rheingoldimmobilien.de

Neue Freude am eigenen Zuhause

BRUNE KÜCHEN Zuletzt haben wir alle viel Zeit zu Hause verbracht. Statt essen zu gehen, haben wir die Lust am Kochen (wieder)entdeckt und erlebt, wie schön es sein kann, mit der Familie am gedeckten Tisch zu sitzen und gemeinsam zu genießen. Dadurch haben wir auch unsere Einrichtung mit ganz neuen Augen gesehen, ihre Stärken und Schwächen identifiziert. Bei vielen steht plötzlich ein neuer Backofen, eine Küchenmodernisierung oder gar eine komplett neue Küche ganz oben auf der Wunschliste.

Welch fantastische Möglichkeiten es gibt: energieeffiziente Elektrogeräte, wie zum Beispiel Induktionskochfelder, die Speisen mit der Schnelligkeit eines Gasherds oder eines (Combi-)Dampfgarers gesund und schonend zubereiten. Wer träumt nicht von einer neuen Küche mit samtweichen Lackfronten, dazu ebenso schöne wie pflegeleichte Arbeitsplatten aus Keramik? Oder vielleicht doch eine Front aus echtem Holz oder robustem Kunststoff?

Das erfahrene Team von brune küchen navigiert Sie zielsicher durch die zahlreichen Möglichkeiten und findet die maßgeschneiderte Lösung für Ihre Bedürfnisse. Mit den Produkten von Küchenmanufakturen wie WARENDORF DIE

oto: Nonnenmacher

KÜCHE oder eggersmann lässt sich so individuell und flexibel planen, dass nahezu jeder Wunsch erfüllt und fast jeder Raum optimal genutzt wird.

brune küchen finden Sie in Hürth auf der Luxemburger Straße 118 (nur 800 Meter hinter der Autobahnausfahrt A4 Köln-Klettenberg). Hier berät man Sie sehr individuell und mit viel Kompetenz – zurzeit telefonisch oder online und hoffentlich bald wieder ganz persönlich.

www.brune-kuechen.de



Jürgen Miehling

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

Planung & Durchführung sämtlicher

Malerarbeiten Verkouf von Farben & Tapeten

Fassadengestaltung

Grafittischutz

Dekorative Maltechniken Bodenverlegung

Schimmelbeseitigung

www.die-maler-koeln.de

Sie brauchen dringend einen **Tapetenwechsel?**



Es muss einem ja nicht gleich die Decke auf den Kopf fal-

len. Aber, dass Küche, Wohnzimmer oder Diele dringend einen Neuanstrich oder einen Tapetenwechsel benötigen, ist Ihnen zuletzt schon deutlich geworden? "Die Maler" um Malermeister Jürgen Miehling können Ihnen kompetent und ganz unkompliziert weiterhelfen!

Sollten Sie in den letzten Wochen viel zu Hause im Homeoffice gesessen haben, und nicht nur Ihre Wohnung, sondern Sie selbst einen Tapetenwechsel gut gebrauchen können, gibt's zudem einen ganz besonderen Service von "Die Maler": Drücken Sie Jürgen Miehling einfach Ihre Schlüssel in die Hand. Nach Ihrer Urlaubsreise sind Sie doppelt glücklich: Frisch erholt kommen Sie zurück, und auch Ihre Wohnung erstrahlt in neuem Glanz. Attraktiv ist dieses clevere Angebot von "Die Maler" auch für Unternehmen, Praxen, Kanzleien oder private Kindergärten, wo umfangreichere Anstricharbeiten nur während der Urlaubszeit möglich sind, oder jetzt, wo viele Mitarbeiter von zu Hause aus arbeiten. Das sind doch mal gute Nachrichten für diesen Sommer!

www.die-maler-koeln.de



Das hält! Die Liebe zum Parkett

Wer zuletzt viel Zeit zu Hause verbracht hat, dem ist manches aufgefallen, über das man sonst einfach hinweggeht. Der Fußboden fällt häufig in diese Kategorie. Das bestehende Parkett intensiv reinigen, aufarbeiten, renovieren oder gleich einen neuen Boden verlegen, beim Sülz-Klettenberger Traditionsunternehmen **Parkett Kirion** wird man bestens beraten und bedient.

2021 ist Jubiläumsjahr: 65 Jahre gibt es Parkett Kirion bereits, zwischenzeitlich ist die dritte Generation in der Firma tätig. Die Liebe zum Handwerk mit natürlichen Materialien und zur Gestaltung und Aufwertung von Räumen verbindet sie alle. So hat man sich selbst ein wunderbares, klassisches Fischgrätparkett für Büro und

Showroom gegönnt. Dabei zeigt sich: Parkettboden wertet selbst kleine Räume auf und harmoniert mit nahezu allen Farben. Als echter Pluspunkt kommt die Langlebigkeit hinzu. "Eine Nutzungsdauer von 30 bis 60 Jahren ist 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."

