



INsüßz & klettenberg

stadtteilmagazin

18. Jg. • Nr. 1 • Frühling 2024 • gratis

■ leben ■ leute ■ lifestyle



■ **LEBEN**

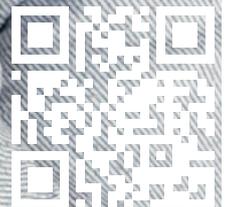
Büdchen
muss sein

■ **LEUTE**

Gastronom aus
Leidenschaft

■ **LIFESTYLE**

Do-it-yourself
Osterpräsente



Jetzt auch online immer übers Veedel informiert.

www.insuelz.com



Ralph Schwalbach

F r i s e u r e

Öffnungszeiten:

Di.-Fr. 10.00 Uhr bis 19.30 Uhr
Do.: 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Sa.: 9.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Luxemburger Str. 285 b
50939 Köln-Klettenberg
Fon 0221-73 73 33

www.ralphschwalbach-friseure.de



Lyric - DIE KONTAKTLINSE FÜRS OHR



Erfüllen Sie sich den Traum
vom unsichtbaren Hören.

IHR VORTEIL MIT LYRIC...

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

Signia Silk IX



Das erste, super
diskrete
Im-Ohr Hörgerät
mit **Akku-Technik!**

Ihr Spezialist für Im-Ohr-Hörgeräte!

Luxemburger Str. 248, Köln Sülz

Tel.: 0221 - 986 507 05



Hörzentrum Lux



Foto: Wagner

Liebe Leser*innen,

der Frühling hält Einzug in Sülz und Klettenberg, und mit ihm blüht nicht nur die Natur auf, sondern auch das Gemeinschaftsleben. In dieser Ausgabe unseres Magazins nehmen wir Sie mit auf eine Entdeckungsreise durch unser Viertel, die sowohl für Alteingesessene als auch für neue Bewohner*innen spannend sein wird. Unser Ziel ist es, Ihnen Einblicke in die vielfältigen Facetten unseres Veedels zu geben und die Gemeinschaft zu stärken.

Wir starten mit einem Blick auf das „Büdchen“, das mehr ist als nur ein Kiosk – es ist ein Treffpunkt, der unseren Stadtteil prägt. Und jedes Büdchen hat dabei seine ganz besondere Eigenart. Erfahren Sie, warum diese kleinen, aber feinen Orte für uns alle unverzichtbar sind.

In der Rubrik INKürze bringen wir Sie wieder auf den neuesten Stand dessen, was in Sülz und Klettenberg passiert. Von lokalen Ereignissen bis hin zu Initiativen, die unser Zusammenleben bereichern, halten wir Sie informiert.

Ein besonderes Highlight ist unser Interview mit der Gastronomen-Familie Stuka, die nicht nur durch ihre Kreativität in der Küche, sondern vor allem auch durch ihr Engagement für das Viertel bekannt ist. Lassen Sie sich von ihrer Geschichte inspirieren.

Außerdem werfen wir einen Blick auf die digitale Vernetzung im Veedel. Erfahren Sie, wie lokale Unternehmen Social Media nutzen, um mit Ihnen in Kontakt zu treten und ihre einzigartigen Geschichten zu teilen.

Apropos „digital“: Nicht zuletzt möchten wir auf unser **neues Online-portal** hinweisen, auf dem Sie all diese spannenden Beiträge und noch viel mehr finden können. Besuchen Sie uns auf unserer Internetseite **www.insuelz.com**, um immer auf dem Laufenden zu bleiben und Teil unserer digitalen Gemeinschaft zu werden.

Diese Ausgabe steckt voller Geschichten, die zeigen, wie lebendig und vielfältig unser Veedel ist. Wir hoffen, dass sie Ihnen nicht nur Einblicke gibt, sondern Ihnen auch Anregungen liefert, selbst aktiv zu werden und Sülz und Klettenberg mitzugestalten.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen im Namen des gesamten INsülz-Teams einen inspirierenden Frühling und viel Spaß beim Stöbern – sei es klassisch im Magazin oder digital.

Ihr

Ralf Martens
(Herausgeber)

Jetzt auch

ONLINE LESEN AUF
insuelz.com



Dylan Stuka, fotografiert im Deli Sülz von Wenke Atkins

INhalt



LEBEN

INspiziert

Büddchen muss sein 05

INtern

Sie haben das Wort 08

INKürze

Neuigkeiten aus dem Veedel 10

Kolumne schmitzundkuntz 14

Die grünen Rheinfunken 14

INformiert

Beschlossene Sache 20

INsider

Historisches Archiv
mit Rheinischem
Bildarchiv: Ein Ort
für alle 22



LEUTE

INKlein

Bunte Seiten für Pänz:
Der Frühling und seine Feste 24

INterview

Ralph Schwalbach Friseur
Ein familienfreundlicher Betrieb 28

Erfolgreiche Unternehmer*innen
aus dem Veedel:

Die Stukas – kreative

Gastro-Visionäre

im Wandel der Zeit 30

INmemoriam

Ein Denkmal für Hans Süper 34

LIFESTYLE

INternet

Digitale Vernetzung im Veedel 36

INspiriert

DIY-Tipp für den Frühling:
Osterpräsente im Anzuchtöpfchen 39

INteressant

Raubkatze schleicht
durch den Südpark 40

INterieur

Tipps und Infos rund ums
Wohnen und Einrichten 42

INsicht

Termine für den Frühling 45
Adressen 50



communicate SIMPLY Communicate GmbH, Marie-Curie-Straße 3, 50321 Brühl, Fon 02232, 923230, Fax 02232, 9232323, mail@simply-communicate.de, www.simply-communicate.de

Herausgeber: Ralf Martens (rm), Red. Mitarbeit: Thomas Dahl (td) – freier Journalist und Autor, www.wortal.de, Dorothee Mennicken (dm), www.klartextkoeln.de, Anika Pöhner (ap)

Hanka Meves-Fricke (hmf), www.drei-txt.de, DTP-Satz: Ralf Martens, SIMPLY Communicate GmbH

Fotos: Wenke Atkins, www.fotografie-atkins.com, Sonja Hoffmann, www.soho-fotografie.de, Monika Nonnenmacher, www.nonnenmacher-photographie.de, Adobe Stock, eigenes Archiv

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

INSüß & klettenberg erscheint viermal im Jahr mit einer Auflage von je 5.500 Exemplaren und im Onlineportal insuelz.com. Alle Angaben wurden sorgfältig recherchiert und zusammengestellt.

Für die Richtigkeit des Inhalts sowie für zwischenzeitliche Änderungen übernimmt die Redaktion jedoch keinerlei Haftung. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit Genehmigung.

Es gelten die Mediadaten 2024. Für unverlangt eingesandte Texte und Fotos übernehmen wir keine Haftung, Gerichtsstandort: Köln.

Büdchen muss sein

Sie heißen „Köski Royal“, „Brigittes Büdchen“, „Kölnkiosk“, „King Georg“, „Oma liebt dich Kiosk“ oder auch einfach Kiosk. Mehr als 1.000 dieser kleinen Verkaufsstellen soll es in der Stadt geben, und damit ist Köln die büdchenreichste Stadt nach dem Ruhrgebiet, das natürlich keine Stadt ist.

Als die Öffnungszeiten der Läden gelockert wurden, fürchteten viele, dass diese mal mehr, mal weniger kleinen Verkaufsstellen für alles Notwendige inklusive Kölsch und Zeitschriften nach und nach schließen würden. Doch der Kölner und die Kölnerin hat es gern bequem. So kaufen die Kinder schon auf dem Weg von der Grundschule ihr Tütchen Gummibärchen, und Ältere holen sich am Kiosk ihre Zeitung und den täglichen Plausch, Handwerker*innen ihre Brötchen und Kaffee und junge Leute ein Kölsch für den Abend.

Die Büdchen trotzen dem Onlinehandel, denn dieser bietet kein Gespräch, das der Kölner und die Kölnerin so lieben. Manche bieten sogar Onlinehandel an. Wer mehr über sie erfahren möchte, kann eine Büdchentour durch die Stadt buchen. Hoffen wir, dass die Besitzer*innen weiterhin so viel Einfallsreichtum beim Erhalt der Büdchen wie beim Benennen der Kioske besitzen.



Büdchen mit Futter für Hirn und Bauch

Das **Büdchen Casablanca** auf der **Sülzburgstraße 164** ist für sein breites Angebot an Produkten aus der Region bekannt. Außerdem gibt es einen malaysischen Mittagstisch, Kaffee und alles, was der Bauch so mag. Im Frühjahr kommen Pflanzen und Samen aus der Humuswerkstatt im Bergischen Land und regen zum Gärtnern im Viertel an. Zusätzlich bietet Andrea Junkermann Jazz und Lesungen im Veranstaltungsraum an, also Leckeres für Hirn und Herz. Das fördert die Stadt Köln. So ist dieses Büdchen ein Treffpunkt für die Nachbarschaft und offen für Jung und Alt. ■





Foto: Atkins

Futter fürs Lehren und Lernen

Der **Kiosk Snacks & Coffee** im **Weyertal 24** von Zaheer Abbas vor dem Elisabeth-von-Thüringen und dem Schiller-Gymnasium zieht zugleich Lehrende und Schüler*innen an. Beim Betreten läuft einem das Wasser im Mund zusammen: Von herzhaften Brötchen bis zu süßen Muffins gibt es hier viel Leckeres. Hier können sich Jung und Alt von 6 bis 16 Uhr Futter fürs Lernen und Lehren holen. ■

Selbstgebackener Kuchen und Weihnachtsbaumaktion

Ingrid Schneider führt den **Mühlen-Pavillon** an der **Gleueler Straße 373A**. Mit frisch gebackenem Kuchen lockt sie Spaziergänger*innen aus dem Park, Anrainer*innen der Kleingartensiedlung Kletterrose und Besucher*innen des Museums Raffael Becker zu sich. Jedes Jahr vor der Adventszeit schmücken Schüler*innen der Förderschule Redwitzstraße den Weihnachtsbaum vor dem Kiosk mit selbst gebasteltem Schmuck. Danach genießen sie den leckeren Kakao. Was für eine schöne gemeinsame Aktion! ■



Foto: Hoffmann



Foto: Atkins

So lang wie die Uni-Bibliothek offen

Der **Kiosk Pur** von Elif Sinci an der Ecke Universitätsstraße, **Zülpicherstraße 174**, direkt in der Nähe der Universitätsbibliothek, hat von 7 Uhr bis Mitternacht geöffnet. Wenn die Schüler*innen zu Studierenden oder gar Lehrenden geworden sind und bis ultimo in der Bibliothek arbeiten, finden sie hier ein Pausenbrot, das passende Getränk und ein Püschchen zum Luftholen. ■

Bei Sonne Schlange stehen für ein Eis

Beim **Kiosk am Auerbachplatz** stehen nicht nur Kinder Schlange, wenn es endlich wieder wärmer wird. Ein kühlendes Eis nach dem Spielen und Toben auf dem Spielplatz ist sehr gefragt. Daneben gibt es Zeitungen, Getränke, Süßes. Besitzer Bob Motamedi betreibt sein Büdchen am Auerbachplatz in Köln-Sülz bereits seit knapp 30 Jahren. ■



Foto: Hoffmann

Büdchen mit Tradition

Den **Kiosk Buke** an der Haltestelle der 13 **Berrenrather Straße, Sülzgürtel**, gibt es schon lange. Ein erster Kiosk soll hier schon vor 100 Jahren aufgestellt worden sein. Denn was gibt es Besseres, als sich kurz vor der Fahrt mit der Straßenbahn noch etwas Lektüre und/oder ein Getränk zu besorgen? Und nicht zuletzt sind die Kinder der Gemeinschaftsgrundschule Mander-scheider Platz große Fans von ihm. ■



Foto: Hoffmann



Foto: Hoffmann

E-Kiosk auf der Zülpicher

Ein ganz anderes Konzept fährt der **E-Kiosk** von Cem Arslan auf der **Zülpicher Straße 357** an der Straßenbahnhaltestelle. Er öffnet rund um die Uhr, doch sprechen können hier Kund*innen mit niemandem. Bestellt wird am Automaten. ■

SPRINGS IN KÖLN

PHYSIOTHERAPIE PRAXIS + PILATES STUDIO



3 STANDORTE (SÜLZ, ZENTRUM, DEUTZ)

ÜBER 70 KURSE WÖCHENTLICH (PILATES, YOGA, UVM.)

PHYSIOTHERAPIE & OSTEOPTHIE

UNSERE WEBSEITE

KOSTENLOSER INFO-TERMIN

☎ 0221-1679 467 ✉ info@springs-koeln.de 📷 @springs.friends



Stimmen aus Sülz und Klettenberg: Sie haben das Wort

In unserem lebendigen Doppelveedel haben wir, das Magazin INsülz & klettenberg, die Stimmen unserer Leser*innen eingefangen. Mit Stolz präsentieren wir die facettenreichen Ergebnisse unserer neuesten Umfrage, die beleuchten, was die Menschen bewegt, begeistert und wünschen.

INSUELZ MAGAZIN

insuelz.com

f #INsuelz.und.klettenberg

@ #insuelz_magazin



Die Befragten, quer durch alle Altersgruppen und verschiedensten Lebenssituationen, teilen eine tiefe Verbundenheit mit ihrem Veedel. Ob verheiratet oder ledig,

zugezogen oder in Köln geboren – die Vielfalt macht uns aus. Die Liebe zum Detail zeigt sich in der durchweg positiven Bewertung unseres Magazins und der Begeisterung für unsere Rubriken, die das Leben, die Leute und den Lifestyle abbilden.

Hervorgehoben wurden insbesondere Beiträge über lokale Geschäfte, Veranstaltungen und persönliche Porträts, die das einzigartige Flair unseres Doppelstadtteils einfangen. Wünschenswert sind Themen, die von der Jugendkultur bis hin zu Tipps für nachhaltiges Leben reichen. All dies ist ein Spiegelbild der lebendigen, vielschichtigen Interessen unserer Leserschaft.

Digitale Medien prägen unseren Alltag, doch das gedruckte Wort hat seinen festen Platz behalten. Ein klares Votum für unsere Printausgabe, die aus Geschäften mitgenommen oder am liebsten persönlich vom Herausgeber empfangen wird. Dennoch bleibt die digitale Welt nicht außen vor – soziale Medien und Onlineplattformen sind feste Informationsquellen und werden geschätzt. Somit wird es viele sicher freuen, dass wir mit dieser Frühlingausgabe auch unser neues INsülz-Onlineportal an den Start gebracht haben.

Die Meinungen über Werbeanzeigen sind gemischt, doch die Notwendigkeit zur Finanzierung unseres Magazins wird anerkannt. Einige Leser*innen würden sogar für weniger Anzeigen bezahlen, während andere die Vielfalt und Informationsquelle der Anzeigen schätzen.

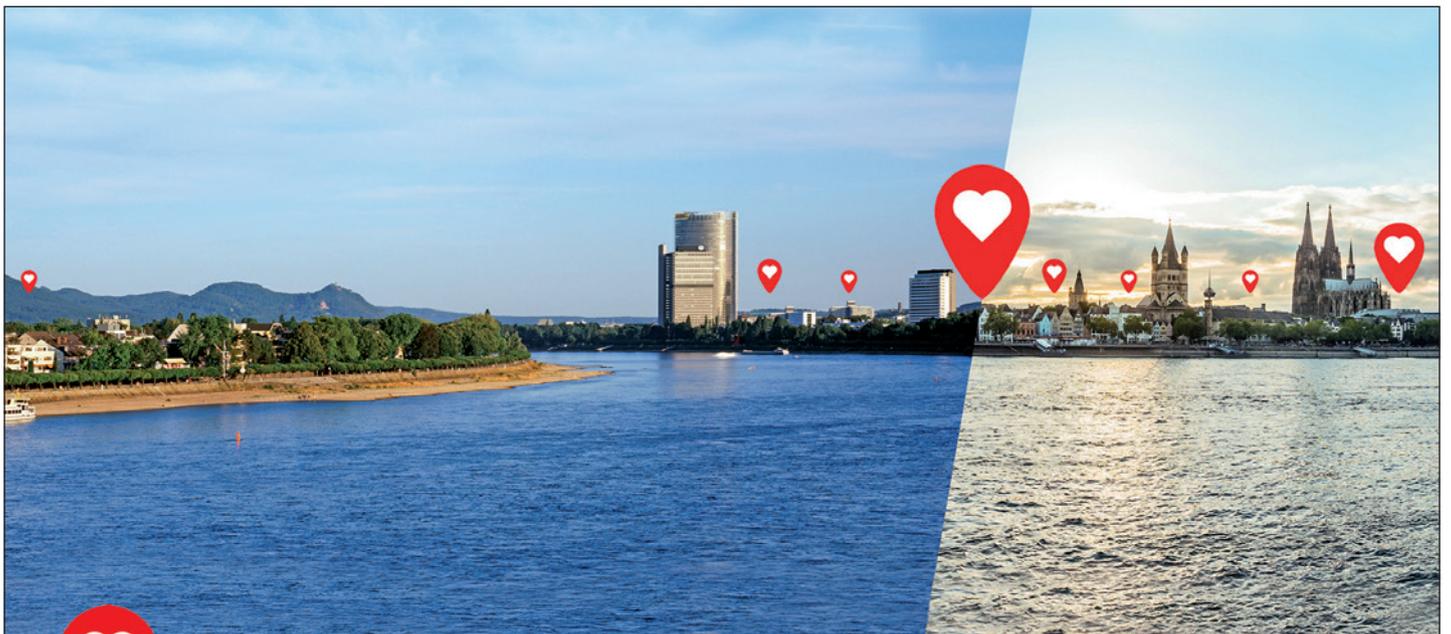
Vorschläge für Verbesserungen wurden ebenfalls geäußert, wie die Aktualisierung des Terminkalenders oder eine thematisch passendere Platzierung der Werbeanzeigen. Diese Rückmeldungen sind wertvoll, denn sie leiten uns in unserer Vision, das Magazin stetig zu verbessern und noch näher an die Bedürfnisse unserer Leser*innen zu bringen. Für einen aktuelleren Termin bietet zukünftig unser INsülz-Onlineportal eine Weiterentwicklung, da hier tagesaktuell alle Veranstaltung angezeigt werden können.

Die Auswertung unserer Stadtteillumfrage zeigt ein klares Bild: Die Bewohner*innen unseres Veedels sind engagiert und haben konkrete Vorstellungen. Jeder Beitrag, jede Rückmeldung ist wertvoll für die Weiterentwicklung unseres Magazins INsülz & klettenberg. Wir schätzen Ihr Feedback sehr und sehen darin die Chance, unser Angebot noch besser auf die Interessen und Wünsche der Leser*innen abzustimmen. Unser Dank gilt allen Teilnehmenden, und wir blicken erwartungsvoll auf die weitere Entwicklung unseres Magazins. ■ rm

Schlemmer- & Abendmarkt
JEDEN 3. FREITAG IM MONAT
17. Mai, 21. Juni, 19. Juli, 16. August,
20. September, 18. Oktober 2024
jeweils 16.00 bis 22.00 Uhr
auf dem Auerbachplatz

Carrée
SÜLZ-KLETTENBERG e.V.
Wir tun was fürs Veedel!

Mehr Infos unter: www.carree-suelz-klettenberg.de



#hiermitherz

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

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

hiermitherz.de



Sparkasse
KölnBonn



Gesunde Etagen machen glücklich...

2x die Woche schaffen wir immer... tolle Betreuung

Nach Hüft-OP beweglich...

Schwangerschaftsfolgen wie weg...

gesunde etagen
gesund werden – gesund bleiben

Gesunde Etagen
Berrnrather Straße 230 · 50939 Köln
PhysioFit: Tel. 4 75 83 98
PhysioTherapie: Tel. 4 75 87 90
E. Spieler
www.gesunde-etagen.de

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



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



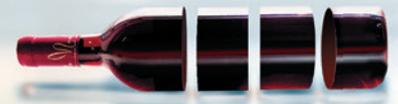
Präventionsmedizin

Probleme mit Alkohol?

Ich unterstütze Sie bei der
Konsumreduktion



Psychotherapeutische Praxis
Dr. Dr. Andreas Bell
Heilpraktiker für Psychotherapie



Emmastr. 1 | 50937 Köln | 0221 790 028 51 | bell@praxis-bell.koeln
www.praxis-bell.koeln

LA GRISERIE: Den charmanten Concept Store gibt's jetzt auch bei uns!

Alle Sülzer- und Klettenberger*innen, die schon seit Langem denken: „So ein besonderer Geschenk Laden, der fehlt uns noch im Veedel!“, können sich bei Hündin Fritzi bedanken. Denn dank ihr hat **Franziska Gebel**, die seit 2018 erfolgreich den außergewöhnlichen Concept Store **La Griserie** in Ehrenfeld betreibt, ein zweites Geschäft auf dem **Gottesweg** eröffnet.

Aber wieso ist Ladenhündin Fritzi der Grund, dass wir seit Anfang Dezember 2023 in Wohlfühlatmosphäre nach Herzenslust durch einen einzigartigen Mix aus Deko, Papeterie, Schmuck, Textilem und Trockenblumen stöbern können? Franziska Gebel erklärt es uns: „Mein erster Laden befindet sich zwar in Ehrenfeld, aber ich lebe seit fast 24 Jahren in Sülz. Schon oft kam mir der Gedanke: Ein Geschäft direkt bei mir im Veedel wäre eine tolle Sache! Und als ich letztes Jahr Hündin Fritzi ein neues Zuhause gegeben habe und feststellen musste, dass sie sich in den kleinen Räumlichkeiten auf der Körnerstraße nicht so recht wohlfühlt, war schnell klar: Ich eröffne eine zweite, etwas größere La Griserie direkt bei mir um die Ecke!“ Den Gottesweg mit seinen Bäumen, der lebendigen Gastronomie und den kleinen Geschäften fand Franziska Gebel als Standort für ihre La Griserie 2.0 ideal. Die kreative Inhaberin, die auch Selbstgeähtes und besondere Handmade-Produkte von Kölner Labels in ihrem Laden verkauft,



Foto: Atkins

freut sich über das durchweg positive Feedback der Veedelsbewohner*innen.

