

INsüßz

& klettenberg

stadtteilmagazin

20. Jg. • Nr. 2 • Sommer 2026 • gratis

■ leben ■ leute ■ lifestyle

■ LEBEN

Rettungshubschrauber
der Uniklinik Köln

■ LEUTE

Schauspieler*in
Caroline Schreiber

■ LIFESTYLE

Gasthörer*innen
an der Uni Köln



Immobilienentscheidungen brauchen Überblick. Und Erfahrung.

Wer in Köln eine Immobilie besitzt oder eine Kaufentscheidung trifft, steht vor komplexen Fragen: Marktpreise, Nachfrage, Timing und rechtliche Rahmenbedingungen.

Rheingold Immobilien begleitet Eigentümer und Kaufinteressenten seit vielen Jahren bei genau diesen Entscheidungen – fundiert, persönlich und unabhängig.

Mit **immoradar.koeln** betreibt Rheingold Immobilien zusätzlich ein eigenes Immobilienportal für Köln. Es bietet einen strukturierten Überblick über das aktuelle Kaufangebot und hilft, Marktbewegungen besser einzuordnen.

Zwei Angebote. Ein Anspruch:

Transparenz, Marktkennntnis und verlässliche Beratung – für Köln.



Rheingold
IMMOBILIEN GMBH

rheingoldimmobilien.de
Luxemburger Str 202
50937 Köln



immoradar.koeln

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

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

Hinz

WASSER-WÄRME-UMWELT

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



Helmut Hinz GmbH & Co.
Neuer Weyerstraßerweg 5
50969 Köln

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

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



Foto: Hoffmann

Liebe Leser*innen,

der Sommer ist die Jahreszeit, in der unser Veedel besonders lebendig wird. Straßencafés füllen sich, Parks werden zu Treffpunkten, und auf den Wegen zwischen Sülz und Klettenberg begegnet man Menschen, die das Leben draußen genießen. Genau dieses Gefühl möchten wir auch mit der neuen Ausgabe der INsülz & klettenberg einfangen – mit Geschichten, die neugierig machen, Einblicke geben und zeigen, wie vielfältig unser Stadtteil ist.

Vielleicht haben auch Sie sich schon gefragt, warum regelmäßig ein Rettungshubschrauber über unser Veedel kreist. Für viele gehört das Rotorengeräusch zum Alltag. Doch welche Menschen dahinterstehen, wie die Einsätze koordiniert werden und was es bedeutet, in wenigen Minuten über Leben und Tod zu entscheiden, erfahren Sie in unserer großen Titelgeschichte. Sie zeigt eindrucksvoll, dass außergewöhnliche Arbeit manchmal direkt vor unserer Haustür stattfindet.

Dass Lernen keine Frage des Alters ist, beweist unser Beitrag über das Gasthörerprogramm der Universität zu Köln. Immer mehr Menschen entdecken die Freude daran, Vorlesungen zu besuchen, Neues zu erfahren und sich mit jungen Studierenden auszutauschen. Eine inspirierende Geschichte über lebenslanges Lernen, Offenheit und die Lust, den eigenen Horizont zu erweitern.

Ebenso spannend ist unser Interview mit Schauspielerinnen Caroline Schreiber. Sie erzählt von ihrem Beruf, ihrer Verbindung zum Veedel und davon, warum gerade die Vielfalt und das Miteinander Sülz und Klettenberg so besonders machen.

Daneben erwarten Sie zahlreiche weitere Themen: Aktuelles aus dem Veedel, Wissenswertes aus Politik und Gesellschaft, Tipps für Freizeit und Kultur sowie viele kleine Geschichten, die zeigen, wie viel Engagement, Kreativität und Zusammenhalt in unserer Nachbarschaft stecken. Genau diese Mischung macht unser Magazin aus – und hoffentlich auch Ihre Sommerlektüre.

Unser besonderer Dank gilt allen Menschen, die diese Ausgabe möglich machen: den Autor*innen, Fotograf*innen, Interviewpartner*innen und natürlich unseren Anzeigenkund*innen. Mit ihrer Unterstützung sorgen sie dafür, dass die INsülz & klettenberg kostenlos erscheint und dreimal im Jahr die Geschichten erzählt, die unser Veedel verbinden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen, sonnige Tage, schöne Begegnungen und einen Sommer voller kleiner und großer Entdeckungen – vielleicht direkt vor Ihrer eigenen Haustür.

Herzlichst Ihr

Ralf Martens
(Chefredakteur)

INsülz auch

ONLINE LESEN AUF
insuelz.com



Notarzt Dr. Christian Paul, fotografiert
von Monika Nonnenmacher

INhalt



LEBEN

INaction

Die fliegenden Retter 05

INTERessant

Selbstbestimmt entscheiden:
Patientenverfügung
und Vorsorgevollmacht 10

INKürze

Neuigkeiten aus dem Veedel 12

INspiziert

Nachruf: Wilhelm Schlote 14

INformiert

Beschlossene Sache 16

Wiedereröffnung

des Schmitzundkuntz 17

INvolviert

Helfende Hände
für den Rosengarten 21

LEUTE

INTERview

SchauspielerIn, SprecherIn
und Coach Caroline Schreiber:
„Ich liebe die Vielfalt
und Offenheit hier“ 22

INKlein

Vögel in unserem Viertel 26

CASAMAX Theater:

„Lunis und das Mondwesen“ 29

LIFESTYLE

INspiziert

Mode und Trends im Veedel 30

Den Studientraum verwirklichen 32

DIY im Sommer:

Glasabdeckung gegen Insekten 35

INSicht

Veranstaltungen online entdecken 36

Adressen im Veedel 38

Tagesaktuelle Veranstaltungstermine
auf www.insuelz.com/veranstaltungen



communicate SIMPLY Communicate GmbH . Marie-Curie-Straße 3 . 50321 Brühl . Fon 02232 . 923230 . Fax 02232 . 9232323 . mail@simply-communicate.de . www.simply-communicate.de
Herausgeber: Ralf Martens (rm) . Red. Mitarbeit: Thomas Dahl (td) – freier Journalist und Autor . www.wortall.de . Dorothee Mennicken (dm) . www.klartextkoeln.de . Anika Pöhner (ap)
Hanka Meves-Fricke (hmf) . www.drei-txt.de . Layout und DTP-Satz: Ralf Martens, David Rohloff, SIMPLY Communicate GmbH . Anzeigenvertrieb: Markus Mielke, SIMPLY Communicate GmbH
Fotos: Wenke Atkins . www.fotografie-atkins.com . Sonja Hoffmann . www.soho-fotografie.de . Monika Nonnenmacher . www.nonnenmacher-photographie.de . Adobe Stock . eigenes Archiv
Illustrationen: Julia Regett . frauregelt.com . Lektorat: Christina Kuhn . www.kuhnkorrekt.de . Druck und Verteilung: Druckstudio GmbH . Düsseldorf . druckstudiogruppe.com
INSüß & klettenberg erscheint dreimal im Jahr mit einer Auflage von je 5.500 Exemplaren und im Onlineportal insuelz.com. Alle Angaben wurden sorgfältig recherchiert und zusammengestellt.
Für die Richtigkeit des Inhalts sowie für zwischenzeitliche Änderungen übernimmt die Redaktion jedoch keinerlei Haftung. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit Genehmigung.
Es gelten die Mediadaten 2026. Für unverlangt eingesandte Texte und Fotos übernehmen wir keine Haftung. Gerichtsstandort: Köln.



Wer fliegt
da häufig
über Sülz?

Notfallretter im Hubschrauber

von Dorothee Mennicken



Fotos: Nonnenmacher / Uniklinik

Ob früh am Morgen, tagsüber oder mitten in der Nacht: Das Knattern der Rotoren ist nicht zu überhören, wenn der Rettungshubschrauber Christoph 3 oder der Intensivtransporthubschrauber Christoph Rheinland über Sülz und Klettenberg fliegen. Sie landen häufig auf dem Hubschrauberlandeplatz des Herzzentrums der Uniklinik nahe der Josef-Stelzmann-Straße.



Der orangefarbene Hubschrauber Christoph 3 ist immer im Einsatz, wenn es zu einem schlimmen Verkehrsunfall oder einem anderen medizinischen Notfall kommt, bei dem schnelle Hilfe aus der Luft erforderlich ist. Betrieben wird er seit über 50 Jahren vom Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK) und gehört zur Luftrettungsstation der Kölner Feuerwehr, die auch seine Einsätze koordiniert. Der Christoph 3 fliegt etwa fünf bis sieben Mal am Tag, das sind mehr als 2.000 Einsätze im Jahr.

Christoph Rheinland, der gelbe größere Intensiv-Transport-Hubschrauber (ITH), wird vom ADAC betrieben und ist primär für Verlegungen gedacht. Als fliegende Intensivstation kann er Patient*en ohne Unterbrechung der Behandlung zum Beispiel von einem Krankenhaus im Sauerland zur Uniklinik in Köln bringen, wenn eine Spezialbehandlung notwendig ist. Da die Universitätsklinik in Sülz ein Krankenhaus der Maximalversorgung mit vielen Spezialabteilungen ist, werden hierhin häufig Patient*innen mit lebensgefährlichen Erkrankungen und Verletzungen geflogen. Der Intensiv-Transport-Hubschrauber Christoph Rheinland ist ein schonendes und schnelles Rettungsmittel, das etwa zwei bis fünf Einsätze pro Tag und 900 bis 1000 Einsätze im Jahr fliegt.

