



INSüLz & klettenberg

stadtteilmagazin

19. Jg. • Nr. 1 • Frühling 2025 • gratis

■ leben ■ leute ■ lifestyle

■ LEBEN

Wahlbeobachter*innen

■ LEUTE

Kabarettistin

Hildegart Scholten

■ LIFESTYLE

Start-up-Center

Sülz



Auch online immer übers Veedel informiert.

www.insuelz.com

 eggersmann



maßgeschneiderte eleganz. für persönlichkeiten.

brune küchen gmbh
luxemburger straße 118
50354 hürth

+49 2233 96 8 96 00
info@brune-kuechen.de
www.brune-kuechen.de



Prozessorientiert denken, menschlich handeln!

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

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

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

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

Rheingold
IMMOBILIEN GMBH

Nutzen Sie unsere persönliche Beratung. Jetzt Termin vereinbaren:

0221/99519901 • info@rheingoldimmobilien.de

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





Foto: Wagner

Liebe Leser*innen,

die ersten warmen Sonnenstrahlen, das erste Eis auf die Hand – der Frühling bringt frischen Schwung; und auch wir haben wieder viele spannende Themen für Sie zusammengestellt.

In dieser Ausgabe begegnen Sie inspirierenden Menschen aus dem Veedel: In unserer Rubrik „Leute“ erzählt die **Kabarettistin Hildegart Scholten**, warum Humor für sie mehr ist als nur Unterhaltung, und **Journalist Frank Überall** spricht über die Zukunft des Journalismus und seine enge Verbindung zu Sülz.

Unter „Leben“ geht es um drei Sülzerinnen und Sülzer, die als **internationale Wahlbeobachter*innen** unterwegs sind. Mit ihrem Engagement sorgen sie weltweit für faire Wahlen – ein Einsatz, der oft riskanter ist, als man denkt. Außerdem begleiten wir den Bau des neuen **Centrums für Familiengesundheit** an der Uniklinik. Dort entsteht ein Zentrum für Familien, die medizinische Unterstützung brauchen – von der Schwangerschaft bis ins Erwachsenenalter.

Und in „Lifestyle“ erfahren Sie, wie im **InnoDom Cologne** an innovativen Geschäftsideen gearbeitet wird. Junge Start-ups entwickeln dort Lösungen, die vielleicht bald unseren Alltag erleichtern.

Eine wichtige Änderung gibt es noch: **Unsere Veranstaltungstermine** finden Sie ab sofort nur noch online unter www.insuelz.com/veranstaltungen. So bleiben Sie jederzeit auf dem neuesten Stand – egal, ob von zu Hause oder unterwegs. Mehr Informationen und wie wir auch Ihre Veranstaltungstermine veröffentlichen, finden Sie weiter hinten im Magazin auf Seite 40.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen, viele schöne Frühlingstage und natürlich ganz viel Sonnenschein!

Herzlichst, Ihr

Ralf Martens
(Chefredakteur)

INSülz auch
ONLINE LESEN AUF
insuelz.com

INSülz & klettenberg stadtteilmagazin
19. Jg. - Nr. 1 - Frühling 2025 - gratis
leben leute lifestyle

- **LEBEN**
Wahlbeobachter*innen
- **LEUTE**
Kabarettistin
Hildegart Scholten
- **LIFESTYLE**
Startup Center
Sülz

Auch online immer übers Veedel informiert. www.insuelz.com

Hildegart Scholten fotografiert von
Monika Nonnenmacher

INhalt



LEBEN

INvolviert

Wertgeschätzt, bespitzelt und unbezahlt **05**

INteressant

Neubau Centrum für Familiengesundheit **10**

INKürze

Neuigkeiten aus dem Veedel **12**

INformiert

Beschlossene Sache **15**

LEUTE

INterview

Professor Dr. Frank Überall: „Wir müssen den Journalismus auf neue Ebenen tragen“ **16**

Hildegart Scholten: Die Frau mit dem großen Humor **20**

INKlein

Bunte Seiten für Pänz: Das Kölner Stadtmuseum **24**

Wir für Pänz **27**



Tagesaktuelle Veranstaltungstermine auf www.insuelz.com/veranstaltungen

LIFESTYLE

INspiziert

Innovativ und nützlich: Ideen werden zu Start-ups **28**

INterieur

Tipps rund ums Wohnen und Einrichten **31**

INspiziert

Mode im Veedel **36**

DIY-Tipp für den Frühling: Dekorative Blumen aus Eierkartons **38**

INsicht

Veranstaltungen jetzt online entdecken Adressen im Veedel **40**



communicate SIMPLY Communicate GmbH, Marie-Curie-Straße 3, 50321 Brühl, Fon 02232, 923230, Fax 02232, 9232323, mail@simply-communicate.de, www.simply-communicate.de
Herausgeber: Ralf Martens (rm), Red. Mitarbeit: Thomas Dahl (td) – freier Journalist und Autor, www.wortall.de, Dorothee Mennicken (dm), www.klartextkoeln.de, Anika Pöhner (ap)
Hanka Meves-Fricke (hmf), www.drei-txt.de, Layout und DTP-Satz: Ralf Martens, SIMPLY Communicate GmbH, Anzeigenvertrieb: Markus Mielke, 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: Druckstudio GmbH, Düsseldorf, druckstudiogruppe.com
INSüZ & klettenberg erscheint dreimal 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 2025. Für unverlangt eingesandte Texte und Fotos übernehmen wir keine Haftung, Gerichtsstandort: Köln.



Wertgeschätzt, bespitzelt und unbezahlt

Sülzer Wahlbeobachter und -beobachterinnen im internationalen Einsatz



„Demokratie“ – ein Wort, das im Frühjahr 2025 beinahe wieder antik anmutet, denn von der Herrschaft des Volkes zur Despotie des Einzelnen sind es aus Deutschland nur wenige Flugstunden. Eine Untersuchung der Bertelsmann-Stiftung von 2024 verzeichnete für die sogenannten Entwicklungs- und Transformationsländer lediglich 63 Demokratien gegenüber 74 Autokratien. Die Stiftung hält in ihrem jährlich erscheinenden Transformationsindex (BTI) eine „kontinuierliche Verschlechterung“ für freie Wahlen sowie eine „Erosion“ der Demokratie als Staatsform fest. Dass diese nicht in den Verfall führen muss, zeigen Nationen wie Polen und Brasilien, in denen extremistische Amtsträger und Systeme in den vergangenen Jahren wieder abgewählt wurden.

Um manipulierten Volksabstimmungen entgegenzuwirken beziehungsweise diese sichtbar zu machen, dokumentieren seit einigen Jahrzehnten international agierende Beobachter*innen den Ablauf von Wahlen, etwa im Auftrag der OSZE, der Organisation für Sicherheit und Zusammenarbeit in Europa. Dem 1995 gegründeten Staatenzusammenschluss gehören derzeit 57 Nationen an, darunter auch die USA, Kanada und die Mongolei. Alle Mitgliedsstaaten verpflichten sich dabei zu einer Duldung von Wahlbeobachter*innen im eigenen Land. Zu den rund 1.000 Einsatzkräften aus der BRD gehören auch drei Bürger*innen aus Sülz.

**„Viele Leute sagen, dass sie sich
sicher fühlen, weil wir da sind.“**

Kerstin Roeske

Bereits seit 2004 in der Friedensmission unterwegs ist Kerstin Roeske. Roeske arbeitet als Beraterin für eine Nichtregierungsorganisation, die entwicklungspolitische Projekte initiiert. „Unsere Einsätze sind ehren-

amtliche Kurzzeitobservationen, die mehrere Tage andauern. Daneben gibt es Langzeitbeobachter*innen, die bis zu sechs Wochen im Land sind, und Longtime-Beobachter*innen. Letztere reisen bereits drei Monate vor den Wahlen an und beobachten Medien, Gerichte oder andere Institutionen.“ Demnach reisen die Delegationen einige Tage vor der Wahl in die Hauptstadt des jeweiligen Landes und werden dort über das Wahlsystem, den bisherigen Verlauf des Wahlkampfes und die politische Situation informiert. Danach erfolgt eine Verteilung auf die verschiedenen Regionen inklusive Dolmetscher*innen und Fahrer*innen. Die örtlichen Kommissionen wissen dabei nichts von den Besuchen. Am Wahltag werden schließlich mehrere Lokale angefahren. Die darauf basierenden Berichte werden mittels eines Fragebogens online in die Hauptzentrale nach Warschau zur Auswertung gesendet. Vor Ort achten die Wahlbeobachter*innen unter anderem darauf, wie voll oder leer das Lokal ist. „In Georgien waren beispielsweise sehr viele Leute da. Das war ein wenig irritierend, weil wir nicht wussten, ob darunter





Personen sind, die die Wähler*innen beobachten. Wir prüfen auch, ob die Kabinen nicht einsehbar sind oder ob wirklich nur ein Zettel in die Urne gesteckt wird“, sagt Roeske. Ihren ungewöhnlichsten Einsatzort fand sie in einer nordmazedonischen Ortschaft: „Wir konnten das Wahllokal einfach nicht finden. Dann stellte es sich heraus, dass es die Kapelle auf dem Friedhof war. Es war wirklich nett dort“, so die 56-Jährige. Obgleich es für die Mission nicht immer wohlwollende Reaktionen gibt, zieht Kerstin Roeske eine positive Bilanz: „Viele Leute sagen, dass sie sich sicherer fühlen, weil wir da sind. Das gibt eine Bestätigung für die Arbeit.“

„Es gibt auch in Deutschland eine Wahlbeobachtung durch die OSZE (...). In den Berichten wird die Transparenz in der Wahlkampffinanzierung immer wieder bemängelt.“

Pavel Utitz

Zum Sülzer Team der OSZE-Delegationen gehört auch Pavel Utitz. Der 71-Jährige ist seit mehr als zehn Jahren Wahlbeobachter. „Ich war schon immer an Wahlprozessen interessiert. Als ich dann mehr Zeit hatte, habe ich mich einfach beim Zentrum für internationale Friedenseinsätze in Berlin beworben“, informiert der Rentner. Die Einrichtung gehört zum Auswärtigen Amt des Bundes. Vor allem Englischkenntnisse seien dabei ein Kriterium. Darüber hinaus sollen Bewerber*innen über Erfahrungen als Wahlhelfer in Deutschland verfügen. In einem Motivationsschreiben müssen die Interessenten Gründe für die gewünschte Tätigkeit ausführen. In seiner Funktion als Beobachter sieht sich der Sülzer als neutrale Instanz. „Wir dürfen nur schriftlich etwas festhalten, aber nicht vor Ort eingreifen“, stellt Utitz klar.

Ein Klischee im Zusammenhang mit seinem Ehrenamt räumt Oliver Scheel sofort aus dem Weg: „Eine Wahlbeobachtung hat mit Urlaub überhaupt nichts zu tun. Wir haben dafür gar keine Zeit. Unser Wahltag endet auch nicht mit dem Ende des Wahlprozesses vor Ort. Wir begleiten das Wahlteam bis zur Eingabe aller Daten im Computer. Das kann schon mal die ganze Nacht dauern“, unterstreicht der hauptberufliche Journalist den Umfang der Arbeiten. Auch Scheel ist bereits seit Jahren in seiner freien Zeit für die OSZE rund um den Globus unterwegs. Das Auswärtige Amt übernimmt Reisekosten, Unterbringung und Verpflegung. „Im Prinzip beobachten wir, ob die Leute dem Wahlrecht ihres Landes folgen“, formuliert der 50-Jährige seinen Auftrag. In bisher zwölf Einsätzen sammelte Scheel viele Eindrücke von Ländern und Menschen. „Ich komme von der ehemaligen Zonengrenze in Osthessen und fand es als Kind schon schräg, dass ich nur in drei Richtungen laufen konnte“, erinnert sich der gebürtige Fuldaer, der durch eine politische Familie geprägt wurde. „Bei meinen Einsätzen als Wahlbeobachter bin ich schon offensichtlich bespitzelt worden.“

„Bei meinen Einsätzen bin ich schon offensichtlich bespitzelt worden. Das war reine Einschüchterung.“ *Oliver Scheel*

Das war reine Einschüchterung. Wir sind aber auch bespitzelt worden, ohne dass wir das wissen sollten“, berichtet der Medienprofi. Grundsätzlich gelte die Regel, den Einsatz bei Bedrohung abzubrechen. Die Sicherheit der Mitarbeiter*innen stünde immer im Vordergrund. Trotz gefälschter Wahlsiege sieht Oliver Scheel die Missionen als immens wichtig an: „Was wir beobachten, fließt in den Bericht ein. Wenn die Oppo-

In zwölf Einsätzen sammelte Oliver Scheel viele Eindrücke von Ländern und Menschen.

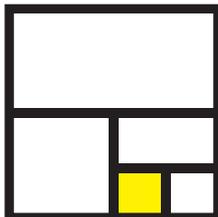




Goldschmiede **TINA THEVES**



Fröhlich Farbenfroh Frühling



Gefühle, Farben, Formen und meisterliches Handwerk



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

sition unterdrückt wird oder im Gefängnis sitzt, können die Machthaber*innen einen super Wahltag feiern, aber es ist trotzdem klar, dass dies nicht mit richtigen Dingen ablief.“ Den hohen Stellenwert der Demokratie in Deutschland beschreibt der Kosmopolit anhand eines Zusammentreffens mit einer ungarischen Übersetzerin, die als lesbische Künstlerin aktiv ist: „Sie war kurz davor, ihr Land zu verlassen, weil es unter Orban nicht angenehm ist, in dieser Konstellation dort zu leben. Sie hat mich gefragt, wie es in Deutschland ist. Es gibt einem schon zu denken, wie gut wir es hier haben, wenn Leute bereit sind, ihre Freunde und Familie zu verlassen.“



Weitere Infos über die Tätigkeit der Wahlbeobachter*innen finden sich auf der Onlinepräsenz des Zentrums für internationale Friedenseinsätze. ■ **td**

 zif-berlin.org



Inh. Martina Arndt
Luxemburger Str. 204
50937 Köln
Tel.: 0221 / 4 20 22 26

Öffnungszeiten:
Di - Fr: 9.00 - 19.00 Uhr
und nach Vereinbarung
www.majeli.de

MAJELI

HAIR & MAKE-UP

PRAXIS³
— SCHICK & DURDU —
PRIVATPRAXISGEMEINSCHAFT

Osteopathie · Physiotherapie · Training

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

www.praxishochdrei.de



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 gewährleistet ist. Nur durch unser gemeinsames Engagement können wir unseren Patienten helfen. Krebs kann jeden treffen – jederzeit.

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/wirhelfen-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.



