CityNEWS

04.2016

Foto Hintergrund: © Prasit Rodphan iStock | Silhouetten: © ingimage.com | Foto Reker: © Alex Weis

Liebe Dein Köln!

Aktuelle Themen

Sportfreunde Stiller im Interview

Bunter Kulturherbst: Tipps & Termine

OB Reker plädiert für stärkere Bürgerbeteiligung

Es gibt viele Gründe für einen Jungen Stern Transporter. Hier sind sechs.

Junge Sterne Transporter in Köln/Leverkusen.

Vito 113 CDI Kombi lang

EZ 02/2014, KM 58.901

Anhängerkupplung Kugelkopf fest, Komfort-

fahrwerk, Außenspiegel heizbar u. elekt. verstellbar

19.600,– €[1]

Vito116 CDI Kasten

EZ 01/2013, KM 116.977

Trennwand, Beifahrersitz 2-Sitzer, Freisprechanlage

unvernetzt, halbautomatisch geregelt Klimaanlage

15.800,– €[1]

Vito 116 CDI Kasten

EZ 12/2014, KM 55.249

Aufmerksamkeits-Assistent, Berganfahrhilfe,

Trennwand, Beifahrersitz 2-Sitzer, Holzfußboden

15.900,– €[1]

Vito 110 CDI Kasten

EZ 08/2012, KM 43.193

Achsübersetzung i=3,727, Zuheizer elekt., Hecktür

zweiflügelig, Trennwand, 6-Gang-Schaltgetriebe

9.900,– €[1]

Sprinter 313 CDI Kasten

EZ 08/2013, KM 81.759

Parktronic, Außenspiegel heizbar u. elekt. verstell-

bar, Fahrersitz Schwingsitz Komfortausführung

20.800,– €[1]

Sprinter 316 CDI Kasten

EZ 05/2014, KM 47.984

Parktronic, Seitenwind-Assistent, Klima geregelt

24.400,– €[1]

[1] Alle Preise zzgl. der gesetzlichen Umsatzsteuer.

Mercedes-Benz

Vans. Born to run.

Anbieter: Daimler AG, Mercedesstraße 137, 70327 Stuttgart

Partner vor Ort: Daimler AG vertreten durch Mercedes-Benz Vertrieb NFZ GmbH

Niederlassung Köln/Leverkusen · Alfred-Nobel-Str. 11-15 · 50226 Frechen · 02234.513 548

www.mercedes-transporter.com

Vorwort

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Machen Sie mit!

Kennen Sie eigentlich alle Ihre Nachbarn? Wann haben Sie sich zum letzten Mal eine Bohrmaschine oder ein Ei ausgeliehen? Gemeinsam ins Gespräch kommen – genau das ist der Beginn von Bürgerbeteiligung, ohne die eine lebendige Demokratie nicht auskommt. „Wir brauchen eine stärkere Bürgerbeteiligung“, fordert auch Kölns Oberbürgermeisterin Henriette Reker im Interview mit CityNEWS Köln (Seiten 4/5).

„Grüner Helfer“ werden

In welchem Umfeld wir alle leben wollen, haben wir oft selbst in der Hand, geben dabei die Verantwortung aber gern in fremde Obhut. Warum eigentlich? Schauen Sie mal vor Ihre Haustür und prüfen, ob da alle Baumbeete bereits bepflanzt sind. Wenn nicht, dann können Sie schon hier tätig werden. Das Amt für Landschaftspflege und Grünflächen freut sich immer über „grüne Helfer“, die ehrenamtlich unsere Stadt verschönern.

So einfach funktioniert Klimaschutz

Auch beim Klimaschutz ist Bürgerbeteiligung gefragt und da kann jeder mitmachen. Wie? Das Auto stehen lassen und aufs Fahrrad umsteigen, eine vegetarische Mahlzeit mehr pro Woche essen, Zeit statt Zeug schenken. Wer will, kann sich sogar mit anderen im CO_2 Sparen messen über die Webseite der „Klimaschutz Community Köln“ (Seite 12). In diesem Sinne wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Mitmachen und bei der Lektüre unserer neuen Herbstausgabe.

Herzlichst,

Astrid Waligura *Eugen Weis*

Besuchen Sie uns online:
Einfach QR-Code mit Ihrem Smartphone scannen!

www.citynews-koeln.de

Foto: © Alex Weis

4

Foto: © Alex Weis

28

Foto: ©VOX/Martin Rottenkolber

30

Inhalt

6 **Bürgerbeteiligung**
Wie moderne Stadtgestaltung in Köln funktioniert

10 **Stadtgespräch**
Nachrichten und Neuigkeiten aus Köln

22 **Kölner Jubiläen**
Köln Marathon, Circus Roncalli und Rheinisches Bildarchiv feiern

30 **Unterhaltung**
„Club der roten Bänder“ ist zurück

36 **Einrichten**
Schöne Badezimmer und mehr

44 **Sicherheit**
Tipps für effektiven Einbruchschutz

46 **Mobilität**
Winterreifen: Sicher durch die kalte Jahreszeit

50 **Verlosungen**
Kurzreisen mit CityNEWS gewinnen

52 **Freizeit & Genuss**
Zwischen Weihnachten, Puzzles, Zoobesuch und tollen Konzerten

60 **Veranstaltungen**
Termin-Tipps für Köln und die Region

63 **Kultur**
Mehr Fördermittel für die freie Kölner Kulturszene

66 **Restauranttipp**
„Bocca & Bacco“: Feine original italienische Küche in Lindenthal

Face to Face mit Henriette Reker – OB wünscht sich stärkere Bürgerbeteiligung

„Was die Digitalisierung betrifft, so geht von Köln ein großes Signal aus. Das ist enorm wichtig, um unsere Stadt auch weiterhin als starken Wirtschaftsstandort zu sichern“, hatte Oberbürgermeisterin Henriette Reker im großen CityNEWS-Interview vor der Sommerpause betont. Lesen Sie hier den zweiten Teil des Gesprächs mit Kölns Verwaltungschefin, in dem es – neben der Digitalisierung – auch um die wachsende Bedeutung der Bürgerbeteiligung geht.

Prozesse vereinfachen und beschleunigen heißt die Devise in Sachen Digitalisierung auch beim Bürgerservice. Welche neuen Projekte sind in Arbeit?

Das sind gleich drei Projekte. Beim ersten geht es um den Aspekt der Barrierefreiheit, die aber auch allen nutzt. Bis Ende September wurde das Angebot von Informationen in leichter Sprache auf die 50 meistgesuchten Dienstleistungen online ausgebaut. In leichter Sprache, weil, seien wir ehrlich, viele Formulare und Antragsbedingungen wirklich schwer zu verstehen sind. Bis Jahresende werden darüber hinaus Erklärvideos in Gebärdensprache für zunächst zehn bis zwölf Dienstleistungen bereitgestellt.

Worum geht es bei den anderen beiden Projekten?

Wir werden eine Online-Beteiligung in der Bauleitplanung schaffen. Mit einem neuen Online-Verfahren soll die gesetzlich vorgeschriebene Beteiligung in der Bauleitplanung einfach bürgerfreundlicher gestaltet werden. Bürgerinnen und Bürger erhalten künftig die Möglichkeit, im Internet über eine interaktive Kartendarstellung zeit- und ortsunabhängig Stellungnahmen zu Bebauungs- oder Flächennutzungsplänen abzugeben. Damit verbunden ist eine deutlich verbesserte öffentlichkeitswirksame Information über die städtischen Bauleitplanungen, die den Kölnerinnen und Kölnern eine zielgerichtete und bequeme Suche bietet. Es ist geplant, das Verfahren in 2016 mit einem Pilotversuch zu starten. Anschließend soll die flächendeckende Einführung geprüft werden. Beim dritten Projekt geht es um die Einrichtung des sogenannten Servicekonto.NRW.

Können Sie das näher erläutern bitte?

Der KDN – Dachverband kommunaler IT-Dienstleister – bietet mit der noch für das Jahr 2016 geplanten Einrichtung des Servicekonto.NRW eine zusätzliche

digitale Erleichterung an: ein Dienst, bei dem sich Bürgerinnen und Bürger mit ihrem Personalausweis einfach nur einmal anmelden, um gegenüber der Verwaltung in allen Lebenslagen bestätigen zu können, wer sie sind. Ihnen wird eine Single-Sign-On-Anmeldung ermöglicht, wie es die Nutzerinnen und Nutzer im E-Commerce bereits gewohnt sind. Damit können sich in Zukunft Einwohner beispielsweise online an- und ummelden, Elterngeld oder BaföG beantragen oder Gewerbeangelegenheiten erledigen, ohne dass ein Gang zum Amt notwendig wird oder Anträge ausgedruckt, unterschrieben und per Post an die Verwaltung gesendet werden müssen.

Fotos: © Alex Weis

CityNEWS-Chefredakteurin Astrid Waligura und Verleger Eugen Weis im Gespräch mit OB Henriette Reker im Historischen Rathaus.

Thematisch sind wir bereits nah am Bürger dran. Sie wollen noch näher und haben die neue Dialogreihe „Stadtgespräche" initiiert. Was bezwecken Sie damit?

Also ich bin ja der Meinung, dass wir eine stärkere Bürgerbeteiligung brauchen, die verbindlich ist, aber auch ihre Grenzen aufzeigt. Es kann nicht sein, dass wir Prozesse durch die Gremien bringen, beschließen und dann gibt es eine Bürgerbeteiligung und wir kommen nie mehr zu einem Ergebnis. Deswegen sage ich: Bürgerbeteiligung ja, aber bitte von Anfang an. Ich möchte beim Prozess der Bürgerbeteiligung als OB direkt mit den Bürgerinnen und Bürgern in Kontakt kommen, also Face to Face.

Wo finden diese Dialoge statt?

In allen neun Stadtbezirken. Im Wesentlichen geht es darum, welche Wege es gibt, Bürger an Prozessen zu beteiligen. Das wollen wir gar nicht vorgeben. Junge Menschen erreicht man anders als ältere und diese wiederum anders als Menschen mit Migrationshintergrund. Alle Ergebnisse dieser Bürgergespräche werden zusammengenommen und wir werden im nächsten Jahr dann so weit sein, dass wir dem Rat einen Beschluss vorlegen können, wie Bürgerbeteiligung in Köln in Zukunft aussehen soll.

Was muss sich in Köln ändern?

Wir müssen uns alle mehr committen, also Position beziehen und unsere Stadt pflegen. Es steht nicht von ungefähr über der Nord-Süd-Fahrt „Liebe Deine Stadt". Da steckt ja auch was hinter, das weiß ich.

Sich committen – was heißt das konkret für Sie als OB?

Ich will die Verwaltung professionell managen, da habe ich mich von Anfang an klar positioniert. Mir kommt es dabei auf Einsatzbereitschaft und auf die beste Idee an und nicht auf das Parteibuch.

Wie halten Sie es mit Ihrer Repräsentationsfunktion, zum Beispiel im Karneval?

Ich werde bei Weitem nicht so viel unterwegs sein wie meine Vorgänger. Es gibt in der Verwaltung genug zu tun. Ich bin einfach nicht mehr leistungsfähig, wenn ich jeden Abend bis in die Puppen unterwegs bin. Also werde ich jedes Jahr nach einem anderen Gestaltungskriterium aussuchen, zu welchen Karnevalsveranstaltungen ich gehe. Da bitte ich alle Kölnerinnen und Kölner, das zu verstehen.

Das Gespräch führten Astrid Waligura und Eugen Weis.

· moderne Omnibusse
von 8 - 97 Sitzplätzen

Rheinland-Touristik
Platz GmbH

seit 1970

Industriestraße 57
50389 Wesseling-Berzdorf
Tel.: 0 22 32 / 945 940
Fax: 0 22 32 / 945 949
info@rheinland-touristik.de
www.rheinland-touristik.de

Liebe Dein

Von Astrid Waligura

Oberbürgermeisterin Henriette Reker vertritt entschieden ihren Wunsch nach einer lebendigen Demokratie und einer aktiven Beteiligungskultur in unserer Stadt. „Wir brauchen eine stärkere Bürgerbeteiligung“, fordert Kölns Verwaltungschefin ganz konkret im Interview mit CityNEWS Köln (Seiten 4/5). Gemeinsam mit der Bevölkerung sollen daher Leitlinien und Regeln für die Bürgerbeteiligung in Köln entwickelt werden. Während dieses Prozesses besucht OB Reker auch nacheinander alle Kölner Stadtbezirke, um im Rahmen der neuen Dialogreihe „Stadtgespräche“ persönlich mit den Bürgerinnen und Bürgern ins Gespräch zu kommen.

Wie moderne Stadtgestaltung in Köln funktioniert

Foto: © Stadt Köln/Ikhlas Abbis

Auf Tuchfühlung mit OB Henriette Reker beim „Stadtgespräch“ in Porz.

Mitreden – mitmachen – mitgestalten

Mehr als 300 Bürgerinnen und Bürger kamen Anfang Oktober zur dritten Runde des „Stadtgesprächs“ mit Henriette Reker ins Porzer Bezirksrathaus und diskutierten eifrig mit. Sie formulierten auf mehreren großen Aktionswänden ihre Hinweise und Vorstellungen dazu, wie sie sich gute Bürgerbeteiligungsverfahren in Köln wünschen. Einige beklagten sich über die Informationspolitik in den lokalen Medien, fühlten sich zu spät oder nicht ausreichend informiert. Andere forderten eine bessere Ausstattung der Bürgerhäuser, einen direkten Draht zu den Amtsleitern und eine bessere Ansprache und dadurch Einbindung von Seniorinnen und Senioren ins Stadtleben. Alle Vorschläge und Ideen jedes Stadtgesprächs werden zunächst in Form eines Fotoprotokolls auf der städtischen Internetseite (www.stadt-koeln.de/stadtgespraeche) veröffentlicht und gehen dann in die Entwicklung der Leitlinien für die Bürgerbeteiligung ein. Ein Arbeitsgremium, das mit Vertreterinnen und Vertretern aus Bürgerschaft, Politik und Verwaltung besetzt ist, wertet die Anregungen aus und entwickelt sie weiter. Auf der städtischen Internetseite können auch die Ergebnisse der anderen Stadtgespräche eingesehen werden. Die nächsten beiden Veranstaltungen finden am 2. November (Bezirksrathaus Lindenthal) und am 15. Dezember 2016 (Bezirksrathaus Mülheim), jeweils von 19 bis 22 Uhr, statt. Der Eintritt ist frei.

Von wildem Müll bis zum Großprojekt

In einer modernen Stadtgesellschaft wie Köln ist schon lange Interaktion gefragt. So wurden in den letzten zehn Jahren immer wieder alle interessierten Bürgerinnen und Bürger zu Diskussionen und Workshops eingeladen – etwa zu den Workshops rund um die Neugestaltung des Großprojekts „Quartier Deutzer Hafen“, das jetzt in die konkrete Planungsphase geht. Erst kürzlich fand eine erste Ideenwerkstatt zum Thema „Platz für Chorweiler“ statt. In einer Bürgerbeteiligung sollen zusammen mit der Chorweiler Bevölkerung und den Initiativen aus dem Stadtteil die Wünsche für die Gestaltung der Plätze rund um das Zentrum von Chorweiler formuliert werden. Die Gelegenheit, Verbesserungsvorschläge zu machen, gibt es also oft – immer und jederzeit beispielsweise auch über die kostenlose App „Sag’s uns“. Hier kann jede/-r die Stadtverwaltung über sein Smartphone über Probleme im Kölner Stadtbild, wie wilden Müll, informieren.

Köln!

Ich baue mir meinen eigenen Spielplatz

Bereits seit 25 Jahren werden in Köln Kinder und Jugendliche an der Gestaltung ihrer Spielräume beteiligt. Einige Spielplätze werden nun schon in der 2. Generation mit Kindern und Jugendlichen geplant.

Wer könnte besser den Traumspielplatz erschaffen als die Kinder und Jugendlichen, die nachher darauf spielen? Die Heranwachsenden sind hier die Experten und so wird ihnen ein Raum gegeben, eigene Ideen und Wünsche zu entwickeln und alles zu äußern, was für sie wichtig ist. Als Grundlage für den Entwurf des Architekten malen sie Bilder und basteln an Collagen und Modellen.

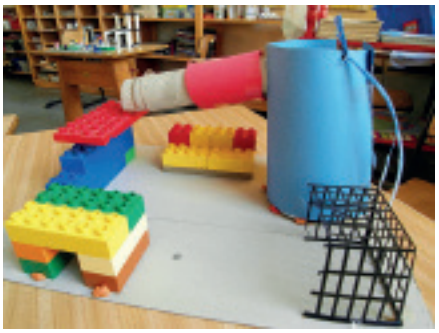


Foto: © Stadt Köln

Demokratie erlebbar machen

„Die Effizienz der Planungsvorhaben wird enorm gesteigert, wenn die Wünsche und Vorstellungen der Nutzer durch ihre aktive Teilnahme in den Entstehungsprozess der Spielplätze einfließen“, bestätigt auch Susanne Müllers vom Amt für Kinder, Jugend und Familie. Sie freut sich über viele positive Begleiterscheinungen: „Die Kinder und Jugendlichen erhalten während des Beteiligungsprozesses einen unmittelbaren Einblick in die kommunalpolitischen Zusammenhänge. Durch ihre Mitarbeit und das gemeinsame Entwickeln und Ringen um faire Kompromisse und einen Interessenausgleich wird Demokratie für sie praktisch und nachhaltig erlebbar. Außerdem erleben wir durch die Interaktion im Vorfeld einen Rückgang an Vandalismusschäden.“

➲ *www.stadt-koeln.de/leben-in-koeln/freizeit-natur-sport/spielplaetze-koeln*

Patenschaften, Urban Gardening und mehr

Es gibt einen bunten Strauß an Möglichkeiten, sich für das Kölner Grün zu engagieren. So pflegen bereits über 1.000 Kölnerinnen und Kölner ehrenamtlich ein Baumbeet oder eine kleine Grünfläche vor der eigenen Haustür.

„Wir freuen uns sehr über die Resonanz auf unsere Angebote, die wir durch intensive Öffentlichkeitsarbeit in den letzten Jahren noch verstärken konnten“, sagt Sandra Winter vom Amt für Landschaftspflege und Grünflächen und rät: „Freude macht es auch, wenn man gemeinsam pflanzt und mit den Händen in der Erde wühlt.

Oft schließen sich deshalb mehrere Engagierte als Bürgerverein oder aus einer Anwohnerschaft zusammen, wie beispielsweise auf dem Finkenplatz in Niehl.“

Je mehr „grüne Helfer“, umso schöner unsere Stadt

Immer beliebter wird auch das Urban Gardening. Einige städtische Brachflächen stehen bereits für das Anpflanzen von Gemüse, Obst und Kräutern zur Verfügung. Interessierte können eine Mail an 67-Ehrenamt@stadt-koeln.de richten. Informationen über die Möglichkeiten ehrenamtlichen Engagements rund ums Kölner Grün gibt es unter www.stadt-koeln.de/mitgestalten.

Foto: © Stadt Köln

➲ *Sandra Winter*
Amt für Landschaftspflege und Grünflächen
Telefon 0221 221-27607

Mit einem Kaffee vor der Haustür fängt es an

In Köln gibt es viele Möglichkeiten, sich aktiv an der Stadtgestaltung zu beteiligen. Der eine schließt sich dabei lieber bestehenden Initiativen an, der andere ruft selbst eine ins Leben.

Foto: © Marén Wirths

Regenbogen-Zebrastreifen in der Körnerstraße am Tag des guten Lebens.

„Einen Kaffee vor der Haustür trinken setzt auch schon ein Zeichen für den öffentlichen Raum“, sagt beispielsweise Martin Herrndorf (Foto), Gründer des Kölner „Colabor – Raum für Nachhaltigkeit“ und aktiv bei der Initiative Agora Köln, die unter anderem den „Tag des guten Lebens“ organisiert. Einen Sonntag im Jahr sind dann die Straßen in einem ausgesuchten Kölner Stadtviertel für den Autoverkehr gesperrt. Stattdessen nutzen die Anwohner ihre große Chance, da zu frühstücken, wo sonst Autos parken. Kinder bemalen die Straße und hüpfen darauf herum und viele Besucher kommen ins Gespräch mit netten Nachbarn aus einem anderen Veedel.

Foto: © Simon Veith Photographie

Politikverdrossenheit kurbelt Eigeninitiative an

Die zunehmende Vernetzung zwischen Stadtbewohnern beobachtet Martin Herrndorf schon lange. „Zum einen ist die Welt durch globale Krisenphänomene, wie Klimawandel oder soziale Verwerfungen, ungemütlicher geworden. Da haben viele das Bedürfnis, vor Ort näher zusammenzurücken. Zum anderen ist aber auch eine allgemeine Verdrossenheit gegenüber der Politik der großen Parteien zu beobachten. Es wächst das Bedürfnis, Dinge vor Ort gemeinsam zu verbessern, ohne Entscheidungen der Politik abwarten zu müssen“, sagt der Projektentwickler und Autor.

Über nebenan.de mit Nachbarn vernetzen

Also nichts wie los und selbst aktiv werden, zum Beispiel bei nebenan.de, einer kostenlosen, lokalen Plattform zum Austausch mit den Nachbarn. Ob kennenlernen, schenken, tauschen, leihen, verkaufen, informieren, organisieren – über diesen Kanal gibt es unzählige Möglichkeiten, mit den Anwohnern in Kontakt zu treten. Nebenan.de wird schon in ganz Deutschland genutzt. „Jeder Interessierte kann seiner Nachbarschaft beitreten, indem er sich kostenlos und unkompliziert registriert“, weiß Martin Herrndorf. „Natürlich kann es sein, dass eine Nachbarschaft in der Nähe noch nicht aktiv ist. In diesem Fall ist das eigene nachbarschaftliche Engagement gefragt. Da sind wir dann wieder beim Kaffee vor der Haustür“, fügt er mit einem Augenzwinkern hinzu.

Vom Plausch zum Bürgerbegehren

Ob Nachbarschaftsportal oder der „Tag des guten Lebens“ – Bürgerbeteiligung kann viele Formen annehmen. Martin Herrndorf weiß aus Erfahrung, dass sich aus einer zufälligen Begegnung an der Straßenecke irgendwann sogar ein politisches Begehren entwickeln kann. „Seit dem ‚Tag des guten Lebens‘ fühlen sich viele Anwohner verantwortlich für ihre Straße. Sie fragen sich: Wie sieht es da aus, was liegt da herum, wie funktioniert das alles? In manchen Straßen stehen bis heute bepflanzte Kübel, die beim Tag dort aufgebaut wurden. Bei der Umgestaltung der Berrenrather Straße hat sogar die Politik auf den Tag als Vorbild verwiesen.“

➲ *www.agorakoeln.de*

Kontakte knüpfen

Der Kölner Marktplatz „Gute Geschäfte“ feiert in diesem Jahr zehnjähriges Jubiläum. Am 30. November 2016 um 18 Uhr treffen sich im Forum Volkshochschule im Rautenstrauch-Joest-Museum wieder Unternehmen und gemeinnützige Organisationen zum gegenseitigen Austausch.

Die Idee ist einfach und effektiv: „Der Marktplatz bringt Kölner Unternehmen und gemeinnützige Einrichtungen für zwei Stunden gezielt zusammen. In dieser begrenzten Zeit werden konkrete Projekte verabredet, Partnerschaften aufgebaut und Ideen entwickelt. Die Frage nach Geld ist tabu“, erklärt Anke Werner von der Kölner Freiwilligen Agentur, die zusammen mit anderen gemeinnützigen Organisationen, Unternehmen, der Stadt Köln und der Industrie- und Handelskammer zu Köln zum Veranstalterkreis gehört, der den Marktplatz einmal im Jahr finanziert und organisiert.

Soziales Engagement kann viele Formen annehmen

In den Jahren 2007 bis 2015 sind engagierte Unternehmen insgesamt 471 Kooperationen mit hohem gesellschaftlichen Nutzen für Köln eingegangen. Allein im letzten Jahr wurden 55 Vereinbarungen zwischen teilnehmenden Unternehmen und Gemeinnützigen im

Foto: © Saskia Schaaf

Wert von 109.680 Euro geschlossen. „Es geht bei solchen Kooperationen beispielsweise um Renovierungsarbeiten in einem Kindergarten, ein Bewerbungstraining für Flüchtlinge oder auch um ein Medientraining für Senioren“, erklärt Anke Werner.