All jene, die Lust auf eine sinnliche Entdeckungsreise haben, bei der man für sich selbst oder andere etwas Besonderes entdecken kann, sollten bei La Griserie auf dem Gottesweg 149 vorbeischaun. ■

🌐 lagriserie.de

Springs Köln Gesundheit neu erleben in Sülz-Klettenberg

Entdecken Sie **Springs 3** in Köln-Sülz, Ihre Adresse für umfassende Physiotherapie und innovatives Pilates-Training.



Foto: Atkins

Gegründet von **Alexander Bohlander**, einem renommierten Osteopathen, Physiotherapeuten, Heilpraktiker und internationalen Pilates-Ausbilder, bietet dieser Standort eine einzigartige Mischung aus Physiotherapie,

Osteopathie und Pilates. In der Praxis auf dem **Gottesweg 169** erwartet Sie ein qualifiziertes Team, das individuelle Therapie- und Trainingspläne anbietet. „Unser Angebot reicht von präventiven Kursen bis zu spezialisierten Behandlungen, um die Beweglichkeit zu verbessern und Schmerzen zu lindern“, erklärt Alexander Bohlander. Egal, ob Sie nach einer gezielten Behandlung suchen, Ihre Fitness verbessern möchten oder an präventiven Kursen interessiert sind – das Springs-Team bietet für jeden Bedarf das richtige Programm. Mit flexiblen Öffnungszeiten von Montag bis Samstag und einer über 20-jährigen Erfahrung steht Springs 3 für eine leidenschaftliche Unterstützung Ihrer körperlichen Gesundheit. Erfahren Sie mehr auf der Springs-Internetseite und in den sozialen Medien. ■

SPRINGS KÖLN

🌐 springs-koeln.de

f [#springskoeln](https://www.facebook.com/springskoeln)

📷 [#springs.friends](https://www.instagram.com/springs.friends)



Stabwechsel bei ALT & JUNG

Jutta Krämer übergibt an Monika Kendziora

Ende Januar wurde es offiziell verkündet: **Jutta Krämer**, langjährige Inhaberin des Sülzer Pflegedienstes **ALT & JUNG**, feierte ihren Abschied und gleichzeitig die Übergabe an ihre Nachfolgerin **Monika Kendziora** in der FC-Gaststätte Geißbockheim.

ALT & JUNG
 altundjungkoeln.de
 #altundjungkoeln
 #altjung_koeln



Mit einer kurzen Rede, in der sie sich bei ihrem Team, ihrem Ehemann und ihren erwachsenen Kindern für die große Unter-

stützung in den letzten Jahren bedankte, wandte sie sich an die etwa 35 Anwesenden. Darunter waren unter anderem auch ihr Versicherungsberater, der Handwerker, der alle Umbauten erledigt hatte, die Grafikerin der Website und der sozialen Medien sowie ehemalige Mitarbeiter*innen.



„Ich gehe mit einem lachenden und einem weinenden Auge“, beschrieb die 57-Jährige ihre Gefühlslage. Lachend, weil sie jetzt mehr Zeit für sich und ihr großes Hobby, das Wandern, haben wird. Weinend, weil sie die Arbeit, die ihr immer viel bedeutet hat, und die Menschen vermissen werde. Positiv gestimmt ist Jutta Krämer, weil sie ALT & JUNG in die guten Hände „eines wunderbaren mutigen Menschen“ übergibt, dem sie alles Glück und Erfolg wünscht. Dass Monika Kendziora, die neue Inhaberin, nicht bei dem Abschied dabei sein konnte, weil sie krank war, war natürlich ein Wermutstropfen. Sabine Walter und Meik Claßen aus dem Team vertraten sie würdig und sprachen warmherzig sowohl von der alten als auch von der neuen Inhaberin, der sie versprochen, sich für sie mit allen Kräften zu engagieren. Der Stabwechsel wurde dann einige Tage später in den Räumen von ALT & JUNG nachgeholt.

Monika Kendziora ist 30 Jahre alt, gelernte Altenpflegerin und ausgebildete Pflegedienstleitung. Seit 2016 ist die Mutter von drei Kindern bei ALT & JUNG im Einsatz, bringt also umfassende Kompetenzen für ihre neue Aufgabe mit. ■



Urologie
am Beethovenpark

Privatpraxis

Sprechstundenzeiten

Mo, Mi, Do 8.00 – 13.00 und 13.30 – 17.00 Uhr
Di, Fr 8.00 – 14.00 Uhr

Dr. med. Gisela Feinen

Neuenhöfer Allee 82 . 50935 Köln . Tel.: 0221 – 56 08 44 13
 E-Mail: info@urologie-feinen.de . Web: www.urologie-feinen.de



PHOTOGRAPHIE

NONNENMACHER

Menschen
 Industrie
 Stills
 Landschaften

Telefon +49 221 5506409
 nonnenmacher-photographie.de

DEUTSCH BESTATTUNGEN: Nicht wie im Fernsehen!

Zwei skurrile Gestalten in Schwarz hören den Polizeifunk ab. Kaum ist ein Mord gemeldet, fahren sie mit dem Bestattungsfahrzeug los zum Tatort. Ein Mann im schwarzen Anzug sitzt in einem dunklen Raum mitten zwischen seinen Särgen, hinter ihm eine Tür, die zu einer Cannabisplantage führt. Ob sie Frau Bleckmann und Herr Töteberg in „Nord bei Nordwest“ oder Wolfgang Habedank in „Friesland“ heißen – in beliebten Krimiserien im TV sind Bestatter*innen in etwas zwielichtigen Nebenrollen sehr beliebt.

Irmgard Ahlbach, Mitarbeiter*in bei **Deutsch Bestattungen** in der **Münstereifeler Straße**, schaut selbst auch gern Krimis und amüsiert sich über das Berufsbild, das mit ihrer Realität sehr wenig zu tun hat. „So gut wie nie ist ein Computer oder ein Drucker zu sehen“, ist ihr aufgefallen, „dabei gehören diese Geräte zu unserem Arbeitsalltag genauso wie das Telefon. Heutzutage benötigen wir für die Organisation einer Bestattung auch spezielle Fachprogramme, um Beurkundungen und Abmeldungen zu erledigen oder Trauerdrucksachen herstellen zu können“, erläutert die erfahrene Mitarbeiterin. Als wesentlicher Teil gehören die Beratungsgespräche mit den Angehörigen zu ihrer Arbeit, die praktisch die gesamte Planung von Trauerfeier über die Sarg- oder Urnenauswahl bis hin zur Bestattung beinhaltet.

Davon ist im TV meist wenig zu sehen, und Irmgard Ahlbach fragt sich manchmal mit einem Augenzwinkern, wie ihr Berufsstand wohl von der Bevölkerung gesehen wird. Sie übt ihren Beruf auch nach



Foto: Hoffmann

vielen Jahren noch mit Herz aus, denn „das ist das Wichtigste, dass wir den Menschen in schwerer Stunde zur Seite stehen“.

deutsch.koelner-bestatter.de



Sichere Jobs und attraktive Bedingungen für

- examinierte Kranken- und Altenpflegekräfte
- für Arzthelferinnen und -helfer
- für Pflegehelferinnen und -helfer

ALT & JUNG Der Pflegedienst in Sülz

Luxemburger Str. 323, 50937 Köln-Sülz || Telefon: 0221 9420230 || www.altundjungkoeln.de



seit  1886

DEUTSCH BESTATTUNGEN

Münstereifeler Str. 43 · 50937 Köln
TEL. 0221 - 9 440 550
www.deutsch.koelner-bestatter.de

WENN DER MENSCH DEN MENSCHEN BRAUCHT.



KLARTEXT

treffend · klar · überzeugend · treffend · klar · überzeugend



|| Texte

|| Konzepte

|| Medienarbeit

|| Redaktion

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

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

Neues Zentrum für Senior*innen in Sülz, Träger: Diakonisches Werk

Ende Januar konnte ein schöner großer Raum durch das **Diakonische Werk Köln und Region gGmbH** eingeweiht werden: ein Neubau in der Palanterstraße 13, Ecke Redwitzstraße in Sülz

Im Erdgeschoss, also barrierefrei, finden sich verschiedene SeniorenNetzwerke (SNW, ein Projekt der Stadt Köln) aus dem Bezirk Lindenthal und andere Akteure zusammen:

- die SNW Lindenthal, Sülz und Klettenberg,
- die Seniorenkoordination Lindenthal,
- die BrückenbauerInnen, ebenfalls ein Projekt der Diakonie,
- die Seniorenberatung.

Die Raumnot war schon seit Langem sehr belastend für alle Beteiligten: Karin Matzner, Koordinatorin für das SNW Klettenberg, erhielt zum Glück einen Hinweis durch ihren Kooperationspartner Hanno Sprissler, Diakon von St. Karl. Auf diese Weise entstand ein ökumenisches Projekt mit Vorzeigecharakter:

Ein Ort der Begegnung auf 80 Quadratmeter, der in Zukunft auch altersübergreifend als Treffpunkt genutzt werden kann, beispielsweise von den „Rosa Panther“ oder „Grannies for Future“. Hier wächst also ein Zentrum für die Belange und Interessen von Senior*innen im Bezirk Lindenthal.

Karin Matzner: „Die Ausstattung ist für unsere Bedürfnisse ganz wunderbar geeignet: Zum Beispiel ermöglicht die Akustikdecke eine angenehme Gesprächsatmosphäre auch für Besucher*innen mit Hörgerät. Und im Sommer wird der Raum kühl sein, da speziell beschichtete Vorhänge die Hitze abweisen.“

Dienstag Nachmittag ab 13 Uhr trifft sich jede Woche dort die Schachgruppe, ein altersübergreifendes Angebot. Weiterhin geplant sind ein Lesekreis, eine Spielegruppe und andere Aktivitäten. Viele Kooperationspartner, wie das Internationale Caritas-Zentrum, das sich in direkter Nähe befindet, freuen sich ebenfalls über Synergieeffekte.

Jeden letzten Mittwoch im Monat findet hier eine offene Sprechstunde statt von 13 bis 15 Uhr. Finny Breitbach und Karin Matzner freuen sich auf Ihren Besuch! ■



Foto: Nonnenmacher

Julia, Praktikantin Diakonie, Rainer Holtmann, Stadt Köln, Finny Breitenbach, Nina Morgenstern, Martina Schönhals, Geschäftsführung Diakonie, Karin Matzner, Claudia Lautner (v.l.n.r.)

Ansprechpartnerinnen:

Claudia Lautner,
Leitung: Fachdienst „Leben im Alter“,
Tel.: 0221- 16038-33

claudia.lautner@diakonie-koeln.de

Karin Matzner,
Koordination SNW Klettenberg
Mobil: 0176-15834073
karin.matzner@diakonie-koeln.de

Finny Breitbach,
Koordination SNW Sülz
Tel.: 0221-66007192
finny.breitbach@asb-koeln.de

Nina Morgenstern,
Seniorenkoordination Lindenthal
Tel.: 0176-23279923
nina.morgenstern@diakonie-koeln.de

Mehr Informationen unter:
www.seniorennetzwerke-koeln.de



- 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

Jede*r kann sich hier was trauen KSG e. V. mit neuen Angeboten

Ballett für Senior*innen, das gibt's doch gar nicht. Doch, das gibt es. Die **Kölner Seniorengemeinschaft e. V.** traut sich etwas und bietet jedes Jahr Neues für Mitglieder an. „In unserem Verein darf jede und jeder sich etwas trauen“, erzählt **Uta Schoser**, Vorsitzende des Vereins. „Im Alter dürfen wir noch einmal etwas ausprobieren. Das ist gut für ein gesundes Altern und bringt Spaß ins Leben.“



Fotos: Atkins

Uta Schoser leitet seit drei Jahren den Verein. An ihrer Seite sitzt Schatzmeister Günter Rompzig, der nach einem langen Berufsleben bei der Telekom seit einem halben Jahr die Finanzen des Vereins unter Kontrolle hält und gemeinsam mit ihr und Dr. Klaus Zimmermann den dreiköpfigen Vorstand bildet. „Als ich gehört habe, dass Ballettstangen einige Hundert Euro kosten, habe ich erst einmal geschluckt“, erzählt Günter Rompzig. „Aber Marie-Edwige Stehr, die

früher ein Ballettstudio geleitet hat und jetzt dieses Training Älteren schmackhaft machen möchte, hat mich überzeugt, dass Ballett gerade Ältere fit machen kann.“

Uta Schoser und Günter Rompzig können sich bei ihrer ehrenamtlichen Arbeit auf die beiden fest angestellten Mitarbeiterinnen Andrea-Koa Rueger und Renate Grell stützen, die vormittags ein offenes Ohr für Interessent*innen haben. Der Verein ist vor bald 50 Jahren entstanden, um Sport für Senior*innen anzubieten, damals völlig neu. Neben dem ein wenig überraschenden Ballett

bietet er Sonntagswandern für diejenigen an, die unter der Woche keine Zeit haben. Der Sing- und der Theaterkreis sind besonders beliebt. Im Verein können Menschen ab 50 verschiedene Sportarten betreiben, darunter Schwimmen, Sprachen wie Italienisch üben oder sich im Gesprächskreis begegnen. Dieser trifft sich alle zwei Wochen nachmittags. Die Teilnehmer*innen bestimmen unter Leitung von Angela Lübke und Inge Straßburger, welchen Themen sie sich widmen. Der Sinn des Lebens, Glück und Bücher sind nur einige, die zu dem gemütlichen Kaffeepausch gehören.

Uta Schoser ist es wichtig, dass sie im Verein den Begriff Senior*innen positiv bewerten. Das heißt, dass Menschen ab 50 Jahren hier engagiert gemeinsam leben und sich gegenseitig Unterstützung geben, fit und gesund halten und eine gute Gemeinschaft pflegen. Der Verein finanziert sich durch seine Mitgliedsbeiträge und Förderungen. Spenden und Angebote von Kursleiter*innen sind willkommen. ■ hmf

koelner-senioren.de



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

**Kostenloses Probetraining
jederzeit möglich!**

jetzt auch mit Thai-Massage
täglich geöffnet



Apotheke am Questerhof
Ihre Partner für Ihre Gesundheit in Köln



Vielen Dank für Ihre Treue!

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

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



Apotheke am Questerhof

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

25 JAHRE BESTES

SEHEN & VERSTEHEN

Feiern Sie mit uns 25 Jahre erstklassige Optik und exzellente Hörakustik! Entdecken Sie die neuesten Hörgerätektechnologien in unserem Jubiläumsjahr. Hören Sie besser, sehen Sie klarer – wir kümmern uns um Ihr rundum gutes Wohlbefinden!

Ihr Team von Bruchhaus Optik & Akustik



**NOCH KLEINER.
NOCH BEQUEMER.
NOCH KLARER.**

Das Silk Charge&Go IX



10 + 10 + 5 = 25

Zum 25-jährigen Jubiläum und anlässlich des Welttags des Hörens am 03. März bieten wir Ihnen am **25.03.2024** 10 % Rabatt auf den Eigenanteil von Hörsystemen, 10 % Rabatt auf Zubehör sowie 5 Jahre Garantie auf Ihr neues Hörgerät!

BRUCHHAUS Optik & Akustik · Berrenrather Str. 213 · 50937 Köln · 0221 941 1003 · www.bruchhaus-optik.de

Die grünen Rheinfunken Kein Karnevalsverein wie jeder andere

Die Gründer*innen bezeichnen sich als Kölns ersten ökologischen und sozialen Karnevalsverein, die **KG Grüne Rheinfunken e.V.**, und haben sich unter dem Motto „Weniger Müll, mehr Spaß“ die Nachhaltigkeit auf die Fahnen geschrieben. 2020 gegründet, gehen sie als Fußgruppe mit im Karnevalszug der Interessengemeinschaft Dienstags-Veedelszug Sülz-Klettenberg-Lindenthal 1953 e. V. und denken sich jedes Jahr ein eigenes Motto aus.

Präsident **Olivér Szabó** schildert, wie es zu der Gründung kam: „Ich habe mich darüber aufgeregt, wenn meine Kinder mit drei oder vier Säcken voller Süßigkeiten nach Hause kamen, von denen ein großer Teil letztendlich entsorgt werden musste, weil kein Mensch so viele Kamelle essen kann. Tatsächlich kommen alle Karnevalszüge in Köln auf geschätzt etwa 800 Tonnen Süßwaren, die geworfen werden. Die Strüßjer kommen noch dazu. Eine Wahnsinnsressourcenverschwendung, wenn man an den Müll und die Energie für die Produktion, die Verpackung und den Transport denkt.“

Mit einigen Freund*innen hat er dann bei einem Kölsch in der Kneipe „Kölscher Klaaf“ in Sülz die Gründung einer Karnevalsgesellschaft beschlossen, um zu zeigen, dass es auch anders geht. Sie verteilen Möhren, faire und gerettete Schokolade, plastikfreies Kaugummi, Popcorn zum Selbermachen und Saatgutkugeln, sogenannte Seedballs, statt Kamelle, und ihr Festwagen ist ein Lastenrad. Szabó erzählt vom ersten Einsatz: „Zunächst haben viele Zuschauer*innen nicht so richtig verstanden, was unsere Botschaft ist. Zumal wir unsere Sachen nicht werfen, sondern den Leuten in die Hand geben, weil wir glauben, dass es so persönlicher ist und auch nicht so leicht weggeworfen wird. Schon beim zweiten Mal war das Echo dann viel besser.“

Durch die Coronapandemie etwas zurückgeworfen, haben sie beschlossen, jetzt noch einmal richtig durch-



zustarten, und haben erneut am Dienstagszug in Sülz teilgenommen. Unter dem Motto „Superhelden retten Lebensmittel“ wollten sie dabei sein. Dafür haben sie einheitliche Hoodies mit ihrem Logo und individuelle Kappen aus Upcycling-Materialien herstellen lassen. Olivér Szabó betont: „Bei alledem ist es uns wichtig, dass wir niemanden mit erhobenem Zeigefinger den Spaß verderben wollen. Wir wollen nur ein Beispiel dafür sein, dass es auch anders geht.“

Die Grünen Rheinfunken freuen sich über neue Mitglieder aus allen Vierteln der Stadt Köln und bieten an, in Schulen, die bei Veedelszügen mitgehen, zu beraten, wie ein nachhaltiger Karneval gehen kann. ■ dm

🌐 grünerheinfunken.de

DIE KOLUMNE: Gemeinsam statt einsam!

Es ist gar nicht so lange her, als wir unter dem Motto „Gemeinsam statt einsam“ 2020 einige Angebote für Nachbar*innen online bewarben und bündelten, die helfen sollten, die teils sehr einsamen Zeiten der Pandemie zu lindern. Viele virtuelle wie auch Angebote in Präsenz entwickelten wir im Schmitzundkuntz e.V. für die Nachbarschaft.

Heute, einige Jahre später, sehen wir, dass die Tendenz zur Vereinsamung nicht rückläufig, sondern weitaus stärker vorhanden und zu thematisieren ist.

Was kann man tun? Unser Verein Schmitzundkuntz e.V. ist ansässig in zwei Kölner Veedeln: in Köln-Sülz sowie im Komponistenviertel. Es ergibt sich somit eine sehr schö-

ne Symbiose zweier nahe gelegener Nachbarschaften mit einer sehr großen Altersklassen-Spanne.

Schon jetzt versuchen wir, viele einsame(re) Mitmenschen mit verschiedenen Formaten unseres Vereins, wie dem Silberperle-Café für die Generation Ü60, zu erreichen, um kontinuierlich ein Treffpunkt zu sein, bei dem sich auch einsamere Menschen miteinander austauschen können. Diese Bereiche möchten wir nun mit euch gemeinsam konkreter ausbauen!

Wir suchen Personen (m/w/d), die sich vorstellen können, mit uns gemeinsam Ideen zu entwickeln, Mitmenschen Formate anzubieten, sich in unseren Vereinsräumen ge-

meinsam zu treffen, sich auszutauschen und somit Spaß und Lebensfreude wiederzufinden und/oder weiterhin zu haben.

Ebenso wären wir sehr froh, Menschen unter euch zu finden, die solche Formate auch bei uns umsetzen und sogar betreuen. Wir haben die Räume – ihr habt vielleicht die Ideen und die Lust, hier „gemeinsam“ im Ehrenamt zu helfen?

Wendet euch doch in solchem Fall sehr gerne über www.schmitzundkuntz.de/kontakt an uns und nennt uns eure Idee, unser Vereinsmotto „So geht Nachbarschaft!“ noch konkreter für Jung und Alt auszubauen. ■

Günter Schmitt

LEBENSWERT E.V.

Wir helfen heilen – helfen Sie mit?

Jährlich erkranken allein in Köln über 5.500 Menschen an Krebs! Mit der Diagnose Krebs geht immer auch eine seelische Verletzung einher. Krebs ist nicht nur eine schwere körperliche Erkrankung, sie belastet ebenso auch die Psyche und betrifft neben den Patienten selbst auch deren soziales Umfeld.