Foto: Adobe Stock

 vereinlebenswert.de



Ihr

Uwe Schwarzkamp

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

LITTAU'S Hair & Care

Achtsam. Nachhaltig. SCHÖN

How quickly time passes ...

In diesem Frühjahr sind es bereits zwei Jahre, in denen **LITTAU'S HAIR & CARE** unsere Köpfe im Viertel verschönert! Und wieso sich der Friseursalon so gut etablieren konnte, liegt sicher zum einen an dem sympathischen und kompetenten Team und zum anderen an dem besonderen Konzept, welches bei LITTAU'S nicht nur aus leeren Worten besteht, sondern im Salon ganz praktisch gelebt wird!



Foto: Nonnenmacher

Das Sülzer Littau's Team: Alison Kaiser, André Littau, Patricia Loborec und Azubi Rashid.

Es sind die Werte Achtsamkeit und Nachhaltigkeit, die das gesamte Handeln im Salon LITTAU'S HAIR & CARE prägen und sich entsprechend positiv verschönernd auf die Kund*innen auswirken. Die drei Inhaber*innen **André Littau, Daniel Germscheid und Joana Sarris-Satrazanis** und ihr junges LITTAU'S-Team leben diese Werte! Alle Stylist*innen begegnen den individuellen Wünschen und Bedürfnissen ihrer Kund*innen mit einer großen Portion Achtsamkeit, Verständnis und Einfühlungsvermögen.

Auch in der Produktauswahl spiegelt sich die Philosophie von LITTAU'S wider. Denn der Friseursalon arbeitet ausschließlich mit sorgfältig ausgewählten Partner*innen zusammen, die inhaltlich den heutigen Standards der Nachhaltigkeit gerecht werden. Und das ist gleich doppelt wertvoll, es hilft der Umwelt und sorgt dafür, dass sich die Haarqualität und die Kopfgesundheit aller LITTAU'S Kund*innen spürbar verbessert.

Nach zwei Jahren LITTAU'S HAIR & CARE ist es nun an der Zeit, kurz innezuhalten und zurückzuschauen. Oder um es mit den Worten von Inhaber Daniel Germscheid zu sagen: „Wir sind dankbar für die große Chance, die

uns als kleines junges Unternehmen gegeben wird. Unseren Traum zu verwirklichen, mit kleinen und großen Schritten nach vorn zu gehen, dabei unsere Ideen zu verwirklichen und unsere Philosophie zu leben. Wir möchten ein großes Dankeschön an unser gesamtes LITTAU'S Team richten und natürlich an unsere Kund*innen, die uns mit jedem Besuch sehr viel Wertschätzung und Unterstützung entgegenbringen.“ Und diese Wertschätzung zeigt sich nicht zuletzt in den sehr positiven Bewertungen, die LITTAU'S in den sozialen Medien erhält.

LITTAU'S HAIR & CARE ist übrigens ein Ausbildungsbetrieb und denkt ganz bewusst an die Zukunft: „Wir haben Azubis und Praktikant*innen, denn wir möchten junge Leute fördern und fordern. Uns ist es wichtig, das Handwerk und im Speziellen die Friseurbranche weiterhin attraktiv

zu gestalten. Wer unsere Auszubildenden unterstützen möchte, kann gern einen Termin inklusive attraktivem Preisnachlass und Friseur*innenbetreuung bei uns buchen.“ Das alles gilt natürlich auch für den LITTAU'S Salon in Brühl, der im September dieses Jahres ebenfalls sein Zweijähriges feiern wird.

Tipp: Attraktive Rabatte und Aktionen zum Sülzer LITTAU'S Jubiläum

Würfelrabattspiel: Im gesamten Geburtstagsmonat März können sich die Kund*innen ihren ganz persönlichen Rabatt erwürfeln.

Außerdem heißt es:

„Spenden statt Geschenke = Wir spenden gemeinsam!“

Im März 2025 spendet LITTAU'S 2 Euro pro Kundentermin zusätzlich an den Förderkreis für krebskranke Kinder und Jugendliche Bonn e. V. zugunsten einer Haarspendeaktion. ■

LITTAU'S HAIR & CARE

🌐 littaus.de

📌 [littaus hair & care](#)

📍 [littaus_hair_and_care](#)



Neubau Centrum für Familiengesundheit Ein Zentrum für die gesamte Familie

Neugierig gehen wir an der Uniklinik Köln vorbei. Eine riesengroße Baugrube ist links neben dem Bettenhaus entstanden. Wir sind natürlich neugierig, was dort gebaut wird, und haben mit **Dr. Madeleine Werthebach**, der Geschäftsführerin des Centrums für Familiengesundheit an der Uniklinik Köln, gesprochen. Sprecher des Centrums ist Professor Dr. Jörg Dötsch, Direktor der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendmedizin.



„Unser Zentrum möchte die Familie als Ganzes begleiten und mit einem interdisziplinären Team Unterstützung und Beratung anbieten“, erklärt uns die Gesundheitsökonomin Madeleine Werthebach. „Die Kinder- und Jugendgesundheit sowie die Frauengesundheit bilden wesentliche Säulen unseres Neubaus. Wichtig ist uns vor allem, dass wir in diesem neuen Gebäude die Familien von der Betreuung vor und während der Schwangerschaft über die Kindheit bis zum Übergang ins Erwachsenenalter unterstützen können.“

Bereits jetzt arbeiten die Abteilungen zusammen

Die Universitätsklinik kann Visualisierungen des Zentrums zeigen, doch bis zur Eröffnung des Gebäudes werden noch einige Jahre vergehen. „Das Centrum für Familiengesundheit ist bereits seit einigen Jahren ein aktiver Zusammenschluss, und wir arbeiten eng mit unterschiedlichen Fachdisziplinen zusammen“, erklärt uns Madeleine Werthebach dazu. „Hierzu gehören die vorhandenen Fachabteilungen am Campus, niedergelassene Ärztinnen und Ärzte, aber auch weitere Schwerpunkt-einrichtungen, zum Beispiel Fachkliniken in der Region Köln.“ So besteht mitten in Sülz ein Familienzentrum, das

Bis das Zentrum wie auf den Visualisierungen aussieht, werden noch einige Jahre vergehen.

für die Einwohner*innen unserer Viertel offen ist, aber aufgrund seiner Größe und der speziellen Angebote wie zum Beispiel der

Fetalchirurgie, der Operation von Ungeborenen, oder der Kinder- und Jugendpsychiatrie eine Strahlkraft über die Stadt in die Region hat.

Von der Schwangerschaft bis zum Erwachsenwerden fast alles in einem Haus

Wichtig für Familien ist, dass sowohl die Notfallaufnahme als auch das Perinatalzentrum, das die Versorgung der Schwangeren, Früh- und Neugeborenen gewährleistet, im neuen Haus angesiedelt sein sollen. Die Kinderonkologie und die Schule für kranke Kinder werden ebenfalls hier einziehen, während die Kinderrehabilitation in ihrem jetzigen Gebäude an der Gleueler Straße bleiben wird. Zudem werden die Bereiche im Neubau unter- und oberirdisch mit den Bestandsgebäuden der Uniklinik verbunden sein. Außerdem sind die Zentrale Notaufnahme, die Notfallradiologie und die Erweiterung des Zentral-OPs, das heißt der Operationsräume, Bestandteile des neuen Gebäudekomplexes sowie der Hubschrauberlandeplatz.

Der Neubau, der in zwei Abschnitten erfolgen wird, ist jedoch nur ein Teil des Centrums für Familiengesundheit. Bereits jetzt arbeiten die verschiedenen Abteilungen, die Kinder und Familien betreuen, in der Uniklinik zusam-

men. Madeleine Werthebach hat sich mit ihrem Team von Mitarbeiter*innen dafür Schwerpunkte gesetzt: Lots*innen begleiten Familien mit kranken Kindern durch die Behandlung. Sie helfen, dass Familien in diesen für sie so schweren Zeiten Kraft finden, ihre kleinen Kranken gut zu unterstützen. Zu den Schwerpunkten gehört der Aufbau einer Muttermilchbank, durch die Neugeborene besser versorgt werden sollen. Dafür sucht das Zentrum dringend finanzielle Spenden. Zugleich arbeitet das Team daran, mehr Plätze zu schaffen für Familien, die während einer langwierigeren Behandlung ihrer Kinder in der Nähe der Uniklinik wohnen möchten. ■ hmf



Foto: Hoffmann

Dr. Madeleine Werthebach, Geschäftsführerin des Centrums für Familien-gesundheit



Foto: Hoffmann

LESETIPP:

Der Direktor der Kinderklinik, Univ.-Prof. Dr. Jörg Dötsch, an der Uniklinik Köln hat sich gemeinsam mit der Journalistin Johanna Schoener populärwissenschaftlich mit dem Gesundbleiben und -werden beschäftigt:

Jörg Dötsch, Johanna Schoener:

Großwerden: Gesundheit und Entwicklung in turbulenten Zeiten. Die ersten 10 Lebensjahre, Dumont Verlag, Preis: 25 Euro



Apothek am Questerhof
Ihre Partner für Ihre Gesundheit in Köln



Vielen Dank für Ihre Treue!

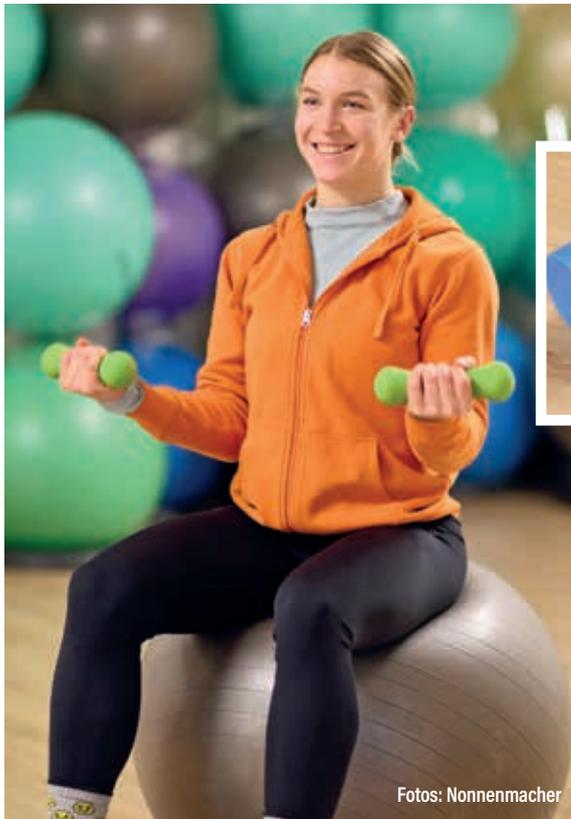
Profitieren Sie von unserer Erfahrung und lassen Sie sich von vielen attraktiven Angeboten überraschen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



Apothek 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



Fotos: Nonnenmacher

gesunde etagen Fitness für junge Mütter



Nach der Geburt zurück zur körperlichen Balance: Der Kurs „Bodyfit nach der Schwangerschaft“ von **gesunde etagen** richtet sich an Frauen, die nach dem Rückbildungskurs wieder aktiv werden wollen. Der Fokus liegt auf Beckenbodenstärkung, Rumpf- und Rückenkräftigung sowie Mobilisation.

„Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit beanspruchen den Körper stark. Unser Kurs bietet einen sanften Wiedereinstieg in den Sport, ohne Überlastung“, erklärt **Lara Schneider**, Ernährungs- und Sporttherapeutin. Sanfte Kräftigungsübungen im Liegen, Sitzen oder Stehen werden durch Dehn- und Atemübungen ergänzt, um Fehlhaltungen vorzubeugen. Regelmäßiges Training kann Verspannungen, Rücken- und Nackenbeschwerden sowie Beckenbodenschwäche lindern.

Der Präventionskurs umfasst acht 60-minütige Einheiten. Wie viel andere Krankenkassen bezuschussen und wovon AOK-Versicherte profitieren, lesen Sie online weiter. ■



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!

Zahnarztpraxis Rathke Gesunde Zähne im Jahr 2025?

Die **Zahnarztpraxis Rathke** in Brühl heißt neue und langjährige Patient/innen willkommen. Frau **Carolin Rathke** ist langjährig erfahrene Zahnärztin, ihre Frau **Lucia Rathke** leitet das Praxismanagement.

Wohlfühlatmosphäre und moderne Zahnmedizin

Die Praxis bietet eine entspannte Atmosphäre für Kinder und Erwachsene. Der Empfang erinnert mit stilvollen Möbeln und warmem Licht an eine Hotellounge. Das erfahrene Team sorgt für eine einfühlsame Betreuung.

Zum Leistungsspektrum gehören Vorsorge, Zahnerhalt, Parodontal- und Wurzelkanalbehandlungen sowie Implantate und ästhetische Zahnmedizin. „Qualität und Patientenzufriedenheit stehen für uns an erster Stelle“, so Carolin Rathke. Die Praxis arbeitet mit regionalen Laboren zusammen. Termine können telefonisch unter 02232-942828 oder über die Website www.zap-rathke.de vereinbart werden. ■



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!



Hörzentrum Lux 5 Jahre individuelle Hörlösungen

Seit fünf Jahren steht das **Hörzentrum Lux** für modernes Hören in Sülz. Das Team um Hörakustikmeisterin **Helene Betcher** bietet individuelle Beratung in herzlicher Atmosphäre und zeigt, wie innovative Hörgeräte den Alltag bereichern.

Hörgeräte sind heute kleine Hochleistungscomputer, die für bestes Verstehen sorgen. Besonders beliebt ist das Signia Silk IX – ein nahezu unsichtbares, aufladbares Im-Ohr-Gerät mit exzellenter Klangqualität. Wer maximale Diskretion wünscht, findet mit dem Phonak Lyric eine Hörlösung, die rund um die Uhr im Ohr bleibt.

Das Team aus drei erfahrenen Akustikerinnen kombiniert Fachwissen mit Leidenschaft, um die beste Lösung für jede Lebenssituation zu finden. Ob unauffälliges Design, hoher Tragekomfort oder neueste Technologie – im Hörzentrum Lux gibt es für jede und jeden das passende Hörsystem.

Vereinbaren Sie einen Termin und erleben Sie, wie gutes Hören Ihre Lebensqualität steigert! ■



Hier online weiterlesen
auf [insuelz.com](https://www.insuelz.com)!



EINKAUFEN WO MAN ZUHAUSE IST!



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



Mit allen Sinnen – Clicks! auf der Internationalen Photoszene Köln 2025



Die Internationale Photoszene ist in 2025 wieder ein kulturelles Highlight der Stadt Köln. Vom 16. Mai bis 15. Juni 2025 werden in vielen Ateliers, Kunsthäusern und Ausstellungsorten Kölns Fotoschauen verschiedenster Art zu sehen und zu bewundern sein.