➲ *www.gute-geschaefte-koeln.de*

NEUMARKT
GALERIE

Shoppen unter Kölns bekanntestem Eishörnchen

Zentral und verkehrsgünstig in der Kölner Innenstadt gelegen, bietet die Neumarkt Galerie alles, was die Herzen von echten Trendsettern und Fashionistas höher schlagen lässt.

42 Shops präsentieren junge Labels neben traditionellen Marken, aktuelle Trends neben dem klassischen Shopping-Angebot rund um die Themen Fashion, Beauty und Lifestyle. Geschäfte des täglichen Bedarfs runden das besondere Shopping-Erlebnis auf 2 Etagen ab. Ein umfangreiches Gastronomieangebot lädt zum Schlemmen, Genießen und Verweilen ein. Das macht die Neumarkt Galerie zu einem echten Hotspot in direkter Nähe zur Schildergasse.

LIFESTYLE. SHOPPING. MITTENDRIN.

www.neumarktgalerie.com /neumarkt.galerie

ANZEIGE

Fotos: © DB Station&Service AG

Soundstation Köln Hauptbahnhof

Foto: © Alex Weis

Musikalischer Mix sorgt für gute Laune im Einkaufsbahnhof

Im Kölner Hauptbahnhof kann man nicht nur einkaufen und essen – im November steht ein außergewöhnliches Musikprogramm an.

Mit Klassik, Pop, Swing, Blues und kölschen Tönen wird der Einkaufsbahnhof vom 2. bis 8. November zur Station für Sounds und Songs verschiedenster Genres.

Programm im Kölner Hauptbahnhof:

02. 11.	18 – 20 Uhr:	Kai Strauss und Band (Electric Blues)
03. 11.	18 – 20 Uhr:	Kölsch Cats & Pläsier (kölsche Tön)
04. 11.	18 – 20 Uhr:	Grand Art Ensemble (Klassik)
05. 11.	18 – 20 Uhr:	Speedswing (Swing)
06. 11.	12 – 15 Uhr:	Talent (Nachwuchstag)
07. 11.	18 – 20 Uhr:	Soundescape (A cappella)
08.11.	18 – 20 Uhr:	Papallapap & Stefan Knittler und Band (Kölsch-Rock)

POWER PEOPLE auf der Weltmesse der Fotografie

Foto: © Privat

Anlässlich der Photokina traf sich der Künstler und Lichtbildner Wolfgang Weiss mit Rainer Führes, POWER PEOPLE und Managing Director Canon Deutschland, zum Austausch über Messehighlights und die aktuellen Branchentrends. Bei dieser Gelegenheit überreichte Wolfgang Weiss Herrn Führes sein signiertes POWER PEOPLE-Bild. Herr Führes visualisiert seine Vorstellung der optimalen Führung eines Unternehmens. Damit zeigt er als einer von mehr als 275 POWER PEOPLE aus den unterschiedlichsten Disziplinen seine ganz persönlichen, sich von den anderen POWER PEOPLE unterscheidenden Bildkompositionen. Das rote Seil, der symbolische rote Faden im Leben. Mit sehr viel Fingerspitzengefühl spielt er die unterschiedlichen Töne auf den Notenlinien der Führungsklaviatur.

Führes' Credo:„Ich versuche, mit wenig Anweisungen auszukommen, eher mit Rat und Tat zur Seite zu stehen."

➲ *www.photo-qubits.de*

ANZEIGE

Mit Familienerinnerungen auf Erfolgskurs

Foto: © MEDIAFIX GmbH

MEDIAFIX ist die Kölner Adresse für all jene, bei denen noch alte Dias, Negative oder Fotos auf den Dachböden schlummern. Fast in Vergessenheit geratene Erinnerungen finden dank der Digitalisierung wieder den Weg zurück ins Wohnzimmer.

In nur vier Jahren Firmengeschichte hat MEDIAFIX bereits über 22 Mio. Medien gescannt – dank Bestpreis-Garantie zum Beispiel ab 0,08 €/Dia. Um dem Ansturm weiterhin gerecht zu werden, ist MEDIAFIX nun in ein größeres Werk umgezogen.

Die meisten Kunden möchten ihre alten Aufnahmen nicht nur modern archivieren, sondern nutzen die digitalen Bilder und Videos, um ihren Liebsten eine Freude zu machen.

Denn: Digitalisierte Erinnerungen sind das ideale Weihnachtsgeschenk. Wie wäre es, wenn Sie das alte VHS-Hochzeitsvideo auf DVD mit professionellem Menü überspielen lassen? Bringen auch Sie Ihre alten Dias, Negative, Fotos, Schmalfilme oder Videokassetten zu MEDIAFIX.

Besuchen Sie Mediafix nun in der **Oskar-Jäger-Straße 127 in 50825 Köln-Ehrenfeld** oder auf **www.mediafix.com**

Neuer Beirat bei STADTMARKETING KÖLN

Als überparteiliche Interessenvertretung bündelt STADTMARKETING KÖLN die Kompetenzen aus Wirtschaft & Handel, Kunst & Kultur sowie Bildung & Wissenschaft. Dabei stehen dem Verein in den einzelnen Kompetenzfeldern stets hoch motivierte Experten ehrenamtlich zur Seite. Erst kürzlich gründete STADTMARKETING KÖLN den neuen Beirat Bildung & Wissenschaft unter Vorsitz von Oberbürgermeister a. D. Jürgen Roters. Es ist schon das dritte Gremium, neben den Beiräten Wirtschaft & Handel unter Vorsitz von Dr. Hermann H. Hollmann sowie Kunst & Kultur mit Philharmonie-Intendant Louwrens Langevoort an der Spitze. „Für unsere vielen Projekte in der Stadt, vom Kölner Floraball über die Shopping-Sonntage und unsere Netzwerkveranstaltungen bis zu einem deutschlandweiten Runden Tisch zum Thema Sicherheit, benötigen wir die Unterstützung erfahrener Spezialisten und Netzwerker“, sagt Helmut Schmidt, Vorstandsvorsitzender von STADTMARKETING KÖLN.

➲ *www.stadtmarketing-koeln.de*

Abnehmen mit der Schweizer Erfolgsmethode!

Ihr **Stoffwechsel** ist so individuell, wie Sie selbst.

Wir unterscheiden zwischen 284 Typen-Varianten.

Welcher Stoffwechseltyp sind Sie?
Erfahren Sie es!

- ✓ Keine Diät - alltagstauglich - mit natürlichen Lebensmitteln.
- ✓ Ohne Spritzen - ohne Medikamente!
- ✓ Individuelle Einzelberatung.
- ✓ Nicht weniger, sondern anders essen!
- ✓ Von Ärzten empfohlen.

Erstellen Sie jetzt Ihr Ernährungsprofil. Rufen Sie gleich an!

idea form

Institut für Gesundheit, Wohlbefinden und Gewichtsreduktion
www.ideaform.de

ideaform Köln
Britta Schumann
Hans-Willy-Mertens-Straße 2
direkt gegenüber des Rheincenters
50858 Köln (Weiden)
koeln@ideaform.de

Schlank werden • Schlank sein • Schlank bleiben

Tel 02234 93 999 96

Aktiv für den Klimaschutz

Das Auto mal eine Woche stehen lassen und aufs Fahrrad oder die Bahn umsteigen, eine Tasse Kaffee pro Tag weniger trinken, eine vegetarische Mahlzeit mehr pro Woche essen, Zeit statt Zeug schenken.

Foto: © Simon Veith

Rufen zum CO2-Sparen auf (v. l. n. r.): Rudolf Klapper (Verbraucherzentrale NRW), Janine Steeger („Green Janine", Botschafterin der Kampagne), Katharina Schwartz und Stefan Kreutzberger (beide Klimaschutz Community Köln)

Es gibt so viele einfache Möglichkeiten, im Alltag klimabewusster zu leben. Darauf macht seit Anfang September auch die „Klimaschutz Community Köln" mit ihrer neuen Kampagne aufmerksam, eine Nachfolgeplattform von „Köln spart CO2" aus dem Jahr 2013/2014. Die Initiative lädt seitdem alle Kölnerinnen und Kölner ein, sich auf der Kampagnenplattform (www.klimaschutzcommunity.koeln) am Wettbewerb zu beteiligen und dabei spielerisch zu erfahren, welche Auswirkungen auf das Klima unsere eigenen Alltags- und Essgewohnheiten haben, aber auch unser Kaufverhalten oder die Art, uns fortzubewegen.

Allein oder als Team dabei sein

Mitmachen kann man als Einzelperson oder als Team, von Unternehmen bis zu Fußballvereinen, als Gruppe unter Freunden, Kollegen, Nachbarn oder als Schulklasse. Die Kampagne läuft noch bis Ende April 2017. Insgesamt gibt es vier Wettbewerbsaktionen, die jeweils etwa einen Monat lang dauern. In jedem Abschnitt wird ein bestimmtes klimarelevantes Thema in den Fokus gestellt. Im Aktionszeitraum vom 15. November bis 15. Dezember 2016 geht es beispielsweise um bewussten Konsum. Im Sommer 2017 ist ein großes Abschlussfest geplant, wo die fleißigsten CO2-Sparer prämiert werden. Auch Prominente unterstützen die Kampagne als Botschafter, darunter die Fernsehmoderatoren Janine Steeger, Yvonne Willicks und Ralph Caspers.

➲ *www.klimaschutzcommunity.koeln*

Umweltfreundlich Festtagsgrüße versenden

Fotos: ©Caroline Schaefer

Eine gute Sache zu unterstützen, das ist auch Alex Fröde wichtig. Daher startete der Grafikdesigner bereits 2015 die Spendenaktion „Handbedruckte Weihnachtskarten", die in diesem Jahr in die zweite Runde geht. Für sein Projekt hat der 39-Jährige wieder 2.000 Karten im 5er-Set handgedruckt, also 400 Sets mit jeweils fünf Karten und passenden Briefumschlägen. „Die Karten eignen sich besonders gut für Unternehmen oder Privatpersonen, die eine kleine Auflage mit einem persönlichen und handschriftlichen Weihnachtsgruß versenden möchten", so der Initiator. Jedes 5er-Set kostet 12,95 Euro (inkl. MwSt.) und beinhaltet einen Spendenanteil von 5 Euro, der in diesem Jahr an Innatura fließt.

„Das Unternehmen sammelt fabrikneue Sachspenden europaweit von Herstellern und Händlern ein und vermittelt diese an gemeinnützige Organisationen und Vereine", erklärt Alex Fröde. „Alle Waren, die in dem großen Lager von Innatura im Stadtteil Westhoven lagern, wären eigentlich wegen kleiner Fehler oder Überproduktion weggeworfen worden."

Grüner drucken geht nicht: Für die Produktion seiner Weihnachtskarten verwendet Alex Fröde nur Recyclingpapiere und mineralölfreie Farben.

Die Kartensets sind im Online-Shop von www.mehr-gruen.de erhältlich.

Farbenfroher Mittagssnack

Ob Wraps, Fritten, Burger oder Sushi – der Fast-Food-Sektor in Köln ist reichlich abgedeckt. Oder etwa doch nicht? Die GRÜNEN HELDEN schließen in der Tat eine Lücke, denn Veggie Rolls in dieser Form sind neu. Es gibt die kunterbunten GRÜNEN HELDEN in der herzhaften und der süßen Variante. Sie heißen der Feurige Fernando, der Glückliche Gärtner oder Miss Saigon, sind alle vegetarisch und werden aus besten möglichst regionalen Zutaten hergestellt. „Wir verzichten bewusst auf Weizenmehl, weißen Zucker und Konservierungsstoffe“, erklärt Jörg Engels, der das Konzept zusammen mit Regina Tschöpe entwickelt hat. „Unsere Rolls sind aus Dinkelmehl, das wir mit Gemüsesaft oder Gewürzen einfärben. Zum Süßen verwenden wir Honig!“ Im Ladenlokal in der Albertusstraße 14 werden auch Suppen und Salate angeboten, zum Essen vor Ort oder to go in recycelbaren Verpackungen.

➲ *www.gruenehelden.info*

Jörg Engels und Regina Tschöpe entwickelten das Konzept zu den GRÜNEN HELDEN.

Cocktailkunst über den Dächern von Köln

Mal abgesehen vom traumhaften Ausblick aus der 12. Etage überzeugt das neue LAB12 im Pullman Hotel durch ein Cocktail-Konzept, das inspiriert ist von der hohen Kunst der Parfümeure. „LAB12 ist in gewisser Weise eine Art Parfümlabor in der Cocktailkunst“, erklärt die neue Barchefin Christin Lorenz. Gemeinsam mit David Bartel, Fabian Faber und ihrem Team bricht sie zu neuen Ufern in der Cocktail-Welt auf. Es werden außergewöhnliche Kreationen angeboten, wie der „4711 MARTINI“ oder der „SMOKEY BACON“, mit verschiedenen hochkarätigen Whiskey-Sorten, der unter einer Glasglocke mit Raucharomen und geröstetem Bacon serviert wird. Abschalten im stilvollen Vintage-Ambiente ist hier Programm, am Wochenende legt ein DJ auf.

➲ *www.lab12-bar.de.*

Foto: ©Claudia Wingens

Das LAB12-Team begeistert mit einem außergewöhnlichen Genuss- und Duftkonzept.

Purer Genuss im „Alicia’s“

Jungunternehmerin Alicia Breuer (Foto) hat aus der Not eine Tugend gemacht. Weil sie schon als Teenager mit vielen Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten umgehen musste, hat sie das Kochen früh in ihren Alltag integriert und dieses Hobby jüngst auch zum Beruf gemacht. Pünktlich zum Dürener Straßenfest Ende August öffneten die Türen des neuen To-go-Cafés „Alicia’s“ mit einem köstlichen Sortiment an veganen, glutenfreien und laktosefreien Produkten. Gesüßt wird im „Alicia’s“ mit Kokosblüten- und Birkenzucker sowie Agaven- und Ahornsirup. Alle Speisen sind selbst gemacht und es werden ausschließlich frische und natürliche Zutaten verwendet. Anfangs setzte Alicia in erster Linie auf veganes Eis, in der kühleren Jahreszeit gibt es neben Kaffee- und Gebäckspezialitäten auch ein Mittagstischangebot.

➲ *www.lusciouslyalicia.com*

Fotos: © Louisa Beyer/somegoodspirits.com

Poesie aus der Dose

Fotos: © Sascha Bofinger Photographie

Bisher schrieb Sarah Moujtahid (Foto) unter dem Pseudonym „sweet escape“ Gedichte und Texte über Themen, die sie selbst bewegen. Seit diesem Jahr tritt die Künstlerin erstmals mit ihrem eigenen Namen in Erscheinung.

„Die Resonanz ist groß“, freut sich Sarah, die sich noch gut an ihre ersten Gedichte erinnern kann. „Die bestanden zum Teil aus über zehn Jahre alten Notizzetteln, die ich zusammengetragen hatte.“ Sarah entwickelt ihr künstlerisches Konzept stetig weiter. Ganz neu ist das Projekt „Poesie in kleinen Dosen“. Dabei schreibt sie Auszüge ihrer Gedichte auf Büttenpapier, das sie in Blechdosen verpackt. Erhältlich sind die Themenboxen über den eigenen Webshop, im „MaJourie“ in der Kölner Südstadt und in der „Drahtflechterie“ in Ehrenfeld.

➲ *www.poesieinkleinendosen.de*

Kölschfest wird VIVA COLONIA

Kölns größte Karnevalsparty am Südstadion

VIVA COLONIA – unter diesem neuen Titel startet das KÖLSCHFEST am Südstadion mit zahlreichen Neuerungen in seine mittlerweile schon neunte Session. Vom 10.02. bis Karnevalssonntag (26.02.) werden die Präsidenten Robert Greven und „Bärchen“ Sester in der neuen Festhalle am Südstadion ein musikalisches Karnevalsprogramm der Spitzenklasse präsentieren.

Kasalla, Paveier, Domstürmer, Querbeat (nur 10.02.), Miljö, de Boore, Kultsänger Björn Heuser, die Urhöhner Peter Horn und F. M. Willizil mit der „Kölschfraktion“, die Rabaue, „Urgestein“ King Size Dick, Big Maggas und Olaf Henning rocken die neue Festhalle, die sich im kommenden Jahr ein wenig kleiner, dafür umso gemütlicher präsentieren wird.

„Viele Stammgäste haben schon gebucht“, freut sich Christoph Damaschke vom D.S.-Marketing-Veranstalterteam. „Firmen und Gruppen mit bis zu 250 Personen feiern bei uns kölschen Karneval.“ Für diese Gruppen stellen die Veranstalter exklusive Logenbereiche zur Verfügung.

➲ *Buchung auf Anfrage: koelschfest@3d-cologne.de*
Reservierungen sind ab sofort möglich über die neue Homepage mit Saalplanbuchung www.koelschfest.de

Bevor VIVA COLONIA startet, findet in der Festhalle am Südstadion am 4. und 11.2. die KÖLNER HÜTTENGAUDI statt, Europas größte Après-Ski-Party. Peter Stögers „Trainer-Queen“ Ulrike

Foto: © Kasalla-Promo

Kriegler präsentiert u. a. die Partykönige Mickie Krause, Jürgen Drews, Peter Wackel, Anna-Maria Zimmermann und erstmals TV- und Schlager-Star Ross Antony

➲ *www.koelner-huettengaudi.de*

ANZEIGE

ANZEIGE

Neue Technologie im Bereich der Sehanalyse

Für Sehkomfort auf höchstem Niveau setzt die Optik Niederprüm seit jeher auf die neueste Technik für Augenscreening und Sehstärkenbestimmung. Jetzt bietet das Team die Augenanalyse per Wave analyzer an.

Foto: © Wave analyzer

„Der Wave analyzer aus dem Hause Essilor ist ein optisches Instrument der Spitzenklasse, das eine individuelle Sehanalyse der Augen ermöglicht“, erklärt Optikermeister Alexander Schug. „Stellen Sie sich vor, Sie könnten nicht nur eine komplette Landschaft überblicken, sondern auch in die Tiefe sehen, quasi unter die Oberfläche. Die hochauflösenden Daten des Wave analyzers erschließen uns die individuelle Architektur der Augen und mit personalisierten Brillengläsern setzen wir diese Kenntnis in die Optimierung des Sehens um.“

Enorme Präzision

Im Vergleich zu herkömmlichen Sehtestgeräten misst der Wave analyzer die Sehstärke in feineren Abstufungen, differenziert nach verschiedenen Lichtverhältnissen – für das Sehen am Tag und in der Nacht. Zudem können unter anderem die Beschaffenheit der Hornhaut sowie der Augeninnendruck gemessen werden.

„Daten, die für eine Analyse und für die Gesundheit der Augen enorm wichtig sind“, bilanziert Alexander Schug. Ein weiterer Vorteil: Alle Messungen mit dem Wave analyzer gehen schnell, einfach und vollkommen unkompliziert.

OPTIK NIEDERPRÜM

Hahnenstraße 2 · 50667 Köln
Tel.: 0221 256858
E-Mail: info@niederpruem-augenoptik.de
www.niederpruem-augenoptik.de

ANZEIGE

Schmuckunikate unterstreichen die Persönlichkeit

Foto: © Dominik Thomas

Die Schmuckschneiderin Verena Metzen verzaubert mit Schmuckunikaten, die wie ein gut gewähltes Kleidungsstück dem einzigartigen Charakter eines Menschen Ausdruck verleihen.

Mit Gold, Silber, Platin oder Eisen kreiert sie sinnliche Verführungen. Ob matt oder hochglanzpoliert, die Edelmetalle wirken als außergewöhnliche Solisten oder beeindrucken mit Perlen und Edelsteinen. Kühl oder farbenfroh, jedes Stück ist etwas Besonderes.

Die Schmuckschneiderin lädt Sie am Freitag, den 02.12. von 16.00 bis 21.00 Uhr, oder am Samstag, den 03.12. von 11.00 bis 19.00 Uhr, zur Adventsausstellung in ihr Atelier, Stolberger 114, herzlich ein.

DIE SCHMUCKSCHNEIDERIN

goldschmiedemeisterin verena metzen
stolberger straße 114 · 50933 köln
fon 0221 99297308 · mobil 0177 8951682
www.die-schmuckschneiderin.de

Foto: © WDR/H. Hohl

1996 war „Zimmer frei“ als Pausenfüller im Sommerloch gestartet. In diesem Jahr besuchte auch Stefan Raab die Kult-WG mit den Gastgebern Christine Westermann und Götz Alsmann.

Foto: © WDR/Ben Knabe

Auf Klamauk waren die WG-Gäste bei „Zimmer frei“ eingestellt: Mit Po-Atrappen müssen hier Andreas Gabalier, Christine Westermann und Götz Alsmann eng aneinandergeschnürt einen Ball sicher ins Tor bugsieren.

Kein Zimmer mehr frei

Schade, dass es vorbei ist. In diesem Herbst verabschiedete sich die kultigste TV-WG von ihrem treuen Publikum. Christine Westermann und Götz Alsmann haben die letzte Folge von „Zimmer frei“ abgedreht.

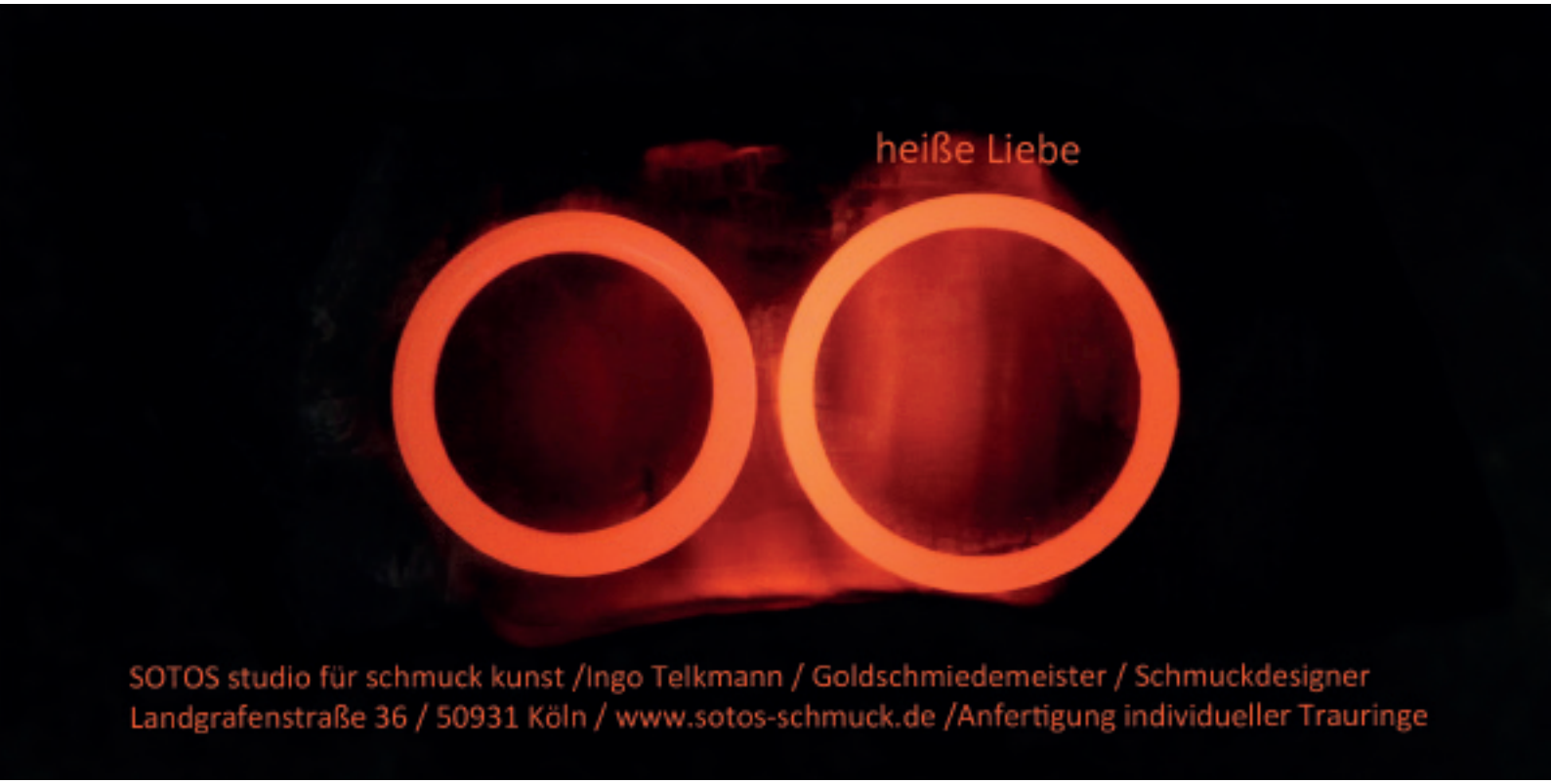
Auch in der Rückschau werden die beiden wohl noch viel zu lachen haben. Allein die letzte Ausgabe von „Zimmer frei“ bestand aus einem Sammelsurium an lustigen und schrägen Momenten. Es gab viel zu lachen und am Ende wurde auch so manche Träne verdrückt.

