

BILDERBOGEN

Das Stadtmagazin

2026

Vorsätze für 2026

Weniger ist manchmal mehr

Neue Gesetze treten in Kraft

Was sich 2026 ändert

Torsten Burmester

Der Oberbürgermeister im Interview

Freie Naturschulen Köln

Das größte Insektenhotel



Scannen und lesen!
www.bilderbogen.de

facilicon Ihr Partner.

Geht nicht, gibt's nicht!

Wir haben die Lösung.

facili//con

facility
management & construction

Facility Management // Construction (GU/GÜ/Revitalisierung)
Technischer Service // Energie- und Nachhaltigkeitsmanagement
Beratung

An der Wachsfabrik 17 // D - 50996 Köln
fon 02 21 / 177 358-0 // fax 02 21 / 177 358-99
info@facilicon.de // Köln // München // Berlin
www.facilicon.de

ER
FRISCH
END
ANDERS

DAS KÖLNER RADLER
MIT DEM AROMA
SONNENGEREIFTER
LIMETTEN





Insektenhotel | 8

INHALT

Editorial	3
Veranstaltungen	4
Stadtgeschichten	6
Stadtteile	7
Politik	11
Sport	16
Karneval	21
Gesundheit	29
Beauty	34
Bücher	36
Vermischtes	37
Online	43
Wirtschaft	44
Termine	50
Zu guter Letzt	52



OB T. Burmester | 12



Nachrichten Bezirksvertretung | 14



SC Fortuna Köln | 17



Beauty-Hacks | 34



Gute Vorsätze | 40



Treffpunkt Rodenkirchen | 49

DAMIT SIE NIE VON SINNEN SIND: AKUSTIK UND OPTIK

HÖRT, HÖRT:
AUSGEZEIGNETER SERVICE

2 MEISTER. 1 ZIEL:
IHNEN GEHÖR
SCHENKEN.

TIMO SCHMIDT

GUNNAR KLEE

TOP 100
AKUSTIKER
2025/2026

die
hörakustiker
Klee & Schmidt

02233-7131507
RODENKIRCHENER STR. 160, 50997 KÖLN-RONDORF

diehoerakustiker.koeln

Seit mehr als 25 Jahren
für Sie im Kölner Süden

OPTIK
Sichtbar

DANIELA NEUHAUS & JOACHIM BUCHMÜLLER

Rodenkirchener Straße 158 · 50997 Köln-Rondorf
Telefon: 0 22 33 - 26 00 · www.sichtbar-optik.de

Sanierung von
Ziegeldächern
Dachgeschossausbau

Flachdachsaniierungen
Balkonsanierungen
Dachbegrünung

Unsere Dächer halten länger, als uns lieb ist!

60 Jahre
1963 - 2023

MS SCHRÖDER
BEDACHUNGSTECHNIK

Wochenend-Notdienst:
0172 - 6127907

Wankelstr. 8 · 50996 Köln
Telefon: 0 22 36 - 6 70 01
Web: www.msdach.de

BIOSTHETIK
Franke

Leidenschaft für schönes Haar mit exklusiven Produkten von
LA BIOSTHETIQUE

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Biosthetik Franke - Hauptstraße 81
50996 Köln-Rodenkirchen - Tel.: 0221-392735 oder 394412

**TERMINE IM
JANUAR:**

9. Januar 2026, 18:00 Uhr
**Traumdinner
mit dem
Traumwandler**

mit Menü **89.95 €**
ohne Menü **30.00 €**



17. Januar 2026, 19:30 Uhr
**Kölsche
Krätzjer
mit
Phillip Oebel**

Eintritt **20.00 €**

BISTRO
in der alten
Schmiede

verde

50996 Köln-Rodenkirchen
Maternusstraße 6
(Einfahrt Commerzbank)
Telefon 0221-93 55 0417
www.walterscheidt.net

AntoniterCityTours: Krippenführungen

Das Stadtführungsprogramm der Evangelischen Gemeinde Köln wartet im Januar unter anderem mit zwei Krippenführungen auf. Treffpunkt ist jeweils St. Maria in Lyskirchen, An Lyskirchen 10. Am Samstag, 10. Januar (14:00 Uhr), werden mit Stadtführer Günter Leitner Krippen in der Kölner Innenstadt besucht. Am Sonntag, 18. Januar (13:00 Uhr), bietet Leitner einen Krippengang zum Ausgang der Weihnachtszeit an. Aus organisatorischen Gründen bittet der Veranstalter unter www.antonitercitytours.de um eine Anmeldung über den Kalender. (eb)

Förderprojekt „Wasser muss zum Baum“ wird abgeschlossen

Im Herbst 2023 startete in Köln die Umsetzung des Modellprojekts „Wasser muss zum Baum“.

Innerhalb dieses Projekts entwickelte das Amt für Landschaftspflege und Grünflächen gemeinsam mit dem Amt für Straßen- und Radwegebau, den Stadtentwässerungsbetrieben Köln und externen Fachleuten drei verschiedene Bauweisen für Straßenbaumpflanzungen. Ziel war es, Bäumen an schwierigen Standorten bessere Anwuchs- und Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten. Im Frühjahr werden die Maßnahmen abgeschlossen. Dann sind in verschiedenen Stadtbezirken insgesamt knapp einhun-

dert klimaangepasste, standortgerechte Straßenbäume in Köln gepflanzt und bereits bestehende Baum-Standorte optimiert worden. Verwendet wurde unter anderem ein Baums substrat, das anfallendes Wasser eher speichern kann und das Wurzelwachstum verbessert. „Die zentralen Ansätze aus dem Schwammstadtgedanken wurden hier mit dem Ziel einer nachhaltigen Gehölzentwicklung kombiniert“, heißt es in der städtischen Pressemitteilung. Gefördert wurde das Modellprojekt in Köln im Rahmen des Bundesprogramms „Anpassung der urbanen Räume an den Klimawandel“. (eb)

Konzert von „Moving Sounds“ in Michaelshoven

Am Donnerstag, 29. Januar (18:00 Uhr, Einlass ab 17:00 Uhr), konzertiert das Duo „Moving Sounds“ in der Erzengel-Michael-Kirche, Pfarrer-te-Reh-Straße 5 auf dem Campus der Diakonie Michaelshoven. Die Veranstaltung findet statt im Rahmen der Reihe „KiM – Kultur in Michaelshoven“. Das Duo bilden der Trompeter Markus Stockhausen und die Klarinetistin Tara Bouman. Seit über zwanzig Jahren entfalten die Ausnahmetalente bei ihren Auftritten ein breites Spektrum in der Klanggestaltung. „Die Musiker verweben intuitive Musik mit eigenen Kompositionen – und gestalten dies spontan entsprechend der Schwingung des Raumes und seiner Akustik. Dabei nehmen sie ihr Publikum mit auf ihre musikalische Entdeckungsreise“, heißt es in der Ankündigung. Der Eintritt zum Konzert ist frei, eine Anmeldung ist unter www.diakonie-michaelshoven.de/aktuelles/veranstaltungen möglich, aber nicht verpflichtend. (eb)

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir hoffen, Sie sind gut ins neue Jahr gerutscht und wünschen Ihnen von Herzen ein frohes, gesundes und zuversichtliches neues Jahr 2026. Möge es viele gute Begegnungen, spannende Momente und positive Entwicklungen für Sie bereithalten, im Großen wie im Kleinen.

Vor Ihnen liegt wieder eine bunte, interessante und abwechslungsreiche Ausgabe des Kölner BilderBogen. Auch in diesem Jahr möchten wir Sie mitnehmen, mitten hinein in die Veedel, zu den Menschen, Geschichten und Initiativen, die Köln lebendig machen. Und 2026 bringt für uns einiges an Neuem und Spannendem mit sich.

Besonders freuen wir uns, Ihnen ab dieser Ausgabe eine neue regelmäßige Rubrik „Treffpunkt Rodenkirchen“ vorzustellen. Sie gibt Einblicke in das Engagement der Rodenkirchener Unternehmer:innen und zeigt, wie stark ein Veedel sein kann, wenn viele gemeinsam an einem Strang ziehen. Passend dazu vertiefen wir unsere Medienpartnerschaft mit Treffpunkt Rodenkirchen, die künftig noch mehr Raum für lokale Themen und Veranstaltungen schaffen wird.

Auch hinter den Kulissen hat sich viel getan: Der Kölner BilderBogen ist weiter gewachsen. Mit über 90 neuen Auslegestellen in der Kölner Innenstadt erreichen wir nun noch mehr Leserinnen und Leser. Gleichzeitig freuen wir uns über neue Team-Mitglieder in unseren Redaktionen, die frische Ideen, neue Perspektiven und viel Leidenschaft für den Lokaljournalismus mitbringen.

Darüber hinaus bauen wir unser Netzwerk weiter aus. Neue und bewährte Medienpartnerschaften, unter anderem mit der Diakonie Michaelshoven, dem Kölner Abend und weiteren engagierten Partnern, stärken unsere Arbeit und ermöglichen uns, noch vielfältiger, näher und relevanter zu berichten.

Kurz gesagt: 2026 verspricht ein spannendes Jahr zu werden: für Köln, für die Veedel und für den Kölner BilderBogen. Wir freuen uns, dass Sie uns dabei begleiten.

Nun wünschen wir Ihnen viel Freude beim Lesen, Entdecken und Wiedererkennen und vielleicht auch beim Neuentdecken.

Herzlichst Ihr
Marcus Becker & Ralf Perey



Maternus bedeutet „der Mütterliche“. Er ist Patron gegen Fieber, bei ansteckenden Krankheiten und für das Gedeihen von Weinreben. Der Legende nach war er Schüler des heiligen Petrus und erster namentlich bekannte Kölner Bischof.

Maternus wird im sogenannten Maternusportal am nördlichen Querhaus des Kölner Doms dargestellt und war im frühen 4. Jahrhundert ein wichtiger Mann.

Maternus
stube im veedel

Kölsch, Wein und gute Laune

Maternusplatz 9 • 50996 Köln-Rodenkirchen



„Tischlein deck dich“: Vorstandswechsel bringt frischen Schwung

„Tischlein deck dich“ kehrt 2026 zurück

Beim Côte da Sürth e.V. hat sich einiges getan. Der Verein hat seinen Vorstand neu aufgestellt und verbindet den Neustart direkt mit einer Nachricht, die viele Sürtherinnen und Sürther freuen dürfte: „Tischlein deck dich“ kommt 2026 zurück. Das Team setzt damit ein klares Zeichen, dass die Tradition nicht nur weiterlebt, sondern stärker denn je in der Nachbarschaft verankert bleibt.

Das neue Vorstandstrio Jan Breidenbach, Tim Breidenbach und Pia Robert bringt frische Energie mit. Alle drei waren schon lange ehrenamtlich aktiv, unter anderem in der Katholischen Jugend Sürth und im Jugendhaus Sürth. Zusätzlich fließt professionelle Eventerfahrung ein, was dem Projekt spürbaren Rückenwind gibt. Parallel arbeitet ein zwölfköpfiges Orga-Team bereits an Konzept, Ablauf und Programm, um das Format zeitgemäß weiterzuentwickeln, ohne den Charme der früheren Jahre zu verlieren.

Unterstützt wird das Team von Helga Wegmann, die den Vorsitz abgibt und dem Verein nun als Ehrenpräsidentin zur Seite steht. Sie sorgt dafür, dass Wissen, Kontakte und Er-

fahrung nicht verloren gehen. „Es macht mich glücklich, zu sehen, wie viel Energie und Verantwortung das neue Team übernimmt. Diese Mischung aus Erfahrung und frischem Blick ist genau das, was unser Fest jetzt braucht“, sagt sie.

Auch der neue Vorstand zeigt sich dankbar: „Wir sind unglaublich dankbar, dass sich so viele Menschen für das Fortbestehen eingesetzt haben. Das zeigt, wie tief ‚Tischlein deck dich‘ in unserer Gemeinschaft verwurzelt ist.“

Der Termin steht ebenfalls fest: Am 5. September 2026 kehrt „Tischlein deck dich“ auf die Sürther Straßen zurück. Details folgen im Laufe des kommenden Jahres.

Sponsoring: Unterstützung dringend gesucht

Damit das Fest wieder stattfinden kann, braucht es finanzielle Hilfe. „Tischlein deck dich“ wird vollständig über Sponsoring getragen, von Infrastruktur bis Musik, von Sicherheit bis Ausstattung. Unternehmen, Privatpersonen und kulturelle Partner sind eingeladen, sich zu beteiligen. Jede Unterstützung hilft, das Event auf stabile



V. l. n. r.: Jan Breidenbach (1. Vorstand), Pia Robert (Kassenvorstand), Helga Wegmann (Ehrenpräsidentin), Tim Breidenbach (2. Vorstand).

Beine zu stellen und ein starkes Zeichen für lokales Engagement zu setzen.

Sponsoring bietet eine gute Gelegenheit, Sichtbarkeit zu gewinnen und direkt mit der Sürther Gemeinschaft in Kontakt zu treten. Interessierte können individuelle Sponsoring-Pakete anfragen.

Der Côte da Sürth e.V. freut sich über jede Form der Beteiligung, damit die Rückkehr von „Tischlein deck dich“ 2026 für ganz Sürth ein echtes Highlight wird.

Kontakt über E-mail unter hallo@cote-da-suerth.koeln oder per Telefon unter der Nummer 0178 8611690. (rp)

Neujahrsempfang von Bürgervereinigung Rodenkirchen und CBS University of Applied Sciences

Am Sonntag, 18. Januar 2026 (11:30 Uhr), laden die Bürgervereinigung Rodenkirchen und die CBS University of Applied Sciences Campus Köln zum Neujahrsempfang ein.

Dieser findet statt am Standort Köln der staatlich anerkannten privaten Hochschule für

angewandte Wissenschaften in Rodenkirchen, Bahnstraße 6–8. Über die Konrad-Adenauer-Straße ist diese Adresse fußläufig erreichbar.

Die erforderliche Anmeldung zum Empfang erfolgt mit Vor- und Zunamen sowie Personenzahl bis zum 8. Januar per

Mail an info@buergervereinigung-rodenkirchen.de oder telefonisch unter 0221 3403444 (AB).

Auf dem Empfang sprechen Wolfgang Behrendt, 1. Vorsitzender der Bürgervereinigung, und Prof. Dr. Christoph Wilers, Geschäftsführer der CBS

University of Applied Sciences. Den Gästen bietet sich zudem die Möglichkeit, die Räumlichkeiten der Hochschule am Campus kennenzulernen.

Dort werden Studienprogramme in den Themenfeldern Wirtschaft, Soziales, Gesundheit sowie Pädagogik angeboten. (eb)

Theaterstück „Der Fall Ransohoff – Frauen im Karneval“

Mit der Rolle insbesondere der Frau im Kölner Karneval setzt sich das Stück „Der Fall Ransohoff“ auseinander. Auf Einladung des Fördervereins Literamus e.V. wird es am Mittwoch, 7. Januar (19:30 Uhr), in der Stadtteilbibliothek Rodenkirchen, Schillingsrotter Straße 38, vom Theaterkollektiv A3 aufgeführt. Die Schauspielerinnen Anna Möbus und Alina Rohde blicken auf das Schicksal von Gerti Ransohoff und ihres jüdischen Ehemannes.

Sie gilt als eine der ersten Büttenrednerinnen im Kölner Karneval. Nach großen Erfolgen in der Weimarer Republik endete ihre Karriere 1932 tragisch. Das Ensemble behandelt kritisch nicht nur damalige Ereignisse und rassistische Strömungen, sondern widmet sich auch gegenwärtigen Strukturen und Rollenklischees im Karneval. Tickets (15 Euro) im Vorverkauf erhältlich im Teekesselchen, Hauptstraße 79 in Rodenkirchen. (eb)

Rheinbogen: Stadtteilfrühstück, Sternsingen und Konzert

In der Katholischen Kirchengemeinde St. Joseph und Remigius sind an den Montagen (15:30 Uhr) Kinder von 6 bis 8 Jahren im Clubraum/Pfarrheim St. Remigius, Sürther Hauptstraße 130b in Sürth, zum Spielen und Basteln eingeladen. Eine Anmeldung ist erforderlich unter allemiteneinanderremigius@rheinbogen-kirche.de. Am Dienstag, 6. Januar 2026 (18:00 Uhr), heißt es „Mit Herz und Hand“. Der Näh- und Handarbeitstreff mit guten Gesprächen findet statt im Pfarrheim Arche, Augustastraße 21 in Rodenkirchen. Interessierte werden gebeten, ihre Arbeitsmaterialien sowie Nadeln mitzubringen. Am Samstag, 10. Januar, ziehen ab 10:00 Uhr die Sternsinger durch die Gemeinde. Diese bittet, die Mädchen und Jungen freundlich zu empfangen und die Aktion zu unterstützen. Am Sonntag, 11. Januar (17:00 Uhr), findet in St. Joseph, Weißer Straße 64 b, ein Konzert zum Abschluss der Weihnachtszeit statt. Am Dienstag, 20. Januar (9:30 Uhr), können sich Seniorinnen und Senioren beim Stadt-

teilfrühstück im Pfarrsaal von St. Remigius, Sürther Hauptstraße 130a in Sürth, stärken und austauschen. Die Teilnahme ist nicht abhängig von der Konfession. Wer möchte und kann, entrichtet eine kleine Spende. Am Sonntag, 25. Januar (10:00 Uhr), findet in St. Georg, Kirchplatz in Weiß, eine heilige Messe mit Pfiff statt. Anschließend wird ins Pfarrheim zum Brunch eingeladen. An jedem Mittwoch (18:00 bis 19:00 Uhr) besteht im Pfarrheim Arche in Rodenkirchen ein Angebot zur Meditation. Weitere Termine und Infos unter www.rheinbogen-kirche.de. (eb)

Wegbereiterinnen des Wandels – die erste Frauenbewegung in Köln

Bis zum 22. März präsentiert das Historische Archiv mit Rheinischem Bildarchiv (Eifelwall 5) bei freiem Eintritt die Ausstellung „Wegbereiterinnen des Wandels – die erste Frauenbewegung in Köln“. Vorläufer der ersten Frauenbewegung reichen zurück bis ins Revolutionsjahr 1848. Ihren Höhepunkt erreichte sie in den 1890er-Jahren. Frauen schlossen sich zusammen, um gegen die herrschenden Bedingungen anzugehen: Ihnen wurden politische Rechte verwehrt, der Zugang zu Bildung häufig verweigert und Gleichberechtigung im Familienrecht war noch Utopie. Insbesondere wird über die

Verhältnisse im damaligen Köln informiert. Ebenso beleuchtet sie die nationale Vernetzung der hiesigen Frauenbewegung. Sie würdigt deren Leistungen beim Kampf um mehr Bildung und politische Mitbestimmung für Frauen und gegen die allgegenwärtige Doppelmoral. Eingegangen wird auch auf die Bedeutung der ersten Frauenbewegung im sozialen Bereich – vor allem im Ersten Weltkrieg und in der Weimarer Republik. Geöffnet ist die von Führungen und Vorträgen begleitete Ausstellung dienstags bis freitags von 9:00 bis 16:30 Uhr, mittwochs von 9:00 bis 19:30 Uhr. (eb)

Ausstellung im LVR-Landeshaus

Bis zum 15. März präsentiert das Kölnische Stadtmuseum im Landeshaus des Landschaftsverbandes Rheinland (LVR) in Köln-Deutz (Kennedy-Ufer 2) die Ausstellung „Gemütlichkeit und Moderne. Köln 1918–1926“. Sie verdankt sich einer Kooperation des Stadtmuseums, des LVR-Instituts für Landeskunde und Regionalgeschichte sowie der Stiftung Rheinisch-Westfälisches Wirtschaftsarchiv zu Köln. Nach dem Ersten Weltkrieg ist das Rheinland von französischen, belgischen und britischen Truppen besetzt. So führt die Präsentation in eine Zeit des

politischen, gesellschaftlichen und kulturellen Umbruchs. Sie schildert, was das Leben in Köln in den Jahren vom Kriegsende 1918 bis zum Abzug der britischen Besatzung 1926 prägt. „Die Ausstellung blickt hinter die Kulissen und entfaltet mit teils unbekannten Abbildungen“ sowie mit „Hörstationen, Filmsequenzen und zeitgenössischen Stimmen das spannende Panorama einer Stadt, die sich zwischen Widersprüchen, Krisen und Neubeginn bewegt“. Geöffnet ist die kostenlose Präsentation montags bis sonntags von 10:00 bis 18:00 Uhr. (eb)



Gert Nacken
Diplom-Kaufmann,
Master of Social and Work Psychology,
Wirtschaftsprüfer, Steuerberater



Nacken Hillebrand Partner

Gert Nacken
Fon: 02 21 93 55 21 - 64
Fax: 02 21 93 55 21 - 99

Mail: gert.nacken@nhp.de
Rhein-Carré Oststraße 11-13,
50996 Köln

MEHR ALS ZAHLEN - PERSÖNLICHE BERATUNG, DIE ZÄHLT!

Die Hohe Straße:

Kölns älteste Einkaufsmeile und pulsierendes Herz der Stadt

Wer durch Köln schlendert, kommt an ihr nicht vorbei: der Hohe Straße. Sie ist mehr als nur eine der meistfrequentierten Einkaufsstraßen Deutschlands, sie ist ein Stück lebendige Stadtgeschichte, ein Spiegel gesellschaftlicher Entwicklungen und bis heute eine der wichtigsten Handelsachsen der Domstadt.

Vom römischen Heerweg zur Handelsstraße

Die Geschichte der Hohe Straße reicht weiter zurück als die vieler europäischer Metropolen. Bereits zur Römerzeit verlief hier ein zentraler Verkehrsweg der Colonia Claudia Ara Agrippinensium, damals als Cardo Maximus bekannt. Diese schnurgerade Achse verband Nord und Süd der Stadt und war ein Zentrum des Handels schon vor über 2.000 Jahren.

Im Mittelalter entwickelte sich die Hohe Straße zur Hauptgeschäftsstraße der Stadt. Handwerker und Kaufleute siedelten entlang der Route, boten Stoffe,

Gewürze und Waren aller Art an. Die Nähe zum Dom und dem städtischen Leben machte die Straße zum wirtschaftlichen Zentrum Kölns.

Aufbruch, Zerstörung und Wiederaufbau

Mit der Industrialisierung im 19. Jahrhundert wandelte sich die Straße erneut: Warenhäuser und moderne Fachgeschäfte eröffneten, Schaufenster und Marken prägten das Bild. Leider wurde die Hohe Straße im Zweiten Weltkrieg schwer zerstört, doch beim Wiederaufbau setzte man auf Funktionalität und schnellen Wiederbeginn des Handels.

In den 1950er- und 1960er-Jahren avancierte sie zu einer der umsatzstärksten Einkaufsstraßen Europas – ein Ruf, der bis heute anhält.

Shopping auf der Hohe Straße heute

Die Hohe Straße ist nicht nur historisch bedeutsam, sondern

auch aktuell ein zentraler Ort der urbanen Einkaufswelt Kölns. Mit schätzungsweise täglich über 40.000 Passantinnen und Passanten zählt sie zu den meistfrequentierten Einkaufsstraßen in Deutschland.

Das Angebot ist vielfältig, von Mode über Elektronik bis zu besonderen Spezialgeschäften. Zu den festen Größen gehören etwa:

- HEMA – niederländisches Warenhaus mit Alltags- und Geschenkartikeln
- H&M – internationale Modekette für Trends und Basics
- The LEGO Store Cologne – ein Highlight besonders für Familien und Fans
- SNIPES und VANS Store Cologne – beliebte Streetwear- und Sneaker-Adressen
- Michael Kors – Accessoires und Lifestyle-Mode
- MediaMarkt und JD Sports – Elektronik und Sportartikel
- Elbenwald – Fan- und Geschenkartikel, die besonders bei Urlaubsgästen beliebt sind

- Dazu kommen Kosmetikgeschäfte wie LUSH Cosmetics Köln oder KIKO Milano und Spezialanbieter wie Dyson Store Köln oder WMF Köln Hohe Straße für Küche und Lifestyle.

Dieses vielfältige Angebot sorgt dafür, dass Shopping hier nicht nur eine Notwendigkeit, sondern ein Erlebnis ist, von klassischer Mode über Technik bis zu besonderen Geschenken und Mitbringseln.

Wandel und Zukunft

Wie überall im stationären Handel stehen auch auf der Hohe Straße Veränderungen an: Onlinehandel, veränderte Konsumgewohnheiten und steigende Anforderungen an Erlebnis und Aufenthaltsqualität prägen den Alltag. Gleichzeitig eröffnen neue Ladenkonzepte und ein Mix aus internationalen Marken und lokalen Anbietern immer wieder neue Impulse.

Kölns Handelsseele

Die Hohe Straße ist weit mehr als eine Einkaufsstraße, sie ist ein Stück Köln, das Tradition und Moderne, Historie und zeitgenössisches Leben vereint. Wer sie entlanggeht, bewegt sich auf den Spuren von Römern, mittelalterlichen Händlern und modernen Stadtmenschen und erlebt die Vielfalt einer lebendigen Stadt. (mb)

Getränkemarkt
Getränkelieferung
Weinhandel
Eventausstattung



Getränke
DUSCHAT

Bestellung: 0221 | 35 39 10

Ringstraße 45, 50996 Köln
www.getraenke-duschat.de

Geförderte Dachbegrünung in Raderberg

Klimaschutz mit Aussicht

„Die Pflanzen entwickeln sich prima – wir sind wirklich begeistert“, sagt Oliver Kleinjohann von der „kevee cologne GmbH & Co.“ und schaut zufrieden über die Dachterrasse seines Bürogebäudes in der Sechtemer Straße 5 in Raderberg. Wo früher grauer Beton dominierte, ist eine grüne Oase entstanden: mit Sitznischen, Natursteinboden und einer Fülle von Pflanzen. Während die Gleditschie bereits ihr Laub verloren hat, leuchten die Blätter des jungen Ahorns noch golden in der Novembersonne; Heckenkirschen zeigen ihr immergrünes Kleid, Gräser tanzen im Wind. „Ich wollte die Terrasse schöner machen, ein Arbeitsumfeld schaffen, in dem sich alle wohlfühlen. Und wenn man dabei gleichzeitig etwas fürs Klima tut – umso besser“, sagt Kleinjohann. Das renommierte Ingenieurbüro für Statik wurde 1962 von Kleinjohanns Vater in Köln gegründet und ist heute international tätig. Rund hundert Mitarbeitende gehören zum Team, 25 davon arbeiten am Standort Raderberg. Zu den bekanntesten Projekten zählen die Krankenhäuser im Rheinauhafen und die Kölner Zentralmoschee.

Mit „Grün hoch 3“ Mikroklima und Stadtklima verbessern

Gefördert wurde die Begrünung der 200 Quadratmeter großen Dachterrasse in Raderberg durch das städtische Programm „Grün hoch 3“, das seit 2018 läuft und zuletzt bis 2028 verlängert wurde. Privatpersonen, kleinere und mittlere Betriebe sowie Vereine können Zuschüsse beantragen, wenn sie Dächer oder Fassaden begrünen oder versiegelte Flächen in Höfen und Vorgärten entsiegeln und bepflanzen. Das Ziel: das Mikro- und Stadtklima zu verbessern und die Artenvielfalt zu fördern.