Die Auswahl ist riesig: Fertigparkett oder Massivholzdielen sind den meisten bekannt, dazu gibt es neben vielen weiteren auch zahlreiche unterschiedliche Holz- und Verlegearten. Immer mit eigener Ausstrahlung und Wirkung auf den Raum. Gut, wenn man sich da auf fachgerechte Beratung im Showroom oder bei sich zu Hause oder in der Firma verlassen kann. Am besten vereinbaren Sie gleich telefonisch Ihren Termin unter 0221 461756.

www.parkett-kirion.de



Seit 60 Jahren Facherfahrung

Heinrich Kirion GmbH

MEISTERBETRIEB

Luxemburger Straße 348, 50937 Köln Telefon (0221) 461756 Telefax (0221) 466622

www.parkett-kirion.de

Parkett

Stab-, Mosaik- und Fertigparkett Musterböden • Massivdielen

Bodenbeläge

Teppich • PVC • Laminat Design-Bodenbeläge



Elektrotechnik Schildgen GmbH Zülpicher Strasse 311 50937 Köln Telefon: 0221 - 418173 www.schildgen.de

E-Mail: hallo@schildgen.de

DIY-Tipp für den Sommer

Charmante Untersetzer

Wer Lust auf ein einfaches, aber effektvolles Kreativprojekt hat, sollte den DIY-Tipp unserer Sommerausgabe unbedingt ausprobieren. Denn wir zeigen Schritt für Schritt, wie man mithilfe von alten Häkeldeckchen farbenprächtige Untersetzer aus lufttrocknendem Ton anfertigt.

SO GEHT'S



Material

- lufttrocknender Ton
- Nudelholz
- Backpapier
- rundes Häkeldeckchen
- durchsichtige Glasschale (Durchmesser mind. 10 cm)
- Acrylfarben (wir haben die Farben Rosé und Petrol verwendet)
- kleines Schwämmchen
- Klarlack
- Pinsel
- Bastelfilz



- Als Erstes schneiden wir ein Stück von dem lufttrocknenden Ton ab, kneten ihn ein wenig und formen daraus eine Kugel.
- **02** Diese wird anschließend, wie beim Plätzchenbacken, mit dem Nudelholz gleichmäßig auf einem Stück Backpapier ausgerollt.
- **03** Nun legen wir das Häkeldeckchen auf den Teig und drücken es leicht an.
- **04** Im nächsten Schritt rollen wir mit dem Nudelholz von innen nach außen über das Deckchen, bis es auf der Oberfläche des Teiges einen ebenmäßigen Abdruck hinterlassen hat.
- **05** Im Anschluss wird das Deckchen von dem Teig gelöst, und zurück bleibt ein rundes Muster.
- **06** Jetzt platzieren wir die durchsichtige Glasschale so auf dem entstandenen Muster, dass darunter ein zu allen Seiten gleichmäßiger Verlauf zu erkennen ist.

- **07** Der Untersetzer kann nun ausgestochen werden. Leichte Unregelmäßigkeiten am Rand können wir bei Bedarf mit den Fingern glätten.
- **08** Jetzt muss der Ton für 24 Stunden trocknen.
- 9 Für die farbliche Gestaltung verdünnen wir Acrylfarbe mit Wasser und tupfen sie vorsichtig mit einem Schwämmchen auf den Ton.
- 10 Nach dem Trocknen wird die Oberfläche mit einer dünnen Schicht Klarlack versiegelt, und fertig ist unser sommerlicher Untersetzer!

Tipp:

Wer sichergehen möchte, dass der Untersetzer keine Kratzer auf dem Tisch hinterlässt, kann die Unterseite mit Bastelfilz bekleben. ■ ap

Vom Samenkorn bis zum Salatkopf: alles aus einer Hand



Um 4.30 Uhr ist Sebastian Pohl aufgestanden, damit sein Gemüse- und Obststand auf dem Klettenberger Markt um 7 Uhr aufgebaut ist. Dann kommen schon die ersten Kundinnen und Kunden, die die frischen Produkte aus

der Region schätzen. Der Juni steht noch sehr im Zeichen von Erdbeeren und Spargel, aber auch die frischen Salate, Tomaten, Bohnen und Erbsen aus dem Freiland sind sehr begehrt. "Wir ziehen die meisten unserer Pflanzen selbst", erläutert Vater Hans-Georg Pohl, "vom Samenkorn bis zur Ernte haben wir alles in unserer Hand und bauen so natürlich wie möglich an."

Der **Gemüsehof Pohl** betreibt mit Sohn Sebastian in Kerpen bereits in sechster Generation Gemüse- und Obstanbau. Der 29-Jährige hat Gartenbau mit der Spezialisierung auf Gemüse- und Obstanbau studiert und wollte unbedingt im Familienbetrieb arbeiten: "Morgens auf dem Markt und heute Nachmittag auf dem Feld – kein Tag ist wie der andere. Ich liebe die Abwechslung in unserem Beruf."

Der direkte Kontakt zu seinen Kundinnen und Kunden ist ihm besonders wichtig. So erfährt er, was besonders gut ankommt, etwa der Geschmack seiner Erdbeeren. Er und sein Vater suchen die Sorten "nicht nach Haltbarkeit, sondern nach Geschmack aus". Oder welcher Service besonders geschätzt wird, zum Beispiel das kostenlose Spargelschälen oder der frisch gepresste Orangensaft. Auf dem Markt können er und seine Mitarbeitenden auch saisonales Einkaufen empfehlen, ein Aspekt, der den Pohls sehr am Herzen liegt.

Gestern geerntet, heute auf dem Markt – das ist die Devise des Gemüsehofs Pohl, der seit Februar 2021 mittwochs und samstags auf dem Klettenberggürtel Gemüse und Obst anbietet.

www.gemuesehof-pohl.de

Regionale Frischevielfalt, die sich sehen lassen kann

Biokartoffeln aus Kerpen, Tomaten, Paprika und Salatgurken aus Bergheim-Niederaußem, Biokräuter aus Bornheim, Aprikosen und Süßkirschen aus Bergheim-Rheidt, Erdbeeren, Himbeeren und Johannisbeeren aus Frechen, Blaubeeren aus dem Bergischen Land, Freilandsalate aus der Nähe von Düren und Chicorée aus Grafschaft – das und noch circa 250 weitere regionale Produkte ist die regionale Obst- und Gemüsevielfalt des Sommers bei **Rewe Richrath** auf der Rhöndorfer Straße und aller anderen 14 Filialen.