Abschiedsshow mit vielen Weggefährten

Ausnahmen bestätigen die Regel und so kam am letzten Abend von „Zimmer frei“ nicht nur ein Gast ins Kölner WDR-Studio, sondern direkt ganz viele, darunter Moderatorin Anne Will, Modedesigner Guido Maria Kretschmer, Schauspielerin Mariele Millowitsch, Schauspieler Armin Rohde, Komiker und der Gründer des „Quatsch Comedy Clubs“ Thomas Hermanns.

Weise Worte am Ende

Die Frage, die sich in Gedanken wohl jeder stellte während der letzten Sendung, sprach dann irgendwann Anne Will laut aus: „Warum genau macht ihr nicht noch 20 Jahre weiter, wenn ihr so geliebt und so verehrt werdet?“ Götz Alsmann bekannte weise: „Man behandelt uns heute wie die Könige. Ich möchte lieber so gehen, als dass ich irgendwann wie der alte König vom Hof gejagt werde.“



ANZEIGE

Eine grüne Welt mitten in der Kölner Innenstadt

Immer mehr Verbraucher wollen nicht nur wissen, was sie essen, sondern auch was sie auf ihrer Haut tragen. Ökomode bedeutet schon längst nicht mehr Jutetaschen und Sandalen und ist alles andere als langweilig.

In der Krebsgasse, direkt hinter der Oper, findet man eine ganzheitliche grüne Welt. Im Basement des Bio-Supermarktes Naturata entdecken Modeinteressierte bei Mundo Verde alles, was das Herz begehrt. Hier finden Frauen und Männer ein breit gefächertes Angebot an ökologisch, nachhaltig und fair produzierter Mode. Schon beim Betreten des Geschäftes taucht man direkt in die Philosophie von Mundo Verde ein. Recycelte moderne Möbel aus alten Paletten, Regale aus Birkenstämmen und Eco-Fashion in Premium-Qualität. Hier fühlen sich auch „Öko-Neulinge“ wohl. ➲ *www.mundo-verde-fashion.de · Krebsgasse 5-11 · 50667 Köln*

ANZEIGE

Musik, Filme und Games:

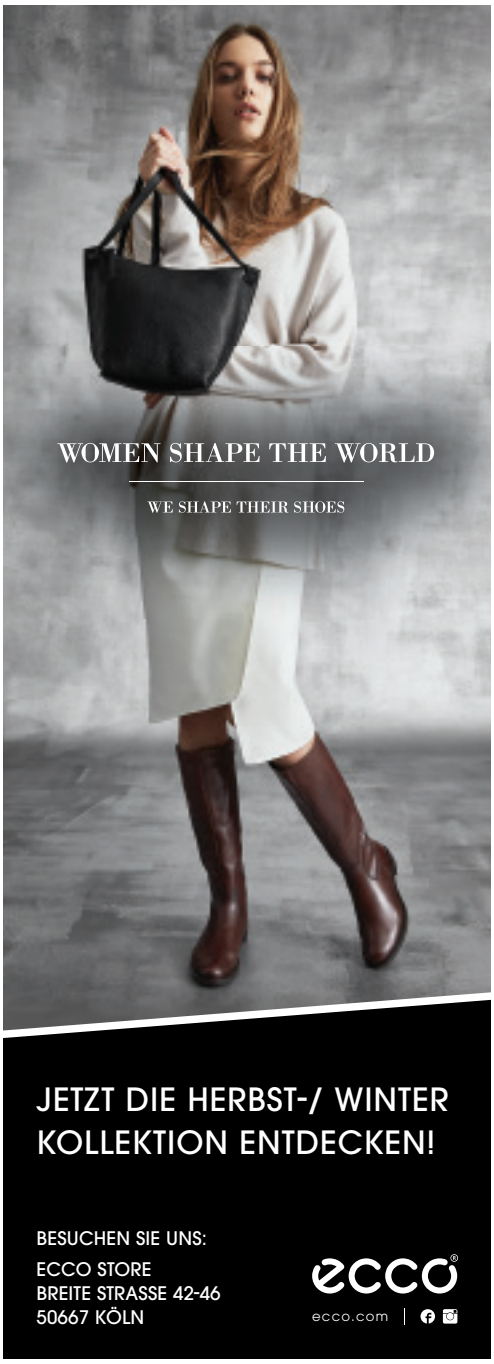
50.000 Titel auf rund 500 Quadratmetern bei andrä

Seit 29 Jahren ist andrä etwas anders als andere Läden in denen man Musik, Filme oder Games bekommt. Wie kommt das? Ist es die große Auswahl an verschiedenen Medien? Liegt es daran, dass dort gebrauchte Ware angekauft und dafür fair und bar bezahlt wird? Oder ist es vielleicht das andrä-Team, welches nicht nur aus Verkäufern, sondern aus Musik-Liebhabern, Film-Freaks und Vinyl-Junkies besteht?

Bei andrä wird das Stöbern in den Regalen mit Raritäten und Lieblingsstücken zu besonders günstigen Preisen belohnt. Das gilt nicht nur für CDs - sondern auch für LPs, DVDs, Blu-Rays und Games.

Machen Sie sich Ihr eigenes Bild von den ca. 50.000 Titeln auf rund 500 m² im neuen andrä-Laden, Auf dem Berlich 8, 50667 Köln.

Foto: ©Andrä / Marcus Mitter, 360-up.com



Gute-Laune-Pop von Lucie Licht

Man könnte sagen, „Alles läuft“ für Lucie Licht. Die gleichnamige Single der Kölner Sängerin, die im Juli dieses Jahres veröffentlicht wurde, brachte die Musikkarriere der 23-Jährigen ins Rollen.

Nachdem Lucie im Mai ihr Mediendesign-Studium abgeschlossen hatte, wollte sie es wissen und setzt seitdem ausschließlich auf ihr musikalisches Talent. „Mir war es wichtig, erst etwas Festes in der Tasche zu haben, bevor ich versuche, meinen Traum zu verwirklichen“, erzählt der sympathische Lockenkopf bodenständig. Dann ging alles ganz schnell.

Konzerttour durch die Kölner City

Kurz nach der Single-Veröffentlichung „Alles läuft“ startete Lucie ein kleines Gesangsabenteuer: eine Tour quer durch die Stadt, wo sie unter anderem im Grüngürtel und am Aachener Weiher kleine Open-Air-Konzerte gab. Begleitet wurde sie dabei von einem Teil ihrer Band, die in Komplettbesetzung aus sechs jungen Männern in ungefähr ihrem Alter besteht. „Die Resonanz war toll“, erinnert sich die gebürtige Freudenbergerin. „Ich habe mich total gefreut, dass so viele Leute stehen geblieben sind, um mir zuzuhören.“ Danach folgten Konzerte in Köln und Umgebung sowie in der Region rund um ihre Heimatstadt.

Musik vertrieb die Scheu

Lucie Licht, die eigentlich mit Nachnamen Klichta heißt („Aber Licht klingt schöner und passt zu meiner Message: Ich möchte gute Laune verbreiten und den Menschen ein Leuchten in die Augen zaubern!“), macht Musik, seit sie denken kann. „Eigentlich war ich ein schüchternes Kind, aber in Kombination mit Singen und Musik war das wie weggeblasen“, erinnert sich die Wahlkölnerin. Den ersten großen Erfolg feierte sie mit elf Jahren, als sie sich bei einem Casting die Hauptrolle für ein Kindermusical ersang. Mit 13 Jahren gründete Lucie ihre erste Band, die mit „School’s Out“ den Namen eines Alice-Cooper-Albums trug. Später wurde die Formation in „Tippey Toez“ umbenannt, doch es wurde nach wie vor auf Englisch gesungen, Coversongs und auch eigene.

Große Pläne

Mittlerweile singt Lucie Licht auf Deutsch. „Damit kann ich einfach genauer ausdrücken, was mich bewegt“, erklärt die Sängerin, die im September mit „Karussell“ ihre zweite Single herausbrachte. Wie im Song beschrieben, dreht sich auch ihre Welt immer weiter und so arbeitet Lucie derzeit an ihrem ersten Album, das im Frühjahr nächsten Jahres erscheinen soll.

➲ *www.lucielicht.de*

Fotos: ©Johanne Tönnies

EINE PRODUKTION VON STAGE ENTERTAINMENT

Disneys Musical

TARZAN®

Musik von Phil Collins

Das spektakulärste Musical unserer Zeit!

Ab 6. November in Oberhausen

eventim

musicals.de • 0 18 05/44 44*

*14 Ct./Min. aus dem deutschen Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz.

©Edgar Rice Burroughs, Inc. and Disney Enterprises, Inc.

Stage ENTERTAINMENT

Foto: © Steigenberger Hotels AG

Von Warschau nach Köln

Der Däne Peter Mikkelsen leitet das neue Steigenberger Hotel am Rudolfplatz. Nach drei Monaten zieht er in CityNEWS eine erste Bilanz.

CityNEWS: Sie haben am 22. August Ihren Dienst angetreten. Wie haben Sie sich bisher in Köln eingelebt?

Peter Mikkelsen: Meine Familie und ich haben uns sehr gut eingelebt. Vor allem haben wir herausgefunden, dass die „kölsche Frohnatur" nicht nur ein Werbegag ist, sondern dass es sie wirklich gibt.

War das ein Kulturschock: von Warschau nach Köln zu ziehen?

Peter Mikkelsen: Wenn man, wie ich, in den letzten 20 Jahren in acht verschiedenen Städten gelebt hat, die so unterschiedlich und einzigartig sind wie Kopenhagen, Frankfurt, Dublin, Port of Spain (Trinidad), gibt es so etwas wie einen Kulturschock nicht mehr. Was ich sehr an beiden Städten schätze, ist ihre Geschichte – vor allem aber auch die Offenheit der Menschen.

Hatten Sie schon Gelegenheit, die Gegend rund um das Hotel zu erkunden?

Peter Mikkelsen: Das Belgische Viertel und der Stadtteil Nippes mit seinen kleinen Geschäften, Bars und Restaurants sind tolle Ecken mit viel Flair. Ich bin an der Nordsee aufgewachsen, daher ist es ganz natürlich, dass ich es liebe, am Rhein zu sein und die Schiffe anzusehen.

Foto: ©Ford

Wechselt in den Aufsichtsrat: Bernhard Mattes

Foto: ©Ford, Frank R. Welhs

Bald mit Doppelfunktion: Wolfgang Kopplin

Foto: ©Ford

Zukünftiger Ford-Chef: Gunnar Herrmann

Foto: © Stadt Köln/Costa Belibasakis

Wechsel an der Ford-Spitze

14 Jahre lang stand **Bernhard Mattes** an der Spitze der Ford-Werke GmbH in Köln. Bald wechselt der 60-Jährige in den Aufsichtsrat. Seinen Job als Ford-Chef wird zum Jahreswechsel **Gunnar Herrmann** übernehmen, derzeit noch Vice President Quality, Ford Europa.

Ebenfalls zum 1. Januar 2017 wird **Wolfgang Kopplin**, Geschäftsführer Marketing und Verkauf, zusätzlich in die neue Funktion des stellvertretenden Vorsitzenden der Geschäftsführung der Ford-Werke GmbH berufen, er bleibt aber weiterhin für das operative Geschäft in Deutschland verantwortlich.

Zwei neue Spitzenbeamte

Mit großer Mehrheit hat der Rat der Stadt Köln zwei Spitzenposten neu besetzt: Stadtdirektor und neuer Beigeordneter für Allgemeine Verwaltung, Ordnung und Recht ist jetzt **Dr. Stephan Keller**, vormals Dezernent für Recht, Ordnung und Verkehr der Stadt Düsseldorf. Zur neuen Beigeordneten für Mobilität und Verkehrsinfrastruktur wurde einstimmig **Andrea Blome** (Foto links) gewählt, die ebenfalls aus Düsseldorf kommt. Zu ihrem künftigen Geschäftskreis gehören das Amt für Straßen und Verkehrstechnik, das Amt für Brücken, Tunnel und Stadtbahnbau, die Aufgabenträgerschaft für die Nahverkehrsplanung, die bedeutenden Aufgaben für den Wirtschaftsverkehr, wie Logistikkonzept und Lkw-Führungskonzept.

Weiterbildung hat viele Vorteile

Ob für die Persönlichkeit oder den Job: Nur wer sich stetig entwickelt, kann sich in der heutigen Gesellschaft langfristig behaupten. Weiterbildung ist für alle Menschen wichtig, dabei kommt es nicht auf das Alter an. Natürlich legt die Ausbildung an der Schule, im Beruf oder an einer Hochschule das Fundament der eigenen Karriere. Doch auch wer bereits einen Job hat, tut gut daran, immer am Puls der Zeit zu bleiben, um einen Wechsel in eine andere Berufssparte bei Bedarf leicht vollziehen zu können.

Die eigenen Chancen erhöhen

Eine Weiterbildung garantiert zwar nicht den großen Sprung nach oben auf der Karriereleiter, aber durch stetes Lernen erhöht jeder für sich die Chancen auf einen besseren Arbeitsplatz. Denn nur wer in Sachen Sprachen, technischer Fortschritt, Rhetorik, Persönlichkeit und in vielen anderen Feldern auf dem aktuellen Stand ist, bleibt flexibel und sichert sich in der hart umkämpften Arbeitswelt langfristig einen Platz.

ANZEIGE

Zukunftsberuf und sofort gutes Geld

Altenhilfe: schon mal drüber nachgedacht? Immer mehr älter werdende Menschen brauchen Zuwendung und Pflege. Das Deutschordens-Wohnstift Konrad Adenauer im Stadtteil Neubrück ist eine sichere Bank: für Senioren und Mitarbeiter gleichermaßen.

Mit Erfolg investiert der hier seit über 40 Jahren tätige Träger intensiv in eine qualifizierte Ausbildung – sei es in Pflege, Verwaltung oder Küche. Es gibt neben den stationären auch umfangreiche ambulante Angebote. Das eigene Altenpflege-Fachseminar vermittelt Kenntnisse und Fertigkeiten aus erster Hand. Die Ausbildung ist vielseitig und macht es leicht, persönliche Stärken und Neigungen herauszufinden.

In einer spannenden Kombination aus Theorie und Praxis geben eigens pädagogisch geschulte Anleiter ihr Wissen gerne weiter. Wer hier teamorientiert anderen Menschen hilft, findet den Einstieg in eine zukunftssichere Karriere, eine sinnvolle Aufgabe sowie viele Aus-, Fort- und Weiterbildungschancen.

Und: Von Beginn an gibt es gutes Geld – schon im ersten Jahr erhalten Auszubildende zum Altenpfleger (m/w) 1010,69 Euro monatliche Ausbildungsvergütung.

Übrigens kann man auch in Berufsorientierungspraktika ausprobieren, welcher Bereich besonders interessant ist.

Ansprechpartnerin: Britta Bierhaus
britta.bierhaus@do-wohnstift.de
www.seniorendienste.de

Stadtentwässerungsbetriebe Köln, AöR

Stadt Köln

Jubiläumsjahr mit Superlativen

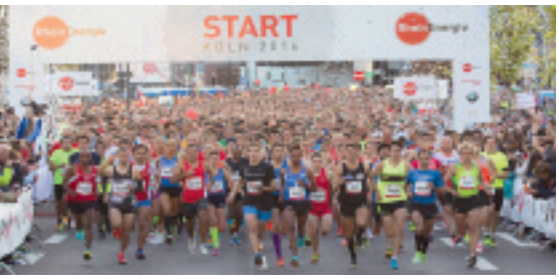


Foto: © Norbert Wilhelmi

Mit einem Weltrekord startete vor 20 Jahren der erste Köln Marathon mit 12.000 Teilnehmern. Noch nie zuvor hatten weltweit so viele Aktive bei einer Marathonpremiere teilgenommen.

Auch im Jubiläumsjahr 2016 gab es wieder Rekorde zu vermelden. CityNEWS sprach mit Markus Frisch (Foto rechts oben), Geschäftsführer der Köln Marathon Veranstaltungs- und Werbe GmbH.

Wie zufrieden sind Sie mit der Jubiläumsausgabe des Köln Marathon?

Markus Frisch: Es ist alles super gelaufen. Kein Sturz beim Start und alle Läufer sind gesund im Ziel angekommen.

Welche Rekorde haben Sie zu verzeichnen?

Markus Frisch: Bei den Halbmarathonis hatten wir dieses Jahr einen Meldererekord mit 14.785 Teilnehmern. Es waren außerdem 684 Staffeln dabei, ebenfalls ein Rekord. Und dann möchte ich natürlich die rund 2.000 ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer erwähnen, ohne die ein Event dieser Größenordnung nicht durchführbar wäre.

Foto: © Köln Marathon

Der Köln Marathon rangiert bundesweit unter den Top Five. Was gibt es noch zu verbessern?

Markus Frisch: Verbessern geht immer. Im Halbmarathon haben wir unsere Obergrenze erreicht, aber wir würden uns in Zukunft noch mehr Marathonläufer auf der Strecke wünschen.

Allein in Deutschland gibt es jedes Jahr rund 190 Marathonläufe. Haben Sie keine Angst vor Übersättigung?

Markus Frisch: Nein. Gelaufen wird immer, denn wir brauchen Bewegung und der Mensch sucht immer die Herausforderung.

Fotos, Videos und einen ausführlichen Rennbericht gibt es unter www.koeln-marathon.de.

Circus Roncalli – das Jubiläum geht weiter

2016 ist ein Jahr zum Feiern für Bernhard Paul. Nach der großen Jubiläumstournee im Frühjahr zu 40 Jahre Roncalli begeht jetzt die Show „Roncalli's Panem et Circenses" ihren 25. Geburtstag.

Kaum Zeit also zum Durchatmen für den immer umtriebigen Zirkusdirektor, aber so kennen wir ihn. Und so lädt Bernhard Paul seine Gäste vom 9. November 2016 bis zum 8. Januar 2017 in sein prächtiges Spiegelzelt an der MesseCity Köln. „Hier erwartet die Zuschauer ein komplett anderes Programm als noch zum Auftakt der Feierlichkeiten zum 40. Geburtstag im Frühjahr", verspricht Bernhard Paul. „Wir bieten Weltklasse-Artistik und charmantes Varieté in royalem Ambiente, kulinarisch begleitet von feinster Gourmet-Kochkunst aus dem Hause Jutta Kirberg."

Foto: ©Thomas Brill

Foto: © Thomas Bittera

Genuss für alle Sinne

Zusammen mit Bernhard Paul hat die vielfach prämierte Gastronomin Jutta Kirberg ein hochwertiges Viergängemenü kreiert, das höchsten Ansprüchen genügt. Auch Vegetarier kommen dabei nicht zu kurz, denn die Gourmetexpertin hat sich auf die neuen Essgewohnheiten vieler Menschen eingestellt und bietet – neben Genüssen für Fleischgenießer – auch ein gleichermaßen ausgefallenes Menü ohne Fisch und Fleisch an.

➲ *Reservierungen, Informationen und Gutscheine unter Telefon 0221 - 370 505 40 oder online unter roncalli.de/panem-et-circenses.*

Rheinisches Bildarchiv präsentiert große Jubiläumsausstellung

Das Rheinische Bildarchiv (RBA) der Stadt Köln feiert seinen 90. Geburtstag mit der Ausstellung „Fotografien für Köln und die Welt“ im Kunsthaus Rhenania.

Foto: © Rheinisches Bildarchiv Köln, Schmölz, Karl Hugo, rba_711684

Schmölz, Karl Hugo, Dom mit zerstörter Hohenzollernbrücke, Köln (Köln, Rheinisches Bildarchiv, RBA 711 684)

Foto: © Rheinisches Bildarchiv Köln, rba_d034018

Der erste Direktor des Rheinischen Bildarchivs Dr. Joseph Boymann am Schreibtisch im Lesesaal des Rheinischen Bildarchivs im Haus der Rheinischen Heimat, Köln um 1936

Noch bis zum 22. November 2016 zeichnet die Ausstellung die Entwicklung der eigenen Einrichtung sowie den Wandel in der Sachfotografie von Kunst- und Sammlungsobjekten nach und gibt Einblicke in ausgewählte Fotografenbestände. Präsentiert wird auch eine zeitgenössische künstlerische Reflexion über die Fotografie als Archivgut und Sammlungsgegenstand des finnischen Fotografen Ola Kolehmainen. Der Eintritt zur Ausstellung ist frei.

Die Anfänge

Gründungsanlass des Rheinischen Bildarchivs, einer Dienststelle der Stadt Köln, war die „Jahrtausendausstellung der Rheinlande“, die neben den wichtigsten Kunstwerken auch eine moderne Leistungsschau der rheinischen Industrie, der Infrastruktur und des Gewerbes zeigte. Der Grundstock der Fotosammlung waren die mehr als 6.000 Fotografien, die auf der Jahrtausendausstellung die kulturelle Bedeutung ebenso wie die wirtschaftliche Kraft der Region veranschaulichten. Mit der Absicht, die wertvollen und empfindlichen Glasnegative der Ausstellung und ältere Fotobestände anderer städtischer Einrichtungen fachgerecht zu bewahren, wurde das Bildarchiv begründet und 1926 ein hauptamtlicher Leiter eingestellt. Bis heute ist der Bestand auf etwa 5,4 Millionen Aufnahmen gewachsen.

Erweiterung der Bestände gesichert

Die Bestände des Bildarchivs speisen sich aus zwei Quellen. Zum einen erweitern die fest angestellten Fotograf(inn)en seit den Anfängen ständig das Repertoire durch Neuaufnahmen. Darüber hinaus verwahrt das Bildarchiv bedeutende analoge Bestände anderer Einrichtungen, wie der Kölner und Xantener Dombauhütten, der Koelnmesse, aber auch freier Fotografen, die den dauerhaften Erhalt ihres Lebenswerks schon zu Lebzeiten sichern wollen oder es testamentarisch als Nachlass der Stadt Köln vermachen.

Glaub
BESTECKHAUS

Wir bieten Ihnen eine große Auswahl verschiedenster Bestecke mit fachkundiger Beratung in enger Zusammenarbeit mit den herstellenden Traditionsunternehmen.
Des Weiteren umfasst unser Service für Sie:
Klingenersatz, Polieren, Neuversilbern, Reparaturen, Nachguss, Besteckeinbauten, u. v. m.

Wir für Sie vor Ort – im Herzen von Köln!

Komödienstr. 107-113
0221-134136
Di-Fr: 11-18 Uhr
Sa: 11-14 Uhr
Und nach Absprache
besteckhausglaub@aol.com

Sauna – mehr als Wellness!

ANZEIGE

Das Saunabaden hat in Deutschland einen großen Stellenwert. 31,4 Millionen Menschen nutzen die Sauna mehr oder weniger regelmäßig.

Die Motive für den Saunabesuch sind durchaus unterschiedlich. Für 79 Prozent der Saunagänger steht die Suche nach Entspannung im Vordergrund. An zweiter Stelle folgt mit der „Abhärtung" ein körperlicher, gesundheitlicher Aspekt. Hierfür gibt es gute Gründe.