Bis zu 50 Prozent der förderfähigen Kosten übernimmt die Stadt, maximal 20.000 Euro pro Objekt und Jahr. Jährlich stellt die Stadt eine Million Euro dafür bereit. Bisher wurden 787 Projekte im gesamten Stadtgebiet bewilligt, 190 davon im Kölner Süden einschließlich Porz. Die Mehrheit sind Dachbegrünungen.

Das Ingenieurbüro erhielt einen Zuschuss von 1.500 Euro für die Pflanzen auf dem Dach. Die Gesamtkosten für die Gestaltung

der Dachterrasse – inklusive Natursteinboden, Aufbauten für die Pflanzen und Sitznischen – liegen bei rund 100.000 Euro, so Kleinjohann.

„Die Pflanzen sorgen durch Verdunstung für Kühlung – das merkt man auch in den Räumen darunter“, erklärt Sven Koch vom städtischen Amt für Umwelt- und Verbraucherschutz.

„Jede begrünte Fläche hilft dem Klima“

Bei seinem letzten offiziellen Termin als Bezirksbürgermeister brachte Manfred Giesen (Bündnis 90/Die Grünen) Kleinjohann als Dankeschön – wie schon bei anderen geförderten Projekten im Bezirk – ein „Pittermännchen“ vorbei. „Ich freue mich über jede Fläche, die begrünt wird. Jede hilft dem Klima. Ich wünsche mir noch mehr Nachahmer“, sagte Giesen.

„Ein bisschen mehr Schatten soll es hier oben künftig noch geben.“ (sb)

Weitere Informationen zum Förderprogramm „Grün hoch 3“ gibt es unter: www.stadt-koeln.de/artikel/73883/



Fotos: Stephanie Broch

Manfred Giesen, Oliver Kleinjohann, Giesens Assistentin Yasemin Balaban und Sven Koch freuen sich, dass sich die Pflanzen auf der Bürodachterrasse gut entwickeln.



Auf der 200 Meter großen Dachterrasse finden sich – in hohe Aufbauten gepflanzt – unter anderem Ahorn, Gleditschie, Azaleen und Gräser. Die Pflanzen sorgen für Kühlung an heißen Tagen.



IHRE TIERARZTPRAXIS IN KÖLN RODENKIRCHEN

„Tiere sind in unseren Augen Familienmitglieder und genauso behandeln wir sie auch.“

MIT HERZ UND SEELE DABEI ZUM WOHE IHRES TIERES - TIERÄRZTLICHEN LEISTUNGEN:

- Innere Medizin
- digitales Röntgen
- Ultraschall
- Zahnheilkunde
- Dermatologie
- Praxisinternes Labor
- Chirurgie
- Orthopädie
- Kardiologie



TIERARZTPRAXIS
PULHEIM

DIE GESUNDHEIT IHRES TIERES IST BEI UNS IN DEN BESTEN HÄNDEN!

Weißer Straße 115 · 50996 Köln-Rodenkirchen · ☎ 0221 - 8 88 24 00
info@tierarztpraxis-pulheim.de · www.tierarztpraxis-pulheim.de



Blick von der Industriestraße auf das Insektenhotel und den Naturerlebnispfad Köln. Bild rechts: Vorne entsteht eine der Lerninseln mit Hochbeeten.

Freie Naturschulen Köln in Rodenkirchen:

Kölns größtes Insektenhotel fertiggestellt

Geschafft. Die am östlichen Rand des Gewerbegebietes Rodenkirchen beheimateten Freien Naturschulen Köln (fns:köln) freuen sich über die Fertigstellung ihres Insektenhotels.

Es misst 130 Meter und ist damit das größte in der Domstadt. Famos wurde der schmucklose Stabmattenzaun am westlichen Fuß-/Radweg der Industriestraße mittels Gabionenelementen zu einer nachhaltigen, naturfreundlichen Anlage umgestaltet. Sie ist befüllt mit verschiedenen Naturmaterialien wie Steinen, Holz, Laub, Stroh und Bambus. Kräuter, Rank- und Naschpflanzen auf und an den Steinkörben bieten Tieren zusätzliche Deckung und Nahrung. Nistkästen und Futterstationen für Vögel sind mit Minikameras versehen. Zusätzlich ermöglichen Plexiglaseinsätze eine bessere Beobachtung der

zahlreichen Bewohner. **Lebensraum für Tiere, naturnahes Lernen, Sicht- und Lärmschutz**

Die „lebende Wand“ ist in mehrfacher Hinsicht von unschätzbarem Wert: Vor allem bietet sie notwendigen vielfältigen Lebensraum für Insekten, Vögel, Amphibien und Reptilien. Damit fördert sie Natur- und Artenschutz. Sie dient auf hervorragende Weise der Umweltbildung, ermöglicht praxisbezogenes und naturnahes Lernen unmittelbar am Standort der fns:köln. Nicht zuletzt fungiert sie weitgehend als Sicht- und Lärmschutz gegenüber Einflüssen der angrenzenden Schnellstraße.

Der grüne Erlebnisraum kommt nicht nur den Besuchenden der beiden Schulen zugute. Nachbarn und alle weiteren kleinen und großen Interessierten sind

eingeladen, sich jenseits des Areals für einen bewussten Umgang mit der Umwelt und Natur sensibilisieren zu lassen. Dazu vermag insbesondere der beidseitig eingebundene innovative „Naturerlebnispfad Köln“ beizutragen. Dieser umfasst verschiedene Themenbereiche mit informativen Tafeln und Schaukästen sowie interaktiven Angeboten.

Auf dem gesamten Schulhof mit und in der Natur lernen

Thematisch direkt bezogen auf das vielfältig um Naturinformationen ergänzte Insektenhotel sind „grüne Oasen“ auf dem Gelände der fns:köln. Sie verdanken sich einer Kooperation mit der Firma Stadtkontaste. Die Lerninseln in Form von Holzterrassen mit Sitzmöglichkeiten für den Unterricht

im Freien werden begleitet von zahlreichen Insekteninseln, Pflanzkästen und Hochbeeten mit Leckereien zum Naschen.

Das ökologische Projekt startete 2024

Im September 2024 erfolgte der offizielle Startschuss für das ökologische Projekt. Schüler, Lehrkräfte, Eltern und weitere Ehrenamtliche der integrativen Grundschule und Gesamtschule der fns:köln befüllten nach und nach gemeinschaftlich die ersten Stahlkäfige. Jedoch verlangsamten „fehlende Muskelkraft und Mittel“ den Fortgang. Gleichwohl konnten die Arbeiten ein Jahr später abgeschlossen werden. Den Weg dahin geebnet hatten weitere Klein- und Großspenden unter anderem der Sparkasse KölnBonn, Zürich Gruppe und Berner Group. Schließlich brachte der konzertierte tatkräftige Einsatz von zusätzlich 180 Ehrenamtlichen das erhoffte Ergebnis.

Forum „Unternehmen engagiert in Köln“

Die Rede ist von Mitarbeitern von dreißig Unternehmen verschiedenster Branchen in Köln. Als Mitglieder des Forums „Unternehmen engagiert in Köln“ setzen sich diese Firmen dauerhaft ehrenamtlich

Fotos: E. Broich





**Generalvertretung
Markus Lenz**

Wir betreuen und beraten Sie ehrlich und kompetent in allen Versicherungs-, Vorsorge- und Vermögensangelegenheiten, beruflich wie privat.“



Schillingsrotter Str. 31-33
50996 Köln-Rodenkirchen
☎ 0221/ 937 25 100
✉ markus.lenz@axa.de
www.axa-lenz.de

für die Stadtgesellschaft ein – etwa innerhalb gemeinschaftlicher Aktionswochen. Seit 2023 entwickelt das Forum unter Schirmherrschaft des Stadtoberhauptes „Ideen und bündelt Kompetenzen, um das Corporate Volunteering in Köln weiter zu stärken“. Die Domstadt unterstützt diese Aktivitäten auch mit der organisatorischen Begleitung durch die Kommunalstelle zur Förderung und Anerkennung bürgerschaftlichen Engagements (FABE). Ansprechpartnerin ist Sabine Geilenkirchen. In einer kleinen Zeremonie bezeichnete sie die Aktion an der fns: köln als „sehr erfolgreich“. Zuvor hatte Schülersprecherin Livia sich im Namen aller Schüler bei den Ehrenamtlichen, Spendern und Förderern bedankt. Geradezu überwältigend empfanden die beiden Schulleitungen Angela Müller-Mbwilo (Grundschule) und Gerald Hoffleit (Gesamt-



Gruppenfoto nach Übergabe der symbolischen Schecks und Ehrenamtliche bei der Arbeit,

schule) die finanzielle und tatkräftige Unterstützung.

Schul-Gründerin Vera Niehr tief bewegt

„Ich bin tief bewegt und sehr dankbar, so viele engagierte Menschen mit dem Ziel erlebt zu haben, uns zu helfen und die Schulhofsituation für unsere Kinder um ein Vielfaches zu verbessern“, äußerte sich eben-

so Vera Niehr. Die Schulgründerin und Geschäftsführerin des Schulträgers Vivimos zeigte sich maximal begeistert und hoffnungsfroh. „Was wir hier zwei Tage zusammen erlebt haben, ist so großartig.“ Die erfahrene Hilfsbereitschaft bestätige ihr, wie viel man gemeinsam erreichen könne. „Wir haben wirklich 130 Meter Naturraum erschaffen in einem Bereich, wo er vorher weggenommen

wurde, nämlich durch den Bau dieses Gebäudes. Und unsere Schule wird jetzt immer grüner.“ Tatsächlich seien bereits weitere Vorhaben in Planung, aber noch nicht spruchreif. Laut Niehr bleibt die „lebende Wand“ ein stetes Betätigungsfeld über das Lernen und Forschen hinaus. Materialien müssten ersetzt, der Erlebnispfad regelmäßig aktualisiert werden. (eb)



WIR STELLEN EIN

ZAHNMEDIZINISCHE/R FACHANGESTELLTE/R / ZFA

ab 1. Januar 2026 oder sofort

Festanstellung, Vollzeit
oder Teilzeit

m/w/d



ZAHNARZT-SCHAUERMANN.DE

Vor 20 Jahren hat alles begonnen:

Rheinbogenstimmen



Die Rheinbogenstimmen beim Benefiz-Konzert in der Weißer Kirche.

Fotos: U. Süßner

Sürth/Weiß. Mit Flugblättern fing vor 20 Jahren alles an. Stefan Harwardt war neuer Seel-

sorgebereichsmusiker in den katholischen Pfarrgemeinden Rodenkirchen, Weiß und Sürth.

Und er hatte die Idee, einen neuen Chor zu gründen. Auf besagten Handzetteln lud er zum Mitsingen ein – auf Anhieb meldeten sich 40 Interessierte. Der Chor „Rheinbogen Gospel & more“ entstand und er besteht immer noch, allerdings unter dem Namen „Rheinbogenstimmen“, der weniger sperrig klingt. „Wir haben schon bei vielen tollen Projekten mitgemacht“, erinnert sich Ulrike, die von Anfang an dabei ist und nicht nur das Singen an sich schätzt, sondern auch die nette Gemeinschaft.

Höhepunkte waren zum Beispiel eine Jazz-Messe in Vingst oder ein Auftritt in der JVA Butzweiler Hof oder zuletzt im vergangenen November ein Konzert mit zahlreichen Solistinnen und Solisten in der Kirche St. Georg in Weiß – also dort, wo vor 20 Jahren alles anfing.

Fast von Anfang an dabei ist auch Marlene, die sich nach dem Chor jedes Mal gut gelaunt fühlt. Wegen der Glückshormone, die beim Singen ausgeschüttet werden, heißt es. Das gute Gefühl beim Singen bestätigt auch Tobias, der Tenor. „Nach einem langen Bürotag bin ich zwar müde, aber das Musizieren gibt mir so viel Energie“, sagt er. Kerstin hebt zudem das schöne Miteinander hervor. „Nicht der Lauteste setzt sich durch“, sagt sie. Singen im Chor bedeute vielmehr, gemeinsam und ohne Ellbogen nach einem guten Ergebnis zu streben. Das zeige, dass Harmonie und Kooperation zwischen vielen unterschiedlichen Individuen möglich sind.

Die Coronapandemie war ein großer Einschnitt. Die Mitgliederzahl schrumpfte von vorher 44 auf sieben. Heute besteht der Chor wieder aus 20 Stimmen. Das Repertoire der „Rheinbogenstimmen“ umfasst geistliche und weltliche Chorliteratur, die im weiteren Sinn in kirchlichem Kontext steht. Da gibt es Stücke, die jazzig angehaucht sind, die wie Gospel klingen; auch in Richtung Pop und Rock ist etwas dabei. „Ich versuche, mich mit der Auswahl der Stücke breit aufzustellen und an den Chor anzupassen“, betont der 55-jährige Chorleiter, der studierter Kirchenmusiker und Pianist ist.

Für das zweite Halbjahr hat Stefan Harwardt neue Projekte geplant. Weitere Stimmen, vor allem im Tenor und Bass, sind sehr willkommen. Ein wenig Chorerfahrung gilt als Vorteil. Gepröbt wird immer mittwochs von 20 bis 21:30 Uhr im Pfarrsaal von St. Remigius an der Sürther Hauptstraße 130b.

Weitere Auskünfte gibt es unter der Kölner Telefonnummer 98934800 und per Mail: stefan.harwardt@rheinbogen-kirche.de (us)





Mehr als 25 Jahre Honda Hybrid-Technologie!

Feiern Sie mit uns und erleben Sie unsere aktuelle Modellpalette an Vollhybrid- und Plug-in-Hybrid-Fahrzeugen beim traditionellen Honda Frühstück.



HONDA
FRÜHSTÜCK
24. JANUAR 2026

Kraftstoffverbrauch Jazz e:HEV in l/100 km: kombiniert 4,5-4,8. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 102-108. CO₂-Klasse: C. Kraftstoffverbrauch Civic e:HEV in l/100 km: kombiniert 4,7-5,0. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 108-114. CO₂-Klasse: C. Kraftstoffverbrauch HR-V e:HEV in l/100 km: kombiniert 5,4. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 122. CO₂-Klasse: D. Kraftstoffverbrauch ZR-V e:HEV in l/100 km: kombiniert 5,7-5,8. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 130-132. CO₂-Klasse: D. Energieverbrauch CR-V e:PHEV: Kraftstoffverbrauch gewichtet, kombiniert: 2,6 l/100 km. Stromverbrauch gewichtet, kombiniert: 11,6 kWh/100 km. CO₂-Emissionen in g/km gewichtet, kombiniert: 59. CO₂-Klasse gewichtet, kombiniert: B. Kraftstoffverbrauch bei entladener Batterie kombiniert: 6,2 l/100 km. CO₂-Klasse bei entladener Batterie: E. Elektrische Reichweite (EAER): 78 km. Kraftstoffverbrauch CR-V e:HEV 2WD in l/100 km: kombiniert 6,0. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 135. CO₂-Klasse: D. Kraftstoffverbrauch CR-V e:HEV AWD in l/100 km: kombiniert 6,7. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 151-152. CO₂-Klasse: E. Kraftstoffverbrauch Prelude in l/100 km: kombiniert 5,2. CO₂-Emissionen in g/km: kombiniert 117. CO₂-Klasse: D. Abbildung zeigt Sonderausstattungen. Verkauf, Beratung und Probefahrten nur innerhalb der gesetzlichen Ladenöffnungszeiten.



Karlsohn
GmbH
www.karlsohn.de

Honda Vertragshändler

Zusestraße 28 50859 Köln Telefon 02234/6957600 Telefax 02234/6957601	Hermülheimer Straße 2 50321 Brühl Telefon 02232/50454-0 Telefax 02232/5045450
---	--

Neue Gesetze: Was ändert sich 2026 im Alltag und im Arbeitsleben?

Zu Beginn des neuen Jahres sind Gesetze in Kraft getreten oder überarbeitet worden, die ab sofort im Alltag und im Arbeitsleben zu beachten sind.

Seitens der Bundesregierung wurden mehrere Reformen bereits im Laufe des vergangenen Jahres beschlossen. Weitere Gesetzesänderungsvorhaben bedurften allerdings noch der Bestätigung durch den Bundesrat, der hierzu erst am 19. Dezember in seiner letzten Sitzung des alten Jahres seine Zustimmung erteilt hat.

Einige der wichtigsten Neueregulungen im Überblick:

Höherer Grundfreibetrag bei der Einkommensteuer

Kleinere Einkommen profitieren von einem höheren Grundfreibetrag, also der Grenze, bis zu der ein Verdienst steuerfrei bleibt. Für 2026 wird dieser Betrag auf 12.348 Euro pro Jahr angehoben.

Für verheiratete Paare gilt die doppelte Summe, also 24.696 Euro. Erst bei darüber liegenden Einkünften muss Einkommensteuer gezahlt werden.

Anhebung Kindergeld

Ab Januar 2026 steigt das Kindergeld einheitlich für jedes Kind um vier Euro auf 259 Euro pro Monat. Für Eltern bedeutet die Änderung keine zusätzliche Bürokratie.

Wer bereits Kindergeld erhält, bekommt die Erhöhung automatisch ausgezahlt. Ein neuer Antrag ist nicht notwendig. Die Familienkasse der Bundesagentur für Arbeit passt die Beträge selbstständig an. Nur wer bislang noch kein Kindergeld bezieht, muss einen Antrag stellen.

Höhere Mindestlöhne

Bereits im Juni 2025 hat die unabhängige Mindestlohnkommission ihre Vorschläge für die Anpassung des gesetzlichen

Mindestlohns vorgelegt. Das Bundeskabinett hatte die Anpassungen anschließend per Verordnung beschlossen, sodass dieser am 1. Januar 2026 auf 13,90 Euro brutto in der Stunde angestiegen ist. Im Jahr 2027 erfolgt erneut eine Anhebung auf 14,60 Euro.

Minijob-Grenze ebenfalls angehoben

Der gesetzliche Mindestlohn gilt auch für Minijobberinnen und Minijobber. Die Verdienstgrenze für Minijobs liegt damit nunmehr in diesem Jahr bei 603 Euro im Monat und im Jahr 2027 bei 633 Euro.

Übungsleiter- und Ehrenamtspauschale

Die steuerlich absetzbare Übungsleiterpauschale steigt auf 3.300 Euro und die Ehrenamtspauschale auf 960 Euro im Jahr. Einnahmen aus solchen Tätigkeiten bleiben in Höhe der Pauschale steuerfrei. Mit diesen Reformen sollen zusätzliche Anreize für ehrenamtliches Engagement geschaffen werden. Die Ehrenamtspauschale können Personen in Anspruch nehmen, die sich freiwillig in sozialen, kulturellen oder gemeinnützigen Bereichen engagieren. Sie dient dazu, kleinere Aufwände, die mit ehrenamtlicher Tätigkeit verbunden sind, steuerfrei zu kompensieren. Adressaten der Übungsleiterpauschale sind Menschen, die in Sportvereinen, Volkshochschulen oder ähnlichen Einrichtungen als Übungs-



Foto: Bundesministerium der Finanzen / Photothek

leitende, Trainerinnen oder Trainer tätig sind. Diese Pauschale soll helfen, die Ausgaben für die Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung von Kursen oder Trainings zu decken.

Deutschlandticket jetzt 63 Euro

Seit dem 1. Januar kostet das Deutschlandticket 63 Euro im Monat. Bisher waren es 58 Euro. Das Ticket bleibt weiterhin bundesweit im ÖPNV gültig. Egal ob im Bus, in der Straßenbahn, der U-Bahn oder den Regionalbahnen, es kann wie gewohnt flexibel genutzt werden.

Pendlerpauschale

Künftig beträgt die Pendlerpauschale bereits ab dem ersten Kilometer 38 Cent für jeden Kilometer pro Tag. Bisher konnten für die ersten 20 Kilometer nur 30 Cent steuerlich geltend gemacht werden. Von dieser Neuregelung profitieren also vor allem Pendelnde mit einem eher kürzeren Arbeitsweg, und zwar unabhängig davon, ob man diesen mit dem Auto, der Bahn, dem ÖPNV, einem E-Scooter, dem Fahrrad oder zu Fuß zurücklegt.

Reduzierte Mehrwertsteuer in der Gastronomie

Die Umsatzsteuer für Speisen in der Gastronomie wurde von 19 % auf 7 % gesenkt. Getränke werden jedoch weiterhin mit 19 % besteuert. Die Restaurantbetriebe sind allerdings nicht verpflichtet, die Steuersenkung an ihre Gäste weiterzugeben. Es ist davon auszugehen, dass viele Gastronomiebetriebe ihre Preise nicht vollumfänglich senken werden, sondern die Steuerentlastung zum Auffangen von Kostensteigerungen nutzen.

Renten

Der Bundestag hat ein umfassendes Gesetzespaket zur Rente beschlossen, das im Kern darauf abzielt, das Rentenniveau zu stabilisieren, die Erziehungsleistung von Müttern stärker anzuerkennen, Anreize für eine längere Lebensarbeitszeit zu schaffen und die betriebliche Altersvorsorge zu stärken. Im Frühjahr 2026 soll eine Rentenkommission damit beginnen, Lösungsvorschläge zu erarbeiten, um die Rente zukunftsfest zu machen. (cg)



Über 100 Jahre Erfahrung,
jetzt mit neuer Energie.

www.engelmann-bestattungshaus.de | Tag und Nacht: Tel. 0221 / 394706

Interview mit dem Kölner Oberbürgermeister Torsten Burmester

Am 1. November hat Torsten Burmester (SPD) das Amt des Oberbürgermeisters der Stadt Köln angetreten. Fünf Tage später wurde der Nachfolger von Henriette Reker (parteilos) in der konstituierenden Sitzung des Stadtrates vereidigt. Mitte Dezember hat der 62-Jährige auf Fragen des Kölner BilderBogen geantwortet.

Wie blicken Sie auf Ihre ersten Wochen im Amt, die mit der Haushaltssperre begannen? Und was hat Sie bislang besonders beeindruckt?

Natürlich startet man ungern mit der Verhängung einer Haushaltssperre, aber ich habe die Lage direkt zu Beginn mit der Kämmerin besprochen. In der Analyse wurde klar: Dieser Schritt war erforderlich, um die Handlungsfähigkeit der Stadt zu sichern – denn wir waren noch knapp 10 Millionen Euro von einem Nachtragshaushalt entfernt.

Dann kam die Amtseinführung am 6. November, bei der ich gemerkt habe: Mit der Vereidigung bekommt das Amt eine Gravität, eine besondere Würde. Die ersten drei Ratssitzungen mit der internen Aufstellung des Rates, der Besetzung der Ausschüsse und Aufsichtsräte sind aus meiner Sicht ganz gut gelaufen.

Bisher kannten Sie die Kölner Verwaltung nur von außen. Wie stellt diese sich Ihnen nach der nur kurzen Zeit der ersten Einblicknahme dar?

Ich habe die Zeit seit meinem Amtsantritt genutzt, um die Fachbereiche, aber auch vor allem die Menschen, die in der Verwaltung arbeiten, besser kennenzulernen – habe mich vorgestellt, so gut ich konnte. Alle Kolleginnen und Kollegen bei der Stadt arbeiten am gleichen Ziel: eine nahbare und menschenorientierte Verwaltung zu sein. Und genau das habe ich auch in den ersten Wo-

chen als Oberbürgermeister so wahrgenommen. Mit mir in der Verwaltung arbeiten viele motivierte Menschen, das hat sich schnell gezeigt.

Wo sehen Sie weitaus geringere Defizite als zuvor erwartet, wo deutlich größere Herausforderungen?

Das lässt sich nach so kurzer Zeit noch nicht konkret sagen. Eine Metropole wie Köln mit ihrer Anziehungskraft und Lage hat sicherlich viel zu bieten. Aber in einer so großen Stadt mit mehr als einer Million Menschen, die hier leben, und vielen Tausenden, die hierher zur Arbeit pendeln, gibt es vielfältige Aufgaben und Herausforderungen. Diese zu priorisieren, ist wahrscheinlich eine der größten Herausforderungen, vor der wir in der Verwaltung stehen.

Sie haben bei Ihrem Amtsantritt davon gesprochen, insbesondere die Zeit seit der für Sie erfolgreichen Stichwahl dafür genutzt zu haben, „einen Fahrplan zu erstellen, wie ich meine konkreten Ideen vom ersten Tag meiner Amtszeit an konsequent durchsetzen kann“. Von welchen Ideen sprechen Sie, wie hat sich in den ersten Wochen Ihr Konzept bewährt?

Ich will einfach, dass die Menschen wieder das Gefühl haben, in dieser Stadt kümmern sich Politik und Stadtverwaltung auch um die Interessen der Menschen, die bisher nicht so stark gehört worden sind. Ich möchte, dass wir daran arbeiten, diese Stadt attraktiv, wirtschaftlich stabil, resilient zu machen, damit die Menschen hier gerne wohnen. Im Ordnungsdienst haben wir die Randzeiten verlängert. Die Außendienstkräfte gehen jetzt teilweise schon um 6:00 Uhr raus.

Mit den Abfallwirtschaftsbetrieben habe ich besprochen, dass wir weitere mobile Reinigungs-

geräte vom Typ „Rhein-Sauger“ anschaffen werden. Vier sind bereits in der Auslieferung, die werden wir auch in den Veedeln einsetzen. Also nicht nur in der Innenstadt und Altstadt, sondern zum Beispiel auch auf der Kalker Hauptstraße. Wir werden außerdem größere Mülleimer aufstellen, in die auch Pizzakartons passen. Wir hoffen, dass wir damit in den Hotspots für eine gewisse Entlastung sorgen können.

Zudem planen wir einen besonderen Tag, ähnlich dem Blitzermarathon in NRW, um das Thema Sauberkeit in den Vordergrund zu stellen.

Köln gliedert sich in auch strukturell verschiedene Bezirke, Stadtteile und Veedel. Wie kann es aus ihrer Sicht politisch, verwaltungstechnisch gelingen, dass die jeweils dort lebenden Menschen sich sowohl der Metropole insgesamt als auch ihrem Wohnviertel zugehörig fühlen?

Mit den Bezirksvertretungen haben wir eine wichtige Schnittstelle in die Stadtbezirke und somit auch in die Veedel. Hier werden Ideen entwickelt oder auch Entscheidungen getroffen, die ganz gezielt auf die Bedürfnisse und Wünsche der Menschen in den Stadtteilen einzahlen. Menschen möchten sich gehört fühlen und das tun wir in der Verwaltung, auch wenn das nicht jedem weit genug geht. Die Politikerinnen und Politiker im Rat und in den Bezirksvertretungen setzen sich zum Wohle aller ein, und das ehrenamtlich.

Ich würde mir wünschen, dass sich noch mehr Menschen einbringen. Das muss nicht unbedingt politisch sein, aber auch das Engagement zum Beispiel in Nachbarschaften oder in Vereinen stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl und die Verbundenheit zum Veedel und zur Heimatstadt.

Sie haben den Anspruch formuliert, Köln zusammen mit den Kölnerinnen und Kölnern zukunftsfähig gestalten zu wollen. Wie wollen und können Sie dem wachsenden Wunsch



Foto: Maximilian König

Ortsverband Rodenkirchen der Grünen hat neuen Vorstand

nach vielfältiger Bürgerbeteiligung gerecht werden, unabhängig von einer Parteimitgliedschaft oder einem Mandat in Rat oder Bezirksvertretung?