"Kurze Wege, langer Genuss – das meinen wir ernst", beschreibt der Geschäftsbereichsleiter Obst und Gemüse, Achim Krich, das Prinzip der Initiative "Wir aus der Region", die Rewe Richrath 2006 gestartet hat und die mittlerweile das Sortiment prägt. "Wir wollen die Produkte nicht unnötig lange durch die Gegend fahren und den heimischen Anbau und Familienbetriebe unterstützen", so der Obst- und Gemüsefachmann. So hat Rewe Richrath in den letzten 15 Jahren ein Netz von über 30 Produzenten in der Nachbarschaft geknüpft, die ihre Erzeugnisse direkt an das Familienunternehmen liefern.

Die Auswahl regionaler Herkunft ist für alle Liebhaberinnen und Liebhaber von Früchten und frischem Gemüse überzeugend – der Weg in den großen Vollsortimenter lohnt sich. Das merkt Achim Krich an den Reaktionen der Kundinnen und Kunden: "Wir sehen, dass wir mittlerweile unseren Kundenstamm durch regionale Herkunft, Qualität und Umweltbewusstsein überzeugen, und sind seit dem Start

der Kampagne Vorreiter in der deutschen Supermarktlandschaft."

RICHRATH www.rewe-richrath.de



WERNER'S METZGEREI

Werner's Metzgerei – Spezialist für Tradition und Special Cuts

In der Grillsaison 2021 stehen die Zeichen auf Genuss zu Hause, denn die Menschen gestalten sich aufgrund der Coronapandemie das Leben auf dem Balkon und im Garten so schön wie möglich. Besonders gefragt ist alles, was für traditionsreiche Rezepte, aber auch für Rezepte aus aller Welt gebraucht wird. In **Werner's**Metzgerei auf der Sülzburgstraße wird man auf jeden Fall fündig.



"Die Veränderung des Geschmacks und der Ernährungsgewohnheiten motivieren uns dazu, unser Sortiment ständig anzupassen. Neben über 80 selbst hergestellten Wurst- und Schinkenwaren gehören auch Spezialitäten aus aller Welt dazu. Außerdem bieten wir ausgewählte Cuts an, also Teilstücke von besonderen Rinderrassen wie Wagyu, Angus, Hereford oder Schweinerassen wie Iberico oder Duroc, die besonders beliebt bei BBQ-Kennern sind", so Klaus Werner, Metzgermeister des Familienbetriebs. "Meine Kunden sind topinformiert und wissen, worauf es beim Fleischkonsum ohne schlechtes Gewissen ankommt. Bei mir wissen sie, dass sie bekommen, was sie erwarten,"

Das neueste Angebot ist der "Special Cut der Woche", bei dem Kundinnen und Kun-

den bei Werner's in Sülz jede Woche einen Cut von besonderen Rinder- und Schweinerassen zum besten Preis angeboten bekommen. Die Stücke können bis Mittwoch unkompliziert online vorbestellt und Freitag oder Samstag in der Filiale Sülz abgeholt werden.

www.wernersmetzgerei.de/produkt/cut-der-woche/





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



Die Klangschale: hilft, den Kopf von Gedanken zu befreien

Sie ist meist halbkugelförmig, besteht zu beinahe 95 Prozent aus Bronze und wurde ursprünglich in Indien und Nepal als traditionelles Küchengeschirr genutzt: die Klangschale!

KLANG-NATUR



www.fitnesstreff-fuer-frauen.de Telefon 42 75 74 Sülzburgstraße 104 (Innenhof)

Kostenloses Probetraining jederzeit möglich!

> jetzt auch mit Thai-Massage täglich geöffnet



Entspannung, Massage, Meditation, Coaching





aktuelle Termine und weitere Infos unter www.klangnatur.de

Was damals im Fernen Osten zur Aufbewahrung von Speisen und Flüssigkeiten gebraucht wurde, wird heute im Westen als Klanginstrument für die Klangmassage und -meditation verwendet. "Dass eine neben oder auf dem Körper angetönte Klangschale sich positiv auf Körper und Geist auswirkt, hat Peter Hess in den 1980er-Jahren bei Reisen durch Nepal festgestellt", berichtet Dr. Bianka Petzelberger. Die ausgebildete Klangmassagenpraktikerin bietet in ihrer Lindenthaler Praxis "Klangnatur" Klangmassagen und -meditationen nach Peter Hess, wahlweise als Gruppen- oder Einzelsitzung, an.