Verbesserung der Abwehrmechanismen

Für keine andere Maßnahme ist eine erhöhte Widerstandsfähigkeit gegenüber grippalen Infekten sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern so gut nachgewiesen wie für das Saunabaden. Untersuchungen haben gezeigt, dass nach etwa einem Vierteljahr regelmäßigen, wöchentlichen Saunabesuchs sich die Zahl der grippalen Infekte halbiert.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen durch Sauna oft gebessert

Erkrankungen des Herzens und der Blutgefäße sind die Haupttodesursachen in Deutschland. Regelmäßige Saunabesuche können mit dazu beitragen, diese Situation zu verbessern. Bei regelmäßigem Saunabaden kommt es sogar langfristig zu deutlichen Gefäßweitstellungen, die sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System auswirken.

Positive Wirkungen auf die Haut

Im Rahmen des Anti-Agings ist es eine positive Nachricht, dass langjährige Saunagänger laut wissenschaftlicher Studien deutlich weniger Falten aufweisen als Nichtsaunagänger. Darüber

Foto: © Stadt Hürth – Bäderbetrieb

hinaus gibt es zudem günstige Entwicklungen von Krankheitsverläufen bei Hautkrankheiten. Am deutlichsten ist ein positiver Saunaeffekt bei der Schuppenflechte.

Fazit: Insgesamt gesehen geht das Saunabaden in seinen Wirkungen weit über die Ziele von „Wellness" hinaus. Sowohl der Einsatz im Sinne einer gesundheitlichen Prävention wie auch als Heilmittel sollten mehr Beachtung finden.

➲ *www.familienbad.com*

Kostenlose Parkplätze direkt vor der Haustür!

www.familienbad.com

Familienbad De Bütt Hürth

Sudetenstraße 91 • 50354 Hürth • 02233/75000

ANZEIGE

GVV – Ihr Kölner Versicherer

Et hätt noch immer jot jejange. Als Hymne der Gelassenheit spiegelt das „kölsche Grundgesetz“ die Lebensart seiner Bewohner wider. Doch wenn es einmal anders kommt, sollte man einen verlässlichen Partner in der Nähe haben.

Versicherung ist Vertrauenssache

Was für Versicherungen sind wichtig, welche ist die richtige, und wo kann man eventuell den Versicherungsschutz optimieren oder etwas einsparen? Das erfordert eine qualifizierte Beratung – und natürlich einen direkten und guten Draht zur Versicherung.

Als Tochtergesellschaft eines der größten Kommunalversicherer Deutschlands bietet die GVV-Privat – seit fast 30 Jahren – einen soliden und mehrfach ausgezeichneten leistungsstarken Versicherungsschutz an.

Für Besucher in den Geschäftsräumen auf der Aachener Straße 952–958 in Köln-Müngersdorf nehmen sich die Versicherungsexperten viel Zeit, um den optimalen und individuellen Versicherungsbedarf zu ermitteln und die entsprechende Versicherungslösung zu finden.

➲ *www.gvv.de/privat*

GVV PRIVAT VERSICHERUNG AG

Aachener Straße 952 – 958
50933 Köln
Tel.: 0221 4893-553
www.gvv.de/privat

Mit der easylife Stoffwechseltherapie zum Wohlfühlgewicht.

ICH WILL ABNEHMEN!

easylife® Leichter durch's Leben

Gundi Siebertz
55 Jahre
aus Döttesfeld

-16 Kg in nur 5 Wochen

Heike Müller
43 Jahre
aus Niederkassel

-40 Kg in nur 13 Wochen

Abnehmen mit Vernunft.
Schlank bleiben mit Genuss.

- Ohne Sportprogramm
- Ohne Kalorienzählen
- Ohne Hormone
- Keine Gruppentherapie (individuelle Betreuung und Ernährungsberatung)

Die easylife-Therapie.
Klar. Einfach.
Und ärztlich fundiert.

Vereinbaren Sie einen **kostenlosen Beratungstermin** in unsererem Therapiezentrum!

Therapiezentrum Köln-Marsdorf
Dürener Straße 425 • 50858 Köln
02234 - 933 64 93

Therapiezentrum Köln-Deutz
Siegburger Straße 203 • 50679 Köln
0221 - 989 371 70

Therapiezentrum Köln-Bayenthal
Bonner Strasse 207 • 50968 Köln
0221 - 397 802 33
www.easylife-nrw.de

KÖLN nimmt ab

powered by EXPRESS www.express.de

(nicht bei krankhafter Fettsucht)

Foto: ©Ute Schmidt

Foto: ©Harald Augustin

H. Augustin, Beiratsvorsitzender der Kölner Tafel (r.) und M. Roelofs, Hotelleiter Begarden Hof (Abgabestelle)

Weihnachten für Alle? Machen Sie mit!

Die Kölner Tafel bittet auch in diesem Jahr alle Kölnerinnen und Kölner um Unterstützung bei der Weihnachtspakete-Aktion mit Lebensmitteln für die Bedürftigen unserer Stadt. „Geeignet sind nur ungekühlt haltbare Lebensmittel, wie Konserven, Dauerwurst, Kaffee, Nudeln, Öl, Müsli und Gebäck, aber keine rasch verderblichen Produkte, wie Obst, Gemüse, Frischfleisch oder Eier“, sagt Harald Augustin, Beiratsvorsitzender der Kölner Tafel.

➲ *Alle Termine & Abgabestellen sowie Informationen: www.froehliche-weihnachten-fuer-alle.de · Telefon: 0221-35 10 00*

Bequem in die Oper

Die Oper Köln hat ihren Mobilitätsservice in Kooperation mit der KVB ausgebaut: seit Mitte Oktober können sich die Besucher vom Deutzer Bahnhof zum Opernbesuch vor die Tür des Staaten-Hauses und anschließend wieder zurück fahren lassen.

Die Jungfernfahrt begleiteten auch Intendantin Dr. Birgit Meyer und KVB-Chef Jürgen Fenske. Kostümierte Komparsen sorgten für gute Stimmung und begrüßten alle Operngäste persönlich mit einem Willkommensgetränk auf extra ausgerollten roten Teppichen an den Bushaltestellen.

Kostenfreie Verbindung

Schluss also mit der lästigen Parkplatzsuche. Das ist übrigens nicht der einzige Vorteil des neuen Chauffeurservice, denn die Opernverbindung ist kostenfrei. Die Shuttlebusse fahren die Haltestellen „Bahnhof Deutz/Messe“ (Ottoplatz, Bussteig C), „Bahnhof Deutz/Messeplatz“ (Messeplatz, Bussteig D&E) und „Oper Köln im StaatenHaus“ an. Die Haltestelle vor dem Staatenhaus wurde extra von der KVB für den neuen Service eingerichtet. Ab sofort wird der Opernbus diese Haltestellen jeweils ab 60 Minuten vor und bis 30 Minuten nach der Vorstellung als Shuttle-Service anfahren.

Bestattungshaus Pilartz
gegründet 1850
Herzogstraße 10 • 50667 Köln
www.pilartz-koeln.de • 0221 / 253191

Letzte Wege - wir an Ihrer Seite

Sorgen Sie für Ihre letzte Reise vor !

Im Trauerfall und bei der Bestattungsvorsorge:

- individuell und würdevoll
- kompetente Beratung bei unseren qualifizierten Mitarbeitern
- Informationen kostenlos und unverbindlich bei uns

Steht ein Abschied bevor?
Dann kann es gut sein,
sich Unterstützung zu suchen.

Abschiedsbegleitung:
Anker und Lotse in einer
schweren Zeit.

Lebe Wohl Abschiedsbegleitung

www.lebewohl-abschiedsbegleitung.de

Foto: ©Ronald Biallas

Scheckübergabe (v. l. n. r.) Bürgermeister Hans-Werner Bartsch, Vorstandsmitglied Harald Augustin und Dr. Hikmet Ulus, Präsident Lions-Club Köln-Colonia

Golfen für bedürftige Menschen in der Nachbarschaft

Beim diesjährigen Golfturnier des Lions-Club Köln-Colonia konnte das Ergebnis aus dem Vorjahr noch mal übertrumpft werden. Insgesamt kamen 50.000 Euro für hilfsbedürftige Menschen in Köln zusammen.

Organisiert hatte das Turnier inklusive Abendveranstaltung Harald Augustin, im Vorstand zuständig für „ACTIVITY“. Er war zu Recht stolz auf das Ergebnis – satte 20.000 Euro mehr als in 2015 – und erklärte: „Der Erlös der Spendeneinnahmen geht dieses Jahr in ein derzeit neues Projekt in Köln-Chorweiler, einem der größten sozialen Brennpunkte von Köln, damit dort endlich wieder eine Lebensmittel-Ausgabestelle für ca. 5000 Bedürftige eingerichtet werden kann, die dann von der Kölner Tafel mit Lebensmitteln versorgt werden.“

Golfen unter strahlenden Bedingungen

Die Veranstaltung stand unter einem guten Stern und so kam pünktlich zum Startschuss die Sonne heraus und 73 Golferinnen und Golfer – darunter nicht nur Lions-Mitglieder, sondern auch viele weitere Aktive, die dem Aufruf von Harald Augustin nachkamen – spielten dann bei herrlichem Wetter auf der Anlage des Golf & Country Club Velderhof in Köln-Pulheim für den guten Zweck. Die Schirmherrschaft für das Golfturnier hatte OB Henriette Reker übernommen.

ANZEIGE

KÖLSCH HÄTZ:

NACHBARN ZEIGEN HERZ FÜR NACHBARN

In Großstädten und Ballungsgebieten haben viele Menschen keinen oder nur wenig Kontakt zu ihren Nachbarn im Stadtteil. Vor allem allein lebende Senioren oder Menschen, die wegen einer Krankheit oder Behinderung kaum ihre Wohnung verlassen können, leiden unter der herrschenden Anonymität. Sie fühlen sich isoliert und wünschen sich regelmäßige Besuche und Gespräche, die eine willkommene Abwechslung in ihren ansonsten tristen Alltag bringen. Und auf der anderen Seite gibt es zahlreiche Menschen im Stadtteil, die sich gerne ehrenamtlich engagieren möchten, aber noch nicht genau wissen, wofür.

Begegnung im Veedel ist unser Anliegen. Kölsch Hätz macht den ersten Schritt leicht.

Die ökumenische Nachbarschaftshilfe KÖLSCH HÄTZ bringt Nachbarn mit Nachbarn zusammen und vermittelt menschliche Begegnungen, die oft Jahre Bestand haben.

Menschen, die sich über einen Gesprächspartner freuen, die Gesellschaft bei Spaziergängen oder kleineren Unternehmungen suchen, die Begleitung bei Einkäufen oder Hilfe bei verschiedenen Erledigungen wie Behördengängen benötigen, sowie Menschen, die sich allgemein Unterstützung wünschen, finden bei KÖLSCH HÄTZ Hilfe.

Um die Nachbarschaftshilfe weiter auszubauen und somit mehr Menschen helfen zu können, sucht KÖLSCH HÄTZ Menschen mit Herz, denen das soziale Klima im Veedel ein Anliegen ist, die Lust haben, sich regelmäßig zu engagieren, die eine sinnvolle Tätigkeit in ihrem Veedel suchen.

KONTAKT

Rund um den Ebertplatz
Krefelder Str. 57 | 50670 Köln | 0221-168 407 97

Mauenheim, Niehl, Weidenpesch
Florianssgasse 2 | 50737 Köln | 0221-740 02 30

Ehrenfeld
Simarplatz 7 | 50825 Köln | 0221-888 989 87

Junkersdorf, Müngersdorf, Braunsfeld
Wiethasestr. 65 | 50933 Köln | 0221-949 698 75

Lövenich, Weiden, Widdersdorf
Goethestr. 31 | 50858 Köln | 02234-200 40 42

Sülz, Klettenberg
Nikolausstr.86 | 50937 Köln | 0221-283 39 47

Rodenkirchen, Weiß, Sürth, Hahnwald
Hauptstr. 19 | 50996 Köln | 0221-936 792 83

Dünnwald, Höhenhaus
Berliner Str. 944 | 51069 Köln | 0221-222 197 10

Mülheim Buchheim, Buchforst
Adamsstr. 15 | 51063 Köln | 0221-967 02 38

Dellbrück, Holweide
Kopischstr. 6 | 51069 Köln | 0221-680 63 53

Poll
Rolshover Str. 588a | 51105 Köln | 0221-880 79 89

Deutz
Deutzer Freiheit 64 | 50679 Köln | 0221-168 239 89

Zollstock
Bornheimer Straße 1a | 50969 Köln | 0221-93 64 36 15

SPORT FREUNDE STILLER

Zwischen „Sturm und Stille“

Im Oktober veröffentlichten die Sportfreunde Stiller ihr siebtes Studioalbum „Sturm und Stille“. Die Band feiert zudem ihr 20-jähriges Jubiläum und ist ab November auf Deutschland-Tournee. Das bietet jede Menge Gesprächsstoff und so traf CityNEWS Peter Brugger, Sänger der Band, zum Interview.

CityNEWS: Ihr feiert Euer 20-jähriges Bestehen. Was waren die Highlights, und welches waren die Tiefpunkte?

Peter Brugger: Also es gab unwahrscheinlich viele Höhepunkte, ein paar will ich mal herausgreifen. Zum einen natürlich die große Fußball-WM-Sause in 2006, eine krasse Welle, die uns da erfasst hat, die toll war, aber dann auch unsere schwierigste Phase einläutete. Das hat uns richtig durcheinandergehauen, plötzlich waren wir die Fans von jedermann, aber das war eine wichtige Phase. Von 2007 bis 2009 haben wir viel über uns erfahren, uns mit uns auseinandergesetzt, wer sind wir, was wollen wir musikalisch, und haben uns so quasi neu kennengelernt. Unvergesslich dabei der Auftritt in einem alten Flughafenhangar, um 4 Uhr morgens ...

CityNEWS: ... und Ihr dachtet, da kommt keiner ...

Peter Brugger: ... und dann waren da plötzlich 6.000 Leute!

Oasis oder Blur – man muss doch noch träumen dürfen

CityNEWS: Ihr habt ja so einiges gemacht, Geheimkonzerte, Coverversionen mit Udo Jürgens, und im Kölner Gloria-Theater flogen bei einer Konzertlesung sogar die Stühle durch die Gegend. Was habt Ihr so an Träumen für die Zukunft?

Peter Brugger: Also mit den wiedervereinigten Oasis gemeinsam was machen oder mit Blur auf Tour gehen, aber das sind ja völlig unrealistische Sachen ...

CityNEWS: ... ja, aber man muss doch Träume haben ...

Peter Brugger: Groß träumen und viel wünschen, dann erreicht man auch selbst gesetzte Ziele. Ich wünsche mir, dass wir weiter Bock auf Lieder haben, auf Musik, uns mitteilen können, das hält eine Band ja am Leben.

CityNEWS: Wie habt Ihr Euch im Lauf der Zeit verändert?

Peter Brugger: Unser aller Leben hat sich verändert. Wir starteten als Studenten, von ernst bis hin zu „einen auf lau machen" war alles dabei. Jetzt haben alle Familie, als Band haben wir eine neue Freiheit und als Musiker sind wir viel selbstbewusster geworden. Aber vom Grundcharakter her haben wir uns nicht geändert.

CityNEWS: Ist vieles anders gekommen, als Ihr es erwartet hättet?

Peter Brugger: Vieles haben wir gar nicht erwartet. Man kann es sich gar nicht vorstellen, auf Teneriffa ein Video zu drehen oder sich im Radio zu hören. Die eigene Stimme, oh Gott, wie hört sich das an, oder im Fernsehen aufzutreten – alles irgendwie unwirklich.

CityNEWS: Ihr wolltet eigentlich eine Auszeit nehmen, aber jetzt erscheint Euer neues Album früher als erwartet. Wie kommt das, habt Ihr es nicht mehr ausgehalten?

Fotos: © Alex Weis

Peter Brugger: Also wir hatten vereinbart, wenn im August 2014 die letzten Konzerte gelaufen sind, nehmen wir eine Auszeit und treffen uns im Januar 2015. Denn ein wenig Abstand braucht man schon. Da waren wir zunächst in einer Hütte in Österreich, haben Ideen gesammelt und uns ausgetauscht. Das war dann auch der Startschuss für die neue Platte.

Leicht, beschwingt oder doch irgendwie anders

CityNEWS: Warum kommt das neue Album – es wird als optimistischer roter Faden betitelt – gerade jetzt raus, hat das was zu bedeuten?

Peter Brugger: Nein, wir schreiben Lieder, sammeln Ideen und schauen dann, an welchen wir weiterarbeiten wollen. Auch eher negativen Dingen in unseren Songs versuchen wir die positiven Seiten abzugewinnen. Der Song „Zwischen den Welten" ist dafür ein Beispiel. Das neue Album ist leicht, es ist beschwingt, obwohl Passagen vorkommen, die alles andere als leicht sind.

CityNEWS: „Ich will neue Wege wagen" heißt es in der ersten Zeile von „Raus in den Rausch". Wollt Ihr das auch, oder wollt Ihr Euch eher treu bleiben?

Peter Brugger: Überlegungen gibt es immer wieder mal, hey, wir könnten doch mal in eine andere Richtung gehen. Aber wenn wir gemeinsam Musik machen, jeder sein Instrument auf seine eigene Art und Weise spielt, landen wir immer bei unserem bewährten Sound. Aber in vielen kleinen Dingen kann man neue Wege gehen, muss man neue Wege wagen.

CityNEWS: Was ist Dir lieber: Sturm oder Stille?

Peter Brugger: Alles zum rechten Zeitpunkt. Manchmal habe ich Bock auf Trubel und Leute, manchmal renne ich lieber allein durch den Wald.

Am 28. 11. 2016 spielen die Sportfreunde Stiller live im Kölner E-Werk.

Tickets gibt es ab 32,00 Euro zzgl. Gebühren an allen Vorverkaufsstellen.

Auf unserem Online-Portal können Sie in das komplette neue Album reinhören!

„Club der roten Bänder“ ist zurück!

Eine hoch emotionale Dramedy-Serie über Liebe, Freude, Leid und Tod

Sie haben die Herzen im Sturm erobert: Die Geschichte von Leo, Emma, Jonas, Toni, Alex und Hugo hat ganz Deutschland bewegt! In „Club der roten Bänder“, der ersten eigenproduzierten Serie in der Geschichte von VOX, dreht sich alles um diese sechs Kinder und Jugendliche, die durch ihr Schicksal in einem Krankenhaus zueinander finden.

Foto: ©VOX/Martin Rottenkolber

Foto: ©VOX/Martin Rottenkolber

Sie alle verbindet eines – sie sind krank und werden von einem Tag auf den anderen aus ihrem bisherigen Leben herausgerissen. Doch gemeinsam stellen sie sich ihrer Krankheit, stehen füreinander ein, sind Mutmacher, Tröster, erste große Liebe, beste Freunde und Abenteurer in einem.

Das Krankenhaus wird für sie zu viel mehr als nur zu einem Ort, an dem sie gesund werden wollen – es wird zu ihrem Zuhause, in dem sie Menschen um sich haben, die alles für sie tun würden.

Liebe, Freude, Leid, Tod – sie erleben alles zusammen und das macht sie zu einer eingeschworenen Gemeinschaft!

Ein preisgekrönter Quotenerfolg aus Köln

Diese ungewöhnliche Geschichte wurde über Nacht zum Publikumserfolg bei VOX. Im Schnitt versammelten sich 2,54 Millionen Zuschauer vergangenen Herbst Woche für Woche vor den Bildschirmen, um die ebenso ungewöhnliche wie lebensbejahende Serie beim Kölner Sender zu verfolgen.

Das ergab einen starken Marktanteil von bis zu 12,8 Prozent in der Zielgruppe der 14-bis 59-Jährigen und Bestwerte von hervorragenden 33,2 Prozent Marktanteil in der Zielgruppe der 14-bis 29-jährigen Frauen. Damit wurde der „Club der roten Bänder“ zum erfolgreichsten deutschen Serienstart in 2015, entwickelte sich mit dem wichtigen und sensiblen Thema zum Social-Media-Phänomen und ist mittlerweile preisgekrönt, u. a. mit dem Deutschen Fernsehpreis, dem Grimme-Preis und dem „Bayerischen Fernsehpreis 2016“.

Jetzt zeigt VOX die neue, zweite Staffel (zehn Folgen) der bewegenden Serie, die von Bantry Bay aus Köln produziert wird: Ab dem 7. November 2016 kehrt der „Club der roten Bänder“ montags ab 20:15 Uhr in Doppelfolgen und als Weltpremiere zurück. In den Hauptrollen sind hier wie schon in Staffel eins die charismatischen Jungschauspieler Tim Oliver Schultz, Damian Hardung, Luise Befort, Ivo Kortlang, Nick Julius Schuck und Timur Bartels zu sehen.

Foto: ©VOX/Martin Rottenkolber

Darum geht es in Staffel zwei

Ein schwerer Schicksalsschlag ereilte den „Club der roten Bänder“ zum Ende von Staffel eins. Das Leben zeigte seine grausame Seite und riss ein Mitglied des Clubs aus seiner Mitte. Alex (Timur Bartels) überlebte seine Herz-Operation nicht. Die Trauer ließ Alex’ Freunde noch enger zusammenrücken. Doch das Schicksal hielt noch eine weitere, unerwartete Wendung für die Club-Mitglieder bereit. Hugo – der gute Geist – erwachte nach über zwei Jahren aus dem Koma.

Aber wie wird es Hugo jetzt ergehen? Und kann er wieder lernen zu sprechen und zu gehen? In den neuen Folgen zeigt sich, wie Hugos Weg zurück ins Leben aussehen wird. Und es stellt sich auch die Frage, wie lange der Club noch zusammenbleiben kann. Leo, der sich gerade von einer erneuten, anstrengenden Chemo-Therapie erholt hat, hofft darauf, das Krankenhaus endlich für immer verlassen zu dürfen.

Jonas steht schon jetzt vor genau dieser Herausforderung. Sein Schritt zurück ins „alte“ Leben erweist sich jedoch als schwerer als gedacht. Auch Emma darf den ersten Schritt nach „draußen“ wagen. Ihre Magersucht scheint überwunden. Sie sieht ihrer Zukunft entgegen – doch ihre Gefühle für Leo lassen sie nicht los. Auch für Toni muss es weitergehen. Seine Knochenbrüche sind geheilt. Doch wie kann seine Zukunft aussehen? Das Jugendamt hat noch immer nicht zugestimmt, dass er wieder bei seinem Opa leben darf – und Hugo braucht seinen guten Freund Toni jetzt mehr denn je an seiner Seite. Und dann ist da noch Alex. In seinen Freunden lebt er weiter – das haben sie sich geschworen - und das zeigt sich auch in den neuen Folgen!

Der „Club der roten Bänder“ steht vor der Zerreißprobe. Die Freundschaft der sechs hat viele Hürden überwunden, aber kann sie auch über die Distanz und über neue Lebenswege bestehen? Neue Menschen treten in das Leben von Leo, Jonas, Emma, Toni und Hugo – sowohl im Krankenhaus als auch außerhalb. Und nicht immer wendet sich damit alles zum Guten...

STEFANIE SICHTLING
Institut für Cosmetic
CONCEPT OF BEAUTY

Lindenplatz 116 · 50189 Elsdorf-Neu-Etzweiler
Telefon: 02274-704512 · www.cosmetic-sichtling.de

Schwerpunkte:
- meso Beauty Lifting Behandlung
- Radiofrequenzbehandlung
- Microneedling
- Ultraschall
- Mikrodermabrasion

▶ Eigene Kosmetikserie:

Wahre Begebenheit

Die Serie basiert auf den wahren Erlebnissen von Albert Espinosa. Sein neues Buch „Die roten Geheimnisse“ beinhaltet alle Erkenntnisse und Weisheiten, die er während seines langen und erfolgreichen Kampfs gegen den Krebs gewonnen hat. Rückblickend sieht er seine lange Krankheitsgeschichte auch als Geschenk, denn gerade in dieser Zeit hat er die eigentlichen Geheimnisse des Lebens erfahren: Was es heißt, wirklich glücklich zu sein. Nicht nach dem Glück zu suchen, sondern jeden Tag das Leben zu feiern, mit dem Bewusstsein, dass jeder Verlust auch ein Gewinn ist.