Psychoonkologie – Leben mit Krebs

Psychoonkologie hilft

Hier hilft die psychische Stabilisierung des Patienten und seiner Angehörigen durch besondere therapeutische und beratende Angebote der Psychoonkologie: therapeutische Gespräche, Kunst-, Musik- und Bewegungstherapie und die Krebsberatung für alle Kölner Bürger.

Seit 1997 fördert der gemeinnützige Förderverein LebensWert e. V. diese therapeutischen und beratenden Unterstützungsangebote mit dem Ziel, die Angebote zu erhalten und, wenn möglich, bedarfsorientiert weiter auszubauen. Die Förderung ergibt Sinn, da die Nutzung der Angebote kostenfrei ist und eine umfassende Finanzierung beispielsweise durch die Krankenkassen noch nicht in Sicht ist. Nur durch unser gemeinsames Engagement können wir unseren Patienten helfen.

Die psychoonkologische Unterstützung hilft, besser mit der neuen Situation der Erkrankung umzugehen und die seelischen Belastungen auf individuelle Weise nachhaltig zu verarbeiten. Je nach Bedarf können sich die Patienten in den vielfältigen Angeboten entfalten: Neben den psychologischen Gesprächen stellen auch kreativ- und bewegungstherapeutische Ansätze wirkungsvolle Möglichkeiten der seelischen Unterstützung dar. Auch die für alle ambulanten Patienten (und deren Angehörige) Kölns zuständige Krebsberatungsstelle finden Sie hier!

Spenden schafft Sinn

Es kann jeden Mann und jede Frau treffen. Warum nicht eine Spende für eine sinnvolle Initiative vor Ort tätigen? Ob zum Geburtstag, zum Jubiläum oder als Kondolenz-Spende – Ihre Unterstützung ist ein wichtiger Beitrag zum Erhalt und zum Ausbau der Psychoonkologie in Köln. **IBAN: DE16 3705 0198 0027 0421 75.**

Natürlich ist auch bequemes Online-Spenden über die Internetplattform der Sparkasse KölnBonn „Hier mit Herz“ möglich (www.skbn-engagement.de/project/wir-helfen-heilen-helfen-sie-mit). LebensWert ist gemeinnützig und befugt, Spendenquittungen auszustellen!

Wir helfen heilen – helfen Sie mit!

Wie wäre es mit einer Mitgliedschaft im Verein? Denn gemeinsam sind wir viele, gemeinsam sind wir stärker.

 vereinlebenswert.de



Foto: Farknot Architect / adobe stock



Ihr

Uwe Schwarzkamp

Öffentlichkeitsarbeit LebensWert e.V.
an der Uniklinik Köln, CIO-Gebäude (70)
Kerpener Straße 62, 50937 Köln
Tel.: 0221 478-97189

Etwas Besonders entsteht im Veedel

Neugründung: Verein St. Karl für Leib und Seele

Es ist Mittwochnachmittag: Vor der Kirche St. Karl Borromäus auf der Zülpicher Straße stehen viele Menschen geduldig in der Schlange. Andere machen sich auf den Heimweg mit Taschen voller Lebensmittel, Kleidung und Drogerieartikeln. Drinnen herrscht Hochbetrieb. Zahlreiche ehrenamtliche Helfer*innen stehen an langen Tischen mit sortierten Lebensmitteln, die sie an die Menschen ausgeben, die gekommen sind.

In einem anderen Teil der Kirche können die Gäste sich kostenlos in der „Veedelsschrank“ genannten Kleiderkammer passende Kleidungsstücke aussuchen. Auch gebrauchte Haushaltsgegenstände gibt es hier kostenlos. Im unter der Kirche beheimateten Internationalen Caritas-Zentrum werden jeden Mittwoch 120 Mahlzeiten gekocht. Hier können sich alle Besucher*innen zu einer warmen Mahlzeit hinsetzen und miteinander in Kontakt kommen.

500 Gäste pro Woche

Schon seit 2020 gibt es die Lebensmittelausgabe, gegründet von der katholischen Kirche in Sülz und Klettenberg und der FC-Stiftung. In den ersten drei Jahren wurden insgesamt über 1.350 Menschen unterstützt, mehr als 600 aus Sülz und Klettenberg, über 500 Geflüchtete aus der Ukraine und über 250 aus anderen Stadtteilen. Mittlerweile erhalten jede Woche über 500 Gäste Unterstützung von mehr als 100 Ehrenamtlichen.

Um eigenständiger agieren zu können, so erläutert Hanno Sprissler, Diakon der katholischen Gemeinde, ist im November 2023 der neue Verein von FC-Stiftung, Caritasverband für die Stadt Köln und katholischer Kirchengemeinde gegründet worden. „St. Karl für Leib und Seele e.V.“ heißt er, und sein dreiköpfiger Vorstand (Monika Beckmann, FC-Stiftung, Peter Krücker, Caritas, und Hanno Sprissler, katholische Gemeinde) und seine Mitglieder haben viel vor.



Monika Beckmann (FC-Stiftung) und Hanno Sprissler (katholische Gemeinde): Beide Vorstandsmitglieder sind bei der Lebensmittelausgabe aktiv dabei.

Ziel: Vernetzung der vielfältigen Hilfen im Stadtteil

Ein wesentliches Ziel der Angebote ist die Zusammenarbeit möglichst vieler Engagierter und Initiativen im Viertel für die Unterstützung von Menschen, die Hilfe benötigen. Dabei geht es sowohl um das leibliche als auch das seelische Wohl. Vorstandsmitglied Hanno Sprissler beschreibt das so: „Wertschätzung und Stärkung zu geben ist in St. Karl wesentlich, und zwar jedem Menschen, der hierhin kommt. Alle Besucher*innen sollen sich wohlfühlen, gerade die, die sich selbst als gesellschaftlich ausgeschlossen empfinden. Einige der Gäste gestalten die Angebote mit, und so hat das Leben an St. Karl auch einen sehr integrativen Charakter. Hier begegnen sich Menschen mit sehr unterschiedlichen Biografien, die außerhalb von St. Karl kaum in Kontakt miteinander gekommen wären.“

Konzept für Leib und Seele

Ende 2022 wurde das Konzept entwickelt. Erste Vorbereitungen betrafen etwa den Kirchenraum: Hier wurden die Kirchenbänke entfernt, mobile, raumteilende Schränke und Tische werden zurzeit angefertigt sowie ergänzend notwendig gewordene Elektro- und Sanitärinstallationen durchgeführt. Im Januar hat die Stiftung Wohlfahrtspflege NRW 121.000 Euro, die Hälfte der Kosten für die neue Einrichtung, im Rahmen der Nutzungserweiterung von St. Karl übergeben. Alle nötigen finanziellen Mittel sind beantragt und der größte Teil auch bewilligt. Die Kleiderkammer von St. Bruno ist im November 2023 in Räume in der Gustavstraße direkt neben St. Karl gezogen.



Dazu kommen spirituelle Angebote, beispielsweise Workshops wie „Die heilsame Nacht“, Kintsugi-Kurse, Meditationsangebote, Lesungen, Konzerte und Kino vor und in der Kirche. Die Caritas berät außerdem bei Fragen zu Formularen und Anträgen und gibt Tipps, wohin man sich wenden kann, wenn man etwa medizinische, materielle oder psychische Unterstützung benötigt.

Vielfältige Kooperationen

Außerdem ist der Verein St. Karl in vielfältiger Weise bestens vernetzt: mit der Willkommensinitiative hallo in Sülz, dem Sportverein DJK Südwest, dem Verein Schmitzundkuntz, den Seniorennetzwerken in Sülz und Klettenberg und dem der evangelischen Kirche, mit foodsharing e.V., food for future e.V., Einfach machen Köln e.V. oder dem Familienzentrum Sülz-Klettenberg. Lokale Einzelhändler*innen unterstützen die Angebote ebenso wie Nachbar*innen. Hunderte Menschen fördern, tragen und gestalten das Leben an St. Karl. Gemeinsam werden Lösungen gesucht, wenn Menschen in Not sind, und währenddessen werden Lebensmittel

gerettet, Kleidung nachhaltig weiterverwendet und Stärkung in vielen Lebenslagen geboten.

Als großes Ziel hat sich der Verein St. Karl vorgenommen, die Kirche St. Karl zum Bürgerzentrum für Sülz wachsen zu lassen (ein solches fehlt ja auch in Sülz und Klettenberg), das alle Ini-

tiativen im Stadtteil zusammenbringt zum Nutzen der Menschen, die Unterstützung für Leib und Seele benötigen.

Welche Veranstaltungen geplant sind und wann die Lebensmittel- oder Essensausgabe, der Veedelsschrank und die Beratungen angeboten werden, kann man hier erfahren: <http://karl.koeln/zeiten/>

Außerdem freut sich der Verein St. Karl auf weitere Mitglieder oder Ehrenamtliche, die ihn unterstützen. Aktuell werden gerade Fahrer*innen gesucht, die mit Kastenwagen zu Großbäckereien im Raum Köln, zur Kölner Tafel und zu Haushaltsauflösungen fahren können. Auch Sach-, Zeit- und Geldspenden sind willkommen. ■ dm



Foto: Sprissler

Melden Sie sich gern bei:
 St. Karl – Kirche für Leib und Seele
 Tel.: 0221-45089510
 Mobil: 0171-8812781
www.karl.koeln
leben@karl.koeln



Strukturieren und Kommunizieren
Pascale Rudolph

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

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

**BUSINESS | HOCHZEIT
 PORTRAIT | EVENTS | KINDER**






**SONJA HOFFMANN
 FOTOGRAFIE**

0179 298 06 04
 0221 290 90 28

INFO@SOHO-FOTOGRAFIE.DE
WWW.SOHO-FOTOGRAFIE.DE



Gemeinsam mehr erleben!

Wir bieten:

- ◆ **Bewegung**
- ◆ **Bildung**
- ◆ **Kultur**
- ◆ **Geselligkeit**

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

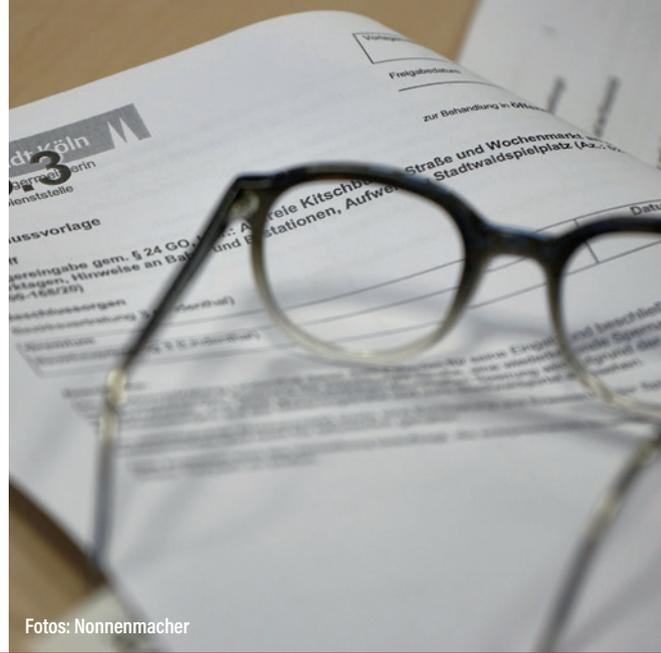
KSG, Kölner Seniorengemeinschaft e.V., Luxemburger Str. 136, 50939 Köln * Telefon 0221 - 42 10 23 30 * info@koelner-senioren.de * www.koelner-senioren.de * Öffnungszeiten Büro: Montag - Freitag 09:30 - 12:30 h

Beschlossene Sache

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

Quelle: <https://ratsinformation.stadt-koeln.de>

Die Bezirksvertretung tagt wieder am 11. März ab 16 Uhr im Sitzungssaal (7. Etage) des Bezirksratshauses Lindenthal, Aachener Straße 220. Interessierte Besucher*innen können sich via E-Mail an steffen.wagener1@stadt-koeln.de zur teilweise öffentlichen Sitzung anmelden.



Fotos: Nonnenmacher

FAHRRADSCHUTZSTREIFEN

Ein Gemeinschaftsantrag von Bündnis 90/Die Grünen, CDU, SPD und Die Linke sieht auf der Berrenrather Straße die Einrichtung eines Fahrradschutzstreifens zwischen Sülzgürtel und Universitätsstraße in beiden Fahrtrichtung vor. Damit soll neben der Verkehrssicherheit das Parken von Pkw entlang der Berrenrather Straße geordnet werden. Im Rahmen der Bauarbeiten sollen Straßenschäden beseitigt werden.

FÖRDERUNG VEEDELSZÜGE

Die Fraktionen und Einzelmandatsvertreter*innen votierten für ein Förderprogramm zur Sicherung der Veedelszüge im Bezirk Lindenthal in Höhe von 10.000 Euro. Die IG Diens-tags-Veedelszog Sülz-Klettenberg-Lindenthal 1953 e. V. erhält davon 5.500 Euro.

FAHRRADNADELN

Nach einem Antrag von Bündnis 90/Die Grünen erging an die Stadtverwaltung der Auftrag, auf dem Bürgersteig vor dem Haus Zülpicher Straße 392 Fahrradnadeln zu installieren.

BEZIRKSORIENTIERTE MITTEL

Die Fraktionen des Parlaments stellen 55.970 Euro aus den bezirksorientierten Mitteln für 34 gemeinnützige Projekte zur Verfügung. Davon profitieren in Sülz und Klettenberg folgende Einrichtungen: Nachbarschaftsinitiative Klettenbergplätzchen, Zuschuss zur Wiederbelebung des „Fest der Alten“ (300 Euro), CASAMAX Theater e. V. Zuschuss zur Öffentlichkeitsarbeit, Druck und Programmverschickung sowie Umbau/Renovierung des Kellers (1.300 Euro), Förderverein Förderschule Geistige Entwicklung Redwitzstraße, Zuschuss für Unterrichtsmaterial für nicht sprechende Schüler*innen (1.050 Euro), GGS Mommsenstraße, Zuschuss für naturpädagogische Kurse für das Schuljahr 2024 (1.050 Euro), Förderverein Kultur und Nachbarschaft im Büdchen e. V. Zuschuss für Jazzkonzerte im Büdchen Casablanca (1.500 Euro), Große Sülz-Klettenberger Karnevalsgesellschaft von 1928 e. V., Zuschuss Veedelsbühne zum Carréefest 2023 (3.500 Euro), Hans Süper Gesellschaft von 2023 e. V., Zuschuss für die Errichtung einer Skulptur zum Gedenken an Hans Süper (3.300 Euro), Interessengemeinschaft Lebenswerte Lux, Zuschuss für Präsentation der Werkstattgespräche, Infoveranstaltungen sowie Filmreihen (4.400 Euro), Interessengemeinschaft Sülz-Klettenberg, Kunst im Carrée e. V./Subkulturort „Die Bank“, Zuschuss für Renovierungsarbeiten als Ausstellungs- und Arbeitsraum (500 Euro), Nachbarschaftsinitiative Klettenbergplätzchen, Zuschuss zur Aufstellung eines Bücherschranks Ecke Hardtstraße/Breibergstraße (3.000 Euro), SeniorenNetzwerk Ev. Kirchengemeinde Köln-Klettenberg e. V., Zuschuss für Seminar „Starke Stimme klare Worte“ (3.200 Euro).

RESOLUTION KITA WEYERTAL

In einer Aktuellen Stunde sprachen sich die Mitglieder der Bezirksvertretung für einen Erhalt der Kita Weyertal (Weyertal 113) aus. Der Betrieb soll demnach bis 2037 am jetzigen Standort aufrechterhalten werden. Zudem sprachen sich die Parlamentarier*innen für eine frühzeitige Suche nach einem neuen Ort aus.

QUERUNGSHILFEN

Auf der Münstereifeler Straße sollen nach einem Antrag der Grünen Querungshilfen in Höhe des Spielplatzes sowie an der Kreuzung Münstereifeler/Sülzburgstraße eingerichtet werden. Die Maßnahmen sollen den Schulweg von Kindern der GGS Manderscheider Platz sicherer machen.

HINWEISSCHILDER FÜR MOBILTOILETTE

Auf Antrag von Bündnis 90/Die Grünen beschlossen die Bezirksvertreter*innen die Aufstellung eines Hinweisschildes zur Mobiltoilette an der Ecke Luxemburger Straße/Geisbergstraße. Auch erging an die Stadtverwaltung der Auftrag zur Prüfung weiterer Aufstellungsorte von Richtungsanzeigern.

ZENTRALE RÜCKGABEPLÄTZE FÜR E-SCOOTER

Basierend auf einem Antrag der SPD beschloss das Parlament die Einrichtung von zentralen Rückgabe- bzw. Abstellplätzen für E-Scooter.



Sauberes Veedel – ein Herzstück im Einsatz für Lebensqualität

Daniel Schumacher, der Mann, der Sülz und Klettenberg zum Glänzen bringt

AWB KÖLN

awbkoeln.de
#awbkoeln
#awbkoeln



In der pulsierenden Stadt Köln, wo die Lebensqualität so eng mit der Sauberkeit der Straßen verknüpft ist, spielt Daniel Schumacher eine Schlüsselrolle. Als Gruppenleiter

bei den **Kölner Abfallwirtschaftsbetrieben (AWB)** ist er nicht nur das Gesicht der Stadtsauberkeit in den Stadtteilen Lindenthal, Sülz und Klettenberg, sondern auch ein Brückenbauer zwischen den Anwohnenden und der AWB. Seit 2007 ist Schumacher Teil der AWB, arbeitete sich vom Mülllader über die Position des Fahrers hoch und übernahm 2023 die Leitung der Stadtreinigung. Seine Mission: Köln ein Stück sauberer und lebenswerter zu machen.

Ein Alltag im Zeichen der Sauberkeit

Fünf Tage die Woche steuert Schumacher sein Team von fast 45 Mitarbeiter*innen durch die Herausforderungen der Stadtreinigung. Die reibungslose und effiziente Reinigung von Straßen und öffentlichen Plätzen ist sein tägliches Geschäft. Dabei geht es nicht nur um das Beseitigen von Abfällen, sondern auch um das Eingehen auf die Bedürfnisse und Anliegen der Bürger*innen. Wilder Müll, fehlende Papierkörbe und Fragen zu Zuständigkeiten sind nur einige der Themen, bei denen Schumacher als Ansprechpartner fungiert.

Direkte Kommunikation und Herausforderungen

Besonders stolz ist Schumacher auf die direkte Kommunikation mit den Menschen im Veedel. Meldungen zu wilden Müllablagerungen und die Überreste von „Zu-verschenken-Boxen“ zeigen, dass das Engagement der Bürger*innen vorhanden ist, auch wenn die Umsetzung manchmal hakt. Schumacher sieht es als seine Aufgabe, hier aufzuklären und Alternativen aufzuzeigen, wie etwa die kostenfreien Entsorgungsmöglichkeiten für Sperrmüll und Elektrogeräte in Köln.

Lösungen und Verantwortungsbewusstsein

Die Probleme, die Schumacher und sein Team täglich angehen, sind vielfältig. Von To-go-Müll an Haltestellen bis hin zu un-

geduligen Anwohner*innen beim Winterdienst – die Herausforderungen in Sülz sind ein Spiegelbild des lebhaften und anspruchsvollen Veedels. Schumacher sieht in der Offenherzigkeit und dem lebendigen Charakter von Sülz nicht nur eine Herausforderung, sondern auch eine Chance, gemeinsam für ein sauberes und sympathisches Köln zu sorgen.

Ein sauberes Köln ist Teamarbeit

Daniel Schumacher ist mehr als nur der Gruppenleiter der Stadtreinigung; er ist ein wichtiger Teil des Puzzles, das Köln

zu einer saubereren und lebenswerteren Stadt macht. Durch seinen täglichen Einsatz, die enge Zusammenarbeit mit seinem Team und den Bürger*innen sowie die Förderung eines verantwortungsbewussten Umgangs mit Abfällen trägt er maßgeblich zur Lebensqualität in den Kölner Stadtteilen bei. Sein Engagement und das seiner Mitarbeiter*innen sind ein lebendiges Beispiel dafür, wie durch gemeinsame Anstrengungen ein nachhaltiger Unterschied im Stadtbild und im Bewusstsein der Menschen geschaffen werden kann. ■



Foto: Presse AWB

www.awbkoeln.de

/awbkoeln
 /awbkoeln

EINFACH. SAUBER. BESSER.

FÜR EIN SAUBERES KÖLN

Kennen Sie die AWB-App?

AWB Abfallwirtschaftsbetriebe Köln GmbH
Maarweg 271, 50825 Köln

Kundenberatung: Tel.: 0221 - 9 22 22 24
kundenberatung@awbkoeln.de

Straßenreinigung
Wir leeren für Sie öffentlichen Papierkörbe, beseitigen illegalen Müllablagerungen und vieles mehr ...

Historisches Archiv mit Rheinischem Bildarchiv Ein Ort für alle

„Unser Archiv ist ein Ort für alle“, erklärt Andrea Wendenburg, die die aktuelle Ausstellung „M'r wolle en neu Stadt baue – Kölns Aufbruch in die Moderne“ kuratiert hat. Ich habe für mein Buch „Das gibt's nur in Köln“ und meinen historischen Roman „Die Komponistin von Köln“, der im Mai erscheint, im wunderschönen Lesesaal gearbeitet. Neben den historischen Quellen verfügt das Historische Archiv mit Rheinischem Bildarchiv über eine umfangreiche Bibliothek und bietet Ausstellungen und Veranstaltungen für die breite Öffentlichkeit an.