Dr. Christian Paul, 54, Leitender Notarzt, Ärztliche Leitung ITH Christoph Rheinland und Facharzt Anästhesiologie, Intensiv- und Notfallmedizin ist hauptberuflich angestellt bei der Berufsfeuerwehr Köln. Er fliegt als Notarzt mit dem Intensiv-Transport-Hubschrauber Christoph Rheinland und ist außerdem für die Personalakquise, -fortbildung und die Einsatzpläne des ITH-Teams zuständig. Er erläutert im Gespräch in der zentralen Feuerwehroleitstelle der Stadt Köln in Weidenpesch die Funktion und Bedeutung der beiden Hubschrauber und seine persönliche Motivation, diesen Job zu machen.



Bei welchen Ereignissen kommt der Christoph 3 zum Einsatz und wann der der Christoph Rheinland?

Beide Hubschrauber sind am Flughafen in Köln-Wahn stationiert und werden von der Leitstelle hier in Weidenpesch koordiniert. Der Christoph 3 wird bei Notfällen jeglicher Art eingesetzt, nicht nur bei ganz schlimmen Fällen, wie vielfach angenommen. Es wird auch dann geflogen, wenn kein Notarzteinsetzfahrzeug am Boden verfügbar ist. Typisch für den Christoph 3 sind schwere Verkehrsunfälle, Schlaganfälle, Herzinfarkte und Kindernotfälle. Genauso kann es aber auch ein Einsatz für eine Patientin im Altenheim sein, die lebensbedrohliche Atemnot hat, wenn der Rettungshubschrauber die schnellste überlebenswichtige Hilfe bedeutet.

Der Christoph Rheinland ist vor allem für Verlegungen von schwerstkranken Patient*innen im Einsatz, die etwa eine Spezialbehandlung benötigen, die in dem Krankenhaus, in das sie eingeliefert wurden nicht möglich ist. Das sind zum Beispiel Patient*innen, die an eine Herz-Lungenmaschine angeschlossen oder aufgrund von Hirnblutungen oder Herzproblemen dringend operiert werden müssen. Außerdem fliegen wir mit dem ITH Inkubatoren mit Neugeborenen und andere kritisch kranke und intensivbehandlungs-pflichtige Patient*innen, die verlegt werden müssen.

Aber der ITH ist ein sogenannter Dual-Use-Hubschrauber: Wenn der Christoph 3 nicht verfügbar ist, fliegen wir auch mit dem ITH zu Notfällen. Dafür wird dann auch schonmal eine zeitunkritische Verlegung verschoben, denn Notfälle gehen immer vor. Das kommt zum Beispiel in den Sommermonaten vor, wenn mehr Unfälle auf den Straßen passieren, etwa mit Motorrädern.

Wer entscheidet, ob einer der beiden Hubschrauber zum Einsatz kommt?

Die Kolleg*innen in der Leitstelle. Aufgrund der eingehenden Notrufe sammeln sie Informationen und entscheiden aufgrund zahlreicher Parameter, ob ein Hubschrauber sinnvoll und notwendig oder ein Rettungswagen (RTW) bzw. ein Notarzteinsetzfahrzeug (NEF)



geeigneter ist. Für die Hubschrauber benötigt man immer geeignete Landeplätze. Es kann sein, dass ein RTW bzw. NEF schneller am Ziel ist, je nachdem, wo in der Uniklinik zum Beispiel Patient*innen hingebacht werden müssen. Andererseits müssen sich Hubschrauber nicht über volle Straßen quälen und können quer über die Stadt fliegen.

Wie groß ist der Radius beider Hubschrauber?

Der Radius des Einsatzbereichs von Christoph 3 beläuft sich auf ca. 50 bis 70 km um die sogenannte Homebase herum.

Christoph Rheinland ist zuständig für Intensivverlegungen im südlichen Rheinland. Diese führen, wenn notwendig, auch schon einmal bis nach Berlin zur Charité, um nur ein Beispiel zu nennen.

Wie setzt sich das Team zusammen, das mit den Rettungshubschraubern unterwegs ist?

Beim Christoph 3 sind es ein*e Pilot*in der Bundespolizei-Fliegerstaffel West, ein*e Notarzt/Notärztin der Klinik für Unfallchirurgie am Klinikum Köln-Merheim und ein*e Notfallsanitäter*in vom Arbeiter-Samariter-Bund Köln, dem Malteser Hilfsdienst, oder der Berufsfeuerwehr Köln.

Im größeren Christoph Rheinland fliegt ein*e Pilot*in der ADAC-Luftrettung. Daneben sitzt im Cockpit ein*e Notfallsanitäter*in von der Feuerwehr Köln, der Johanniter-Unfall-Hilfe oder dem Deutschen Roten Kreuz. Sie sind auf beiden Hubschraubern unsere „Alleskönner*innen“: Sie assistieren den Piloten während des Fluges und unterstützen die Notärzt*innen bei der Versorgung der Patient*innen.

Dazu kommt ein*e erfahren*e Notarzt/Notärztin von der Kölner Feuerwehr, die über eine Facharztqualifikation und besondere Erfahrungen in der Anästhesie, Notfall- und Intensivmedizin verfügt.



Können Sie uns ein Beispiel für einen konkreten Einsatz schildern?

Beim Intensivtransporthubschrauber sind die Einsätze in der Regel gut geplant, da es sich um hochkomplexe Verlegungen handelt. Wir treffen uns bei Dienstbeginn am Flughafen, checken zuerst die Maschine sowohl technisch als auch was die medizinische Ausstattung anbetrifft. Außerdem schauen wir auf das Wetter und schätzen ein, ob eine Verlegung möglich ist oder nicht. Auch andere Parameter spielen eine Rolle: So kann es zum Beispiel sein, dass ein Patient mit einer Infektion nicht





WINKOR
Gebäudeservice

KÖLN VERTRAUT WINKOR.

IHR PARTNER FÜR SAUBERE IMMOBILIEN & ZUVERLÄSSIGEN SERVICE.

Professioneller Gebäudeservice für Hausverwaltungen und Privatkunden in Köln & Umgebung.

Ihr Partner in Süß!



NEUAUFTRAG ÜBER DIESES INSERAT?

15% RABATT!*

RABATTCODE:

INSUELZ15





Treppenhausreinigung



Büroreinigung



Hausmeisterservice



Gartenpflege



Winterdienst

ZUVERLÄSSIG

Ein starkes Team, auf das Sie sich verlassen können.

TRANSPARENT

Klare Kommunikation. Faire Preise. Keine versteckten Kosten.

PERSÖNLICH

Wir kümmern uns – individuell und mit Leidenschaft.

JETZT ANRUFEN & ANGEBOT SICHERN!

Rabattcode INSUELZ15 bei Anfrage angeben!

 **0221 703063**

 www.winkor.de

 info@winkor.de

* Gültig für Neuaufträge im Bereich Gebäudeservice, Hausmeisterservice oder Winterdienst bei Auftragserteilung bis 31.12.2026. Rabattcode INSUELZ15 bei Anfrage angeben. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen.



gefliegen werden kann, weil wir den Hubschrauber hinterher nicht entsprechend desinfizieren können. Oder es gibt keinen geeigneten Landeplatz. Das wird alles von der mit dem Team in dem Krankenhaus besprochen, wo wir die Patient*innen abholen. Dort ist bei unserer Ankunft schon alles vorbereitet. Wir nehmen die Patient*innen in Empfang und begleiten sie intensivmedizinisch während des ganzen Fluges. An der Uniklinik Köln angekommen, landen wir auf dem Hubschrauberlandeplatz des Herzzentrums, abgesichert durch die Feuerwehr. Dann bringen wir die Patient*innen zur entsprechenden Station oder in die zentrale Notaufnahme. Dort sind schon Vorbereitungen getroffen worden, die zwischen den beiden Krankenhäusern vorab besprochen wurden. Wir sprechen noch kurz mit dem aufnehmenden Team, ob während des Fluges noch etwas geschehen ist oder wir etwas bemerkt haben und dann können wir uns wieder auf den Weg machen und fliegen zurück zum Flughafen, bereit für den nächsten Einsatz.

Wie lange sind Sie schon bei Einsätzen dabei?

Ich bin seit 2011 auf dem Hubschrauber dabei. Die Flugrettung war immer mein Fernziel. Seit meiner Ausbildung als Narkosearzt im Heilig-Geist-Krankenhaus habe ich darauf hingearbeitet.



Was reizt Sie dann daran so besonders?

Seit meiner Kindheit reizt mich das Fliegen. In Verbindung mit der medizinischen Tätigkeit ist das für mich die Krönung der Notfallmedizin. Es ist spannend und anspruchsvoll. Man muss spontan und flexibel sein und schnelle Entscheidungen treffen und dabei immer überlegen, was kann ich noch für die Patient*innen tun?

Gab es einen Einsatz, der Ihnen besonders im Gedächtnis haften geblieben ist?

Besonders haften bleiben Einsätze der Notfallrettung. Sie sind emotional besonders, weil da immer viel Zeitdruck und Adrenalin dabei ist. Bei mir ist das zum Beispiel der Einsatz, als Ali Kurt am Rhein ein Mädchen vor dem Ertrinken retten konnte, selbst aber ertrank. Ich war für die Versorgung des Mädchens zuständig. In dem Moment konzentriert man sich komplett auf die Patientin und bekommt von den anderen Umständen gar nicht viel mit. Ein Kindernotfall ist immer hart, wenn man selbst Kinder hat. Alle Notfälle, die parallel zu eigenen Lebenswelt stehen sind schwer – da ist es wichtig, sich abzugrenzen, damit man das aushalten kann.

Wie lange wollen Sie den Job noch machen?

So lange ich kann und gesundheitlich dazu in der Lage bin. Es gibt für mich keinen besseren Job.