Wer auch daheim zur Ruhe kommen oder den Kopf von Gedanken befreien möchte, kann in Frau Dr. Petzelbergers Praxis eine Klangschale mit dem Peter-Hess-Qualitätssiegel erwerben. Natürlich in Kombination mit einer umfassenden Beratung, wobei



die aktuellen Corona-Schutzmaßnahmen immer eingehalten werden. "Die richtige Klangschale finde ich, indem ich sie antöne. Dann spüre ich meist sehr schnell, ob sie mit mir harmoniert oder nicht zu mir passt", erklärt Dr. Bianka Petzelberger. Die Klangexpertin weiß aus Erfahrung: "Fünf Minuten Klang am Tag reichen bereits aus, um Kraft zu schöpfen und den Kopf frei zu bekommen!"

www.klangnatur.de



- klassische Homöopathie
- Darmsanierung
- Fußreflexzonentherapie
- Vitamin C-Infusionen



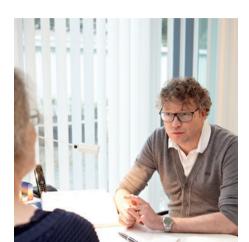
Bernhardstraße 105 · 50968 Köln-Bayenthal Telefon: (0221) 58479198 · www.naturheilpraxis-landefeld.de

Familienplanung - viele Gedanken und offene Fragen

Foto: Nonnenmacher

Wieso werde ich nicht schwanger? Bin ich zu alt für ein Kind? Was ist, wenn mein Kind behindert auf die Welt kommt? Viele Fragen und manchmal auch belastende Gedanken gehen Paaren durch den Kopf, wenn sie sich mit dem Thema Familienplanung auseinandersetzen. Umso wichtiger ist es, im Vorfeld eine ausführliche Beratung in Anspruch zu nehmen.

Die Klettenberger Privatpraxis für Frauenheilkunde bietet potenziellen Eltern eine individuelle Beratung in ruhiger Atmosphäre. Während eines Beratungsgesprächs nimmt sich der erfahrene Gynäkologe Dr. med. Dietmar Große-Drieling sehr viel Zeit. Denn es ist ihm wichtig, dass die Paare alle Fragen ansprechen können, die ihnen am Herzen liegen und die sie vielleicht sogar belasten. "Was beispielsweise manche Frau mit unerfülltem Kinderwunsch nicht weiß, ist, dass auch Endometriose zu niedrigerer Fruchtbarkeit führen kann. Selbst wenn sie keine Beschwerden bei der Periode hat, kann eine Endometriose vorliegen", erklärt Dr. Große-Drieling.



Aktuell ergeben sich bei zukünftigen Eltern auch Fragen zum Thema Schwangerschaft und COVID-19. "Falls sich eine schwangere Frau ansteckt, be-

steht ein höheres Risi-

ko für einen schwereren Krankheitsverlauf, und demzufolge kann es zu Komplikationen während der Schwangerschaft kommen. Die ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt eine Corona-Impfung für Schwangere mit erhöhtem Expositionsrisiko, bisher allerdings noch nicht für alle Schwangeren. Eine Impfung der engen Bezugspersonen schützt auf jeden Fall auch die Schwangere", informiert der Gynäkologe. (Situation bei Redaktionsschluss, Anm. d. Verf.)

PRAXIS GROSSE-DRIELING

Egal welche Fragen aufkommen – ein ausführliches Beratungsgespräch zum Thema Familienplanung ist immer sinnvoll.

www.frauenheilkunde-klettenberg.de





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 · webside: www.a-a-q.de

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



- Psychotherapie
- Gesprächstherapie nach "Carl Rogers"
- "Innere Kind"–Arbeit

Diplom-Sportlehrerin Heilpraktikerin (Psychotherapie) Auf dem Hügel 35, 50933 Köln T: 0221 431 851 | M: 0170 544 47 59 www. anne-schoettes.de post@anne-schoettes.de





Gesunde Etagen

Berrenrather Straße 230 · 50939 Köln

PhysioFit: Tel. 4758398 PhysioTherapie: Tel. 4758790 E. Spieler

www.gesunde-etagen.de

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

■ lifestyle INpuncto gesundheit

Von Kopf bis Fuß und mittendrin: der Rücken

"Der Rücken ist bei vielen Menschen zentral für diverse Schmerzen – zurzeit noch einmal mehr als sonst", beschreibt **Sarah Schick** ein aktuell ganz akutes Thema in der **Praxis**³.

Die Physiotherapeutinnen sehen viele Auswirkungen des momentanen, durch die Pandemie eingeschränkten Lebens und Arbeitens. Die wenige Bewegung und das Arbeiten im Homeoffice an oft ungeeigneten improvisierten Arbeitsplätzen sind zwei wichtige Ursachen für Rückenschmerzen. "Außerdem liegt vielen Menschen eine Last auf der Seele", beschreibt Ranan Durdu, "die sich jetzt auch auf Schultern und Nacken auswirkt." Jeder Mensch habe seine Stelle, an der sich seelische Belastungen körperlich auswirken, erläutern die beiden Inhaberinnen der Praxis³ weiter, dabei sei der Rücken meist ganz vorn mit dabei. Mit gezielter osteopathischer und physiotherapeutischer Behandlung kann viel erreicht werden.



Dadurch dass der gesamte Körper von Kopf bis Fuß in Betracht gezogen wird, können Ursachen und Wirkungen erkannt, Blockaden gelöst und Schmerzen verringert werden. "Unser ganzheitlicher Ansatz, der Stabilisierung, Mobilisierung, Dehnung, und Kräftigung beinhaltet und den ganzen Menschen betrachtet, hilft vielen an Rückenschmerzen leidenden Patienten in akuter Schmerzsituation weiter und beugt im weiteren auch neuen Verspannungen und Schmerzen vor", fasst Sarah Schick die Möglichkeiten der Praxis³ zusammen. "Warten Sie nicht zu lange mit dem Gegensteuern", appelliert Ranan Durdu, "denn umso länger dauern die Therapie und die Zeit, bis die Schmerzen nachlassen."

www.praxishochdrei.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



Schwangerenvorsorge und Dopplersonographie



Pränataldiagnostik



Brustultraschall



Onkologische Vor- und Nachsorge



Präventionsmedizin



JUN

KULTUR

Kultourbunt

3./6./12./13./19./26./27. Juni, 14.00 / 14.30 - 18.00 Uhr

Kulturführungen Kunst und Kultur bunte Vielfalt im Veedel

KINDER

CASAMAX Theater -Nur mit Vorbestellung!