Und wie schon in den letzten Jahren, so wird auch in diesem Jahr die Kölner Fotogruppe Clicks! mit von der Partie sein. Clicks!, das sind die Kölner Künstlerinnen und Künstler Isabella Atzberger, Peter Beckmann, Liss Nau, Csaba Peter Rakoczy, Uwe Schwarzkamp, Krzysztof Swider und Hubert Wichelmann (www.clicks-photo.art).

Leitgedanke der diesjährigen Photoszene: „feeling, caring, empathising & connecting – Können künstlerische Arbeiten in der Fotografie als eine zunächst innere, dann als eine bildhafte Reaktion auf das Geschehen unserer Zeit verstanden werden?“ Kurz: welche emotionale Kraft steckt in der künstlerischen Fotografie? Die Fotogruppe Clicks! leitet davon sein Thema für 2025 ab: „Mit allen Sinnen“ – knapp formuliert aber mit diesem, unserem Thema wollen sie die ganze Komplexität menschlicher Emotionen beleuchten; ein konstruktiver, freudvoller Ansatz! Unsere Sinne sind der Schlüssel zu unserer Psyche und somit auch zu unserem Handeln.

Zu sehen sind die Clicks!-Fotoarbeiten für zwei Wochen in der Zeit ab dem 17. Mai 2025 bis zum 31. Mai 2025 im Leonardo Royal Hotel Köln, Am Stadtwald, Dürener Straße 287, 50935 Köln.

Herzlich willkommen zur Vernissage am 17. Mai, ab 19:00 Uhr. ■



Alt & Jung Pflege braucht Zukunft

... und du kannst ein Teil davon sein! Eine Ausbildung in der Pflege bietet dir nicht nur einen sicheren Job, sondern auch die Chance, wirklich etwas zu bewirken.

Wir, der ambulante Pflegedienst **ALT & JUNG** aus Köln-Sülz, suchen motivierte Nachwuchskräfte, die mit Herz und Verstand in diesen wichtigen Beruf starten wollen.

Neugierig? **Am 3. April** sind wir wieder beim **Boys' Day** dabei – die perfekte Gelegenheit, erste Einblicke zu gewinnen. Zwei Jungs haben die Chance, hautnah zu erleben, wie vielseitig und erfüllend die Arbeit in der Pflege ist.



Unsere bisherigen Erfahrungen beim Boys' Day? Der Nachwuchs ist neugierig, motiviert – und vielleicht sind ja die Pflegefachkräfte von morgen dabei. Wir können andere Pflegedienste nur ermuntern, mitzumachen und jungen Menschen eine Chance zu geben.

Denn Pflege kann nicht warten – und dein Talent wird gebraucht. Mehr Infos zu unseren Ausbildungsmöglichkeiten unter: <https://altundjungkoeln.de/ausbildung>. ■



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!

Beschlossene Sache

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

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

Die nächste Sitzung der Bezirksvertretung findet am 24. März 2025 um 16 Uhr im großen Sitzungssaal des Bezirksrathauses (7. Stock), Aachener Straße 220, 50931 Köln statt. Für die Teilnahme ist eine vorherige Anmeldung per E-Mail-Adresse erforderlich: steffen.wagener1@stadt-koeln.de.



Foto: Nonnenmacher

MASSNAHMENPLAN FÜR LUXEMBURGER STRASSE

Die Bezirksvertreter*innen votierten für einen Gemeinschaftsantrag von Bündnis 90/Die Grünen, SPD und Die Linke, der einen 5-Punkte-Plan für die Luxemburger Straße vorsieht. Das Papier orientiert sich an den Ausarbeitungen der Interessengemeinschaft „Lebenswerte Lux“ und fordert die Einrichtung konfliktfreier Ampelschaltungen (ein gleichzeitiges Abbiegen des motorisierten Verkehrs mit querenden Fußgänger*innen wird ausgeschlossen, Anm. d. Verf.), die Einführung von Tempo 30, die Anlegung von standardisierten Fahrradstreifen, den Rückbau freilaufender Rechtsabbieger sowie eine stärkere Kontrolle von erhöhten Abbiegegeschwindigkeiten, Rotlichtverstößen und gefährlichen Überholvorgängen. Eine dementsprechende Beschlussvorlage erging an den Verkehrsausschuss der Stadt Köln.

ERWEITERUNG DER AUSSENGASTRONOMIE

Beschlussvorlage des Verkehrsausschusses aus, die Kriterien zur Einrichtung von Außengastronomien auf Pkw-Stellflächen festlegt. Demnach entscheiden die jeweiligen Bezirksparlamente in eigener Zuständigkeit über das Sujet. So kam es in den Parlamenten der Innenstadt, von Ehrenfeld, Nippes und Kalk bereits zu entsprechenden Entscheidungen, die Parkplätze vor einem Gastronomiebetrieb im Zeitraum März bis Oktober in Sitzgelegenheiten umzuwandeln, falls keine Aufenthalts- und Bedienungsmöglichkeit auf dem Gehweg besteht. Eine aktuelle Sonderregelung verfügt die ganzjährige Umwandlung von Parkflächen, die sich unmittelbar vor einer Gastronomie befinden, sowie von bis zu zwei Parkplätzen neben der Stätte in gastronomische Nutzungsflächen.

BAUSTART SPIELPLATZ KLETTENBERG-PARK/LUXEMBURGER STRASSE

Die Bauarbeiten für den neuen Spielplatz im Klettenbergpark an der Luxemburger Straße haben begonnen! Wenn alles nach Plan läuft, können sich Kinder und Eltern im Sommer über die neue Spielfläche freuen.

Der Spielplatz wird nicht nur für Kinder spannend – auch sportlich Aktive und Ruhesuchende kommen auf ihre Kosten. Geplant sind eine Calisthenics-Anlage, eine Slackline, ein Kletterfelsen und ein Kletterholzparcours. Außerdem wird es eine Tischtennisplatte geben. Für entspannte Momente sorgen Sitzgelegenheiten wie Bänke, Chillsteine und Holzdecks.





**Kölner Senioren
Gemeinschaft**
FÜR KINDER & FAMILIENMITGLIEDER

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 Uhr

„Wir müssen den Journalismus auf neue Ebenen tragen“

Das Interview führte für die INsülz Thomas Dahl

INsülz & klettenberg im Gespräch mit Journalist, Buchautor und Dozent Professor Dr. Frank Überall

Frank Überall ist einer der bekanntesten Journalisten Deutschlands, der seine Leidenschaft für den Beruf bereits als Schüler entdeckte. An seinem Lieblingskiosk an der Ecke Luxemburger Straße/Siebengebirgsallee traf sich der viel beschäftigte Medienvertreter mit INsülz & klettenberg auf einen Kaffee zum Plaudern.



Fotos: Nonnenmacher

*Frank, in der Öffentlichkeit bist du als Journalist für Print-, Rundfunk- und TV-Medien bekannt. Du trittst zudem regelmäßig als Buchautor in Erscheinung und hältst eine Professur an der Kölner Hochschule Media University inne. Acht Jahre lang warst du darüber hinaus Vorsitzender des Deutschen Journalisten-Verbandes und somit nationaler Interessenvertreter für unzählige Kolleg*innen. Du bist sozusagen auf allen Kanälen präsent. Was macht Frank Überall zwischen den Terminen, etwa, wenn er zu Hause in Sülz ist?*



Frank Überall: Da dürfen wir Klettenberg auf keinen Fall vergessen. Als ich vor rund zehn Jahren aus Porz zunächst auf die Siebengebirgsallee zog, bin ich schnurstracks auf einen Kaffee zum Kiosk gegangen und habe den Besitzer kennengelernt. Hossein hat mir mit dem Getränk direkt noch eine Handvoll Datteln gereicht. Das fand ich sehr herzlich. Mit der Zeit wurden wir Freunde. Mittlerweile lebe ich nebenan in Sülz, aber ich komme immer noch regelmäßig zu diesem Kiosk. Hier trifft man jede Menge interessante Leute. Das liebe ich so an diesem Stadtteil. Er ist extrem urban, aber auch dörflich.

Ist dir eigentlich das Wort „Freizeit“ geläufig?

Frank Überall: Das Problem ist, dass ich in weiten Teilen ein absoluter Workaholic bin. Ich mache meine Jobs mit Leidenschaft. Zur Freizeit muss man mich quasi zwingen. Ich lese aber sehr gern.

Ich weiß aus früheren Gesprächen, dass du dich schon als junger Mensch für den Beruf des Journalisten interessiert hast. Unter anderem hast du für die Schülerzeitung an deiner alten Schule in Volkhoven-Weiler geschrieben. Du hast deinen Weg konsequent verfolgt. Würdest du den Job nach wie vor jungen Menschen empfehlen?

Frank Überall: Absolut. Journalist ist einer der schönsten Berufe der Welt. Man sollte ihn aber tatsächlich nur ausüben, wenn man dafür brennt.

Was hat sich an den Rahmenbedingungen verändert?

Frank Überall: Früher mussten wir unseren Job nicht erklären, heute schon. Menschen fragen, ob die Re-

gierung uns die Berichte vorschreibt. Wir müssen intensiver auf die Leute eingehen. Das ist auch vollkommen okay, aber nicht alle fragen freundlich. Um viel Geld zu verdienen, ist der Job vermutlich nicht geeignet. Wer das anstrebt, sollte sich etwas anderes suchen. Ich möchte nicht reich werden, sondern glücklich, und in meinem Beruf bin ich das.

Was treibt dich an?

Frank Überall: Gerade im Zeitalter von „Fake News“ hat der Wert von Fakten eine hohe Bedeutung, und die Journalist*innen tragen nach wie vor eine große Verantwortung, diese Wirklichkeit zu vermitteln. Wir müssen den Journalismus auf neue Ebenen tragen, um die Menschen zu erreichen. Ein Beispiel dafür sind die Kolleg*innen von CORRECTIV. Deren Recherchen zum Plan einer systematischen Vertreibung von Bürger*innen wurden für eine szenische Bühnenlesung am Berliner Ensemble zur Verfügung gestellt und halfen, die angedachte Vertreibung von Millionen Menschen publik zu machen. Es geht auch darum, gänzlich neue Wege zu beschreiten, um junge Leute zu erreichen, etwa News-Games, also Computerspiele, die in einer Umgebung angelegt sind, die aktuelle Themen widerspiegeln.

Du bist auch ein gefragter Referent und Interviewgast an Schulen. Was wollen die Jugendlichen von dir wissen?

Frank Überall: Das ist ganz unterschiedlich. Sie wollen wissen, wie der Alltag als Journalist aussieht und warum man den Journalismus eigentlich braucht – man habe doch die sozialen Netzwerke. Ich argumentiere dann mit der Vielfalt unabhängiger Informationen.

Apropos „Vielfalt“, warum gibt es nicht mehr unabhängige Verlage, beispielsweise in Köln?

Frank Überall: Dazu muss man erst einmal festhalten, dass es schwierig ist, mit dem Journalismus Geld zu verdienen. Aber wir haben in Köln die ehrwürdige Stadtrevue und das Onlinemagazin Report-K. Geld ist immer noch der Angelpunkt. Man kann professionellen Journalismus nicht umsonst machen.

Würdest du sagen, es ist notwendig, möglichst facettenreich aufzutreten, um als Journalist zu existieren?



Frank Überall: Na ja, es braucht natürlich nicht nur Rampensäue, die sich keine Bühne entgehen lassen. Ich war in den letzten Jahren permanent unterwegs. Aber ich mag das. Im März startet im Klüngelpütz-Theater übrigens meine neue Talkreihe, in der Menschen aus der Stadtgesellschaft vorgestellt werden, die für den Gedanken der Gemeinschaft stehen. Leider darf ich noch keine Namen nennen, aber es wird sicherlich hochinteressant. Wir haben bis zum Sommer drei Veranstaltungen geplant.

Aber um zurück auf deine Frage zu kommen, so eine Vielfältigkeit ist eher als Freiberufler möglich. Ab dem ersten März kommt es da auch bei mir zu einer Neustruktur. Dann beginne ich eine Tätigkeit als Chefreporter für die Kölnische Rundschau. Die Prioritäten ändern sich also.

In welchem Bereich wirst du dort arbeiten?

Frank Überall: Ich bin natürlich ein politischer Mensch und somit ein politischer Journalist, werde mich aber auch mit der Wirtschaft und anderen Themen befassen.

Ich kann dir eine inflationäre Frage nicht ersparen, da sie immer wieder aussagekräftige Antworten her-

vorbringt. Welche noch lebende Person würde Frank Überall gern mal interviewen?

Frank Überall: Wolfgang Niedecken. Ich war total überrascht, dass er mich Jahre nach einem Treffen noch wiedererkannt hat. Er ist für mich ein Phänomen, der mit seiner Musik mein Leben geprägt hat. Ja, definitiv Wolfgang Niedecken.

*Du weißt, wir Leser*innen lieben Zahlen. Was war in letzter Zeit dein bestgeklickter Beitrag?*

Frank Überall: Tatsächlich die Denkmalenthüllung für Hans Süper mit über 25.000 Klicks bei kivvon.com (Medienplattform, für die Frank Überall als Chefreporter tätig war, Anm. d. Verf.). Da habe ich echt einen Nerv getroffen.

Kommen wir zu deinem aktuellen Buch. Wie sind die Resonanzen auf „Deadline für den Journalismus“?

Frank Überall: Ich bin sehr zufrieden und hatte viele gut besuchte Veranstaltungen dazu. Der Trierische Volksfreund hat gleich auf einer ganzen Seite darüber berichtet. Mir ist klar, dass viele Leute denken, „Oh Gott, noch einer, der über Journalismus schreibt“, aber die meisten scheinen sich darauf einzulassen. Mehre-



Hier erfüllen
Sie nebenbei
Herzenswünsche.

Jährlich fördern wir

2.400

gemeinnützige
Projekte



hiermitherz.de

Als Sparkasse KölnBonn fördern wir über 2.400 gemeinnützige Projekte und Initiativen hier in der Umgebung.

Auf unserer regionalen Spendenplattform können auch Sie mit Ihrer Spende helfen.

Finden Sie jetzt Ihr Herzensprojekt!

Füreinander Hier.

 Sparkasse
KölnBonn



Fotos: Nonnenmacher

re Landeszentralen für politische Bildung haben eine Sonderausgabe des Buches herausgegeben.

Nach dem Schreiben ist vor dem Schreiben. Arbeitest du schon an einem neuen Werk?