Die Stadt Köln hat erst vor Kurzem die Öffentlichkeitsbeteiligung stark ausgeweitet; die Verwaltung gibt nun zu jeder Beschlussvorlage eine Einschätzung zu einer Öffentlichkeitsbeteiligung ab. Zusätzlich können alle Kölnerinnen und Kölner auch eine Öffentlichkeitsbeteiligung anregen. Darüber entscheiden dann die jeweiligen Gremien. Es ist wichtig, dass die Bürgerinnen und Bürger daran mitarbeiten, wie wir unsere Stadt gestalten.

Ist es dem Oberhaupt einer Großstadt überhaupt möglich, ein Oberbürgermeister für alle, in Ihrem Fall alle Kölnerinnen und Kölner, zu sein, und was ist aus Ihrer Sicht dafür notwendig?

Ich denke, dass dies möglich ist. Nicht jeder wird mit allen Entscheidungen einverstanden sein – aber das ist normal. Menschen haben unterschiedliche Wünsche und Lebensrealitäten, die sie berücksichtigt wissen wollen. Aber das lässt sich nicht immer machen, es wird immer Kompromisse geben müssen. Und genau da liegt ein entscheidender Punkt: Wir müssen nicht immer einer Meinung sein, aber wir müssen miteinander sprechen. (eb)

Bezirk Rodenkirchen Mitte November wählte der Ortsverband von Bündnis 90/Die Grünen für den Bezirk Rodenkirchen auf der Mitgliederversammlung einen neuen Vorstand.

Mit großer Mehrheit wurden Bettina Sagebiel und Gudrun Steinmeyer-Bartella als neue Sprecherinnen gewählt und führen nun den Ortsverband an. „Ich verstehe mich weniger als Sprecherin denn als Zuhörerin, die es uns ermöglicht, gemeinsam stärker zu werden“, betont Sagebiel.

„Als Frauenduo wollen wir Entscheidungen verständlich, bürgernah und respektvoll gestalten“, ergänzt Steinmeyer-Bartella.

Unterstützt werden die beiden von einem erfahrenen Team, bestehend aus Veit Otto, Oliver Kirchhof, Beate de Ruiter, Annette Kolschewski, Maja Semrau und Christoph Goedecke. (sb)



Foto: Malin Switala

Der neue Vorstand von Bündnis 90/Die Grünen des Ortsverbandes Rodenkirchen: Annette Kolschewski, Christoph Goedecke, Gudrun Steinmeyer-Bartella, Maja Semrau, Bettina Sagebiel, Veit Otto und Oliver Kirchhof, nicht im Bild ist Beate de Ruiter.

Seit über 18 Jahren in Rodenkirchen



Goldankauf Zahngoldankauf

Sofort Bargeldauszahlung

**JETZT ANRUFEN und für
den Goldankauf
EINEN TERMIN vereinbaren!**

☎ 0221 - 53 40 99 63

Öffnungszeiten:

**Montag - Freitag 9.30 Uhr - 17.00 Uhr
und Samstag 9.30 Uhr - 13.00 Uhr**

Wir kaufen: Münzen, Altgold, Zahngold, Feingold, Goldschmuck, Schmuck, Goldmünzen, Silbermünzen, Silber, Goldketten, Goldringe, Golduhren, versilbertes Besteck, Zinn und Platin
Hausbesuche nach Absprache möglich

Goldankauf4u

Hauptstraße 71-73 (Im Sommershof), 50996 Rodenkirchen



Interim Europaschule



Weißer Straße

Nachrichten aus der Septembersitzung der Bezirksvertretung

Baustellen, Radverkehr und Interimsbaustart für Europaschule

Verwaltung erläutert städtisches Baustellenmanagement

Zahlreiche Baustellen im Bezirk – etwa auf der Bonner Straße, „Im Wasserwerkswäldchen“ oder „Am Forstbotanischen Garten“ – sorgen für Verkehrsbehinderungen. Die Lokalpolitik kritisierte in der Sitzung insbesondere unübersichtliche Beschilderungen, nicht entfernte Markierungen auf der Fahrbahn und lange Bauzeiten. Auf Initiative der CDU wurde das Thema in einer Aktuellen Stunde mit Vertreterinnen und Vertretern der Verwaltung diskutiert.

Diese erklärten, dass es im Kölner Stadtgebiet jährlich rund 24.000 Baustellen im öffentlichen Verkehrsraum gebe. Die Stadt habe ein großes Interesse an zügigen Bauabläufen und übersichtlichen Verkehrsführungen. In vielen Fällen sei jedoch nicht die Stadt selbst Bauherr, und es sei der Bauherr, der für eine ordnungsgemäße und aktuelle Beschilderung verantwortlich sei. Bauunterbrechungen entstünden häufig

durch Lieferzeiten für Ersatzteile. Jede Baustelle müsse genehmigt werden, erklären die Verwaltungsvertretenden; die Erlaubnis gelte jeweils für sechs Monate und könne verlängert werden – auch bei Großbaustellen wie auf der Bonner Straße. Der städtische Baustellenkontrolldienst mit sechs Mitarbeitenden überprüft regelmäßig die Baustellen im öffentlichen Raum und lässt überflüssige Schilder oder Einrichtungen entfernen.

Informationen zu aktuellen Baustellen finden Bürgerinnen und Bürger unter anderem im städtischen Verkehrskalender sowie über die Baustellen- und Verkehrsmanagement-Angebote der Stadt und der Stadtwerke Köln. Auffälligkeiten können per E-Mail an miriam.passmann@stadt-koeln.de oder baustellenmanager@stadt-koeln.de sowie über die Plattform „Sag's uns“ gemeldet werden.

Tempo 30 auf der Weißer Straße beschlossen

Auf der Weißer Straße zwischen Grimmelshausenstraße

und Grüngürtelstraße werden derzeit drei Knotenpunkte umgebaut, die bisherigen Ampeln entfallen. Ziel ist ein besserer Verkehrsfluss. Da sich in diesem Abschnitt zwei Schulstandorte befinden und dort ganztägig viele Schülerinnen und Schüler unterwegs sind, beantragten Grüne, SPD sowie Vertreterinnen von Linke und Volt Tempo 30 in beiden Fahrtrichtungen.

Besonders der Bereich zwischen den beiden Standorten des Gymnasiums Rodenkirchen sowie die Abschnitte an der Siegstraße und am Grüngürtel seien stark frequentiert. Die Bezirksvertretung stimmte dem Antrag mehrheitlich zu. Die KSG/FDP-Fraktion und eine Stimme der AfD votierten dagegen, die CDU enthielt sich.

Sicherere Radwege an der Konrad-Adenauer-Straße

Die Konrad-Adenauer-Straße zwischen Militärring und Friedrich-Ebert-Straße soll so umgestaltet werden, dass

Radfahrende in beiden Fahrtrichtungen sicher unterwegs sein können. Auch Eingriffe in angrenzende Grünflächen sollen notfalls in Kauf genommen werden. Dies beschloss die Bezirksvertretung mehrheitlich gegen eine Stimme der AfD.

Die CDU hatte den Antrag eingebracht und auf die problematische Situation für Radfahrende hingewiesen: Es gebe weder Radweg noch Schutzstreifen, zudem sei die Straße – insbesondere in Kurven – unübersichtlich.

Viele Radfahrende wichen daher aus Sicherheitsgründen auf den Gehweg aus. Da die Strecke stark von Radpendelnden aus Marienburg und Rodenkirchen genutzt werde, bestehe dringender Handlungsbedarf.

Gespräche über Serviceterminal der Deutschen Bank

Nach der Schließung der Deutschen-Bank-Filiale auf der Hauptstraße Anfang Dezember soll zumindest ein Serviceter-



Konrad-Adenauer-Straße

Fotos: Stephanie Broch

minal im Zentrum von Rodenkirchen erhalten bleiben. Die FDP/KSG-Fraktion beantragte, dass die Verwaltung entsprechende Gespräche mit dem Unternehmen führen soll. Die nächste Filiale befindet sich in der Altstadt-Nord, rund 45 Minuten entfernt, so die Mitglieder der Lokalpolitik.

Zudem soll sichergestellt werden, dass auch Postbank-Kundinnen und -Kunden weiterhin einen Grundservice vor Ort nutzen können. Nach der Schließung der Postbankfiliale 2021 war unter anderem ein Kontoauszugdrucker in der Deutschen Bank untergebracht worden. Der Antrag wurde mehrheitlich angenommen, die AfD stimmte dagegen, CDU und eine Stimme der Grünen enthielten sich.

Startschuss für Interim der Europaschule

Die Erdarbeiten für den Interimsstandort der Europaschule haben begonnen. Auf dem ehemaligen Brauereigelände an der Ecke Alteburger Straße/Schönhauser Straße entstehen in Holzmodulbauweise fünf Gebäude für rund 1.300 Schülerinnen und Schüler sowie für etwa 130 Lehrkräfte und weiteres Personal. In einem der

Gebäude werden eine Mensa und eine Aula eingerichtet, in einem weiteren zwei Sporthallen.

Der Interimsstandort soll zum Schuljahr 2027/2028 fertiggestellt sein. Erst danach beginnt die Generalsanierung des denkmalgeschützten Gebäudes der Europaschule am Radertalgürtel.

Die Kosten für das Interim be-
ziffert die Stadt auf rund 140
Millionen Euro. Die Module sol-
len später an anderen Standor-
ten weiterverwendet werden.

Neue Einfamilienhäuser in Meschenich

Die Verwaltung teilte den Lokalpolitikern mit, dass auf einem Grundstück in der Brühler Landstraße 495 in Meschenich 19 Einfamilienhäuser entstehen sollen.

Diese sollen in Form von sechs Doppelhäusern und sieben Reihenhäusern mit 15 Garagenstellplätzen und 26 Pkw-Stellplätzen im Freien errichtet werden.

Der entsprechende Bauantrag sei Ende April 2025 bei der Stadt eingegangen, informierte die Verwaltung. Das Baugrundstück verfügt über eine Fläche von rund 5.344 Quadratmetern. (sb)

HAUS BERGER
RESTAURANT & HOTEL

Unsere neuen Karten
für **Januar und
Februar** sind fertig.
Eine tolle Auswahl
für Jerdermann.
Zusätzlich zu
unserer Karte bi-
eten wir **täglich
wechselnde
Specials.**



Uferstraße 71-73 | 50996 Köln-Rodenkirchen
Made by Haus Berger

Heißer Januar für die Basketball-Profis der RheinStars

Die Basketballer der RheinStars Köln starten mit drei Auswärts-spielen und einem Heimspiel ins Jahr 2026.

In der 2. Basketball-Bundesliga empfängt das Team von Trainer Zoran Kukic im Abstiegskampf dabei am 11. Januar ab 17:00 Uhr die Gäste des BBC Bayreuth, die nach der Hälfte der laufenden Spielzeit ebenfalls im unteren Tabellendrittel rangieren. Die Heimspiele bestreiten die Kölner „Riesen“ wie gewohnt in der Motorworld. Die RheinStars um Geschäftsführer Stefan Beek kämpfen in dieser Saison derzeit mit den SBB Baskets Wolmirstedt, Münster und Paderborn um den Klas-



Mike Miller im Zweikampf mit Robin Benzing

senerhalt. In der 2. Basketball-Bundesliga (ProA) steigen normalerweise die beiden Letztplatzierten der Hauptrun-

de in die ProB ab, allerdings kann die Anzahl der Absteiger je nach Teilnehmerzahl der 1. Liga (BBL) variieren. Gegen

Bayreuth Anfang des Jahres haben die RheinStars die Möglichkeit, wichtige Punkte zu sammeln. (ff)



Foto: CTC/FVM

Come-Together-Cup 2026 feiert Hallenpremiere am 24. Januar

Der Come-Together-Cup (CTC) in Köln setzt seit vielen Jahren ein klares Zeichen für ein tolerantes Miteinander. Auch 2026 verspricht die Veranstaltung ein besonderes Highlight im Kölner Sportkalender zu werden – offen für alle, die Fußball als verbindende Kraft erleben möchten. Das Turnier lädt Teams, Fans und Interessierte ein, gemeinsam ein sportliches Fußballfest zu erleben, bei dem Fairplay, Vielfalt und gegenseitiger Respekt im Mittelpunkt stehen. Dabei feiert der CTC am 24. Januar in der Straßenkicker.Base von Lukas Podolski eine ganz besondere Premiere – das Turnier findet erstmals im Winter in einer Hallenausgabe statt, bevor es im Mai wie gewohnt ins Freie geht. 40 Mannschaften unterschiedlicher Zusammensetzung treten in Mülheim gegeneinander an und sorgen für spannende Spiele in einer offenen und freundschaftlichen Atmosphäre. 16 Frauenteams, 16 Herrenmannschaften und 8 Mixed-/Inklusionsteams treten vor ca. 1.000 Zuschauenden auf den Kunstrasenfeldern gegeneinander an und setzen die Tradition des CTC fort.

Der schwule Ex-Kriminalkommissar Andreas Stiene kommt Anfang der 1990er-Jahre als ehemaliger Polizeiauswahl- und Landesligakicker aus Essen nach Köln und denkt, er wäre der einzige schwule Fußballer auf der ganzen Welt. Er ist damit aber dann doch nicht ganz allein und hat nach einem Freundschaftsspiel zweier homosexueller Teams im September 1994 die Idee zum COME-TOGETHER-CUP. Was 1995 mit zehn Männerteams begonnen hat, ist heute eines der publikumsstärksten Freizeitfußball-Turniere in Deutschland und Europa. 400.000 Zuschauende, 1.600 Teams und mehr als 350.000 Euro Spenden sowie unvergessliche Stunden der Toleranz und des Miteinanders kennzeichnen den Come-Together-Cup bis heute. (ff)

Findet am 24. Januar erstmals in der Halle statt: der Come-Together-Cup.

Die Südstadt träumt vom Aufstieg: SC Fortuna Köln überwintert als Herbstmeister

Macht sich der SC Fortuna Köln auf den Weg in die 3. Liga, um zum Lokalrivalen Viktoria Köln aufzusteigen?

Beim Blick auf die Tabelle der Fußball-Regionalliga zu Beginn des Jahres 2026 dürfen die Kölner Fußballfans davon träumen, bald drei Vereine im deutschen Profifußball spielen zu sehen. Mit dem besten Sturm (43 Treffer), der besten Abwehr (15 Gegentore) und zehn Siegen bei nur einer Niederlage rangiert das Südstadt-Team von Trainer Matthias Mink nach 18 Spieltagen auf Rang eins der Fußball-Regionalliga West. „Diese Vorrunde und der Rückrundenauftritt sind für uns schon etwas Besonderes“, bilanziert Mink das Fußballjahr 2025 und den Start 2026. Fortuna Köln hat sich nach der bereits erfolgreichen vergange-

nen Saison abermals weiterentwickelt und agiert als homogene Einheit mit einem klaren Spielsystem und einer guten Balance aus Offensive und Defensive. Das Fußballjahr 2026 beginnt für die Fortuna zunächst am 25. Januar beim VFL Bochum U23, ehe das heimische Südstadion am 31. Januar zum Schauplatz des rheinischen Derbys gegen Borussia Mönchengladbach U23 wird (14:00 Uhr). Gegen beide Teams holte der Tabellenführer zu Beginn der Saison keine Punkte, entsprechend motiviert dürfte die Fortuna sein.

Während man bei Fortuna Köln angesichts des sportlichen Erfolgs auf die Winterpause hätte verzichten können, kam für Viktoria Köln die spielfreie Zeit über den Jahreswechsel genau richtig. Das Team von Coach Marian Wilhelm hatte nach sehr



Fotos: Fortuna Köln

gutem Saisonstart lange Zeit Anschluss an die Tabellenspitze gehalten, musste jedoch ab Mitte der Hinrunde dem teils hohen Aufwand Tribut zollen. Dennoch stehen die Höhenberger zum Jahreswechsel im gesicherten Mittelfeld nah an den Top 10 der Liga. Nach 18 Spielen zählt man bereits mehr als 25 Punkte. Die Saisonziele gesicherter Klassenerhalt und wirtschaftliches Wachstum sind erreichbar. Im Januar warten gleich drei Aufgaben auf die Höhenberger, die die Chance bieten, in der Tabelle wieder unter die Top 10 zu rücken. Am 18. Januar gastiert Viktoria Köln zunächst beim 1. FC Schweinfurt, spielt am 23. Januar dann zu Hause gegen den 1.

FC Saarbrücken (16:30 Uhr) und am 31. Januar dann im Heimspiel gegen den Tabellennachbarn SV Waldhof Mannheim. Der 1. FC Köln liegt zu Beginn des Fußballjahres 2026 im Mittelfeld der Fußball-Bundesliga und damit ebenfalls auf Kurs. Nach furiosem Saisonstart beendete die Mannschaft von Lukas Kwasniok das Jahr auf Rang 10. Die „Geißböcke“ haben zum Start in das neue Fußballjahr mit Spielen in Freiburg (25. Januar) und zu Hause gegen den VfL Wolfsburg (31. Januar) die Chance, wichtige Punkte im Kampf um den frühzeitigen Klassenerhalt zu sammeln. Personell wird dann Jusuf Gazibegovic nicht mehr dem Kader des 1. FC Köln angehören. Der 1. FC Köln und Sturm Graz haben sich auf eine Leihe von Jusuf Gazibegovic bis zum Saisonende verständigt. (ff)

Fußball-Marke Fortuna Köln – erfolgreich und dynamisch.



UNSER PREISHAMMER!

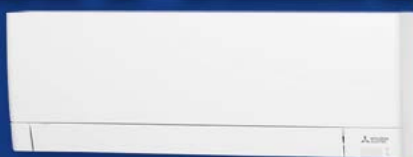


SALE

mitsubishi

MSZ-HR25 VFK + MUZ-HR25 VF E1
Klimaanlage 2,5 KW, inklusive
Montage, Wifi und MwSt.

ab **1999,00 €**



mitsubishi

MSZ-HR35 VFK + MUZ-HR35 VF E1
Klimaanlage 3,5 KW, inklusive
Montage, Wifi und MwSt.

ab **2149,00 €**

mitsubishi

MSZ-HR50 VFK + MUZ-HR50 VF E1
Klimaanlage 5 KW, inklusive
Montage, Wifi und MwSt.

ab **2699,00 €**

ALLE GERÄTE INKLUSIVE WIFI

Ganz bequem vom
Handy zu bedienen



**Besuchen Sie unseren
SHOWROOM**

DAIKIN • MITSUBISHI • LG • TOSHIBA



Zum Dahingleiten

Eislaufen ist ideal, um sich auch im Winter fit zu halten. Wer noch nie auf dem Eis unterwegs war, kann die Basics in einem Kurs erlernen.

Leichtfüßig über das Eis gleiten, dabei das Kratzen der Kufen hören und alles um sich herum vergessen: Für viele Menschen gehört Schlittschuh- beziehungsweise Eislaufen zum Winter dazu. Das Schöne: Es macht nicht nur Spaß, sondern ist gleichzeitig ein gutes Fitnesstraining. Denn Eislaufen bringt den gesamten Körper in Bewegung. Es stärkt die Muskulatur, verbessert Ausdauer, Gleichgewicht, Reaktionsfähigkeit und Koordination. Außerdem schont Eislaufen die Gelenke und Bandscheiben, weil es keinen Aufprall wie beispielsweise beim Joggen gibt.

Kraft- und Ausdauertraining

Bei der gleitenden Bewegung auf dem Eis werden vor allem Gesäß und Oberschenkel trainiert. Auch der Rumpf muss viel arbeiten, damit das Gleichgewicht auf den Schlittschuhen gehalten werden kann. Und der vorgebeugte Oberkörper stabilisiert auch noch die Wirbelsäule. Wer schon etwas fortgeschrittener ist und sich schneller auf dem Eis bewegen kann, trainiert zusätzlich das Herz-Kreislauf-System. Pro Stunde werden durch die fließenden Bewegungen bis zu 300 Kalorien verbrannt. „Eislaufen ist ein ausgezeichnetes Ausdauertraining. Es ähnelt in der Intensität

schnellem Spazierengehen“, sagt Sportwissenschaftler Sepp Schönmetzler, der einst Eislauf- und Eiskunstlauf-Profi und Trainer war.

Start in jedem Alter möglich

„Wer im Erwachsenenalter mit dem Eislaufen beginnt, sollte unbedingt eine gewisse Grundkraft besitzen“, berichtet Schönmetzler. Schließlich müsse der Vortrieb auf den Schlittschuhen selbst erzeugt werden. Grundsätzlich könne in jedem Alter mit dem Eislaufen begonnen werden. Doch je älter man wird, desto schlechter werden Koordination und Gleichgewicht und das Verletzungsrisiko erhöht sich. Menschen mit Osteoporose, Rücken- oder Hüftbeschwerden sollten wegen des Verletzungsrisikos aufs Eislaufen eher verzichten. Schönmetzler rät Erwachsenen, mit dem Eislaufen im Verein oder in einer Eislaufschule zu beginnen. Hier lernen sie im Einzel- oder Gruppenunterricht und innerhalb weniger Stunden, sich selbstständig und vor allem sicher auf dem Eis zu bewegen. Und vor allem: richtig zu fallen. „Das muss jeder können, damit es zu keinen ernstesten Verletzungen kommt.“

Richtig fallen und aufstehen

Zwar sind Stürze oft nicht kontrollierbar, sodass meist keine Zeit zum Nachdenken bleibt. Dennoch gilt die Regel: Immer die Knie und den Oberkörper etwas nach vorn gebeugt halten.

Das ist sehr wichtig, denn wer steif und gestreckt steht und das Gleichgewicht verliert, wird mit ziemlicher Sicherheit nach hinten auf den Rücken und evtl. auf den Kopf fallen. Durch die Orientierung nach vorn und die leichte Beugung von Knien und Hüfte klappt der Körper bei einem Sturz nach vorn zusammen, wenn die Schlittschuhe nach vorn wegrutschen. Und wie steht man nach dem Sturz wieder auf? „Hinknien, mit beiden Händen auf dem Eis abstützen, einen Fuß aufstellen und sich nach oben drücken“, erklärt Schönmetzler.

Schlittenpinguine geben Sicherheit

Die richtige Fall- und Aufsteh-Technik können auch Kinder in Eislaufkursen lernen, zum Beispiel in der Eishalle Lentpark. Hier werden Grundlagen wie Vorwärts- und Rückwärtslaufen, Bremsen, Fallen, Aufstehen und Vorwärts-Übersetzen vermittelt. Klappen die ersten Grundübungen, wird in Schlangenlinien, auf einem Kreis, auf Kufen und Kanten oder abwechselnd auf einem Bein das Gleiten geübt. Viele Eisbahnen bieten für Kinder auch sogenannte Schlittenpinguine zum Verleih an, die die Kleinen vor sich herschieben und womit sie die nötige Sicherheit und Stabilität bekommen. Der ideale Zeitpunkt, um mit dem Eislaufen zu starten, liegt zwischen dem vierten und fünften Lebensjahr. Dann haben die meisten Kinder die nötigen körperlichen Voraussetzungen,

um auf dem Eis sicher zu stehen und schnell Fortschritte zu machen.

Bevor es aufs Eis geht, heißt es warm und bequem anziehen. Wichtig sind Handschuhe, um sich bei Stürzen nicht zu verletzen und vor Schnittwunden durch fremde Schlittschuhkufen zu schützen. Und auch der Kopf braucht beim Eislaufen einen guten Schutz. Schönmetzler empfiehlt hierfür eine dicke und etwas längere Wollmütze, die zwei- oder dreimal umgeschlagen wird, oder ein dickes Stirnband. „So ist der Hinterkopf bei einem Aufprall gut geschützt.“ Auch ein Helm schützt vor Kopfverletzungen. Dieser sollte vorn keinen abstehenden Schirm haben, wie das bei manchen Fahrradhelmen der Fall ist, sondern nur rund sein. Und ohne Schlittschuhe geht beim Eislaufen natürlich nichts. Hier reichen für Anfängerinnen und Anfänger Schuhe zum Ausleihen aus. Für eine gute Kontrolle sollten die Kufen einen ordentlichen Schliff haben.

Schnelle Fortschritte

Mit der richtigen Anleitung dauert es von den ersten Schritten bis zum Gleiten und Kurvenfahren nicht lange. Wer Inlineskaten kann, hat einen großen Vorteil, weil es dem Eislaufen sehr ähnelt und der Körper die Bewegung bereits kennt. Dann zeigen sich die Fortschritte auf dem Eis relativ schnell.

Und ein weiterer Vorteil: Wer Eislaufen kann, kann auch Ski fahren – und umgekehrt. (jh)

Kölner Haie mit Frühstart gegen Straubing Tigers



Foto: Kölner Haie

Die Kölner Haie starten mit einem vollen Programm in den Eishockey-Monat Januar 2026 und wollen ihre Position in der Deutschen Eishockey Liga (DEL) weiter festigen. Nach einem starken Saisonverlauf bisher mit einem Platz unter den Top-3-Teams der Liga blickt der Traditionsclub motiviert auf die kommenden Duelle. Die Haie gingen mit guten Ergebnissen in die Winterpause, darunter ein überzeugender 5:4-Heimsieg gegen die Adler Mannheim im Dezember. Dieser Erfolg im Spitzenspiel motiviert für den Jahresstart. Am 2.

Zuschauermagnet Kölner Haie, die ausverkaufte Lanxess Arena.

Januar eröffnen die Haie das Spieljahr mit einem Heimspiel gegen die Straubing Tigers in der Lanxess Arena (Start: 19:30 Uhr). Die Begegnung verspricht eine energiegeladene Atmosphäre, Fans dürfen harte Zweikämpfe und schnellen Eishockeysport erwarten. Nur wenige Tage später steht am 18. Januar das Heimspiel gegen die Iserlohn Roosters an (16:30 Uhr). Weitere Highlights im Kalender sind unter anderem die Heimduelle gegen die Nürnberg Ice Tigers (25.01. um 16:30 Uhr) und am 27.01. ab 19:30 Uhr gegen die Frankfurt Löwen. Der Start in das neue Eishockey-Jahr ist damit so spannend wie selten zuvor für das Spitzenteam der Kölner Haie. (ff)

Sportler des Jahres aus Köln werden ab 26. Januar gewählt

Köln wählt seine Sportlerinnen und Sportler des Jahres. Vom 26. Januar bis 22. Februar 2026 können die Kölnerinnen und Kölner für ihre Sportlerin, ihren Sportler und das Kölner Team des Jahres 2025 abstimmen.

Fast vier Wochen lang geben die Menschen unserer Stadt ihre Stimme in drei Kategorien ab, um die Nachfolge von Anna-Maria Wagner, Julian Köster und den Kölner Hockey-Nationalspielern aus dem Jahr 2024 zu wählen. Die festliche Ehrung der Besten erfolgt dann wieder bei der Kölschen Sportnacht am 31. März in der Kölner Flora.