6. Juni, 15.00 –16.00 Uhr **PREMIERE**

7./9./11. Juni, 10.30-11.30 Uhr

12. Juni, 16.00 - 17.00 Uhr

(R)ausgerutscht (ab 5 Jahren) Eine Freundschaft, eine Katastrophe und ein kleines Wunder

13. Juni. 15.00 - 16.00 Uhr

14./16. Juni, 10.30 -11.30 Uhr

Frau Meier, die Amsel (ab 4 Jahren)

18. Juni, 10.30-11.50 Uhr

19. Juni, 16.00 - 17.20 Uhr

Guten Abend, Gute Macht (ab 8 Jahren)

20. Juni 15.00 - 16.00 Uhr

21./22. Juni, 10.30 - 11.30 Uhr

Als Louisa plötzlich Louis war... (ab 5 Jahren)

25. Juni. 10.30 -11.50 Uhr

26. Juni, 18.00 - 19.20 Uhr

Der Pakt (ab 13 Jahren)

27. Juni, 15.00-16.00 Uhr

28. Juni, 10.30-11.30 Uhr Planet der König*innen

(ab 4 Jahren)

VERSCHIEDENES

Rosengartenteam Klettenbergpark

Ehrenamtliches Gärtnern im Rosengarten Klettenbergpark Jeden Mittwoch von 15.00-17.00 Uhr und jeden Donnerstag von 10.00-12.00 Uhr, Treffpunkt Bauwagen Ecke Nassestraße/ Siebengebirgsallee

Sülzer Körvje

jeden Freitag von 13.00-15.00 Uhr Verteilung von Lebensmitteln

im Tersteegenhaus an Menschen ab 60 aus Sülz/Klettenberg mit Köln-Pass

Hinsundkunzt - Mitmach-Atelier

12./26. Juni, 10.00-13.00 Uhr Sülzer Kleiderstange (falls gesetzlich erlaubt)

12. Juni, 10.00-16.00 Uhr

Hofflohmärkte (falls gesetzlich erlaubt)

19. Juni, 11.00 -14.00 Uhr

Kleidertausch (falls gesetzlich erlaubt)

27. Juni, 14.00-16.00 Uhr

Fair Repair (falls gesetzlich erlaubt)

Klangnatur Praxis

3./17./30. Juni. 18.30-19.15 Uhr Gongabend - mit Klängen des Tamtam-Gongs entspannen

3./19. Juni. 10.00 -16.00 Uhr Zeit für mich - der Kurzurlaub vom Alltag

6./16. Juni. 18.30-19.15 Uhr Klangabend - Entspannen mit den Klängen von Klangschalen

20. Juni, 14.00-18.00 Uhr Sommersonnenwende - ein Ritual für den bewussten Start in den Sommer

uncites GeoFykursionen

25. Juni 15.00 -18.00 Uhr

KIRCHE

Weltuntergang im Brohltal -

eine 3- bis 4-stündige Wanderung durch Brohltal, Tönissteiner Tal und durch die verwunschene Wolfsschlucht

26. Juni 11.00 -14.00 Uhr Das Rheingold - Rheingoldwaschen am Rheinufer in Köln-Niehl

Evangelische Freie Gemeinde -

Evangelische Kirchengemeinde

Gottesdienst mit Kinderbetreuung

Im Moment feiern wir jeden Sonntag einen On-

line-Gottesdienst. Wer jedoch nicht über die

nötige Technik verfügt, ist eingeladen, sonn-

tags in die genannte Kirche zu kommen und

dort mitzufeiern. Dazu brauchen Sie sich in

der Regel nicht anzumelden. Falls doch eine

Anmeldung erforderlich ist, ist dies bei den

Kindergottesdienst feiern wir im Moment

ausschließlich mit Videos, die das Kigo-

Team für Euch einstellt. Den Text des "Gottes-

dienst To Go", der auch an beiden Kirchen

zum Mitnehmen in Boxen für Sie bereit liegt,

Unsere Gottesdienste und Angebote finden

Unsere Gottesdienste und Angebote finden

Zoom-Mini-Gottesdienst für Kinder von

0-5 Jahren und ihr (Groß) Eltern. Den Link

finden Sie auf unserer Homepage www.

Sie immer aktuell auf unserer Website

www.kirche-klettenberg.de

kirche-klettenberg.de

Sie immer aktuell auf unserer Website:

einzelnen Gottesdiensten angegeben.

finden Sie auf der Homepage

www.kirche-klettenberg.de

www.kirche-klettenberg.de

Dona nobis pacem

Musikalisches Abendgebet:

Musik und Texte zum Frieden

Johanneskirche

20. Juni. 18.00 Uhr

Tersteegenhaus

19. Juni, 15.30 Uhr

Kölner Stadtmission

Köln-Klettenberg

Jeden Sonntag 10.00 Uhr

in drei Altersgruppen

St. Nikolaus

5 Juni 18 30 Uhr Gottes Wort Raum geben - Das Abendmahl im Alten und Neuem Testament

6. Juni, 10.00 Uhr

Kinderkirche im Pfarrsaal

13. Juni. 11.30 Uhr Bilderbuchkino in der Bücherei (solange nur online möglich bitte mit Anmeldung bei udo.walz@gmx.net)

18. Juni, 19.30 Uhr

Kontemplation und Herzensgebet

25. Juni, 18.00 Uhr

Sülzer Modemarkt im Pfarrrsaal

27. Juni, 17.00 Uhr

Sülzer Abendmusik - Orgelkonzert mit Marius M. Horstschäfer (Anmeldung erforderlich)