Frank Überall: Das letzte Buch war gar nicht vorgesehen, da ich gerade meinen Job bei KiVVON angefangen hatte. Jetzt bin ich wieder in der gleichen Situation. Damals war die Zusammenarbeit mit dem Verlagslektor Alexander Behrens grandios. Wir sind in Kontakt geblieben, und nun steht wieder ein Projekt an. Es gibt erste Ideen, aber die sind in einem solch frühen Stadium, dass ich noch nicht darüber reden möchte.

Letzte Frage: Wie sollte man niemals in einen journalistischen Beitrag einsteigen?

Frank Überall: Man sollte nie die TV- oder Radio-Liveschalte mit „Ich stehe hier ...“ beginnen und niemals enden mit „... bleibt abzuwarten“.

Herzlichen Dank für das Interview! ■ td



LESETIPP:

„Deadline für den Journalismus - Wie wir es schaffen, nicht zur Desinformationsgesellschaft zu werden“,
 Frank Überall, Dietz-Verlag,
 224 Seiten, 22 Euro,
 ISBN 978-3-8012-7063-6

K.T.R. K.

Wunder der Natur in meisterhaftes Glück verwandelt.
 Unikat Schmuckstücke aus deinem Veedel!

10 Jahre

GOLDSCHMIEDEMEISTERIN KATRIN SCHÄFER
 WEYERTAL 40 • 50937 KÖLN-SÜLZ
 T • 0221 46009013
 INFO@KTRN.DE • WWW.KTRN.DE

Öffnungszeiten:
 Di - Fr: 11 - 13.45 & 15.15 - 19.00 Uhr
 Sam: 11.30 - 16.00 Uhr
 Termine gerne nach Vereinbarung.

Hildegart Scholten: Das Interview führte für die INsülz
Hanka Meves-Fricke

Die Frau mit dem großen Humor

Ich spiele nicht, ich bin

Hildegart Scholten ist Kabarettistin und eine Kunstfigur. Sie hat uns verraten, wer hinter ihr steht und warum sie Kabarett, Köln und Sülz mag.



Wann und warum ist aus Ihnen Hildegart Scholten geworden?

Hildegart Scholten: Frau Scholten war immer in mir und ist vor bald 20 Jahren zum ersten Mal aufgetreten. Schon als Kind habe ich die Bühne geliebt. In meinen Programmen reflektiere ich mein Leben. Das ist für mich gut, aber das kann auch jede*r aus dem Publikum gebrauchen. Ich finde es wichtig, dass man zwischen der Welt, was man selbst sein möchte und wie man ist, reflektiert. Frau Scholten bringt Menschen in die Situation, ruft so Gefühle hervor und bespricht diese mit dem Publikum. In ihrer unspektakulären Art ist Hildegart Scholten besonders.

In Ihren Programmen spielen Familie, Freunde und Bekannte eine große Rolle. Warum?

Hildegart Scholten: Ich bin Ansprechpartnerin, spreche gern Leute an, tausche mich mit ihnen aus. Aus meinen Erlebnissen von meiner Kindheit bis heute schöpfe ich für meine Programme und bringe auf die Bühne, was mich berührt und – ich denke – auch mein Publikum bewegt.

Was sind für Sie wichtige Themen?

Hildegart Scholten: Frau Scholten sind Verantwortung und soziale Kompetenz wichtig. Da sitzt jemand im Publikum und ist Projektmanager für erneuerbare Energien. Da ist es dann, das Thema zwischen Hildegart Scholten und dem Publikum „Erneuerbare Energien“: Windenergie ist gut und wichtig, aber wie kann Wind erneuerbar sein? Wenn der Wind vorbeigerauscht ist, dann ist er doch weg. Oder rechnet man mit Gegenwind. Mit Rückenwind ist Fahrrad fahren noch besser.

Sie sind auf einem Bauernhof mit Gasthof mit vielen Geschwistern aufgewachsen. Was ist Ihnen für Ihre Programme aus dieser Zeit wichtig?

Hildegart Scholten: In meiner Kindheit habe ich gelernt, vieles auf dem Hof allein zu machen. Dafür mussten wir aber auch Verantwortung übernehmen. Wir durften Feuer machen, aber nichts abfackeln. Wir mussten mit dem Fahrrad zur Schule fahren, egal, welches Wetter war, und ich bin immer gut angekommen. Aber manches war auch so, dass ich mich gefragt habe, warum jetzt nicht meine Eltern an meiner Seite waren. Zudem sind wir oft umgezogen, weil sich unsere Eltern um ihre alten Eltern gekümmert haben, also sehr sozial waren.



Warum sind Sie nach Köln, wann nach Sülz gekommen?

Hildegart Scholten: Ich bin auf dem Dorf groß geworden und in eine wunderbare Schule gegangen, in der junge Lehrer*innen uns alle durch die Prüfungen gebracht haben. Als wir dann zur Abifahrt in Köln waren, habe ich mich sofort in die Stadt verguckt und bin dann zum Studium hierhergekommen und hier in Sülz geblieben.

Was macht Köln, was Sülz aus?

Hildegart Scholten: Köln ist die nördlichste italienische Stadt. Köln ist nicht schön, aber hier kennt man alle, und man kann die Stadt an einem Tag durchqueren. Die Menschen hier sind offen und kommen schnell ins Gespräch. Wenn man jemanden kennengelernt hat, kennt man ihn oder sie auch 30 Jahre später noch. So ist auch Sülz. Selbst wenn ein Besitzer eines Ladens wechselt, bleibt die Bedienung meist. Und Sülz ist wie ein Dorf: Kirche, Schule, Wohnung, alles hier in der Nähe.

Während wir vor der Cantina Mexicana an einem Tisch sitzen und uns unterhalten, halten drei Leute an, begrüßen Frau Scholten und damit die Frau, die hinter ihr steht, und uns freundlich und halten einen kleinen Plausch.

Und wer steckt hinter Hildegart Scholten?

Hildegart Scholten: Im wahren Leben heiße ich Maria Luise Winkendick und arbeite als Lehrerin an einem Berufskolleg. In Teilzeit stehe ich im Klassenraum, abends trete ich auf. Die Arbeit als Lehrerin ist auch ein wenig so, als würde ich auf der Bühne stehen. Jedenfalls ist mein Unterricht 100-prozentig lustiger geworden, seitdem ich Kabarett mache.



Fotos: Nonnenmacher

Mögen Sie Ihre Arbeit am Berufskolleg?

Hildegart Scholten: Auf jeden Fall. Ich liebe es, wenn die Schüler*innen gar keine Lust aufs Lernen haben und ich es schaffe, sie mit Humor aus der Reserve zu locken. Zudem kann ich dadurch alle Kinder- und Jugendeinrichtungen kennenlernen, weil meine Schüler*innen dort lernen und arbeiten. So bleibe ich ständig mit jungen Leuten in Kontakt.

Was unterrichten Sie?

Hildegart Scholten: Meine Fächer haben mit Sport und darstellender Kunst zu tun. Das passt sehr gut. Ich lasse meine Schüler*innen spielen, richtige Spiele, die Spaß machen, und Bühnenspiele, die ebenfalls Spaß machen. Spielen ermöglicht, bestimmte Lebenssituationen nachzuspielen und damit gemeinsam etwas zu schaffen. So kommen Menschen mit völlig verschiedenen Hintergründen zusammen, drehen zum Beispiel einen Film, in dem jemand theatralisch dramatisch stirbt, und berühren damit andere. Das macht ihnen Freude und denen, die es sehen.

Wie erarbeiten Sie Ihre Programme?

Hildegart Scholten: Vieles, was ich erzähle, habe ich erlebt. Die Briefe meiner Eltern an mich gibt es wirklich, auch meine Familie. Ich habe tatsächlich einen Einbrecher mit einem gruseligen Satz aus meiner Wohnung vertrieben. Zu diesen Themen arbeite ich mit einem Coach, Klaus Findl, zusammen. Daraus wird dann mein Programm. Es sollen Geschichten sein, die mich selbst berühren. Nur so kann ich mein Publikum berühren.

Womit sind Sie aktuell unterwegs?

Hildegart Scholten: „An guten Tagen mach' ich Dir die Königin der Nacht“. Das ist mein Opernprogramm, in dem ich die Welt der Oper aus den Augen der Hildegart Scholten zeige und das Publikum im Klingelpütz-Theater zum Singen bringe. Dafür habe ich Gesangsunterricht bei Isabel Dürr genommen und bringe alle zum Singen, ob sie singen können oder auch nicht. Mit „Weihnachtsehrlich“ war ich vor dem Fest unterwegs. Ich lade mein Publikum zu Familie Scholten ein, wo viel vorbereitet, gekocht und gebacken wird und so mancher deshalb sterben muss, in jedem Fall die Gans oder andere Tiere, die in den Kochtopf kommen. Und dann erzähle ich auch, dass meine Brüder ein Luftgewehr, ich jedoch ein Backblech zu Weihnachten bekommen habe. Also insgesamt ein besinnliches Weihnachten mit großen Geschenken, die eben nicht für alle groß sind. Weitere Programme sind „Grottenehrlich“, so wie Frau Scholten eben ist, und „Gefühlsecht“.

Was hat „Gefühlsecht“ mit Ihren Eltern zu tun?

Hildegart Scholten: In diesem Programm geht es um die Post meiner Eltern, die ich schon als Kind komisch fand. So bringe ich sie wieder zum Leben und kommentiere vor allem, was zwischen den Zeilen steht.

Sind Ihre Programme nicht sehr privat?

Hildegart Scholten: Nein, ich nehme nur mein verkorkstes Leben und mache daraus Kunst. Ich bin nicht gern allein durch Regen und Sturm mit dem Fahrrad zur Schule gefahren. Auch in anderen Lebenssituationen habe ich gedacht, dass es anders laufen könnte.

Aber Frau Scholten ist nicht in alte Zeiten verliebt?

Hildegart Scholten: Sie ist ganz und gar nicht nostalgisch. Sie lacht über sich selbst, wie das Leben war, und das bringt auch die anderen zum Lachen.

Und dann verfälschen Sie die Geschichten?

Hildegart Scholten: Ich erzähle sie anders, etwas anders, als ich sie erlebt habe. Als Lehrerin spiele ich zum Beispiel mit Schüler*innen Spiele, die Spaß machen und die sie im Kindergarten einsetzen könnten. Auf der Bühne würde ich erzählen, dass ich mit denen Verstecken spiele. Dann sollen sich alle verstecken. Dann würde ich den „Lahmsten“ auswählen, der sie suchen soll, und schon ist die Stunde rum.

Warum tritt Frau Scholten in Stretch in Beige und Hellblau auf?

Hildegart Scholten: Frau Scholten trägt Stretch, weil das bequem und gut ist. Das könnte man sogar anhaben, wenn man beerdigt wird. Beige und hellblaue Farben stehen ihr, und das macht den Reiz von ihr aus. Zu mir passt eben klassische Kleidung, und ich bin der Star in Stretch. Dann sag ich auch manchmal zum Publikum: „Sehen Sie, so sieht es aus“ – und zeige dabei auf mich – „reich, berühmt und schön, und jetzt schauen Sie sich an, das ist die andere Seite der Medaille.“

Verraten Sie uns noch zuletzt, was Sie in Ihrem Turnbeutel verstecken?

(Sie lacht, während sie den Beutel öffnet und ausräumt.)



Hildegart Scholten: Da ist alles, was Hildegart Scholten auf der Bühne braucht, eine Wundertüte voller Bühnengeheimnisse und vor allem ihr Handy, mit dem sie mit ihren Eltern telefoniert.

Gibt es schon Pläne für zukünftige Programme?

Hildegart Scholten: Ja! Der Arbeitstitel ist: „Ich kann vor lauter Nächstenliebe nicht schlafen“. Frau Scholten wird übrigens neu eingekleidet werden. In das Beige und Hellblau soll ein bisschen mehr Glamour hinein. Das macht sie mit Pailletten in einer festlichen Version. Da wünsche ich mir, dass die Leute dann sagen: „Ach, die Frau Scholten ist auch eine Diva.“

Vielen Dank für das Gespräch ■ hmf

www.frauscholten.de

PHOTOGRAPHIE
NONNENMACHER

Menschen
Industrie
Stills
Landschaften

Telefon +49 221 5506409
nonnenmacher-photographie.de

seit 1886

**DEUTSCH
BESTATTUNGEN**

Münstereifeler Straße 43 · 50937 Köln

TEL. 0221 - 9 440 550

www.deutsch.koelner-bestatter.de

**WENN DER MENSCH
DEN MENSCHEN BRAUCHT.**

Im Stadtmuseum gibt es viel zu entdecken und zu spielen

Kennt ihr die berühmteste Sage von Köln? Oder wisst ihr, wie Köln riecht? Wir haben uns im Stadtmuseum von Köln umgeschaut. In dem neuen Schau- fenster der Stadt gleich in der Nähe vom Dom in der Minoritenstraße 13 haben wir eine Klasse der Förderschule Pestalozzistraße begleitet. Museumslehrer Frank Hartmann hat uns dabei gezeigt, was Kinder hier alles erleben können. Er hat diesmal seine Führung extra spielerisch gestaltet, um den Schüler*innen die Stadt Köln und ihr Museum nahezubringen.

Die Heinzelmännchen

Natürlich kennt ihr bereits die Sage von den fleißigen Geistern, die früher den Kölnerinnen und Kölnern die Arbeit abgenommen haben. Sicher habt ihr davon gehört, dass eine neugierige Schneidersfrau sie vertrieben hat, weil sie wissen wollte, wie sie aussehen. Doch welchen Handwerkern haben die Heinzelmännchen damals noch geholfen außer dem Schneider? Und was hat die Schneidersfrau auf die Treppe geworfen, damit sie diese hinunterpurzeln?

Die Schülerinnen und Schüler haben die Sage im Museum nachgespielt. Dazu bekam die Schneidersfrau eine Haube auf den Kopf und eine Laterne in die Hand. Der Bäcker tat so, als trüge er einen schweren Sack mit Mehl, der Schreiner, als nähme er eine Säge in die Hand. Und die Heinzelmännchen setzten rote Zipfelmützen auf. Übrigens ist das Original der Figur der Schneidersfrau des Heinzelmännchenbrunnens ganz in der Nähe des Museums aus Sandstein und steht im Stadtmuseum.

Im Grün, Sandgelb oder Blau entspannen

Den Brunnen wollten dann natürlich alle sehen. Frank Hartmann hat einen kurzen Spaziergang zwischen die Führung geschoben, um uns da-



Foto: Meves-Fricke



von zu überzeugen, dass die Verkleidungen der Schüler*innen sehr gut passten. Und da schönstes Wetter war, haben wir auch noch den Kölner Dom bewundert, der ganz in der Nähe die Stadt überragt. Seine Türme sind 157 Meter hoch, und er gehört zu den weltweit größten Kirchen im gotischen Stil. Gotisch steht für die spitzen Fenster- und Türbögen und die vielen Verzierungen und Streben am Bau.