In Anbetracht der zahlreichen sportlichen Höhepunkte und herausragenden Leistungen wird mit Spannung erwartet, wer zu Beginn dieses Jahres zur Wahl 2025/2026 stehen wird. Ein Anwärter auf Kölns Sportler des Jahres 2025 könnte Shooting-Star Said El-Mala sein, der aus der 3. Fußball-Bundesliga von Viktoria Köln einen rasanten Aufstieg zum Bundesliga-Star des 1. FC Köln und sogar kurzzeitig in die Fußball-Nationalmannschaft hingelegt hat. Mit seinen Toren im Trikot des 1. FC Köln verzückt er Woche für Woche die Fußballfans und Experten in Deutschland. Das Team des Jahres könnte ebenfalls ein Team des 1. FC Köln sein, allerdings nicht die Fußball-Bundesligamannschaft, die



Foto: 1. FC Köln

Die Deutschen Meister der U19 des 1. FC Köln.

den Wiederaufstieg schaffte, sondern die U19-Nachwuchs-Elite. Die Talente des 1. FC Köln schafften den Sprung in die Nachwuchs-Champions-League durch den Gewinn der Deutschen Meisterschaft und messen sich dort beachtlich mit den besten Talenten Europas, darunter Inter Mailand. Erst-

mals seit 54 Jahren hatten die Talente des 1. FC Köln die Deutsche A-Junioren-Meisterschaft gewonnen. Im Finale behielten die „Geißböcke“ in einem spektakulären rheinischen Duell bei Bayer 04 Leverkusen mit 5:4 (4:2) die Oberhand. Am 26. Januar öffnet die Wahl auf www.koelschesportnacht.de. (ff)



Foto: 1. FC Köln

Von Liga 3 in die Fußball-Nationalmannschaft, Kölns Supertalent Said El-Mala.


LUXURY
GADGETS
KAUFEN, MIETEN, LEASEN
ALLES IST MÖGLICH!
www.luxury-gadgets.de


Größter eFatbike
Store in Köln


Die besten Sportarten, die man in Fitnessstudios machen kann

Bodypump: **Kraft trifft Ausdauer**

Bodypump zählt zu den beliebtesten Kursformaten in modernen Fitnessstudios. Das Ganzkörpertraining mit der Langhantel kombiniert Kraft- und Ausdauerübungen zu mitreißender Musik. In rund 60 Minuten werden alle großen Muskelgruppen trainiert. Durch viele Wiederholungen bei moderatem Gewicht verbessert sich nicht nur die Muskeldefinition, sondern auch die Ausdauer. Der Kurs eignet sich für Einsteigerinnen ebenso wie für Fortgeschrittene, da die Gewichte individuell angepasst werden können. Regelmäßiges Bodypump-Training stärkt den Rücken, formt die Beine und sorgt für spürbar mehr Körperspannung.

Pilates: Stärke **aus der Körpermitte**

Pilates ist ein effektives Ganzkörpertraining, das die tief liegende Muskulatur aktiviert,

insbesondere die Rumpfmuskeln. Entwickelt von Joseph Pilates, zielt das Konzept auf eine bessere Haltung, Beweglichkeit und Körperkontrolle ab. Durch kontrollierte, fließende Bewegungen in Verbindung mit bewusster Atmung werden Muskeln gestärkt und Verspannungen gelöst. Pilates fördert zudem die Konzentration und das Körperbewusstsein. Viele Fitnessstudios bieten verschiedene Level an, sodass sowohl Anfängerinnen als auch erfahrene Sportlerinnen profitieren können.

Reformer-Pilates: **Training auf** **höchstem Niveau**

Eine moderne Variante des klassischen Pilates ist Reformer-Pilates. Trainiert wird auf einem speziellen Gerät, dem sogenannten Reformer, das mit Federn, Rollen und Seilen arbeitet. Diese ermöglichen gezielte Widerstände und unterstützen die Bewegungsausführung. So entsteht ein besonders

gelenkschonendes, aber intensives Ganzkörpertraining. Es verbessert die Haltung, stärkt die Tiefenmuskulatur und fördert Flexibilität und Balance. Reformer-Pilates gilt als besonders effektiv, da es sowohl Kraft als auch Stabilität und Bewegungsgefühl verbessert. Ideal für alle, die gezielt an ihrer Körperform arbeiten wollen.

Functional Training: **alltagstaugliche Stärke**

Functional Training ist eine Trainingsform, bei der mehrere Muskelgruppen gleichzeitig beansprucht werden. Ziel ist es, Bewegungen zu stärken, die im Alltag häufig vorkommen. Durch Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, Kettlebells oder Medizinbällen werden Koordination, Gleichgewicht und Kraft gleichermaßen gefördert.

Anders als beim isolierten Gerätetraining steht hier die Bewegung im Mittelpunkt. Functional Training eignet sich hervorragend, um Verlet-

zungen vorzubeugen und die Leistungsfähigkeit insgesamt zu steigern.

Cycling: Ausdauer **und Motivation im Takt**

Cycling, auch bekannt als Indoor-Cycling oder Spinning, bringt das Gefühl des Radfahrens in den Trainingsraum. Zu motivierender Musik wird auf speziellen Rädern gefahren, wobei Tempo und Widerstand variiert werden.

Das intensive Ausdauertraining stärkt Herz und Kreislauf und verbrennt viele Kalorien. Besonders beliebt ist Cycling wegen des Gruppengefühls und der mitreißenden Atmosphäre. Es verbessert die Kondition, schont die Gelenke und sorgt durch den Rhythmus für echte Glücksgefühle nach dem Training.

Yoga: Balance für **Körper und Geist**

Yoga ist fester Bestandteil vieler Fitnessstudios und bietet einen idealen Ausgleich zu kraftbetonten Kursen. Die Kombination aus Dehnung, Kräftigung und Achtsamkeit hilft, Stress abzubauen und das Wohlbefinden zu steigern. Ob Vinyasa, Hatha oder Yin Yoga, jedes Format hat eigene Schwerpunkte.

Yoga verbessert die Flexibilität, stärkt die Muskulatur und fördert die geistige Ruhe. Es ist damit nicht nur ein Workout für den Körper, sondern auch ein Reset für den Kopf. (lf)



HSW 
Bautrocknung GmbH

- > PROFESSIONELLE BAUTROCKNUNG
- > VERSICHERUNGSABWICKLUNG & BETREUUNG
- > DÄMMSCHICHTTROCKNUNG
- > LECK-ORTUNG & CM-MESSUNG
- > ELEKTROHEIZGERÄTE INKL. ZUBEHÖR
- > VENTILATOREN IN VERSCHIEDENEN GRÖSSEN
- > INKL. FEUCHTIGKEITSMESSUNG & LIEFERUNG

Kunstfelderstraße 7
51069 Köln - Dünnwald

Emil-Hoffmann-Straße 21b
50996 Köln - Rodenkirchen

www.hswbautrocknung.de | info@hswbautrocknung.de | 0221 / 27 74 75 90

Für Köln – für euch!

#fürKölle

Festkomitee
Kölner Karneval

Zeig uns
jetzt dein
Ehrenamt!

Angelehnt an das Sessionsmotto „ALAAF – Mer dun et för Kölle“ stellt die Kampagne #fürKölle unterschiedlichste Personen vor, die ein Ehrenamt in Köln ausüben. Bis Aschermittwoch können alle Kölnerinnen und Kölner mitmachen.

Alle Teilnahmebedingungen und weiteren Infos sind unter www.koelnerkarneval.de/foerkoelle zu finden.



#9: Inklusionsfußball

Gökhan ist die nächste Person, die wir im Rahmen der #fürKölle-Ehrenamtskampagne vorstellen. Sein Herz schlägt für den Fußball, genauer gesagt für den Inklusionsfußball. Seit über neunzehn Jahren engagiert er sich ehrenamtlich in seinem Verein Germania Zündorf. Die Inklusionsabteilung, die er heute leitet, hat Gökhan mit aufgebaut. Darüber hinaus setzt er sich im Fußballverband Mittelrhein für das Thema ein. Für ihn ist Inklusion keine Pflicht, sondern eine Herzensangelegenheit. Ihm geht es darum, Strukturen zu schaffen, Vielfalt zu fördern, Respekt und Gemeinschaft zu leben – auf und neben dem Platz. Fußball ist für ihn nicht nur Sport, sondern auch ein Weg zur Integration und zum gemeinsamen Miteinander. Gökhan's Mission ist es, Barrieren abzubauen und echte Begegnungen zu schaffen.

Der FC Germania Zündorf ist, wie der Name schon sagt, im Kölner Stadtteil Zündorf zu Hause. Ausführliche Informationen zum Verein und der Inklusionsmannschaft unter www.fcgermaniazuendorf.com.

#10: Krankenhausbesuchsdienst

Ursula arbeitet für den Krankenhausbesuchsdienst des Kinderschutzbundes Köln und ist Teil der Ehrenamtskampagne #fürKölle. Seitdem sie im Ruhestand ist, arbeitet die ehemalige Krankenschwester ehrenamtlich und engagiert sich für Kinder. Das Krankenhaus war und ist ihr zweites Zuhause, und es ist ihr eine Herzensangelegenheit, Kindern während ihrer Krankheit zu helfen.

Der Krankenhausbesuchsdienst des Kinderschutzbundes betreut seit 1975 kranke Kinder und Jugendliche in der Uniklinik Köln. In enger Abstimmung mit den Eltern, dem jeweiligen Pflegedienst und den Stationschwestern unterstützt der Besuchsdienst unentgeltlich kranke Kinder und Jugendliche während des Aufenthalts im Krankenhaus, insbesondere dann, wenn sie keinen oder nur wenig Besuch bekommen.

Um ehrenamtliche Stellen wie die von Ursula aufrechterhalten zu können, ist der Verein auf Spenden angewiesen. Weitere Infos unter www.dksb-koeln.de





50 Jahre Botterblömche: Eine Rodenkirchener Karnevalsgeschichte

Als Anfang der 60er-Jahre der Rodenkirchener Karnevalszug gestrichen werden sollte, war das für Peter Bergmann, Peter Katzenburg, Helmut Meier, Willi Köpp, Karl Hautzer, Andreas Bröhl, Rolf Bumiller, Helmut Strunk, Winfried Haigis, Mob-

bel Walterscheidt und Hajo Scheidt keine Option. Kurzerhand organisierten sie selbst einen Zoch. Mit einem schwarzen Sarg auf einem Hänger von Alfred Pulheim zogen sie durch Rodenkirchen und bewiesen, dass Karneval hier lebt.

1976 wurde aus der Runde ein regelmäßiger Stammtisch. Andreas Bröhl hatte auch direkt den passenden Namen parat: De Botterblömche.

Seit 1987 sind sie im gelb-grünen Lappenkostüm im Zoch unterwegs. Gefeierte wurde immer auch abseits des Karnevals, bei Sommerfesten, Touren und internen Treffen. Eine feste Größe dabei ist bis heute die liebevolle Organisation der Wochenendtouren durch Andrea Faulhaber.

Nach Helmut Strunk und Rolf Bumiller prägte Mobbil Wal-

terscheidt lange Zeit als Präsident die Blömche, bevor 2008 Angelika Dreisbach und Ilona Liebfried übernahmen. Seit 2018 führen Tim Utermöhl und Ilona Liebfried gemeinsam den Verein, unterstützt von Conny Lehman, Susi Dissel und Sille Kramer. Aus dem Stammtisch ist ein Verein mit rund 80 Mitgliedern geworden. Geblieben ist der Geist der Anfangstage. Einmal im Monat trifft man sich im Bistro Verde. Wer kütt, dä kütt. Zum Schwätze, Planen und Kölschtrinken. Wir gratulieren zum 50sten Jubiläum. (rp)

JECK EM VEEDEL



Sa 31.01.26

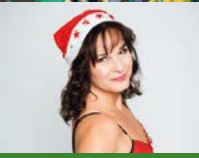
im BISTRO VERDE in Köln-Rodenkirchen
Einlass ab 18:45 Uhr Beginn: 19:15 Uhr Preis: 25,-€

**Funky Mary's
Knallblech
Claudia Roland
Rdk. Dreigestirn**



**Verlosung
Rodenkirchener Zugteilnahme**



Programmänderungen vorbehalten - mit freundlicher Unterstützung von:





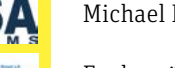
















TICKETS AB SOFORT VERFÜGBAR
im Bistro Verde - unter www.botterblömche.de

Stadtteilbibliothek: Literamus-Karnevalssitzung am 28. Januar

Am Mittwoch, 28. Januar (Einlass 18:00 Uhr / Beginn 18:30 Uhr), lädt der Förderverein Literamus e.V. in der Stadtteilbibliothek Rodenkirchen, Schillingsrotter Straße 38, zu seiner Karnevalssitzung ein. „Böcherjecke fiere“ wird moderiert von Michael Hehn (Dä Nubbel).

Er begrüßt Spitzenkräfte des Kölner Karnevals, darunter Marc Metzger (Dä Blötschkopp), das Dellbröcker Boore

Schnäuzer Ballett, Willie & Ernst, Vera Pessy (Et Vünkchen) und Volker Weininger (Sitzungspräsident). Dabei ist auch das Dreigestirn des Festkomitees Karneval der Alt-Gemeinde Rodenkirchen. „DIE 2“ (Frank Zettelmeyer und Uwe Werheid) sorgen für die Musik. Tickets (35 Euro) für die Veranstaltung sind im Vorverkauf erhältlich im Teekesselchen, Hauptstraße 79 in Rodenkirchen. (eb)

- Anzeige -



Wenn an Weiberfastnacht, 12. Februar 2026, die Straßen, Säle und Kneipen jeck werden, heißt es in Rodenkirchen: Veedelskarneval

Weiberfastnacht in der Quetsch – Veedelskarneval wie er sein soll

in der Quetsch! Ab 16 Uhr lädt das Brauhaus Quetsch in der Hauptstraße zur fröhlichen Karnevalsfeier mitten im Veedel ein: herzlich, ungezwungen und ganz nah bei de Lückscher.

Unter dem Motto „Mer freue uns met Üch in der Schänk zo fiere“ wird gemeinsam geschunkelt, gesungen und gelacht. Für die passende Stimmung sorgen jecke Tön,

dazu gibt es eiskaltes Kölsch, leckere Frikadellche und den klassischen Halven Hahn. Eine warme Küche gibt es zwar nicht, aber dafür umso mehr kölsches Lebensgefühl.

Das ist besonders jeck: Die Gastgeber Serpil und Heiko Hörnecke bieten freien Eintritt. Beste Voraussetzungen also, um spontan vorbeizukommen, Freunde zu treffen und Weiberfastnacht so zu feiern, wie sie im Kölner Süden seit jeher gelebt wird.

Die Quetsch steht für Nachbarschaft, Offenheit und echte

Veedelskultur und genau das macht diese Weiberfastnacht zu einem festen Treffpunkt für alle Jecken aus Rodenkirchen und ganz weit darüber hinaus. (mb)



Brauhaus Quetsch

Hauptstr. 7
50996 Köln-Rodenkirchen
Kontakt: 02 21 26 03 68 03
info@brauhaus-quetsch.de
www.brauhaus-quetsch.de



Foto: E. Broich

Das Dreigestirn mit Jungfrau Tanja (Bert Tobjinski), Prinz André I. (André Skibbe) und Bauer Alex (Alexander Reimer)

Dreigestirn 2025/2026 der Altgemeinde Rodenkirchen

Mitte November wurde das Dreigestirn des Festkomitees Karneval Alt-Gemeinde Rodenkirchen e.V. proklamiert. Kurz vor der adventlich-weihnachtlichen Auftrittspause traf der BilderBogen das vom Rodenkirchener Verein Die Knobelbröder von 1967 e.V. gestellte Trifolium in dessen Hofburg „Hinger d'r Heck“: Jung-

frau Tanja (Bert Tobjinski), Prinz André I. (André Skibbe) und Bauer Alex (Alexander Reimer). Ab Januar sind die drei mit ihrem verbindenden, einladenden Motto wieder unterwegs: „Ne Ossi, ne Bazi, ne kölsche Strop, dat Hätz op dä Zung, Fastelovend em Kopp. Wat de häs udder bes, dat es doch ejal, fieret met uns

zusammen da Karneval. M'r dun er för Üch, net för uns drei, för Fridde un Freiheit, seid met dobei!“ Ansprechpartner für die Buchung des Dreigestirns ist Prinzenführer Christian Wergen: Kontakt unter der Mobilnummer 0157 25175118 oder dreigestirn@festkomitee-rodenkirchen.de. (eb)

Sachverständige für Immobilien-Wertermittlung

in Köln, NRW und darüber hinaus

DEKRA D2 zertifiziert

PELL
ARCHITEKTEN



Mirjam Pell
Dipl.-Ing. Architektin
Barbarastrasse 32
50996 Köln-Rodenkirchen
0221 1301197
pa@pellarchitekten.de



www.pellarchitekten.de

Rudekirche Alaaf! Rodenkirchen eröffnet den Straßenkarneval 2026

Wenn sich der Winter langsam verabschiedet und in Rodenkirchen die ersten Jecken ihre Kostüme aus dem Schrank holen, ist klar: Der Straßenkarneval steht vor der Tür.

Am Samstag, 7. Februar 2026, wird der Maternusplatz erneut zur närrischen Hochburg, wenn ab 10 Uhr offiziell der Straßenkarneval in Rodenkirchen eröffnet wird.

Unter dem Motto „Rudekirche Alaaf!“ lädt das Rodenkirchener Festkomitee gemeinsam mit engagierten Vereinen und Partnern aus dem Veedel zu einem bunten, familienfreundlichen Karnevalsfest ein. Die Veranstaltung hat sich längst zu einem festen Termin im Rodenkirchener Veranstaltungskalender entwickelt und zieht jedes Jahr zahlreiche Besucherinnen und Besucher aus dem Kölner Süden an. Für ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm ist bestens gesorgt: Mit dabei sind unter anderem Festus, das Tanzcorps Kapelle Jonge, das Rodenkirchener Dreigestirn 2026, Simon Schwierien, die Tanzgruppe Kölsche Vita so-

wie die Tanzgruppe Käppsche. Als musikalischer Höhepunkt sorgt zudem die Band Druckluft für ordentlich Stimmung und kölsche Töne mit Ihrem Sessionshit „Karnevalsmaus“ auf dem Platz. Der Straßenkarneval auf dem Maternusplatz steht für gelebtes Brauchtum, Nachbarschaft und rheinische Lebensfreude, generationsübergreifend und mitten im Herzen des Veedels. Unterstützt wird die Veranstaltung von zahlreichen lokalen Partnern wie der Maternusstube im Veedel, die zeigen, wie stark der Zusammenhalt in Rodenkirchen ist.

Ob im Kostüm oder einfach zum Mitschunkeln: Alle Jecken, Familien und Karnevalsfreunde sind herzlich eingeladen, gemeinsam den Start in die jeckste Zeit des Jahres zu feiern. Rudekirche Alaaf! (mb)





HU-Plakette fällig? Wir kleben Ihnen „eine“!

Wir führen die amtliche Hauptuntersuchung mit integrierter „Abgasuntersuchung“ sowie Änderungsabnahmen durch.

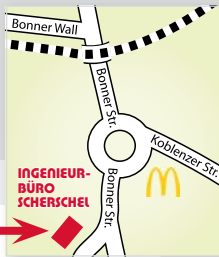
INGENIEURBÜRO SCHERSCHEL

SACHVERSTÄNDIGE FÜR KRAFTFAHRZEUGE UND STRASSENVERKEHRSUNFÄLLE

Bonner Str. 126 | 50968 Köln | Fon: 0221 - 385993 | Fax: 0221 - 374590
Mail: info@scherschel.koeln | Web: www.scherschel.koeln

Als Sachverständige für Kraftfahrzeuge und Strassenverkehrsunfälle bieten wir an

- ✓ Unfall- und Wertgutachten
- ✓ Technische Beratung
- ✓ Technische Gutachten
- ✓ Gebrauchtwagen-Zustandsberichte



GTÜ
Eigene Kfz-Prüfstelle

BVSK
Mitglied im Bundesverband der freien Sachverständigen für das Kraftfahrzeugwesen e.V.



**KÖLNER
BILDER
BOGEN**
DAS STADTMAGAZIN

Mediaberater/in gesucht (m/w/d)

Interesse?
job@bilderbogen.de

Auf der Ruhr 82 | 50999 Köln
Telefon: 02236 849800
www.bilderbogen.de

EIN KÖLNER FACHGESCHÄFT SCHREIBT GESCHICHTE. **UND ZUKUNFT.**

Rodenkirchen hat ein neues Betten Bischoff – und doch finden Sie es genau dort, wo es hingehört. Nach vielen Jahren im Sommershof ist es in größere, modernere Räume gezogen und hat sich ganz neu erfunden: mehr Platz, mehr Ruhe, mehr Auswahl.

Aus dem Sommershof ist Betten Bischoff nur ein paar Schritte weitergezogen und hat **beide bisherigen Geschäfte in ein großes, einzigartiges Betten Bischoff** vereint.



BETTEN BISCHOFF

Mit über 100 m² zusätzlichem Platz für ein noch schöneres Sortiment und mehr Ruhe für die beliebte Schlafberatung. Erleben Sie neben einer ruhigen Zone für die Liegeanalyse und einem modernen Kissenbereich die große Auswahl an Marken.

ENDLICH ALLES UNTER EINEM DACH:

- Frottier
- Wohnaccessoires
- Bettwäsche, Decken
- Betten
- Matratzen

Betten Bischoff begrüßt Sie ab sofort in dem neuen Geschäft: **Oststraße 9-11 in 50996 Köln-Rodenkirchen.**

„IHR BETT IST DER ORT, ZU DEM SIE **JEDEN TAG** **ZURÜCKKEHREN.**“



*Für mich ist guter Schlaf etwas sehr Persönliches. Deshalb suche ich nur Produkte aus, die ich selbst in meinem Zuhause haben würde – ehrlich, hochwertig und ohne Kompromisse. **Susanne Bischoff***

Betten Bischoff hat seine Wurzeln in hochwertigen Textilien – und genau dort begann vor über drei Jahrzehnten die Leidenschaft für guten Schlaf. 1990 spezialisierte sich das Geschäft dann auch auf Marken-Boxspringbetten und Matratzensysteme, lange bevor sie zum Trend wurden.



Die Bettwäsche-Marke, vor der sich Träume verneigen.

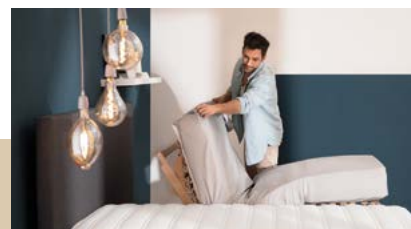
Die besonderen Textilien für Bad, Schlafen und Wohnen sind weiterhin das Herzstück des Hauses Bischoff. Diese Wohlfühlprodukte wählt Geschäftsführerin Susanne Bischoff persönlich aus. Sie legt Wert auf Qualität, Herkunft und auf Produkte, die etwas Langlebiges mitbrin-

gen. Wer diese Bettwäsche oder Plaids in die Hand nimmt, spürt sofort dieses kleine Funkeln – das Gefühl, sich selbst etwas Schönes zu gönnen oder etwas ganz Besonderes zu verschenken.

Die Berater und Beraterinnen für Betten und Matratzen kennen die Entwicklungen, Materialien und Marken bestens und erleben, wie viel sich in dieser Branche verändert hat – und wie viel Potenzial noch immer ungenutzt bleibt. Bettenexperte Vito Alba weiß, dass die Entwicklung auch noch etwas andauern wird: „Schlafprodukte sind für die Gesundheit unglaublich wichtig, und doch greifen noch viele zu Produkten vom Massenmarkt.“

Wir nutzen unser Bett intensiver als das Auto oder den Herd – trotzdem wird es nur wie ein Nebenprodukt behandelt. “

Heute blickt das Fachgeschäft auf eine Menge zufriedener Kundinnen und Kunden zurück, die spürbar besser schlafen – und sich im Alltag ausgeglichener, fitter und wohler fühlen.





Das neue Schramm-Studio



SCHRAMM
home of sleep

Ihr persönliches Schramm-Traumbett wartet darauf, von Ihnen entworfen zu werden. Bei Betten Bischoff entdecken!

SCHRAMM WIRD **GANZ** **GROSS**

Schramm zählt zu den außergewöhnlichsten deutschen Manufakturen für Betten und Matratzen – und bekommt in Köln-Rodenkirchen endlich die Bühne, die es verdient. **Das neue Schramm-Studio bildet das Herzstück von Betten Bischoff** und lädt dazu ein, echtes Luxus-Schlafgefühl zu erleben. Mit einem handgefertigten Schlafsystem von SCHRAMM entscheiden Sie sich für ein perfekt abgestimmtes Schlafsystem, das für unvergleichlichen Komfort sorgt.



SCHRAMM Betten – handmade in Germany

Jenseits gängiger Massenproduktion entsteht bei Schramm in der Pfalz in liebevoller Handarbeit Schlafkultur auf höchstem Niveau. Jedes SCHRAMM-Bett gilt als Ausdruck vollendeter Handwerkskunst und zeitloser Eleganz seit 1923. Stellen Sie Ihr Traumbett bei Betten Bischoff ganz individuell zusammen.

ES GIBT **KEINE** **ALTERNATIVE** ZU QUALITÄT

Bei Betten Bischoff erwarten Sie **40 Premium-Marken**, die eines gemeinsam haben: ein spürbar besseres Wohn- und Schlafgefühl. Wir setzen auf Qualität, klare Herkunft und bieten Ihnen auf Wunsch auch **individuellsten Luxus**, der Ihre Nächte auf ein neues Level hebt.

**BETTEN • MATRATZEN • LIEGEANALYSE
BETTWÄSCHE • FROTTIER • ACCESSOIRES**



M
MÖLLER DESIGN

DIE **SCHLAFOASE**
KÖLN **RODENKIRCHEN**

BETTEN BISCHOFF

EINE INDIVIDUELLE SCHLAFBERATUNG KANN IHR LEBEN VERÄNDERN!

Erholsamer Schlaf beginnt mit einem Bett, das wirklich zu Ihnen passt – angepasst an Körper, Gesundheit und Stil. Die perfekte Symbiose aus Erfahrung, präzisiertem Produktwissen und zuverlässigen Messsystemen sorgt seit Jahrzehnten für zufriedene Kundinnen und Kunden, die besser schlafen. Das Team bei Bischoff wird regelmäßig geschult, die Schlafsysteme entsprechen der neuesten Entwicklung und eine zertifizierte Schlafberaterin im Hause rundet das perfekte Konzept ab.

Reservieren Sie gerne Ihre Kaufberatung bei Andrea Brooks.



Geschulte Berater wie Frau Brooks **fragen genau nach** und berücksichtigen, neben einer Messung mit Liegediagnose (Foto), auch:

- Ihre Schlafposition und Ihr Liegeverhalten
- Ihre Körperkonturen, Gewicht, Druckpunkte
- Ihre gesundheitlichen Anforderungen (z. B. Rücken, Schulter, Hüfte)
- Ihre persönlichen Komfort- und Designwünsche



“

Überlassen Sie Ihren Schlaf nicht dem Zufall. Gestalten Sie Ihr Bett so persönlich, wie Sie Ihr Zuhause einrichten würden. Gerne berate ich Sie dabei! **Andrea Brooks**

[DIE **SCHLAFOASE**
KÖLN **RODENKIRCHEN**


BETTEN BISCHOFF

Oststraße 9 - 11 • 50996 Köln-Rodenkirchen • www.bischoff-betten.de • kontakt@bischoff-betten.de
Bett- /Matratzen- /Kissenberatung? Reservieren Sie jetzt!