20. Juni, 11.00 Uhr

Brunch für Getrennt- und Alleinerziehende mit Kinderbetreuung in der Begegnungsstätte

KINDER

CASAMAX Theaterworkshop in den Sommerferien für Kinder von 8-12 Jahren:

12. Juli bis 16. Juli, täglich 9.00-15.00 Uhr, weitere Infos siehe CASAMAX Theater

VERSCHIEDENES

Rosengartenteam Klettenbergpark

Das Ehrenamtliche Gärtnern im Rosengarten Klettenbergpark Jeden Mittwoch von 15.00 - 17.00 Uhr und jeden Donnerstag von 10.00-12.00 Uhr, Treffpunkt Bauwagen Ecke Nassestraße/Siebengebirgsallee

Sülzer Körvje

jeden Freitag von 13.00-15.00 Uhr Verteilung von Lebensmitteln

im Tersteegenhaus an Menschen ab 60 aus Sülz/Klettenberg mit Köln-Pass

Garten-Praxis für Gestalttherapie beraten - schulen - begleiten

23.-25. Juli (Fr. 16.00 Uhr bis So. 13.00 Uhr) Beziehungen leben - Chancen und Risiken - Selbsterfahrungsorientiertes Intensivseminar

Hinsundkunzt - Mitmach-Atelier

10./24. Juli, 10.00-13.00 Uhr Sülzer Kleiderstange (falls gesetzlich erlaubt)

25. Juli, 14.00-16.00 Uhr Fair Repair (falls gesetzlich erlaubt)

31. Juli, 10.00-16.00 Uhr Hofflohmärkte (falls gesetzlich erlaubt)

Klangnatur

73. Juli. 10.00-16.00 Uhr

Zeit für mich - der Kurzurlaub vom Alltag

8./21, Juli, 18.30-19.15 Uhr

Klangabend - Entspannen mit den Klängen von Klangschalen

12. Juli. 18.30 - 19.15 Uhr

Gongabend - mit Klängen des Tamtam-Gongs entspannen

23. Juli, 18.30-19.15 Uhr Gongspiel zum Vollmond -Fülle ganzheitlich spüren

uncites

2. Juli 15.00-17.00 Uhr Rheinkiesel-Exkursion in Köln-Niehl

3. Juli 11.00 -14.00 Uhr Schätze des Rheins - Die Suche nach Kieselsteinen, Halbedelsteine, Fossilien und Gold am Rheinufer in Köln-Niehl

4. Juli 10.00 -15.00 Uhr Eishöhlen im Revier des Eifelosaurus -Wüstensande, Vulkane und Höhlen bei Gerolstein-Roth

14. Juli 11.00-13.00 Uhr Rheinkiesel-Exkursion für Kids in Köln-Weiß

15. Juli 11.00-16.00 Uhr Familien-Exkursion: Vulkane und Edelsteine am Laacher See

16. Juli 10.00-15.00 Uhr Eifler Mühlsteinrevier -Lavaströme und historischer Bergbau bei Ettringen am Laacher See

17. Juli 11.00 -14.00 Uhr Das Rheingold - Rheingoldwaschen am Rheinufer in Köln-Niehl

22. Juli 11.00-14.00 Uhr Schätze des Rheins

25. Juli bis 29. Juli

Im Land der Vulkane - 5-tägige Geo-Exkursion in der vulkanischen Westeifel

31. Juli 10.00-15.00 Uhr Die römische Wasserleitung von Vussem zur Kakushöhle

KIRCHE

Evangelische Freie Gemeinde -Kölner Stadtmission

Jeden Sonntag 10.00 Uhr

Gottesdienst mit Kinderbetreuung in drei Altersgruppen

St. Nikolaus

3. Juli, 18.30 Uhr Wortgottesfeier "Gottes Wort Raum geben"

4. Juli, 10.00 Uhr Kinderkirche im Pfarrsaal

11. Juli, 11.30 Uhr Bilderbuchkino in der Bücherei (solange nur online möglich, bitte mit Anmeldung bei udo.walz@gmx.net)

Tersteegenhaus und Johanneskirche

Unsere Gottesdienste und Angebote finden Sie immer aktuell auf unserer Website: www.kirche-klettenberg.de

AUG

KULTUR

Kultourbunt

1./8./15./22./29. August, 14.00/14.30-18.00 Uhr Kulturführungen Kunst und Kultur

KINDER

CASAMAX Theaterworkshop

in den Sommerferien für Kinder von 8-12 Jahren:

9. bis 13. August, täglich 9.00–15.00 Uhr, weitere Infos siehe CASAMAX Theater

CASAMAX Theater

28. August, 16.00 Uhr

29. August, 15.00 Uhr

30. August, 10.30 Uhr:

Wer? Wie? Was? Wo? Wal! Warum? (ab 3 Jahren)

Kleine Tat mit großen Folgen -

eine Ozeanfabel aus unserer Zeit für Weltverbesserer

VERSCHIEDENES

Rosengartenteam Klettenbergpark

Ehrenamtliche sGärtnern im Rosengarten Klettenbergpark: Jeden Mittwoch von 15.00–17.00 Uhr und jeden Donnerstag von 10.00–12.00 Uhr, Treffpunkt Bauwagen Ecke Nassestraße/Siebengebirgsallee