Ein Modell von vor 500 Jahren

Doch im Stadtmodell, das im Museum zu bewundern ist, sieht der Kölner Dom ganz anders aus. Vor 500 Jahren war er noch mitten im Bau. Nur der Teil mit dem goldenen Sarg der Heiligen Drei Könige war fertiggestellt. In der Mitte des Doms klaffte eine Lücke, und am Ende, dort, wo heute die zwei Türme in den Himmel ragen, stand ein Holzkran auf den halbfertigen Türmen. Zudem zog sich um die Stadt eine dicke Mauer mit Toren, die nachts verschlossen wurden.

Es riecht nach ...

Doch nicht nur schauen könnt ihr im Stadtmuseum. Ihr könnt auch den Duft von Köln riechen. Im Untergeschoss gibt es eine Riechstation. Wenn ihr auf einen Knopf drückt, entweicht der Geruch des ersten Parfüms, das die Stadt Köln als Wasser von Köln, auf Französisch Eau de Cologne, berühmt gemacht hat. Doch das ist nicht das Parfüm 4711, sondern es heißt Farina nach seinem Erfinder.

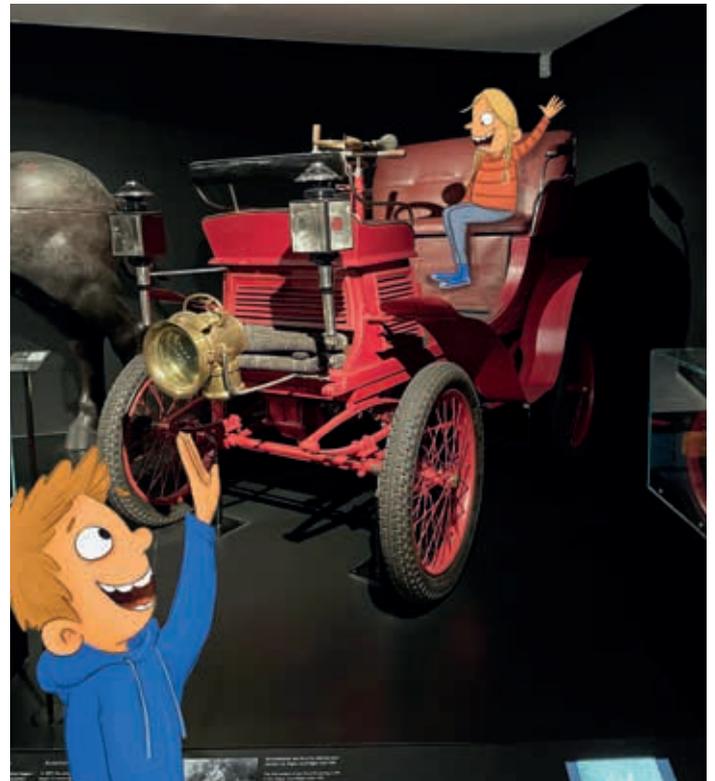


Eine Handpuppe zum Anfassen ...

Für gewöhnlich heißt es immer in Museen, dass ihr nichts berühren sollt. Aber hier im Stadtmuseum gibt es besondere Ausstellungsstücke. So könnt ihr eine echte Hänneschen-Puppe in die Hand nehmen und schauen, wie die Puppenspieler*innen eine solche bewegen. Das ist gar nicht so einfach.

Ein Auto aus Süß

Ein vor 125 Jahren gebautes Fahrzeug könnt ihr ebenfalls im Stadtmuseum bestaunen, das zugehörige Fabrikgebäude in



der Marsiliusstraße 20 im Hinterhof ansehen. Die Passagiere schauten sich in der Kutsche an. Die Mechaniker nannten es deshalb „Vis-à-Vis“, auf Französisch „gegenüber“. Eine Person saß auf dem Kutschbock, eine andere warf das Gefährt mit der Kurbel an. Glänzend rot poliert strahlte der Wagen. Laut tuckerte er los. „Platz da!“, mögen die Fahrer*innen gerufen haben und bremsen mit Pedal- und Außenbremse. Der Wagen konnte ein Tempo von 25 Kilometern pro Stunde erreichen, so schnell wie heute Fahrradrennrad-Fahrer*innen unterwegs sind. In einer Zeit, in der Pferdekutschen zumeist fünf bis höchstens 15 Kilometer pro Stunde fuhren, war dies rasend schnell.





Am Ende Spiel und Spaß

Nach dem Besuch des Museums und des Heinzelmannbrunnens in der Stadt gab es auch noch Spiel und Spaß. Wir haben mit Tonmurmeln so um die Wette gespielt, wie es Kinder vor mehr als 100 Jahren schon taten. Und wir haben auf Bienenwachstafeln mit einem Metallgriffel geschrieben. Das Tolle an den Griffeln ist, dass ihr mit der etwas breiteren Rückseite alles Geschriebene und Gemalte wieder wegradieren könnt. Dann haben wir einen Kreisel mit einer Schnur an einem Stab zum Drehen gebracht. Das war gar nicht so einfach. Und zuallerletzt haben wir uns angeschaut, welche Kostüme es

noch im Stadtmuseum gibt. Da können Kinder in Kleider alter Zeiten schlüpfen, und am Stoff könnt ihr erkennen, ob das die Kleidung eines Fürsten oder eines Bauern war.

Spielen für Erwachsene verboten

Vor vielen Jahren waren Spiele wie Kegeln übrigens nicht nur bei Kindern, sondern auch bei Erwachsenen sehr beliebt. Diese spielten um Geld, das damals noch rarer, also weniger vorhanden war als heute. Einige verspielten dabei ihr gesamtes Hab und Gut. Und manche stritten sich so sehr beim Spiel, dass andere sie kaum auseinanderbrachten. Darum wurde das

Kegeln dann an manchen Orten verboten.

Wenn ihr noch mehr über das Stadtmuseum erfahren wollt, dann geht doch mit eurer Klasse oder mit euren Eltern dorthin. Kinder zahlen keinen Eintritt.

Und wenn ihr noch mehr über Köln, seine Sagen und Geschichten erfahren wollt, dann lest im Bilderbuch unserer Autorin Hanka Meves „Unser Köln“ nach.



Lesetipp

Unser Köln

Hanka Meves und Julia Echternach
Windy Verlag, 18 Euro

Gewinnspiel

Spielt mit und gewinnt

Wir verlosen drei Bilderbücher „Unser Köln“ an die Kinder, die uns neben dem Schneider, dem Bäcker und dem Schreiner noch einen weiteren Handwerker nennen können, dem die Heinzelmannchen früher geholfen haben.

Schickt eure Antwort einfach an office@insuelz.com.
Bei mehreren richtigen Einsendungen entscheidet das Los.
Der Einsendeschluss ist der 30. Juni 2025.

Wir für Pänz

„Nicht jedes Kind hat optimale Startbedingungen in seinem Leben. Doch was kann ich als Einzelner tun, damit dies anders wird? Den Kindern starke Partner zur Seite stellen, Partner, die sich für die Kinder einsetzen ... Und genau das hat sich der Kölner Verein wir für pänz e.V. auf die Fahnen geschrieben. Ich unterstütze wir für pänz e.V., weil der Verein dort hilft, wo Hilfe gebraucht wird. Keine Hilfsangebote von der Stange, sondern maßgeschneidert zusammengestellt.“ *Ralph Caspers, Fernsehmoderator aus Köln-Sülz*



Fotos: Hoffmann

Petra Gast, Geschäftsführerin des gemeinnützigen Vereins für pänz e.V.

Wenn das eigene Kind krank ist oder eine Behinderung hat, ist es schwer, Familie und Beruf unter den Hut zu bringen, für den Unterhalt und die Wohnung zu sorgen und für die Geschwister da zu sein. Manche Kinder sind schwer krank und/oder lebensverkürzend erkrankt. Diese Familien brauchen Unterstützung, diese Eltern auch einmal Zeit für sich selbst.

Verein, der Familien unterstützt

wir für pänz e.V. ist ein Kölner Verein, der sich seit 36 Jahren um Familien, die Kinder mit Krankheit oder Behinderung haben, kümmert. Er bietet ihnen professionelle Pflege und sozialrechtliche Unterstützung, einen Treffpunkt, Beratung und hat sogar eine eigene inklusive Kindertagesstätte gegründet, in der das Motto von wir für pänz e.V. gelebt wird: Kölner Kinder brauchen Verbündete, und zwar alle Kinder. „Uns ist es besonders wichtig, dass Kinder nicht unnötig lange im Krankenhaus bleiben müssen, sondern dass die Familien zu Hause Unterstützung bekommen“, erläutert die Geschäftsführerin des gemeinnützigen Vereins, Petra Gast. „Wir beschäftigen Fachkräfte, denn Familien, in denen ein Kind beatmet werden muss oder eine schwere Krebserkrankung hat, brauchen genau diese fachliche Unterstützung“, ergänzt sie. „Dabei leiten unsere examinierten Pfleger*innen die Eltern an, möglichst viel selbst zu übernehmen, damit die Familie in ihrer Einheit gestärkt wird und möglichst selbstständig leben kann.“

Das A bis Z von wir für pänz e.V.

Obleich die eigentlichen Leistungen in der Kinderintensivpflege von den Krankenkassen übernommen werden, sind nicht alle Leistungen, die wir für pänz den Familien anbietet, Krankenkassen- oder Jugendhilfeleistungen. Aus diesem Grund hat der Verein „sternenpänz“ gegründet. Das Projekt unterstützt lebensbedrohlich oder lebenslimitierend erkrankte Kinder und deren Familien. So können zum Beispiel die Pflegekräfte die Eltern und Kinder zu einem Arzttermin begleiten. Im vergangenen Jahr war es besonders bewegend, dass ein Mädchen mit Beatmungsgerät durch „sternenpänz“ mit einem speziellen Krankenwagen zum Sommerfest von wir für pänz e.V. gefahren werden konnte.

Neben der häuslichen Kinderkrankenpflege bietet der Verein Beratung und Prävention für Kinder und Familien an. Zum A bis Z von wir für pänz e.V. gehören unter anderem die

Ambulante Kinder- und Jugendhilfe, das Ambulant Betreute Wohnen, die Eingliederungshilfe, das heißt die pädagogische Schul- und Kindertagesstätten-Begleitung, die medizinische Schul- und Kindertagesstätten-Begleitung, familienunterstützende oder -entlastende Hilfen sowie das F.i.Z., das Familienhaus in Bocklemünd, Mengenich. Neben dem Leistungsspektrum bietet der Verein Freizeitprojekte für Kinder mit Krankheit und/oder Behinderung und Eltern-Kind-Gruppen an.

Fachkräfte willkommen

„Natürlich sind für uns Spenden wichtig“, betont Petra Gast, „doch vor allem suchen wir Fachkräfte, damit wir mehr Familien unterstützen können als bisher. Und Sie können mir glauben, dass unsere Arbeit nicht nur für uns im Büro, sondern auch im ambulanten Bereich insgesamt sehr sinnstiftend und erfüllend ist.“ ■ hmf



■ wir-fuer-paenz.de

Spendenkonto:

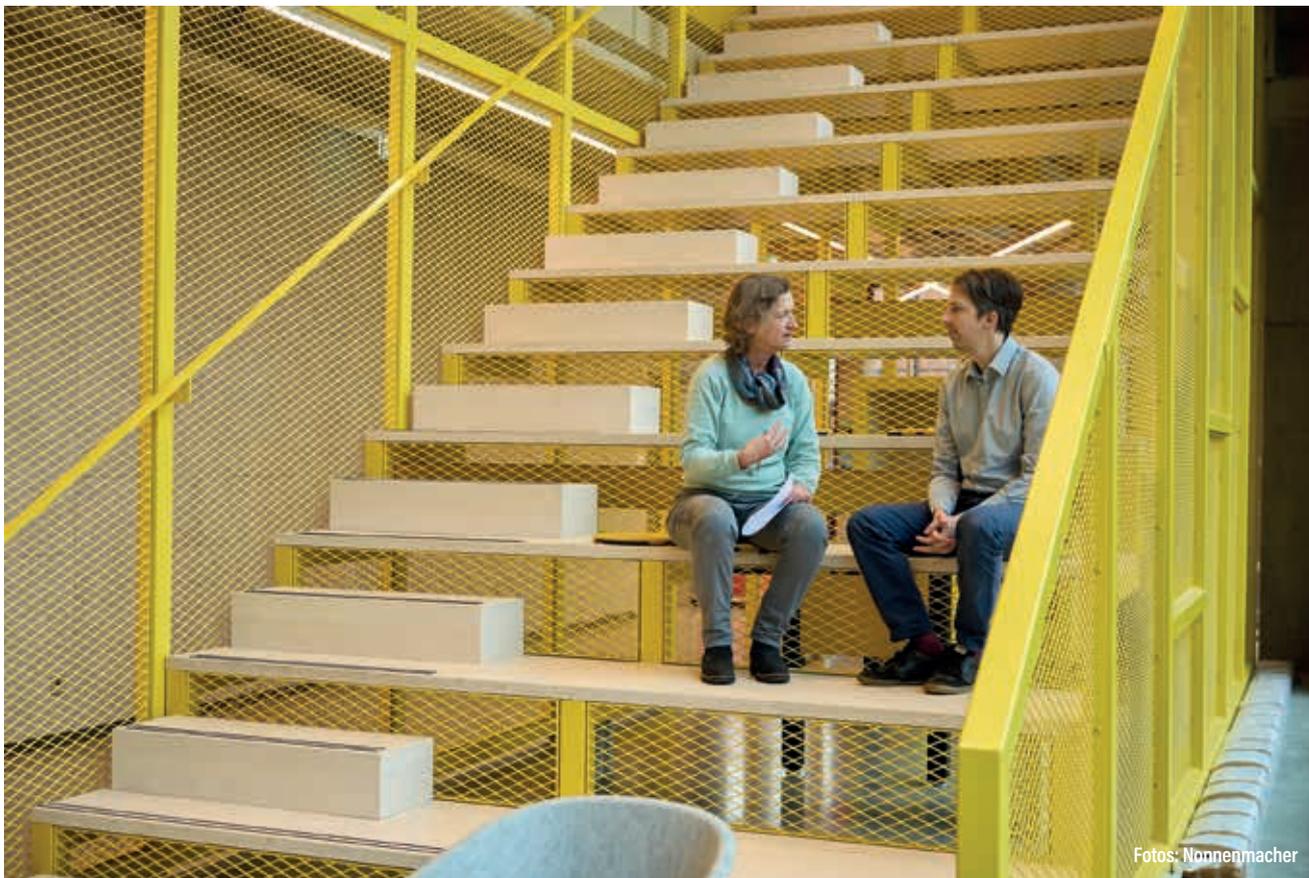
Sparkasse Köln/ Bonn

Kontonummer: 1900 411 149

BLZ: 370 50 198

IBAN: DE58370501981900411149

BIC: COLSDE33XXX



Innovativ und nützlich: Ideen werden zu Start-ups

Von Dorothee Mennicken

Das hochragende Gebäude mit einer Fassade aus braunen Metallrippen, durch die hindurch man ein strahlend gelbes Treppenhaus sehen kann, wird InnoDom Cologne genannt. Es steht seit fast zwei Jahren im Weyertal. Hier bei Gateway werden innovative Ideen aus Kölner Hochschulen, also der Universität, der Technischen Hochschule, der Deutschen Sporthochschule, der Rheinischen Hochschule und der CBS International Business School, entwickelt und für die Gesellschaft nutzbar gemacht.