UNSERE HIGHLIGHTS ZUR NEUERÖFFNUNG!

**9.-10.
JANUAR:**

Stellen Sie Ihr Treca Bett **mit der Treca-Paris Repräsentantin**

zusammen! Wir bitten um Terminreservierung.

TRECA
PARIS

**IM
JANUAR:**

Lieferung und Profi-Montage zu jedem Betten-

kauf* im Januar **GESCHENKT!**



*Lieferadresse bis max. 100 km Entfernung. Lieferort >100 km gegen Aufpreis. Wert € 150,-, nicht in Bar auszahlbar. Nur bei Bestelldatum Januar 2026.

Matratzenberatung/Betttdesign/Hausberatung: **0221 395 141**

[DIE **SCHLAFOASE**
KÖLN **RODENKIRCHEN**


BETTEN BISCHOFF

Immuntherapie in der Onkologie

Mit eigener Kraft die wuchernden Zellen besiegen

Die Hoffnung lebt – im Gegensatz zu dem anders bekannten Spruch. Die Immuntherapie in der Onkologie ist in aller Munde und ein weiterer Schritt nach vorn zum Überleben.

Die Strategie ist, das Immunsystem so zu manipulieren und zu stärken, dass es gegen die wuchernden Krebszellen angehen kann. War lange Zeit die Chemotherapie eine der wichtigsten Säulen in der Krebstherapie, stehen heute mit der zusätzlichen, zielgerichteten Therapie (zielgerichtet auf die Krebszellen) und der Immuntherapie (Aktivierung des eigenen Immunsystems gegen die Krebszellen) neue, moderne Behandlungsansätze zur Verfügung. Diese Therapien greifen gezielter in Krankheitsmechanismen ein und können – je nach Krebsart – wirksamer und besser verträglich sein.

Dem Tumor die Nahrung nehmen

Ein wichtiger Bestandteil für den zielgerichteten Angriff ist die Antikörpertherapie, hier ist der Angriff meist gegen ein Epitop (Oberflächenmolekül) auf der Zelle gerichtet. Ein Beispiel ist Bevacizumab, dies sind sogenannte Angiogenesehemmer. Tumore benötigen neue Blutgefäße zum Wachsen, und genau dort setzen die Angiogenesehemmer an, indem sie die Bildung neuer Blutgefäße blockieren. Sie verhindern weiter die ‚Rufe‘ der Tumoren nach der Nahrung. Dadurch werden keine neuen Blutgefäße mehr zur Versorgung des Tumors ausgebildet. Der Tumor wird „ausgehungert“, sein Wachstum verlangsamt sich und er wird empfindlicher für andere Behandlungen. Zu Beginn wird diese Therapie meist in Kombination mit Chemotherapie

eingesetzt, nach gemeinsamer Zerstörung der bösartigen Zellen geht es oft in die alleinige Erhaltungstherapie. Diese Art der Therapie kommt bei Patientinnen und Patienten mit Krebs infrage, deren Erkrankung bereits fortgeschritten ist, um dadurch eine maximale Lebensverlängerung bei erhaltener Lebensqualität zu erlangen. Wirksam ist die Therapie z. B. bei Tumoren der Lunge, Brust, des Eierstocks, des Darms und der Niere. Erzielt wird dies durch Antikörpertherapien in Form von Eiweißen, die wiederum von dem körpereigenen Immunsystem zur Abwehr von Krankheitserregern gebildet werden, und zwar genau solche, die benötigt werden.

Immuntherapie: Das eigene Abwehrsystem aktivieren

Eine andere Säule in der Krebsbehandlung ist die Immuntherapie, die nicht direkt an der Tumorzelle selbst, sondern am Immunsystem der Betroffenen ansetzt. Krebszellen können sich vor dem Immunsystem „verstecken“, indem sie dessen Bremsmechanismen aktivieren. Moderne Immuntherapien – sog. Checkpoint-Inhibitoren – lösen diese Bremsen. Im Ergebnis heißt das: Das eigene Immunsystem erkennt Krebszellen, körpereigene Abwehrzellen greifen den Tumor an. Es zeigt sich oft eine lang anhaltende Wirkung, selbst nach Therapieende.

„Wie und in welcher Form die Krebsimmuntherapie eingesetzt werden kann, ist abhängig zum einen von der Histologie und vom genetischen Profil des Tumors ganz individuell“, so Dr. med. Christina Limmroth von der Onkologie Holweide, Klinikum Merheim. „Beim Lungenkarzinom beispielsweise wirkt die Immuntherapie unter

bestimmten Umständen sogar als Monotherapie und kann zum heilenden Erfolg führen. Bei anderen Tumorerkrankungen wie z. B. dem Hormonpositiven Brustkrebs zeigen diese Checkpoint-Inhibitoren bis dato in Studien keine Therapieverbesserung.“ Vorausgehend ist eine genetische Untersuchung. Das Antigen muss positiv sein, um die passende individuelle Therapie einzuleiten. Heute werden die verschiedenen Therapieverfahren ergänzend kombiniert.

Keine Wirkung ohne Nebenwirkung

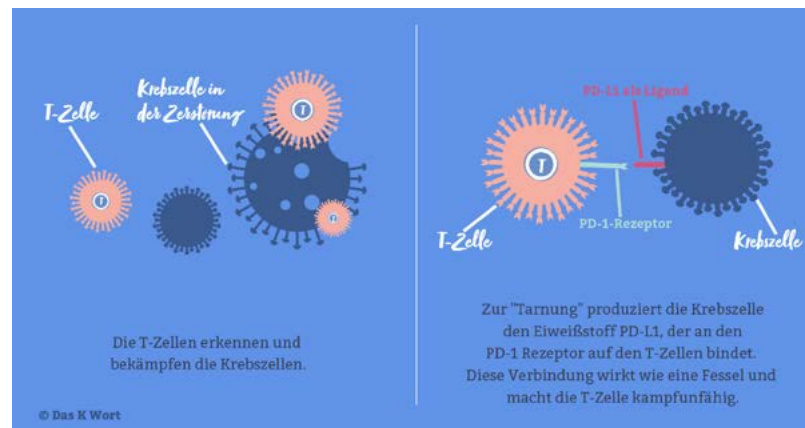
Denn bei allen Vorteilen, die die neuen Therapieansätze haben, können diese auch Nebenwirkungen verursachen – teils aber andersartig als bei der Che-



Dr. Christina Limmroth

wirkungen können während der Therapie, aber auch Wochen bis Monate später auftreten. Hier gilt es bei Beschwerden, diese niemals selbst „auszusitzen“, sondern immer gleich Rücksprache mit dem behandelnden Arzt zu halten, dann können diese auch zügig und gut behandelt werden.

Zusammengefasst hat die moderne Krebstherapie in den letzten Jahren enorme Fortschritte gemacht, zielgerichtete Therapien und Immuntherapien haben die Behandlung vieler Krebserkrankungen grundlegend verändert – und für viele Menschen neue Perspektiven



motherapie. Wichtig ist hier: Frühes Erkennen schützt vor schweren Verläufen. „Manchmal wird bei der Immuntherapie das Immunsystem des Patienten zu aktiv und greift körpereigene gesunde Organe an, man spricht dann von immunvermittelten Nebenwirkungen“, so Dr. Limmroth. Häufig betroffene Organe sind die Haut (z. B. Hautausschlag), der Darm (Durchfall), Lunge (Entzündungen), Leber und Niere (Entzündungen). Diese Neben-

eröffnet. Diese Therapien wirken gezielter und individueller als klassische Chemotherapie. Sie greifen nicht alle auch die gesunden Zellen an, sondern setzen dort an, wo der Tumor seine Schwächen hat oder wo das eigene Immunsystem wieder aktiviert werden kann. Das macht die Behandlung oft wirksamer und besser verträglich. Doch der Wille stärkt häufig die Widerstandskraft gegen die Nebenwirkungen. Die Hoffnung lebt. (mr)

Mit Herz und Kompetenz: Neue Kinderärztin bereichert Rodenkirchen

Wenn Dr. med. Saskia Steingass über ihre Arbeit spricht, spürt man sofort die Mischung aus fachlicher Tiefe und menschlicher Wärme. Zum 1. Januar 2026 hat sie die Kinderarztpraxis von Frau Dr. med. Annette Dröge übernommen und führt sie nun unter dem neuen Namen „Kinderarztpraxis im Auenviertel“ weiter. Der vertraute Ort bleibt, bereichert mit frischen Impulsen.

Dr. med. Saskia Steingass stammt aus der Region, studierte an der RWTH Aachen und der Universität Bonn und arbeitete fast zehn Jahre lang in der Universitätskinderklinik Bonn, zuletzt in der hochsensiblen Kinderpalliativmedizin. Dort, wie auch in ihrer Tätigkeit als

Notärztin, begegnete sie Menschen in sehr unterschiedlichen Lebenssituationen. Diese Erfahrungen hätten sie gelehrt, sagt sie, wie entscheidend Empathie, Geduld und ein offenes Ohr im medizinischen Alltag sind.

„Ich möchte, dass jedes Kind und jede Familie sich in meiner Praxis ernst genommen und gut aufgehoben fühlt“, betont sie. Dabei sind ihr Zuhören und Zeitnehmen genauso wichtig wie ihr umfassendes medizinisches Fachwissen. Zusätzliche Spezialisierungen beziehungsweise Weiterbildungen, unter anderem in Notfallmedizin, Schmerztherapie und Palliativmedizin, ergänzen ihr Profil. Zuletzt arbeitete sie im Dr. Ehmann Kinderhaus in Siegburg, bevor

sie weitere Fortbildungen, beispielsweise in der Kinderernährung, absolvierte. Neben all der beruflichen Expertise bringt Saskia Steingass auch einen sehr persönlichen Erfahrungsschatz mit: Sie ist Mutter von vier Kindern.

Dieser private Blick auf Entwicklung, Sorgen und Alltagsfragen zeichnet ihr Verständnis von Familien und deren Bedürfnissen aus.

Der Übergang in der Praxis läuft behutsam: Dr. med. Annette Dröge bleibt weiterhin Teil des Teams. Dass die Praxis künftig den neuen Namen „Kinderarztpraxis im Auenviertel“ trägt, versteht Dr. med. Saskia Steingass als Einladung an alle Familien im Viertel: ein Ort, der nahbar ist, verwurzelt in der Nachbarschaft und offen für Altbekanntes wie für Neues. Mit ihrer Mischung aus Kompetenz, Herz-



Links: Dr. med. Saskia Steingass, rechts: Dr. med. Annette Dröge.

Foto: Jörg Steinmetz

lichkeit und Ruhe schafft sie einen Rahmen, in dem Kinder und Eltern sich sicher sein können, in guten Händen zu sein. Genau so beginnt das nächste Kapitel dieser vertrauten Praxis.

Wer sich näher informieren möchte: Die Kinderarztpraxis im Auenviertel ist telefonisch unter 0221 8002299 erreichbar und im Internet unter: www.kinderarztpraxis-im-auenviertel.de (rp)

KINDERARZTPRAXIS IM AUENVIERTEL

Wir begleiten Kinder und Familien mit moderner Medizin, viel Herz und ausreichend Zeit für jedes Anliegen. Als Privatpraxis bieten wir ein breites pädiatrisches Leistungsspektrum und eine individuelle, einfühlsame Betreuung.

Ihre Dr. med. Saskia Steingass & Team

Kinderarztpraxis im Auenviertel
Walther-Rathenau-Straße 4
50996 Köln

+49 221 800 22 99
info@kinderarztpraxis-im-auenviertel.de
kinderarztpraxis-im-auenviertel.de

Mo–Mi 9–17 Uhr
Do 08:30–17 Uhr
Fr 08:30–13 Uhr

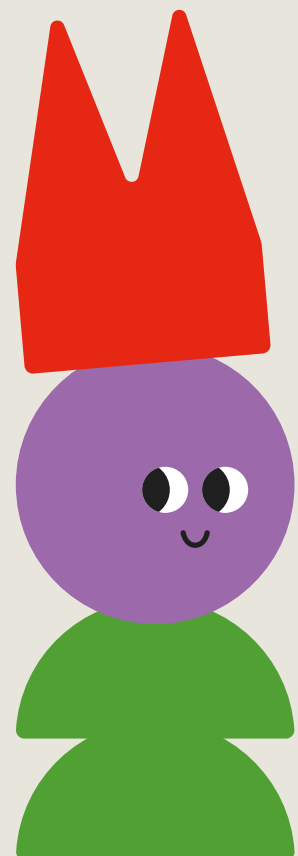




Foto: Patrick Horn

Die Prostata – das berühmte Organ der Männer

Kaum ein Organ sorgt bei Männern für so viel Verunsicherung wie die Prostata. Dabei ist sie ein wichtiges Organ: etwa kastaniengroß, liegt sie unterhalb der Harnblase und umschließt die Harnröhre. Ihre Aufgabe besteht darin, einen Teil der Samenflüssigkeit zu produzieren.

nern langsam. Diese gutartige Vergrößerung kann dazu führen, dass der Urin schlechter abfließt. Typische Beschwerden sind ein schwächerer Harnstrahl, häufiges nächtliches Wasserlassen oder das Gefühl, die Blase werde nicht vollständig entleert. Diese Veränderungen sind in der Re-

kungen wie Prostatakrebs. Gerade deshalb spielt die Vorsorge eine zentrale Rolle. Regelmäßige Kontrollen ermöglichen es, Veränderungen frühzeitig zu erkennen und zu differenzieren – oft noch bevor Beschwerden auftreten. Je früher eine Abklärung erfolgt, desto größer sind die Behandlungsmöglichkeiten und desto schonender kann eine Therapie ausfallen.

Sollten dennoch Auffälligkeiten bestehen, stehen heute zahlreiche moderne Therapieverfahren zur Verfügung. Von medikamentösen Behandlungen über minimalinvasive Eingriffe bis hin zu operativen Verfahren kann gemeinsam ein passender Weg gewählt werden, der zur persönlichen Lebenssituation des Patienten passt.



Probleme mit der Prostata sind nichts Ungewöhnliches – sie gehören für viele Männer schlicht zum Älterwerden dazu. Mit zunehmendem Alter wächst die Prostata bei den meisten Män-

gel nicht gefährlich, können die Lebensqualität jedoch deutlich beeinträchtigen.

Neben der gutartigen Vergrößerung gibt es bösartige Erkrank-

In unserer urologischen Praxis in Köln-Rodenkirchen legen wir besonderen Wert auf eine strukturierte und Patienten-orientierte Prostatavorsorge. Dazu gehören das ausführliche ärztliche Gespräch, moderne Ultraschalluntersuchungen sowie Laboranalysen wie der PSA-Wert. Ziel ist es nicht, unnötig zu verunsichern, sondern individuell und risikoorientiert zu beraten. Nicht jeder Befund bedarf sofort einer Behandlung – häufig reicht eine regelmäßige Kontrolle aus.

Ein offenes Gespräch ist dabei der wichtigste Schritt. Noch immer fällt es vielen Männern schwer, über Beschwerden beim Wasserlassen oder Sorgen rund um die Prostata zu sprechen. Dabei gilt: Prostatavorsorge ist kein Tabuthema, sondern ein aktiver Beitrag zur eigenen Gesundheit. Die Prostata mag berühmt sein – mit moderner Vorsorge, individueller Beratung und ärztlicher Begleitung lässt sich jedoch viel für langfristige Gesundheit und Lebensqualität tun. (Priv.-Doz. Dr. med. Timur Kuru)

Ihre Experten zum Thema Prostata der CUROS urologischen Zentren in Köln-Marienburg und Köln-Rodenkirchen



Dr. med.
Timur H. Kuru



Dr. med.
Patrick Hamm



Tim Ommer-
Heinenberg



Dr. med.
Johannes Salem

CUROS

UROLOGISCHES ZENTRUM

Köln-Marienburg
Bayentalgürtel 45
50968 Köln
koeln-marienburg@
curos-urologie.de
Tel. (02 21) 16 53 44 10

ALLE
KASSEN

Köln-Rodenkirchen
Schillingsrotter Str. 39-41
50996 Köln
koeln-rodenkirchen@
curos-urologie.de
Tel. (02 21) 16 53 44 20

PRIVAT-
PRAXIS

Öffnungszeiten jeweils: Mo. bis Fr. von 8 bis 12 Uhr
Mo., Di., & Do. zusätzlich von 14 bis 17 Uhr (Rodenkirchen bis 18 Uhr)

Wenn Fachkompetenz auf Herz trifft – JUST KFO – Dr. Steinmaier & Kollegen in Rodenkirchen



Fachzahnärztinnen für Kieferorthopädie v.l.: Dr. Lisa Zanders-Grote, Dr. Julia Steinmaier, Dr. Magdalena Pözl

Manchmal sind es nicht nur Karrierewege, die unser Leben prägen – sondern auch die großen Gefühle. Für **Dr. Julia Steinmaier** war es genau diese besondere Mischung aus **Liebe zur Kieferorthopädie und Liebe zum Leben**, die sie schließlich nach Köln geführt hat. Heute ist sie nicht nur Fachzahnärztin für Kieferorthopädie, sondern auch Ehefrau, Mutter – und das Herz von **JUST KFO** in Rodenkirchen.

Norddeutsche Wurzeln, rheinische Heimat

Geboren im Norden, mit **norddeutschen Wurzeln**, führte ihr Weg sie zum Studium nach **Münster**. Früh war für Julia Steinmaier klar: Sie wollte nicht einfach Zahnmedizin machen – sie wollte sich spezialisieren, vertiefen, Verantwortung übernehmen. Die anspruchsvolle **Facharztweiterbildung absolvierte sie bereits in Köln, sowie an der Uniklinik Freiburg**, einer der

renommiertesten Ausbildungsstätten Deutschlands.

Doch nicht nur die Kieferorthopädie, sondern auch für die Liebe zog sie schließlich wieder nach Köln. Hier fand sie nicht nur ihren Lebensmittelpunkt, sondern auch ihre berufliche Heimat.

Von der Praxisübernahme zur eigenen Vision: JUST KFO

Bereits **seit 2018** ist Dr. Steinmaier in der **Hauptstraße 50** tätig – damals noch unter dem bekannten Namen **Funke**. Im Jahr **2024** folgte der große Schritt: die Praxisübernahme von Dr. Schupp und die **Neuausrichtung unter dem Namen JUST KFO**.

Der Name steht bewusst für die Spezialisierung auf **Alignertherapie, klassische Kieferorthopädie** (feste und herausnehmbare Zahnspangen) und **CMD-Therapie** mit modernsten digitalen Techniken.

Hinter JUST KFO steht Dr. Steinmaier aber insbesondere mit ihrem Namen: JUST ist am Ende nicht mehr und nicht weniger als eine Abkürzung für **Julia Steinmaier**.

Unterstützt wird das ärztliche Team von insgesamt **15 engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern**, die jeden Tag dafür sorgen, dass sich Patientinnen, Patienten und Familien willkommen und bestens betreut fühlen.

Spezialisierung mit Weitblick

Ein besonderer Schwerpunkt von Dr. Steinmaier liegt auf der Behandlung von **Kiefergelenkbeschwerden** sowie auf der **kiefergelenkorientierten Alignertherapie** – ein hochkomplexes Gebiet, das fundiertes Fachwissen, viel Erfahrung und präzises Arbeiten erfordert.

Ihre Expertise wird auch weit über Rodenkirchen hinaus geschätzt:

Als **Referentin für in- und ausländische Kolleginnen und Kollegen** gibt sie ihr Wissen regelmäßig auf Fortbildungen weiter – ein Zeichen für ihren hohen **Exzellenzanspruch** und ihre Leidenschaft für stetige Weiterentwicklung.

JUST KFO ist mehr als eine Praxis – sie ist ein Familienunternehmen.

Auch wenn Dr. Steinmaiers Mann kein Kieferorthopäde ist, ist er eine tragende Säule hinter den Kulissen: Er unterstützt den Praxisalltag organisatorisch und verwaltungstechnisch und kümmert sich um den Familienzusammenhalt. Besonders beim großen Praxisumbau in diesem Jahr war diese Unterstützung unbezahlbar.

Modernisierung auf allen Ebenen

Der Umbau war mehr als eine Verschönerung, er war eine Er-



JUST KFO

Exzellenz in der Kieferorthopädie
Dr. Steinmaier & Kollegen



- kein unangenehmes Abdruck-Gefühl mehr durch den **Wegfall klassischer Abdrücke**
- mehr Transparenz, mehr Komfort, mehr Sicherheit

Für die **Mitarbeitenden** bedeutet **Digitalisierung**:

- weniger zeitintensive Verwaltung
- schlanke Prozesse
- mehr Zeit für das Wichtigste: **die Patientinnen und Patienten**

Fast alles aus einer Hand – direkt in Rodenkirchen

Ein besonderes Alleinstellungsmerkmal: **99,9% aller zahntechnischen Arbeiten werden direkt im eigenen Meisterlabor in Rodenkirchen hergestellt.**

Kurze Wege, schnelle Anpassungen, höchste Kontrolle über Qualität und Präzision – ein echtes Plus für Behandler:innen und Patient:innen gleichermaßen.

Ankommen ohne Stress

Auch an den Alltag der Familien wurde gedacht: **Eigene Parkplätze** im Innenhof stehen den Patientinnen und Patienten zur Verfügung – bequem, stressfrei, direkt vor der Tür.

JUST KFO – Kieferorthopädie mit Herz, Verstand und Verantwortung

JUST KFO steht heute für eine moderne Kieferorthopädie, die medizinische **Exzellenz** mit

echter Menschlichkeit verbindet. Für klare Strukturen, familiäre Nähe, höchste Qualitätsansprüche – und für das ehrliche Ziel, Menschen jeden Alters ein gesundes, schönes Lächeln zu schenken.

Oder, wie Dr. Julia Steinmaier es selbst lebt:

„Man spürt jeden Tag, wie viel Vertrauen uns entgegengebracht wird. Das ist Verantwortung – und zugleich das Schönste an unserem Beruf.“

www.just-kfo.de



weiterung auf mehr als 500 m² und eine echte Investition in die Zukunft:

- **neue, besonders komfortable Patientenstühle**
- **moderne Behandlungszeilen**
- **Klimatisierung der Behandlungsräume**
- als besonderes Highlight für das Team: ein neuer **Mitarbeiterbereich mit großem Sozial- und Seminarraum**

Ein Ort der Begegnung, des Austauschs, der Fortbildung – und der Wertschätzung.

Digitalisierung, die hilft

Bei JUST KFO ist Digitalisierung kein Schlagwort, sondern gelebter Alltag – und ein echter Vorteil für alle.

Für Patientinnen und Patienten bedeutet das:

- **bessere Erreichbarkeit** per Telefon & E-Mail
- **unkomplizierte Kommunikation**
- **digitale Diagnostik** für planbare, nachvollziehbare Ergebnisse
- **moderne, komfortable Behandlungsmethoden**

Beauty-Hacks gegen trockene Haut, Glow ohne Make-up: natürlich schön

Morgendliche Feuchtigkeitsroutine für den ersten Glow

Trockene Haut braucht morgens einen sanften Start. Nach der Reinigung hilft ein Serum mit Hyaluronsäure, Wasser in der Haut zu binden und sie prall wirken zu lassen. Anschließend folgt eine reichhaltige Tagescreme mit Ceramiden oder Squalan, die die Hautbarriere stärkt und Feuchtigkeit speichert. Wer die Pflege sanft einklopft statt reibt, regt zusätzlich die Durchblutung an und schenkt der Haut ein natürliches Strahlen. Ideal ist es, die Pflege auf leicht feuchter Haut aufzutragen, so wird die Feuchtigkeit besser eingeschlossen. Wer viel Zeit in beheizten Räumen verbringt, kann zusätzlich eine leichte Feuchtigkeitsmaske verwenden, um Trockenheitsfältchen vorzubeugen.

Natürlich glänzen mit Ölen und Gesichtsmassagen

Natürliche Öle wie Jojoba, Argan oder Hagebutte liefern wertvol-

le Fettsäuren, machen die Haut geschmeidig und unterstützen den Glow. Ein paar Tropfen Öl über die Creme geben und leicht einklopfen. Eine kurze Gesichtsmassage verstärkt den Effekt: Sie löst Spannungen, fördert die Lymphzirkulation und sorgt für ein frisches Hautbild. Mit den Fingerspitzen in kleinen Bewegungen über Stirn, Wangen und Kinn massieren, zwei bis drei Minuten reichen aus. Besonders effektiv ist das abends, wenn die Haut regeneriert. Wer mag, kann zusätzlich einen Gua-Sha-Stein oder einen kühlen Jade-Roller verwenden, das verfeinert die Poren und sorgt für eine sichtbare Frische.

Peeling richtig anwenden

Ein sanftes Peeling entfernt abgestorbene Hautschüppchen und lässt den Teint sofort frischer wirken. Bei trockener Haut sind enzymatische Peelings mit Papaya oder Ananas ideal, da sie ohne mechanische Schleifkörper auskommen. Einmal pro Woche anwenden

genügt, um die Haut zu glätten, ohne sie auszutrocknen. Danach ist sie besonders aufnahmefähig für Serum und Pflege. Wichtig: Nach dem Peeling immer Sonnenschutz verwenden, da die Haut empfindlicher auf UV-Strahlung reagiert. Wer empfindliche Haut hat, sollte Peelings abends anwenden, um Rötungen über Nacht ausklingen zu lassen.

Ernährung für den natürlichen Glow

Auch von innen lässt sich die Haut stärken. Lebensmittel mit Antioxidantien, Omega-3-Fettsäuren und den Vitaminen A, C und E unterstützen die Zellerneuerung und beugen Trockenheit vor. Lachs, Avocado, Nüsse, Beeren und grünes Gemüse gehören regelmäßig auf den Teller. Wer zusätzlich ausreichend Wasser trinkt, hält die Haut elastisch und mindert Spannungsgefühle. Grüner Tee oder Matcha liefern zusätzlich Antioxidantien, die freie Radikale bekämpfen und den Teint

ebenmäßiger erscheinen lassen. Alkohol und zu viel Zucker dagegen fördern Entzündungen und lassen die Haut schneller fahl wirken, bewusste Ernährung zeigt sich also buchstäblich im Spiegel.

Feuchtigkeit to go

Im Winter entzieht Heizungsluft der Haut Feuchtigkeit. Ein Gesichtsspray mit Rosenwasser oder Aloe vera spendet zwischendurch schnell Frische. Einfach über das Gesicht sprühen, wenn die Haut spannt oder fahl aussieht. Ein pflegender Lippenbalsam oder eine kleine Augencreme in der Handtasche wirken ebenfalls Wunder. Abends unterstützt eine feuchtigkeitsspendende Nachtmassage die Regeneration und sorgt am nächsten Morgen für einen sanften Glow. Wer regelmäßig auf milde, parfümfreie Produkte setzt, vermeidet Irritationen und erhält langfristig eine stabile, strahlende Haut. So wird Pflege zu einem kleinen Ritual, das Körper und Geist guttut.