Fotos: Nonenmacher

Die Architekten Waechter & Waechter haben am Eifelwall 5 ein offenes Gebäude mit großen Fenstern zur Luxemburger Straße geschaffen. Auf der Rückseite befindet sich hinter einem begrünten Hof das „Schatzhaus“. Hier werden die Archivalien gelagert. Die zwei Seitenflügel des Gebäudes bieten Raum für die circa 200 Mitarbeiter*innen, die die Bestände pflegen, restaurieren, aufarbeiten und der Öffentlichkeit zur Verfügung stellen. Sie beraten zum Umgang mit den Quellen und stellen diese und ihre Inhalte in Ausstellungen oder Vorträgen vor.

Familienforschung hautnah

Dieses Haus ist nicht nur für Historiker*innen und Journalist*innen offen. Das Historische Archiv mit Rheinischem Bildarchiv bietet Führungen und Veranstaltungen für Klein und Groß an. Der große Saal im Erdgeschoss ist für diese großzügig gestaltet. Eigene Veröffentlichungen wie die Kataloge und regelmäßige

Mitteilungen machen bekannt, was im Archiv lagert. Hier kann sich jede und jeder zur Familien- oder Ortsgeschichte beraten lassen und im Lesesaal arbeiten.

Als die Stadt erstarrte

Ich erinnere mich genau, wie ich einfror, als ich am Nachmittag des 3. März 2009 vom Einsturz des Archivgebäudes im Severinsviertel hörte. Zwei Menschen verloren ihr Leben. Bis heute ist die Einsturzstelle eine Wunde in der Stadt. Wichtige Archivalien fielen in eine Grube und konnten nur mit enormer Anstrengung und der Unterstützung von Archiven aus ganz Deutschland, sogenannten Asylarchiven, geborgen werden.

Inzwischen befindet sich der gesamte Bestand wieder im Haus und wird nach und nach restauriert, digitalisiert und damit gerettet. Vieles, aber noch nicht alles kann wieder genutzt werden. Wer Dokumente einsehen möchte, sollte sich deshalb frühzeitig informieren und etwas Geduld mitbringen.

Aktuelle Themen und moderne Medien

Aktuelle Themen wie Stadtentwicklung und Fahrradfreundlichkeit waren und sind Schwerpunkte für Ausstellungen. Die 105 Karten des Buchhändlers und Antiquars Franz Anton Kreuter zur Entwicklung von Köln im 19. Jahrhundert zeigen die Fassaden von Straßenzügen der Stadt Köln. Die Innenansichten von Häusern stammen aus der Sammlung von Hubert Molis. Mit einer 3-D-Brille konnten Besucher*innen durch die damals engen Straßen von Köln spazieren. „Dabei konnten sie auch lernen, dass es schon damals Pfusch am Bau gab“, erzählt Andrea Wendenburg schmunzelnd.



Jubiläum von Ferdinand Franz Walraff, und Tiere kommen in die Ausstellung

Das Archiv spricht mit seinen Themen auch speziell Kinder an. So gibt es Mal- und Bastelprogramme, die die Ausstellungen begleiten. Demnächst widmet sich das Archiv dem berühmten Kunstsammler Ferdinand Franz Walraff (1748–1824), und danach wird es um Tiere gehen, was ganz bestimmt ein Thema für Familien ist.



Um Anmeldung wird gebeten

Wer das Archiv nutzen oder besichtigen möchte, kann sich per Mail anmelden. Ausstellungen können allein erkundet werden. Zu Führungen und Veranstaltungen können sich Interessierte anmelden. Archivalien können auch über die digitale Seite des Archivs recherchiert werden. So kann man bequem von zu Hause aus durch die Jahrhunderte reisen. ■ hmf

🌐 historischesarchivkoeln.de

🌐 stadt-koeln.de/leben-in-koeln/kultur/historisches-archiv



UROLOGIE AM STADTWALD

*Wenn es mal
wieder nicht läuft!**

* Vereinbaren Sie jetzt einen Termin,
wir kümmern uns darum!

FACHARZTPRAXIS
FÜR UROLOGIE & PROKTOLOGIE

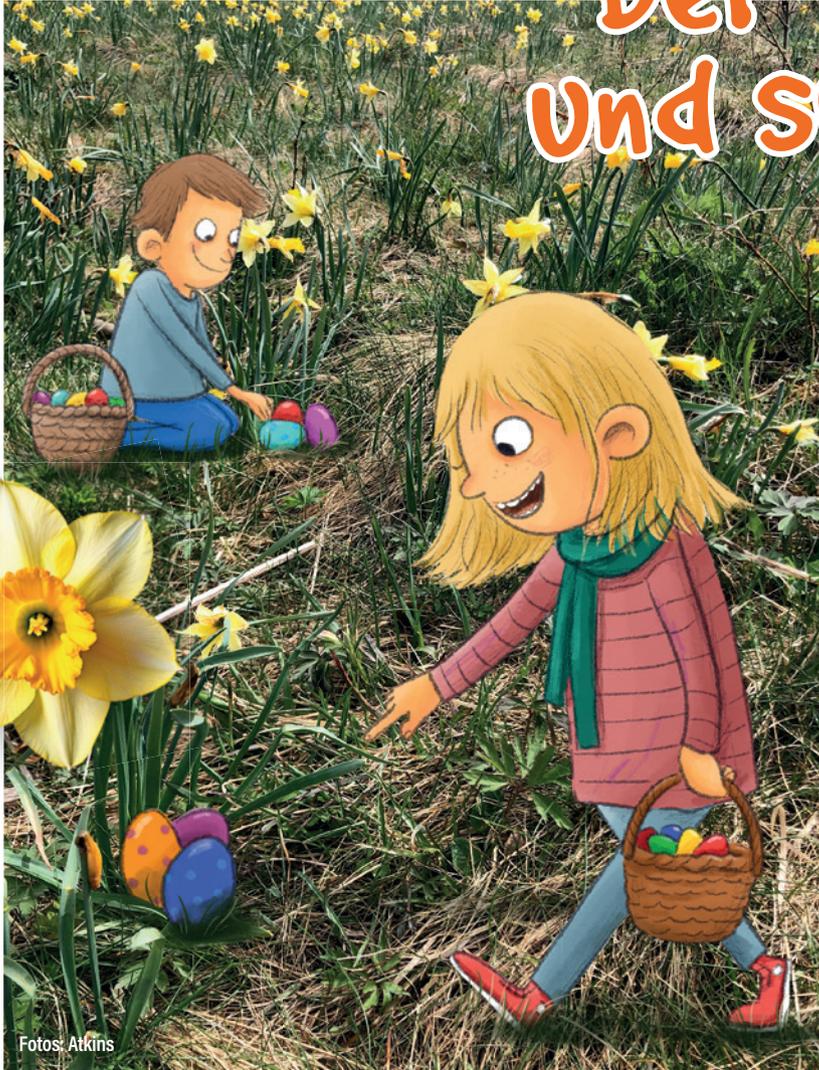
JÖRN SCHMÜSER

DR. MED. OSKAR KETTENIß



Der Frühling und seine Feste

Text: Hanka Meves
Illustrationen: Saskia Gaymann



Osterfrühstück, Eier färben und suchen, Spaziergang und Osterfeuer, das gehört für viele Menschen an Ostern dazu. Wir haben uns umgeschaut, wann und wo Ostern und andere Frühlingsfeste gefeiert werden und warum an verschiedenen Wochenenden gefeiert wird.

Sonne, längere Tage, Blumen – Feste der Religionen und Kulturen

Nach einem kalten und häufig grauen Winter haben die Menschen seit Jahrhunderten den Frühling begeistert begrüßt. Die Tage werden länger, die Sonne scheint häufiger, die Blumen blühen.

Fotos: Atkins



Frohe Ostern

Im Christentum nennt sich diese Zeit Passionszeit und beendet die sechswöchige Fastenzeit, die in Köln mit dem Karneval rauschend eingeleitet wird. Nach Aschermittwoch gilt es dann, sich an strengere Regeln zu halten: Manche verzichten auf Süßigkeiten, andere auf Alkohol. Da ist es kein Wunder, dass die Menschen zu Ostern leckere Speisen auftischen und die Kinder mit vielen selbst gefärbten Eiern und Schokolade verwöhnen. Ein Lamm aus Rührteig oder ein Osterzopf aus Hefeteig mit Mandeln oder Hagelzucker passt gut dazu.

Eier stehen für neues Leben

Doch wie kam es zu den bunten Eiern? Sie stehen für ein neues Leben, für einen Anfang und sind zudem unglaublich lecker.





Unsere INKlein LEUTE ■ bunten Seiten für Pänz

Gottesdienste

Von Gründonnerstag bis Ostermontag feiern Christ*innen Ostern. Sie gedenken des Todes Jesu, dem Sohn Gottes. Obgleich Jesus gestorben ist, sind Christen darüber nicht nur traurig. Sie glauben, dass er drei Tage nach seinem Tod wieder lebendig wurde. Das feiern sie an Ostersonntag.

Zum Osterfest laden die christlichen Kirchen zu Gottesdiensten ein und erzählen die Ostergeschichte. Mini-Gottesdienste mit Eiersuchen für Klein und Groß, Osternacht mit Treffen am Osterfeuer, Open-Air-Gottesdienst im Park hinter der evangelischen Johanneskirche in der Nonnenwerthstraße sowie klassische Gottesdienste gehören dazu.

Süße Speisen beim Fastenbrechen

In diesem Jahr liegen das christliche Ostern und das Fastenbrechen der Muslime im Ramadan nah beieinander. Am 31. März 2024 ist Ostersonntag. Das Zuckerfest, mit dem das Fasten beendet wird, liegt in diesem Jahr in der ersten Aprilwoche. Baklava, süße Nuss-Blätterteig-Stückchen, dürfen auf keinen Fall beim Zuckerfest fehlen.



Mit Trommeln und Tröten

Die Finnen feiern Ostern laut. Die Kinder ziehen mit Trommeln und Tröten durch den Ort. Damit feiern sie, dass die Trauer um den Tod Jesu vorbei ist. Einige verkleiden sich als Osterhexen, klingeln an den Häusern und erbitten Süßes. In Sülz hat die finnische Gemeinde im Teerstegenhaus ihr Zuhause.

Pessach

Die Wurzeln des Osterfests liegen in der jüdischen Religion. Das Fest heißt Pessach, erinnert an den Auszug aus Ägypten und wird in diesem Jahr ab dem 23. April gefeiert. Pessach ist ein Familienfest, das acht Tage lang dauert. Dünnes Fladenbrot ersetzt Sauer- teigbrot, denn vor dem Auszug hatten die Menschen keine Zeit, den Teig gehen zu lassen. Fladenbrot hingegen ist schnell zubereitet und gebacken. Charosset ist eine beliebte Süßspeise. Sie kann verschiedene Zutaten haben. Häufig sind Datteln, Ingwer, Zimt und Nüsse darunter.

LEUTE INklein Unsere bunten Seiten für Pänz



Zweimal feiern

Gleich zweimal Ostern feiern, das wäre schön. Das können Familien machen, die sowohl das christliche als auch das orthodoxe Osterfest feiern. In unserem Land gilt schon seit Jahrhunderten der gregorianische Kalender, dessen Ostersonntag in diesem Jahr auf Ende März fällt. Im julianischen Kalender liegt das Fest drei Wochen später. Das trifft sowohl für die griechisch- als auch die syrisch- und russisch-orthodoxen Gläubigen zu.

Neujahr im Frühling

Das neue Jahr der Perser*innen und Kurd*innen beginnt im Frühling, genau am 20. oder 21. März, weil an diesen Tagen sowohl Tag als auch Nacht gleich lang

sind. Die langen dunklen Nächte sind nun Vergangenheit. In den Geschichten spielt ein Drache oder eine Schlange eine wichtige Rolle. Dieses Ungeheuer hatte die Menschen aus dem Paradies vertrieben und eine große Dürre über das Land gebracht. Auch hier spielen süße Speisen eine große Rolle. Daneben kommen andere leckere Speisen auf den Tisch und eine Wasserschale mit einem Goldfisch, der das Leben darstellt. Und genau wie bei den anderen Festen ist dieses mit einem Treffen der Familie und Freunde verbunden.

Das türkische Kinderfest

Am 23. April begehen türkische Einwohner*innen ihr Kinderfest. Das Fest erinnert an die Staatsgründung der Türkei 1920 und deren erstes Parlament. So übernehmen die Kinder an diesem Tag die Macht, ähnlich wie die Frauen an Weiberfastnacht in Köln ins Rathaus einziehen. Auch hier spielen Eier wieder eine Rolle. Die Henne Salome versteckt ein Ei, das die Kinder suchen sollen.

Wer möchte mal probieren?



Kurdischer Joghurtkuchen

Charosset



Osterlamm oder Osterzopf

Baklava



Keine Nebenrollen zu vergeben Jugendclub erarbeitet im CASAMAX Theater eigenes Stück

Das CASAMAX Theater öffnet zum siebten Mal die Tore für den Jugendclub. Während zehn Treffen vermitteln die Regisseurinnen Franziska Schmid, Jule Maria Schacht und Carina Mischke den jungen Teilnehmer*innen Elemente des Schauspiels sowie der Stückgestaltung. Die Arbeiten finden mit der Aufführung eines Bühnenwerks am 18. März vor Familienmitgliedern sowie Freund*innen ihren Höhepunkt.

Bis dahin trifft sich das Ensemble jeweils montags zwischen 18.15 und 20 Uhr in der Spielstätte an der Berrenrather Straße. Vorkenntnisse sind dabei nicht erforderlich, dagegen wünschen sich die Leiterinnen Lust am experimentellen Ausdruck und Verlässlichkeit.

Mit der 2021 gestarteten Veranstaltungsreihe möchten die Veranstalterinnen Hemmschwellen in Bezug auf die Schauspielerei abbauen und jungen Menschen das Theater als Ort, der Fantasie und Realität vereint, näherbringen. Darüber hinaus fördere die Arbeit soziale Kompetenzen. „Die Jugendlichen stärken im Theaterkurs ihr Selbstbewusstsein und lernen, wie wichtig Teamwork ist“, erklärt Jule Maria Schacht. Die Einheiten sollen zudem das Gemeinschaftsgefühl fördern. „Die Leute erkennen, wie wichtig es ist, sich auf jemanden verlassen zu können. Es wird schnell klar, dass niemand in der Gruppe ersetzt werden kann. Wenn nur eine Person fehlt, entsteht eine Lücke, die von den anderen nicht gefüllt werden kann“, unterstreicht Franziska Schmid die Hauptrollen aller Beteiligten des Projekts. In der Frühphase der Treffen sei eine Thematik des kommenden Stücks noch nicht absehbar. Diese werde von den Teenager selbst erarbeitet, erklärt die



Foto: Dahl

Jule Maria Schacht (l.) und Franziska Schmid laden neue Darsteller*innen in den Jugendclub.

CASAMAX-Darstellerin. Nach der letztjährigen Krimi-Produktion lassen sich die künstlerischen Leiterinnen von ihrem Ensemble überraschen, das während der Proben von zukünftigen Jugendclub-Interessent*innen besucht werden kann. Der nächste Kurs findet vom 8. April bis zum 1. Juli statt. Die Teilnahmegebühren betragen 180 Euro.

CASAMAX Theater, Berrenrather Straße 177, 50937 Köln,
Tel.: 0221 447661, www.casamax-theater.de

Veranstaltungen zu Ostern
findet ihr auf den Webseiten
der Gemeinden:

www.kirche-klettenberg.de

dfgnrw.de/partner-freunde/

finnische-gemeinden-in-deutschland/

www.kirche-sk.de



Ralph Schwalbach Friseure Ein familienfreundlicher Betrieb

RALPH SCHWALBACH FRISEURE

ralphschwalbach-friseure.de

#RalphSchwalbachFriseureKoeln

#ralphschwalbachfriseure



Kinder und Arbeit miteinander unter einen Hut zu bekommen, ist für Friseur*innen meist kaum machbar. Doch Tamara und Prisca, die beide seit 2003 im Salon der **Ralph Schwalbach Friseure** auf der **Luxemburger Straße 285b** tätig sind, beweisen, dass Familie und Beruf durchaus zusammenpassen. Als sie vor über 20 Jahren ins Berufsleben starteten, war von Kindern in ihrem Leben noch nicht die Rede. Inzwischen hat sich das geändert, und wir haben die beiden gefragt, wie es möglich ist, trotz der Arbeit im Salon noch genug Zeit für den Nachwuchs zu haben.



Fotos: Hoffmann



Flexible Arbeitszeit und Urlaubsabsprachen sind wichtig

Tamara hat eine elfjährige Tochter, die im vergangenen Sommer auf die weiterführende Schule gekommen ist. Das ist eine neue Herausforderung für Mutter und Kind. „In meinem Berufsleben habe ich immer wieder Veränderungen erlebt“, erzählt Tamara. „Nach meinem Abitur habe ich die dreijährige Ausbildung als Jahrgangsbeste in Köln abgeschlossen. Danach habe ich bei Ralph Schwalbach angefangen.“ Wenn sie von ihrer Arbeit erzählt, sehe ich ihr an, dass sie gern als Friseurin und für Ralph Schwalbach arbeitet.

„Unser Chef ist flexibel und kommt uns entgegen, wenn es um die Arbeitszeiten geht. Ich arbeite 30 Stunden in der Woche. Mit meinem früheren Ehemann habe ich vereinbart, dass er unsere Tochter zweieinhalb Tage pro Woche nimmt, an den anderen Tagen ist sie bei mir. Das war für mich anfangs schwer, weil die Kleine erst vier Jahre alt war. Aber so konnte und kann ich dienstags und mittwochs von 10 bis 19.30 Uhr und am Freitag von 10 bis 18 Uhr arbeiten.“

Tamara kann auf die Unterstützung ihrer Eltern und des Vaters ihrer Tochter bauen. „Dadurch können sich auch meine Kund*innen auf mich verlassen. Dafür habe ich leider manche Aufführung meiner Tochter in der Schule verpasst. Termine verschiebe ich nur im Notfall. Das ist ein Nehmen und Geben zwischen Chef und Mitarbeiter*innen.“

Eine wichtige weitere Säule in der Organisation ist, dass sie sich mit ihrer Kollegin Prisca die Urlaube in den Ferien aufteilen kann. „Die anderen Kolleg*innen haben keine Kinder und planen erst, wenn Prisca und ich die Urlaubsplanung abgeschlossen haben.“ So können die beiden Mitarbeiter*innen problemlos ihre Urlaube in die Schulferien legen. Ein entscheidender Faktor, um Kinder und Beruf dauerhaft unter einen Hut zu bekommen.

Die Arbeitszeiten wachsen mit dem Alter des Kindes

Prisca hat ihre Arbeitstage seit der Geburt ihres Sohnes vor zwölf Jahren angepasst. Auch sie hat nach der Schule ihre dreijährige Ausbildung gemacht und we-

nig später im Salon der Ralph Schwalbach Friseure zu arbeiten angefangen. „Als mein Sohn ein Jahr alt war, bin ich zwei Tage pro Woche wieder arbeiten gegangen. Ich mache meine Arbeit einfach gern. Inzwischen arbeite ich wieder an vier Tagen in der Woche. Freitags und samstags ist mein Sohn bei seinem Vater. Das hält mir den Rücken frei, denn dadurch kann ich dienstags und mitt-

wochs von 10 bis 16 Uhr, am Freitag von 10 bis 19.30 Uhr und sogar am Samstag von 9.30 bis 16 Uhr im Salon sein“, erzählt Prisca und ergänzt: „Gut ist, dass ich nicht so früh anfangen zu arbeiten. So kann ich meinen Sohn auch einmal zur Schule fahren oder vorher noch etwas erledigen. Eine Herausforderung ist es jedoch, wenn schulische Veranstaltungen am Samstag stattfinden, zum Beispiel die Tage der offenen Tür, um sich für eine Schule zu entscheiden.“

Ihre Eltern unterstützen sie gern, denn Prisca könnte im Salon nicht einfach alles liegen lassen, wenn ein Anruf aus der Schule käme. In der Kindergartenzeit und während der Grundschule konnte sie ihren

Sohn auch mal den Großeltern anvertrauen, wenn der Junge krank war. Lachend erzählt sie zudem, dass er sich arbeitsfreundlich nur einmal verletzt hat, und das an ihrem freien Donnerstag. „Mit einem Zwölfjährigen ist die Organisation von Beruf und Familie natürlich einfacher.“ Homeoffice gibt es in diesem Beruf eben nicht.

Wichtig ist für Prisca außerdem, dass ihr Arbeitsweg nicht lang ist. „15 Minuten für jeden Weg, das ist gut machbar.“ Dank des kurzen Weges kann auch ihr Sohn ab und zu mal im Salon vorbeischaun und sich bei Veranstaltungen wie „Schmuckstücke im Salon“ am Waffeleisen als Bäcker betätigen. Ein kulinarisches Hobby, das er von seiner Mutter geerbt hat.

Die Kund*innen der Ralph Schwalbach Friseure reagieren durchweg positiv, wenn ihnen die Kinder von Tamara und Prisca im Salon begegnen. Das ist ein Zeichen dafür, dass unsere Viertel familienfreundlich sind. Kein Wunder, dass Tamara und Prisca ihren Beruf noch immer liebend gern ausüben und seit Jahrzehnten ihrem Arbeitgeber und ihren Kund*innen treu geblieben sind. ■ hmf



Herzlich willkommen bei uns in Hürth!

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



brune küchen

brune küchen gmbh

Luxemburger Straße 118

50354 Hürth

(0 22 33) 96 8 96 00

info@brune-kuechen.de

www.brune-kuechen.de



Erfolgreiche Unternehmer*innen aus dem Veedel

Die Stukas – kreative Gastro-Visionäre im Wandel der Zeit

Das Interview für die INsülz & klettenberg
führte Anika Pöhner.