Aus Theorie wird Praxis

Die Zukunft neuer Geschäftsideen von Studierenden, Professor*innen und wissenschaftlichen Mitarbeiter*innen und die Gründung neuer Unternehmen, sogenannter Start-ups, stehen im Mittelpunkt der Arbeit des im InnoDom beheimateten Gateway Exzellenz Start-up Centers der Universität Köln. Es arbeitet bereits seit 2019, vorher an anderen Standorten. 40 Mitarbeiter*innen kümmern sich darum, dass Wissen nicht verloren geht, sondern in einer Kultur unternehmerischen Denkens und Handelns konkret umgesetzt wird zum Nutzen der Gesellschaft. Insgesamt sind bisher schon mehr als 150 Gründungsteams aus den unterschiedlichsten Fachrich-

Im InnoDom im Weyertal entwickelt das Gateway Exzellenz Start-up Center aus akademischem Wissen unternehmerisches Denken zum Nutzen der Gesellschaft.

tungen betreut worden. Darunter waren Start-ups, die neue technische Lösungen suchen oder ökologische Innovationen vorantreiben ebenso wie neue Ideen für das Gesundheitswesen, die Verschlinkung oder Digitalisierung von Bürokratie oder die Entwicklung neuer Wege, zum Beispiel durch Apps im Verhältnis zwischen Handel und Konsument*innen.

Transfer von Wissen in fortschrittliche Entwicklungen

Einer von ihnen, Frederik Lindner, Head of Start-ups & Acceleration, so sein offizieller Titel, also der Teamleiter der Coachs, die junge Gründer*innen aus dem universitären Umfeld unterstützen, erläutert uns die Arbeitsweise des Gateway Exzellenz Start-up Centers: „Wir spüren Gründungsinteressierte in den einzelnen Fakultäten

auf, tragen unternehmerisches Denken und Handeln an sie heran und begleiten sie bei einer möglichen Gründung.“ Dafür gibt es für jede der sechs Fakultäten an der Kölner Uni sogenannte Transferscouts. Sie gehen zu den Forschenden und bringen ihnen den Gedanken näher, ihre Erkenntnisse für konkrete Fortschritte in Wirtschaft und Gesellschaft zu nutzen.



Frederik Lindner,
Teamleiter
der Coachs
im Gateway
Excellenz
Start-up
Center

„Wenn man an der Uni zum Beispiel neue Methoden für die CO₂-Reduzierung findet, dann kann eine Unternehmensgründung sinnvoll sein, damit sie praktische Anwendung finden“, so Lindner. Wissenschaft soll nicht theoretisch bleiben, sondern auch angewendet werden, um Probleme in der Gesellschaft zu lösen und außerdem noch Gewinn zu erwirtschaften.

Zwei Programme unterstützen bei Entwicklung und Vermarktung

Eine Gruppe von erfahrenen Coachs im Gateway Excellenz Start-up Center unterstützt Start-ups dabei mit zwei Programmen. Frederik Lindner, selbst bereits seit fünf Jahren hier tätig, erläutert sie: „Der Inkubator ist ein Programm für die frühphasige Unterstützung, in der neue Geschäftsideen ‚ausgebrütet‘, also geprüft, getestet und ausgestaltet werden. Das kann durch Methoden der empirischen Sozialforschung wie etwa Umfragen sein oder auch durch kleine Tests in Fußgängerzonen oder Ähnliches passieren.“ So wird abgewogen, ob sich die jungen Leute auf dem richtigen Weg befinden und nicht in eine Sackgasse geraten, die am Bedarf vorbeigeht. „Der Accelerator kommt später zum Einsatz“, so Lindner, „wenn es um die konkrete Gründung und Markteinführung geht. Wir entwickeln gemeinsam Businesspläne, unterstützen zum Beispiel bei der Suche nach Geldgeber*innen wie Banken oder Finanzinvestor*innen. Wir helfen dabei, Geschäftsideen marktreif zu entwickeln, und vermitteln Wissen zu rechtlichen und steuerlichen Grundlagen sowie zur Vermarktung. Es gibt Teams, die wir über Jahre hinweg unterstützen, weil innovative Lösungen oft großen Aufwand erfordern, etwa wenn Prototypen gebaut werden müssen.“

Hinzu kommen Workshops zur Weiterqualifizierung sowie zur Vermittlung von Grundlagenwissen für die Unternehmensgründung und Veranstaltungen zur Vernetzung und Wettbewerbe, wie etwa der Startup Your Idea Contest, bei dessen Finale sich die acht besten und innovativsten Ideen der Kölner Gateway Hochschulen präsentieren. Oder der Gateway Demo Day, bei dem Start-ups aus unterschiedlichen Branchen sich vorstel-

len und ein Start-up-Market die Möglichkeit bietet, mit Investor*innen zu sprechen.

Einladendes und funktionales Ambiente

Das alles passiert in einem Gebäude, das innen hip und angesagt ausgestattet ist. Der InnoDom ist von der Universitätsstiftung gebaut und das Ambiente von einem Architekturbüro gemeinsam mit Gründer*innen entwickelt worden.

Schon das Foyer ist einladend gestaltet mit runden Sitzgruppen, gepolsterten Sitznischen, einem Kicker und einem Café. Das gelbe Treppenhaus, das auch zum Sitzen einlädt, und ein weiterer Like-it-Raum (lümmeln, inspirieren, kommunizieren, erleben, informieren, treffen) in knalligem Türkis sind einladend und funktional zugleich für kleinere Events. Die Etagen bieten offene Co-Working-Spaces, Konferenzräume, Kabinen für Telefonate und Videokonferenzen – alles ist hell und modern und mit schallschluckenden Materialien ausgekleidet. Die Start-ups finden hier eine kreative Umgebung vor, mit einer Grundausstattung, die, durch Drei-D-Drucker, Kaffeemaschine und Küchenzeile ergänzt, schon so manche Idee zur Marktreife gebracht hat.

Ein Start-up, das es geschafft hat, ist Plastic to Beans, den meisten Bewohner*innen von Sülz, Lindenthal und Klettenberg bekannt durch das Café Impact auf der Luxemburger Straße. Auch zurzeit werden wieder viele spannende Ideen im InnoDom entwickelt. Drei davon will die INsülz in nächster Zeit in lockerer Folge vorstellen: Grievy, ein Start-up, das eine digitale Trauerbegleitung entwickelt. Rivopump, dessen Team Wasserpumpen zur Felderbewässerung in Afrika baut, die keine Energie verbrauchen. Und Pixit, eine GmbH, die die Unternehmensfotografie mithilfe von künstlicher Intelligenz revolutionieren will. ■ dm

Kreative Räume für kreatives Potenzial bieten viel Raum für innovative Ideen.



simplify
your Business



Microsoft Teams Einfach smart effizient nutzen

Lerne direkt von unseren Profis.
Jetzt Webinare sichern!



Alle Webinare
entdecken und
einfach hier
kostenlos anmelden.

seminare.simply-communicate.de
Telefon 02 21 160 69-0



**MENSCHEN
WERDEN
FREUNDE**

TOP Büromöbel

Kreative Büroeinrichtung für frische Ideen

Ein gut eingerichtetes Büro ist mehr als nur ein Arbeitsplatz – es ist eine Inspirationsquelle, ein Ort für Effizienz und Wohlfühlatmosphäre zugleich. Wer auf der Suche nach hochwertigen Büromöbeln ist, die Funktionalität und Design vereinen, findet hier die perfekte Lösung.

TOP BÜROMÖBEL

topboeromoebel.com
 f Bueromoebel.Top.Koeln



Flexible Büromöbel für jeden Anspruch

Ob Start-up, Homeoffice oder Großraumbüro – die richtige Einrichtung trägt maßgeblich zur Produktivität bei. Dank eines modularen Systems lassen sich Schreibtische, Regale und Rollcontainer individuell kombinieren und erweitern. Die Büromöbel sind bei **TOP Büromöbel** in verschiedenen Kategorien erhältlich, von „Basic“ bis „Exclusive“, sodass für jedes Budget und jede Anforderung die passende Lösung bereitsteht.

Ergonomie trifft Stil

Langes Sitzen erfordert komfortable und gesunde Sitzmöbel. Deshalb reicht das Sortiment vom funktionalen Drehstuhl über den gepolsterten Chefsessel bis hin zu speziellen Gesundheitsstühlen. Diese fördern eine rückenschonende Haltung und beugen Verspannungen vor – ideal für lange Arbeitstage am Schreibtisch.

Schnelle Lieferung und professioneller Service

Ein besonderes Plus: Alle Möbel von TOP Büromöbel sind auf Lager und können innerhalb von 100 Kilometern kostenfrei geliefert werden. Dank eigener Montageteams erfolgt die Einrichtung schnell und professionell.



Foto: Palmberg

Jetzt Büro kreativ gestalten!

Mit einer breiten Auswahl an Büromöbeln, fachkundiger Beratung und erstklassigem Service wird jedes Büro zum perfekten Arbeitsplatz. Ein Besuch lohnt sich also bei TOP Büromöbel in Ehrenfeld. Jetzt entdecken und inspirieren lassen!



**STEHT
DIR GUT!**

Schon Sie Ihren Rücken. Bringen Sie Bewegung in Ihren Büroalltag. Mit unseren höhenverstellbaren elektromotorischen Schreibtischen.



Kölns größter Bürofachmarkt mit 200 m² Drehstuhlladen.

Entspannt auswählen. Beratung genießen. Bequem liefern lassen.

topbueromoebel.com

Oskar-Jäger-Str. 117-123 • 50825 Köln • Tel. 02 21 / 95 44 79-0
 Mo. - Fr. 9 - 18 Uhr • Sa. 11 - 16 Uhr • Parkplätze direkt vor der Tür



Outdoor-Design neu definiert: Stilvoll leben mit Prostoria und [living] wohndesign

Der Sommer ruft – und mit ihm die Sehnsucht nach stilvollen Outdoorlösungen, die Ästhetik und Komfort perfekt vereinen. Bei **[living] wohndesign** in Köln setzen wir auf außergewöhnliches Design mit höchster Funktionalität. Unser Highlight: **Prostoria**, eine Marke, die modernes Wohnen neu denkt. Klare Linien, innovative Materialien und durchdachte Details machen die Möbel zu zeitlosen Begleitern – ob drinnen oder draußen. Drei ikonische Stücke stehen besonders im Fokus: der **Polygon Sessel**, der **Strain Esstisch** und der **Osmo Chair**.



[LIVING] WOHNDESIGN

living-wohndesign.de

f living.wohndesign

@ living_wohndesign



Polygon Sessel – ein Designklassiker mit Leichtigkeit

Mit seinen filigranen Linien und der markanten Formsprache erinnert der Polygon Sessel

an ikonische Mid-Century-Designs – und bleibt dabei dennoch vollkommen zeitgemäß. Er kombiniert luftige Leichtigkeit mit ergonomischem Sitzkomfort und ist in einer Vielzahl von Stoffen und Gestellfarben erhältlich. Ob als stilvolle Ergänzung im Wohnraum oder als entspannter Rückzugsort auf der Terrasse – Polygon fügt sich mühelos in jede Umgebung ein.

Strain Esstisch – perfekte Symbiose aus Form und Funktion

Ein Esstisch ist der Mittelpunkt des Zuhauses – sei es im Wohnzimmer oder im offenen Außenbereich. Der Strain Esstisch beeindruckt mit seinem markanten Untergestell und einer edlen Fenix- oder HPL-Platte je nach Einsatzbereich, die nicht nur elegant aussehen, sondern auch besonders widerstandsfähig sind. Die Kombination aus filigranem Design und robuster Qualität macht ihn zum idealen Begleiter für ausgedehnte Dinner mit Familie und Freunden – in der Indoor- und Outdoorvariante. Wählen Sie zwischen dezenten Tönen oder setzen Sie mit Farbe ein stilvolles Statement.



Osmo Chair – schlank, grafisch, vielseitig

Passend zum Strain Esstisch setzt der Osmo Chair neue Maßstäbe in Sachen Outdoorsitzmöbel. Sein reduziertes grafisches Design verleiht ihm eine schlichte Eleganz, während seine durchdachte Form für optimalen Sitzkomfort sorgt. Ob als Esszimmerstuhl oder in der Lounge-Version für noch mehr Entspannung – Osmo bringt Design und Funktionalität in Einklang.

Outdoor neu gedacht – mit [living] wohndesign

Gestalten Sie Ihre Outdooroase mit Möbeln, die Design und Komfort nahtlos verbinden. Entdecken Sie die zeitlosen Stücke von Prostoria bei [living] wohndesign in Köln – und erleben Sie, wie außergewöhnliches Design Ihr Leben bereichern kann. ■

Geschäftsübergabe bei Parkett Kirion Aus Tradition vom Vater zum Sohn

Wenn ein traditioneller Sülz-Klettenberger Handwerksbetrieb wie **Parkett Kirion** die Chance bekommt, eine lange Unternehmensgeschichte weiterzuerzählen, dann ist das nicht nur für den Familienbetrieb, sondern für unser gesamtes Doppelveedel eine wertvolle Entwicklung.