Strahlende Haut braucht kein Make-up, sondern konsequente Pflege. Wer regelmäßig Feuchtigkeit spendet, sanft peelt und auf nährstoffreiche Ernährung achtet, wird mit einem gesunden, natürlichen Glanz belohnt. Kleine Rituale wie Gesichtsmassagen und feuchtigkeitsspendende Sprays bringen die Haut zusätzlich zum Leuchten. So entsteht echte Schönheit von innen und außen, ganz ohne Filter und Foundation. (lf)

Leasing-Rückgabe Das kann teuer werden

Nicht mit uns

- Frontscheibentausch bei Steinschlägen (Ab. über die Versicherung)
- Smart-Repair gegen Dellen und Kratzer

- Lackaufbereitung
 - Felgenaufbereitung
- Und vieles mehr.
Jetzt einen Termin zur kostenlosen Beratung machen.



Work-Life-Balance stylish genießen

Die Devise von Homewear ist: es sich gemütlich machen in den eigenen vier Wänden. Es gab ja schon Ausreißer – teilweise immer noch –, die Homewear-Mode zu Streetwear deklarierten. Dagegen hatte die Mode-Ikone Karl Lagerfeld jedoch massiv Einspruch erhoben. Mittlerweile hat sich diese Mode stylish entwickelt. Im Jahr 2026 hat sich Homewear längst von der schlabbrigen Jogginghose emanzipiert, die man früher nur trug, wenn man sich zu Hause so richtig gehen lassen wollte.

Neue, tolle Materialien definieren vor allem die neue „Zuhause-Mode“. Neben nachhaltigen Baumwollstoffen haben sich auch die modernen, technischen Entwicklungen etabliert. Basismodelle sind nach wie vor der Sweater, mit Kapuze auch Hoodie genannt, sowie die lockere Jogginghose – warum eigentlich noch „Jogging“-Hose? Denn eigentlich kam diese ja auch aus dem Sport. Doch damit hat die Homewear nichts mehr zu tun. Gepflegt soll es trotzdem aussehen, und darum sind auch die nachhaltigen Ausführungen meistens bearbeitet. Im Fachjargon liest sich dieses jedoch performativ.

Gemütliche Atmosphären

Die Designer dieser speziellen Looks sprechen nicht mehr nur von Stoffen, sondern von Atmosphären. Homewear soll sich anfühlen wie eine zweite Haut, aber zugleich wie ein persönlicher Rückzugsort. Die Silhouetten sind weich, offen und wandelbar: Cardigans, die sich mit einem sanften Zug in wärmende Capes verwandeln; Hosen, die ihre Bundhöhe anpassen, sobald man sich hinsetzt; Oberteile, die Temperaturzonen erkennen und kühlen oder wärmen, bevor man es selbst merkt. Alles wirkt fließend, organisch, beinahe lebendig. Die Farben 2026 orientieren sich weniger an Jahreszeiten als an Stimmungen. „Soft Dawn“, ein gedämpftes Roségrau, sorgt für inneren Morgenfrieden,

während „Hydro Mint“, ein fast transparentes Grün, die Gedanken klarer machen soll. Abends hüllen viele sich in dunkle Schattierungen wie „Lunar Ink“ – ein Blau, das im gedimmten Licht geheimnisvoll schimmert und den Raum in eine stille Galaxie verwandelt. Manche Stoffe sind mit mikrofeinen Mineralpartikeln durchzogen, die bei Bewegung leichte Reflexe erzeugen, als hätte man einen Sternenschweif über den Schultern. Homewear 2026 spricht aber nicht nur den Körper an, sondern auch die Seele. Viele Kollektionen arbeiten mit dezenten Duftkapseln, die sich bei Wärme öffnen: Lavendel, wenn man zur Ruhe kommen möchte; ein Hauch von Zitrus, wenn man Energie braucht; Sandelholz, wenn der Alltag zu laut wird. Die Duftnoten sind sanft, fast flüsternd – mehr eine Stimmung als ein Parfum.

Spielwiese für Gemütlichkeit

Und dann gibt es die spielerischen Elemente: Socken, die man zu kleinen Hausschuh-Booties knöpfen kann. Kapuzen, die dank winziger Faltstrukturen wie Blüten aufgehen. Lounge-Jumpsuits, die mit einem einzigen Magnetverschluss von gemütlich zu elegant wechseln, falls man doch spontan einen Videocall annimmt. Selbst Haustiere profitieren von der Mode: Ergänzende Mini-Capes und Decken für Hunde oder Katzen, farblich perfekt abgestimmt auf die menschlichen Outfits, schaffen ein charmantes, fast märchenhaftes Gesamtkonzept.

Dabei kann es auch erotisch sein: Seiden-Tops schmiegen sich an Kaschmirhosen an und je nach Temperaturgefühl in Mischensembles.

Ein wichtiges Accessoire sind Pantoffeln und Strümpfe. Am besten beides gefüttert, damit die Füße schön warm bleiben.

Kuscheliger Lebenskult

Der wahre Zauber der Homewear 2026 liegt jedoch darin, dass sie das Zuhause neu definiert. Kleidung wird zum Werkzeug der Selbstfürsorge. Man trägt, wonach man sich sehnt – nach Stille, Wärme, Klarheit oder Geborgenheit. Jeder Morgen beginnt nicht einfach mit dem Anziehen, sondern mit der Wahl eines Gefühls, das man sich über die Schultern legt. Durch die zunehmende Work-Life-Balance ist diese Modestilrichtung nicht mehr nur einfach: umziehen, wenn man nach Hause kommt, damit man sich aus dem unbequemen Büro-Outfit schälen kann. Man hat schließlich mehr Zeit und zelebriert einen anderen Lebenskult. Man achtet auf sich. Wenn Mode früher Botschaft war, dann ist sie 2026 ein sanfter Dialog: zwischen Körper und Seele, zwischen Komfort und Fantasie, zwischen Mensch und dem kleinen Universum, das wir Zuhause nennen.

Work wird zur Nebensache

Homeoffice ist nach wie vor angesagt, auch wenn dies einige Firmen wieder rückgängig machen wollen. Da kann man quasi den ganzen Tag in „Homewear“ überleben. Die große



Foto: Landeind

Frage lautet nicht mehr: „Was ziehe ich heute an?“, sondern: „Reicht der obere Teil meines Outfits für eine Videokonferenz oder sieht man, dass ich untenrum im Pyjama bin?“ Diverse Start-ups bieten jetzt auch „Business-Sweatpants“ an – elegante Jogginghosen mit eingebautem Bügelfalten-Muster. Für alle, die so tun, als würden sie sich Mühe geben. Dabei geht es eigentlich um das Oberteil. Wie nun ein Oberhemd oder eine Bluse zur Jogginghose aussieht, abseits des Bildschirms, darüber gehen die Meinungen auseinander. Das Leben ist kompliziert geworden, aber dieser Kleidungsstil nicht. Er ist flauschig, elastisch, dehnt sich mit aus – und manchmal auch über alles hinaus. Auf ein stylisches, gemütliches Zuhause. (mr)



Zu vermieten: Abstellplatz für Wohnmobil/Wohnwagen/Boot

Ganzjährige Abstellplätze in Köln-Rodenkirchen verfügbar. Auf einem eingezäunten Gelände. Überdacht oder freistehend. Kontakt gerne telefonisch oder per Mail.



AMPING BERGER

Telefon: 0221 9355240

anfrage@camping-berger.koeln

„Mamm, Mami un Ich“ – Ein Bilderbuch, das Vielfalt lebt

Familie ist dort, wo Liebe ist – genau davon erzählt das warmherzige Kinderbuch „Mamm, Mami un Ich“. Geschrieben von Charline Krott (37), die mit ihrer Frau und ihrer zweijährigen Tochter in Aachen lebt, nimmt das Buch kleine und große Leserinnen und Leser mit in den ganz normalen, glücklichen Alltag einer Familie mit zwei Müttern, erzählt aus der Perspektive eines Kindes.

Eine Geschichte aus dem Leben – für alle Familien

Spiele, kuscheln, einschlafen, Ausflüge machen und kleine Abenteuer erleben: „Mamm, Mami un Ich“ zeigt auf liebevolle, humorvolle und kind-

gerechte Weise, dass Familien ganz unterschiedlich aussehen können, und doch alle eines gemeinsam haben: Zusammenhalt, Geborgenheit und Liebe.

Kölsch, bunt und mitten aus dem Herzen Kölns

Die kölsche Version des Buches entstand aus dem Wunsch heraus, Vielfalt genau dort sichtbar zu machen, wo sie seit jeher gelebt wird: in Köln. Eine Stadt, die für Offenheit, Toleranz, Gemeinschaft und Lebensfreude steht, vom Karneval bis in den Alltag. Mit freundlicher und kompetenter Unterstützung der Akademie für uns Kölsch Sproch wurde aus „Mama, Mami und ich“ das kölsche

Herzensbuch „Mamm, Mami un Ich – Ming klein Regeboge Familich“. Ein Teil der Einnahmen wird zudem gespendet und unterstützt ein soziales Projekt für Kinder.

Verlosung im Kölner BilderBogen

Der Kölner BilderBogen verlost zwei Exemplare der kölschen Ausgabe „Mamm, Mami un Ich“. (mb)



Der Kölner BilderBogen verlost zwei Exemplare der kölschen Ausgabe!

So machen Sie mit:

Einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Mamm, Mami un Ich“, Ihrem Namen und Adresse an redaktion@bilderbogen.de senden. Einsendeschluss ist der 31. Januar 2026. Wir wünschen viel Glück und viel Freude beim Vorlesen!

Sürtherinnen veröffentlichen ihren ersten Alpenkrimi

Die Wandertour von Hütte zu Hütte durch das „Steinerne Meer“ in den Alpen bei Berchtesgaden war anstrengend und dermaßen aufregend, dass den beiden Wanderinnen Inge Swolek und Christine Diehl die Idee kam, ihre unglaublichen Eindrücke und fast traumatischen Erlebnisse in einem „Alpenkrimi“ zu verarbeiten.

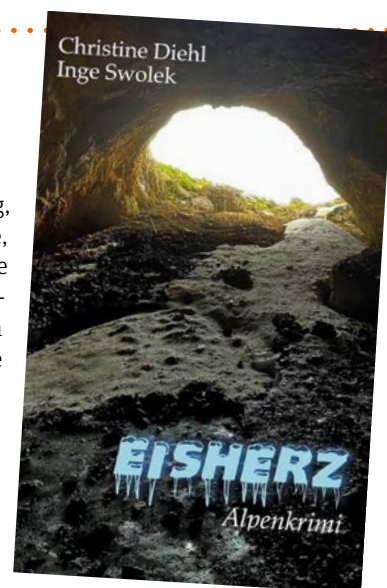
„Eisherz“ heißt das Buch, das Ende 2025 erschienen ist und das alpine Spannung mit kölschem Bezug bietet; denn die Autorinnen stammen beide aus Sürth. In der Geschichte mitten

in den süddeutschen Alpen geht es um zwei junge Frauen aus Köln, die nach einem Unwetter spurlos verschwinden. Auch die Sürtherinnen strandeten in einer einsamen Hütte, hatten kein Netz, rundherum nur Regen und wütendes Donnern. Sie fühlten sich verloren und bedroht.

Im Krimi starten Polizei und Bergrettung die Suche und auch die Ehemänner der Wanderinnen machen sich selbst auf den gefährlichen Weg, getrieben von Angst, Liebe und der Hoffnung, ihre Frauen lebend zu finden. Dabei stoßen sie auf ein ver-

borgenes Labyrinth im Berg, eine unheimliche Eishöhle, schweigsame Hüttenwirte – und Spuren eines Verbrechenetztes. Den Leserinnen und Lesern begegnen dunkle Gestalten, aber auch sympathische Figuren. Da ist ein charmanter Hubschrauberpilot, eine selbstbewusste Kommissarin oder eine IT-Expertin, die immer einen Schritt voraus ist.

„Keine Sorge, es ist kein Tagebuch unserer eigenen Wandertour“, sagt Inge Swolek, wenngleich eigene Erlebnisse verarbeitet wurden. Es gehe



EISHERZ – Alpenkrimi von Christine Diehl und Inge Swolek, als Paperback (14,99 €) im Buchhandel und online direkt im BoD-Shop, bei Amazon und Thalia sowie auch als E-Book (7,49 €) erhältlich.
ISBN 9-78-3-6951-0199-3

letztlich um Geldgier, Mord und auch ein bisschen Liebe. „Und natürlich wollten wir, dass unsere Heimatstadt Köln in unserem Erstlingswerk vorkommt“, betont Inge Swolek, die ansonsten als Journalistin arbeitet. Der Krimi ist packend und „Eisherz“ ist ein Buch, das man nicht mehr aus der Hand legen mag. (us)



MITTAGSTISCH

DIENSTAG BIS FREITAG / 12:00 BIS 16:00 UHR

WWW.HOENINGER-KOELN.DE

Herthastraße 68 • 50969 Köln (Zollstock) • Telefon (02 21) 3 68 54 22

Kölscher Likör mit Dolce-Vita-Gefühl

Limonköllo: Zitronige Leichtigkeit aus Köln

„Es begann mit einem lustigen Wortspiel – Limoncello und Köln. Daraus entstand die Idee: Wir machen einen Limonköllo, eine kölsche Alternative zum klassischen Limoncello, weniger seifig, weniger süß, mit frischer Zitronennote“, erzählt der Rodenkirchener Simon Schwieren.

Vor zwei Jahren brachte der Musiker zusammen mit einem Partner die Produktlinie „Limonköllo“ auf den Markt. Und die entwickelte sich schnell zum Geheimtipp und einer festen Größe in Kölner Getränkeregalen. Seit gut einem Jahr führt Simon Schwieren die Marke allein.

Neben der kölschen Interpretation des italienischen Klassikers umfasst das Sortiment weitere Sorten: einen Maracujalikör, einen aufsehenerregenden pinken Himbeer-Gin, einen klassischen Dry Gin und „Wieß Schokolad“, einen Likör aus weißer Schokolade.

Die Geschmacksrichtungen entstehen in der Brennerei. „Dort haben sie jede Menge Brände und Aromen. Dann probiert man aus, verkostet, bis

man sagt: Das ist es – vom Geschmack und auch von der Optik“, beschreibt Simon Schwieren. Der 48-Jährige weiß dabei schnell, was er will: Frucht nach vorne, Säure klar definiert, kein Brennen im Abgang.

Auch Gestaltung und Design der Flaschen stammen aus seiner Hand – vom Etikett bis zum Logo, das an eine Briefmarke erinnert und Limonköllo zu einem beliebten Präsent aus Köln macht.



Ergänzt wird das Sortiment durch den „Kleinen Köllo“: kleine PET-Flaschen in den Geschmacksrichtungen der Großen und darüber hinaus in Waldmeister, Kirsche und Pfefferminze.

Während der Neuaufstellung der Firma konnten der Limon-

köllo und seine Varianten nicht, wie zuvor, an die Rewe-Märkte geliefert werden, aber die Fans können aufatmen: Ab Januar ist der Kölner Geheimtipp wieder in 53 Rewe-Märkten und einigen Edeka-Läden zu haben. „Wir erschließen derzeit weitere Märkte“, berichtet Simon Schwieren. Ebenfalls ist der Onlineshop im Aufbau.

Momentan arbeitet der Rodenkirchener an einem weiteren Geschmack, der bald in den Regalen zu finden sein wird. „Er wird ein Kaffeelikör“, verrät er.

Während Limonköllo, Maracuja, Himbeer-Gin und Dry Gin als typische Sommerbegleiter gelten, sorgen Kaffee und Schokolade eher in der kühleren Jahreszeit für Akzente – wobei alle Sorten bewusst so angelegt sind, dass sie saisonübergreifend funktionieren.

Auf dem Weihnachtsmarkt, wo zuletzt auch eine heiße Limonköllo-Variante begeisterte, oder als

sommerlicher Drink am Rhein – Limonköllo steht für ein modernes, kölsches Lebensgefühl mit mediterraner Note. Ein Likör, der Spaß machen soll. Und genau das schmeckt man. (sb)



Simon Schwieren

Foto: Lars Laion



Fotos: Ralf Perey



Fotos: Heinz Rodert, Sascha Klein

HR Fußböden in Godorf feiert 2026 Jubiläum

Böden, die Räume prägen

Zuverlässigkeit, Präzision und ein ausgeprägter Blick fürs Detail prägen die Arbeit von HR Fußböden in Godorf.

Seit vielen Jahren verlegt Firmeninhaber Heinz Rodert in Köln und Umgebung alle Arten von Bodenbelägen – von Parkett, Dielen und Vinyl bis hin zu Laminat, Teppich, PVC, Linoleum, WPC und fugenlosen Spachtelböden. „Ein Boden ist mehr als nur ein Belag – er prägt das Raumgefühl, verbindet Stil mit Funktion und muss täglich höchsten Ansprüchen standhalten“, sagt Heinz Rodert.

Großer Kundenkreis

Sein Kundenkreis reicht von privaten Haushalten bis zu Gewerbe und Industrie. „Das ist eine gute Mischung“, findet Heinz Rodert. Ebenso selbstverständlich übernimmt sein Team kleine wie große Projekte: „Wir arbeiten immer individuell und kundenorientiert“, so der Firmeninhaber. Zu seinen

Kunden zählen unter anderem Chemieparks und Kliniken.

Bodenleger aus Leidenschaft

Im kommenden Jahr feiert HR Fußböden sein 30-jähriges Jubiläum. Heinz Rodert begann seine Laufbahn als Raumausstatter und arbeitete zunächst als Dekorateur in Hotels, später als Bodenleger für ein Berliner Unternehmen, das die Hertie-Warenhäuser ausstattete. Nach der Insolvenz der Warenhauskette machte er sich mit 27 Jahren selbstständig: „In der Regel wollen Raumausstatter nicht Bodenleger werden, weil die Arbeit körperlich sehr anstrengend ist, aber mir gefällt sie“, beschreibt Heinz Rodert.

Schnelle Auftragsbearbeitung

Heute arbeitet der 57-Jährige mit zwei festen Monteuren – vor allem in Köln und Umgebung, bei größeren Aufträgen auch darüber hinaus. „Wir

sind ein eingespieltes Team“, schildert Heinz Rodert. Dank eines Netzwerks aus Partnerbetrieben können Termine oft kurzfristig vergeben werden. Die erste Beratung findet in der Regel bei den Kundinnen und Kunden oder bei Rodert in Godorf statt oder auch in einem Showroom für Bodenbeläge. Die Materialien bestellt Rodert jeweils passend zum Auftrag.

Reparaturen und Sanierungen

Neben Neuverlegungen bietet das Team auch das Schleifen und Ölen von Parkett an und frischt ältere Böden professionell auf. „Ich freue mich immer, wenn man vorher und nachher vergleicht und aus einem alten Boden wieder etwas richtig Schönes herausholen konnte“, sagt Heinz Rodert. Besonders bei Sanierungen setzt er auf Lösungen, die Zeit, Kosten und Nerven sparen: „Unser Anspruch: langlebige, schöne Böden, die wirklich passen – technisch wie optisch.“



Vinyl und Spachtelboden im Trend

In den vergangenen Jahren beobachtet Rodert eine starke Nachfrage nach Vinylböden mit stetigem Aufwärtstrend. „Hier gibt es eine große Auswahl an optischer Gestaltung, der Boden ist pflegeleicht und robust“, beschreibt der Fachmann. Auf großen Flächen seien Spachtelböden in Mode gekommen. Beim Holz liegen derzeit Fischgrat und dunklere Farbtöne im Trend, so Heinz Rodert: „Bei Böden gibt es auch Moden. Letztendlich entscheidet der Kunde, was ihm gefällt.“ Aktuell sucht HR Fußböden Verstärkung – bevorzugt einen gelernten Bodenleger, aber auch handwerklich versierte Quereinsteiger sind willkommen. (sb)

HR Fußböden GmbH
Buchfinkenstr. 102
50997 Köln
Telefon: 02236 848876
Mobil: 0177 2327495
info@hr-fussboeden.de
www.hr-fussboeden.de



Das Team von HR Fußböden: Heinz Rodert, Andre Zocher und Sascha Klein.

Erster Kölner Winterabend in Kitzbühel

Wer einmal mit Olympiasieger Fritz Strobl die Streif, die weltberühmte Abfahrt am Hahnenkamm in Kitzbühel, fahren wollte, hatte im Dezember die Gelegenheit. Anlass war der 1. Kölner Winterabend, der im elften Jahr, mit Kölner Prominenz aus Medien, Wirtschaft, Sport und Politik, erstmalig im Skiertal in den Alpen stattfand. Veranstalter Jürgen „Blacky“ Schwarz hatte dazu die Gäste im Q! Hotel Maria Theresia beim gebürtigen Rodenkirchener Hotelier Wolfgang Looch versammelt und, wie im Jahr zuvor, ein tolles Programm zusammengestellt.

Politiker Wolfgang Bosbach, die Ratsmitglieder Ralph Elster, Roberto Campione und Engelbert Rummel, TV-Koch Mario Kotaska, Ex-Höhner-Frontmann Henning Krautmacher, Hendrik Brock (Cologne Unplugged), Erna und Günther Klum, Angeli-

ca Camm-Daum, Ex-Fußballprofi Manni Bender, Fortuna-Präsident Hanns Westendorf und RTL-Sportmoderator Andreas von Thien gaben sich, nebst Sponsoren, die Ehre. Nach einem verlängerten Wochenende mit großartigen Programmpunkten galt die Superlative dem Veranstalter. „Blacky, für dich muss das Wort kongenial gesteigert werden“, hieß es einhellig.

Im Starthaus der Streif diskutierten auf Einladung von Kitzbühels Bürgermeister Klaus Winkler, „Kitzski“ und dem Wirtschaftsclub Köln Experten beim sogenannten „Gipfeltreffen“ mit Frau Neumann von Kölntourismus und Frau Dr. Veider-Walser von Kitzbühltourismus über die aktuellen Entwicklungen im Sport & Tourismus, unter Moderation des Wirtschaftsclubvorsitzenden Christian Kerner. Neben der 2. Köln-Kitzbüheler Curling-Welt-



Foto: Sandra Wilden

V. l. n. r.: Jürgen „Blacky“ Schwarz, Christian Kerner, Wolfgang Bosbach und Henning Krautmacher.

meisterschaft, dem Besuch des Weihnachtsmarkts und Einkehr zum Hüttenabend bildete der 1. Kölner Winterabend in Kitzbühel den Höhepunkt. Kotaska bereitete den Gästen einen kölschen Flammkuchen mit Flönz und Apfel zu. Nach dem Kölsch-Anstich und Köln-Kitzbüheler Orden für alle griff Gastwirtin Rosi mit Krautmacher und Brock zum Mikrofon. Als der ehemalige

Frontmann der Höhner die Hymne des 1. FC Köln anstimmte, wurden zwar keine Schals, aber mindestens 90 Prozent aller Servietten geschwungen. Der 12. Wirtschaftsdialog und 17. Kölner Abend am Wörthersee, vom 11. bis 14. Juni 2026, wird in Kooperation mit dem Wirtschaftsclub Köln und der Wirtschaftskammer Kärnten im Schlosshotel Velden veranstaltet. (sm)

30 JAHRE
★ ★ ★ ★ ★

Verkauf & Verlegung von:

Parkett	Linoleum
Design Beläge	Spachtelböden
Teppichböden	Parkettsanierungen

www.hr-fussboeden.de | info@hr-fussboeden.de | Telefon 0177 232 74 95



Warum weniger Vorsätze mehr bringen

Weniger ist machbar

Zu Jahresbeginn sprühen wir vor Motivation. Doch viele nehmen sich zu viel auf einmal vor und geben nach wenigen Wochen auf. Studien zeigen, dass unser Gehirn nur eine begrenzte Anzahl an Veränderungen gleichzeitig bewältigen kann. Wer sich zu viele Ziele setzt, überfordert sich selbst. Deshalb ist es klüger, nur ein oder zwei Dinge anzugehen und diese konsequent umzusetzen. Weniger Vorsätze bedeuten weniger Druck und mehr Erfolgserlebnisse.

Klarheit statt Chaos

Viele Vorsätze scheitern nicht am Willen, sondern an fehlender Klarheit. „Mehr Sport treiben“ oder „gesünder leben“ sind zu vage. Besser sind konkrete Handlungen wie „dreimal pro Woche 30 Minuten Bewegung“. Das macht den Vorsatz greifbar und messbar. Wer sein Ziel genau formuliert, erkennt

leichter Fortschritte und bleibt motiviert. Klarheit schafft Orientierung und gibt ein Gefühl von Kontrolle; das ist entscheidend, um langfristig dranzubleiben.

Fokus auf das Wesentliche

Erfolg entsteht durch Konzentration. Wenn wir uns auf zu viele Dinge gleichzeitig konzentrieren, verliert jedes Ziel an Gewicht. Der Fokus auf das Wesentliche dagegen bündelt Energie und Aufmerksamkeit. Ein klarer Schwerpunkt, etwa bessere Ernährung oder mehr Bewegung, wirkt nachhaltiger als eine Liste voller guter Absichten. Es geht nicht darum, perfekt zu sein, sondern konsequent in kleinen Schritten voranzukommen.

Kleine Schritte, große Wirkung

Veränderung gelingt nicht durch radikale Umbrüche,

sondern durch stetige Gewohnheiten. Wer täglich kleine Fortschritte macht, erzielt langfristig die größten Erfolge. Das Gehirn liebt Wiederholung, aus neuen Handlungen werden Routinen, die kaum noch Energie kosten. Ein realistischer Vorsatz ist besser als ein großer, der nach wenigen Tagen scheitert. Erfolg entsteht durch Konstanz, nicht durch Perfektionismus.

Scheitern gehört dazu

Viele geben ihre Vorsätze auf, sobald sie einmal scheitern. Doch Rückschläge sind normal. Niemand verändert sein Verhalten von heute auf morgen. Entscheidend ist, weiterzumachen, statt sich selbst zu kritisieren.

Wer Fehlritte als Teil des Prozesses akzeptiert, bleibt motiviert und lernt daraus. Jede Unterbrechung ist eine Chance, die Strategie zu überdenken und neu zu starten, ohne Druck, aber mit Entschlossenheit.

Ein neues Verständnis von Veränderung

Weniger Vorsätze bedeuten nicht weniger Ambitionen, sondern mehr Realismus. Wer sich auf das konzentriert, was wirklich zählt, hat mehr Energie und Geduld, es umzusetzen. Veränderung beginnt mit einem klaren Ziel, einem kleinen Schritt und der Bereitschaft,

dranzubleiben. So entstehen nachhaltige Routinen, die nicht nach Wochen verpuffen, sondern das ganze Jahr wirken. Erfolg ist kein großer Sprung, sondern die Summe vieler kleiner Entscheidungen.

Motivation durch Alltagserfolge

Ein wichtiger Schlüssel liegt darin, kleine Fortschritte bewusst wahrzunehmen. Wer sich regelmäßig für seine Entwicklung lobt, bleibt motivierter. Statt auf das zu schauen, was noch nicht gelingt, hilft es, jeden Erfolg, so klein er auch ist, zu würdigen. Positive Rückkopplung stärkt das Selbstvertrauen und macht es leichter, dranzubleiben. Veränderung fühlt sich dann nicht wie Zwang an, sondern wie ein natürlicher Teil des Lebens.