Dr. Paul, vielen Dank für diese interessanten Einblicke. ■ dm

Studienkreis
Die Nachhilfe



Nachhilfe mitten in Sülz

Vereinbaren Sie jetzt
zwei kostenlose Probestunden.

Neu!
Förderung
bei LRS

Studienkreis Sülz, Emmastrasse 25, 50937 Köln
(an der Ecke Sülzburgstr./Mayersche Buchhandlung)

Tel: 0221-4210227, Beratung: Mo.-Fr. 14-18 Uhr

Verkaufen im Veedel neu gedacht

Warum echte Gespräche mehr bewegen als jede Verkaufsstrategie

Zwischen Bäckerei, Boutique und Beratungsgespräch: In Sülz und Klettenberg entsteht Verkauf oft ganz nebenbei – im persönlichen Austausch. Doch wie gelingt es, daraus echte Kundenbeziehungen zu entwickeln? Ein Kölner Experte für modernen Vertrieb gibt Antworten.

Wer durch die Straßen von Sülz und Klettenberg geht, erlebt es täglich: Verkauf ist hier selten laut oder aufdringlich. Stattdessen lebt das Veedel von Begegnungen auf Augenhöhe – im Café, im Atelier oder in der Praxis nebenan. Genau hier setzt **Dirk Stöcker** an, einer der führenden Verkaufstrainer im deutschsprachigen Raum. Seine Überzeugung: Erfolgreicher Vertrieb beginnt nicht mit Druck, sondern mit ehrlicher Kommunikation.

In seinem Buch „Die Verkaufsevolution“ beschreibt Stöcker einen Perspektivwechsel, der gerade für kleine und mittlere Unternehmen in Köln spannend ist. Weg von starren Verkaufsstrategien, hin zu einem Ansatz, der moderne Vertriebsmethoden mit echter Kommunikation verbindet. Es geht darum, den tatsächlichen Bedarf zu erkennen, Einwände nicht als Hindernis, sondern als Einladung zum Dialog zu verstehen: „Genau daraus entwickeln sich langfristige Kundenbeziehungen“, erklärt der Spezialist für modernen Vertrieb und Kommunikation.

Das passt besonders gut zu einem Veedel wie Sülz und Klettenberg, wo Vertrauen und persönliche Nähe entscheidend sind. „Denn hier kommen Kund*innen nicht nur wegen eines Produkts oder einer Dienstleistung zurück, sondern wegen des guten Gefühls, verstanden zu werden“, sagt Stöcker,



Geschäftsführer der triup GmbH, einem Kölner Unternehmen für modernen Vertrieb, Vertriebstraining und Kundenkommunikation.

Ob inhabergeführter Laden, Agentur oder Gesundheitsbetrieb: Wer Verkauf als Gespräch begreift, kann nicht nur Abschlüsse verbessern, sondern auch Kundenbeziehungen nachhaltig stärken. Für viele kleine und mittlere Unternehmen in Köln bedeutet das einen echten Wandel im Vertrieb – und eine große Chance.

So wird aus Verkauf kein notwendiges Übel, sondern ein natürlicher Teil des Miteinanders. Oder, wie Dirk Stöcker es formuliert: „Der beste Abschluss entsteht dann, wenn beide Seiten das Gefühl haben, gewonnen zu haben.“ ■ **rm**



Fotos: triup

Selbstbestimmt entscheiden

Warum Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht für alle wichtig sind

Viele Menschen wissen, wie wichtig Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht sind – und schieben das Thema dennoch vor sich her. Dabei kann eine frühzeitige Regelung nicht nur den eigenen Willen sichern, sondern auch Angehörige entlasten. Wir sprachen mit Gabriele Altmann vom Patienten-Informations-Zentrum der Uniklinik Köln über ein Thema, das Menschen jeden Alters betrifft.

Ein Unfall, eine schwere Erkrankung oder eine plötzlich eintretende Entscheidungsunfähigkeit – Situationen wie diese können jeden Menschen treffen, unabhängig von Alter oder Gesundheitszustand. Genau deshalb sind Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht keine Themen, die ausschließlich ältere Menschen betreffen.

„Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht sind wichtige Instrumente, um den eigenen Willen bezüglich medizinischer Maßnahmen verbindlich festzuhalten, falls man sich selbst nicht mehr äußern kann“, erklärt Gabriele Altmann vom Patienten-Informations-Zentrum (PIZ) der Uniklinik Köln. Eine Entscheidungsunfähigkeit sei nicht an ein bestimmtes Alter oder eine Diagnose gebunden, sondern könne jederzeit durch einen Unfall oder eine akute Erkrankung eintreten.

Trotzdem fällt es vielen Menschen schwer, sich mit diesen Fragen auseinanderzusetzen. Der Gedanke an Krankheit, Sterben oder den Verlust der eigenen Entscheidungsfähigkeit löst oft Unsicherheit aus. Hinzu kommt,

dass die eigenen Wünsche mit nahestehenden Menschen besprochen werden sollten – ein Gespräch, das viele lieber auf später verschieben.

Im Patienten-Informations-Zentrum erleben die Beraterinnen und Berater immer wieder, wie hilfreich eine persönliche Begleitung sein kann. Dort werden medizinische Zusammenhänge verständlich erklärt und Fragen zu Themen wie Wiederbelebung, künstlicher Beatmung, künstlicher Ernährung oder Schmerzbehandlung beantwortet. Ziel ist es, Menschen dabei zu unterstützen, fundierte und selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen.

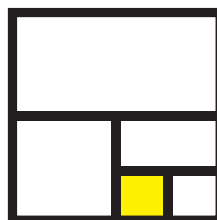
Ein großer Vorteil einer Patientenverfügung liegt darin, dass sie nicht nur dem Behandlungsteam Orientierung gibt, sondern auch Angehörige entlastet. „Wer weiß, welche Entscheidungen im Sinne der betroffenen Person sind, muss im Akutfall nicht raten oder gegen das eigene Bauchgefühl handeln. Das nimmt enormen Druck und schafft Sicherheit für alle Beteiligten“, betont Altmann.

Ergänzend dazu ermöglicht die Vorsorgevollmacht, eine oder mehrere Vertrauenspersonen zu benennen, die im Ernstfall Entscheidungen treffen und wichtige Angelegenheiten regeln können. Dadurch lässt



Fotos: Hoffmann

Goldschmiede **TINA THEVES**



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

sich häufig auch ein gerichtliches Betreuungsverfahren vermeiden. Zusätzlich kann eine Betreuungsverfügung sinnvoll sein, falls eine Betreuung trotz Vorsorgevollmacht erforderlich werden sollte.

Wer sich mit dem Thema beschäftigen möchte, findet Vorlagen unter anderem beim Bundesministerium der Justiz oder bei der Deutschen Gesellschaft für Palliativmedizin. Grundsätzlich genügt für die Wirksamkeit einer Vorsorgevollmacht die schriftliche Form mit eigenhändiger Unterschrift. Bei Vermögensangelegenheiten kann jedoch eine öffentliche Beglaubigung oder notarielle Beurkundung sinnvoll oder notwendig sein.



Das Patienten-Informations-Zentrum der Uniklinik Köln steht allen Bürgerinnen und Bürgern offen. Termine können online, telefonisch oder persönlich während der Öffnungszeiten vereinbart werden. Denn wer sich frühzeitig mit seinen Wünschen auseinandersetzt, sorgt nicht nur für sich selbst vor, sondern schenkt auch seinen Angehörigen Klarheit und Sicherheit in einer schwierigen Situation. ■ ap



Dr. med. Dietmar Große-Drieling
Privatpraxis für Frauenheilkunde



Gynäkologische
Vorsorge



Schwangerenvorsorge und
Dopplersonographie



Pränataldiagnostik



Brustultraschall



Hormonsprechstunde



Präventionsmedizin

Öffnungszeiten: Mo, Di und Do 9:00–18:00 Uhr | Mi und Fr 7:30–13:00 Uhr

Rhöndorfer Straße 86 | 50939 Köln | Telefon: 0221/44 80 81
praxis@frauenheilkunde-klettenberg.de | www.frauenheilkunde-klettenberg.de



Patienten-Informations-Zentrum (PIZ)

Das PIZ der Uniklinik Köln berät Menschen nicht nur zu Themen wie Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

Es bietet unter anderem Beratung zur familiären Pflege, Beratung und Coaching während des Behandlungs- und Genesungsprozesses sowie zahlreiche Schulungen und Seminare zu Gesundheitsthemen.

Kontakt

Patienten-Informations-Zentrum (PIZ)
Bettenhaus (Gebäude 18)
Ebene 01, Raum 1.025

Telefon: +49 221 478-82820

E-Mail: piz@uk-koeln.de

www.uk-koeln.de/patienten-besucher/patienten-informations-zentrum

Öffnungszeiten

Montag–Donnerstag: 10–12 Uhr und 14–17 Uhr, **Freitag:** 10–14 Uhr

Wenn Beziehungen ins Wanken geraten Begleitung für neue Perspektiven und persönliches Wachstum

Beziehungen bereichern unser Leben. Sie schenken Nähe, Vertrauen und Verbundenheit. Doch manchmal geraten sie aus dem Gleichgewicht. **Paarberaterin und Psychoonkologin Ruth Skorka-Weiser** begleitet Menschen in herausfordernden Lebenssituationen dabei, neue Perspektiven zu entwickeln und ihren eigenen Weg zu finden.

Ob Konflikte in der Partnerschaft, eine belastende Trennung, Einsamkeit oder die Herausforderungen einer schweren Erkrankung: Krisen gehören zum Leben dazu. Oft entstehen gerade in diesen Phasen Fragen, auf die wir allein keine Antworten finden.