Der Spanier sagt über sein Werk: „Dieses Buch birgt meine Geheimnisse, alles, was ich im Kampf gegen den Krebs gelernt habe, während ich meine Kindheit im Krankenhaus verbrachte. Dieses Buch ist daher die Seele des „Club der roten Bänder“ und dadurch kann man die Serie besser verstehen und vor allem lernen, in dieser Welt glücklich zu leben.“ Im Herbst erschien außerdem von ihm im Goldmann Taschenbuch Verlag „Club der blauen Welt“. Auch hier schreibt er über sein zentrales Thema – den Tod. Es geht darum, was es bedeutet zu leben, wenn man nichts mehr zu verlieren hat.

Weltweiter Erfolg

Als Drehbuchautor und Co-Produzent brachte Espinosa die Geschichte rund um sechs Jugendliche mit der Serie „Polseres Vermelles” im Jahr 2011 auch ins spanische Fernsehen – mit unglaublichem Erfolg. Denn im Gegensatz zu Krankenhaus-Serien, die sich meist um den Alltag der Ärzte drehen, nimmt „Club der roten Bänder“ die einzigartige Sicht der Patienten ein. Für sie

Foto: © Alex Weis

ist das Krankenhaus kein Arbeitsplatz, sondern der Ort, an dem sie ihr Leben verbringen.

Bis heute wurde die außergewöhnliche Serie in 13 Ländern adaptiert und in 18 Ländern ausgestrahlt. Besonders beliebt ist „Club der roten Bänder” in Italien, wo „Braccialetti Rossi“ seit 2014 läuft und bereits eine dritte und vierte Staffel geplant sind. Aber auch in Lateinamerika ist „Pulseras Rojas” ein Hit und wird in Adaptionen von Mexiko bis Chile gesendet.

Team bleibt unverändert

In Deutschland produziert Bantry Bay Productions GmbH & Co. KG die bewegende Serie „Club der roten Bänder“ im Auftrag von VOX. Die Drehbücher zur neuen, zweiten Staffel wurden im Gegensatz zur ersten Staffel nicht adaptiert, sondern erstmals vollständig neu entwickelt. Die Dreharbeiten zur zweiten Staffel fanden von Mai bis September 2016 in Monheim am Rhein, in Köln und Umgebung sowie in den Niederlanden statt.

Als Produzenten für die erste eigenproduzierte Serie in der Geschichte von VOX zeichnen auch in Staffel zwei weiter Jan Kromschröder und Gerda Müller verantwortlich. Auch das erfolgreiche Team von Producerin, Autoren und Regie bleibt bei der zweiten Staffel unverändert.

Wir haben für Sie auf unserem Online-Portal www.citynews-koeln.de ein großes Themen-Special, mit Interviews der Schauspieler und Autoren, Trailern, vielen Bildern und Infos zur neuen Staffel von „Club der roten Bänder“ zusammengestellt.

Einfach QR-Code scannen!

SAMMELN SIE KOMPLIMENTE
Hautverjüngung Microdermabrasion Needeling
Permanent Make up Dauerhafte Haarentfernung
Ihr Fachinstitut für Medical Kosmetik
Terminierung: 0221-280 65 65
info@alea-care.de
Goltsteinstraße 89
50968 Köln-Bayenthal
Sie finden uns auf der Rückseite des Gebäudes
Ulrike Böken, Dermatherapeutin
ALEA CARE Beauty & Wellness
Kosmetikerin zur Erweiterung des Unternehmens gesucht!

ANZEIGE

Es kann jeden treffen:
DEPRESSION, PSYCHOSE, SCHIZOPHRENIE

Foto: ©Korta - Fotolia.com

Müssen Medikamente sein?

Viele Patienten empfinden es zunächst als Wohltat, wenn die innere Unruhe und das Getriebensein durch Medikamente weg zu sein scheinen. Doch sind die Nebenwirkungen groß, was sich erst später herausstellt.

Psychische und körperliche Abhängigkeit, Persönlichkeitsverlust können die Folge sein, was leider viel zu wenig kommuniziert wird. Der teuerste Patient ist der psychisch Kranke, er ist aber nicht immer der Profiteur.

Deshalb möchten viele Patienten berechtigterweise Antidepressiva und Neuroleptika absetzen.

Wie steht die Medizin offiziell dazu?

Es existieren diverse Leitlinien der AWMF aus dem Jahre 2005, die heute überholt und daher nicht mehr maßgeblich sind. Es existieren aber anderweitige Fachartikel, die gemäß dem Stand der AWMF-Leitlinien z. B. bei Depression und Schizophrenie eindeutig der medikamentösen Therapie als Standard-Behandlung ansehen.

Erst wenn diese nicht anschlägt, dann sollte bei „Behandlungsresistenz“ / „Therapieresistenz“ die kognitive Verhaltenstherapie angewendet werden.

Die Leitlinien sehen vor:

- Medikamente 6 bis 8 Wochen als Akut-Therapie
- 1 Jahr als Langzeittherapie
- Keine Höchstdosierungen wegen EPS-Gefahr, dennoch wird dies temporär nicht als Behandlungsfehler deklariert.
- Konventionelle Antidepressiva 300 bis 1000 mg.

Es wird nur bei Benzodiazepine ein Abhängigkeitspotenzial gesehen. Doch nicht nur bei psychischen Erkrankungen, auch bei Entzug werden Neuroleptika eingesetzt.

Der vom Patienten geäußerte Wille hat infolge der psychischen Erkrankung kaum bis keine Relevanz. In der Regel bedeutet auch für Ärzte, so wird dies kommuniziert, die Verweigerung, Medikamente zu nehmen, ein Signal, dass sich ein akuter Krankheitsschub abzeichnet. Teilweise wird den Patienten auch damit gedroht und Angst gemacht, dass, wenn sie ein Medikament absetzen, das Damoklesschwert der geschlossenen Abteilung und der amtsgerichtlichen Unterbringungsbeschlüsse droht.

Angehörige und Betreuer, die sich für das Absetzen oder Nichteinnehmen von Psychopharmaka einsetzen, wer-

Foto: © Andrea Theis

Rechtsanwältin Maia Steinert, Fachanwältin für Medizinrecht, ist seit 30 Jahren bundesweit in Arzthaftungsangelegenheiten für Patienten tätig.

den oft durch entsprechende Gerichtsbeschlüsse, die allein auf ärztlichen Kurzattesten beruhen, ausgeschaltet. Der Patient erlebt also den Arzt als stark und mächtig und Personen, die auf seiner Seite sind, als schwach. Gerade Jugendliche tendieren dann dazu, eine devote Haltung einzunehmen und alles zu tun, was der Arzt sagt.

Sie akzeptieren auch Überdosen. Sie halten sich selbst für so krank, dass sie die „bittere Pille" schlucken müssen.

Daher halte ich es für viel wichtiger, im Vorfelde Vorkehrungen zu treffen:

- Den Arzt seines Vertrauens zu wählen
- Eine Patientenverfügung zu installieren
- Ein Betreuungstestament aufzusetzen
- Und dort die Klinik zu benennen, die man im Falle eines akuten Schubes aufsuchen möchte, und ein Helferteam um sich herum zu installieren, sodass der gerichtliche Weg gar nicht erst von den Ärzten eingeschlagen werden kann

Der Arzt sieht sich keinen Sanktionen ausgesetzt, der eventuell trotz Vorliegen von Symptomen der Nebenwirkung, die auf die Ausbildung von Langzeitschäden hinweisen, keine Maßnahmen zum Absetzen einleitet. Denn eine Abwägung der Folgeschäden der Chronifizierung einer Erkrankung zu den Langzeitschäden eines Medikamentes wird immer zugunsten des Medikamentes vorgenommen.

Es wird argumentiert, dass, wenn das Medikament nicht abgesetzt wird, man die Krankheit in den Griff bekommt und den Leidensdruck senkt und die Lebensqualität erhöht.

Aus diesem Grunde ist auch die Aufklärung eines Arztes über die Einnahme von Neuroleptika sehr gering. Auch insoweit wird davon ausgegangen, dass die Nebenwirkungen von Neuroleptika in jedem Falle den Folgen des Ausbruches und der Gefahr der Chronifizierung einer psychischen Erkrankung untergeordnet sind. Es wird immer mit der Chronifizierung einer psychischen Erkrankung argumentiert, die man angeblich mit Neuroleptika in den Griff bekommen kann.

Vielmehr geht es wohl vorrangig darum, die Unruhe, die Angstzustände, die Depression so weit zu drosseln, dass man integriert oder zumindest unauffällig leben kann. Zittern, Konzentrationsschwäche, Gefühllosigkeit der Hautnerven und des Gemüts, abgestumpft sein, teilweise auch Blutbildveränderungen, Sehstörungen und Übergewicht werden in Kauf genommen, wenn derjenige dadurch „gesellschaftsfähig" wird. Die Krankheit in den Griff zu bekommen heißt die Person gesellschaftsfähiger zu machen. Man glaubt, dass der Leidensdruck des Patienten dem entspräche. Das Einverständnis eines Patienten in die lebenslange Einnahme von Neuroleptika liegt nicht immer im eigenen Leid über die Erkrankung. Vielmehr wird eine andere Hilfe, Behandlungsalternative, gar nicht angeboten und der Patient hat einfach Angst vor der Reaktion der Umwelt auf seine Erkrankung. Diese Angst lässt ihn, da offensichtlich alternativlos, zu Neuroleptika greifen. Dabei wird „vergessen", dass man möglicherweise auch durch andere Maßnahmen zur Ruhe kommen kann.

Absetzen ohne ärztliche Hilfe ist nur dann zulässig, wenn der Patient selbst das Zepter in der Hand hält und der Verantwortliche und Entscheidungsträger ist. Wird das Absetzen unterstützt, müssen flankierende Maßnahmen ergriffen werden, d. h. ein geschützter Raum für den Patienten zur Verfügung gestellt werden. Nichts wäre schlimmer, als dass durch das plötzliche oder langsame Absetzen von Psychopharmaka die Person zu Schaden kommt.

Dies wäre justiziabel.

Was die Position der Helfer anbelangt, d. h. nicht medizinische Helfer, so können diese natürlich nicht die Dosis bestimmen, sondern haben auch wiederum die Aufgabe, einen Arzt des Vertrauens hinzuzuziehen. Die langsam zu reduzierende Dosis muss medizinisch akzeptiert werden oder vom Patienten in Eigenregie durchgeführt werden. Teilweise muss das Blutbild untersucht werden. Deshalb würde ich in der Regel davon abraten, ein Ausschleichen ohne medizinische Rückendeckung vorzunehmen. Das Ausschleichen gilt nämlich als medizinische Behandlung, die nur den Ärzten vorbehalten ist.

Möge die Übung gelingen!

Foto: © Ortho Concept, Haßloch

Foto: ©fotolia | WavebreakMediaMicro

ANZEIGE

MEHR SEHEN – MEHR WISSEN – FEHLKÄUFE VERMEIDEN

OHNE BEWEIS, KEIN BETTENKAUF

Foto: © Ortho Concept, Haßloch

Wer kennt das nicht: Morgens tut einem der Rücken mehr weh als am Abend vor dem schlafen gehen.

Könnte das an der Matratze liegen?! Es ist Zeit für ein neues Bett, aber wie finde ich bei der unendlichen Auswahl das Richtige, für mich Passende?

De RUCCI als weltweit führender Bettenfachhändler bietet hier in seinem Flagship Store in Köln eine wegweisende Lösung.

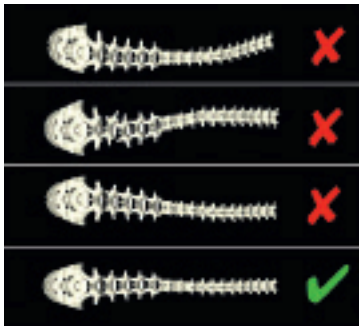


Foto: © Ortho Concept, Haßloch

Natürlich darf man auch auf sein Gefühl vertrauen, aber gerade bei Matratzen kann man da schnell falsch liegen.

Im De RUCCI Flagship Store Köln gibt es den aus der Medizin stammenden Wirbelscanner®, der mit der liegenden Messung beweist, auf was Sie optimal liegen.

Wenn Sie nicht nur schöne Betten suchen, sondern auch noch Wert auf richtiges Liegen und gesunden Schlaf legen, dann freuen sich die Mitarbeiter von De RUCCI auf Sie.

Gerne auch mit Beratungstermin.

Erliegen Sie den Unterschied

DeRUCCI
Flagship Store
Köln

Besser Liegen,
Gesünder Schlafen
in traumhaften Betten

DeRUCCI
Der Schlafspezialist mit
weltweit über 2.600 Filialen

De RUCCI Bedding Germany GmbH
Hahnenstraße 47-49 | 50667 Köln
Tel. 0221-801 806 00 | Fax 801 806 20

koeln@derucci.de | www.derucci.de
Di-Fr 11.00-19.00, Sa 11.00-18.00 Uhr

NEW YORK SHANGHAI SYDNEY HONG KONG MAILAND DUBAI MELBOURNE

ANZEIGE

Die Lage zählt – dies gilt natürlich auch für Büroimmobilien

Foto: © RheinReal

In absoluter Innenstadtlage im Kreuzungsbereich Ehrenstraße/Gertrudenstraße 30–36, direkt am Willy-Millowitsch-Denkmal, ist das Gewerbemaklerunternehmen RheinReal mit der Alleinvermarktung eines exklusiven, repräsentativen Bürohauses beauftragt.

Das werbewirksam gelegene Objekt bietet bis zu 2000 m² Bürofläche und bringt die besten Voraussetzungen als idealer Standort für Unternehmen mit. Im 1. Quartal 2017 können die Mietflächen bezogen werden. Die geplante umfängliche Ausstattung der gerade renovierten Flächen kann natürlich Mieterwünsche berücksichtigen. Neben der Gesamtanmietung als Unternehmensstandort sind ebenso Teilflächenanmietungen ab ca. 200 m² denkbar. Selbstverständlich können bei Bedarf auch Terrassen und Balkone geschaffen werden.

Das lebendige Umfeld des Standortes und die ausgezeichnete Erreichbarkeit sind gute Entscheidungsgründe. Zahlreiche öffentliche Parkhäuser im Umfeld und 14 objekteigene Stellplätze runden die perfekte Standortqualität ab. Die ökonomischen und flexiblen Grundrisse können alle Organisationsformen problemlos abbilden.

Foto: © RheinReal

Effizienz und hervorragender Service werden belohnt.

Die im Jahr 2009 gegründete RheinReal Immobilien GmbH gehört mittlerweile zu den Marktführern unter den Gewerbemaklern in Köln und im Rheinland.

➲ *www.rheinreal.de*

Das Badezimmer wird zur Wohlfühl-Oase

Die Zeiten hellgrüner Kacheln im Badezimmer sind vergangen. Zwar mag es noch Altbauten geben, die im Badezimmer mit einer solchen Farbe auftrumpfen. Spätestens beim nächsten Mieterwechsel kommt die fiese Fliese zur Sprache. Mieter, die viel Geld fürs Wohnen zahlen, möchten einen entsprechenden Gegenwert. Dazu gehört auch ein modernes Bad. Nachfolgend einige Trends und Ideen, die im Bad frische Akzente setzen.

Das schönste Foto Ihres letzten Urlaubs in Kanada muss ja nicht immer auf dem Regal im Wohnzimmer stehen. Stellen Sie sich in die Mitte des Badezimmers, drehen Sie sich einmal um die eigene Achse, und der ideale Platz wird Ihnen direkt ins Auge springen. Ist die Wand weiß gestrichen, setzt ein Rahmen in knalliger Farbe Akzente. Aber wer sagt denn, dass ein Badezimmer immer weiß getüncht sein muss?

Foto: © Pixabay.com

Zaubern Sie ein Zahnpasta-Lächeln an die Wand

Eine attraktive Badezimmer-Deko ist auch alte Reklame. Schilder aus Emaille oder Glas mit Siebdruck, die für Zahnpasta, Haarwasser oder Seife werben, passen perfekt in die Räume. Auf dem Flohmarkt können Sie mit etwas Glück ein passendes und preiswertes Dekostück finden. Oder besuchen Sie Händler, die sich auf alte Werbung spezialisiert haben. Diese halten auch Ausschau, wenn Sie nach einem bestimmten Reklamemotiv von anno dazumal suchen.

Weiße Badezimmerwände signalisieren Sauberkeit und Hygiene. Probieren Sie einmal andere neutrale Farben wie Braun oder Schwarz in ihren jeweiligen Abstufungen und setzen Sie auf diese Weise neue Badakzente.

Farbenspiel mit Fliesen und Anstrich im Badezimmer

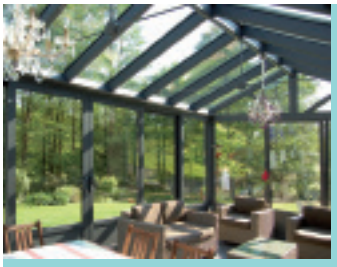
Moderne Badezimmer sind in der Regel in der unteren Hälfte gefliest, in der oberen Hälfte mit Malervlies versehen. In diesem Fall lässt sich wunderbar mit der Farbpalette spielen. Fliesen in einem dunklen Lila, darüber eine pinkfarben gestrichene Wand, dies als Beispiel, zeigen Individualismus. Und auf der Wand Ihr Lieblingsbild, schon haben Sie ein Bad, das in keiner Weise mehr an die „gekachelten Räume" der 1960er-Jahre erinnert.

Auch Licht macht Laune. Indirekte Beleuchtung, wie sie von in die Decke eingelassenen Spots erzeugt wird, sorgt für Wohlfühl-Atmosphäre. Für die perfekte Rasur oder das sorgsam aufgetragene Make-up ist Licht über dem Waschbecken respektive am Spiegel unerlässlich.

Mit Badmöbeln auch kleine Nischen besetzen

Sie haben neue Badmöbel gekauft? Schön, dann sollten Sie auch darauf achten, dass Sie farblich passende Handtücher im Bad platzieren. Gerade Badezimmer verfügen über kleine Ecken und Nischen, die man sinnvoll nutzen kann. Halten Sie nach möglichst passgenauen Möbeln Ausschau, um diese Nischen zu besetzen. Auf diese Weise entsteht wichtiger Stauraum, der all die kleinen Tuben, Fläschchen und Flakons verschwinden lässt.

Heribert Eiden



MITGLIED IM BUNDESVERBAND WINTERGARTEN E.V.

SCHULER WINTERGÄRTEN
QUALITÄT FÜRS LEBEN

WINTERGÄRTEN und TERASSENDÄCHER direkt vom Hersteller

www.schuler-wintergarten.de

Metallbau Willy Schuler GmbH & Co.KG
Wintergartensysteme
Werkstraße 1
52531 Übach-Palenberg
Tel. +49 2451 9030019
Fax +49 2451 9030068
E-Mail ar@schuler-wintergarten.de
Büro Köln: Tel. +49 2234 2028935
Büro Mönchengladbach:
Tel. +49 2166 1245881

Testsieger: Natürlich und schwerelos schlafen im Continental-Boxspringbett Aurea

In einer Symbiose aus Handwerk, Design, natürlichen Materialien und stilvollem 5-Sterne-Schlafkomfort entstehen bei FENNOBED seit über 30 Jahren traumhafte Polstermöbel und Boxspringbetten nach traditionellen Maßstäben. So auch zum Beispiel der aktuelle Testsieger der deutschen Stiftung Warentest (test 09/2016), das Continental-Boxspringbett Aurea. Bekannt unter den Begriffen amerikanische Betten, Hotelbetten oder Boxspringbetten, gilt dieses Bettsystem als das einzige Premiumsystem weltweit, was seine Wurzeln traditionell in Skandinavien hat.

Das Familienunternehmen in zweiter Generation bietet ein vielfältiges Angebot an Boxspringbetten und Zubehör aus eigener Manufaktur für besonders erholsame Nachtruhe. Die finnische Eigenmarke MATRI mit den einzelnen Komfortbausteinen ermöglicht, dass Sie Ihr Bett über drei Ebenen ganz persönlich auf Ihre Bedürfnisse konfigurieren können. Das garantiert eine punktgenaue Abstimmung des Schlafkomforts – hundertprozentig eingestellt auf die eigene Physiognomie und die individuellen Schlafgewohnheiten. Natürlich sind alle Bettelemente reine EU-Produkte und werden mit hochwertigen, natürlichen und zertifizierten Materialen handgefertigt. Mit der edlen Zubehörkollektion der skandinavischen Partnermarken kann das Schlafmöbel immer wieder neu und ganz nach Ihrem Geschmack inszeniert werden. Viele Kunden wünschen sich nicht nur einen ergonomisch gesunden und wohltuenden Schlaf, sondern auch ein ästhetisch abgestimmtes, repräsentatives Ambiente. Kennenlernen kann man den schwerelosen Schlafkomfort von FENNOBED im Rheinland, im Showroom Köln.

Weitere Informationen erhalten Sie auch im Internet unter www.fennobed.de.

Fennobed Köln
Hahnenstraße 31 · 50667 Köln
Tel.: 0221 - 99 38 55 05 · koeln@fennobed.de

www.fennobed.de www.facebook.com/fennobed

FENNOBED®

ANZEIGE

Fotos: ©Dinger's Gartencenter Köln

Weihnachten – kölsch und kreativ

Bäume, die „Candybüdchen“, „Et Pimpernelle“ oder „Is wat mit d’r Oma?“ heißen. Kugeln, die „für minge Fründ“ sind oder „für die Ahl vun nevvenaan“. Das sind einige der diesjährigen Hingucker im Weihnachtsbazar von Dinger’s, dem größten seiner Art in der ganzen Region. Den richtigen Geschmack im Voraus zu treffen, ist nicht immer leicht. Das Erfolgsgeheimnis: Die Mitarbeiter haben völlig freie Hand – und immer ein Ohr für die Kunden.

„Wir haben uns seit einiger Zeit dazu entschieden, die kölsche Kultur mehr zu pflegen“, erläutert Ralf Benthues, der für die drei Monate laufende Ausstellung verantwortlich ist. Zehntausende Artikel stehen dort liebevoll arrangiert, vom Porzellanengel über Kerzen mit Dom-Motiv und Pfauen mit echten Federn bis zum Kunstbaum, der sich selbst im Wind wiegt. Die Stars aber sind jedes Jahr die von den Mitarbeitern geschmückten Weihnachtsbäume. „Sie dürfen ihrer Fantasie und Kreativität freien Lauf lassen, wenn sie die Bäume dekorieren und ihnen kölsche Namen geben. Der blau-weiße dahinten heißt zum Beispiel, ’Dat Christkind kütt in d’r Jeansbotz‘.“

Blau ist nach langer Zeit wieder in den Kanon der Weihnachtsfarben zurückgekehrt und wird meist, damit es nicht aufdringlich wirkt, mit warmen Tönen und Materialien wie Holz kombiniert. „Wir wollen mit diesen Bäumen zeigen, was gehen kann“, erläutert Benthues, „entscheiden tun die Kunden ohnehin selbst.“ Er zeigt auf einen ganz in Rosa und Glas gestalteten Baum mit Törtchen in den Zweigen: „Der hier heißt ‚Niemols jeht m’r su janz‘. Er ist eine Hommage an zwei Mitarbeiter aus unserer Abteilung, die dieses Jahr verstorben sind.“

Schleifen – festlich und vielgestaltig

Kunden mögen ungewöhnliche Ideen und Anregungen. „Viele lassen sich gerne inspirieren“, erklärt die Kollegin, die gerade Schleifen aus dreierlei Band von Hand zusammenstellt. „Sie entdecken zum Beispiel diese hier und sagen dann: Ist die aber schön, ich hätte gerne genauso eine in Rot.“ Schleifen sind eine weitere Dinger’s-Spezialität. Diese traditionelle Dekoration wird seit jeher vor Ort per Hand gemacht – Tausende verschiedene Tisch- und Baumschleifen stellen die Kolleginnen pro Jahr her.