Die erste Weitererzählung erfolgte 1991. Denn da übernahm Sohn **Heinz Kirion** den 1956 gegründeten Familienbetrieb seines Vaters Heinrich. Heinz erinnert sich noch gut an jene Zeit zurück: „Zunächst habe ich eine Schreinerlehre absolviert. Obwohl das Parkettlegen eigentlich in dieser Ausbildung inbegriffen war, erlangte ich im Anschluss daran noch im Betrieb meines Vaters einen zweiten Gesellenbrief. Am 26. Februar 1991 wurde dann aus unserem Unternehmen eine GmbH gegründet, und ich habe zeitgleich den Familienbetrieb von Parkett Kirion übernommen.“

Der kleine Sülz-Klettenberger Handwerksbetrieb hatte in den 1990er-Jahren bereits drei langjährige Mitarbeiter. Für den frischgebackenen Juniorchef Heinz war es eine besondere Herausforderung, den alteingesessenen und erfahrenen Mitarbeitern alle zukünftigen Neuerungen zu erklären. „Mein Vater Heinrich war noch ein ganz klassischer Arbeiter. Das Kaufmännische hat alles meine Mutter übernommen“, erzählt Heinz Kirion, der ab den 1990er-Jahren als neuer Geschäftsinhaber wesentlich mehr Zeit im Büro verbringen musste. Aber genau das ändert sich nun, denn die Unternehmensgeschichte des Familienbetriebes wird weitergeschrieben:

Heinz Kirion genießt ab diesem Frühjahr seinen wohlverdienten Ruhestand und übergibt den Handwerksbetrieb, genau wie vor rund 35 Jahren, aus Tradition vom Vater zum Sohn. Doch dieses Mal ist es nicht nur ein Sohn, der den Familienbetrieb übernimmt. Es sind gleich drei Söhne! Und das ist nicht nur ein großes Glück für die Familie Kirion, sondern für unser gesamtes Veedel. Denn viele kleine Handwerksbetriebe müssen mangels Nachwuchses ihre Tore schließen, obwohl die Nachfrage nach individuell beratenden und professionellen Handwerker*innen groß ist.



Foto: Hoffmann

Der erfahrene Parkettlegemeister **Daniel Kirion** wird geschäftsführender Gesellschafter, und seine beiden Brüder **Stephan und Sebastian** werden ebenfalls Gesellschafter und bleiben aktiv im Betrieb tätig. Was Erneuerungen im Betrieb betrifft, hat Daniel Kirion eine klare Einstellung: „Auch wenn ich organisatorische Abläufe optimieren und auf Social Media mehr Gas geben möchte, bleibt die Firma Kirion weiter ein Traditionsunternehmen, bei dem die individuelle persönliche Beratung vor Ort und die perfekte Bodenverlegung an erster Stelle stehen.“

Die Verbindung zur Tradition lebt auch mit mir und meinen Brüdern weiter!“ Daniel könnte sich übrigens vorstellen, dass die Unternehmensgeschichte in Zukunft erneut weitergeschrieben



wird: „Mein erster Sohn ist vier Jahre alt, und der zweite erblickt in Kürze das Licht der Welt. Wenn ich also nicht alles falsch mache, dann könnte es eine vierte Generation Parkett Kirion geben.“ ■



**Seit 60 Jahren
Facherfahrung ...**

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

Parkett
 Stab-, Mosaik- und Fertigparkett
 Musterböden • Massivdielen

Bodenbeläge
 Teppich • PVC • Laminat
 Design-Bodenbeläge

MOEBEL COMPAGNIE Schöne Möbel, Keramik und Schmuck

Wenn Sie Freude an schönen Dingen haben, sollten Sie unbedingt die **MOEBEL COMPAGNIE** in der Berrenrather Straße 361 besuchen. Die beiden Gründer **Sophie und Gunnar Brand** – Architektin und Tischler – verbinden Handwerk und Design, um zeitlose Holzmöbel zu entwerfen und zu bauen. Die Tische „Maria“ und „Josef“ werden auf Maß gefertigt und in ihrem Lieblingsholz gebaut. Die praktischen Schneidebretter aus Eiche halten ein Leben lang. Der filigrane, dreibeinige Hocker ist ein echter Hingucker. Er lädt nicht nur zum gemütlichen Sitzen ein, sondern kann auch Beistelltisch sein. Die beiden haben vier Freundinnen eingeladen, die die Philosophie der schönen, handgemachten Dinge teilen. Die zwei Keramikerinnen Carolina Martínez und Catharina Sommer drehen besondere Tassen und Schalen sowie einzigartige Vasen und Teller aus Ton. Britta Schümmer schmiedet feine Ringe und Ohrstecker aus Sterlingsilber. Der Strome von njustudio aus Coburg reitet



Fotos: Moebel Compagnie

durch das Schaufenster. Eine gute Adresse im Veedel für alle, die sich gern mit schönem Design umgeben. ■



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!

prostoria
sofa buffa

vielseitig
komfortabel
zeitlos

[living]
wohndesign by terry pelmer



www.living-wohndesign.de

TEN EIKELDER Bodenbeläge

Perfekte Bodenbeläge für ein einzigartiges Ambiente



Foto: TEB



Fotos: egecarpets



Wer Wert auf hochwertige Bodenbeläge legt, ist bei **TEN EIKELDER Bodenbeläge** an der richtigen Adresse. Mit jahrelanger Erfahrung und einem Gespür für Design bietet das Unternehmen edles Parkett, exklusive Teppichböden, moderne Vinyl-Designböden oder robuste Nadelfilzbeläge – passend für jeden Raum und Anspruch.

Von der Beratung bis zur Verlegung setzt TEN EIKELDER auf Qualität und Präzision. Das erfahrene Team begleitet Kundinnen und Kunden durch den gesamten Prozess, um individuelle Wünsche optimal umzusetzen. Ob klassisches Fischgrät-Parkett, farbenfrohe Teppichböden oder innovative Vinylböden – hier entstehen Lösungen, die sowohl optisch als auch funktional überzeugen.

Mit handwerklicher Expertise und Liebe zum Detail sorgt das Unternehmen dafür, dass jeder Boden perfekt verlegt wird. Interessierte können sich in der Ausstellung persönlich von der Material- und Verarbeitungsqualität überzeugen.

TEN EIKELDER Bodenbeläge freut sich darauf, den Grundstein für Ihr individuelles Wohn- oder Arbeitsambiente zu legen! ■



Hier online weiterlesen auf [insuelz.com](https://www.insuelz.com)!



Fotos: brune küchen



Brune Küchen

Für Persönlichkeiten mit Stil

Seit über 90 Jahren steht **brune küchen** für individuelles Küchendesign auf höchstem Niveau. Gegründet in Köln und heute in Hürth ansässig, verbindet das Unternehmen handwerkliche Tradition mit modernster Technik.

Ob maßgeschneiderte Küchen, exklusive Materialien oder innovative Raumkonzepte – hier wird jede Küche zu einem Ausdruck der Persönlichkeit ihrer Besitzer.

„Unsere Kunden sind Persönlichkeiten – ihre Küche sollte das widerspiegeln“, betont Geschäftsführer Pascal Brune-Rütt. Mit Liebe zum Detail, innovativen Lösungen und hochwertigen Materialien gestaltet brune küchen Lebensräume, die Stil und Funktion vereinen. Erfahren Sie mehr im vollständigen Beitrag. ■



Hier online weiterlesen auf [insuelz.com](https://www.insuelz.com)!

30 Jahre Die Laufmasche Ein Familienunternehmen mit Herz und Tradition

DIE LAUFMASCHE
dielaufmasche.de
#DieLaufmascheKoelnSuelz
#dielaufmaschekoeln



Seit drei Jahrzehnten versorgt Die Laufmasche die Menschen in Sülz und Klettenberg mit hochwertiger Strumpf- und Wäscheware. Was als kleines Strumpfgeschäft begann, ist heute ein etabliertes Fachgeschäft mit einer treuen Kundschaft, die längst über Generationen hinweg reicht. Geführt von Rosemarie Becker und ihren Töchtern Meike und Hannah, ist das Unternehmen nicht nur gewachsen, sondern hat sich auch stetig weiterentwickelt – immer mit viel Herzblut, persönlicher Beratung und einem feinen Gespür für Qualität.



Vom kleinen Strumpfladen zum modernen Fachgeschäft

1995 begann Rosemarie Becker als Aushilfe in der Laufmasche – damals noch in einem 20-Quadratmeter-Ladenlokal auf der Luxemburger Straße. „Wir hatten ein älteres Publikum und eine halbe Wand nur mit Elbeo-Strümpfen bestückt“, erinnert sich Rosemarie Becker schmunzelnd. Bevor sie 2006 das Geschäft übernahm, zog der Laden 2001 um auf die Luxemburger Straße 275. Mit rund 45 Quadratmetern vergrößerte sie das Sortiment und passte es an die wandelnden Bedürfnisse der Kundschaft an. Neben Strümpfen von Falke kamen Wäschemarken wie Skiny und Calida hinzu. Mit dem Umzug 2019 in die geräumige Filiale auf der Luxemburger Straße 277 wurde aus dem einstigen Strumpfladen ein modernes Fachgeschäft mit einer familiären Atmosphäre.



Fotos: Die Laufmasche



Generationswechsel mit frischem Wind

Die größte Veränderung erlebte Die Laufmasche mit dem Einstieg von Rosemaries Töchtern Meike und Hannah. Meike kam nach ihrem BWL-Studium dazu, Hannah folgte 2020. „Mit den beiden kamen auch Social Media in die Laufmasche“, erzählt Rosemarie.

Heute erreichen sie über Instagram und Facebook Kund*innen weit über die Grenzen Kölns hinaus. „Wir haben mittlerweile sogar Stammkundinnen aus anderen Teilen Deutschlands und eine treue Kundin aus Italien“, berichtet Meike stolz.

Doch trotz moderner Wege bleibt das Herzstück des Geschäfts die persönliche Beratung. „Unsere Kund*innen legen Wert auf Qualität und Nachhaltigkeit“, sagt Hannah. „Wir nehmen uns Zeit, beraten individuell und sorgen dafür, dass jede Kundin genau das findet, was wirklich passt.“

Eine Zukunft für kleine Fachgeschäfte

Der stationäre Einzelhandel steht immer wieder vor Herausforderungen, doch Rosemarie Becker ist sich sicher: „Gerade in Veedeln wie Sülz und Klettenberg haben kleine, gut geführte Fachgeschäfte eine Zukunft.“ Die enge Verbundenheit mit den Kund*innen sei der Schlüssel zum Erfolg. „Viele sagen uns: ‚Ich könnte es online bestellen, aber ich möchte lieber bei Ihnen kaufen.‘ Diese Wertschätzung ist für uns das Schönste.“

30 Jahre Laufmasche – feiern Sie mit!

Nach 30 Jahren bleibt sich Die Laufmasche ihrem Motto treu: persönlich, kompetent und mit ganz viel Herz – für die Menschen im Veedel und darüber hinaus.

Die Laufmasche feiert 30 Jahre und lädt herzlich ein! Freuen Sie sich auf eine besondere Überraschung, kühle Getränke und entspanntes Shoppen in angenehmer Atmosphäre. Stoßen Sie mit den sympathischen Inhaberinnen an – sie freuen sich auf Ihren Besuch am 5. April 2025 zwischen 10 und 17 Uhr. ■

Perlhund erweitert sein Angebot Faire Mode – jetzt auch für Männer

Seit mehr als 17 Jahren bietet **Bernadette Schwing** unter dem Namen **Perlhund** in ihrem Ladenlokal auf dem Gottesweg faire Mode an. Doch bisher konnten sich nur Frauen über das ausgewählte Angebot freuen. In diesem Frühjahr jedoch startet sie auch mit einer Herrenkollektion. „Ich bin so oft von Männern, die spontan reinkamen, gefragt worden, wo es denn im Viertel fair gehandelte Mode für Männer gibt“, erzählt sie. „Da habe ich gedacht, das ist interessant, warum also nicht.“



Fotos: Nonnenmacher

Neben nachhaltiger Damenmode gibt es ab sofort auch angesagte Herrenstyles von MELAwear und ATO Berlin – mit Bio-Jeans, Chinos, Hemden und sommerlichen Shirts. Leichte Stoffe wie Leinen und Viskose sorgen für Komfort, während faire Produktion und GOTS-Zertifizierung für Qualität stehen.

Damen erwarten neue Farben und Schnitte, von Midiröcken bis Jerseykleidern. Eine persönliche Stilberatung gibt's von Inhaberin Bernadette Schwing. Jetzt vorbeischaun und die Frühjahrskollektion entdecken! ■



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!

EDGE

Dein Brett für alle Fälle!
#Frühstücksbrett #Servierbrett
#Schneidebrett #Lieblingsbrett



MOEBEL COMPAGNIE – schöne Möbel, Schmuck und Keramik!

Berrenrather Straße 361 – 50937 Köln Mo – Fr. 10 – 18 Uhr oder 24/7 im Onlineshop www.moebel-compagnie.com



MOEBEL
COMPAGNIE



WIR MACHEN RÄUME EINZIGARTIG

Mit individuellen und innovativen Lösungen stellen wir immer wieder unser Know-how, unsere Kreativität und unsere Leidenschaft für die perfekte Verlegung unserer Bodenbeläge unter Beweis.



So entsteht mit Präzision die Grundlage für ein unverwechselbares Ambiente.

DER BODEN MACHT DEN RAUM

Parkett · Treppenläufer · Teppichboden · Vinyl

TEN EIKELDER
BODENBELÄGE

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



CALIDA

DIE NEUE KOLLEKTION IST DA!

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



DIE LAUFMASCHE
Wäsche und Strümpfe

DIY-Tipp für den Frühling

Dekorative Blumen aus Eierkartons

Ein Tisch, in dessen Mitte ein hübsch arrangierter Blumenstrauß steht, bringt Freude ins Haus. Schade nur, dass die Blüten oft schon nach wenigen Tagen betrübt die Köpfe hängen lassen. Dekorative, aus Eierkartons gefertigte Blumen sind eine schmückende und gleichzeitig haltbare Alternative zu Schnittblumen. Und sie erfreuen uns nicht nur im Alltag, sondern auch an Ostern auf einer festlich gedeckten Kaffeetafel.