Sülz und Klettenberg ist seit 30 Jahren die private und berufliche Homebase der Gastro-Familie Stuka-Lutmann. Genauso wie **Raimund Stuka** und **Nicole Lutmann** in den 1990er-Jahren mit viel Power, Kreativität und Modernität das ABS als eine erfolgreiche Restaurant-Bar-Club Kombination etabliert haben, scheint sich nun die Geschichte zu wiederholen. Seit der Eröffnung vom Deli Sülz auf der Berrenrather Straße startet Sohn **Dylan Stuka** mit dem gleichen Enthusiasmus durch wie einst seine Eltern.



Raimund, 1991 haben Sie gemeinsam mit Ihrer Frau Nicole das ABS auf dem Gottesweg übernommen und 30 Jahre lang erfolgreich geführt. Bitte gewähren Sie uns einen kleinen Einblick in Ihre Anfangsjahre.

Raimund: Das ABS war Anfang der 1990er einer der ersten Szeneläden im Veedel. Er sollte modern sein, und wir legten bereits damals sehr viel Wert auf das Styling. Teilweise haben Künstler*innen die Gestal-

tung der Räumlichkeiten nach unseren Grundideen umgesetzt. Nicole hat den Laden mit ihren drei Freundinnen geschmissen, und ich habe dazu mit Kassetten und Kassettenrekorder die Musik aufgelegt. Das war richtig toll! Zu Beginn waren wir grungy und haben Bands wie Nirvana gespielt. In den 2000ern wurden wir mit Elektromusik etwas cooler und sind dann später mit Karneval durchgestartet.

Dylan, 1995 sind Sie geboren. Welche Bilder, Erlebnisse und Emotionen verbinden Sie mit dem ABS Ihrer Kindheit?

Dylan: Ich erinnere mich noch gut daran, wie ich mit meinem Freund die leeren Thekenportemonnaies nach restlichen Pfennigen durchsucht habe. Sobald wir ein paar Mark zusammenhatten, haben wir uns von dem Geld riesige Tüten Süßes gekauft.

Raimund: Unsere Söhne waren immer dabei. Eine Erinnerung von mir ist, dass sie als Kinder die kleinen leeren Pittermännchen nach draußen rollen und aufstellen durften.

Dylan, wann haben Sie Ihre ersten gastronomischen Erfahrungen gesammelt?

Dylan: Als Jugendlicher habe ich im Catering vom ABS gejobbt und am Wochenende oft die Thekensichten übernommen.

Entwickelte sich bei Ihnen zu dieser Zeit auch die Idee, genau wie Ihre Eltern in der Gastronomie durchzustarten?

Dylan: Nein. Ich habe 2015 angefangen, VWL zu studieren, und mich insbesondere für Marketing interessiert. Dass es für mich letztendlich in die Gastro ging, hat sich mehr aus der Situation ergeben, und dabei war Corona sicher ausschlaggebend.

Zu Beginn der Pandemie hatte ich zwischen meinem Bachelor und meinem Master Zeit und wollte diese nutzen, um meine Eltern in dieser schwierigen Situation im ABS proaktiv zu unterstützen. Man durfte ja nicht mehr „inhouse“ verkaufen. Und da habe ich gemeinsam mit dem damaligen Betriebsleiter Niko die Tische nach vorn geholt und von dort „to go“ verkauft. Das Ganze haben wir „Veedelküche“ genannt.

Raimund: Das war super. Das haben die beiden sich komplett allein ausgedacht und auf eine sehr schöne Art und Weise umgesetzt.

Dann haben Sie gemeinsam 2020 das Deli Sülz auf der Berrenrather Straße eröffnet.

Dylan: Ja, mein Vater ist ein Visionär und dachte sich: Die Ecke ist super! Aber so ein ganz neues Projekt wollten meine Eltern auch nicht mehr umsetzen. Ich war da ja noch im Studium, aber dachte mir gleichzeitig: Komm, das machen wir, da bin ich dabei!

Raimund, Sie haben das Konzept vom Ganztags-Deli im New Yorker Gastro-Style entwickelt und Dylan hat es als Geschäftsführer zusammen mit Andreas Bartosinski, Jan Hülsen und Charlotte Fischer umgesetzt. Kann man ab diesem Zeitpunkt von einem Generationenwechsel in der Gastro-Familie Stuka-Lutmann sprechen?

Raimund: Ja, auf jeden Fall! Ich hatte mir eigentlich über dem Deli noch ein Büro eingerichtet. Aber dann kamen die vier mit ihrer eigenen Energie und ihrer eigenen Wucht. Mit Spirit, Einsatz und Schwung hat uns der Dylan mit seiner „Gang“ komplett überzeugt.

*Dylan, wer sind denn die drei Geschäftsführer*innen, die Ihr Vater mit einem Augenzwinkern als „Dylans Gang“ bezeichnet?*

Dylan: Charlotte Fischer hat viel Gastroerfahrung und sich damals beim Deli für die Betriebsleitung beworben. Sie ist gastronomisch sehr gut, kann sehr gut den Service, kann super organisieren und schreibt auch die Dienstpläne.

Jan Hülsen hat bei meinen Eltern eine Ausbildung gemacht und dort neun Jahre gearbeitet. Er macht unsere komplette Buchhaltung und hat eine hohe Expertise bei der Planung und dem Aufbau von Großevents.

Andreas Bartosinski kenne ich seit der Schulzeit. Er hat zwölf Jahre beim 1. FC Köln in der Jugend gespielt und Ingenieurwesen studiert. Er hatte von uns allen die wenigste Gastroerfahrung, sich aber in kürzester Zeit in alles reingefuchst. Er ist ein Arbeitstier und sehr diszipliniert, was auch von seiner fußballerischen Karriere kommt.

Unsere Kompetenzen im Team sind sehr unterschiedlich und ergänzen sich dementsprechend gut. Charlotte und ich sind eher die Kreativköpfe und Andreas und Jan die strukturierten.



Fotos: Atkins





Fotos: Atkins

„Es ist nicht wichtig, was du machst, sondern mit wem du es machst!“

Dylan Stuka

(Andreas Bartosinski, der während unseres Interviews im Deli an einem Nachbartisch am Laptop arbeitet, gesellt sich zu uns. Anm. d. Red.)

Andreas: Dylan kann sich natürlich nicht selbst beschreiben, deswegen würde ich das gern für ihn übernehmen.

Dylan kann sich gut für Dinge begeistern. Er ist ein super Networker, ein sehr guter Verkäufer, spürt immer wieder neue Trends auf und ist einfach ein sehr sympathischer Mensch.

Er ist ein Visionär, ein kreativer Kopf. Manchmal kommt Dylan mit Ideen um die Ecke, wo du denkst: Wie um alles in der Welt kommst du darauf? Und dann gelangen wir an den Punkt, über Dinge nachzudenken, die es bisher noch gar nicht gibt! Das ist ein besonderes Talent von Dylan, und ich glaube, das hat er von seinem Vater.

*Vier Geschäftsführer*innen, das ist sicher manchmal auch herausfordernd?!*

Dylan: Das Kollektiv aus vier Leuten und vier Entscheider*innen ist etwas Besonderes. Es ist kompliziert, so etwas zum Funktionieren zu bringen, aber ich wäre nie an dem Punkt, an dem ich jetzt bin, wenn wir das nicht zusammen gemacht hätten. Wir teilen die Erfolge, aber auch die Last und haben schon oft gesagt: Es ist nicht wichtig, was du machst, sondern mit wem du es machst!

Andreas: Wir sind vier Personen, die Entscheidungen treffen. Dabei ist es wichtig, dass man auch immer eine hohe Sympathie für die Meinung des jeweiligen Gegenübers hat. Wir diskutieren und entscheiden uns letztendlich für das sinnvollste Ergebnis. Wichtig ist auch, dass wir alle in der Lage sind, die Aufgaben der anderen drei Geschäftsführer*innen zu einem gewissen Teil mitzugestalten.

Das Deli Süß ist inzwischen so viel mehr als nur ein Ganztags-Deli. Ich denke da an den im Laden integrierten Shop, an das Catering oder die externe Produktionsküche. Und gerade im letzten Jahr haben Sie als Team viele besondere Ideen und Projekte umgesetzt. Nennen Sie uns doch mal ein paar Beispiele.

Dylan: Wir haben letzten Oktober das ehemalige ABS hochwertig renoviert und darin das Stukmans eröffnet. Es ist wie damals eine Kombination aus Food, Bar und Club. Das ehemalige ABS erschien uns allerdings inzwischen etwas altmodisch und jetzt ist es als Stukmans ein Laden, der bei unserer alten ABS-Kundschaft gut ankommt, aber auch einem jüngeren Publikum gefällt.

Im Dezember konnten wir einen Veedelsweihnachtsmarkt organisieren, den es in Süß und Klettenberg seit 30 Jahren nicht mehr gegeben hat.

Ein anderes Beispiel ist unser Pop-up-Monday. Wir hatten die Idee, jeden Montag im Deli einen Flohmarkt zu gestalten und parallel im Außenbereich Aperol anzubieten. Das hat sich dann so hochgeschaukelt, dass wir montags regelmäßig 800 Gläser Aperol verkauft haben!

Und von den 800 Aperol am Tag war es dann scheinbar auch nicht mehr weit bis zur eigenen Aperol Spritzeria.

Dylan: Das stimmt. Ich bin mit Campari in Kontakt gekommen, weil ich eigentlich nur Merchandising für unseren Pop-up-Monday haben wollte, und dann wurde einiges mehr daraus. Wir haben den kleinen Laden neben dem Stukmans, der eigentlich als Bistro gedacht war, in eine Spritzeria verwandelt. Eine Aperol Spritzeria gibt es ansonsten nur noch einmal in Deutschland, und wir freuen uns sehr über das Vertrauen von Campari.

Wenn man sich überlegt, wie viele Projekte Sie inzwischen rund um das Deli verwirklicht haben, wirken diese Räumlichkeiten, in denen wir gerade sitzen, fast wie eine Art Zentrale, von der aus alles gemanagt wird.

Andreas: Ja, genau. Das Deli ist im Prinzip unser Flaggschiff, unser Headquarter. Hier ist am meisten Leben drin und den ganzen Tag geöffnet. Es ist manchmal wie eine Sitcom. Viele Mitarbeiter*innen kommen im Laufe des Tages rein, alle verstehen sich, es ist eine gute Stimmung.

*Auch wenn viele Sülzer- und Klettenberger*innen mit dem ehemaligen ABS eher nostalgische Gefühle verbinden, war es in den 1990er-Jahren ein sehr moderner gastronomischer Betrieb. Das Deli Sülz bringt aktuell einen frischen New Yorker Gastrovibe in unser Veedel. Und auch die alten Räumlichkeiten des ABS wurden wie bereits erwähnt im letzten Jahr vor der Eröffnung des Stukmans hochwertig renoviert. Man könnte fast meinen, dass sich die Geschichte von damals nun mit dem jungen Stuka wiederholt.*

Raimund: Absolut! Dylan geht heute mit genauso einem Entdeckergeist an die Sache, wie ich es damals getan habe. Das ist exakt das selbe wie vor 30 Jahren, mit viel Schwung und Lust auf Neues!

Dylan, was ist das Spannende an moderner Gastronomie?

Dylan: Moderne Gastronomie ist sehr breit gefächert und hat eine große Spannweite. Kreativität spielt eine sehr große Rolle. Moderne Gastronomie bedeutet für mich: Kommunikation, Kreativität, Modernität und das Bewusstsein, dass man mit Menschen arbeitet und einen sozialen Raum darstellt. Gute Gastronom*innen sind meiner Meinung nach nette, kreative Leute, die gut organisiert sind!

Welche Pläne haben Sie für das Jahr 2024?

Dylan: Durch unsere enge Zusammenarbeit mit Campari ist es dazu gekommen, dass wir inzwischen einen eigenen Aperol-Truck mit mobiler Bar verwalten. Mit dem werden wir dieses Jahr auf Festivals fahren. Das ist ein Pilotprojekt, und Campari gibt uns da gerade sehr viel Vertrauen.

Ansonsten haben wir im letzten Jahr zwei Schritte vor gemacht und machen jetzt erst einmal einen Schritt zurück. Denn es ist uns wichtig, nun dafür zu sorgen, dass unsere Projekte vom letzten Jahr gut funktionieren.

Raimund: Ich muss mich nicht am Schreibtisch verwirklichen, wenn ich da nicht gebraucht werde, und meine Frau Nicole will dieses Jahr im März komplett aufhören. Wir sehen, dass die Rollen ausgefüllt werden, und es ist eine wunderbare Sache, wenn man sieht, dass es weitergeht!

Wir bedanken uns für das Interview! ■

DELI SÜLZ
 deli-suelz.de
 stukmans.de
 spritzeria-koeln.de




**EINKAUFEN
WO MAN ZUHAUSE IST!**

**MEHR AUSWAHL!
MEHR FRISCHE!
MEHR BIO!
MEHR REGIONALITÄT!
MEHR VEGETARISCHE
UND VEGANE PRODUKTE!**

REWE richrath
AUS DEINER REGION

MEHR WÄHLKRAFT
alles BIO

Scans & Go

Rewe Richrath Supermärkte
Rhöndorfer Straße 19
50939 Köln-Klettenberg
Öffnungszeiten: Mo – Sa von 7⁰⁰ – 22⁰⁰ Uhr

Ein Denkmal für eine jecke Legende in Sülz

Die Hans Süper Gesellschaft will es noch in diesem Jahr auf der Berrenrather Straße aufstellen.

Bei unzähligen Fernsehauftritten war **Hans Süper** vor allem in der Karnevalszeit bundesweit bekannt geworden. Süper war ab 1974 zunächst mit Hans Zimmermann als „Colonia Duett“ und ab 1991 mit Werner Keppel als „Süper Duett“ bekannt geworden. Sein Markenzeichen war die Mandoline, die sogenannte Flitsch. Die meiste Zeit seines Lebens wohnte Hans Süper in Sülz, zuletzt auf der Berrenrather Straße. Viele Bürger*innen kannten ihn aus dem Café oder dem Supermarkt, wo er häufig unterwegs war und für jeden einen flotten Spruch parat hatte.



Anton Fuchs, Heike Haupt und Rüdiger Brühl vor der Ecke, auf der die Bronzeskulptur von Hans Süper stehen wird.

Als er 2022 mit 86 Jahren starb, haben sich einige seiner langjährigen Freund*innen Gedanken gemacht, wie man in Sülz und der ganzen Stadt dauerhaft die Erinnerung an ihn und sein Werk wachhalten könnte. Deshalb gründete sich im März 2023 die Hans Süper Gesellschaft e. V. die mit mittlerweile 80 Mitgliedern und ihrem Präsidenten **Rüdiger Brühl** das Ziel hat, ein Denkmal für das kölsche Original in Sülz zu errichten.

Denkmal von Heike Haupt und Anton Fuchs

In seiner charakteristischen Optik, Schnauzbart, lange graue Haare, Brille und Hut sowie mit seiner Flitsch, soll eine Porträtskulptur von Hans Süper in Zukunft von einer Ecke des Grundstücks vor den Häusern auf der Berrenrather Straße 313/315 auf das Treiben in Sülz blicken. Das etwa 1,90 Meter hohe Denkmal (Bronzeskulptur mit Sockel) kann voraussichtlich noch in diesem Jahr aufgestellt werden, denn die Vorbereitungen dazu haben schon enorme Fortschritte gemacht. Das Kölner Künstlerpaar Heike Haupt und Anton Fuchs, das mit Hans Süper befreundet war, hat bereits einen Entwurf präsentiert, der auf große Zustimmung des Vereins stieß. Zurzeit laufen die Planungen für die Umsetzung.

Auch die Eigentümergemeinschaft der beiden Häuser hat der Aufstellung zugestimmt.

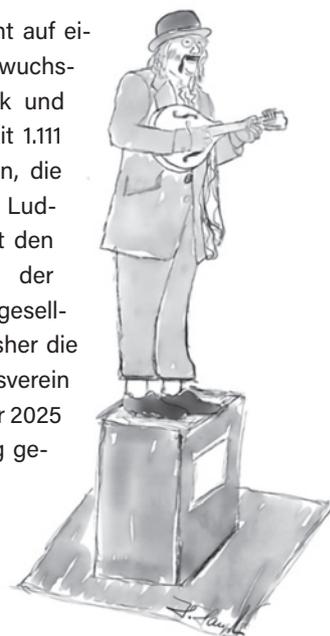
Spenden werden noch gebraucht

Etwa 30.000 Euro muss der Verein für das Material, die Herstellung und das Aufstellen des Denkmals aufbringen. Die beiden Künstler*innen verzichten auf ein Honorar. 111 Sockelsteine sind bereits für jeweils 111 Euro von vielen Privatleuten, aber auch von Sülzer und Klettenberger Geschäftsinhaber*innen gekauft worden, um die Finanzierung zu unterstützen. Nun stehen 111 durchnummerierte und handsignierte Kunstdrucke eines Porträts von Hans Süper, das Heike Haupt gemalt hat, für jeweils 111 Euro zum Verkauf, um die Gesamtkosten des Denkmals zu stemmen. Weitere Spenden werden gebraucht, doch Rüdiger Brühl ist optimistisch, denn „die Sockelsteine waren innerhalb von drei Monaten verkauft“.

Hans-Süper-Preis wird jährlich vergeben

Außerdem vergibt der Verein jährlich im Advent auf einer Matinee einen Hans-Süper-Preis an Nachwuchskünstler*innen, die im Geist von Süper Musik und Sprache auf Kölsch verbinden. Der Preis ist mit 1.111 Euro dotiert und wird von einer Jury vergeben, die unter anderen mit Kai Engel, J. P. Weber und Ludwig Sebus prominent besetzt ist. Zudem winkt den Preisträger*innen die Möglichkeit, gleich in der nächsten Session bei namhaften Karnevalsgesellschaften aufzutreten. Zugesagt haben dafür bisher die Sölzer Famillich, Kölle blieb Kölle, der Karnevalsverein Alt-Severin und die Pfarrsitzung St. Nikolaus. Für 2025 ist dann die Teilnahme am Sülzer Dienstagzug geplant „mit Festwagen“, so Rüdiger Brühl.

Wer Mitglied in der Hans Süper Gesellschaft e. V. werden oder sich mit einer Spende am Hans-Süper-Denkmal beteiligen möchte, findet alle Informationen im Internet. ■ dm



Denkmalentwurf von Heike Haupt

NEW OUTDOOR COLLECTION [living]

living_wohndesign
www.living-wohndesign.de

HECHTER
PARIS

ming brill

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

DIE NEUE
KOLLEKTION
IST DA!

SKINY

DIE LAUFMASCHEN
Wäsche und Strümpfe

Instagram Facebook

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

PRAXIS³
— SCHICK & DURDU —
PRIVATPRAXISGEMEINSCHAFT

Osteopathie · Physiotherapie · Training

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

Garten Praxis für Gestalttherapie
und Psychotherapie (HPG)

Ursula Schilling
Gestalttherapeutin · Heilpraktikerin Psychotherapie (HPG)

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

Perlhund

Gottesweg 171 50939 Köln

**FAIR
GRÜN
NACHHALTIG**

Slow Fashion
von Größe 34 - 46

Instagram Facebook

Digitale Vernetzung im Veedel

Wie unsere Anzeigenkund*innen Social Media meistern

In der digitalen Welt von heute ist es wichtiger denn je, präsent und sichtbar zu sein. Social Media spielt dabei eine entscheidende Rolle, besonders für lokale Unternehmen in Sülz und Klettenberg. Hier zeigen wir Ihnen, wie einige unserer Anzeigenkund*innen erfolgreich Social Media nutzen, um ihre Reichweite zu vergrößern, mit Kund*innen in Kontakt zu treten und ihre einzigartigen Geschichten zu erzählen.

KTRN.
KATRIN SCHÄFER GOLDSCHMIEDEMEISTERIN

*Frisch, froch & farbenfroh.
Unikat-schmuck aus Meisterhand*

Goldschmiedemeisterin
Katrin Schäfer
Weyertal 40
50937 Köln-Sülz
T- 0221 46009013
F- 0221 46009014

Öffnungszeiten:
Termine gerne nach Vereinbarung.
Di-Fr. 11-13.45 Uhr & 15.15-19.00 Uhr
Sam. 11.30-16.00 Uhr
www.ktrn.de • fb • insta: kathed13580

Rheingold Immobilien: Mehr als nur vier Wände

Unser lokaler Immobilienmakler nutzt Social Media, um nicht nur Objekte zu präsentieren, sondern auch, um die Geschichten hinter den Häusern zu erzählen. Mit ansprechenden Bildern und Hintergrundinfos zu den Stadtvierteln vermittelt der Makler ein Gefühl von Zuhause, bevor der erste Raum überhaupt besichtigt wurde. Und auch Tipps zur Garten- und Balkonpflege unterstreichen den Wunsch nach einem eigenen Heim. ■

rheingoldimmobilien.de
[#Rheingoldimmobilien](#)
[#rheingoldimmobilien](#)

rheingoldimmobilien | 170 Beiträge | 527 Follower | 188 Gefällt

Rheingold Immobilien GmbH
 Köln-Sülz
 🏠👉 Weyertal - Immobilienmakler mit Herz
 📍👉 Spezialisten für Immobilienbewertung
 📞👉 Home is where the love is
 🌐👉 www.rheingoldimmobilien.de

Kontakt | Zu Versuchen | Immobilien... | Köln-Tipps | Schenken... | Lokales | Presse

BEITRÄGE | REELS | MARKETS

Haben Sie sich bereits mit dem Thema der Vorerbe beschäftigt?
 Es ist mir so froh, an einer Umfrage zu teilnehmen!
 Immobilien ABC
 ERBBAURECHT
 Rheingold Markt Report
 Zwei Einheiten unter einem Dach
 Kabinenbewertung

Rheingold Immobilien GmbH
8. Januar um 17:00

Das Erbaurecht – Was hat es mit diesem Recht auf sich und wofür kann es gut sein? Falls Sie weitere Fragen zu dem Thema haben, können Sie diese gerne in die Kommentare schreiben oder sich bei mir melden. 📞

[#rheingoldimmobilien](#) [#köl](#) [#immobilie](#) [#haus](#) [#hauskauf](#) [#immobilienverkauf](#)
[#immobilienmakler](#) [#immobilienvermarktung](#) [#immobilienmarkt](#) [#immobilienbewertung](#) [#realestate](#) [#realestateagent](#)

IMMOBILIEN ABC
ERBBAURECHT
 Was bedeutet Erbaurecht?
 Als Erbaurecht wird das „unveräußerliche und vererbliche Recht vorzuziehen, auf einem fremden Grundstück ein Bauwerk zu errichten“ (§ 1 ErbbauVO).
 In der Erbaurechtsverordnung werden die Details geregelt.