Dipl.-Pädagogin Ruth Skorka-Weiser unterstützt Menschen dabei, persönliche und partnerschaftliche Themen konstruktiv anzugehen. Als Paarberaterin begleitet sie Einzelpersonen und Paare bei der Klärung von Konflikten, der Verbesserung ihrer Kommunikation und der Entwicklung neuer Wege für ein gelingendes Miteinander.

Ein weiterer Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die psychoonkologische Beratung. Eine Krebsdiagnose verändert das Leben von Betroffenen und Angehörigen oft grundlegend. In geschützter Atmosphäre bietet Ruth Skorka-Weiser Raum für Sorgen, Ängste und Fragen – individuell abgestimmt auf die jeweilige Lebenssituation.



Foto: Nonnenmacher

Mehr über ihre Arbeit, ihre Haltung und die Möglichkeiten einer Beratung lesen Sie im ausführlichen Beitrag auf unserem Onlineportal unter insuelz.com. ■



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!

Dr. Dietmar Große-Drieling Damit es nicht zum Notfall kommt



Foto: Atkins

„Für einen Notfall vergeben wir immer schnell einen Termin. So kann jede Frau, jedes Mädchen verhindern, dass sie am Wochenende ins Krankenhaus oder in eine Notfallsprechstunde gehen muss, in der nur selten ein Frauenarzt behandelt“, erklärt **Dr. Dietmar Große-Drieling** von der privaten Frauenarztpraxis in der Rhöndorfer Straße 86.

Heftige Unterbauchschmerzen oder ein Brennen beim Wasserlassen sollten immer abgeklärt werden. Dahinter

könnten Periodenschmerzen, Eierstockzysten, Pilzinfektionen oder eine Blasenentzündung stecken. Die sozialen Medien schreiben zurzeit auch viel über Endometriose, die ebenfalls Schmerzen verursachen kann. Diese Erkrankung ist seltener und nicht immer die Ursache für Regelbeschwerden.

„Wir können hier mit Ultraschall, gynäkologischen Untersuchungen und schnellen Labortests feststellen, woher die Beschwerden kommen, und Abhilfe schaffen“, erläutert Dr. Große-Drieling weiter. Osteopathie und Physiotherapie können zum Beispiel bei Regelschmerzen gut Linderung verschaffen. „Wenn wir jedoch eine ernste Ursache hinter den Symptomen vermuten, dann überweisen wir natürlich ins Krankenhaus und stellen zu den Kolleg*innen vor Ort die Verbindung her.“ Beachten sollten Patientinnen, dass Arztpraxen häufig freitags mittags schließen und sie sich bei Beschwerden schon morgens bei ihrem behandelnden Arzt melden sollten. So können sie einen unnötigen Gang in die Notfallpraxis oder ins Krankenhaus vermeiden. ■

www.frauenheilkunde-klettenberg.de

Apotheke am Questerhof Im Notfall immer erreichbar

„Wir Apotheken sichern rund um die Uhr über die gesamte Woche den Notdienst für Patienten ab“, erklärt **Sebastian Berges** von der **Apotheke am Questerhof** an der Berrenrather Straße 296. „Unser fachlich geschultes Personal kann sofort helfen oder an die richtigen Ärzt*innen verweisen. Wir führen ein Notfalldepot mit Mitteln gegen akut lebensbedrohliche Situationen wie allergischer Schock oder Vergiftungen.“

Aber auch bei kleinen Notfällen wie Insektenstiche, Durchfall, Fieber und Ähnliches oder auch beim Befall mit Läusen können wir sofort helfen und mit einem Gesamtpaket zur Ersten Hilfe versorgen.“ Alle Mitarbeiter*innen der Apotheke am Questerhof nehmen regelmäßig an Schulungen in der Ersten Hilfe teil. Sie sind so auf einen Ernstfall gut vorbereitet und behalten einen ruhigen Kopf.

Das Team berät aber auch und gerade vor Reisen zur Notfallprophylaxe. Was gehört in die Reiseapotheke? Welche Medikamente, Verbände, Desinfektionsmittel etc. sollte man im Haushalt vorrätig haben? Wie sollten diese gelagert und transportiert werden? Zu all diesen Fragen geben die Kolleg*innen gern und kompetent Auskunft. Das große Team der Apotheker*innen und pharmazeutisch-technischen Assistent*innen sorgt zudem dafür, dass Kund*innen nur kurze Wartezeiten haben und ihnen schnell geholfen wird.



Foto: Atkins

Die Apotheke am Questerhof steht mit den umliegenden Apotheken im Notdienst bereit, wenn nach dem Arztbesuch Medikamente benötigt werden. Sowohl auf der Website der Apotheke als auch im Notdienstkalender sind diese verzeichnet. An Feiertagen oder am Wochenende oder in der Nacht sind die Apotheker*innen telefonisch und persönlich erreichbar. ■

www.a-a-q.de

Seit über 18 Jahren in Köln Sülz



Goldankauf, Zahngoldankauf

Sofort Bargeldauszahlung

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

☎ 0221 - 27 78 37 72

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

Öffnungszeiten:

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

Goldankauf4u

Zülpicher Straße 284, 50937 Köln-Sülz (Linie 9. Haltestelle Uniklinik Köln) gegenüber der Kirche St. Karl Borromäus

Wilhelm Schlote: Ein Nachruf Ein Strich, der Generationen zum Lächeln brachte

von Ralf Martens

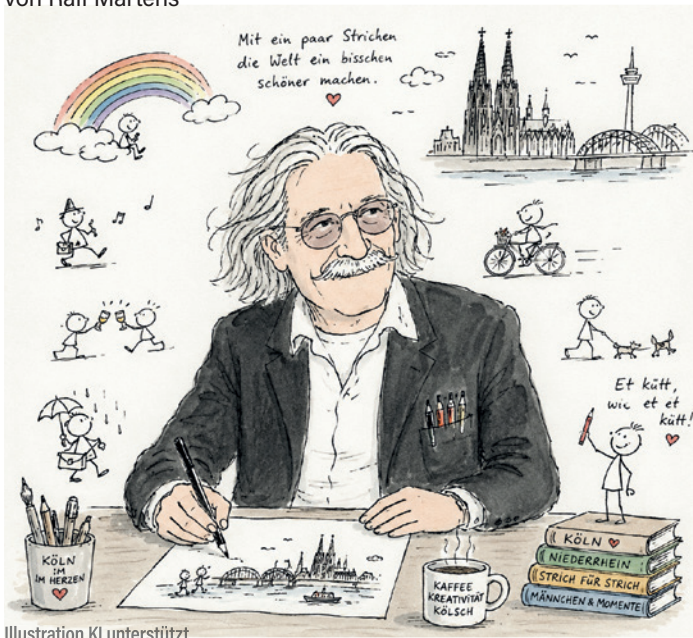


Illustration KI unterstützt

Mit Wilhelm Schlote verliert Köln einen Künstler, dessen unverwechselbare Zeichnungen weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt wurden. Bis zuletzt lebte und arbeitete er in Köln-Sülz. Seine feinen Striche, kleinen Männchen und liebevollen Stadtansichten werden bleiben – genauso wie viele persönliche Erinnerungen.

Erst viele Jahre später schloss sich dieser Kreis. Zu unserem zehnjährigen Jubiläum der INSülz erhielt ich einen großen Briefumschlag von Wilhelm Schlote. Natürlich war es kein gewöhnlicher Umschlag. Er war ein kleines Kunstwerk – bekriztelt mit seinen unverwechselbaren Figuren, einem Regenbogen, vielen kölschen Motiven und sogar meinen beiden Goldfischen, die damals das Logo meiner Agentur zierten. Es war nicht einfach Post, sondern eine sehr persönliche Geste.

Bis heute hängen dieser Briefumschlag und seine Grußkarte, von beiden Seiten sichtbar eingeraht, in meinem Büro. Und ich gebe gern zu: Darauf bin ich ein kleines bisschen stolz.

Wilhelm Schlote, der am 10. Juni 2026 im Alter von 80 Jahren in Köln verstorben ist, lebte und arbeitete viele Jahre in Köln-Sülz. Sein Atelier an

der Luxemburger Straße war weit mehr als ein Laden. Es war ein Ort der Begegnung, an dem man nicht nur einen Künstler traf, sondern einen Menschen, der mit wenigen Strichen Geschichten erzählen konnte.

Seine Zeichnungen wirkten leicht und verspielt. Gerade darin lag ihre besondere Stärke. Mit wenigen Linien erzählte Wilhelm Schlote Geschichten voller Humor, Wärme und Menschlichkeit. Seine unverwechselbaren Strichmännchen und liebevoll gestalteten Stadtansichten wurden für viele Menschen zu treuen Begleitern – auf Postkarten, in Büchern, an Wohnzimmerwänden oder einfach in der Erinnerung.



Foto: privat

Es gibt Bilder, die begleiten einen ein Leben lang, ohne dass man zunächst weiß, wer sie eigentlich geschaffen hat.

Meine erste Begegnung mit den Zeichnungen von Wilhelm Schlote liegt viele Jahrzehnte zurück. Im Elternhaus hing eine seiner typischen Städteillustrationen, auf der sich die Sehenswürdigkeiten des Niederrheins versammelten: Kleve, Geldern, Kvelaer und natürlich das Gocher Steintor, das Wahrzeichen

meines Geburtsortes. Dieses Bild gehörte für mich einfach dazu. Den Namen des Künstlers kannte ich damals allerdings noch nicht. ■ rm



Foto: Martens

Danke, Wilhelm Schlote. Für viele kleine Striche, die Generationen von Menschen ein Lächeln geschenkt haben.