Sülzer Körvje

jeden Freitag von 13.00 - 15.00 Uhr

Verteilung von Lebensmitteln

im Tersteegenhaus an Menschen ab 60 aus Sülz/Klettenberg mit Köln-Pass

Hinsundkunzt - Mitmach-Atelier

7./21. August, 10.00 - 13.00 Uhr

Sülzer Kleiderstange (falls gesetzlich erlaubt)

29. August, 14.00 –16.00 Uhr

Fair Repair (falls gesetzlich erlaubt)

KlangNatur

10./15./20. August, 18.30-19.15 Uhr

Klangabend - Entspannen mit Klangschalen-Klängen

12. August, 18.30-19.15 Uhr

Gongabend – mit Klängen des Tamtam-Gongs entspannen

22. August, 18.30 –19.15 Uhr

Gongspiel zum Vollmond -

Fülle ganzheitlich spüren

28. August, 10.00–16.00 Uhr

Zeit für mich - der Kurzurlaub vom Alltag

68elf - interkulturelles Autorencafé Köln

13. August, 19.30 Uhr

Paradiese - Ein kulturelles Kunstprojekt

als kultureller Lichtblick

37 bildende Künstschaffende zeigen ihre Paradiese Kunsthalle Lindenthal, Aachener Str. 220 Online ist das Projekt für jeden offen.

27. August, 11.00 Uhr

Finissage mit Literaturmatinee -Kunsthalle Lindenthal, Aachener Str. 220

KIRCHE

Evangelische Freie Gemeinde -

Kölner Stadtmission

in drei Altersaruppen

Jeden Sonntag 10.00 Uhr Gottesdienst mit Kinderbetreuung

Internationale freievangelische Gemeinde Sülz

Jeden Sonntag 11.00 Uhr Gottesdienst

St. Bruno

15. August, 11.00 Uhr

Brunch für Getrennt- und Alleinerziehende mit Kinderbetreuung in der Begegnungsstätte

St. Nikolaus

8. August, 11.30 Uhr

Bilderbuchkino in der Bücherei (solange nur online möglich, bitte mit Anmeldung bei udo.walz@qmx.net)

28. August, 10.00 Uhr

20. Stammesgeburtstag DPSG Edith Stein: Aktionen an der Kirche für Kinder und Jugendliche

28. August, 18.00 Uhr

Sülzer Sommernachtsmusik

29. August, 10.00 Uhr

PfarrGemeindeKirmes

mit Eröffnungsmesse zusammen mit dem Tersteegenhaus

Tersteegenhaus

Unsere Gottesdienste und Angebote finden Sie immer aktuell auf unserer Website www.kirche-klettenberg.de

Tersteegenhaus/St. Nikolaus

29. August, 10.00 Uhr

PfarrGemeindeKirmes mit Eröffnungsmesse

Johanneskirche

Unsere Gottesdienste und Angebote finden Sie immer aktuell auf unserer Website www.kirche-klettenberg.de





Kath. Kindertagesstätte St. Bruno (Schwerpunkteinrichtung)

0221 - 2611217 kita.bruno@kirche-sk.de

Kath. Kindertagesstätte St. Bruno am Beethovenpark

0221 - 463636 kita.bab@kirche-sk.de

Kath. Kindertagesstätte St. Karl Borromäus

0221 - 42 64 73 kita.karl@kirche-sk.de

Kath. Kindertagesstätte St. Nikolaus

0221 - 411356 kita.nikolaus@kirche-sk.de

Kindertagesstätte SKM-Zentrum Klettenberg

0221 - 438535 skm-zentrum.klettenberg@skm-koeln.de

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

27.05.2021 · 08.30 - 10.30 Uhr Kita St. Nikolaus

27.05.2021 · 09.00 - 11.00 Uhr Kita St. Bruno

10.06.2021 · 09.00 - 11.00 Uhr Kita St. Bruno am Beethovenpark

17.06.2021 · 14.00 - 16.00 Uhr Kita St. Karl Borromäus

Bitte jeweils bei der Kitaleitung anmelden!





ADRESSEN

68elf-studio

Gottesweg 102 0172 1 09 25 26 www.68elf.de

ABS Club

Gottesweg 135 0221 44 69 75 www.absclub.de

Akademia Fortunata e. V.

Gustavstraße 5 0221 94 98 94 12 www.akademia-fortunata.de

Ateliergalerie Agnete Sabbagh

Zülpicher Str. 225 0177 3 30 94 45 www.agnete-sabbagh.de

Atelier Nonnenmacher Photographie

Weyertal 43, Hinterhof 0221 5 50 64 09 www.nonnenmacher-photographie.de

Atelier Susanne Beucher

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

Begegnungsstätte St. Bruno

Ölbergstraße 70 0221 2 61 12 17 www.kirche-sk.de

Brunosaal

Kath. Kirchengemeinde St. Bruno Klettenberggürtel 65 0221 461783 www.brunosaal.de

Buchhandlung Olitzky

Luxemburger Straße 275 0221 9 41 70 16 www.olitzky.de

Café Lamerdin

Wittekindstraße 20 www.kirche-klettenberg.de

CASAMAX Theater

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

DJK Südwest Köln 1920/27 e. V.

Berrenrather Straße 173 0221 9 41 56 09 www.comedia-koeln.de

Evangelische Freie Gemeinde

Berrenrather Straße 354 0221 41 47 88 www.koelnerstadtmission.de

Evangelische Kirchengemeinde

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

Evangelisches Krankenhaus Weyertal

Weyertal 76 0221 4790 www.evk-koeln.de

Freiraum e.V.