Weniger planen, mehr anfangen

Viele Vorsätze scheitern daran, dass wir zu lange planen, bevor wir überhaupt starten. Perfekte Bedingungen gibt es nicht. Wer einfach beginnt, sammelt Erfahrungen, kann anpassen und wächst mit jedem Schritt.

Der beste Zeitpunkt für Veränderung ist immer jetzt. Kleine, konsequente Handlungen sind der wahre Motor für Fortschritt, nicht große Worte am Jahresanfang, sondern mutige Taten im Alltag. (lf)



Schwimmende Müllfalle im Rhein auf Höhe der Zoobrücke ist einzigartig in Deutschland

Die freundliche Krake aus der Nachbarschaft

Jeden Tag schwimmt im Rhein geschätzt eine Tonne Müll in die Nordsee. Dieser Müllflut hat der Verein K.R.A.K.E. (Kölner Rhein-Aufräum-Kommando-Einheit e.V.) den Kampf zu Land und zu Wasser angesagt. Mit einer schwimmenden Müllfalle auf dem Rhein in Höhe der Zoobrücke wird Abfall aufgefangen, bevor er im Naturschutzgebiet Wattenmeer landet. Nirgendwo sonst schwimmt bisher eine vergleichbare Müllfalle in einem deutschen Gewässer. Geplant wurde sie nach einem auf der Themse installierten englischen Vorbild.

Die an ein stählernes Floß erinnernde Rheinkrake funktioniert wie ein großes Sieb. Vom Ufer führt ein schwimmender Leitfangzaun zur drei Meter breiten Öffnung eines Fangkorbs. Fische und andere Lebewesen bleiben darin nicht hängen. Sie können durch eine Öffnung wieder herausschwimmen.

Müllaufkommen wird erforscht

Mindestens alle zwei Wochen muss die Falle geleert und der Müll mit einem Boot an Land gebracht werden. Dort stehen

zwei von der Häfen und Güterverkehr Köln AG sowie der Volksbank Köln/Bonn gesponserte Arbeitscontainer für Sortierarbeiten zur Verfügung. Die Beschaffenheit des eingesammelten Mülls wird regelmäßig zusammen mit Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftlern analysiert. Auf diese Weise gewonnene Erkenntnisse zur Menge und Herkunft werden aufbereitet und veröffentlicht. Die Rheinkrake ist also nicht nur eine Müllfalle, sondern auch ein Forschungsprojekt.

Jede Menge Plastik

Fast 70 Prozent der eingesammelten Müllteile bestehen aus Plastik, wie zum Beispiel Getränkeflaschen und deren Deckel, Süßigkeitenverpackungen, Wattestäbchen und Mikroplastik-Pellets. Auch Glasflaschen, Kronkorken, Einwegfeuerzeuge und Unmengen an Zigarettenstummeln finden sich bei jeder Leerung der Fangkörbe. In den Wochen nach Silvester kommen Tausende Raketenstäbe und Plastikhüllen von Feuerwerkskörpern hinzu.

Regelmäßig ist der Verein mit seinem Informationsstand in Köln und dem Umland unter-



Die Rheinkrake

wegs, um dafür zu sensibilisieren, Müll nicht einfach achtlos in die Natur zu werfen und Abfall zu reduzieren, wo immer es einem persönlich möglich ist.

Müllsammeln macht Spaß

Wichtig ist es dem Verein, die Botschaft zu vermitteln, dass Müllsammeln Spaß machen kann. In der Gruppe ist es eine gesellige Aktivität, die mit einem sauberen Uferabschnitt vor der eigenen Haustür und mit viel positivem Feedback von Passantinnen und Passanten belohnt wird. Die Mitglieder des Vereins möchten dabei Vorbild sein, ohne allerdings mit erhobenem Zeigefinger herumzulaufen. Schließlich landet Müll oft nicht aus Böswilligkeit in der Natur, sondern aus Gleichgültigkeit oder Unwissenheit. Zum Reflektieren des eigenen Handelns motivieren ist das Ziel der „freundlichen Krake“.

MÜLLseum: Kunst aus Abfällen

Nicht alles, was die Krake aus dem Rhein fischt, landet bei den Kölner Abfallwirtschaftsbetrieben. Besonders skurrile und zum Nachdenken anregende Fundstücke werden im

MÜLLseum, dem vereinseigenen Museum in Humboldt/Gremberg, ausgestellt. Der Eintritt ins Museum ist kostenlos. Spenden werden aber gerne entgegengenommen.

Aus einem Teil der Fundstücke fertigen Vereinsmitglieder außerdem originelle Kunstobjekte, wie zum Beispiel Collagen aus Wattestäbchen und Angelködern, Installationen aus alten Blechdosen oder Skulpturen aus Kronkorken. Daraus erzielte Verkaufserlöse fließen unmittelbar wieder in den Umweltschutz.

Helferinnen und Helfer gesucht

Bei der Erledigung seiner vielfältigen Aufgaben kann der Verein immer tatkräftige Unterstützung gebrauchen, sei es bei der Organisation von Aufräumaktionen am Rheinufer, bei der Betreuung von Informationsständen auf Straßenfesten und Messen oder bei der Pflege der Website und des Social-Media-Auftritts.

Alle Kontaktdaten des Vereins und Infos sind auf dessen Homepage unter www.krake.koeln/index.php hinterlegt. (cg)



MÜLLseum - Collage aus Wattestäbchen

Fotos: Christof Gladow



V. l. n. r.: Das Team vom Klüngelpütz, Ehrentheaterpreisträger Christos Nicopoulos und Nachwuchspreisträgerin Paula Götz.

Ehrentheaterpreis für Christos Nicopoulos und 25 Jahre Kabarett-Theater Klüngelpütz

Mit einem Abonnement der Theatergemeinde Köln ins neue Jahr starten

Gerade erst wurden im Mediapark zum 36. Mal die Kölner Theaterpreise an Schauspielerinnen und Schauspieler, Regisseurinnen und Regisseure vergeben, die in den vergangenen zwölf Monaten das kulturelle Leben in Köln besonders geprägt haben, da richten sich alle Blicke schon auf die im Jahr 2026 zu erwartenden neuen Produktionen.

Eine von vielen Möglichkeiten, sich das Kölner Kulturleben zu erschließen, stellen die Abonnements der Kölner Theatergemeinde (<https://theatergemeinde-koeln.org>) dar. Über diesen gemeinnützigen Verein können stark vergünstigte Eintrittskarten für 65 Bühnen und über 2.000 Veranstaltungen in Köln bezogen werden. Egal ob mit oder ohne Abonnement: Beste Unterhaltung verspricht auf jeden Fall ein Besuch bei den frisch gekürten Theaterpreisträgerinnen und -preisträgern.

Ehrentheaterpreis für Christos Nicopoulos

Über den Ehrentheaterpreis kann sich Christos Nicopoulos, seit vielen Jahren Intendant des Horizont Theaters, freuen. Gewürdigt werden seine Lebensleistung sowie das außerordentliche Engagement für die freie Theaterszene. Sein künstlerischer Einsatz schlägt sich auch im Sozialen nieder: Projekte für Langzeitarbeitslose oder Menschen mit Behinderung sollen Theater für alle erlebbar machen.

Märchenlesungen in vielen Sprachen

Ab sofort präsentiert er im Horizont Theater ein neues Veranstaltungsformat. Immer freitags gibt es bei freiem Eintritt Märchenlesungen in verschiedenen Sprachen. Gelesen wird dabei von renommierten Schauspielerinnen und Schauspielern. Nicopoulos will vor allem für Kinder ab vier Jahren einen Raum anbieten, in dem sie ihre Muttersprache hören und sprechen können, um ein Verständnis für ihre eigene Kultur und die ihrer Eltern zu schaffen.

25 Jahre Theater Klüngelpütz

Mit dem Kinder- und Jugendtheaterpreis belohnt die Jury, unterstützt von der Stiftung Kultur der Stadtparkasse KölnBonn und dem Kulturamt der Stadt Köln, das Stück „Random“ des Ensembles Theater Klüngelpütz. Alice Janeczek führt Regie. In dem Schauspiel dreht sich alles um den digitalen Dauerzustand unserer Handy-Gesellschaft, um Influencerinnen, Likes, Push-Nachrichten, um zu

befürchtende Entzugserscheinungen, wenn wir plötzlich durch einen Blackout alle offline wären, sowie um die Sehnsucht nach Pausen und die Suche nach dem realen Leben und wahrer Identität.

In diesem Jahr feiert das Klüngelpütz sein 25-jähriges Bestehen. In der Geburtstagswoche vom 20. bis 26. April 2026 erwarten das Publikum ein Festakt, eine Party und viele Sondervorstellungen, für die man sich bereits jetzt Karten sichern sollte. Zur Aufführung kommt dann auch die vom Publikum maßgeblich mitzugestaltende improvisierte Kriminalgeschichte „Der Henker vom Chlodwigplatz“, die bereits am 7. Februar Premiere feiert.

Paula Götz im Theater Der Keller

Wer die mit dem Nachwuchspreis „Puck“ für junge Schauspielerinnen ausgezeichnete Paula Götz auf der Bühne erleben möchte, hat dazu im Theater Der Keller Gelegenheit, wo sie in „Marlene Piaf“ bekannte Chansons von Edith Piaf und Marlene Dietrich covert. Nachgezeichnet wird in diesem Stück die Freundschaft zwischen diesen beiden unterschiedlichen, weltberühmten Ausnahmekünstlerinnen des 20. Jahrhunderts.

Neben der Premiere von „Die Blinde Eule“, einem multidimensionalen Tanztheaterstück, plant das Keller-Team für den Sommer ein „Festival der gescheiterten Projekte“.

Alle Akteurinnen und Akteure der freien Kölner Theaterszene sind eingeladen, ihre bisher nicht realisierbaren künstlerischen Vorhaben in Kurzperformances zu präsentieren. Gründe, warum aus einer vermeintlich guten Idee bisher nichts geworden ist, gibt es viele: zu wenig Geld, zu kühn, zu früh oder zu spät, zu aufwendig oder zu verrückt. Hier wird das Scheitern aber nicht beklagt, sondern ganz befreit gemeinsam gefeiert.

Comedia Theater: Darstellerinnenpreis für Franziska Ferrari

Für mehrere herausragend interpretierte Rollen hat sich Franziska Ferrari den Darstellerinnenpreis verdient. Sie ist in den kommenden Monaten im Comedia Theater in „Riesen Probleme“ zu sehen, einem Stück für Kinder ab sechs Jahren, das humorvoll Probleme des Zusammenlebens im Alltag beleuchtet: Warum haben einige mehr als andere? Was ist fair? Welche Grenzen sollten fallen und welche neuen Regeln braucht es vielleicht? (cg)

Digitale Trends:

Köln entdecken wie ein Local mit „Spotted by Locals“



Foto: Ralf Perey

Wer Köln liebt, kennt den Dom, die Ringe und die Altstadt. Doch was ist mit den kleinen Cafés abseits der Touristenströme, den besonderen Spazierwegen am Rhein oder den Veedelsorten, die man meist nur durch persönliche Empfehlungen entdeckt? Genau hier setzt die App „Spotted by Locals“ an.

Das internationale App-Projekt verfolgt ein einfaches, aber überzeugendes Konzept: Städte werden von Einheimischen empfohlen, nicht von Algorithmen. In mehr als 80 Städten weltweit, darunter auch Köln,

stellen sogenannte „Locals“ ihre ganz persönlichen Lieblingsorte vor. Das können Restaurants, Bars, Parks, Buchhandlungen, kulturelle Einrichtungen oder einfach besondere Plätze zum Verweilen sein.

Der Kölner Teil der App lebt vom Veedelgeist. Die Empfehlungen kommen von Menschen, die hier wohnen, arbeiten und ihre Stadt wirklich kennen. Statt anonymer Bewertungen gibt es kurze, persönliche Texte mit Hintergrund, Geschichte und ehrlicher Einschätzung. Werbung oder bezahlte Platzierungen sind dabei ausgeschlossen,

alle Tipps werden unabhängig kuratiert. Besonders praktisch: Die App eignet sich nicht nur für Gäste der Stadt, sondern auch für Kölnerinnen und Köl-

**Spotted
by Locals**
Experience cities like a local

ner selbst. Wer glaubt, schon alles zu kennen, wird hier schnell eines Besseren belehrt. Neue Lieblingscafés, alternative Spaziergänge oder überraschende

Kulturorte warten oft nur ein paar Straßenecken entfernt. Die Bedienung ist übersichtlich, die Tipps sind offline abrufbar: ideal für den spontanen Stadtbummel. Während viele Plattformen auf Masse setzen, punktet „Spotted by Locals“ mit Qualität, Persönlichkeit und Authentizität.

Eine App für alle, die Köln nicht nur sehen, sondern erleben möchten. Nah dran, ehrlich und mit viel Herz fürs Veedel und damit ein digitaler Tipp, der perfekt zum Lebensgefühl dieser Stadt passt. (mb)


KUS KFZ - Prüfstelle




Hecken und Koch GmbH
 Mannesmannstr. 8
 50996 Köln-Rodenkirchen
www.pruefstelle-rodenkirchen.de




HAUTGEDICHT
 Huriye Cakir - Praxis für Podologische & Kosmetik

Im Gesundheits-
 Zentrum in
 Köln-Rondorf

STAATL. GEPR. PODOLOGIN/SEKTORALE HEILPRAKTIKERIN PODOLOGIE
 Maßanfertigungen von Orthosen
 Praxis mit Schwerpunkt auf krankhaft bedingte
 Haut- und Nagelveränderungen am Fuß
 Diabetes mellitus Schwerpunkt
 Praxis geöffnet Mo. bis Fr. 9 - 18 Uhr und Sa. 10 - 17 Uhr

Privat &
 Kassen-
 zulassung für
 alle Kassen

HAUTGEDICHT
 Rodenkirchener Straße 162 | 50997 Köln
 Tel.: 02233 - 6007511 + 0163 - 4892577
 Mail: info@hautgedicht.de
 Termine nur nach Vereinbarung

MEHR INFOS: www.hautgedicht.de

Immobilientipps von Herrn Christoph Lenz – Lenz Immobilien aus Köln-Rodenkirchen:

Aussichten 2026: Immobilienpreise, Zinsentwicklung und Regulierungen



Der Markt hat turbulente Jahre hinter sich. Sinkende Transaktionen, sinkende oder stagnierende Immobilienpreise, steigende Baukosten und höhere Zinsen.

Wer zukünftig kauft, verkauft oder finanziert, sollte genauer hinsehen als früher.

Entwicklung Immobilienpreise

Lagen mit starker Nachfrage stabilisieren sich früher, während Objekte mit Sanierungsbedarf weiter unter Druck stehen. Nach einem moderaten Preiserückgang in den Jahren 2023 und 2024 sind die Immobilienpreise 2025 zuletzt wieder leicht gestiegen. Insgesamt schauen Kaufinteressierte genauer auf den energetischen Zustand, Laufzeiten von Heizungen und Modernisierungskosten.

Verkaufende können trotzdem gute Werte erzielen, wenn die Substanz stimmt und die Immobilie nachvollziehbar kalkulierbar ist.

Neubau erholt sich langsam

Viele Projekte, die 2023 und 2024 gestoppt wurden, rücken wieder in Reichweite. Die Baukosten bleiben hoch, stabilisieren sich aber.

Trotz der Baukrise wird erwartet, dass die Preise für Neubauwohnungen und selbst genutzte Wohnimmobilien weiter steigen, da die Nachfrage das Angebot übersteigt.

Leichte Entspannung im Zinsniveau, aber kein Zurück zum Nullniveau.

Viele hoffen auf eine Rückkehr der nahezu 0%-Finanzierung. Realistisch ist dieses Szenario nicht. Die Notenbanken haben die Inflation zwar im Griff, bleiben aber vorsichtig.

Die meisten Prognosen rechnen für das Jahr 2026 mit stabilen Hypothekenzinsen zwischen 3,5 und 4 Prozent sowie mit leicht steigenden Trends für längerfristige Kredite.

Finanzierung: Banken prüfen strenger und genauer

Im Jahr 2026 wird die Finanzierung nicht einfacher, nur klarer. Banken achten stärker auf Eigenkapitalquote und realistische Haushaltsrechnungen. Förderprogramme des Bundes spielen wieder eine größere Rolle, weil sie Zinsvorteile und Tilgungszuschüsse bringen.

Kaufinteressierte sollten früh mit der Finanzierungsberatung sprechen und in einem Vorgespräch die Finanzierungsmöglichkeiten ausloten. Auch die Vorbereitung aller erforderlichen Unterlagen ist von großer Bedeutung.

Heizung und Energie: Die Sanierungspflicht wird „hoffentlich“ planbarer

Die schwarz-rote Koalition will bis Ende Februar 2026 ein neues Heizungsgesetz beschließen.

Das von der Ampel-Regierung beschlossene Heizungsgesetz

würde damit wieder abgeschafft werden. Die Neuregelung soll die Modernisierung im Gebäudeenergiebereich technologieoffener, flexibler und einfacher gestalten. Hier bleibt es spannend und das neue Gesetz abzuwarten.

Aussichten: Ein Markt, der reifer wird

Der Immobilienmarkt gewinnt seine Struktur zurück. Es wird weniger spekuliert und mehr gerechnet. Kaufende treffen Entscheidungen wieder auf Grundlage von Nutzwert, Zukunftssicherheit und Finanzierung. Verkaufende punkten mit Transparenz, guter Dokumentation und realistischen Angeboten. Wer professionell begleitet wird, hat einen klaren Vorteil. Denn der Markt belohnt Klarheit und Transparenz. Lenz Immobilien – Ihr Immobilienexperte, wenn es um die Vermarktung oder Finanzierung Ihrer Immobilie geht! (cl)



Ihr Partner für Ihre Immobilie

Bei Anliegen rund um Ihre Immobilie sind Sie bei uns an der richtigen Stelle.



Lenz Immobilien

Ringstraße 37 | 50996 Köln

Tel.: 02 21 - 69 06 59 90

Mail: lenz@lenzimmobilien.com

Web: www.lenzimmobilien.com



Die Gastkolumne von Reinhold Rombach

Bayers goldene Trumpfkarten

Voll innerer Überzeugung bin ich Ende November ins Risiko gegangen und habe die Bayer-Aktie mehr oder weniger deutlich zum Kauf empfohlen. Und zwar sowohl in meiner Kolumne vom 26. November als auch durch die Aufnahme in die Börsebius TopTen-Masterliste.

Seither ist die Aktie deutlich gestiegen und ich erhalte jede Menge Anrufe und Mails, ob es denn schon Zeit wäre, Gewinne mitzunehmen.

Auch wenn ich das Argument verstehe, 10 bis 20 Prozent Gewinn in nur vier Wochen könnten einen schon reizen, muss ich hier doch klar dagegenhalten. Tun Sie es bloß nicht!!!

Dafür, den Titel weiter laufen zu lassen, gibt es mehrere Gründe. Der erste ist: Die Aktie weiß nicht, dass du schon auf deutlichen Gewinnen sitzt.

Das zweite Argument (Achtung, es gibt noch ein drittes, kommt später) ist das, was ich schon vor gut einem Monat noch als aussichtsreiche Möglichkeit dargestellt hatte, nämlich, dass

die US-Regierung Bayer beim Rechtsstreit um das Unkrautvernichtungsmittel Glyphosat unterstützt.

Als Kaufargument hatte ich das vor vier Wochen so formuliert:

„Es gibt allerdings Anzeichen, dass sich in 2026 die Prozesslage in den USA entspannen könnte, manche sprechen auch von einem eventuellen Deal mit der US-Administration.“

Aus den Anzeichen sind mittlerweile Fakten geworden. Das Weiße Haus gab jüngst bekannt, dass die US-Regierung die Klage Bayers vor dem Supreme Court unterstützt.

Warum um alles in der Welt macht die Trump-Administration das?

Ganz einfach: Bayer droht in den USA die Versorgung mit Glyphosat (Roundup) einzustellen, sollten die Klagen und Prozesse nicht enden. Dann aber müssten die amerikanischen Farmer auf teurere und nicht so wirksame Alternativen ausweichen, was sie vehement

ablehnen. Viel wichtiger ist aber, dass Bayer der einzige Glyphosat-Produzent weltweit ist, der nicht aus China kommt. Also hat die US-Regierung so oder so ein großes Interesse, Bayer „entgegenzukommen“.

Weitere Trumpfkarte „weißer Phosphor“

Aber Bayer hat noch ein weiteres Ass im Ärmel, was viele Fondsmanager nicht oder noch nicht auf der Pfanne haben: Bayer ist einer der größten Phosphatförderer weltweit und hat sich soeben die Abbauerlaubnis für eine Riesenmine im US-Bundesstaat Idaho gesichert.

Ja, und? Jeder halbwegs Verständige weiß doch, dass aus Phosphat Glyphosat gewonnen wird, was ist denn daran neu?

Es geht in diesem Fall um den aus Phosphat hergestellten „weißen Phosphor“. Und der ist von den USA eben in eine Liste von 60 strategisch wichtigen Rohstoffen eingestuft worden. Und das nicht ohne Grund, denn weißer Phosphor wird für die Herstellung von Medika-



menten, Chemikalien und Batteriematerialien unverzichtbar benötigt, aber eben auch für Blend- und Rauchgranaten und Bomben aller Art.

Bayers goldene Trumpfkarten liegen also jetzt offen auf dem Tisch. Anlegende sollten sie nutzen. Just in diesem Moment erhöhe ich mein Kursziel für Bayer von 42 Euro auf 48 Euro. Börsianer, „faites vos jeux“.

Bleiben Sie mir gewogen, ich bin Ihnen ebenso verbunden.

Über Anregungen für Themen-vorschläge freue ich mich sehr.

Stets Ihr
Reinhold Rombach
„Börsebius“

Unser Gastkommentator Reinhold Rombach ist einer der bekanntesten Börsenexperten Deutschlands und lebt schon lange in Rodenkirchen. Er beschäftigt sich seit über 25 Jahren mit

börsennotierten Gesellschaften, mit Aktien und Fonds, analysiert ihre Stärken und Schwächen. Seine Meinung über Geld&Börsen veröffentlichte er früher als Kolumnist in der Zeit (aber

auch in der Wirtschaftswoche und der Süddeutschen Zeitung) und mehr als ein Vierteljahrhundert im Deutschen Ärzteblatt als „Börsebius“. Seine Fans nennen ihn aber auch den „Kostolany

vom Rhein“ oder das „Kölsche Orakel“.

Rombach's spannende wöchentliche Kolumnen und eine Aktien-TopTen-Masterliste erscheinen unter www.derboersebius.de

Gespräch mit Marc Schmitz:

Wie finde ich den geeigneten Heizungs- und Bad-Bauer?

Was ist zu beachten bei der Suche nach einem geeigneten Heizungs- und Bad-Bauer? Der Bilderbogen hat Marc Schmitz gefragt. 1998 gründete er einen Fachbetrieb für Heizung, Sanitär, Klimatechnik und Elektro mit dem Schwerpunkt ökologische Haustechnik. Eine Niederlassung befindet sich in der Barbarastrasse in Rodenkirchen. Seit Jahren fungiert Schmitz zudem als Obermeister der Innung Sanitär Heizung Klima Köln (SHK Köln).

Nicht unerwartet empfiehlt Schmitz grundsätzlich, für eine technisch hochwertige, langlebige und effiziente Lösung nach einem lokalen oder regionalen SHK-Meisterbetrieb zu suchen. Als erstes verweist er auf die Internetseiten der Innungen für Sanitär- und Heizungstechnik. „Dort sind ausschließlich Fachbetriebe gelistet, die in der jeweiligen Region ansässig sind.“ Ebenso sei man gut beraten, Freunde, Bekannte und in Sozialen Medien nach Erfahrungen mit lokalen Betrieben zu fragen sowie Firmen-Bewertungen im Netz zu verfolgen.

Schmitz rät davon ab, sich überhastet für Unternehmen zu entscheiden, die bei der Internetrecherche ganz oben stehen, aber nicht im Wohnumfeld ansässig sind. Umgekehrt komme es vor, dass man scheinbar in der Nachbarschaft sitzende Betriebe nur über eine sogenannte Freecall-Nummer erreiche. „Dies kann, wie auch Firmenadressen in Citylage oder reinen Bürogebäuden, auf Call-Center hindeuten, die als Vermittlungsagenturen fungieren.“

Lokale Betriebe im Notfall schneller

Wer sich einem lokalen Handwerker anvertraue, profitiere davon erfahrungsgemäß auch in Notfällen. „Wenn Heiligabend die Heizung ausfällt, sind lokale Betriebe mit kurzen Wegen im Vorteil. Diese haben auch ein Eigeninteresse daran, Kunden vor Ort nicht im Kalten oder mit einem Rohrbruch sitzen zu lassen. Ein Konzern schickt im besten Fall Techniker oft aus weit entfernten Städten oder schaltet Subunternehmen ein.“

„Insgesamt führen Anrufe bei Großanbietern oft zu Call-Centern, welche unter Umständen mehrere tausend Kilometer entfernt sitzen“, gibt Schmitz zu bedenken. „Jedoch ist dort ein Techniker häufig nicht zu erreichen – egal, ob bei installierten Anlagen nun eine Nachbetreuung erforderlich oder ein akutes Problem zu lösen ist.“

„Großkonzerne verkaufen oft nur die Marken, mit denen Exklusivverträge bestehen“, meint Schmitz. „Der örtliche Handwerker berät weniger abhängig von bestimmten Herstellern“, sagt Schmitz. „Ein lokaler Familienbetrieb, der seit Jahrzehnten existiert und oft in zweiter oder dritter Generation geführt wird, plant langfristig.“ Dieser könne erfahrungsgemäß auch noch in zehn Jahren beispielsweise Wartungen durchzuführen. „Aber was passiert mit der 10-Jahres-Garantie oder dem Mietmodell, wenn Startups mit dem Unternehmenskonzept ´Risikokapital-Finanzierung´ erfolglos sind, zahlungsunfähig werden oder den deutschen Markt ver-

lassen? Siebzig Prozent aller Startups scheitern innerhalb der ersten zehn Jahre“, so Schmitz.

Beständigkeit und Kenntnis lokaler Gegebenheiten

Lokale Betriebe seien in der Regel mit den Gegebenheiten vertraut, beispielsweise mit Tücken von Altbauten vor Ort oder der jeweiligen speziellen Wasserhärte. Sie wüssten um spezifische Vorschriften und oft auch um kommunale Planungen ihr Arbeitsgebiet betreffend. Schmitz verdeutlicht am Beispiel der Montage einer Wärmepumpe, wie wichtig die regionale Vernetzung lokaler SHK-Betriebe ist: „Eine solche Installation betrifft oft auch den Zählerschrank – also die Elektrik – und manchmal Dach- oder Erdarbeiten. Der örtliche Handwerker kennt den Elektriker in der ´Nachbarschaft´. Er weiß, wie das lokale Wasserwerk ´tickt´ und kennt die speziellen Lärmschutzverordnungen der Kommune. Großanbieter kämpfen hier oft mit fehlender Ortskenntnis und Koordinationsproblemen zwischen verschiedenen Subunternehmern.“

Individuelle Beratung

„Der lokale Handwerker plant die Anlage individuell und ganzheitlich. Er ist auch in fünf Jahren noch da, wenn beispielsweise einmal etwas um- oder angebaut werden muss“, stellt der Obermeister der Innung SHK Köln fest. Seriöse lokale Betriebe seien in erster Linie weder reine Verkäufer, noch übten sie Verkaufsdruck auf Mitarbeitende oder potenzielle Kunden aus. Vielmehr legten sie großen Wert auf eine an den individuellen

Kundeninteressen orientierte Beratung. „Dagegen liegt bei vielen Großunternehmen und speziellen Startups der Fokus eher auf einem ´schnellen Abschluss´“, vermutet Schmitz.