Der Künstlerinnen-Klub und seine vergessenen Akteurinnen

Ausstellung zu Olga Oppenheimer im Stadtmuseum und Lesung von Hanka Meves

Im August 2026 bringt Hanka Meves, die seit bald 20 Jahren für unser Magazin schreibt, ihren zweiten historischen Roman beim Emons Verlag in Köln heraus. Er handelt vom Künstlerinnen-Klub, den zwei junge Frauen im Gereonshaus in der Kölner Innenstadt 1911 gegründet haben. Sie brachten moderne Kunst wie Picasso, den Blauen Reiter mit Franz Marc und August Macke, Robert und Sonia Delaunay sowie Gabriele Münter nach Köln, Künstler*innen, die ihrer Zeit voraus waren und heute als Klassiker der Moderne gelten.

Mit einer Ausstellung ehrt das Kölnische Stadtmuseum in der Minoritenstraße 13 bis Mitte September Olga Oppenheimer, die ihre Kunst 1912 auf der großen Sonderbund-Ausstellung und 1913 in der Armory Show in New York, Chicago und Boston zeigte. In den USA wurde sie in einer Rezension als besonders Fähige unter der kubistischen Kunst gefeiert, in den Kölner Zeitungen jedoch kritisch beäugt. Ihre Freundin und spätere Schwägerin Emmy Worringer organisierte mit ihr den Klub und brachte Unterstützung durch das Restaurant im Zoologischen Garten in Köln ein. Ihre Familie führte die Gaststätte, die große Konzerte veranstaltete und die Kölner Welt zusammenbrachte.

Der Klub war Treffpunkt, Ausstellungszentrum und unerhörterweise von Frauen gegründet, die in dieser Zeit in Köln nicht einmal Kunst an einer öffentlichen Einrichtung studieren durften. Olga Oppenheimer und Emmy Worringer fanden Unterstützung bei den Malern Franz M. Jansen und August Macke sowie dem Direktor des Wallraf-Richartz-Museums, Dr. Alfred Hagelstange, und dem Leiter des Barmer Kunstvereins, Dr. Richart Reiche. Im Klub gingen schillernde Persönlichkeiten wie die Kunstsammler Alfred Flechtheim und Richard Goetz, Cousin der Komponistin Maria Herz, ein und aus. Die Ausstellungseröffnungen waren Feste mit Musik, literarischen Aufführungen, Speis und Trank. Die Männer um Alfred Hagelstange und Richart Reiche waren führend in der Organisation der bahnbrechenden Sonderbund-

Ausstellung 1912, die das Wallraf-Richartz-Museum mit der „Mission Moderne“ 2012 großartig rekonstruiert hat. So war es eben auch ein sehr großer Erfolg von Olga Oppenheimer, auf dieser Veranstaltung mit ihrer Kunst präsent zu sein.

Unsere Autorin Hanka Meves wird am 4. September um 18 Uhr während des Programms zur Ausstellung im Kölnischen Stadtmuseum in der Minoritenstraße 13 ihren neuen Roman vorstellen und daraus lesen. ■ hmf



Foto: Familienbesitz

Olga Oppenheimer im Rosengarten, um 1910



Lesung und Gespräch mit Hanka Meves

Der Künstlerinnen-Klub, Emons Verlag Köln.

Zeit: 4. September 2026 um 18 Uhr

Ort:

Kölnisches Stadtmuseum
in der Minoritenstraße 13
50667 Köln

Foto: Emons Verlag

Links:

Kölnisches Stadtmuseum



Emons Verlag



Beschlossene Sache

**INSÜLZ & KLETTENBERG berichtet
über politische Entscheidungen aus
dem Bezirksparlament Lindenthal
mit Relevanz für unseren Doppelstadtteil**

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

Die nächste Sitzung der Bezirksvertretung findet am 28. September 2026 um 16 Uhr im großen Sitzungssaal des Bezirksrathauses (7. Stock), Aachener Straße 220, 50931 Köln, statt. Für die Teilnahme ist eine vorherige Anmeldung per E-Mail-Adresse erforderlich: steffen.wagener1@stadt-koeln.de.



Foto: Hoffmann

STADTVERSCHÖNERUNGSMITTEL

Insgesamt 135.000 Euro stehen dem Bezirk Lindenthal aus dem Topf der sogenannten „Stadtverschönerungsmittel“ zur Verfügung. Das Geld soll unter anderem in Baumpflanzungen sowie die Fertigstellungs- und Entwicklungspflege investiert werden. Der Beschluss erfolgte einstimmig.

TRINKWASSERSPENDER

Ein Gemeinschaftsantrag von Bündnis 90/Die Grünen, SPD und FDP/Volt sieht die Installation von Trinkwasserspender in der nahen Umgebung von Schulen vor. Ein entsprechender Auftrag erging an die Stadtverwaltung. Der Antrag wurde von den Parlamentarier*innen im Zuge der Mai-Sitzung einstimmig beschlossen.

FAHRRAD-GRÜNPFEIL

Nach einem Antrag von Bündnis 90/Die Grünen folgte in der Bezirksvertretung der Beschluss, auf der Luxemburger Straße an der Kreuzung zum Eifelwall in Fahrtrichtung Innenstadt die Installation eines Grünpfeils für rechtsabbiegende Fahrräder zu prüfen und gegebenenfalls umzusetzen.

FUSSGÄNGERAMPEL-CHECK

Ein weiterer beschlossener Antrag von Bündnis 90/Die Grünen sieht eine Überprüfung der Ampelschaltungen für die Fußgängerübergänge über die Luxemburger Straße im Stadtbezirk vor. Dabei soll die Schaltung der Fußgängerampeln an beiden Fahrbahnen miteinander gekoppelt werden.



Foto: stock.adobe.com

VERBESSERUNG DER FAHRBAHNOBERFLÄCHE

Wiederum von den Grünen stammte der Antrag, das Kopfsteinpflaster auf der Fahrradstraße der Lotharstraße für eine verbesserte Oberfläche abzuschleifen. Die Parteienvertreter*innen votierten einstimmig für das Vorhaben.



QUALITÄT, DIE ÜBERZEUGT – BÖDEN, DIE BEGEISTERN!

Maßgeschneiderte Bodenlösungen, fachgerecht verlegt und optimal auf Ihre Räume abgestimmt.

Ob edles Parkett, stilvoller Teppichboden, modernes Vinyl oder Linoleum in trendigen Farben – Wir vereinen anspruchsvolles Design, hochwertige Materialien und echtes Handwerk.

Besuchen Sie unsere Ausstellungsräume und lassen Sie sich persönlich beraten. Wir freuen uns darauf, Ihre Räume einzigartig zu gestalten.

DER BODEN MACHT DEN RAUM

Parkett · Treppenläufer · Teppichboden · Vinyl · Linoleum

TEN EIKELDER
BODENBELÄGE

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

Neustart in Location auf der Luxemburger Straße

Wiedereröffnung des Schmitzundkunzt

Ein wenig geschafft ist Vorstandsvorsitzender **Günter Michael Schmitt** in der letzten Woche vor dem ersten Termin in den neuen Räumen des Vereins **Schmitzundkunzt**: „Das ist jetzt der dritte Umzug, den wir gestemmt haben“, berichtet er, und außerdem „habe ich 28 Locations angesehen, bis ich diese hier gefunden habe, die gut passt. Viele waren einfach zu groß und zu teuer. Außerdem ist hier der Vermieter von unserem Konzept überzeugt – das ist ein Glücksfall.“



Fotos: Nonnenmacher



130 Quadratmeter, aufgeteilt in einen Raum mit Arbeitstischen und einer Empore mit Künstleratelier auf dem ersten Stock sowie einer kleinen Küche und zwei Räumen für Kleider- und Dingsbums-Tausch, umfasst das neue Domizil. Viele fleißige ehrenamtliche Helfer*innen haben bei Umzug und Einrichtung geholfen – so konnte mit dem **Kleidertausch am 2. Mai** gestartet werden.

Dieser findet zukünftig zweimal im Monat statt, und es geht wirklich um Tausch, so Günter Michael Schmitt, der von allen Günni genannt wird. „Man gibt es etwas ab und kann etwas mitnehmen. Nur mitnehmen geht nicht. Nur abgeben schon.“ Die gleichen Regeln gelten für den **Dingsbums-Tauschraum**, in dem sich Haushaltsgegenstände, Dekoartikel, Musik-CDs, DVDs, Schallplatten, Taschen, Rucksäcke und viele andere Nützlichkeiten finden. Bücher werden ausdrücklich nicht mehr angenommen, da die abgegebenen Mengen einfach zu groß wurden.

Weitere Angebote sind das **Repair-Café**, das ebenfalls zweimal im Monat stattfinden wird. Hier werden nicht nur Elektrogeräte repariert, auch Fahrräder oder Computer und vieles mehr werden unter die Lupe genommen. Der große Arbeitsraum steht vierzehntägig für **Nähkurse** zur Verfügung. Hier gibt es sowohl für Anfänger*innen als auch für Fortgeschrittene Anleitung und gemeinsames Arbeiten. Wöchentlich werden außerdem Pflanzen abgegeben, die aus Rettungsaktionen

stammen. Das **Seniorencafé** wird auch bald wieder stattfinden, ebenso wie ein neues Angebot: **Tufting**, also das Herstellen von Teppichen und Wandbildern mittels einer bestimmten Technik, die dann im Schmitzundkunzt angeleitet wird.