Fotos: Pöhner



Material:

- Eierkartons
- Schere
- mit Papier ummantelter Basteldraht
- Stopfnadel und Nähnaedel
- Heißklebepistole
- optional Acrylfarbe, Pinsel, Stoffrest

- 01** Ein Eierkarton besitzt einen mit Mulden versehenen Boden. Um eine Blume anzufertigen, trennen wir drei dieser Mulden auseinander. So entstehen drei Formen, die wie ein Eierbecher aussehen. Wir verwenden keine Schere, sondern reißen die Formen mit unseren Händen auseinander. Mithilfe dieser Reiß-Technik ergeben sich natürliche und unregelmäßige Konturen.
- 02** Im nächsten Schritt bilden wir aus den drei Eierbechern einen großen, mittleren und einen kleinen vierblättrigen Blütenkranz. Dafür reißen wir jeweils alle nach außen gewölbten Bereiche heraus, sodass vier nach innen gewölbte, blattförmige Strukturen übrig bleiben. Wer möchte, kann sich ein paar Hilfslinien einzeichnen (siehe Abbildung).
- 03** Die Konturen der Blätter werden anschließend mit der Reiß-Technik weiterbearbeitet, bis ein großer, ein mittlerer und ein kleiner Blütenkranz entstanden ist.
- 04** Leicht versetzt können die Blütenkränze jetzt von groß nach klein ineinandergestapelt werden.
- 05** Die Mitte der Blüte wird durch einen schmalen, ineinandergewickelten Streifen Eierkartonpappe angefertigt, aber vorerst zur Seite gelegt.
- 06** Denn zunächst müssen die drei Blütenkränze miteinander verbunden werden. Dafür schneiden wir ein 30 cm langes Stück Papierdraht ab und knicken es in der Mitte. So ergeben sich zwei durch den Knick miteinander verbundene 15 cm lange Drahtstränge.
- 07** Nun stechen wir mit der Stopfnadel zwei Löcher in die Mitte des obersten Blumenkranzes. Die Nadel bahnt sich ihren Weg weiter durch den mittleren und den unteren Blumenkranz. Gegebenenfalls können die Löcher auch mit einer Nähnaedel vorgestoichen werden.
- 08** Dann wird ein Papierdrahtende durch das eine und ein Papierdrahtende durch das andere Loch gefädelt. Beide Stränge werden komplett durchgezogen und unterhalb der Blüte der Länge nach zusammengedreht. Die beiden zusammengedrehten Drahtstränge bilden den Stiel der Blume.
- 09** Schließlich kann unser in Schritt 5 gedrehtes Pappröllchen mit Heißkleber in der Blütenmitte befestigt werden.

Tipp: Wer Farbe ins Spiel bringen möchte, kann entweder zu Acrylfarbe und Pinsel greifen oder vor dem Einsetzen der Blütenmitte einen kleinen Stoffkreis einfügen und ebenfalls mit Heißkleber befestigen. ■ ap

Lithorama Boutique Suites Sülzer Unternehmerin erschafft Wohlfühloase auf griechischer Insel

Was könnte unser Doppelveedel mit einem Boutique-Hotel auf der griechischen Insel Thassos gemein haben? Auf den ersten Blick wahrscheinlich nicht viel. Auf den zweiten jedoch einiges mehr. Denn wer sich in seinem Sülz-Klettenberger Alltag wohlfühlt, wird seinen Urlaub in den **Lithorama Boutique Suites** auf der Insel Thassos lieben!



malerischen Nordosten von Thassos. Die fünf geräumigen Maisonette-Suiten auf zwei Etagen mit offener Galerie sorgen mit natürlichen Materialien wie Natursteinen und warmen Farbnuancen für eine behagliche Wohlfühlatmosphäre. Kleine Extras, darunter ein Outdoorpool mit Panoramablick auf den „Golden Beach“, eine gemütliche Cocktailbar mit Meerblickterrasse und ein reichhaltiges Frühstücksbüfett mit regionalen Spezialitäten, sorgen für große Wohlfühlmomente.

Aber was hat ein Boutique-Hotel in Griechenland nun mit unserem Doppelveedel gemein? Beide Orte vermitteln ein individuelles, persönliches, herzliches und gastfreundliches Lebensgefühl! Und wer dieses Gefühl im Veedelsalltag schätzt, sollte es sich im Urlaub nicht entgehen lassen. Denn das engagierte Lithorama-Team empfängt seine Gäste mit offenen Armen und möchte,

dass sich alle Auszeitsuchenden herzlich willkommen, individuell umsorgt und rundum wohlfühlen.

Apropos Veedelsalltag und Auszeit: Neben ihrem Boutique-Hotel auf Thassos betreibt Joana Sarris-Satrazanis seit zwei Jahren gemeinsam mit André Littau und Daniel Germscheid in Sülz den Friseursalon LITTAU'S Hair & Care. Und wenn der Urlaub noch in weiter Ferne liegt, kann man sich hier vorab eine achtsame, nachhaltige und verschönernde Auszeit gönnen! ■

Und das haben wir der gebürtigen Schwäbin und Sülzer Unternehmerin **Joana Sarris-Satrazanis** zu verdanken. Seit vier Jahren ist die Tochter einer deutschen Mutter und eines griechischen Vaters stolze Besitzerin eines mit viel Liebe geplanten und familiär geführten Boutique-Hotels in Griechenland. Die Idee kam der immer positiv denkenden Joana an einem Abend des Jahres 2019 auf der Insel Thassos:

„Ich saß mit meiner Familie vor dem Blockhaus meiner Eltern mit Blick auf den ‚Golden Beach‘, einen 2,8 Kilometer langen Naturstrand mit goldenem Sand und türkisblauem Wasser. Mit dem Wissen im Hinterkopf, dass die Möglichkeit besteht, hier ein Stück Land zu erwerben, entstand in mir eine Idee: Was wäre, wenn ich inmitten dieser traumhaften Naturkulisse eine traumhafte Wohlfühloase für Urlauber*innen schaffen würde?“



Joana, die bereits in frühen Jahren kurz in die Hotelwelt hineinschnuppern durfte und seitdem vielfältige Erfahrungen als Unternehmerin gesammelt hat, sah in jenem Projekt eine besondere Chance. Erstens, ihrer heimlichen Passion als Gastgeberin nachzugehen, und zweitens, Urlauber*innen die Schönheit der Insel auf eine individuelle und persönliche Art nahezubringen.

Die inzwischen zweifache Mutter setzte ihren Plan in die Tat um und eröffnete 2021 die Lithorama Boutique Suites. Jene kleine, aber feine Anlage für unvergessliche Urlaubsmomente liegt in dem Dorf Skala Potamias im



Fotos: Lithorama

www.lithorama.gr/de

Mehr Reichweite, mehr Aktualität: Veranstaltungen jetzt online entdecken!

Veranstaltungen in Sülz und Klettenberg sind ein echtes Highlight – ob Konzerte, Flohmärkte oder Lesungen, es ist immer etwas los! Bisher fanden Sie die Termine in unserer gedruckten Ausgabe, doch ab sofort setzen wir auf unser Onlineportal insuelz.com/veranstaltungen. Warum? Ganz einfach: Damit alle Veranstaltungen noch besser gefunden werden, immer aktuell bleiben und ein größeres Publikum erreichen!



Immer aktuell, immer vollständig

Ein großer Vorteil der Online-Terminübersicht: Sie ist jederzeit auf dem neuesten Stand! Während gedruckte Termine oft schon veraltet sind, wenn das Magazin erscheint, können Online-Events täglich ergänzt oder geändert werden. Ihr Konzert wurde verschoben? Der Workshop fällt aus? Kein Problem – online lassen sich Infos blitzschnell anpassen.

Mehr Reichweite für Ihre Veranstaltungen

Online haben Ihre Veranstaltungen eine größere Sichtbarkeit. Dank Suchmaschinen und direkter Verlinkung über Social Media erreichen Ihre Events mehr Menschen als je zuvor – auch kurzfristig. Gerade für kleine Kulturveranstalter*innen, Vereine und Initiativen ist das ein echter Gewinn.

Mehr Platz, mehr Details

Im Magazin sind wir bei den Veranstaltungsterminen auf wenige Zeilen begrenzt – online gibt es keine Platz-

probleme! So können neben Datum, Uhrzeit und Ort auch ausführliche Beschreibungen, Bilder oder weiterführende Links eingebunden werden. Das macht es für Besucher*innen viel einfacher, sich zu informieren und direkt Tickets zu buchen.

Nachhaltig und flexibel

Ein weiterer Pluspunkt: Der Wechsel zu einer reinen Online-Terminübersicht spart Papier und Druckkosten, was unsere Umwelt schont. Gleichzeitig gewinnen wir im gedruckten Magazin Platz für spannende redaktionelle Inhalte, Interviews und Reportagen über das bunte Leben in Sülz und Klettenberg.

So einfach funktioniert's!

Wenn Sie eine Veranstaltung veröffentlichen möchten, senden Sie uns einfach das ausgefüllte Veranstaltungsbuchungsformular mit allen notwendigen Informationen an termine@insuelz.com. Ein Basiseintrag ist immer kostenlos – zusätzlich gibt es erweiterbare Optionen, mit denen Sie Ihre Veranstaltung noch besser hervorheben können. Das Formular finden Sie auf dem INSülz-Portal unter „Mediadaten“. So wird jede Veranstaltung optimal präsentiert – egal, ob großes Stadtteilstfest oder kleiner Nachbarschafts-Workshop.

Schauen Sie vorbei!

Ihr Event gehört in unseren Veranstaltungskalender? Dann schreiben Sie uns eine Mail an termine@insuelz.com. Und für alle, die immer wissen wollen, was in Sülz und Klettenberg los ist: Einfach regelmäßig auf unserer Seite vorbeischaun. So verpassen Sie garantiert nichts mehr! ■

insuelz.com/veranstaltungen

INsicht

Sülz & Klettenberg: Termine im Frühling

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



**Alle Termine tagesaktuell online
auf insuelz.com/veranstaltungen**

Liebe Leser*innen, Sie brauchen Unterstützung, um die Veranstaltungsübersicht via QR-Code zu erreichen? **Pascale Rudolph** von Strukturieren- und Kommunizieren hilft Ihnen gern weiter.



Foto: Nonnenmacher

Strukturieren und Kommunizieren
Pascale Rudolph

Tel: 0157 394 397 06



**Kath. Kindertagesstätte St. Bruno
(Schwerpunkteinrichtung)**
0221 - 57 02 68 50
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

13.03.2025 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno

17.03.2025 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Nikolaus

03.04.2025 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno am Beethovenpark

14.04.2025 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Karl Borromäus

08.05.2025 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno

12.05.2025 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Nikolaus

16.06.2025 · 8.30 – 10.30 Uhr
Kita St. Karl Borromäus

26.06.2025 · 9.00 – 11.00 Uhr
Kita St. Bruno am Beethovenpark

Bitte jeweils bei der
Kitaleitung anmelden!



ADRESSEN

68elf-studio

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

Atelier Susanne Beucher

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

Begegnungsstätte St. Bruno

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

Bruchhaus Optik & Akustik

Berrenrather Str. 213
0221 9 4110 03
www.bruchhaus-optik.de

Brunosaal

Kath. Kirchengemeinde St. Bruno
Klettenberggürtel 65
0221 4617 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

Wittekindstr. 20
www.kirche-klettenberg.de

Caritasverband für die Stadt Köln e. V.

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

CASAMAX Theater

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

Die Waldgänger

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

DJK Südwest Köln 1920/27 e. V.

Berrenrather Straße 173
0221 9 41 56 09

Evangelische Freie Gemeinde

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

Evangelische Kirchengemeinde

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

Evangelisches Krankenhaus Weyertal

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

Freiraum e. V.

Gottesweg 116
0221 8 2312 40
verein.freiraum-salon.de

Funtastico-Musical

0221 81 45 84
www.funtastico-musical.de

GGG Manderscheider Platz

Berrenrather Straße 352
0221 9 92 25 93-0

Garten-Praxis für Gestalttherapie

Heisterbachstr. 47
0221 42 10 1013 (Garten-Praxis)
02274 70 4185 (Home-Office)
www.beraten-schulen-begleiten.de

hallo in sülz -

Willkommensinitiative Sülz & Klettenberg

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

Heliosschule

Mommensenstraße 5
0221 33 77 08 40

Hildegard-von-Bingen-Gymnasium

Leybergstraße 1
0221 47 4417 50
www.hvb-gymnasium.de

Historisches Archiv mit Rheinischem

Bildarchiv der Stadt Köln

Eifelwall 5, 50674 Köln
0221-22 12 23 27

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 9417
www.carree-suelz-klettenberg.de

ICZ - Internationales Caritaszentrum

Zülpicher Str. 273 b
0221 84 6413 26
www.netzwerk-integration-lindenthal.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

Kölnler Geburtshaus (Praxis Sülz)

Hermeskeiler Platz 12
0221 16 800 730
info@koelner-geburtshaus.de
www.koelner-geburtshaus.de

Kölnler 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

KOMED-Saal im KOMED-Haus

Mediapark 7, 50670 Köln

Kunsthalle Bezirksrathaus Lindenthal

Aachener Str. 220, 50931 Köln

KunstKAFFEE Köln

Nonnenwerthstr. 2-4, 50937 Köln
www.kunstkafee-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 4 78-9 71 89
www.vereinlebenswert.de

Lindenthaler Willkommensinitiative

Lindenthalgürtel 30
c/o Evangelische Kirchengemeinde
Köln-Lindenthal
www.netzwerk-integration-lindenthal.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 012218
www.sabineschunk.de

PianoOptik

Luxemburger Str. 234
0221 42333977
www.pianooptik.de

Querwaldein e. V.

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

Raum für Mehrsprachentheater Köln

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

SBK Sozial-Betriebe-Köln

Städtisches Seniorenzentrum

Blankenheimer Straße 51
0221 9 92 12 10

Senftöpfchen-Theater

Große Neugasse 2-4
50667 Köln
0221 258 10 58

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

J.HÖNNINGER GmbH

Heizung - Sanitär - Ölfeuerung - Gasfeuerung - Lüftung - Klima - Kundendienst

Meisterbetrieb

Siebengebirgsallee 81 • 50939 Köln

Tel.: 0221 9415410

Tel.: 0221 412505

Fax: 0221 9415411

E-Mail: j.hoenninger@gmail.com

≡ 5 Jahre ≡

Hörzentrum Lux

Ihr Hörakustiker in Köln Sülz



SIGNIA SILK

- Super diskretes Im-Ohr-Gerät mit Akkutechnik
- Komfortable Automatik für glasklaren Klang
- Steuerung über App möglich
- Jetzt in noch mehr Preisstufen verfügbar



**JUBILÄUMS
ANGEBOT**

50% auf Hörgeräte-Batterien

Zeitraum 15.03. – 30.04.2025
Abgabe in haushaltsüblichen Mengen.



Scan mich!
Jetzt kennen lernen
& Termin vereinbaren!



Hörzentrum Lux

Tel.: 0221 - 986 507 05

Luxemburger Str. 248, Köln Sülz



Sag ja!

Unvergessliche Momente im
BRÜNEO Event-Space, Brühl

Hochzeiten, Firmenfeiern, Geburtstage,
Jubiläen, Taufen, Weihnachtsfeiern ...



brueneo.de
Telefon 02232 70130

**brü
neo**
event spaces