Schmitz weist darauf hin, dass Großunternehmen oft Subunternehmer und diese wiederum nicht selten Nachunternehmer beauftragten. „Diesen fehlt etwa für eine detaillierte Heizlastberechnung, exakte Einstellung der Volumenstöße oder einen sorgfältigen hydraulischen Abgleich oft die Zeit im Taktplan der Gewerke.“ Aber ohne diesen verpflichtenden Abgleich würden Fördermittel nicht ausbezahlt, so Schmitz. Wer ihn dokumentiere, ohne ihn auszuführen, begehe Subventionsbetrug. „Der lokale Meisterbetrieb haftet mit seinem Namen für die Effizienz der Anlage“, sagt Schmitz. „Handwerk ist Vertrauenssache – und Vertrauen lässt sich nicht skalieren.“

Regionale Wertschöpfung

Nicht zuletzt sicherten lokale Betriebe Arbeits- und Ausbildungsplätze. Auch in Köln. Sie zahlten Gewerbesteuer, mit der die Infrastruktur gebaut und unterhalten werde. Weiter unterstützten lokale Betriebe Vereine. Sie engagierten sich für soziale Einrichtungen und vielfältige Aktionen für das gesellschaftliche Leben im Veedel. Schmitz bezweifelt, dass bundesweit agierende Unternehmen mit dem Fokus auf Gewinnmaximierung ähnlich wirken und sich engagieren. (eb)



Foto: Patrick Horn



Börsebius® Fonds

Drei Fonds. Drei Wege. Ein Ziel

Die echten Schätze am Markt erkennen – bevor es alle tun.

Börsebius Bosses Follower Fund

Die Insiderperlen – investieren wie die, die es wissen.

Deutschlands einziger Insiderfonds – gezielt, geprüft, clever.

WKN: A2JF7G · ISIN: DE000A2JF7G9

Börsebius TopSelect

Die Börsenperlen – international & handverlesen.

Europas Qualitätsaktien im Fokus – klug wählen, statt wild streuen.

WKN: A0HF4N · ISIN: DE000A0HF4N6

Börsebius TopMix

Die Börsenperlen – für Sicherheitsbewusste.

Maximal 40 % Aktienanteil – smart kombinieren.

WKN: A0M8WR · ISIN: DE000A0M8WR1

Mit Strategie. Mit Logik. Mit Börsebius.



info@boersebiusfonds.de
0221 / 985 480 15
www.boersebiusfonds.de

Sie haben kein Wertpapierdepot bei einer Bank oder Sparkasse?

Dann eröffnen Sie doch ein Fondsdepot über uns **www.boersebiusfonds.de** bei der FNZ Bank.

Mit unschlagbaren Vorteilen wie:

- Keine Ausgabeaufschläge auf Börsebius-Fonds • Depotführung gratis
- 50% Rabatt auf Ausgabeaufschläge anderer Fonds • Sparpläne & persönliche Betreuung

Holen Sie sich die Börsebius Fonds bei allen Banken und Sparkassen.

Ganz einfach über die WKN (Wertpapier Kennnummer) oder die ISIN.

imm cologne

Kölns internationale Bühne für Möbel, Design und die Zukunft des Wohnens

Jedes Jahr im Januar verwandelt sich Köln zum Zentrum der internationalen Einrichtungs- und Möbelbranche: Dann öffnet die imm cologne ihre Tore auf dem Gelände der Koelnmesse. Die imm cologne gilt als führende Messe für Möbel, Design und Interior-Trends und bringt Schlüsselfiguren, Kreative und visionäre Menschen der Branche zusammen.

Ein Impulsgeber seit über 70 Jahren

Die Geschichte der imm cologne reicht bis in die Nachkriegszeit zurück: Bereits 1949 fand die erste Kölner Möbelmesse statt. Über die Jahrzehnte hat sich daraus ein weltweit bedeutender Treffpunkt der Interior-Branche entwickelt, bei dem Hersteller, Marken und Designstudios ihre

neuesten Produkte und Ideen präsentieren.

Nach einer bewusst eingelegten Pause im Jahr 2025 kehrt die Messe im Januar 2026 mit einem neuen, marktorientierten Konzept zurück. Vom 20. bis 23. Januar 2026 erwartet Köln wieder Fachleute und Ausstellende aus aller Welt – bereit, die Zukunft des Wohnens zu gestalten.

Trendplattform und Business-Treffpunkt zugleich

Im Kern ist die imm cologne ein B2B-Event für Entscheidungstragende der internationalen Möbel- und Einrichtungsbranche. Hier treffen Mitglieder von großen Möbelhandelsketten, Einkaufsverbänden, Online-Retail, Innenarchitektur und Design auf innovative Hersteller und Marken. Die Messe ist ein Ort, an

dem Geschäfte gemacht, Trends gesetzt und Netzwerke geknüpft werden.

Unter dem Leitgedanken „World of Interiors“ zeigt die Messe 2026 marktreife Produkte und reale Lösungen für Wohn- und Lebensräume, von klassischen Wohnmöbeln über Schlaf- und Essbereiche bis hin zu Konzepten für modernes Arbeiten zu Hause, flexiblen Wohnformen und Materialien.

Internationale Vielfalt und Branchen-Bootcamp

Die imm cologne zieht Aussteller aus der ganzen Welt an. In der Vergangenheit präsentierten Hunderte Unternehmen aus mehr als 40 Nationen ihre Produkte – von etablierten Marken bis zu aufstrebenden Designhäusern. Dieses globale Netzwerk

macht die Messe zu einem wahren Spiegel der internationalen Möbel- und Designszene.

In den weitläufigen Hallen der Koelnmesse entdecken Fachbesuchende nicht nur Möbel und Inneneinrichtungen, sondern auch Inspirationen für Wohn- und Lebenskonzepte, Materialinnovationen und neue Perspektiven auf Design. Ergänzt wird das Messegesehen durch ein umfangreiches Programm aus Foren, Networking-Zonen und Impulsvorträgen, die den Austausch von Wissen und Ideen fördern.

Warum imm cologne 2026 wichtig ist

Für viele Hersteller und den Handel ist die imm cologne der Startschuss ins neue Einrichtungsjahr, hier werden Trends entdeckt, Kollektionen präsentiert und strategische Impulse gesetzt. Gerade im Januar hat die Messe einen besonderen Stellenwert, weil sie den Markt für die kommenden Monate formt. Entscheidungstragende nutzen die Plattform, um Partnerschaften zu schließen, Inspiration zu sammeln und sich frühzeitig auf kommende Nachfragen einzustellen.

Zudem stärkt die imm cologne die Position Kölns als internationalen Hotspot für Design und Möbelkultur: Während der Messtage pulsiert die Stadt – Messen, Events, Ausstellungen und Side-Events verwandeln Köln in eine lebendige Bühne für Kreativität, Innovation und Austausch. (mb)



Leistungen

- Abfluss-, Rohr- u. Kanalreinigung
- Verstopfungsbeseitigung
- Funktionsprüfung gemäß §61
- Dichtheitsprüfung mittels Luft / Wasser
- Wasserhochdrucktechnik
- Kanalortung
- Kanalfernsehen, TV-Untersuchung

ROKIS

ROHR- & KANALREINIGUNG-SCHNELLDIENST GMBH

Widdersdorfer Str. 211
50825 Köln

Fon
02 21- 48 78 48
02 21- 24 66 71
02 21- 35 25 45
02 21-170 35 78
Fax
02 21-170 35 77

info@rokis.de

24h
NOTDIENST
0800 - 200 800 6



Treffpunkt Rodenkirchen

Das Veedel. Die Menschen. Das Engagement.

Rodenkirchen lebt, von seinen Menschen, seinen Geschäften und von einem starken Miteinander. Genau hier setzt die neue Rubrik „Treffpunkt Rodenkirchen“ im Kölner BilderBogen an. Sie stellt den Verein der Rodenkirchener Unternehmer:innen vor, der sich seit über 50 Jahren mit großem Engagement für die Attraktivität und Lebendigkeit des Veedels einsetzt. Während in vielen Stadtteilen der Einzelhandel nahezu verschwunden ist, zeigt Rodenkirchen, dass es auch anders geht: Eine gut funktionierende Einzelhandels- und Dienstleistungslandschaft prägt bis heute



Der Vorstand v.l.n.r.: Moritz Liebig, Christoph Stüvel, Wolfgang Behrendt, Ralf Duschat, Kathrin Alius da Silva, Detlef Lauenstein, Petra Walterscheidt und Anja Senff, nicht abgebildet: Oliver Kehrl.

Foto: Ralf Perey

Unsere Mitglieder



**Dr. med. dent.
Christian Hojczyk**

Zahnärzte am
Maternusplatz -
Praxis für
moderne Zahnmedizin

Maternusstr. 8-10
50996 Köln-Rodenkirchen
Web: www.zahnaerzte-am-maternusplatz.de

Monatlich stellen wir hier ein
Mitglied unseres Vereins vor.

das Ortsbild. Das ist kein Zufall, sondern das Ergebnis kontinuierlicher Arbeit, gemeinsamer Ideen und eines starken Netzwerks. Gegründet wurde der Verein ursprünglich unter dem Namen „Shopping in Rodenkirchen“. Mit der Zeit entwickelte er sich zur Aktionsgemeinschaft Rodenkirchen und öffnete sich bewusst für alle Berufszweige. Eine optische und inhaltliche Neuausrichtung vor rund 15 Jahren führte schließlich zu dem heutigen Namen: Treffpunkt Rodenkirchen – ein Name, der Programm ist.

Was wir tun

Die Aufgaben des Vereins sind vielfältig: Er vertritt die Interessen Rodenkirchens gegenüber Verwaltung und Politik, wirkt überregional für den Standort und organisiert zahlreiche

Events, die das Veedel beleben und seine Attraktivität steigern. Dazu zählen unter anderem die **Sommertage**, das **Weinfest**, die **Kunstmeile**, **Musik in den Straßen**, **Abendmärkte**, der **Antik- und Frühlingmarkt** sowie die stimmungsvolle **Weihnachtsbeleuchtung** mit großem **Weihnachtsbaum**.

Wichtig ist dem Verein dabei eines besonders: Treffpunkt Rodenkirchen ist mehr als Handel. Ein oft gehörter Irrtum ist, dass nur Einzelhandelsbetriebe Mitglied werden können. Tatsächlich sind **Freiberufler**, **Ärztinnen** und **Ärzte**, **Gastronomen**,

Wie werde ich Mitglied?

Sie sind Unternehmer:in, Freiberufler:in oder Dienstleister:in in Rodenkirchen? Dann machen Sie mit! Treffpunkt Rodenkirchen steht allen Berufszweigen offen – vom Einzelhandel über Gastronomie und Handwerk bis zu Ärzt:innen, Rechtsanwält:innen und Steuerberater:innen.

- Starkes Netzwerk im Veedel
 - Gemeinsame Interessenvertretung
 - Mitgestaltung von Events & Aktionen
 - Werbung für den Standort Rodenkirchen
- Interesse? Sprechen Sie ein Vorstandsmitglied an, oder schreiben Sie uns eine E-Mail an: info@treffpunkt-rodenkirchen.de

Rechtsanwälte, Steuerberater und viele **weitere Berufsgruppen** ausdrücklich willkommen. Mit der neuen Rubrik „Treffpunkt Rodenkirchen“ gibt der Kölner BilderBogen künftig monatlich Einblicke in dieses Engagement, stellt Akteur:innen vor und zeigt, wie lebendig, vielfältig und zukunftsfähig Rodenkirchen ist, getragen von einem starken Netzwerk im Veedel. (mb)

Treffpunkt Rodenkirchen e.V.

Maternusstraße 14a
50996 Köln-Rodenkirchen
Telefon 0221 393432

www.treffpunkt-rodenkirchen.de

BESUCHEN SIE UNS DIGITAL:



Die nächsten
TERMINE:

**Freitag 24.04.2026
TAG DES VEEDELS**

**Fr., 24.04. - Sa. 09.05.2026
KUNST&KULTURMEILE**

TABAK-TREFF

Inh. Heinrich Löhndorf

DAVIDOFF PREMIUM

ZIGARREN, ZIGARILLOS, PFEIFENTABAK

Davidoff

Hauptstraße 102-104
50996 Köln-Rodenkirchen
Telefon 0221 - 39 37 66



Zeitungen
Zeitschriften
WESTLOTTO

Raucher-
Bedarfsartikel

Große
E-Zigaretten- und
Liquid-Auswahl

Kubanische Zigarren
und Zigarillos:
Cohiba
Romeo y Julieta
Montecristo

BILDERBOGEN

TERMINE



www.bilderbogen.de/events

Freitag 02. Januar
16:00 bis 18:00 Uhr

Handarbeitstreff

Stadtteilbibliothek
Rodenkirchen,
Schillingsrotter Str. 38,
50996 Köln
Eintritt: frei

Mittwoch, 07. Januar
Ab 19:30 Uhr

Der Fall Ransohoff-
Frauen im Karneval

Stadtteilbibliothek
Rodenkirchen,
Schillingsrotter Str. 38,
50996 Köln

(Kartenvorverkauf im
Teekesselchen,
Hauptstr. 79, Rodenkirchen
ab 10.12.2025 für
Literamusmitglieder
ab 06.12.2025),
Eintritt: frei

Freitag 09. Januar
19:00 bis 22:30 Uhr

Zaubershow
mit Menü

Bistro Verde,
Maternusstr. 6,
50996 Köln,
Eintritt: 89,95€

Donnerstag 15. Januar
16:00 bis 18:30 Uhr

Kindersitzung
mit Kasalla

Festzelt auf dem Sürther
Marktplatz, Frohnhofstr./
Ecke Sürther Hauptstr.,
50999 Köln, Eintritt: 5 €

Freitag 16. Januar
16:00 bis 17:00 Uhr

Mint-Zeit:
Vorlesen und
Experimentieren

Stadtteilbibliothek
Rodenkirchen,
Schillingsrotter Str. 38,
50996 Köln
Eintritt: frei

Samstag 17. Januar
17:00 bis 0:00 Uhr

Jeck in Hellblau
Singe, Danze, Höppe
in der Hofburg

Dorint Hotel am Heumarkt,
Pipinstr. 1, 50667 Köln
Eintritt: frei

Samstag 17. Januar
19:00 bis 21:00 Uhr

Kölsch Krätzjer

Bistro Verde,
Maternusstr. 6,
50996 Köln,
Eintritt: 20 €

Montag 19. Januar und
Montag 26. Januar
10:00 bis 12:00 Uhr

Smartphonekurs
für Senioren

Auferstehungskirche Sürth
Auferstehungskirchweg 7,
50999 Köln,
Eintritt: frei

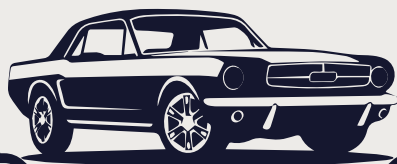
*Ihr zuverlässiger Partner
für alles rund ums Auto.*

SPIES
AUTOMOBILE

KFZ-MEISTER-FACHBETRIEB

ALLE MARKEN - EINE WERKSTATT

www.SPIES-AUTOMOBILE.de



T. 02236 68560
info@spies-automobile.de
INDUSTRIESTR. 161
50999 KÖLN

WERBEARTIKEL



SEHEN - FÜHLEN - ERINNERN

Bekanntheit steigern



Agentur für Werbeartikel

Emil-Hoffmann-Str. 9

50996 Köln

0221-9 36 81-0

www.absatzplus.com

**Dienstag 20. Januar und
Dienstag 27. Januar
10:00 bis 11:30 Uhr**

Computerkurs
für Senioren

Auferstehungskirche
Sürth
Auferstehungskirchweg 7,
50999 Köln,
Eintritt: frei

**Dienstag 20. Januar
16:00 bis 17:00 Uhr**

Vorlesen
mit dem
Kamishibai-
Erzähltheater

Stadtteilbibliothek
Rodenkirchen,
Schillingsrotter Str. 38,
50996 Köln
Eintritt: frei

**Freitag 23. Januar
20:00 bis 22:30 Uhr**

Banda Nova feat.
Filipa Gojo

Bistro Verde,
Maternusstr. 6,
50996 Köln,
Eintritt: 20 €

**Samstag 24. Januar
11:00 bis 14:00 Uhr**

Aquarell meditativ

KUNSTWERKSTATT KÖLN
Marktstr. 10, Gebäude P2-P3,
Köln, Eintritt: 85 €

**Sonntag 25. Januar
18:30 Uhr, Einlass 18.00 Uhr**

Böcherjecke fiere!
Karnevalssitzung

Stadtteilbibliothek
Rodenkirchen,
Schillingsrotter Str. 38,
50996 Köln, Eintritt: 35 €

**Donnerstag 29. Januar
18:00 bis 20:00 Uhr**

Moving Sounds
mit Markus Stockhausen
und Tara Bouman

Erzengel-Michael-Kirche,
Pfarrer-te-Reh-Straße 7,
50999 Köln, kostenfrei

**Freitag 30. Januar
20:00 bis 3:00 Uhr**

Perückenparty

Steep's Brauhaus, Hauptstraße
118, 50996 Köln, Eintritt: 20 €


**SeniorenCentrum
Rodenkirchen**

EIN HAUS DER CURA GRUPPE



**Betreuung mit Herz im
Kölner Süden!**

Am liebsten bei uns.

Mittendrin und nah am Rhein mit:

- ServiceWohnen
- RundumPflege
- PflegeZuhause
- KurzzeitPflege
- HausNotruf
- UrlaubsPflege

SeniorenCentrum Rodenkirchen
Hauptstraße 128, 50996 Köln
Tel.: 0221 3598-0

wirpflegen.de

Samstag 31. Januar, Beginn: 19:15 Uhr, Einlass ab 18:45 Uhr
Jeck em veedel - Karnevalsparty
Bistro Verde, Maternusstr. 6, 50996 Köln, Eintritt: 20 €

Samstag 31. Januar 14:00 bis 15:30 Uhr
Pfannkuchensitzung
Comedia Theater, Vondelstr. 4-8, 50677 Köln, Eintritt: 12 €

Samstag 31. Januar 16:00 bis 2:00 Uhr, AUSVERKAUFT!
Jeckedanz- große karnevalistische Sause im Veedel
Festhalle Reissdorf Brauerei, Emil-Hoffmann-Str. 4-10, Eintritt: 42 €



**Ihre Werbung
im Kölner
BilderBogen**

Bei Interesse kontaktieren
sie uns gerne unter:
info@bilderbogen.de

**KÖLNER
BILDER
BOGEN**
DAS STADTMAGAZIN

WALTER
KRONENBERG
SANITÄR · HEIZUNG · LÜFTUNG

**Unsere Erfahrung ist Ihr Vorteil. Wir leben
Handwerk mit „Herz“ seit über 60 Jahren.**

NOTDIENSTNUMMERN FÜR FOLGENDE ZEITEN:
MO.-DO. 16 BIS 22 UHR · FR. 12:30 bis 22:00 UHR
WOCHENENDE VON 8:00 BIS 22:00 UHR

0221 39 46 60 oder 39 48 68
0221 39 54 46
info@walterkronenberg.de

WASSERSCHADEN
0163 339 46 60

ÖLFEUERUNG
0163 339 46 62

GASFEUERUNG
0163 339 46 61

Kirschbaumweg 20a
50996 Köln
(Industriegebiet Rodenkirchen)



Das Porträt des Monats

Einmal im Monat porträtieren wir einen besonderen Menschen aus unserer Stadt. Im Dezember haben wir uns mit der Rodenkirchener Bezirksbürgermeisterin Sabine Müller aus Köln getroffen und ein kleines Interview geführt:

- **Name:** Sabine Müller
- **Geboren in:** Stuttgart
- **Familie:**
verheiratet, 3 erwachsene Kinder, eine Enkelin (13)
- **Wohnort:** Köln-Zollstock
- **Was machen Sie beruflich?**
Promovierte Geophysikerin, 17 Jahre Fraunhofer-Institut, danach 7 Jahre Kreisverwaltung, aktuell im Vorruhestand
- **Was machen Sie in Ihrer Freizeit?**
Viel lesen, Singen im Chor „Cantamo“ und im „Zollstocktett“, Radfahren im Alltag und im Urlaub
- **Wo ist Ihr Lieblingsort im Veedel?**
Vorgebirgspark und Südfriedhof
- **Was macht für Sie Köln im Besonderen aus?**
Die enorme Vielfalt über alle gefühlten Grenzen hinweg. Zusammenhalt im Veedel. Leben und leben lassen.
- **Was ärgert Sie im Stadtbezirk?**
Wilder Müll, leer stehende Wohnungen, rücksichtslose Raser.

- **Wo würden Sie leben, wenn nicht in Köln**
Ich brauche ein kreatives urbanes Umfeld ohne Abhängigkeit vom Auto: Kopenhagen, Wien, Oslo wären reizvoll.
- **Ihr Tipp / Ihre Empfehlung für besondere Angebote in Ihrem Veedel?**
Im Kölner Süden: Mehr Wochenmärkte wie z. B. in Sürth oder Rodenkirchen, auch Schlemmermärkte, mehr öffentliche Treffpunkte, z. B. Schulhöfe oder schattige Plätze im Sommer.
- **Wo trifft man Sie in der Regel im Veedel?**
In den Zollstock-Arkaden, in den Parks (oft beim Müllsammeln), am Kalscheurer Weiher.
- **Ihr Wunsch an den Kölner BilderBogen?**
Stadtgeschichten aus Zollstock oder Meschenich, aus Rondorf oder Godorf. Pro und Kontra zu wichtigen Themen wie z. B. Autobahn-Ausbau A4, Stadtbahn Süd. Blick auf Schulen, öffentliche Gebäude und Jugendeinrichtungen.



Sabine Müller

Kölsches Wöderboch

Die kölsche Sproch, oder auch die kölsche Mundart, ist ein rheinischer Dialekt, den es zu erhalten gilt. Mit unserem kleinen kölschen Wöderboch wollen wir unseren Beitrag dazu leisten und hier und da zum Schmunzeln anregen.

Quelle: Peter Caspers und Adam Wrede

Aki	–	Erfahrung
Aldräuscher	–	Schrotthändler
Botterblömche	–	Butterblume
Frasselei	–	knifflige Arbeit
Halbschohn	–	Halbschuhe
Jensicks	–	Jenseits
Mänätscher	–	Manager
Ping	–	Schmerz

KÖLNER BILDERBOGEN

Gegründet 1959, KBB-Verlag GmbH, Auf der Ruhr 82, 50999 Köln, Telefon: 02236 - 849800

Unsere Internet-Adresse: www.bilderbogen.de, E-Mail-Adresse: redaktion@bilderbogen.de

Herausgeber: Kölner Bilder-Bogen Verlag GmbH, Geschäftsführer Ralf Perey, Marcus Becker | **Verantwortlich für Inhalt und Gestaltung:** Ralf Perey, r.perey@bilderbogen.de

Anzeigen: Marcus Becker, m.becker@bilderbogen.de, Herbert Hafener, herbert.hafener@koeln.de, Jo Schmitz, j.schmitz@bilderbogen.de

Produktion und Gestaltung: Medienwerkstatt Horn, www.mwhorn.de | **Imagebilder und Grafiken:** Shutterstock, stock.adobe.com

Korrektur: Veronika Roman | **Mitarbeiter dieser Ausgabe:** Steffi Broch, Engelbert Broich, Christof Gladow, Franko Fischer, Laura Fritz, Justine Holzwarth, Sandra Mildens, Martina Reims, Elke Strauß, Ulrike Süßer, Reinhold Rombach.

Sekretariat: Ulrike Perey, u.perey@bilderbogen.de

Postbezugspreis: 36 Euro inkl. MwSt + Porto pro Jahr.

Bankverbindung: IBAN: DE91 3705 0198 1004 7720 16, BIC: COLSDE33

Druck: Kupper Druck GmbH & Co. KG, Toyota-Allee 21, 50858 Köln, Telefon: 02234 9499900, www.kuepperdruck.de

In Gedenken an Helmut Paul Thielen: * 10. Oktober 1950 - † 28. Mai 2024

Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion gestattet. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, keine Gewähr.

Der „Kölner BilderBogen“ wird an Banken, Sparkassen und Einzelhändler verteilt und kann schriftlich beim Verlag bestellt werden. Außerdem liegt unser Heft bei vielen Rodenkirchener Arztpraxen, Friseuren, in Restaurants und Ämtern zum Lesen und Mitnehmen aus. Es gilt die Anzeigenpreisliste Januar 2025. Alle Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit Genehmigung des Verlages und gegen Urheberrechtgebühr weiter verwendet werden.

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C011331

The background image is a winter scene at night. In the foreground, a snowman in the shape of a chess knight (horse) stands on a snowy bank. Behind it is a calm body of water reflecting the lights. In the background, a wooden cabin with a snow-covered roof and warm interior lights is nestled among snow-laden evergreen trees. To the right, a wooden bridge with a string of warm lights spans the water. The sky is dark blue, and snow is gently falling.

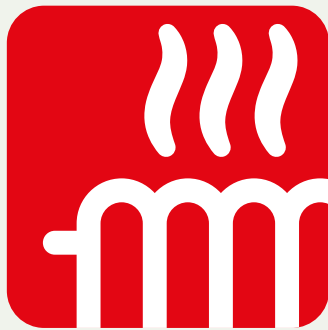
AHW wünscht ein neues Jahr voller guter Züge.

Gute Züge brauchen Erfahrung, Ruhe und ein sicheres Gespür für den richtigen Moment. Seit 1958 ist AHW in Rodenkirchen verwurzelt – gewachsen aus der Region, verbunden mit den Menschen vor Ort. Heute begleiten wir Familienunternehmen und den Mittelstand als verlässlicher Partner in Steuer-, Rechts- und Unternehmensfragen.

Wir wünschen allen Rodenkirchnerinnen und Rodenkirchnerern ein erfolgreiches neues Jahr.

SMP

Ihre Sachverständigen, Planer und Berater für



HEIZUNG SANITÄR KLIMA- UND LÜFTUNGS- TECHNIK

- Gutachten für Privat, Versicherung und Gericht
- Ursachenermittlung bei Schäden
- Planungsleistungen
- Fachbauleitung
- Bauüberwachung
- Rechnungskontrolle
- Technisches Gebäudemanagement
- Energieberatung
- Installationsberatung

SMP



Sachverständigen-, Planungs- und Beratungsgesellschaft mbH

Barbara Str. 5-9 | 50996 Köln | Tel. 0221 93 54 87 18 | www.smp-koeln.de | info@smp-koeln.de