Ebenfalls weiterhin zum Vereinsleben gehört das Stadtgärtnern im Sülzer Triangel. Das Urban-Gardening-Projekt läuft jetzt seit drei Jahren erfolgreich am Sülzgürtel, Höhe Euskirchener Straße rund um das alte Transformatorenhäuschen gegenüber der Theodor-Heuss-Realschule.

Günni Schmitt ist sehr zufrieden mit den neuen Räumen: „Wir sind froh, wieder in Sülz zu sein. Das Schmitzundkunzt bietet Raum für Menschen, die eigene Aktivitäten entwickeln wollen. Diese sollen den Grundsätzen des Vereins entsprechen: Gemeinschaften bilden, Menschen helfen und Natur schützen.“ ■ **dm**

Öffnungszeiten und Angebote sind immer aktuell im Internet zu finden und demnächst auch auf einem Monitor im Fenster der neuen Location. Da der Verein die Zeiten nicht immer garantieren kann, empfiehlt es sich, tagesaktuell nachzuschauen, was möglich ist.

🌐 schmitzundkunzt.de

1946 bis 2026 – 80 Jahre Hinz. Und immer noch in Köln zu Hause.

Wie aus einem kleinen Handwerksbetrieb ein modernes Familienunternehmen mit rund 80 Mitarbeitenden wurde.



Foto: Nonnenmacher

Hinz – ein Familienbetrieb in dritter Generation

Als Helmut Hinz 1946 den Grundstein für das Unternehmen legte, sah Köln noch völlig anders aus. Viele Gebäude waren zerstört, Material war knapp und funktionierende Heizungen waren alles andere als selbstverständlich.

Was damals mit viel handwerklichem Können und persönlichem Einsatz begann, entwickelte sich über Jahrzehnte zu einem festen Bestandteil des regionalen Handwerks.



Das im Jahr 2022 fertiggestellte neue Firmengebäude

Heute, 80 Jahre später, ist die Helmut Hinz GmbH & Co. ein modernes Familienunternehmen mit rund 80 Mitarbeitenden – und dennoch den eigenen Werten treu geblieben: Verlässlichkeit, Qualität und persönlicher Service.

Vom Zwei-Mann-Betrieb zum modernen Handwerksunternehmen

In den vergangenen Jahrzehnten hat sich nicht nur Köln verändert – auch die Gebäudetechnik hat einen enormen Wandel erlebt. Von Kohleöfen über klassische Heizsysteme bis hin zu Wärmepumpen und moderner Gebäudetechnik: Das Handwerk entwickelt sich ständig weiter.

Die Helmut Hinz GmbH & Co. hat diesen Wandel aktiv begleitet. Als einer der ersten Betriebe in Köln setzte das Unternehmen früh auf moderne Heiztechnik und einen strukturierten Kundendienst. Bis heute gehört der persönliche Service zu den wichtigsten Bestandteilen der Unternehmensphilosophie.

„Technik verändert sich permanent. Entscheidend ist für uns aber bis heute, dass Kundinnen und Kunden feste Ansprechpartner haben und sich langfristig auf uns verlassen können“, erklären die Geschäftsführer Günter und Philipp Hinz.

Handwerk bedeutet heute mehr als reine Versorgung

Was früher vor allem klassische Heizungs- und Sanitärarbeiten waren, umfasst heute deutlich mehr: moderne Badgestaltung, Gebäudemodernisierung, regenerative Energien und individuelle Energieberatung.

Gerade in Zeiten steigender Energiekosten und neuer Anforderungen wünschen sich viele Eigentümer vor allem Orientierung und ehrliche Beratung. Deshalb setzt die Firma Hinz bewusst auf langfristige Lösungen statt auf kurzfristige Trends.

Dabei bleibt das Unternehmen seiner regionalen Verwurzelung treu. Viele Mitarbeitende kommen aus Köln und Umgebung und begleiten Hinz – genauso wie zahlreiche Kundinnen und Kunden – bereits seit Jahrzehnten.

Auch heute entwickelt sich das Unternehmen kontinuierlich weiter. Der neue Firmensitz an der Grenze zwischen Sülz und Zollstock wurde bewusst mit Blick auf die kommenden Jahrzehnte geplant – modern, energieeffizient und mit Raum für weiteres Wachstum.



Foto: Eva Lotte Niegel

**Die beiden aktuellen Geschäftsführer
Günter Hinz (l.) und Philipp Hinz (r.)**

Tradition und Zukunft gehören zusammen

Die Herausforderungen im Gebäudebereich verändern sich stetig. Für Hinz ist genau das Antrieb, sich kontinuierlich weiterzuentwickeln – ohne dabei die eigene Identität zu verlieren.

Oder wie man im Unternehmen selbst sagt:

„80 Jahre Erfahrung sind für uns kein Grund, stehen zu bleiben – sondern die Grundlage, um auch die Zukunft verantwortungsvoll mitzugestalten.“ ■

 hinz-koeln.de



Fotos: Hinz Archiv

Firmengründer Helmut Hinz kurz nach dem Krieg



Die ersten Mitarbeiter

ALT & JUNG

Gute Pflege braucht aktuelles Wissen.

Neue wissenschaftliche Erkenntnisse, moderne Behandlungsmethoden und aktuelle Qualitätsstandards sorgen dafür, dass sich Pflegekräfte regelmäßig fortbilden. Für das Team von **ALT & JUNG** gehört das ganz selbstverständlich dazu.



Foto: Alt & Jung

Pflegedienstleitung **Monika Kendziora** und ihre Mitarbeiterin **Franzi** haben gerade ihre Weiterbildung im Wundmanagement aufgefrischt. Dabei geht es um moderne Verfahren zur Versorgung chronischer Wunden, aktuelle Standards und den Austausch mit Fachkolleg*innen. Denn gerade bei komplexen Wunden ist aktuelles Wissen entscheidend – für eine sichere Versorgung und eine bessere Lebensqualität der Betroffenen.

Warum regelmäßige Fortbildungen in der ambulanten Pflege so wichtig sind und welche Rolle sie für die Qualität der Versorgung im Veedel spielen, lesen Sie online auf insuelz.com. ■



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!

200

*Jahre
Füreinander
Hier.*

Wenn wir feiern, feiert ganz KölnBonn mit.

Denn bei uns legen Sie Geld immer doppelt an. In Ihren Gewinn und den für die Region. In Zinseszins und Zusammenhalt. In Finanzen und Füreinander Hier. Genau das feiern wir. Mit Ihnen und ganz KölnBonn. Mehr zu unserem Jubiläum: sparkasse-koelnbonn.de/200



Sparkasse
KölnBonn

Füreinander Hier.

DreimolvunHätze e.V. Helfende Hände für den Rosengarten

Mittwochs und donnerstags trifft sich das Rosengartenteam regelmäßig im Klettenbergpark. „Wenn wir die Beete nicht pflegen würden, müsste die Stadt den beliebten Garten auflösen“, erklärt uns Wolfgang Knauber von der Initiative. „Wir suchen immer nach Helfer*innen, die keine Vorbildung benötigen, sondern allein Freude an Gartenarbeit haben.“



An diesem Mittwoch, den 27. Mai, treffen sich neun Aktive, um nach viel Regen dem vielen Unkraut auf den Beeten den Kampf anzusagen. Zudem schneiden die freiwilligen Gärtner*innen verblühte Rosen ab, damit sich neue Knospen bilden. Fünf von ihnen kommen von der Stadt Köln, die ihren Mitarbeitenden zwei Tage für soziale Projekte freigibt, sogenannte Social Days. Vielleicht mag sich ein anderes Unternehmen dieser positiven Initiative anschließen.

In diesem Jahr wurden im Auftrag des Grünflächenamts vier Beete neu angepflanzt, die besonders gehegt werden wollen. Noch sind die Pflänzchen zart. Die Mittel dafür hatte der Stadtbezirk Lindenthal bereitgestellt.

Wer Interesse hat, sich ab und zu oder auch regelmäßig einzubringen, kann mittwochs von 15 bis 17 Uhr vorbeischaun. Wolfgang Knauber und die anderen Aktiven treffen sich am Bauwagen und erklären gern, was über das Jahr zu tun ist. Außer guter Laune ist nichts mitzubringen, denn die Initiative hat Werkzeug und Handschuhe im Bauwagen. Und nicht zuletzt noch ein Tipp von Wolfgang Knauber: „Gartenarbeit ist wohltuend und trägt genauso wie Fitnesstraining zur Gesunderhaltung bei. Hier kann ich die schöne Pflege

von Rosen mit meinem Wunsch nach einem aktiven Leben verbinden.“ Über die Website der Stadt Köln ist ein Kontakt per Mail möglich, die organisatorische Abwicklung läuft über die E-Mail-Adresse der Familien-Gesellschaft DreimolvunHätze e.V. ■ hmf

dreimolvunhaetze@gmx.de

www.stadt-koeln.de/artikel/70528

www.dreimolvunhaetze.de

J.HÖNNINGER GmbH

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

Meisterbetrieb

Siebengebirgsallee 81 • 50939 Köln

Tel.: 0221 9415410

Tel.: 0221 412505

Fax: 0221 9415411

E-Mail: j.hoenninger@gmail.com



Fotos: Nonnenmacher

„Ich liebe die Vielfalt und Offenheit hier“

Das Interview führte für die INsülz
Hanka Meves-Fricke

Sie ist Schauspielerin, Sprecherin und Coach und vielen durch die Fernsehserie „Rote Rosen“ bekannt. Caroline Schreiber spielt seit Mitte 2024 die Rolle der Victoria Kaiser, einer starken Geschäftsfrau, die ihre Immobilienfirma erfolgreich weiterführen möchte. Drehort der „Roten Rosen“ ist Lüneburg, für sie auch ein Obstparadies. Geboren in München, lebt Caroline Schreiber in Köln-Klettenberg und pendelt zwischen Köln und dem Drehort hin und her. Wir haben uns mit ihr im Avero im Weyertal 15 draußen getroffen und sie nach unserer Stadt und unserem Viertel, ihrer Arbeit und ihrer Familie ausgefragt.