Du und 2 weitere Personen
 Gefällt mir | Kommentieren | Teilen

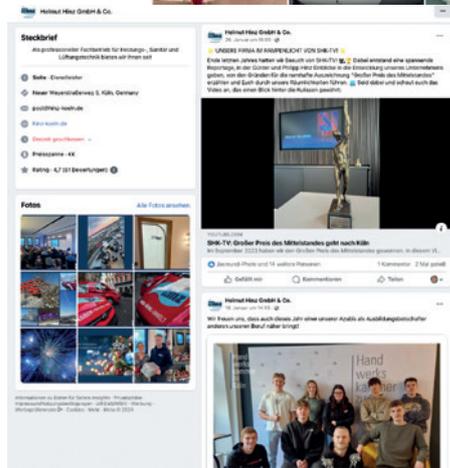
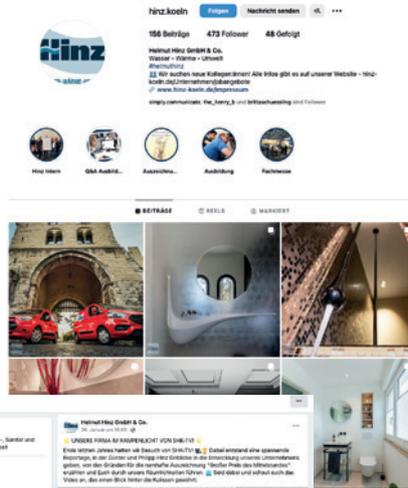
Besucht uns in der Berrenrather Straße 361 – 50937 Köln oder in unserem Onlineshop www.moebel-compagnie.com

JOSEF – Ein schöner kleiner Tisch, den es auch in groß gibt.

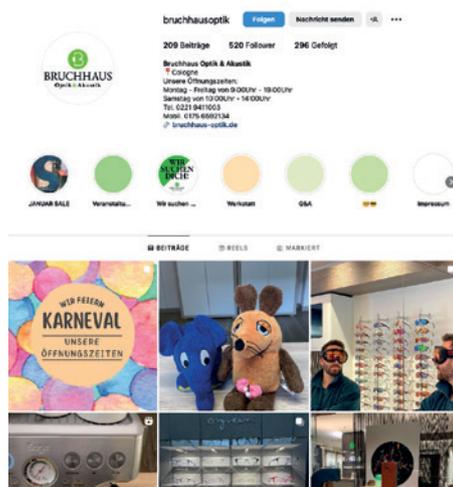
MOEBEL COMPAGNIE

Helmut Hinz GmbH & Co. Bäderträume in Bildern

Ein hochwertiges Bad ist wie ein persönliches Spa – und genau das bringt die Firma Hinz auf ihren Social-Media-Seiten zur Geltung. Mit Boards voller inspirierender Badgestaltungen und innovativer Sanitärtechnik träumt hier jede*r von der neuen Wellness-oase. Kundenbewertungen, Vorher-nachher-Bilder und zeitnahe Antworten auf Kommentare und Fragen machen die Seite zu einem interaktiven Erlebnis. Und auch Jobangebote sind hier regelmäßig zu finden.



Bruchhaus Optik & Akustik: Klarer Blick und gutes Ohr



Kommunikation ist der Schlüssel – das weiß niemand besser als die Mitarbeiter*innen bei Bruchhaus Optik & Akustik. Auf Facebook teilen sie wertvolle Einblicke in die Welt der Seh- und Hörhilfen, veranstalten Q&A-Sessions und zeigen, wie die richtige Brille oder das passende Hörgerät das Leben verändern kann. Hier wird Service großgeschrieben, und das digitale Kundenerlebnis ist nur ein Klick entfernt.

Am 8. Juni 2024 feiert Bruchhaus Optik & Akustik mit Snacks und Getränken das **25-jährige Firmenjubiläum**. Den Termin sollte man sich ab 10:00 Uhr bis Ende offen auf jeden Fall schon vormerken.



**Wir freuen
uns auf dich!**

Team Littau's

Blankenheimer Str. 46
50937 Köln

Telefon +49 221 413703
Mobil +49 1512 8104539
@ littaus_hair_and_care

Jetzt auch in Brühl
Janshof 2 · 50321 Brühl
Telefon +49 2232148384

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

**Wir feiern unser
1-jähriges!**

Feiert mit uns und erhaltet zu jedem Termin in unserem Geburtstagsmonat März 2024 eine Überraschung.

Kleiner Laden mit Schaufenster zur Welt Die Laufmasche im Internet

Wer sind eigentlich die Stammkund*innen des Fachgeschäfts für Wäsche und Strümpfe auf der Luxemburger Straße? In erster Linie natürlich die Bewohner*innen unseres Doppelveedels. Aber auch eine italienische Dame aus Südtirol zählt inzwischen zur Stammkundschaft der Laufmasche.

DIE LAUFMASCHE

dielaufmasche.de
#DieLaufmascheKoelnSuelz
#dielaufmaschekoeln



Und das aus gutem Grund. Denn **Meike Töller**, die gemeinsam mit ihrer Mutter **Rosemarie Becker**

und ihrer Schwester **Hanna Becker** die Laufmasche betreibt, steckt viel Zeit und Engagement in die Präsentation in den sozialen Medien. Fast jeder Morgen

beginnt mit dem Generieren von neuem Content. Meist sind es fünf bis zehn Fotos, aber auch Videos, die Meike Töller dann auf dem Instagram-Kanal des Ladens hochlädt. Zeitgleich stellt sie für all jene, die Social Media nicht nutzen, die Inhalte in den WhatsApp-Status des Fachgeschäftes. „Für uns ist das Internet wie ein erweitertes Schaufenster. Wir können täglich unterschiedliche Ware zeigen und auf Angebote, Neuware oder veränderte Öffnungszeiten hinweisen“, erklärt Meike Töller.

Dass man dieses Schaufenster in Sülz, Klettenberg, ganz Köln und sogar in Italien betrachtet, zeigt sich daran, dass die Laufmasche inzwischen über Kölner Grenzen hinaus bis nach Italien neue Stammkund*innen dazugewinnen konnte. Viel wichtiger als die Anzahl der Abonnent*innen ist es den drei Inhaberinnen aber, dass sich ihre Kund*innen aus nah und fern zu jeder Zeit gut informiert fühlen. ■



Foto: Nonnenmacher

Onlinekomfort mit Reichweite der digitale Showroom von Perlhund

Was während der Coronapandemie eine Notwendigkeit war, kann von den Sülz-Klettenberger*innen heute als Komfort betrachtet werden: Zu Hause gemütlich auf dem Sofa sitzen und ganz bequem über die Homepage oder bei Instagram im digitalen Showroom von **Perlhund** nachschauen, was es Neues in der Fair-Fashion-Boutique auf dem Gottesweg zu entdecken gibt.



Foto: Atkins

Mit dem Wissen, dass im Laden von Bernadette Schwing ein charmanter Rock darauf wartet, von mir anprobiert zu werden, fällt es leichter, sich noch einmal vom Sofa zu bequemen und einen Bummel durch das Veedel Richtung Perlhund zu starten.

In Form von detailverliebten Videos und Fotos präsentiert die Boutiqueinhaberin **Bernadette Schwing** in ihrem Online-Showroom sorgfältig ausgewählte Mode von grünen, nachhaltigen und fairen Labels. Aber es profitieren nicht nur Kölner Kund*innen von dieser Internetpräsenz. Perlhund erreicht damit Slow-Fashion-Fans aus dem gesamten Bundesgebiet. Denn wer nicht persönlich in Sülz vorbeischauen kann, hat die Möglichkeit, ganz einfach über den Online-shop bei Perlhund einzukaufen.

Zunächst Facebook, dann Instagram und infolge des Lockdowns eine neue Internetpräsenz mit eigenem Onlineshop: Auch wenn Bernadette Schwing sich darüber freut, durch das World Wide Web eine größere Reichweite aufgebaut zu haben, setzt sie weiterhin auf ihre lokale Kundschaft. Und die profitiert gleich doppelt durch Onlinekomfort plus den Laden gleich um die Ecke. ■

PERLHUND

perlhund.de
#perlhund.de
#perlhund



DIY-Tipp für den Frühling

Osterpräsente im Anzuchttöpfchen

Wer sagt, dass sich nur Kinder an Ostern über Überraschungen freuen dürfen? Bei einem kleinen Osterpräsent, platziert in einem aufgehübschten Anzuchttöpfchen, geht auch so manchem Erwachsenen das Herz auf! Wir zeigen in zwei Varianten, wie einfach es geht:



Fotos: Pöhner

Material:

- Bleistift
- Anzuchttöpfchen aus Papier
- Schere
- Kleber
- Schmuckpapier mit floralem Muster
- kleine Bastel- oder Nagelschere
- Filzstift
- dünnes Satinband

Material:

- Schwämmchen
- weiße Acrylfarbe
- Anzuchttöpfchen aus Papier
- Stempel mit Ostermotiven
- schwarzes Stempelkissen
- Paketschnur

SO GEHT'S

SCHMUCKPAPIER-VARIANTE

- 01** Zunächst wird mit einem Bleistift mittig ein Hühneri auf das Anzuchttöpfchen gezeichnet.
- 02** Im nächsten Schritt kann das Innere der Eiform ausgeschnitten und entsorgt werden.
- 03** Das offene Fenster hinterkleben wir nun mit einem Stück Schmuckpapier. Dieses sollte so ausgeschnitten werden, dass es leicht über den Rand des Sichtfensters hinausragt. Der überstehende Rand kann dann mit Kleber versehen und von innen in das Anzuchttöpfchen geklebt werden.
- 04** Anschließend verschönern wir unser entstandenes Ostereier-Fenster mit einem Punkt-Strich-Muster.
- 05** Als Letztes fehlt nur noch ein Satinband, das seitlich mit einer Schleife verknötet wird.



Tipp: Wer die Anzuchttöpfchen mit Ostereiern oder einer leckeren Süßigkeit bestückt, hat ein prima Ostergeschenk für liebe Menschen!

SO GEHT'S

STEMPEL-VARIANTE

- 01** Als Erstes betupfen wir mit einem Schwämmchen und weißer Acrylfarbe das Anzuchttöpfchen so, dass oben und unten ein unregelmäßiger Rand bestehen bleibt.
- 02** Nachdem die Farbe getrocknet ist, kann der weiße Mittelstreifen rundherum mit Ostermotiven bestempelt werden.
- 03** Mit einer Paketschnur-Schleife wird zu guter Letzt der obere Rand des Anzuchttöpfchens verschönert.





Fotos: Wardenbach



Raubkatze schleicht durch Südpark Ein Stück Kolonialgeschichte in Köln entdecken

In Marienburg dürfte es wohl bekannt sein, dass dort im Südpark eine Raubkatze umherschleicht. Der Südpark, von 1898 bis 1901 angelegt, ist eine der kleinsten Kölner Parkanlagen und durchaus einen Ausflug wert. Die hier zu entdeckende lebensgroße Bronzeplastik eines Panthers wurde in den frühen 1920er-Jahren vom Bildhauer Fritz Behn angefertigt und von der Stadt Köln erworben.

In Köln stehen noch zwei weitere Plastiken von Fritz Behn: die „Diana mit springender Antilope“ am Sachsenring und das „Mädchen mit Panther“ im Kölner Zoo. Sie alle stellen jeweils ein Stück Kolonialgeschichte in Köln dar. Der Panther im Südpark soll eine Tafel erhalten, die über Fritz Behn informiert, so hat es die Bezirksvertretung Rodenkirchen entschieden. Mit gutem Grund, denn Behn war nicht nur in der Kolonialbewegung aktiv, sondern auch im Nationalsozialismus verstrickt. Die Infotafel soll voraussichtlich im Frühjahr 2024 aufgestellt werden. Sie wurde vom Autor dieses Gastbeitrages konzipiert und erstellt.

Über den Bildhauer Fritz Behn

Fritz Behn gehört zu den profiliertesten deutschen Tierbildhauern und Porträtisten des 20. Jahrhunderts und erlangte vor allem mit seinen afrikanischen Tierplastiken internationale Anerkennung. Von dem auf seinen Afrikareisen erlegten Großwild fertigte Behn Gipsabgüsse an, die die Grundlage für eine Vielzahl von Groß- und Kleinplastiken bildeten. So entstand auch

der Panther im Südpark. Einige seiner afrikanischen Tier-Mensch-Plastiken sind als ebenso rassistisch wie sexistisch einzuordnen.

Neben Tierplastiken schuf Behn Porträtbüsten, Grabmäler, Brunnenanlagen sowie Kriegerdenkmäler und war auch als Autor tätig. Fritz Behn wurde 1878 in Klein Grabow, Mecklenburg-Vorpommern, geboren und verstarb 1970 in München. Nach dem Abitur studierte er an der Kunstakademie München, der heutigen Akademie der Bildenden Künste München, und arbeitete bis zu seinem Tod als freischaffender Bildhauer. Eines seiner bekanntesten Werke ist das zehn Meter hohe, in Klinker gemauerte Monument eines Elefanten im Bremer Nelson-Mandela-Park. Dieses 1932 eingeweihte Kolonial-Ehrenmal wurde 1990 anlässlich der Unabhängigkeit Namibias zum „Antikolonialdenkmal“ umgewidmet.

Kolonialismus und Nationalismus

In seinen Afrikabüchern äußerte Behn auch seine kolonialpolitischen Überzeugungen. Er bekannte sich darin

zu einem kruden Rassismus und rigiden Herrenstandpunkt gegenüber den afrikanischen Menschen. Fritz Behn, der schon lange vor 1933 aufseiten der extremen Rechten arbeitete, vertrat antidemokratische und national-völkische Positionen. Behn votierte noch im Monat von Adolf Hitlers Machtübernahme für die Wiedereinsetzung der bayerischen Monarchie.

In der Folgezeit ließ er eine gewisse Reserviertheit gegenüber dem NS-Regime erkennen, wohl auch deshalb, weil er keine großen Staatsaufträge bekam. Die geringe Anerkennung seitens der Nationalsozialisten kann auf sein dargestelltes Tier- und Menschenbild zurückzuführen sein, welches ganz und gar nicht der glorifizierenden und heroisierenden Vorstellung des Nationalsozialismus entsprach. Er versuchte die Kunstvorstellungen der Nationalsozialisten jedoch nicht durch eine stilistische Anpassung zu bedienen.

Nach 1945 schuf er zahlreiche Kunstwerke, darunter eine Büste von Theodor Heuss, von Maria Callas, sowie ein 1969 in Günsbach im Elsass eingeweihtes Denkmal für Albert Schweitzer.



Foto: Deutsches Kunstarchiv im Germanischen Nationalmuseum, Nürnberg, Nachlass Fritz Behn.

Assistenten bei der Anfertigung von Gipsabgüssen im Atelier von Fritz Behn, um 1910/1911

Eine kritische Selbstreflexion von Fritz Behn über seine rechtsextreme Haltung und sein künstlerisches Schaffen im Nationalsozialismus ist bis zu seinem Tod nicht bekannt. Er sah sich als Opfer der Zeitumstände.

Zurück zum Südpark ...

... und ins Hier und Jetzt. Obwohl rund um die kleine historische Parkanlage Straßen verlaufen, können Besucher die Ruhe genießen. Beim Spaziergang unter 100 Jahren alten Kiefern oder einem Besuch des Kinderspielplatzes werden sie sehr wahrscheinlich auch ganz gefahrlos der Raubkatze begegnen. Nahe dem heutigen Kinderspielplatz befand sich eine bis in die 1930er-Jahre bewirtschaftete Restauration, die die Stadt Köln nach Plänen des Kölner Architekten Johannes Baptist Kleefisch (1862–1932) erbauen ließ. Das „Südpark-Restaurant“ wurde nach Vorbild eines rheinischen Burghauses ausgeführt. Im Zweiten Weltkrieg wurde das Restaurant erheblich beschädigt. 1951 erfolgte der Abbruch der Gebäuderuine. Auch an dieser Position im Park wird es eine Infotafel geben. ■ tw



Foto: Postkarte, Fotograf unbekannt

Das Südpark-Restaurant um 1910



Kirion
Parkett
Bodenbeläge

**Seit 60 Jahren
Facherfahrung ...**

Heinrich Kirion GmbH
MEISTERBETRIEB
 Luxemburger Straße 348,
 50937 Köln
 Telefon (0221) 46 17 56
 Telefax (0221) 46 66 22
www.parkett-kirion.de

Parkett
 Stab-, Mosaik- und Fertigparkett
 Musterböden • Massivdielen

Bodenbeläge
 Teppich • PVC • Laminat
 Design-Bodenbeläge

**ERREICHBARKEIT
 AB SÜLZ UND KLETTENBERG**

Mit dem Fahrrad oder zu Fuß:
 Von Sülz oder Klettenberg aus beträgt die einfache Entfernung ungefähr fünf bis sieben Kilometer bis zum Südpark.

Öffentliche Verkehrsmittel:
 Buslinie 106, Endhaltestelle „Am Südpark“.

Ten Eikelder Bodenbeläge – Unverwechselbares Ambiente und besondere Akzente

Ein neuer Bodenbelag sollte mehr sein als ein kurzfristig aufkommender frischer Wind, der durch das Haus weht. Denn der Fußboden ist nicht nur das bestimmende, sondern auch das langlebige Element in einem Raum! Wie gut, dass wir mit **Ten Eikelder Bodenbelägen** ein Traditionsunternehmen in der Nähe haben, das sich exklusiven Bodenbelägen für höchste Ansprüche verschrieben hat.

TEN EIKELDER BODENBELÄGE

ten-eikelder-bodenbelaege.de
 #teneikelderbodenbelaegegmbh
 #teneikelderbodenbelaege



Ob hochwertiges Parkett, edler Teppichboden, innovatives Vinyl, praktisches Nadelvlies oder auch Sisal als robustes Naturprodukt für

Blick für die Details!“, unterstreicht der Inhaber und Geschäftsführer des Unternehmens, **Markus Glosch**. Das Team von Ten Eikelder Bodenbeläge nimmt sich stets Zeit für eine individuelle und detaillierte Beratung. Denn nur so eröffnen sich vielfältige Möglichkeiten, die letztendlich ganz besondere Akzente in einem Wohnraum erzeugen. Die Verlegung der Bodenbeläge erfolgt immer professionell und serviceorientiert. So entsteht mit Präzision und Liebe zum Detail die Grundlage für ein unverwechselbares Ambiente.

klassische Treppenläufer: Ten Eikelder Bodenbeläge sind die Spezialisten in Sachen Bodenbeläge, beraten mit Sachkenntnis, planen individuell und mit größter Sorgfalt.

„Unser Gespür für Raumwirkung vereint sich mit langer Erfahrung in Projekten zu einer Kompetenz, die sich ideal mit architektonischem Denken ergänzt. Denn auch das betrachten wir als Qualität. Vorgaben aufgreifen und sensibel umsetzen – stets mit dem

Tipp: In den Ausstellungsräumen im Severinsviertel warten zahlreiche optische und haptische Inspirationen darauf, entdeckt zu werden. Wer sich individuell und ausführlich beraten lassen möchte, kann ganz unkompliziert telefonisch einen Termin vereinbaren. ■



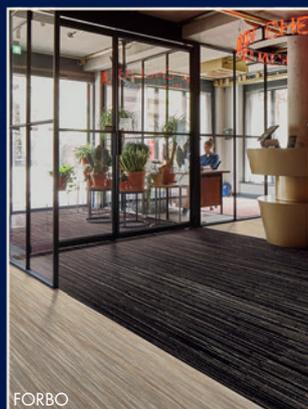
Foto: ege carpets



Foto: TEB



EGE



FORBO



TEB

INDIVIDUELLE BERATUNG UND PLANUNG IM DIALOG

Wir haben unseren Service erweitert und bieten Ihnen jeweils **samstags** unseren speziellen Beratungs- und Planungsservice für Sie ganz persönlich an.

Nutzen Sie unser Angebot und vereinbaren Sie Ihren Termin gerne vorab unter:

0221 - 23 45 66

Wir freuen uns auf Sie!

Parkett
 Treppenläufer
 Teppichboden
 Vinyl

DER BODEN MACHT DEN RAUM

**TEN EIKELDER
 BODENBELÄGE**

Frischer Anstrich fürs Veedel – „Die Maler“ bringen Farbe ins Spiel!

Wenn die Tage länger werden und die ersten warmen Sonnenstrahlen den Frühling ankündigen, ist es an der Zeit, unsere Umgebung aufzufrischen und zu verschönern. In Sülz-Klettenberg steht ein Team bereit, das genau diese Veränderung mit Leidenschaft und Fachkenntnis herbeiführt: „Die Maler“.