„Wir haben eine weihnachtliche Werkstatt-Theke eingerichtet“, erklärt Benthues, „so kommt man mit Kunden schneller ins Plaudern, kann Tipps geben und Wünsche umsetzen.“ Mittlerweile gibt es auch wieder den beliebten Schleifenbindekurs, der mitten ins Palmencafé verlegt wurde. Für neun Euro kann man spontan mitmachen – und nachher zu Hause stolz zwei selbst gemachte Schleifen in den Baum hängen.

➲ *www.dingers.de/termine*

ANZEIGE

Der richtige HOLZ-Boden unter Ihren Füßen

Foto: © HARO-Parkett

Qualität und Beratung bei HOLZCITY

Keine Frage: Beim Boden-Kauf sollten Sie alle Sinne einsetzen, um Ihren Traumfußboden zu finden. Deshalb reicht auch ein Blick in den Böden-Katalog nicht immer aus! Wärme, Haptik und Laufgefühl lassen einen Boden erst wirklich wirken.

Deshalb laden wir Sie zu uns ins Severinsviertel ein, in unserer Bodenausstellung können Sie auf 200 Quadratmetern die Faszination hochwertiger Holzböden erleben. Ihren passenden Boden finden Sie bei HOLZCITY in Köln!

Besuchen Sie uns und entdecken die Boden-Welt (natürlich auch Laminat, Kork und Designböden) von HOLZCITY - Ihrem Holzhändler für Böden und mehr!

➲ *HOLZCITY I Theodor Schumacher Söhne Köln I Holzfachmarkt*
Landsbergstr. 16, 50678 Köln, Vringsveedel
Telefon 0221- 31 60 65, holzcity@t-online.de, www.holzcity.de

Verbraucher sind bereit für das „Internet of Things“:

Bereitschaft für E-Health und autonomes Fahren besonders hoch

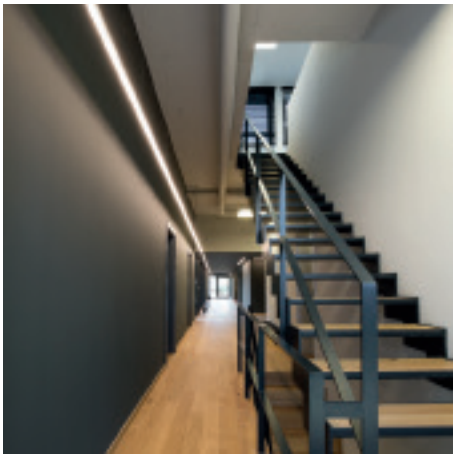
Pixabay.com

Selbstfahrende Autos, vernetzte Geräte, Fitnessarmbänder: Die Einsatzmöglichkeiten von Internet of Things (IoT)-Technologien sind bei den Verbrauchern in Deutschland heute weitgehend bekannt, und die Bereitschaft zur Nutzung steigt. Das ist das Ergebnis einer neuen forsa-Studie im Auftrag des Softwareherstellers SAS. Demnach wissen bereits jeweils zwischen 94 und 95 Prozent der Befragten Begriffe wie „Smart Car“, „Smart Home“ oder „E-Health“ einzuordnen. Und immerhin schon 32 Prozent der befragten Autofahrer könnten sich vorstellen, ein selbstfahrendes Auto zu nutzen. Für ebenfalls fast ein Drittel kommt die Nutzung von E-Health-Anwendungen grundsätzlich in Frage.

Persönliche Daten nicht um jeden Preis freigeben

Allerdings differenzieren die Verbraucher, zu welchem Zweck sie die Daten freigeben, die ihre Fitnessarmbänder, Autos oder Hausgeräte produzieren. So wären 27 Prozent grundsätzlich damit einverstanden, wenn Automobilhersteller Daten zum persönlichen Fahrverhalten nutzen, um im Gegenzug Mehrwertleistungen wie einen Verzehrcoupon an der Raststätte anzubieten. Sogar 44 Prozent würden ihre Gesundheits- oder Fitnessdaten schon mit ihrem Arzt teilen, wenn sie dafür eine bessere Beratung erwarten können. Der Krankenkasse hingegen vertrauen diesbezüglich jedoch nur 29 Prozent. Gering ist bislang auch die Bereitschaft, Smart-Home-Daten von seinem Stromversorger (21 Prozent) oder Versicherer (16 Prozent) nutzen zu lassen.

Die Vielfalt des Lichts



Showroom Neumarkt

Wir sind Ihr professioneller Partner für exklusive Beleuchtung, entwickeln individuelle und anspruchsvolle Lichtkonzepte für Ihr Privat- oder Gewerbeobjekt und betreuen Sie vom ersten Beratungsgespräch bis zur Montage.

remagen
IDEEN FÜR LICHT + RAUM

Neumarkt 35 -37 · 50667 Köln
Tel. 0221/20 797-0
info@remagenlicht.de
www.remagenlicht.de

Für effektiven Einbruchschutz gibt es staatliche Förderung

Das größte Problem nach einem Einbruch ist oft nicht der Verlust von Wertsachen – sondern das Gefühl, in den eigenen vier Wänden nicht mehr vollkommen sicher zu sein. Das wichtigste Ziel eines Einbruchschutzes muss deshalb sein, dass es zu dieser Verletzung der persönlichen Privatsphäre durch ungebetene Besucher gar nicht erst kommt. „Einbrecher suchen immer den einfachsten Weg, um einzudringen: etwa durch Fenster und Türen im Parterre, die mit wenig Aufwand zu erreichen sind“, erklärt Florian Lauw, Sicherheitsexperte bei ABUS. Zunächst einmal sollte man sein Hab und Gut daher durch simple Vorsichtsmaßnahmen sowie durch mechanische Systeme schützen, auf diese Weise erschwere man es Angreifern, über Türen und Fenster einzudringen.

Am besten: Mechanik plus Elektronik

Einen Schritt weiter geht mechatronischer Einbruchschutz, der den Versuch des Eindringens zusätzlich detektiert und meldet. „Im Gegensatz zu herkömmlichen Alarmanlagen kann ein mechatronisches System verhindern, dass der Einbrecher überhaupt ins Innere des Gebäudes gelangt“, so Lauw. Setze der Eindringling an einem mechatronisch geschützten Fenster oder an einer Tür einen Hebelversuch an, würden spezielle Präventionsmelder sofort Alarm auslösen und dem Angreifer zugleich einen Widerstand von etwa 1,5 Tonnen entgegensetzen.

Foto: ©djd/ABUS

Wichtigstes Ziel eines effektiven Einbruchschutzes muss sein, die Verletzung der persönlichen Privatsphäre durch ungebetene Gäste zu verhindern.

Staatliche Förderung für modernen Einbruchschutz

Foto: ©djd/ABUS

Voraussetzung für den staatlichen Zuschuss zu einer einbruchhemmenden Maßnahme ist, dass das entsprechende Angebot von einem Fachunternehmen stammt.

Der Einbau eines solchen mechatronischen Systems beispielsweise zählt zu den Maßnahmen im Einbruchschutz, die der Staat über die KfW seit dem vergangenen Jahr bezuschusst. „Förderfähig sind zehn Prozent der Investitionskosten bei Einzelmaßnahmen, der maximale Zuschuss beträgt 1.500 Euro“, erklärt Florian Lauw. Die Mindestinvestition, um an einen Zuschuss zu gelangen, liege bei 2.000 Euro. Voraussetzung für den Zuschuss sei, dass das entsprechende Angebot von einem Fachunternehmen stamme und die Systeme bestimmte DIN-Normen erfüllten. „Das Angebot muss zunächst bei der KfW eingereicht und von dieser genehmigt werden, erst dann kann die Maßnahme durchgeführt werden“, so Lauw.

➲ *www.abus.com oder www.kfw.de/einbruchschutz*

Die neue staatliche Förderung im Überblick

Förderfähig sind Material- und Handwerkerkosten zum Einbruchschutz unter der Voraussetzung, dass die Umbauarbeiten durch ein Fachunternehmen des Handwerks durchgeführt werden.

Gefördert werden unter anderem:

- Systeme zur Einbruchs- und Überfallmeldung
- Videoüberwachung im Eingangsbereich
- Nachrüstung etwa mit Tür-Zusatzschlössern
- Einbau von Türspionen, Türkommunikation und Gegensprechanlagen
- Bewegungsmelder
- Beleuchtung des Eingangsbereichs

Albtraum Einbruch ABUS

Mehr Sicherheit
- vor Einbruch
- im Fall von Schlüsselverlust
- bei zugefallener Tür

Mehr Komfort
- durch schlüsselfreies Leben
- durch einfache Bedienung

Sonntag + Boedecker

..seit über 125 Jahren

Bismarckstraße 26 | 50672 Köln | 0221/ 95 294 60
0221/ 95 294 650 | www.sonntag-boedecker.de

Mit freundlicher Unterstützung von deutscher journalisten dienste

ANZEIGE

Sich sicher fühlen – sicher sein: Rollläden sorgen für ein Plus an Einbruchschutz

Einbrecher haben jetzt wieder Hochsaison. Neben Alarmanlagen und Sicherheitsschlössern haben sich vor allem einbruchhemmende Rollläden als wirksamer Schutz gegen ungebetene Gäste bewährt. „Alle einbruchhemmenden Systeme können sowohl beim Neubau als auch nachträglich eingebaut werden“, so Torsten Brenig, Geschäftsführer der Brenig Instandsetzungs GmbH. In geschlossenem Zustand halten sie selbst grober Gewalt stand und lassen sich nicht ohne erheblichen Aufwand und viel Lärm öffnen. Zeitschaltuhren und Bewegungsmelder sorgen darüber hinaus ganz automatisch – auch bei längerer Abwesenheit – für ein Sicherheitsplus. „Manchmal hilft schon die Nachrüstung der Rollläden mit Motor und automatischer Steuerung. Zeitschaltuhren simulieren dann die Anwesenheit und schrecken Einbrecher dadurch ab“, rät Torsten Brenig. Durch Sonderausstattungen wie Hochschiebesicherungen, verstärkte Führungsschienen und stabile Rollladenpanzer entsteht ein wirksames Gesamtkonzept. Als Mitgliedsbetrieb des Bundesverbandes Rollladen- und Sonnenschutz e. V. und der Innung Rollladen und Sonnenschutz Köln verfügt die Firma Brenig über das professionelle Know-how zur individuellen Beratung, welche Rollläden, Steuerungen und Automatiken im Einzelfall den größten Schutz vor Einbrechern bieten. Neben der Planung übernimmt das Unternehmen natürlich auch die fachgerechte Umsetzung – egal ob Neu- oder Altbau. „Da sich einbruchhemmende Rollläden sowie feste Gitter auch nachträglich an Terrassentüren und Fenstern montieren lassen und dort Einbrüche verhindern, macht eine Nachrüstung auf jeden Fall Sinn, denn heute wird alle dreieinhalb Minuten ein Haus oder eine Wohnung aufgebrochen!“, weiß Herr Brenig. Sein Tipp zu guter Letzt:

Foto: © Querbach

Torsten Brenig

„Gut zu wissen: Maßnahmen zum Schutz vor Wohnungseinbrüchen bezuschusst die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) mit bis zu 5.000,– Euro pro Wohneinheit. Infos zum entsprechenden Förderprogramm 455 finden Hauseigentümer und Mieter auf www.kfw.de.“ Angebote für die beschriebenen Maßnahmen erhalten Interessenten natürlich kostenlos und unverbindlich.

Öffnungszeiten: montags bis freitags 9.00 bis 16.30 Uhr, samstags und außerhalb der Geschäftszeiten nach Vereinbarung.

➲ *Mail: info@brenig.de*
Internet: www.brenig.de
Kundenhotline: 02232 944200

BRENIG
Instandsetzungs GmbH
Industriestraße 56 • 50389 Wesseling-Berzdorf

Ihr
Mercedes-Benz Partner
in Köln-Deutz.

Neuwagen, Jahreswagen,
Gebrauchtwagen. Service.
Original-Teile. Zubehör, Shop.
Unfall-Instandsetzung und
Abschleppdienst. Waschanlage.
Unser Service ist mit Stern
ausgezeichnet.

Mercedes-Benz

BLESES

Bleses Kraftfahrzeuge GmbH & Co. KG
Autorisierter Mercedes-Benz
Service & Vermittlung
Gießener Str. 39-45, 51105 Köln Deutz
Telefon 0221 82801-0, Fax 0221 82801-101
www.bleses.de

Foto: © pixabay.com

Winterreifen: Beim Kauf auf Schneeflockensymbol achten

Mit Winterreifen sind Autofahrer in der kalten Jahreszeit sicher unterwegs und erfüllen zugleich die rechtlichen Vorschriften. Denn der Gesetzgeber schreibt eine den Witterungsverhältnissen angepasste Bereifung vor. "Die Faustregel für die Montage lautet von O bis O - also von Oktober bis Ostern", erklärt Hans-Ulrich Sander, Kraftfahrtexperte von TÜV Rheinland, und ergänzt: "Durch ihr stärker verzahntes Profil und die speziell für die Kälte optimierte Gummimischung haften Winterreifen bei Schnee und Eis erheblich besser auf der Fahrbahn."

Beim Kauf von neuen Pneus sollte man auf das Schneeflockensymbol achten, denn M+S-Reifen (Matsch und Schnee) sind häufig nur eingeschränkt wintertauglich. Gleichwohl genügen sie den gesetzlichen Anforderungen. Das gilt auch für sogenannte Ganzjahres- oder Allwetterreifen. "Sie sind nur ein Kompromiss für diejenigen, die bei starkem Schneefall nicht zwingend auf ihr Auto angewiesen sind", betont Sander.

Foto: © pixabay.com

Alter an der DOT-Kennziffer erkennen

Vor der Montage den Luftdruck der Winterreifen kontrollieren und die Pneus genau prüfen. Reifen mit Beschädigungen gewährleisten keine ausreichende Sicherheit. Das gilt auch für Gummis mit einem Profil von unter vier Millimetern oder einem Alter von mehr als sechs Jahren.

Das Alter lässt sich mithilfe der DOT-Kennziffer auf der Seitenwand ermitteln. Die ersten beiden Ziffern stehen für die Produktionswoche, die letzten beiden für das Jahr.

ANZEIGE

Foto: © Odendahl & Heise

Viel mehr als nur ein Autohaus

In allen Belangen rund um das Auto wenden sich viele Kunden vertrauensvoll an das Team von Odendahl & Heise. Ein Unternehmen, das historisch mit Köln und der für Köln so typischen Lebensart verknüpft ist und in der Region über eine hohe Reputation verfügt.

Ob Express-Service, Mobilitätsgarantie, Garantieverlängerung, Sicherheits-Check, Reparatur- und Zubehörfinanzierung, Pflege-Service oder vieles mehr: Das Leistungsportfolio des Volkswagen- und Audi-Partners lässt keine Wünsche offen. Bereits seit über 80 Jahren überzeugen die Experten von Odendahl & Heise ihre Kunden mit sachverständiger Kompetenz.

Mit professionellem Know-how bringen sie ihnen in ausführlichen Beratungsgesprächen die Welt der Automobile näher. Ob es sich hierbei um eine Neuanschaffung, eine besondere Ausstattung, ein Tuning oder eine Reparatur handelt: „Service“ wird immer großgeschrieben.

Um den Kundenwünschen optimal Rechnung zu tragen, hat Odendahl & Heise sich vergrößert: Ein modernes Reifenservice-Zentrum, eine vergrößerte Werkstatt sowie ein neues Geschäftskunden-Zentrum sorgen dafür, dass sich Kunden rundum perfekt betreut fühlen.

Neben diesem Höchstmaß an Betreuung und der kompetenten Beratung dürfen Kunden sich bei Odendahl & Heise über weitere Annehmlichkeiten, wie zum Beispiel den Hol- und Bringservice oder die Organisation eines Ersatzwagens, freuen.

Das optimale Zusammenspiel vieler Erfolgsfaktoren hat aus diesem Autohaus mit Tradition ein modernes Unternehmen mit viel Engagement gemacht, dem nicht nur das Auto, sondern vor allem die Zufriedenheit der Kunden am Herzen liegt. Aktuell wird der Audi-Betrieb für die Kunden (Verkauf & Service) auf der Robert-Perthel-Str. 66a von Grund auf neu gestaltet.

➲ *www.odendahl-heise.de*

Ihr ausgezeichneter Partner in Köln.
www.odendahl-heise.de

Für Einsteiger, Umsteiger, Aufsteiger.

Aktion.

Aktion gültig vom 01.10.2016 bis 15.11.2016.

Polo Highline 1.2 TSI BMT, 66 kW (90 PS), 5-Gang

Kraftstoffverbrauch, l/100 km: innerorts 6,0/außerorts 4,0/ kombiniert 4,7/CO_2-Emissionen, g/km: kombiniert 107.

Ausstattung: Klimaanlage, Radio „Composition Touch“, ParkPilot, Leichtmetallräder 16", Sitzheizung u. v. m.

Sonderzahlung:	0,00 €
Nettodarlehensbetrag (Anschaffungspreis):	12.671,34 €
Sollzinssatz (gebunden) p. a.:	1,14 %
Effektiver Jahreszins:	1,14 %
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km
Laufzeit:	36 Monate
Gesamtbetrag:	3.996,00 €
36 mtl. Leasingraten à	**111,00 €**[1]

[1] Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Str. 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Das Angebot gilt für Privatkunden und gewerbliche Einzelabnehmer mit Ausnahme von Sonderkunden für ausgewählte Modelle. Bonität vorausgesetzt. Das Angebot gilt nur bei gleichzeitiger Inzahlungnahme Ihres Gebrauchtwagens (ausgenommen Audi, Porsche, SEAT, ŠKODA) mit mindestens 4 Monaten Zulassungsdauer auf Ihren Namen. **Nähere Informationen erhalten Sie bei uns.** Aktion gültig vom 01.10.2016 - 15.11.2015. Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.

Volkswagen

Ihr Volkswagen Partner

Odendahl & Heise

Odendahl & Heise GmbH
Robert-Perthel-Str. 65, 50739 Köln-Longerich
Tel. 0221/9574000, **www.odendahl-heise.de**

Fotos: ©MOTORWORLD Köln-Rheinland

ANZEIGE

Michael Schumachers private Sammlung zieht in die MOTORWORLD Köln-Rheinland ein

Daueraussstellung mit freiem Eintritt für interessierte Fans

Einzigartig ist nicht nur die Nachricht, sondern auch ihr Gegenstand: Mit Eröffnung der MOTORWORLD Köln-Rheinland zur Jahreswende 2017/2018 zieht eine der weltweit bedeutendsten Sammlungen des Motorsports ein: die private Sammlung von Formel-1-Legende Michael Schumacher – Karts seiner Anfangszeiten, Sportwagen, Pokale, einzigartige Erinnerungsstücke und natürlich auch ein Großteil seiner F1-Boliden, mit denen er siebenmal Weltmeister wurde.

Die Familie von Michael Schumacher und die MOTORWORLD schlossen eine Vereinbarung, wonach diese einzigartige Sammlung über Jahre hinweg der Öffentlichkeit frei zugänglich gemacht wird. Damit findet die Michael Schumacher Private Collection gleich im doppelten Sinne eine perfekte Heimat. Denn die MOTORWORLD Köln-Rheinland bietet eine stilvolle Bühne und liegt zudem sehr nahe an Schumachers Heimatort Kerpen.

Noch nie zuvor ist die vollständige Sammlung von Michael Schumacher in der Öffentlichkeit präsentiert worden. Jedes einzelne Fahrzeug, jedes Erinnerungsstück atmet die Erfolgsgeschichte des erfolgreichsten Formel-1-Fahrers aller Zeiten.

Mit Eröffnung der MOTORWORLD Köln-Rheinland werden Fans und Motorsportbegeisterte Autos und andere Memorabilien aus allen Epochen von Schumachers einzigartiger Karriere zu sehen bekommen. „Michaels Familie ist es ein Herzenswunsch, dass alle interessierten Fans Michaels Sammlung zu sehen bekommen, ohne Eintritt bezahlen zu müssen“, sagte Schumachers Managerin Sabine Kehm. „So können sie in Erinnerungen schwelgen und diese grandiosen Zeiten wieder aufleben lassen.

Die Nähe zu Kerpen und die automobile Leidenschaft, die der Standort ausstrahlt, waren zwei weitere sehr gute Gründe für diese Zusammenarbeit.“

In einer der denkmalgeschützten Hallen am Standort wird für Michael Schumachers Private Collection – in eigens dafür gebauten Boxen – ein würdiger Rahmen geschaffen. Die Kölner Oberbürgermeisterin Henriette Reker zeigt sich erfreut und betont: „Diese Daueraussstellung in Köln zu haben, ist für uns eine große Ehre.

Nicht zuletzt unterstreicht sie die hohe Autoaffinität unserer Stadt, deren Wurzeln weit zurückreichen.“ Andreas Dünkel, Initiator der MOTORWORLD-Idee und selbst Motorsportbegeisterter, kommentierte: „Michael Schumachers Leistungen in dieser Form zu würdigen und seinen Fans ganz nahe zu bringen, bedeutet uns sehr viel.“

www.michael-schumacher.de
www.motorworld.de

Jetzt bei uns

Der neue Ford KA+.

FORD **KA+**

Außenspiegel in Wagenfarbe lackiert, elektrisch einstellbar, mit integrierten Blinkleuchten, Fensterheber vorn, elektrisch, mit Quick-Schaltung auf Fahrerseite, Geschwindigkeitsbegrenzer, Ford Easy Fuel (Komfort-Tankverschluss und Fehlbetankungsschutz)

Bei uns für

€ 9.990,00[1]

Abbildung zeigt Wunschausstattung gegen Mehrpreis.

Kraftstoffverbrauch (in l/100 km nach VO (EG) 715/2007 und VO (EG) 692/2008 in der jeweils geltenden Fassung): Ford KA+: 6,6 (innerorts), 4,0 (außerorts), 5,0 (kombiniert); CO_2-Emissionen: 114 g/km (kombiniert).

Autohaus Rudolf Geberzahn GmbH & Co KG
Rösrather Str. 511
51107 Köln
Telefon 0221/89907-0

[1]Gilt für Privatkunden. Gilt für einen Ford Ka+ 1,2-l-Ti-VCT-Benzinmotor 51 kW (70 PS).

Foto: ©Hotel & Wirtshaus Post

Foto: ©Franz GERDL

GEWINNSPIEL:
CityNEWS verlost einen Aufenthaltsgutschein für zwei Personen über drei Übernachtungen mit Frühstück. Teilnehmen können Sie über unser Online-Portal unter: www.citynews-koeln.de

Mit CityNEWS Tirol entdecken:

zwischen Aktiv-Urlaub und Entspannung

Ob in den Ferien oder am Wochenende, Tirol ist auch im Herbst immer eine Reise wert. Für vielfältige Freizeitaktivitäten, wie wandern, klettern oder Mountain-Cart fahren, ist St. Johann der optimale Ausgangspunkt. Dank seiner einzigartigen Lage und Erreichbarkeit entdecken immer mehr Besucher dieses Juwel am Kitzbüheler Horn, das sich erfolgreich dem Massentourismus entzogen hat. St. Johann in Tirol ist die erste Adresse für Aktiv-Urlauber, Wanderfreunde, Mountainbiker, begeisterte Bergsteiger und Gipfelstürmer. Die Gäste erwartet ein aufregender Urlaub inmitten der Kitzbüheler Alpen mit hohen Gipfeln, grünen Wiesen und dichten Wäldern.

Im Zentrum von St. Johann befindet sich mit dem Hotel & Wirtshaus „Post“ ein traditionsreiches Vier-Sterne-Hotel der Extraklasse. Hier kann man im hoteleigenen Wellness-Bereich relaxen und die Seele baumeln lassen. Als besonderes Schmankerl warten im alteingesessenen Wirtshaus inmitten familiär urbaner Atmosphäre Tiroler Spezialitäten. Die „Post“, deren Geschichte über 700 Jahre zurückreicht, verbindet nach der Komplettsanierung im letzten Jahr ein traditionelles Ambiente mit modernsten Annehmlichkeiten.