Sie haben in den 1980er-Jahren an der Essener Folkwang Hochschule der Künste studiert und Ihren Abschluss gemacht. Wie sind Sie nach Köln gekommen?

Über mein Engagement am Schauspiel Köln, das nach Mannheim meine zweite Station nach dem Studium war. Ich habe mich sofort wohlgefühlt in der Stadt und dann trotz vieler Veränderungen im Beruf immer meine Wohnung hier behalten.

Was lieben Sie an Köln?

Caroline Schreiber: Vor allem die Menschen und natürlich den Dom und den Rhein. Die Kölner*innen sind sehr offen, kommen gern ins Gespräch und geben einem das Gefühl, nicht allein zu sein, selbst wenn man allein unterwegs ist.

Und was gefällt Ihnen an unseren Vierteln Klettenberg und Sülz?

Caroline Schreiber: Die vielen kleinen Geschäfte, die Atmosphäre und die Menschen mag ich besonders. Hier sitzen wir zum Beispiel an einem Ort, der neu für mich ist, sehr sympathisch und nett. Es gibt viele Restaurants und Cafés, die gut sind, wie das Savoca auf dem Gottesweg gleich in der Nähe der Luxemburger Straße, La Cafété in der Hardtstraße, Ecke Petersberger Straße, wo ich sehr gern einen Kaffee trinke, sowie das Deli Sülz und Heilandt auf der Sülzburgstraße. Im Büdchen schräg gegenüber von dm hole ich mir mit Freude einige kleine köstliche Salate. Das genieße



Goldschmiedemeisterin
Katrin Schäfer

K T R N .

12 Jahre
em Veedel







Di. - Fr. 11:00 - 13:45
15:15 - 19:00
Samstag 11:30 - 16:00
Termine nach Vereinbarung

Weyertal 40
50937 Köln-Sülz
T 0221 - 460 090 13
info@ktrn.de

www.ktrn.de

  **kathe13580**

ich sehr. Nicht zuletzt kann ich von meiner Wohnung aus bis zum Otto-Maigler-See mit meinen zwei Freundinnen laufen und dann dort sommers wie winters baden gehen.

Sie sind offensichtlich hart im Nehmen?

Caroline Schreiber: Nein, bin ich nicht, aber ich halte mich gesund und kann gleichzeitig mit meinen Freundinnen quatschen.

Die Dreharbeiten für eine Serie wie „Rote Rosen“ sind sehr anstrengend ...

Caroline Schreiber: Während der Drehphasen fahre ich jeden Sonntagabend nach Lüneburg und kehre dann am Freitag in der Nacht zurück. In der Woche drehen wir von morgens bis abends, das sind sehr lange Tage, hoch konzentriert in einem tollen Team. Das macht irre Spaß.

Was mögen Sie an der Figur der Victoria Kaiser?

Caroline Schreiber: Für mich ist es spannend, eine erfolgreiche Frau mit ihren Ecken und Kanten, ihren Widersprüchen und ihren weichen, bedürftigen Seiten zu spielen. Victoria ist eine An-

tagonistin, die gern streitet. Anfangs geht sie immer davon aus, dass sie recht hat. Aber sie entwickelt sich im Laufe der Zeit und lernt, wie sie sich auch anders durchsetzen kann.

In Ihrer Biografie wird ebenfalls deutlich, dass Sie gern Verschiedenes machen. Was mögen Sie besonders?

Caroline Schreiber: Im Moment bin ich durch die Serie voll auf Schauspielerei eingestellt. Früher habe ich im „Tatort“ sowie „Ein Fall für Zwei“ gespielt. Aber die Sprechertätigkeit gemeinsam mit meiner Tochter für die Pettersson-und-Findus-Filme oder „Peterchens Mondfahrt“ liebe ich auch. Für Letzteren haben wir Schauspieler*innen wie Marionetten agiert, waren über Bewegungserfassung, Motion Capture, mit Computern verbunden. Die Animatoren haben dann unsere Bewegungen in die Trickfilmfiguren übernommen. Das war absolut spannend.

Über die Coronazeit haben mich mein Standbein als Kommunikationstrainerin und Coach sowie meine Lehraufträge an diversen Hochschulen gerettet. Aber dazu komme ich zurzeit leider nicht.

Bei diesen Trickfilmen hat Ihr Mann Ali Samadi Ahadi Regie geführt. Ihre Tochter Roxana Samadi ist wie Sie Schauspielerin und hat mit dem Dokumentarfilm „Freiheit im Herzen“ ein erfolgreiches Debüt als Regisseurin gegeben. Sie sind also eine Filmfamilie mit enger Verbindung zum Iran. Wie geht es Ihnen damit?

Caroline Schreiber: Es ist schön, dass wir alle das gemeinsame Interesse für Schauspiel und Filme teilen und unsere Tochter dort sehr viel Talent zeigt. Zum anderen befinden wir uns in unruhigen Zeiten. Die Schwestern meines Mannes und ihre Familien leben im Iran, und jeden Tag, wenn wir denn Verbindung haben, gehen andere Nachrichten ein. Wir sind sehr besorgt und hoffen, dass es bald zum Regimewechsel kommt, damit die Menschen in Frieden leben können.

Aus all den Reisen in den Iran habe ich so viel mitgenommen, wie schön es dort ist, was für eine reiche Kultur das Land und die Menschen haben, was für ein köstliches, vielfältiges Essen es gibt. Natürlich macht es mich stolz, dass unsere Tochter mit ihrem Dokumentarfilm einen sehr persönlichen Ausdruck gefunden hat. Ich denke, dass es für sie und uns wichtig ist, Position zur Situation im Iran beziehen zu können.



Planung und
Durchführung
sämtlicher
Malerarbeiten

Jürgen Miehlung
Inhaber

Telefon (0221) 2227550
Telefax (0221) 2762706
Kaygasse 7 · 50676 Köln

Verkauf von
Farben & Tapeten
Fassadengestaltung
Grafittischutz
Dekorative Maltechniken
Bodenverlegung
Schimmelbeseitigung

www.die-maler-koeln.de

IN

VIELLOS

THEATER
KONZERTE
JUGEND

IM

SENIOREN
KUNST KINO
KINDER

VEEDEL

KIRCHE
MUSIK

GESELLSCHAFT
VEEDELSTEFTE
AUSSTELLUNGEN

DEINEVENT

AUF INSUELZ.COM

Was tun Sie neben dem Eisbaden als Ausgleich zu Ihrem vollen Kalender?

Caroline Schreiber: Ich liebe es, mich zu bewegen. Abendspaziergänge sind etwas Wunderbares. Dazu höre ich gern Musik. Und natürlich ist meine Familie meine Basis, meine Powerbank.

Gibt es etwas, was Sie sich für unsere Stadt wünschen?

Caroline Schreiber: In Köln kann man fast alle Orte gut mit dem Fahrrad erreichen, aber trotzdem wünsche ich mir, dass die Kölner Verkehrsbetriebe ihr Angebot verbessern, die Bahnen häufiger, zuverlässiger fahren und günstiger sind.

Und was haben Sie noch vor, Neues zu machen?

Caroline Schreiber: Wenn ich mehr Zeit hätte, würde ich mich gern ehrenamtlich einbringen, zum Beispiel im Krankenhaus. Mein Mann hat eine lange Behandlung hinter sich, und ich habe dadurch gelernt, dass jede Hand, jedes zuhörende Ohr, jedes sehende Augenpaar dort gebraucht werden.

Vielen Dank für das Gespräch! ■ hmf



Fotos: Nonnenmacher



YouTube-Video:
Caroline Schreiber
stellt sich vor.

„IT-Sicherheit, um die du keine Sorgen mehr haben musst!“

Wir kümmern uns. Wirklich!

IT, Telefonie, Support. Aus einer Hand.

Systeme, die seit Jahren nicht überprüft wurden.
Kein zentraler Ansprechpartner für eine schnelle Lösung.
Technische Probleme, die oft auf Ihrem Schreibtisch landen.
Das alles muss nicht dein Ärger sein.

- DSGVO-konform
- Kurze Wege, persönliche Ansprechpartner
- Höchste Sicherheitsstandards
- Eigene Server in Köln

Schütze, was dein Unternehmen am Laufen hält.

Jetzt beraten lassen:
simply-communicate.de
Telefon 0221 160 69-0

simply communicate

MENSCHEN WERDEN FREUNDE

Unsere bunten Seiten für Pänz

Text: Hanka Meves
Illus: Julia Regett

Vögel in unserem Viertel

Alles fing für mich damit an, dass eines Tages ein ohrenbetörender Lärm auf der kleinen Wiese hinter unserem Haus zu hören war. Was war los?, fragte ich mich und sah kaum noch Grün. Ein Vogelschwarm hatte sich breitgemacht, und die Tiere schienen sich ganz angeregt zu unterhalten.



Vögel bestimmen mit Büchern und Apps

Doch wie sollten wir herausfinden, welche Vögel dies waren? Da dieses Erlebnis schon einige Jahre zurückliegt, griffen wir natürlich zum Buch. Wir suchten nach Fotos, verglichen, hörten die Stimmen nochmals genau an. Schließlich fanden wir heraus, dass es Zilpzalps waren, die ganz offensichtlich auf der Reise vom einen zum anderen Futterplatz genau in unserem Garten Pause machten. Heute gibt es eine Vielzahl von Apps, mit denen man die Stimmen von Vögeln erkennen kann.