Foto: Die Maler

Mit dem Frühjahr beginnt für „Die Maler“ die Hochsaison. „Besonders Fassadenanstriche stehen jetzt wieder in unserem Fokus“, erzählt uns **Jürgen Miehl**ing,

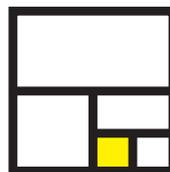
Inhaber des Meisterbetriebs. Sein Team versteht es meisterhaft, jedem Gebäude einen individuellen Charakter zu verleihen. Dabei geht es nicht nur um Ästhetik. Die Verwendung hochwertiger Materialien sorgt dafür, dass die Fassaden nicht nur schön, sondern auch langlebig und wetterfest sind.

Neben Fassaden widmen sich „Die Maler“ auch der Lackierung von Außengeländern. Egal, ob es sich um ein filigranes, historisches Gelände oder eine moderne Konstruktion handelt, die Fachleute von „Die Maler“ sorgen dafür, dass jedes Detail perfekt zur Geltung kommt und vor Witterungseinflüssen geschützt ist.

Wenn Sie also darüber nachdenken, Ihrem Zuhause oder Geschäft im Frühling einen neuen Anstrich zu verpassen, zögern Sie nicht, „Die Maler“ zu kontaktieren. Mit ihrer Erfahrung, ihrem Engagement und ihrer Liebe zum Detail sind sie die ideale Wahl, um Farbe in Ihr Leben zu bringen – sowohl außen als auch innen. ■

🌐 die-maler-koeln.de

Goldschmiede TINA THEVES



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

OPTIK
DORN

Brillen | Kontaktlinsen

Charles Stone
New York



Optik Dorn

Inh.: Bettina Grueter-Wirth
Sülzburgstr. 76 | 50937 Köln
Telefon 0221- 41 49 51
Mo.–Fr. 10–18 | Sa. 10–14 Uhr

„Die Maler“
J. Miehling · Meisterbetrieb

Jürgen Miehling
Inhaber

Tel. 0221 / 222 75 50

Fax 0221/ 276 27 06

Kaygasse 7 • 50676 Köln

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

Möbelspedition Hövel: Ihr Partner für stressfreie Umzüge

Umzüge können eine Herausforderung sein, aber mit **Willi Hövel Möbelspedition** aus Sülz ist der Wechsel Ihres Zuhauses oder Büros ein Kinderspiel. Mit jahrelanger Erfahrung bietet das Unternehmen maßgeschneiderte Lösungen für Nah- und Fernumzüge sowie Lagerungsmöglichkeiten, um Ihren Umzug so reibungslos wie möglich zu gestalten.

„Wir legen großen Wert auf eine individuelle Beratung und Planung Ihres Umzugs“, erklärt uns **Willi Hövel**, Inhaber des Unternehmens. „Um Ihnen ein präzises Angebot zu erstellen, können Sie eine detaillierte Inventarliste herunterladen, ausfüllen und zurücksenden, falls ein persönlicher Besuch nicht möglich ist.“ Dies hilft dem Hövel-Team, Ihre Bedürfnisse genau zu verstehen und den Umzug entsprechend Ihren Wünschen zu gestalten.

Alles im Griff mit professionellen Packmitteln

Um den Umzug zu vereinfachen, bietet Willi Hövel eine Vielzahl an Verpackungsmaterialien zum Verleih oder Verkauf an. Von Umzugs- und Bücherkartons über Kleiderkartons für hängende Kleidung bis hin zu Luftpolsterfolien und Matratzenhüllen – hier finden Sie alles, was Sie für einen sicheren Transport Ihrer Habseligkeiten benötigen.

Transparenz und Sicherheit für Ihren Umzug

Bei Willi Hövel können Sie auf eine transparente Preisgestaltung und einen umfassenden Versicherungsschutz vertrauen. Das Unternehmen empfiehlt, einen Festpreis für den Umzug zu vereinbaren, um Überraschungen zu vermeiden. Zusätzlich wird eine Transportversicherung angeboten, um den tatsächlichen Wert Ihres Hausrats abzudecken. Das Unternehmen haftet für Schäden gemäß gesetzlicher Vorschriften, was Ihnen zusätzliche Sicherheit bietet.

Mit Willi Hövel Möbelspedition steht Ihnen ein vertrauenswürdiger Partner zur Seite, der nicht nur für den Transport, sondern auch für das Packen und die Organisation Ihres Umzugs sorgt. Ihr Hab und Gut ist in sicheren Händen, und Sie können sich auf Ihr neues Zuhause freuen. ■

moebelspedition-hoevel.de



Foto: Kayser



HCH. KAESMACHER KG
COLOGNE
EST. 1886

FARBEN · LACKE · PINSEL
Weißhausstraße 15 · 50939 Köln
Telefon 0221 414394
Mobil 071 3123525
info@kaesmacherkg.de
www.kaesmacherkg.de

Ihre Druckerei

Digitaldruck Buchbinderei
Copyshop



genetick
individuelle
Beratung

Poster und
Plakate Satz und
Layout

im Herzen von Sülz

www.hundt-druck.de

Von Sülz in die Welt
Möbeltransporte und Umzüge
Willi Hövel

Alles, was zu einem
reibungslosen Umzug gehört.

Wir bringen Sie hin
oder zurück!

**60 Jahre
Umzüge**

- serviceorientiert •
- fachgerecht •
- persönlich •
- familiär •

Willi Hövel GmbH
Berrenrather Str. 349 · 50937 Köln
Tel.: 0221/444705. Fax.: 0221/419533
umzuege@moebelspedition-hoevel.de
www.moebelspedition-hoevel.de

INSICHT

Sülz & Klettenberg: Termine im Frühling

KUNST SENIOR*INNEN
EVENT SPORT
GESELLSCHAFT KIRCHE
KULTUR THEATER
MUSIK KINDER

Wir haben was gegen Rücken.

Unsere „Sitzexperten“ raten:

- Ein Stuhl muss passen wie ein Schuh.
- Vor dem Kauf unbedingt probesitzen!

30 TOP
BÜROMÖBEL



**Sofort:
Kaufen.
Wir liefern.**

topbueromoebel.com

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

**Kölns größter Bürofachmarkt
mit 200 m² Drehstuhlladen**

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

MÄR

KINDER

Funtastico Kindermusicals

8./9. März, 16.00 Uhr

Peter Pan – Mission Erde

Kinder machen Musical
Brunosaal

CASAMAX Theater

8. März, 10.30 Uhr

9. März, 16.00 Uhr

Wut im Bauch – Immer wenn Wutilde vor der Tür steht. (ab 4 Jahren) Ein Stück über jede Menge Katastrophengefühle

10. März, 15.00 Uhr

11. März, 10.30 Uhr

(R)ausgerutscht (ab 5 Jahren)

Eine Freundschaft, eine Katastrophe und ein kleines Wunder

15. März, 10.30 Uhr

16. März, 17.00 Uhr

Heimat A.T. (ab 10 Jahren)

Ein Solo für heimatverbundene Menschen

17. März, 15.00 Uhr

18. März, 10.30 Uhr

Hans im Glück (ab 6 Jahren)

Eine philosophische Schatzsuche für Kinder und andere Abenteurer

22. März, 10.30 Uhr

23. März, 16.00 Uhr

Wer? Wie? Was? Wo? Wa! Warum?

(ab 3 Jahren) Kleine Tat mit großen Folgen – eine Ozeanfabel aus unserer Zeit für Weltverbesserer

24. März, 15.00 Uhr

26. März, 10.00 Uhr

I, Carus – Halt dich fest an deinen

Flügeln (ab 6 Jahren) Ein Mythos für Nicht-Schwimmer:innen und Flugexpert*innen

30. März, 16.00 Uhr

Froschkönig? So ein Quaaaak!

(ab 3 Jahren) Eine Forschungsreise für alle Neugierigen und sich Sichereren

31. März, 15.00 Uhr

KAWUMMI! (ab 5 Jahren)

Ein wundervoller Ausbruch in eine neue Welt für mutige und ängstliche Menschen

25./28. März, 9.00-15.00 Uhr

Theaterferienworkshops für Kinder und Jugendliche von 8 – 12 Jahren (ab 5 Jahren)
Gebühr: 165,- €/ erm. 145,- €

GESUNDHEIT

Zentrum für Sport und Medizin (ZSM)

6. März, 16.00-17.15 Uhr

Knie- und Hüftgelenk-OP optimal vorbereiten

6. März-26. Juni, 16.30-18.30 Uhr

Pilates und Rückentraining

6. März-26. Juni, 17.45-19.00 Uhr und 19.00-20.15 Uhr

Gesundheitstraining an KG-Geräten

mit Rückenschulelementen

6. März, 16.00-17.15 Uhr

Knie- und Hüftgelenk-OP optimal vorbereiten

6. /13. /20. /27. März, 18.00-19.00 Uhr

Kreislaufführung

7. März-20. Juni, 16.45-18.15 Uhr und 20.15-21.45 Uhr

Hatha-Yoga

7. März-20. Juni, 18.30-20.00 Uhr

Yoga für ältere Menschen 60 plus

8. März, 17.00-20.00 Uhr

Entspannte Schulter - gelöster Nacken

11. März-6. Mai, 18.30-20.00 Uhr

Hatha-Yoga in der Schwangerschaft

15. März, 10.00-11.30 Uhr

Stillgruppe (Still- und Babytreff)

16. März, 09.00-15.00 Uhr

Notfall am Kind

16.-17. März, 10.00-13.00 Uhr

Geburtsvorbereitung für Paare/ Wochenende

23. März, 10.00-13.00 Uhr

Nordic-Walking Kompakt

27. März-5. Juni, 11.15-12.15 Uhr

Rückbildung mit Kind

27. März-5. Juni, 20.30-21.30 Uhr

Rückbildung ohne Kind

VERSCHIEDENES

Evangelische Kirchengemeinde

Jeden Mittwoch, 14.00-17.00 Uhr

Lebensmittelausgabe, Essensausgabe, Kleiderausgabe mit Beratung an St. Karl Borromäus

KSG 50+ KölnerSeniorenGemeinschaft

jeden 2. und 3. Dienstag im Monat, 15.00-17.00 Uhr

Offener Gesprächskreis „Miteinander und Füreinander“ in der KSG, zum Kennenlernen, Diskutieren und Mitwirken in unserem Verein.

Rosengartenteam Klettenbergpark

Ehrenamtliche Gärtner im Rosengarten

Jeden Mittwoch von 15.00-17.00 Uhr und jeden Donnerstag von 10.00-12.00 Uhr
Treffpunkt Bauwagen Ecke Nassestr./ Siebengebirgsalle

Seniorennetzwerk Klettenberg

Montags fortlaufend, 9.45 Uhr im Tersteegenhaus, Emmastr. 6

Gedächtnistraining -

Mit gezielten Übungen das Kurzzeitgedächtnis verbessern.
Anmeldung im Seniorennetzwerk

Sülzer Körvje

jeden Freitag von 13.00 - 15.00 Uhr

Verteilung von Lebensmittel im

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

TanzZentrum

Freitags, 21.15 bis 24.00 Uhr

Sonntags, 16.00 bis 18.00 Uhr

Tanzparty à Discofox, Walzer,

Cha Cha Cha & Co.

6. März, 17.30-18.20 Uhr

Tanz- und Bewegungskonzept 55+

paarweise, als Gruppe oder einzeln

9. März, 19.00-21.00 Uhr

Treffpunkt Tanz-Singles

11. März, 9.30-10.30 Uhr u. 11.45-11.45 Uhr

Start: fitdankbaby® MINI/Maxi-Kurs (mit Anmeldung)

13. März, 16.00-16.50 Uhr

Start: Windelflitzer®-Kurs

ab ca. 1,5 Jahren (mit Anmeldung)

16. März, 21.00-00.00 Uhr

West Coast Swing-Party

vorher: 17:30 bis 21:00 Uhr

Swing-Bootcamp-Workshop für

Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse

18. März, 20.05-22.30 Uhr

West Coast Swing-Party

SchmitzundKunst

6. März, 14.00-17.00 Uhr

Silberperlen Café

6. März, 17.30 – 18.00 Uhr

Meditation

6. März, 18.00 – 19.00 Uhr

Lachyoga

6. März, 19.30 – 22.30 Uhr

GUtes Kino

8. März, 20.00 – 23.00 Uhr

„Mit anderen Worten“

9. März, 9.30 – 17.30 Uhr

Lachyoga

9. März, 19.00 – 21.00 Uhr

CreArtivo Impro-Show (Veranstaltung)

10. März, 16.00 – 18.00 Uhr

Impro-Theater „CreArtivo“

13. März, 16.30 – 17.30 Uhr

Heilkreis

13. März, 17.30 – 18.00 Uhr

Meditation

13. März, 18.00 – 19.00 Uhr

Lachyoga

13. März, 20.00 – 23.00 Uhr

Schreibwerkstatt Köln

16. März, 11.00 – 13.00 Uhr

Kleidertausch

17. März, 12.00 – 15.00 Uhr

Pflanzentausch

17. März, 12.30 – 15.00 Uhr

Repair-Café

17. März, 16.00 – 18.00 Uhr

Impro-Theater „CreArtivo“

20. März, 14.00 – 17.00 Uhr

Silberperlen Café

20. März, 17.30 – 18.00 Uhr

Meditation

20. März, 18.00 – 19.00 Uhr

Lachyoga

24. März, 13.00 – 15.00 Uhr

Offene Gesprächsrunde

24. März, 16.00 – 18.00 Uhr

Impro-Theater „CreArtivo“

27. März, 17.30 – 18.00 Uhr

Meditation

27. März, 18.00 – 19.00 Uhr

Lachyoga

27. März, 20.00 – 23.00 Uhr

Schreibwerkstatt Köln

31. März, 16.00 – 18.00 Uhr

Impro-Theater „CreArtivo“

Garten-Praxis für Gestalttherapie

8. März – 11. März

Mut zur Unvollkommenheit

iSelbsterfahrungsorientiertes

Intensivseminar

Beginn: Fr., 16.00 Uhr

Ende: So., 13.00 Uhr

KIRCHE

Evangelische Freie Gemeinde – Kölner Stadtmission

Jeden Sonntag 10.00 Uhr

Gottesdienst mit Kinderbetreuung in 3 Altersgruppen

Internationale freievangelische

Gemeinde Sülz UBF e.V.

(Universität Bibelfreundschaft)

Jeden Sonntag 11.00 Uhr: Gottesdienst

St. Bruno

8. März, 19.30 Uhr

Ökum. Gespräche im KVR

17. März, 11.00-13.00 Uhr

Brunch für Alleinerziehende/ Pfarrfamilien Sonntag

30. März, 21.30 Uhr

Feier der Osternacht anschl. Agape

31. März, 10.00 Uhr

Kleinkindermesse in der Krypta

31. März, 11.30 Uhr

Hl. Messe

St. Nikolaus

9. März, 10.00 Uhr

Kinderflohmärkte der Eltern der Kita

10. März, 11.15 Uhr

Bilderbuchkino in der köb

22. März, 19.30 Uhr

Kontemplation und Herzensgebet

24. März, 17.00 Uhr

Sülzer Abendmusik Feierliches Orgelkonzert

30. März, 21.30 Uhr

Feier der Osternacht mit dem Schalom-Chor

anschl. Agape

31. März, 10.00 Uhr

Festmesse mit Musik für Sopran & Orgel

St. Karl Borromäus

11./25. März, 14.00 Uhr

Smartphone- und Tablettreff, Caritas-Zentrum

31. März, 5.30 Uhr

Osternachtsgebet mit anschl. Frühstück

31. März, 20.00 Uhr

Taizé-Gebet

St. Mathilde

31. März, 10.00 Uhr

Hl. Messe

Tersteegenhaus

15. März, 19.15 Uhr

FeierAbendZeit „Am Puls der Schöpfung“

20. März 19.00 Uhr

Bible Art – sich mit Texten der Bibel

auf kreative Art beschäftigen

28. März, 18.00 Uhr

Gemeinsam mit der finnischen Gemeinde

feiern wir diesen Gottesdienst am Tisch.

Ev. Kirchengemeinde Johanneskirche

8. März, 20.00 Uhr

Jokis Bühne: Paul Millns, Piano-Blues

10. März, 11.00 Uhr

Einführung des neuen Presbyteriums, Verabschiedung ausscheidende Prebyter*innen,

anschließend Empfang

29. März, 11.00 Uhr

Gottesdienst mit Pfarrerin Bettina Kurbjewit

30. März, 22.00 Uhr

Osternacht mit Taiferinnerung

31. März, 11.00 Uhr

Ostersonntag – Open Air mit Ostereiersuche

APR

KULTUR

Senftöpfchen-Theater

13. April, 20.15 Uhr

Kabarettistin Barbara Ruscher spielt
Programm: „Mutter ist die Bestie“

KINDER

CASAMAX Theater

2.-5. April, 9.00-15.00 Uhr

Theaterferienworkshops für Kinder und Jugendliche von 8 – 12 Jahren (ab 5 Jahren)
Gebühr: 165,- €/ erm. 145,- €

3. April, 10.00 Uhr

KAWUMM! (ab 5 Jahren)

Ein wundervoller Ausbruch in eine neue Welt für mutige und ängstliche Menschen

6. April, 16.00 Uhr

Planet der König*innen (ab 4 Jahren)

Wie viele König*innen verträgt das Land?

7. April, 15.00 Uhr

8. April, 10.30 Uhr

(R)ausgerutscht (ab 5 Jahren)

Eine Freundschaft, eine Katastrophe und ein kleines Wunder

13. April, 16.00 Uhr

Heldenhaf! (ab 8 Jahren)

Ein superheldisches Stück über den Kampf gegen kosmische Bedrohungen

14. April, 15.00 Uhr

15. April, 10.30 Uhr

Froschkönig? So ein Quaaaak!

(ab 3 Jahren) Eine Forschungsreise für alle Neugierigen und Sicherer

19. April, 10.30 Uhr

20. April, 16.00 Uhr

I, Carus. Halt dich fest an deinen Flügeln

(ab 6 Jahren) Ein Mythos für Nicht-

Schwimmer:innen und Flugexpert*innen

21. April, 16.00 Uhr

Heimat A.T. (ab 10 Jahren) Ein Solo

für heimatverbundene Menschen

GESUNDHEIT

Praxis für Feldenkrais

Jeden 3. Samstag im Beethovenpark,
10.00-12.30 Uhr

Nordic Walking mit Feldenkrais

Zentrum für Sport und Medizin (ZSM)

2. April, 18.00-19.30 Uhr

Kinderärztlicher Infoabend

für werdende Eltern

3. April, 16.00-17.15 Uhr

Knie- und Hüftgelenk-OP

optimal vorbereiten

3./10./17./24. April, 18.00-19.00 Uhr

Kreislaufführung

5. April, 10.00-11.30 Uhr

Stillgruppe (Still- und Babytreff)

6.-7. April, 9.00-13.00 Uhr

Geburtsvorbereitung

für Paare/Wochenende

8. April-3. Juni, 14.00-15.30 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining

8. April-13. Mai, 20.30-22.00 Uhr

Geburtsvorbereitung/Paare

12. April-10. Mai, 16.45-18.15 Uhr

Babymassage

19. April, 10.00-11.30 Uhr

Stillgruppe (Still- und Babytreff)

20.-21. April, 9.00-13.00 Uhr

Geburtsvorbereitung

für Paare/Wochenende

20. April, 10.00-15.00 Uhr

Geburtsvorbereitung

für Frauen/Wochenend

29. April-8. Juli, 11.45-12.45 Uhr

Rückenfitness als Rückbildungs-

Anschlusskurs mit Baby

29. April-8. Juli, 12.45-13.45 Uhr

Rückbildung mit Kind

VERSCHIEDENES

Evangelische Kirchengemeinde

Jeden Mittwoch, 14.00-17.00 Uhr

Lebensmittelausgabe, Essensausgabe,

Kleiderausgabe mit Beratung

an St. Karl Borromäus

KSG 50+ KölnerSeniorenGemeinschaft

jeden 2. und 3. Dienstag im Monat,
15.00-17.00 Uhr

Offener Gesprächskreis „Miteinander

und Füreinander“ in der KSG, zum Kennenlernen, Diskutieren und Mitwirken in unserem Verein.

Rosengartenteam Klettenbergpark

Ehrenamtliche Gärtner im Rosengarten

Jeden Mittwoch von 15.00-17.00 Uhr und

jeden Donnerstag von 10.00-12.00 Uhr

Treffpunkt Bauwagen Ecke Nassestr./Siebengebirgssalle

Seniorennetzwerk Klettenberg

Montags fortlaufend, 9.45 Uhr

im Tersteegenhaus, Emmastr. 6

Gedächtnistraining -

Durch das Gedächtnistraining bilden sich im Gehirn neue neuronale Netzwerke aus. Mit gezielten Übungen können Sie Ihr Kurzzeitgedächtnis verbessern.

Anmeldung im Seniorennetzwerk

Sülzer Körvje

jeden Freitag von 13.00 - 15.00 Uhr

Verteilung von Lebensmittel

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

Weißhauskino

2. April, 14.30 Uhr

Seniorenkino

Die Herrlichkeit des Lebens

Littaus's Hair & Care (Köln)

20. April, 09.00- 15.00 Uhr

Dyson meets Littau's KÖLN

Kommt vorbei, entdeckt und testet direkt die Neuheiten der Firma Dyson. Zusätzlich stehen wir mit Praxistipps zur Anwendung und einer professionellen Beratung zur Seite. Es wartet an diesem Tag auch eine kleine Überraschung auf euch!