Foto: ©Franz GERDL

„Für eine optimale Erholung haben unsere Gäste kostenlosen Zugang zum Wohlfühlbereich des Hauses. Hier können sie einen arbeitsreichen oder aktiv genutzten Tag ausklingen lassen und frisches Lebensgefühl tanken“, so „Post“-Wirtin Sigrid Blumschein.

Neben einem Erholungs- und Fitness-Raum gibt es eine finnische Sauna, ein Saunarium und ein Dampfbad. Alle Gästezimmer, Appartements und die Junior Suite sind geschmackvoll und großzügig eingerichtet und mit Annehmlichkeiten wie beispielsweise Flatscreen-TV, WLAN, Safe und Minibar ausgestattet. „Unsere Gäste schätzen bei uns vor allem die kurzen Wege und das abwechslungsreiche Freizeitangebot für jedes Alter“, so Blumschein weiter. Heute präsentiert sich das Haus nach seiner umfangreichen Renovierung und der Übernahme durch Sigrid und Maximilian Blumschein natürlich regional und tirolerisch leger.

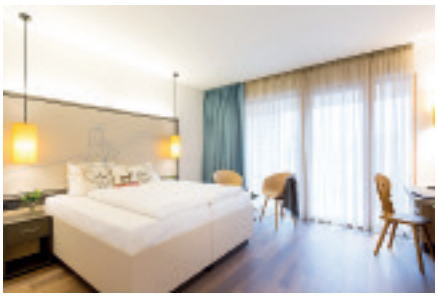


Foto: ©Hotel & Wirtshaus Post

Hotel Wirtshaus Post

4-Sterne
Tel.: +43 5352 63643-0
office@dashotelpost.at
www.dashotelpost.at

Foto: ©Moritz Dornbusch

Foto: ©Moritz Dornbusch

Foto: ©Dominik Ketz

GEWINNSPIEL:
CityNEWS verlost einen Aufenthaltsgutschein für zwei Personen über vier Übernachtungen (So. – Do.) mit Frühstück in der Vor- oder Nachsaison. Teilnahme über unser Online-Portal: www.citynews-koeln.de

Das besondere Natur- und Wohlfühlhotel

Wer in die Eifel möchte, großzügigen Komfort, gutes Essen, tolle Wanderwege sowie fröhliche und natürliche Menschen liebt, der ist im Natur- und Wohlfühlhotel „Kastenholz“ goldrichtig. Das familiengeführte Vier-Sterne-Superior-Hotel liegt nur unweit entfernt vom Nürburgring und von den schönsten Ausflugszielen wie Cochem, Mayen, Ahrweiler und Bad Münstereifel.

Unter dem Credo „Wir lieben Natürlichkeit!“ bieten die Gastgeberin und ihre Kastenhölzer eine familiäre Wohlfühl-Atmosphäre. Sie legt großen Wert auf eine gesundheitsbetonte Ernährung unter Verwendung von natürlichen Produkten und Erzeugnissen von glücklichen Tieren. Das Restaurant verwöhnt seine Gäste mit hausgemachten Eifeler Spezialitäten, leckeren Wildgerichten aus eigener Jagd und edlen Tropfen aus dem Weinkeller. Im Zimmer angekommen, hat der Gast vom Balkon aus einen weiten Ausblick über die Eifellandschaft und den hauseigenen Hirschpark.

Im Spabereich wartet ein großzügiges Angebot an kosmetischen Anwendungen und Körperbehandlungen rund um das Thema Schönheit und ganzheitliches Wohlbefinden. Drei Saunen, das Kräuterdampfbad, der Schwimmbereich und liebevoll gestaltete Ruheräume laden ein zum Verweilen. Täglich findet ein betreutes, abwechslungsreiches Aktiv- und Entspannungs-Programm statt. Das Angebot reicht von Morgen- und Aqua-Gymnastik über Yoga, Tai-Chi, Qigong bis hin zu Klangschalen-Entspannung, geführten Wanderungen, Sinnes-Spaziergängen, Achtsamkeits-Training, Tautreten mit Atemöffner und autogenem Training. Auch im Wellness- und Beauty-Bereich finden nur natürliche Pflegeprodukte wie Naturkosmetik und natürliche Sauna-Aufgüsse Verwendung.

Wem Gesundheit und Wohlergehen bis ins hohe Alter am Herzen liegen, dem bietet das Natur- und Wohlfühlhotel die „F.-X.-Mayr-Entschlackungskur“ an. Als zertifiziertes „FX Mayr“-Zentrum verhilft es seinen Gästen zu innerer und äußerer Säuberung, Entgiftung und Heilung des Körpers. Das Resultat sind neue Vitalität, ein neues Körpergefühl und eine veränderte Lebensführung. „Wem Gesundheit und Wohlergehen bisins hohe Alter am Herzen liegen, dem bietet das Natur- und Wohlfühlhotel die ärztlich durchgeführte FX Mayr Entschlackungskur für porentiefe Entgiftung und Heilung des Körpers an. Als zertifiziertes FX Mayr Zentrum verhilft es seinen Gästen zu innerer und äußerer Säuberung. In der Mayr Kur sind eine Anfangs- und Abschlussuntersuchung, manuelle Bauchbehandlungen, Beautyleistungen & Massagen, eine Heilbehandlung und eine ganzheitliche Persönlichkeitsberatung enthalten. Das Resultat sind neue Vitalität, ein neues Körpergefühl eine veränderte Lebensführung. Zu hungern braucht aber keiner, denn die FX Mayr Kur basiert nicht auf klassischem Heilfasten, also dem gänzlichen Verzicht auf feste Nahrung. Vielmehr geht es in erster Linie um die Schonung, Entschlackung und Entsäuerung des Darms.

Je nach ärztlicher Verordnung erhalten die Teilnehmer entweder die Milch-Semmel Kur oder nach dem Prinzip der Trennkost eine Milde Ableitungsdiät mit Wurzelgemüse oder leicht bekömmlichen Gemüsesorten, Kartoffelprodukten und Fisch. Auch Nahrungsunverträglichkeiten und vegane Lebensstile werden berücksichtigt.“

Natur- und Wohlfühlhotel Kastenholz

4-Sterne-Superior
Tel.: 02694 381
info@kastenholz-eifel.de
www.kastenholz-eifel.de

Köstliches – nicht nur zu Weihnachten!

ANZEIGE

Foto: ©Michael Birghan

Geschäftsführerin Janet Berge-Birghan heißt Sie im weihnachtlich dekorierten Ladengeschäft willkommen.

Ein kulinarischer Geheimtipp ist das einzigartige Delikatessengeschäft Wolfram Berge im oberbergischen Nümbrecht-Breunfeld.

Im Jahr 1960 von Wolfram Berge gegründet, wird das Geschäft seit 2014 von Tochter Janet Berge-Birghan nun in zweiter Generation geführt. In dem prachtvoll dekorierten Ladengeschäft werden feinste Schinken- & Käsespezialitäten, hausgemachte Feinkostsalate, handgeschnittener Lachs sowie feinste Honige & Konfitüren, edle Pralinen & Schokoladen, Gewürze, Gebäckspezialitäten, Weine & ausgefallene Spirituosen präsentiert.

Weit über die Grenzen der Region bekannt sind die vom Seniorchef Wolfram Berge selbst erfundenen original Tessiner Senfsaucen. Mittlerweile werden diese Köstlichkeiten bundesweit vertrieben.

Gaumenfreuden aus aller Welt begeistern hier genauso wie viele Produkte aus eigener Herstellung. In der hauseigenen Küche werden frische Früchte aus der Region liebevoll zu besonderen Fruchtaufstrichen gekocht. Aber auch Schmalzspezialitäten werden aufwendig produziert sowie der unvergleichbare Wintertraum-Punsch. Und den können Sie im weihnachtlich dekorierten Ladengeschäft am Kamin verkosten, dazu werden Schweizer Zimtsterne, Brunsli oder saftige Dessertprinten gereicht. Am 5. & 6. November 2016 gibt es ein verkaufsoffenes Wochenende, an dem Sie den ganzen Tag Snacks gereicht bekommen, die selbstverständlich nur aus den eigenen Produkten hergestellt werden (Anmeldung erforderlich unter: verkauf@delikatessen-berge.de). Lassen Sie sich für Ihre Weihnachtstafel inspirieren. Bei Wolfram Berge werden Delikatessen nicht nur verkauft – sie werden gelebt, getreu dem Motto:

Genießen mit Leidenschaft!

➲ *www.delikatessen-berge.de*

Wir heißen Sie herzlich Willkommen zu unserem
offenen Wochenende
am 5. & 6. November von **9 bis 18 Uhr**

Freuen Sie sich auf tolle Geschenkideen und vieles zum Probieren!

WolframBerge
Delikatessen & Geschenke

Um uns gut auf Sie vorbereiten zu können bitten wir um Ihre Anmeldung per Mail an:
verkauf@delikatessen-berge.de

Wolfram Berge Delikatessen • Alfred-Nobel-Straße 1
51588 Nümbrecht-Breunfeld
Tel. 02293 - 3060 • www.delikatessen-berge.de

Ausstellung im LVR-Industriemuseum zur Geschichte des Puzzlespiels

Puzzeln ist nach wie vor ein beliebter Zeitvertreib. Ständig kommen neue Motive auf den Markt. Dieses Geduldsspiel blickt aber auch auf eine lange Tradition zurück. Die Ausstellung im LVR-Industriemuseum Bergisch Gladbach zeichnet diese Geschichte an ausgewählten Objekten aus der Sammlung von Geert Bekkering aus Enschede in den Niederlanden nach.

© Geert Bekkering, Enschede · Foto: Geert Bekkering

Die Verlobung. Wer kann's Puzzle des J. F. Schreiber Verlages, Esslingen, 1910

Puzzeln – ein Zeitvertreib mit Historie

Zunächst stand das Vermitteln von geografischen Kenntnissen im Vordergrund. Im 18. Jahrhundert benutzten Lehrer und Erzieher auf Holz aufgezogene und dann zersägte Landkarten beim Unterricht. 1763 wird John Spilsbury als „Londoner Graveur und Zersäger von Karten auf Holz“ erwähnt, die Puzzleproduktion wurde also professionalisiert. Im 19. Jahrhundert erweiterte sich das Spektrum der Motive, und neue Druck- und mechanische Sägetechniken machten die Spiele preiswerter. Anfang des 20. Jahrhundert verbilligten die Verwendung von Pappe und das Stanzen die Herstellung noch einmal und es kam zur ersten „Puzzlemanie“. In dieser Zeit wurde auch die Bezeichnung„-Puzzle“ in Deutschland übernommen. Das Wort kommt aus dem Englischen und bedeutet Rätsel, Tüftelei.

© Geert Bekkering, Enschede · Foto: Jürgen Hoffmann

New Animal Puzzle, Robert Hartwig, Sonneberg 1910

Geduld, Handeln und Denken

Die Begeisterung hielt an: Nach dem Zweiten Weltkrieg wurden erstmals Puzzles mit über tausend Teilen produziert, und die neuen Herausforderungen ziehen bis heute viele Puzzlefreunde in ihren Bann. Nach wie vor verbindet man mit dem Puzzeln den **Erwerb wichtiger Kompetenzen** wie Geduld und systematisches Denken und Handeln.

Neben vielen historischen Puzzlespielen gehört zur Ausstellung auch ein Mitmachbereich, in dem Klein und Groß puzzeln kann. Momentan entsteht hier das größte Puzzle der Welt, mit mehr als 33.600 Teilen. Es fehlen nur noch wenige Teile bis zur Vollendung.

Die Ausstellung im LVR-Industriemuseum läuft noch bis zum 29. Januar 2017.

Öffnungszeiten: Di – Fr 10 – 17 Uhr · Sa und So 11 – 18 Uhr
Eintritt: Erwachsene: 3 Euro, Kinder und Jugendliche frei

LVR-Industriemuseum
Papiermühle · Alte Dombach · 51465 Bergisch Gladbach

➲ *kulturinfo rheinland · Tel.: 02234 99 21 55 5*
www.industriemuseum.lvr.de

KLEIN CATERING Wir kochen für Köln

Michaela Klein · Liebigstraße 120 · 50823 Köln · Telefon 0221 1707424 · Telefax 0221 1707423
m.klein@kleins-catering.de · www.kleins-catering.de

Information zu den Lesungen in der PHÄNOMENTA Lüdenscheid

ANZEIGE

© Jojo Mann

am 18. und 25. November 2016, jeweils um 15:00 Uhr

(geeignet für Zuhörer ab 6 Jahren)

Was ist passender, als kurz vor Weihnachten eine Geschichte über die Osterhasen zu erzählen?

Insbesondere dann, wenn es bei den Osterhasen nur am Rande um ihren Beruf geht …

„Die Rückkehr der Osterhasen", mit dem Untertitel „Besuch aus der Zukunft", ist eine Fantasie. Sie ist ein Anreiz für Kinder und Jugendliche, kreativ zu sein. Die Geschichte führt sie weit in die Zukunft und von dort aus wieder zurück, bis fast in ihre eigene Gegenwart.

Sie inspiriert, charakterisiert und vermittelt Werte; Freundschaft, Vertrauen und Ehrlichkeit gehören dazu.

Autor und Vorleser: Jojo Mann

Keine Zeit für trübe Stimmung

Die dunkle Jahreszeit bringt oft auch schlechtes Wetter mit sich. Aber das ist noch lange kein Grund für schlechte Laune, zumindest nicht bei den Kölner Tieren aus dem neuen Buch von Corinna Vogelmann. In „Was machen die Kölner Tiere, wenn es regnet" (Bachem Verlag) verknüpft die Illustratorin typische Kölner Schauplätze und beliebte Tiere zu fröhlichen, liebenswerten Bildergeschichten. Ein kunterbuntes Werk für Bücherwürmer ab zwei Jahren, das im Handumdrehen auch an trüben Regentagen die Stimmung hebt!

© Illustrationen von Corinna Vogelmann

Vespa
Scooteria Colonia

Hansaring 151
50670 Köln
Telefon 0221 / 16 84 67 37

Gospelstar Queen Esther Marrow mit Highlights ihrer internationalen Karriere in Köln erleben

Foto: © Thomas Brill

Mit einer fulminanten „Best-of-Show“ wird sich Queen Esther Marrow, der Superstar der internationalen Gospelszene, wie von der New York Times gekürt, gemeinsam mit den legendären „The Harlem Gospel Singers“ und der grandios besetzten Band von ihren Fans in Europa verabschieden.

Queen Esther Marrow´s The Harlem Gospel Singers sind im Rahmen ihrer Abschiedstour 2016/17 in Europa vom 02. bis 30. Januar auch in insgesamt 7 NRW-Städten zu Gast, wo die First Lady des Gospel die Highlights ihrer Karriere in Köln zu Beginn der NRW-Termine am 02. 01. in der Kölner Philharmonie sowie zum krönenenden Tour-Abschluß am 30.01.2017 im Musical Dome Köln darbietet.

Zum Abschied ein Best-of Feuerwerk

In einem Fest wird sich ein Feuerwerk aus dem Vermächtnis großer Gospel-Tradition entladen und neue wie vertraute Hymnen in temporeichen Rhythmen offenbaren. Weit werden noch einmal die Arme gen Himmel fliegen, die prachtvoll farbenfrohen Roben über die Bühne wirbeln und auch im Parkett und auf den Rängen werden Füße, Hände, Hüften nicht mehr zu halten sein. Die musikalischen Tribute weltberühmter Hits von Ausnahmekünstlern wie Stevie Wonder, Ray Charles oder Michael Jackson, die Kultstatus erlangten, zählen in jeder Show zu den Höhepunkten: „Best-of“ – das Motto ist Programm für diese letzte Spielsaison!

Tickets gibt es bundesweit unter der Telefon-Hotline: 01806 101011 (0,20 €/ Anruf a. d. dt. Festnetz, max. 0,60 €/ Anruf a. d. dt. Mobilfunknetz), online unter www.theharlemgospelsingers.de und an allen bekannten Vorverkaufsstellen.

➲ *www.theharlemgospelsingers.de*

Das DIEHLBERG – das Wohlfühlhotel am Biggesee

In herrlicher Umgebung auf einer Halbinsel gelegen, findet hier jeder Ruhe vorm Alltagsstress.

Foto: © Resolé KG

Die insgesamt 38 Zimmer, Familienzimmer und Suiten sind äußerst komfortabel eingerichtet, die moderne Ausstattung ist die Basis für einen Wohlfühl-Aufenthalt im DIEHLBERG. Seit März 2016 ist das DIEHLBERG in Sachen „Kunst auf Leinwand“ bei Kunstliebhabern ein fester Begriff. In Zusammenarbeit mit **kunstwärk.de** aus Olpe und Leo Cleymans aus Knokke - Belgien findet der Gast in den verschiedensten Bereichen des Hotels moderne Kunstwerke, eine gelungene Symbiose aus Farben und Formen, alles Unikate wie für das DIEHLBERG gemacht. Das DIEHLBERG ist einfach anders, kräftig, ausdrucksstark und auch ein wenig bunt, aber immer harmonisch, genauso wie die Kunstwerke an den Wänden.

➲ *Weitere Informationen unter www.kunstwärk.de und www.diehlberg.de*

Foto: © Leo Cleymans

Foto: © Leo Cleymans

ANZEIGE

PARK SAUNA LEVERKUSEN

Besuchen Sie die Park-Sauna und testen Sie die **kostenlosen Kneippangebote** im Saunagarten.

Bismarckstr. 182 • 51373 Leverkusen • www.parksauna-lev.de

ANZEIGE

Tina-Turner-Musical kommt nach Köln

Foto: © Reset Productions

Zum 40-jährigen Jubiläum ihrer Solokarriere entstand in London diese Produktion über das Leben und Schaffen der einzigartigen Tina Turner.

Hits wie „Simply The Best“, „Private Dancer“ oder „We Don’t Need Another Hero“ sind Popgeschichte und machen Tina Turner zur Musik-Legende.

„Break Every Rule“ ist ein mitreißendes musikalisch-biografisches Musical und greift die wichtigsten Stationen von Tinas Erfolgsgeschichte neu auf. Die Multimedia-Show reicht von den Anfängen ihrer Karriere mit der schwierigen Trennung von Ike Turner über „Nutbush City Limits“ und die 80er-Jahre-Phase bis hin zur Filmmusik von z. B. „The Golden Eye“ (1995).

Auf einer großen Leinwand sind Fotos, Videoclips und Interviewsequenzen zu sehen. Kurze Spielszenen führen durch die Karriere der gebürtigen Amerikanerin, die mittlerweile zurückgezogen in der Schweiz lebt.

In mehr als 2½ Stunden zeigt diese Show zusammen mit Tänzern, Schauspielern und Liveband ein überwältigendes Gesamtkunstwerk und nimmt das Publikum mit auf eine musikalische Zeitreise durch vier Jahrzehnte Musikgeschichte.

Montag, 27. März 2017 um 20 Uhr in Köln, Tanzbrunnen

➲ *Tickets erhalten Sie unter 0221 28 01 und an allen bekannten VVK-Stellen*

10. November 2016 bis 29. Januar 2017

trennung frei haus

ISABEL VARELL, TIMOTHY PEACH
CHRISTIAN MARIA GOEBEL

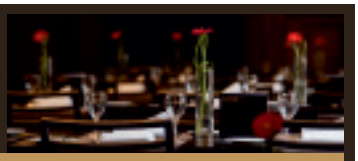
Komödie von Tristan Petitgirard
Regie: René Heinersdorff

kölnticket.de Tickethotline: 0221-2801

theater am dom guter abend.

Theater am Dom, Glockengasse 11, Opern Passagen, Kasse: 0221-2580153/54

HOF 18 RESTAURANT



Das moderne HOF 18 Restaurant befindet sich auf der ersten Etage im Brauhaus Früh am Dom, in den ehemaligen Hofbräustuben und Wohnräumen der Familie Früh. In anspruchsvollem Ambiente servieren wir kreative und fantasievolle Speisen – und selbstverständlich unser frisch gezapftes Früh Kölsch. Genießen Sie feine und bunte cross-kulturelle Küche mit unverwechselbarem Blick auf den Dom!

HOF 18 Restaurant im Brauhaus Früh am Dom
Am Hof 12-18, 50667 Köln, Tel. 0221-26 13 215
gastronomie@frueh.de, www.frueh-gastronomie.de

Früh GASTRONOMIE

Besuchen Sie uns auf Facebook!

WWW.FACEBOOK.COM/
CITYNEWSKOELN

Foto: © Alex Weis

Ganz schön atemlos: Helene Fischer auf großer Tournee

Helene Fischer geht endlich wieder mit einem neuen Album auf große Konzerttour. Und dabei wird es akrobatisch, spektakulär und wie immer wird sie das Publikum atemlos machen. Die Sängerin ist die erfolgreichste Künstlerin Europas und hat in den letzten Jahren sämtliche Rekorde im deutschsprachigen Musikgeschäft gebrochen. So konnte sie im Rahmen ihrer letzten Livetournee über 1,2 Millionen Zuschauer begeistern.

Derzeit arbeitet Helene Fischer im Studio an ihrem neuen Album und im Hintergrund laufen parallel bereits die Planungen für die neue Livetour. Die Tournee wird im Herbst 2017 starten und in Zusammenarbeit mit 45 DEGREES produziert, einem Department von Cirque du Soleil. Diese nähern sich dem neuen Show-Konzept innovativ und experimentell, dabei soll eine Symbiose aus neuesten technischen Errungenschaften und professioneller künstlerischer Darbietung geschaffen werden. Gleichzeitig soll aber die positive Leichtigkeit eines Helene-Fischer-Konzertes erhalten bleiben – sowohl mit den beliebtesten als auch den neuen Hits.

Außergewöhnlich ist, dass Helene Fischer nicht jeden Tag woanders auftreten wird, sondern in jeder Stadt eine Woche am Stück gastieren und fünf Konzerte pro Event-Location geben wird. Somit spielt die Sängerin im Rahmen ihrer Tournee bis Frühjahr 2018 insgesamt 65 Shows in 13 Städten Deutschlands, Österreichs und der Schweiz. Vom **03.10. bis 08.10.2017** wird sie auch in der **Kölner LANXESS arena** auftreten.

➲ *Eintrittskarten gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen sowie im Internet unter www.eventim.de der www.semmel.de*

Ene Besuch em Zoo – festgehalten mit der Kamera!

Profi-Tipps von Tierfotografin Regine Heuser

Regine Heuser ist eine der bekanntesten Tier-Fotografinnen Deutschlands. Sie bietet mit großem Erfolg Workshops und Seminare rund um das Thema Tierfotografie an. Wer einen der raren Seminarplätze ergattern kann, wird sich glücklich schätzen, denn Regine Heuser kann einen regelrechten Run auf ihren Service verbuchen. Ein gutes Tierfoto zu schießen ist dabei gar nicht so einfach. Hier kommt es erst einmal nicht auf eine teure Ausrüstung an, sondern auf einen geschulten Blick. CityNEWS holte sich Tipps vom Profi.

Alle Fotos: © Regine Heuser

Besonders die Zoo-Fotografie ist eine große Herausforderung, denn hier hat man keine Möglichkeit, auf die Tiere Einfluss zu nehmen. Natürlich ist es einfacher als im Bereich der Wildlife-Fotografie, weil man nicht warten muss, bis man ein Tier zu Gesicht bekommt, aber das Ziel, ein besonderes Bild zu erhalten, und die „Zoo-Atmosphäre“ erfordern Geduld und einen Blick für das Wesentliche. Und nicht jede Situation ist reizvoll, sodass die Geduld auch mit das Wichtigste im Bereich der Zoo-Fotografie ist. Warten auf den geeigneten Moment.

Blenden Sie die Zooatmosphäre aus!

Schauen Sie sich das folgende Bild an. Trotz des schönen Gepards, der tollen Pose und des aufmerksamen Blicks stören hier einige Punkte: der Zaun im Hintergrund, Zoobesucher und die Schatten im Bild, die teilweise durch Bäume verursacht wurden und hier im Kopfbereich etwas störend wirken.