Gottesweg 116 0221 823 1240 verein.freiraum-salon.de

Funtastico-Musical

0221 81 45 84 www.funtastico-musical.de

Galerie am Auerbachplatz Kunstraum KWMerklinger

Blankenheimer Str. 5 www.verenasteinhoff.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 41 85 (Home-Office) www.beraten-schulen-begleiten.de

hallo in sülz –

Willkommensinitiative Sülz & Klettenberg

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

Hinsundkunzt - Mitmach-Atelier

Berrenrather Str. 182 (im Hinterhof) 0221 16 83 54 82 www.hinsundkunzt.de

Hildegard-von-Bingen-Gymnasium

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

Heliosschule

Mommsenstraße 5 0221 33 77 08 40

Individuelle Stadtführung

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

ICZ - Internationales Caritaszentrum

Zülpicher Str. 273 b 0221 84 64 13 26 www.caritas-koeln.de

Internationles Zentrum

Zülpicher Straße 273 b 0221 84 64-0 www.caritas-koeln.de

Italiano a colazione

Paola Longobardi Am Beethovenpark 44 0175 5 68 52 85 paola-longobardi@t-online.de

Johanneskantorei Klettenberg

Nonnenwerthstr. 78

Jugend- und Kulturzentrum/JUZI e. V.

Sülzburgstraße 112–118 0221 44 10 60 www.juzisuelz.de

JWK gGmbH-Jugendwerk Köln

Rhöndorfer Straße 6 0221 16 91 07 01 www.jwk-koeln.de

Katholische Kirchengemeinden

St. Bruno Klettenberggürtel 71 St. Karl Borromäus Zülpicher Straße 275 St. Nikolaus

Nikolausplatz 2

Pfarrbüros: St. Bruno

Klettenberggürtel 71 0221 26 112-10

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

Katholische Hochschulgemeinde

Berrenrather Straße127 0221 47 69 20 www.khgkoeln.de

Klangnatur

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

Kölner Seniorengemeinschaft

Uni-Center 1. Stock Luxemburger Straße 136 0221 42102330 info@koelner-senioren.de www.koelner-senioren.de

Kolpingsfamilie Sülz/Klettenberg

Josef Schneider Ittenbacher Str. 15 0221 41 51 75 0152 02 03 32 86

Kultourbunt - Bunte Vielfalt im Veedel

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

Kunstraum 383

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

Lindenthaler Tierpark

Marcel-Proust-Promenade 1/ Kitschburger Straße 01525 4 54 88 51 www.lindenthaler-tierpark.de

Oper Köln im Staatenhaus

Rheinparkweg 1, 50679 Köln 0221 22 12 84 00

Physiotherapeutin M. Van Damme

Münstereifeler Str. 47 0221 2 82 92 41 www.faszien-training-koeln.de

Querwaldein e. V.

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

Sabine Schunk -

Malerei und Objektgestaltung

Luxemburger Straße 284 a 0172 2 01 22 18

SBK Sozial-Betriebe-Köln

Städtisches Seniorenzentrum

Blankenheimer Straße 51 0221 9 92 12 10

Seniorennetzwerk Klettenberg

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

TanzZentrum

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

Uncites - Sven von Loga

0221 8 60 90 15 www.uncites.de

Uniklinik Köln - Blutspendezentrale

Kerpener Straße 62, Gebäude 39 0221 4 78-8 92 60

Volkssternwarte Köln

Nikolausstraße 55 0221 41 54 67 www.volkssternwartekoeln.de

Weisshaus Kino

Luxemburger Str. 253 0221 41 84 88 www.weisshaus-kino.de



3 POP BÜROMÖBEL

topbueromoebel.com Kölns größter Bürofachmarkt Entspant auswählen.

Oskar-Jäger-Straße 117 - 123 · 50825 Köln · Tel. 02 21 / 95 44 79-0 **mit 200 m² Drehstuhlladen**

Entspannt auswählen, persönliche Beratung genießen und bequem liefern lassen. Mit eigenen Parkplätzen direkt vor der Tür







PLANUNG IM DIALOG

Wir stehen aktuell auch gerne weiterhin in unseren Geschäftsräumen mit unserem Planungs- und Beratungsservice und den dazugehörigen Verlegeleistungen für Sie zur Verfügung.

Vereinbaren Sie für Ihre ganz persönliche Beratung vorab telefonisch Ihren Termin unter: 0221-23 45 66

Wir freuen uns auf Sie!

Unsere Beratung führen wir selbstverständlich nach den aktuellen Schutz- und Hygienevorschriften durch.

Parkett Treppenläufer Teppichboden Vinyl

DER BODEN MACHT DEN RAUM

TEN EIKELDER
BODENBELÄGE

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

prostoria

SYSTEN @ 100

VZ OR

PLANK

PLANK

NIMATE

POCCE

LIONALIGHT

O

WEVER A DUCRE

LIANALIGHT

O

Websign by LETH, peters

www.living-wohndesign by LETH, peters

GUTES RAD AN DICH: SCHAU UNTER DEN KRONKORKEN!

Jetzt Kronkorkencode eingeben und mit etwas Glück einen unserer tollen Preise gewinnen.



ÖKO-TEST
Früh Radler
Gesamturtel:

Gut

Ausnahe 08/2020

Cölner Hofbräu Früh · 0221 2 61 30 · www.früh-radlerglück.de