SchmitzundKunzt

3. April, 14.00 – 17.00 Uhr

Silberperlen Café

3. April, 17.30 – 18.00 Uhr

Meditation

3. April, 18.00 – 19.00 Uhr

Lachyoga

3. April, 19.30 – 22.30 Uhr

GUTes Kino

7. April, 16.00 – 18.00 Uhr

Impro-Theater „CreArtivo“

10. April, 16.30 – 17.30 Uhr

Heilkreis

10. April, 17.30 – 18.00 Uhr

Meditation

10. April, 18.00 – 19.00 Uhr

Lachyoga

10. April, 20.00 – 23.00 Uhr

Schreibwerkstatt Köln

12. April, 20.00 – 23.00 Uhr

„Mit anderen Worten“

13. April, 11.00 – 13.00 Uhr

Kleidertausch

13. April, 19.00 – 23.30 Uhr

King krimsekt & INSELN-NICHTS

14. April, 12.30 – 15.00 Uhr

Repair-Café

14. April, 16.00 – 18.00 Uhr

Impro-Theater „CreArtivo“

17. April, 14.00 – 17.00 Uhr

Silberperlen Café

17. April, 17.30 – 18.00 Uhr

Meditation

17. April, 18.00 – 19.00 Uhr

Lachyoga

21. April, 13.00 – 15.00 Uhr

Offene Gesprächsrunde

21. April, 16.00 – 18.00 Uhr

Impro-Theater „CreArtivo“

24. April, 17.30 – 18.00 Uhr

Meditation

24. April, 18.00 – 19.00 Uhr

Lachyoga

24. April, 20.00 – 23.00 Uhr

Schreibwerkstatt Köln

27. April, 11.00 – 13.00 Uhr

Kleidertausch

28. April, 12.00 – 15.00 Uhr

Pflanzentausch

28. April, 16.00 – 18.00 Uhr

Impro-Theater „CreArtivo“

Brunosaal

19. April, 20.00 Uhr

Comedia Dave Davis Soloprogramm

„life is life“

KSG 50+ KölnerSeniorenGemeinschaft

9./23. April, 15.00-17.00 Uhr

Offener Gesprächskreis

„Miteinander und Füreinander“

in der KSG, zum Kennenlernen,

Diskutieren und Mitwirken

in unserem Verein

TanzZentrum

Freitags, 21.15 bis 24.00 Uhr

Sonntags, 16.00 bis 18.00 Uhr

Tanzparty à Discofox, Walzer,

Cha Cha Cha & Co.

9. April, 16.00-16.50 Uhr

Start: Windelflitzer®-Kurs

ab ca. 1,5 Jahren (Tanzen mit Bezugsperson) mit Anmeldung

12. April, 15.30-17.00 Uhr

Tanz- und Bewegungskonzept 55+

13. April, 19.00-21.00 Uhr

Tanz-Café 60+

paarweise, als Gruppe oder einzeln

13. April, 19.00-21.00 Uhr

Treffpunkt Tanz-Singles

15. April, 9.30-10.30 Uhr und 10.45-11.45 Uhr

Start: fitdankbaby® MINI/Maxi-Kurs

(Fitness für Dich und Dein Baby) mit Anmeldung

17. April, 16.00-16.50 Uhr

Start: Windelflitzer®-Kurs ab ca. 1,5

Jahren (Tanzen mit Bezugsperson) mit Anmeldung

30. April, ab 20.00 Uhr

Tanz in den Mai

bitte Karten vorher online kaufen

KIRCHE

Evangelische Freie Gemeinde -

Kölner Stadtmission

Jeden Sonntag 10.00 Uhr

Gottesdienst mit Kinderbetreuung

in 3 Altersgruppen

Internationale freievangelische

Gemeinde Sülz UBF e.V.

(Universität Bibelfreundschaft)

Jeden Sonntag 11.00 Uhr: Gottesdienst

St. Karl Borromäus

8./22. April, 14.00 Uhr

Smartphone- und Tablettreff

im Caritas-Zentrum

14. April, 15.00 Uhr

3. Kölner Friedenskonferenz

in Zusammenarbeit mit den Bahai

28. April, 20.00 Uhr

Taizé-Gebet

St. Bruno

1. April, 10.00 Uhr

Festmesse

14. April, 11.00-13.00 Uhr

Brunch für Alleinerziehende

in der Begegnungsstätte

St. Nikolaus

21. April, 17.00 Uhr

Sülzer Abendmusik -

Konzert für Bariton & Orgel

30. April, 19.00 Uhr

Sülzer Orgelnacht - Spiel in den Mai

Tersteegenhaus

1. April, 10.00 Uhr

OsterMiniGottesdienst

für alle am Frühstückstisch

10. / 17. April, 19.00 Uhr

Bible Art – sich mit Texten der Bibel auf kreative Art beschäftigen, mit Farben, Schriften, Stiften und Papier mit Pfarrer/in Mareike Maeggi

13. April, 10.00-14.00 Uhr

Kinderflohmarkt Tersteegenhaus

15. April, 19.15 Uhr

FeierAbendZeit mit Pfarrer Ivo Masanek

mit dem Chor Klangfang

Johanneskirche

28. April, 11.00 Uhr

Jazzgottesdienst mit dem Quartett

Andersson-Marquard-Theißen-Tressin



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

0221 - 2 61 12 17
kita.bruno-sk@erzbistum-koeln.de

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

0221 - 46 36 36
kita.bab-sk@erzbistum-koeln.de

**Kath. Kindertagesstätte
St. Karl Borromäus**

0221 - 42 64 73
kita.karl-sk@erzbistum-koeln.de

Kath. Kindertagesstätte St. Nikolaus

0221 - 41 13 56
kita.nikolaus-sk@erzbistum-koeln.de

**Kindertagesstätte
SKM-Zentrum Klettenberg**

0221 - 43 85 35
familienzentrum.klettenberg@skm-koeln.de

**Katholische Erziehungs-
und Familienberatung**

14.03.2024 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno am Beethovenpark

21.03.2024 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Nikolaus

11.04.2024 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno

18.04.2024 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Karl Borromäus

23.05.2024 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Nikolaus

Bitte jeweils bei der Kitaleitung anmelden!



■ LIFESTYLE INSicht

MAI

KINDER

CASAMAX Theater

- 1. Mai, 15.00 Uhr
 - 5. Mai, 15.00 Uhr
 - 6. Mai, 10.30 Uhr
 - 19. Mai, 15.00 Uhr
 - 21. Mai, 10.30 Uhr
- HEUREKA! Ein gutes Wunder braucht seine Zeit** (ab 6 Jahren)
Für forschende Menschen
- 3. Mai, 10.30 Uhr
 - 4. Mai, 16.00 Uhr
- WUT IM BAUCH.** (ab 4 Jahren)
Immer wenn Wutilde vor der Tür steht. – Ein Stück über jede Menge Katastrophengefühle
- 10. Mai, 10.30 Uhr
 - 11. Mai, 16.00 Uhr
- KAWUMM!** ab 5 Jahren –
Ein wundervoller Ausbruch in eine neue Welt für mutige und ängstliche Menschen
- 12. Mai, 15.00 Uhr
 - 13. Mai, 10.30 Uhr
- Hans im Glück** (ab 6 Jahren) Eine philosophische Schatzsuche für Kinder und andere Abenteurer
- 25. Mai, 16.00 Uhr
- HELDENHAFT!** ab 8 Jahren –
Ein superheldisches Stück über den Kampf gegen kosmische Bedrohungen für alle da draußen
- 26. Mai, 15.00 Uhr
- Planet der König*innen** (ab 4 Jahren) Wie viele König*innen verträgt das Land?
- 27. Mai, 10.30 Uhr
- Wer? Wie? Was? Wo? Wal! Warum?** (ab 3 Jahren)
Kleine Tat mit großen Folgen – eine Ozeanfabel aus unserer Zeit für Weltverbesserer
- 31. Mai, 10.30 Uhr
- Froschkönig? So ein Quaaaak!**
(ab 3 Jahren) Eine Forschungsreise für alle Neugierigen und sich Sichereren

GESUNDHEIT

Zentrum für Sport und Medizin (ZSM)

- 1. Mai, 10.00-17.00 Uhr
Geburtsvorbereitung kompakt für Mütter
- 2. Mai, 10.00-13.30 Uhr
Fit fürs Enkelkind – Seminar für werdende Großeltern
- 3. /17. Mai, 10.00-11.30 Uhr
Stillgruppe (Still- und Babytreff)
- 4.-5. Mai, 9.00-13.00 Uhr
Geburtsvorbereitung für Paare/Wochenende
- 7. Mai, 18.00-19.30 Uhr
Kinderärztlicher Infoabend für werdende Eltern
- 8. Mai, 16.00-17.15 Uhr
Knie- und Hüftgelenk-OP optimal vorbereiten
- 8. /15. /22. / 29. Mai, 18.00-19.00 Uhr
Kreislaufführung
- 21. Mai-23. Juli, 20.30-21.30
Rückbildung ohne Kind
- 25.-26. Mai, 9.00-13.00 Uhr
Geburtsvorbereitung für Paare/Wochenende

VERSCHIEDENES

Evangelische Kirchengemeinde

Jeden Mittwoch, 14.00-17.00 Uhr
Lebensmittelausgabe, Essensausgabe, Kleiderausgabe mit Beratung an St. Karl Borromäus

KSG 50+ KölnerSeniorenGemeinschaft

Jeden 2. und 3. Dienstag im Monat, 15.00-17.00 Uhr
Offener Gesprächskreis „Miteinander und Füreinander“ in der KSG, zum Kennenlernen, Diskutieren und Mitwirken in unserem Verein.

Rosengartenteam Klettenbergpark

Ehrenamtliche Gärtner im Rosengarten
Jeden Mittwoch von 15.00-17.00 Uhr und jeden Donnerstag von 10.00-12.00 Uhr
Treffpunkt Bauwagen Ecke Nassestr./Siebengebirgssalle

Seniorennetzwerk Klettenberg

Montags fortlaufend, 9.45 Uhr im Teersteegenhaus, Emmastr. 6
Gedächtnistraining –
Mit gezielten Übungen das Kurzzeitgedächtnis verbessern. Anmeldung im Seniorennetzwerk

Sülzer Körnje

Jeden Freitag von 13.00 - 15.00 Uhr
Verteilung von Lebensmittel im Teersteegenhaus an Menschen ab 60 aus Sülz/Klettenberg mit Köln-Pass

Weißhauskino

7. Mai, 14.30 Uhr
Seniorenkino
Die Herrlichkeit des Lebens

Littaus' Hair & Care (Brühl)

25. Mai, 09.00.- 15.00 Uhr
Dyson meets Littau's BRÜHL
Kommt vorbei, entdeckt und testet direkt die Neuheiten der Firma Dyson. Zusätzlich stehen wir mit Praxistipps zur Anwendung und einer professionellen Beratung zur Seite. Es wartet an diesem Tag auch eine kleine Überraschung auf euch!

KSG 50+ KölnerSeniorenGemeinschaft

14. / 28. Mai, 15.00-17.00 Uhr
Offener Gesprächskreis „Miteinander und Füreinander“ in der KSG, zum Kennenlernen, Diskutieren und Mitwirken in unserem Verein.

TanzZentrum

Freitags, 21.15 bis 24.00 Uhr
Sonntags, 16.00 bis 18.00 Uhr
Tanzparty à Discofox, Walzer, Cha Cha Cha & Co.
14. Mai, 16.00-16.50 Uhr
Windelflitzer®-Kurs ab ca. 1,5 Jahren Tanzen mit Bezugsperson (mit Anmeldung)
15. Mai, 17.30-18.30 Uhr
Tanz- und Bewegungskonzept 55+

25. Mai, 21.00-00.00 Uhr
West Coast Swing-Party
 vorher: 17:30 bis 21:00 Uhr
 Swing-Bootcamp-Workshop für
 Einsteiger*innen ohne Vorkenntnisse
29. Mai, 16.00-16.50 Uhr
Start: Windelflitzer®-Kurs
 ab ca. 1,5 Jahren Tanzen
 mit Bezugsperson (mit Anmeldung)

SchmitzundKunzt

1. Mai, 14.00 – 17.00 Uhr
 Silberperlen Café
1. Mai, 17.30 – 18.00 Uhr
 Meditation
1. Mai, 18.00 – 19.00 Uhr
 Lachyoga
1. Mai, 19.30 – 22.30 Uhr
 GUTes Kino
5. Mai, 16.00 – 18.00 Uhr
 Impro-Theater „CreArtivo“
8. Mai, 16.30 – 17.30 Uhr
 Heilkreis
8. Mai, 17.30 – 18.00 Uhr
 Meditation
8. Mai, 18.00 – 19.00 Uhr
 Lachyoga
8. Mai, 20.00 – 23.00 Uhr
 Schreibwerkstatt Köln
10. Mai, 20.00 – 23.00 Uhr
 „Mit anderen Worten“
11. Mai, 11.00 – 13.00 Uhr
 Kleidertausch
12. Mai, 12.30 – 15.00 Uhr
 Repair-Café
12. Mai, 16.00 – 18.00 Uhr
 Impro-Theater „CreArtivo“
15. Mai, 14.00 – 17.00 Uhr
 Silberperlen Café
15. Mai, 17.30 – 18.00 Uhr
 Meditation
15. Mai, 18.00 – 19.00 Uhr
 Lachyoga
19. Mai, 16.00 – 18.00 Uhr
 Impro-Theater „CreArtivo“
22. Mai, 17.30 – 18.00 Uhr
 Meditation
- 22.05.2024, 18.00 – 19.00 Uhr
 Lachyoga
22. Mai, 20.00 – 23.00 Uhr
 Schreibwerkstatt Köln
25. Mai, 11.00 – 13.00 Uhr
 Kleidertausch
26. Mai, 12.00 – 15.00 Uhr
 Pflanzentausch
26. Mai, 16.00 – 18.00 Uhr
 Impro-Theater „CreArtivo“
29. Mai, 14.00 – 17.00 Uhr
 Silberperlen Café
29. Mai, 17.30 – 18.00 Uhr
 Meditation
29. Mai, 18.00 – 19.00 Uhr
 Lachyoga
29. Mai, 20.00 – 23.00 Uhr
 Schreibwerkstatt Köln

KIRCHE

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

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

St. Nikolaus
 4. Mai, 18.30 Uhr
Gottes Wort Raum geben

26. Mai, 20.00 Uhr
Taizé-Gebet

28. Mai, 22.00 Uhr
Sülzer Nachtmusik

Johanneskirche
 9. Mai, 11.00 und 15.00 Uhr
Christi Himmelfahrt:
Open-Air-Gottesdienst im Park
 neben der Johanneskirche

St. Bruno
 12. Mai, 11.00-13.00 Uhr
Brunch für Alleinerziehende
 in der Begegnungsstätte

St. Karl Borromäus
 13. /27 Mai, 14.00 Uhr
**Smartphone- und Tablettreff
 im Caritas-Zentrum**

Tersteegenhaus
 15. Mai, 19.15 Uhr
FeierAbendZeit
 mit Pfarrerin Susanne Beuth

JUN

VERSCHIEDENES

Bruchhaus Optik
 8. Juni, ab 10.00 Uhr
**Firmenjubiläum 25 Jahre
 Bruchhaus Optik & Akustik**
 Es wird gefeiert mit Getränken, Snacks
 und Musik.

**Schlemmer- und Abendmarkt
 auf dem Auerbachplatz**
 17. Mai, 16.00-22.00 Uhr
 von Mai bis Oktober immer
 jeden dritten Freitag des Monats
 auf dem Auerbachplatz

KIRCHE

Jugend St. Bruno
 8. Juni, ab 16.00 Uhr
Johannisfeuer
 Im Bethovenpark am Weg
 unterhalb vom Pilzberg
 Das traditionelle Johannisfeuer von der
 Gemeinde St. Bruno findet mit Getränken
 und Leckereien vom Grill im Park statt.
 Alle sind herzlich willkommen.

9. Juni, ab 11.30 Uhr
Pfarrfest von St. Bruno
 bietet ein nettes Zusammensein
 mit Essen, Getränken, musikalischer
 Begleitung und viel spaßige Attraktionen
 für Kinder

Angaben ohne Gewähr.



**Evangelisches Klinikum
 Köln Weyertal**
 Zentrum für Sport und Medizin

Kurse - Seminare - Vorträge

Fitness & Prävention
 Rehasport
 Entspannung & Stressbewältigung
 Schwangerschaft & Geburt
 Kinder & junge Familien



EVK-
 GESUND.DE

Bleiben Sie gesund – Werden Sie fit.

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

ADRESSEN

68elf-studio

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

Atelier Susanne Beucher

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

Begegnungsstätte St. Bruno

Ölbergstraße 70
0221 2 6112 17
www.kirche-sk.de

Bruchhaus Optik & Akustik

Berrenrather Str. 213
0221 9 41 10 03
www.bruchhaus-optik.de

Brunosaal

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

Buchhandlung Olitzky

Luxemburger Straße 275
0221 9 4170 16
www.olitzky.de

Bürgerzentrum Nippes

Altenberger Hof
Auenheimer Str. 92

Café Lamerdin

Einhardstraße 5
www.kirche-klettenberg.de

Caritasverband für die Stadt Köln e. V.

Kölsch Hätz Nachbarschaftshilfe
Geisselstr. 1, 50823 Köln
0162 6 95 09 79

CASAMAX Theater

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

Die Waldgänger

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

DJK Südwest Köln 1920/27 e. V.

Berrenrather Straße 173
0221 9 41 56 09

Evangelische Freie Gemeinde

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

Evangelische Kirchengemeinde

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

Evangelisches Krankenhaus Weyertal

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

Freiraum e. V.

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

Funtastico-Musical

0221 81 45 84
www.funtastico-musical.de

Galerie am Schloß

Schloßstr. 10, 50321 Brühl
02232 79 26 20

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.berater-schulen-begleiten.de

hallo in sülz -

Willkommensinitiative Sülz & Klettenberg

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

Hildegard-von-Bingen-Gymnasium

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

Heliosschule

Mommensstraße 5
0221 33 77 08 40

Individuelle Stadtführung

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

Interessengemeinschaft

ISK Carrée Sülz-Klettenberg e. V.

c/o Hans-Josef Schulte
Gustavstraße 25, 50937 Köln
0221 34 66 94 17
www.carree-suelz-klettenberg.de

ICZ - Internationales Caritaszentrum

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

Johanneskantorei Klettenberg

Nonnenwerthstr. 78

Jugend- und Kulturzentrum /JUZI e. V.

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

JWK gGmbH-Jugendwerk Köln

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

Katholische Kirchengemeinden

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

Pfarrbüros:

St. Bruno, Klettenberggürtel 71
0221 26 112-10

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

Katholische Hochschulgemeinde

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

Kölner Seniorengemeinschaft

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

Kolping Bezirksverband Köln

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

Kunsthalle Bezirksrathaus Lindenthal

Aachener Str. 220, 50931 Köln

KunstKAFFeE Köln

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

Kunstraum 383

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

Lebenswert e.V.

Psychoonkologie, Leben mit Krebs
an der Uniklinik Köln, CIO-Gebäude (70)
Kerpener Str. 62
0221 478-971 89
www.vereinlebenswert.de

Lindenthaler Willkommensinitiative

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

Littau's Hair & Care

BRÜHL: Janshof 2, 50321 Brühl
KÖLN: Blankenheimer Str. 46, 50937 Köln
www.littaus.de

Malerei

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

Malort

Sabine Schunk
Luxemburger Straße 284 a (Innenhof)
0172 2 0122 18
www.sabineschunk.de

Mawiba

Luxemburger Str. 238, 50937 Köln
Tel. 0162 6 29 63 98
www.mamatanzdichfit.de

Oper Köln im Staatenhaus

Rheinparkweg 1, 50679 Köln
0221 22 12 84 00

Querwaldein e. V.

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

Raum für Mehrsprachentheater Köln

Eva Hevick
Zülpicher Str. 218
0175 5 21 68 85
www.theatro-koeln.de

SBK Sozial-Betriebe-Köln

Städtisches Seniorenzentrum

Blankenheimer Straße 51
0221 9 92 12 10

Senftöpfchen Theater

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

Seniorennetzwerk Klettenberg

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

SNW Sülz, Klettenberg & Lindenthal

Palanter Str.13
0176 15834073
www.diakonie-koeln.de

Schmitzundkuntz

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

TanzZentrum

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

Uniklinik Köln - Blutspendezentrale

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

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

www.lindenthaler-tierpark.de

Volkssternwarte Köln

Nikolausstraße 55
0221 41 54 67
www.volkssternwartekoeln.de

Weisshaus Kino

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

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

Mehr Informationen über unser
Unternehmen und unsere
Dienstleistungen finden Sie unter
www.hinz-koeln.de

Hinz

WASSER-WÄRME-UMWELT

Helmut Hinz GmbH & Co.
Neuer Weyerstraßerweg 5
50969 Köln

Tel.: (0221) 888896-0
Fax: (0221) 888896-800

post@hinz-koeln.de
www.hinz-koeln.de

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



Prozessorientiert denken, menschlich handeln!

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

**Bekannt aus den 3 Top-Maklerlisten
von Bellevue, Capital und Focus.**

Profitieren Sie, wie viele Kunden vor Ihnen,
vom lokalen Experten in Köln!

Rheingold
IMMOBILIEN GMBH

Nutzen Sie unsere persönliche Beratung. Jetzt Termin vereinbaren:

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

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



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





INsüßz & klettenberg

stadtteilmagazin

18. Jg. • Nr. 1 • Frühling 2024 • gratis

■ leben ■ leute ■ lifestyle



Jetzt auch online immer übers Veedel informiert.

www.insuelz.com