Um nicht vom Motiv abzulenken, muss der Hintergrund immer in die Bildgestaltung mit einbezogen werden. Schon beim Blick durch den Kamera-Sucher sollte man darauf achten, dass sich keine Objekte im Bild befinden, die störend wirken. Wenn Sie gerade erst mit der Fotografie beginnen, müssen Sie anfangs noch auf so viele Dinge achten, dass Sie so konzentriert sind, auch auf das Motiv, dass Sie alles andere im Sucher gar nicht wahrnehmen, das ist normal. Versuchen Sie, auch wenn Sie jetzt das erste Mal in einem Zoo fotografieren, schon auf solche Dinge zu achten. Achten Sie darauf, was alles im Hintergrund im Bild zu sehen ist und ob es die Bildgestaltung stören könnte. Besonders in Zoos oder Wildparks hat man mit der Hintergrundgestaltung zu kämpfen.

Eine gute Möglichkeit, das Bild zu verbessern, ist, einfach auf einen besseren Moment zu warten und evtl. zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal bei den Geparden vorbeizuschauen. Von einem anderen Standort aus gab es beispielsweise eine wesentlich bessere Position und man konnte so auch auf die Hintergrundgestaltung Einfluss nehmen. Es sollte immer das Bestreben sein, das Bild so aufzunehmen, dass später keine oder nur wenige Korrekturen nötig sind.

➲ *Weitere Infos zur Tierfotografie und die Möglichkeit, spannende und lehrreiche Seminare und Workshops zu buchen, bietet Regine Heuser auf ihrer Homepage: www.regineheuser.de*

Reinhard Mey und seine Gitarre

Für sein neues Programm hat sich Reinhard Mey ganze drei Jahre Zeit gelassen. Im September 2017 startet der Liedermacher dann endlich in seine 30 Stationen umfassende Gastspielreihe.

Foto: ©Universal Music

Darauf haben seine Fans lange gewartet: Reinhard Mey ganz pur zu erleben, nur ihn und seine Gitarre. Wer den Künstler kennt, weiß, dass es nicht mehr braucht, um einen Abend zu füllen.

Bei Reinhard Mey ist es, als ob man einem alten Freund zuhört. Er singt von Freude und Hoffnung, von Liebe und Zorn, von Glück und Schmerz, er erzählt aus seinem Leben, in dem wir zugleich unser aller Leben wiederfinden.

Zeitlos schön

Sein Publikum ist ihm in all den Jahren treu geblieben und es kommen immer neue Fans hinzu. Hier versammeln sich die alten und die jungen und singen seine Lieder, die irgendwie nie an Aktualität verlieren.

➲ *www.mey-tickets.de*

Einfach magisch

Zwei Jahre hat Hans Klok an seiner neuen Show gearbeitet. Jetzt ist das Konzept für „House of Mystery“ fertig und ab dem 26. Dezember 2017 wird der schnellste Magier der Welt damit auf Tournee gehen.

Foto: © Andy Doornhein

Die Weltpremiere von „House of Mystery“ feiert Hans Klok Ende nächsten Jahres im Düsseldorfer Capitol Theater. Danach geht es quer durch Deutschland über Österreich bis nach Köln (24. und 25. Februar 2018) und von da weiter Richtung Schweiz. Insgesamt 40 Bühnen wird er bespielen und dabei sein Publikum mit mystischen Elementen, verblüffenden Illusionen und beeindruckenden Effekten unterhalten.

Hochspannung garantiert

Der Künstler selbst ist Protagonist einer aufregenden Story mit Gänsehauteffekt. In „House of Mystery“ lässt Hans Klok Menschen schweben und Schwerter klirren; Vampire, Zombies, Geister und „Haunted Dolls“ machen die Bühne zu einem mystischen Ort. Dem Publikum kommt an dem Abend eine aktive Rolle zu. Mehr dazu will der Magier im Vorfeld nicht verraten.

➲ *www.eventim.de*

7.000 Quadratmeter Weihnachtsfreude!

Komm, wir feiern die schönen Dinge des Lebens auf dem Weihnachtsmarkt am Dom!

Ob Groß oder Klein, Alt oder Jung, Freunde oder Familie, Deutschlands beliebtester Weihnachtsmarkt verwöhnt Gaumen, Nasen, Augen und Herzen. Hier wird aus einem kurzen Abstecher ein echtes Erlebnis!

Über 100 kostenfreie Veranstaltungs-Highlights, rund 150 Stände mit exklusivem Kunsthandwerk, attraktiven Geschenkideen sowie kulinarische Highlights für jeden Geschmack, größtenteils in Bio-Qualität.

Der Weihnachtsmarkt am Dom unterstützt zudem zahlreiche soziale Aktionen und fördert Programme, die die Schwächsten unserer Gesellschaft stärken.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
www.koelnerweihnachtsmarkt.com

Außenspielstätte am Offenbachplatz eröffnet

Mit dem Stück „Karnickel“ nahm die Außenspielstätte des Schauspiels Köln am Offenbachplatz ihren Betrieb auf. Intendant Stefan Bachmann freute sich über viel positives Feedback nach der überaus gelungenen Premiere.

Foto: © David Baltzer

Neben „Karnickel“ von Dirk Laucke dürfen wir uns auf viele weitere spannende Programmpunkte freuen. Insgesamt werden vier junge Regisseure bis Ende September 2017 ebenso viele neue Stücke auf die Bühne bringen. Daneben wird es Filmpremieren, Lesungen, Performances und Filmabende geben.

Weitere Termine von „Karnickel“ gibt es unter anderem am 4.11./12.11. und 13.11.2016.

➲ *www.schauspiel.koeln*

Foto: © David Baltzer

Politisches Kabarett im Klüngelpütz

„Flucht nach vorn“ heißt das neue Stück im Klüngelpütz-Theater. Mit scharfer Zunge, haarklein recherchiert und treffend wie gewohnt, eröffnete Kabarettistin und Theaterchefin Marina Barth die Spielzeit 2016/2017.

Foto: © Anne Barth

Statt eine Sau nach der anderen durchs Dorf zu treiben, geht Marina Barth, die in dem Stück mit Joachim Jezewski zu sehen ist, den Dingen lieber auf den Grund. Sie stellt Fragen wie: Haben Demokratie und Freiheit überhaupt eine Chance? „Politisches Kabarett in Zeiten, die uns alle herausfordern, hat keine Antworten, aber es stellt die richtigen Fragen“, findet Marina Barth und tritt lieber die „Flucht nach vorn an“, statt sich einen Bären aufbinden zu lassen. Nächster Spieltermin von „Flucht nach vorn“ ist der 6. November 2016.

➲ *www.kluengelpuetz.de*

Elton John in der LANXESS arena

Nach sieben erfolgreichen Konzerten in diesem Jahr steht fest: Elton John wird auch 2017 in Deutschland auftreten, unter anderem bei einem Konzert in der LANXESS arena am 27. Juni 2017.

Foto: © MelanieEscombe

Mit seinem Greatest-Hits-Programm nimmt das britische Popidol seine Fans nicht nur mit auf Reisen in die Vergangenheit, sondern wird bei seinen kommenden Konzerten ebenso einige Lieder seines aktuellen Top-10-Albums „Wonderful Crazy Night“ präsentieren. Garantiert werden über zwei Stunden Programm mit weltweit erfolgreichen Hits wie „Your Song“, „Rocket Man“ oder „Candle In The Wind“. Auch mit energiegeladenen Rocksongs wie „The Bitch Is Back“, „Bennie And The Jets“ oder natürlich „Crocodile Rock“ wird der weltweit gefeierte Musiker aufwarten.

➲ *www.lanxess-arena.de*

Begarden Hof

Brückenstraße 41 · 50996 Köln-Rodenkirchen · Telefon 0221 9854710 · info@begardenhof.de · www.begardenhof.de

ANZEIGE

Fotos: © Stage Entertainment

Oberhausen wird zum Dschungel:

Disneys Musical TARZAN kommt nach NRW

© Burroughs and Disney

Disneys Musical TARZAN verwandelt das Stage Metronom Theater in Oberhausen in eine faszinierende Dschungelwelt. Die außergewöhnliche und innovative Show wird die Zuschauer mit atemberaubender Luftakrobatik, überraschenden Lichteffekten, fantasievollen Kostümen und der mitreißenden Musik von Weltstar Phil Collins begeistern. Das Pop-Genie hatte bereits die Songs des gleichnamigen Disney-Films komponiert, und das mit Erfolg: Sein Song „You'll be in my heart" wurde mit einem Grammy und einem Oscar ausgezeichnet.

Der Musical-Hit wartet mit Starbesetzung auf:

Der aus NRW stammende Künstler Alexander Klaws wird die Rolle des „Tarzan" übernehmen. Bereits 2010 feierte er in Hamburg sensationelle Erfolge in der Rolle des Dschungelhelden und spielte sich in die Herzen der Zuschauer. Er ist begeistert von seinem doppelten Heimspiel: „Noch einmal die Herausforderung anzunehmen, Tarzan zu spielen und diese Rolle neu für mich zu erfinden, ist aufregend. Ich freue mich, alle meine Bühnenerfahrungen der letzten Jahre in Oberhausen einzubringen und mich der Herausforderung ‚Tarzan 2016' zu stellen. Außerdem stehe ich quasi zu Hause auf der Bühne – ein doppeltes Heimspiel …"

Eine mitreißende Liebesgeschichte für große und kleine Abenteurer

Tarzans Geschichte ist weltberühmt und hat bis heute viele Generationen begeistert: Nach einem Schiffbruch nahe der Küste Afrikas wird der kleine Tarzan mit seinen Eltern an einen menschenleeren Strand gespült. Vater und Mutter werden Opfer eines Leoparden-Angriffs und das Kind bleibt als Waise zurück. Das Gorilla-Weibchen Kala nimmt sich seiner an und zieht ihn in der Gemeinschaft der Affen groß. Nicht allen ist er gleichermaßen willkommen. Clan-Oberhaupt Kerchak sieht ihn als Eindringling, der eine Gefahr für seine Sippe darstellt. Und auch Tarzan spürt, dass seine Wurzeln eigentlich woanders liegen. Jahre später trifft eine Expedition im Dschungel ein und Tarzan – mittlerweile ein junger Mann – steht zum ersten Mal Menschen gegenüber. Unter ihnen ist die hübsche Jane. Diese Begegnung ist der Anfang einer großen Liebe, die sie schon bald vor die wichtigste Entscheidung ihres Lebens stellt.

➲ *Weitere Infos und Tickets unter: www.musicals.de*

Endlich Öl auf die Ketten der freien Kölner Kultur

Wegen teils unterirdisch niedriger Gagen müssen sich viele Schauspieler der freien Theaterszene Köln immer wieder dieselbe Frage stellen: „Kann ich meinen Beruf bald nur noch als Hobby betreiben?“

Jetzt keimt ein Hoffnungsschimmer auf, denn die Stadt Köln hat sich durch einen Ratsbeschluss nicht nur auf die Theaterschaffenden, sondern auf die gesamte freie Kulturszene zubewegt. Der Fördermitteletat des Kulturamtes wurde um 200.000 Euro für das laufende Kalenderjahr aufgestockt. Der im Sommer 2016 verabschiedete Doppelhaushalt 2016/2017 sieht ab dem kommenden Jahr sogar eine weitere Aufstockung um mehr als eine Million Euro vor.

Transparenz schaffen

Kulturamtsleiterin Barbara Foerster erläutert: „Wir haben in allen Sparten gemeinsam mit der Szene und der Politik Förderkonzepte entwickelt, die klar formulieren, nach welchen Zielen, Schwerpunkten, mit welchen Förderinstrumenten und nach welchem Vergabeverfahren die freie Kunst in Köln gefördert werden soll. Das schafft Transparenz, Vertrauen und Verbindlichkeit.“ Für sie ist die freie Kulturszene ein zentraler Motor des Kulturstandortes Köln. „Dieser Motor braucht Öl, damit er laufen kann. Luft reicht nicht“, so Foerster.

Reaktionen hinter den Kulissen

Mit den zusätzlichen Mitteln für das Jahr 2016 sollen freie Theater, Tanzensembles, Filmfestivals und freie Projekträume strukturell gestärkt werden. Wie die Fördergelder in 2017 verteilt werden, wird noch verhandelt. CityNEWS hat hinter den Kulissen der freien Theaterszene Reaktionen auf die frohe Botschaft aus dem Rathaus eingefangen. *Astrid Waligura*

Foto: © MEYER ORIGINALS

Klaus Schweizer, Schauspieler und Geschäftsführer des COMEDIA Theaters:

Die freie Theaterszene hat für 45 Theaterbetriebe einen Förderbedarf von 5,14 Millionen Euro ermittelt. Für die gesamte Kulturszene sollen 2016 insgesamt 200.000,– Euro, für 2017 noch mal zusätzlich eine Million Euro ausgeschüttet werden. Die gesamte Kulturszene hat ca. 140 Mitglieder. Da relativiert sich doch einiges. Es bleibt dabei: Die freie Theaterszene bleibt gefährlich unterfinanziert. Gleichwohl ist anzuerkennen, dass die Politik den ersten Schritt in die richtige Richtung getan hat.

Foto: © Volker Schäffner

Marina Barth, Kabarettistin und Leiterin des Klüngelpütz-Theaters:

Der Politikwechsel im Kölner Rathaus hat für die freien Theater tatsächlich erste Folgen: Es gibt mehr Geld! Das ist dringend nötig, denn wir benötigen eine Verdoppelung der Förderung, um das Existenzminimum zu erreichen. Weiter so! Und weil Kabaretttheater immer noch ausgeschlossen sind aus der Förderung, frage ich: Wenn Köln kein Kabarett braucht: Wer dann?

UNICEF-Weihnachtskarten 2016: Mit Festtagsgrüßen Gutes tun!

Auch dieses Jahr gibt es wieder die von UNICEF-Pate Udo Lindenberg gezeichneten Weihnachtskarten. So wie UNICEF feiert er dieses Jahr seinen 70. Geburtstag. Zum ersten Mal dabei ist Sven Nordqvist, der Erfinder von Pettersson & Findus. Er gestaltete eigens für UNICEF fünf weihnachtliche Zeichnungen mit liebevollen Details. Zehn Karten mit Umschlägen kosten zwischen 14 und 16 Euro.

©Sven Nordqvist ©Louise Anglicas © UNICEF

Entdecken Sie die Hilfe dahinter

Der Erlös des Kartenverkaufs wird von UNICEF jeweils dort eingesetzt, wo die Hilfe besonders nötig ist, aktuell beispielsweise für geflüchtete Kinder in Syrien und seinen Nachbarländern. Rund sechs Millionen Kinder sind in Syrien dringend auf Hilfe angewiesen, dazu kommen über zwei Millionen syrische Mädchen und Jungen, die vor allem nach Jordanien, in den Libanon und in die Türkei geflohen sind.

UNICEF versorgt Familien in den betroffenen Gebieten mit sauberem Trinkwasser, impft und betreut die Mädchen und Jungen psychosozial in kinderfreundlichen Zentren. Gemeinsam mit Partnern vor Ort setzt sich UNICEF dafür ein, dass sie wieder zur Schule gehen können.

➲ *www.unicef.de/karten*

ANZEIGE

KIND OF BOHEMIAN LIFESTYLE

Foto: © KBL Eyewear

... ist eine New Yorker Brillenkollektion, die für Design und Qualität in handgemachter Perfektion steht.

Unverkennbares Merkmal von KBL Eyewear ist das markentypische abgebildete Empire State Building im Bügel. Namensgeber der Brillenmodelle sind Künstlerviertel oder internationale Metropolen. Das hier abgebildete Modell "Dorothy" aus der Kollektion 2016/2017 für 216,-€ ist möglich als Korrektions- oder Sonnenbrille.

Gesehen bei
Brillen Hallerbach in Köln,
Mittelstrasse 29,
www.Brillen-Hallerbach.de

Typisch kölsch

Foto: © Alex Weis

Neue StäV auf den Ringen

Das neue Polit-Kult-Lokal in direkter Nähe zum Rudolfplatz feierte mit viel Prominenz Anfang Oktober Eröffnung. Die beiden Gründerväter und Lizenzgeber Harald Grunert und Friedel Drautzburg freuten sich über den Ansturm; unter den Gästen begrüßten sie auch Ex-Bundesminister Norbert Blüm, Ex-Regierungspräsident Franz-Josef Antwerpes und Kölns amtierenden CDU-Parteichef Bernd Petelkau. Das Kölsch floss an diesem Abend in Strömen, dazu wurden Flammkuchen und viele rheinische Leckereien zum Probieren gereicht. Das neue Lokal ist mit insgesamt 225 Plätzen im Innen- und Außenbereich die größte StäV Deutschlands. Zahlreiche Fotos und Exponate an den Wänden erzählen spannend und unterhaltsam aus der bewegten deutschen Geschichte. Der neue Kölschtreff ist täglich von 11 bis 1 Uhr geöffnet.

Foto: © Frank Tewes

Elfi Steickmann (links) mit Ursula Jünger, Inhaberin der Maternus Buchhandlung

Kölsche Lebensweisheiten

Typisch kölsch sind auch Lebensphilosophien wie „Et ess, wie et ess“, „et kütt, wie et kütt“ und „et hätt noch immer jot jejange“. Wie sich diese Weisheiten konkret gestalten, erzählt die Autorin und Kabarettistin Elfi Steickmann seit über 20 Jahren mit Witz und Charme auf den Bühnen der Stadt, im Rundfunk und in ihren Büchern.

Dabei halten ihre Rümcher und Verzällcher die Mundart lebendig und frisch

Foto: © Alex Weis

– ihre Geschichten und Gedichte „Medden us dem Levve“ sind mal zum Schmunzeln, mal zum Grübeln und dabei stets ein Stück ganz besonderer Unterhaltung.

Ihr neues Werk „Immer ess jet“ (Marzellen Verlag) reiht sich mit kuriosen, komischen und urkölschen Texten perfekt in das Repertoire der Autorin ein – eine kurzweilige Lektüre ganz nach dem Motto „Levve und levve loße“.

De Räuber feierten Silberhochzeit

Ebenfalls unter die Rubrik „Typisch kölsch“ fiel das jüngste Konzert der Kultband „De Räuber“ (Foto unten rechts), die ihr 25-jähriges Jubiläum mit einer großen Geburtstagsparty im Palladium feierten. Zu den Gratulanten zählten auch Isabel Varell, Micky Brühl, die Domstürmer, Björn Heuser, die Klüngelköpp und viele andere, die ihre Kollegen auf und neben der Bühne engagiert und mit großer Freude unterstützten.

Foto: © Björn Reuter

Feine original italienische Küche in Lindenthal

Das Restaurant in der Dürener Straße 157 hat zwar zu Jahresbeginn den Betreiber gewechselt, bleibt aber fest in italienischer Hand. Aus dem „Al Gufo“ wurde das „Bocca & Bacco“, geführt von Familie Pucci.

Seit über 15 Jahren ist Restaurantchef Pietro Pucci in der Gastrobranche tätig, seit vier Jahren arbeitet er in Deutschland. Seine Frau stammt aus Düsseldorf und bei einem gemeinsamen Urlaub im Rheinland letztes Jahr sei er dann auch in Köln gewesen. „Wir haben das leer stehende Restaurant im Internet entdeckt und dann nicht lange überlegt“, erzählt der aus Kalabrien stammende Gourmetexperte. Mittlerweile fühlt er sich heimisch in Lindenthal, wo ihn neben den beiden Töchtern Julietta und Birgit auch seine Schwiegersöhne tatkräftig unterstützen.

Auf Wunsch auch glutenfreie Nudeln

Es gibt zwar auch Pizzen, Fleisch und Fisch auf der Karte, aber wir setzen auf Nudelgerichte: hausgemachte Ravioli mit Steinpilzfüllung in Butter und Salbei sowie Penne Pozzo. Letzteres sind

in Parmesan geschwenkte Spaghetti mit einem Hauch geriebener schwarzer Trüffel, die vor unseren Augen im Käserad angerichtet werden. Sehr lecker! Auch der Service ist toll, Sonderwünsche werden gerne erfüllt. „Alle Gerichte können als vegetarische Variante zubereitet werden“, verspricht Pietro Pucci. Für Gäste mit Glutenunverträglichkeit bietet er Fusilli auf Reis-/Maisbasis an.

Astrid Waligura und Alex Weis

Kontakt
Restaurant Bocca & Bacco
Dürener Straße 157 · 50931 Köln
Tel: 0221 409651
boccaebacco@gmail.com

CityNEWS

Geschäftsführer/Herausgeber
Eugen Weis

Verlag
CityNEWS Verlag
Alexander & Eugen Weis GbR
Hahnenstraße 12, 50667 Köln
Tel.: 0221-474 39 23
Fax: 0221-474 39 25
info@citynews-koeln.de
www.citynews-koeln.de

Beirat
Hans-Werner Bartsch (Bürgermeister der Stadt Köln)
Michael Korbmacher (Pitti Donna)
Stephan Stiletto (Rechtsanwälte Stiletto Wilhelm und Kollegen)
Hans-Günter Grawe (Sprecher der Einrichtungsmeile Kölner Ringe)

Redaktionsleitung
Alex Weis
a.weis@citynews-koeln.de

Stellvertretende Redaktionsleitung
Matthias Ehlert
m.ehlert@citynews-koeln.de

Chefredaktion
Astrid Waligura
a.waligura@citynews-koeln.de

Redaktion
Matthias Ehlert, Heribert Eiden,
Catrin Kindler, Katharina Loof, Eugen Weis

Layout und Satz
OtterbachMedien
In den Aspen 11, 57258 Freudenberg
www.otterbachmedien.de

Fotos
Alex Weis, genannte Fotografen
sowie Kunden und privat

Realisation Und Anzeigenkoordination
Alex Weis
Tel.: 0221-474 39 24

Anzeigen
Sylvia Hebestreit
Gisela Schmitz-Pranghe
werbung@citynews-koeln.de

Druckkoordination
Joachim Faust

Lektorat
Ute Wendt

Verteilung
In Geschäften, Arztpraxen, Restaurants, Szenetreffs & Hotels und ausgewählten Privathaushalten

Kostenlose Verteilung an Haushalte im Kölner Zentrum, Westen, Süden und in den rechtsrheinischen Vororten Deutz, Dellbrück, Holweide, Thielenbruch, Brück und Rath-Heumar. Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 1.10.2012. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht in jedem Falle die Meinung des Herausgebers wieder. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt CityNEWS keine Haftung. Für fehlerhafte oder unterbliebene Angaben keine Gewähr. Nachdruck und Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung von CityNEWS.

Alle Urheberrechte liegen bei CityNEWS bzw. den Autoren. Auch Werbeschaltungen sind urheberrechtlich geschützt. Erfüllungsort und Gerichtsstand ist Köln.

Bei Nichtlieferung ohne Verschulden des Verlages oder infolge von Störungen des Arbeitsfriedens bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag.

Markenküchen
neu erleben

„Kochen macht glücklich, Essen auch."

MIT Verona Pooth

55 Jahre Schaffrath

TOLLE JUBILÄUMS ANGEBOTE

You-Tube Video

5 Mal MEGA in Ihrer Nähe!

41065 Mönchengladbach
Hofstraße 65

47441 Moers
Chemnitzer Straße 27

40223 Düsseldorf
Kopernikusstraße 8

40764 Langenfeld
Hans-Böckler-Straße 2–4

Friedhelm Schaffrath GmbH & Co. KG Aachener Straße 90 40223 Düsseldorf **www.schaffrath.com**

KÜCHEN SCHAFFRATH MEGA STORE

51067 Köln
Bergisch Gladbacher Str. 394–396
Telefon 0221/963830
Montag bis Freitag 10 bis 19 Uhr
Samstag 10 bis 18 Uhr

I WILL ALWAYS LOVE YOU

★ ★ ★ ★ ★

Präsentiert von

SCHÜCO

BODYGUARD™

DAS MUSICAL

MUSICAL DOME KÖLN

www.bodyguard-musical.de

BODYGUARD Musical GmbH & Co. KG

WDR 2

SAT.1

eventim

Dorint Hotels & Resorts

© THE BODYGUARD (UK) LTD. Designed by DEWYNTERS