Der NABU hat sie gezählt

Der Naturschutzbund Deutschland e. V., kurz NABU, hat sich unter vielen anderen Themen auch die Vögel vorgenommen. In einer großen Aktion haben Aktive Vögel gezählt, und zwar nicht in Gärten, sondern auf Friedhöfen. Dort gibt es viele Bäume und Büsche und damit viele Lebensräume, in denen Vögel Nester bauen können und Futter finden. Eine lange Liste mit 59 Vogelarten, die auf dem Südfriedhof und den anderen Friedhöfen von Köln leben, ist dabei zusammengekommen. Die Ergebnisse könnt ihr euch auf einer Karte ansehen.

Amsel, Drossel, Fink und Star

So beginnt das Kinderlied „Alle Vögel sind schon da“, und diese vier Vogelarten sind auch auf den Friedhöfen in Köln zu finden. Besonders bekannt sind hier im Rheinland die Alexandersittiche. Es gibt große und kleine, wobei die kleinen auch Halsbandsittiche genannt werden. Ihre Vorfahren sind vermutlich aus dem Zoo ausgebüxt oder wurden ausgesetzt und haben es sich in den Kölner Parks gemütlich gemacht. Ihr könnt Alexandersittiche daran erkennen, dass sie ein grünes Federkleid und einen roten Schnabel haben und gern gemeinsam in den Bäumen abends zur Ruhe kommen. Am



Fotos: Hoffmann

Rhein finden sich besonders viele Schlafplätze dieser Papageienart.

Leckere Kirsch- und Apfelblüten oder Samen vom Ahorn

Doch warum lassen sie sich besonders dort nieder? Besonders im Winter erwärmt der Rhein die Luft, und am Flussufer gibt es besonders viele Kirsch- und Apfelbäume, deren Blüten ihnen im Frühjahr als Futter dienen. Im Winter zupfen sie hingegen häufig Ahornblätter ab und picken dann die Samen aus diesen heraus.

Der Spatz: heute nicht mehr häufig zu finden

Der Spatz gehörte in meiner Kindheit zu den häufigsten Vögeln und wird auch Sperling genannt. Er hält sich gern in der Nähe der Menschen auf, weil er hier Futter findet und gern mal etwas vom Kuchenteller stibitzt. Doch da er gern auch dort wohnt, wo er frisst, ist der Spatz seltener zu finden. Er sucht für seine Familie Nischen und Lücken. Auch eine kleine Ritze unter dem Dach kann ihm und seiner Familie als Wohnplatz die-





nen. Vor allem sollte dieser trocken und geschützt liegen. Doch da die Menschen glatte Wände mögen und allzu gern Lücken füllen, findet er weniger Nistplätze.

Ein lautes Uhu oder Huh, Huh, Huh

Das war schon öfter in Klettenberg und im Beethovenpark zu hören. Es handelt sich um Waldohreulen und Waldkäuze, die hier bei uns heimisch sind. Sie gehören genau wie Falken, Habichte und Bussarde zu den Raubvögeln. Die Mäusebussarde haben es bereits in ihrem Namen, dass sie sich von Mäusen ernähren. Eulen könnt ihr an ihren bekannten Rufen, die wie Uhu oder Huh klingen, erkennen. Ihre Jungen fiefen hingegen laut und rufen so nach ihren Eltern. Doch weder Eulen noch Falken und Bussarde sind bei dieser Zählung auf den Friedhöfen gesehen worden. Sie leben lieber im Grüngürtel oder im Garten eines Hauses wie manch eine Waldohreule.

Macht euch selbst auf den Weg

Wenn ihr im Park seid, könnt ihr Platz auf einer Decke nehmen und ganz in Ruhe die Vögel um euch beobachten. Vielleicht entdeckt ihr auch einen lauten Zilpzalp, oder ein Spatz nascht von euren Brötchenkrümeln. Mal sehen, wie viele Vogelarten ihr entdeckt! Und ihr könnt auch etwas für Vögel tun, indem ihr kleine Ecken im Garten nicht aufräumt und damit Lebensraum für sie schafft. ■ hmf

Hast du noch mehr Interesse daran, etwas über die Vögel in Köln herauszufinden? Der QR-Code rechts bringt dich zu einer interaktiven Karte, die Nistplätze in Köln anzeigt. Ansonsten kannst du dich über unsere Empfehlungen schlau machen.



Buch-Tipp!



Peter Mullen/Fabian Karwinkel:
Das NABU-Vogelbuch
315 Vogelarten – einfach bestimmen mit über 1000 einzigartigen Fotos, Stuttgart 2023. 26 Euro

App-Tipp!



Merlin Bird ID
merlin.allaboutbirds.org



Die Vögel im Viertel

Amsel

auch Schwarzdrossel

Größe: 25 bis 36 cm

Vorkommen: das ganze Jahr, häufig
Brutzeit: brüten von Februar bis August, 4 bis 5 Eier

Nest: groß mit napfförmiger Mulde, aus Zweigen und Halmen gebaut

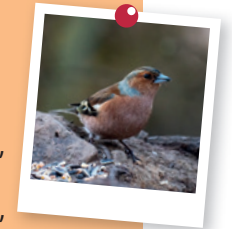


Fink

Größe: 15 bis 26 cm

Vorkommen: das ganze Jahr, häufig
Brutzeit: brüten von April bis August, 3 bis 6 Eier

Nest: halbkugelig, hoch in Astgabeln, mit Moos und Flechten gebaut



Star

Größe: 21 bis 40 cm

Vorkommen: das ganze Jahr, häufig
Brutzeit: brüten von März bis Juli, 4 bis 6 Eier

Nest: aus Pflanzenmaterial in Baumhöhlen oder Kästen



Halsbandsittich

auch kleiner Alexandersittich

Größe: 40 bis 41 cm

Vorkommen: das ganze Jahr, häufig im Rheinland

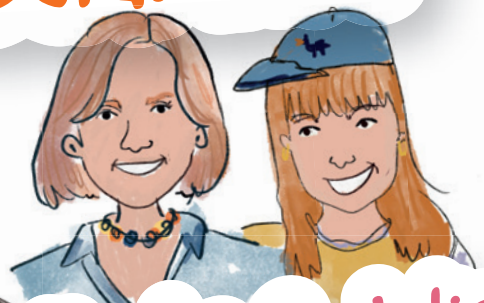
Brutzeit: brüten von April bis August, 3 bis 4 Eier

Nest: in Höhlen alter Bäume



Fotos: Pixabay

Bis bald! Eure



Hanka & Julia

Das hellste Licht ist die Nacht

„Lunis und das Mondwesen“ am CASAMAX Theater



Fotos: Patric Prager

Clahsen und Mangione harmoniert, als bestünde seine Partnerschaft bereits ein Leben lang. Die Körpersprache der Darsteller gelingt dabei so intensiv, das die Inszenierung sogar ohne gesprochene Worte verständlich wäre. In den Sphären des Theater-Universums regieren Leichtigkeit und ein Bewusstsein für die Unendlichkeit aller Geschichten, die von Menschen, Tieren oder Pflanzen geschaffen werden. Wiederum kreiert Hauskomponist Klaus Jacobs dazu einen atmosphärischen Soundtrack, der stellenweise an eine Mischung aus Mike Oldfields Klangwundern „Tubular Bells“ und „The Songs from Distant Earth“ erinnert. „Lunis und das Mondwesen“ offenbaren sich in rund 50 Minuten als reiner Traum, aus dem sich neue Tage schöpfen. Der Himmel kann ruhig warten. ■ **td**

Das hellste Licht brennt in der Nacht, wenn Träume das All entfachen. Der Schlaf umarmt auch den kranken Lunis (Gianluca Mangione) sanft. Das Kind erleidet am Tag stoisch seine Übel und Unmöglichkeiten. Der Junge kann nicht mit anderen draußen spielen. „Irgendwas mit Bakterien“, berichtet ein traurig-ge-stimmter bis genervter Lunis dem Publikum.

Doch irgendwas ist anders in diesem Jetzt. Um ihn herum, weiße Wolken und eine bernsteinfarbene Mondsichel, in der ein sonderbares gelbes Wesen mit riesigen Nadeln vergnügt vor sich hin strickt. Nicht nur das – auch ein Spielplatz mit Rutsche und Schaukel warten wie selbstverständlich auf die freudvolle Nutzung. Jenes Fabelwesen (Ricarda Clahsen) fügt Masche um Masche die Wünsche des kleinen Mannes zu einem einzigartigen Kleid zusammen. „Hier oben, auf dem Weg zu den Sternen“, so die Fantasiegestalt, „ist alles möglich“. Lunis möchte auch so heiter- unbeschwert wie die geheimnisvolle Figur sein und erhält einen Schnellkurs in Clownerie, inklusive roter Nase.

Zeit, zu träumen

Mit der neuen Produktion „Lunis und das Mondwesen“ führt das CASAMAX Theater zielsicher den Weg maximaler Verspieltheit plus größtem Einfühlungsvermögen minus Übermaß fort, die es seit Dekaden auszeichnet. Mit ihrem Regie- und Spieldebüt in der Sülzer Stätte vermag das „zeit für Kollektiv“ seine Zuschauer*innen von den ersten Sekunden an zu verwundern, in Lachen zu versetzen oder nachdenklich zu stimmen. Das junge Schauspiel-Duo



Ricarda Clahsen und Gianluca Mangione erhellen die Nacht in der neuen Casamax-Inszenierung „Lunis und das Mondwesen“.

„Lunis und das Mondwesen“,

CASAMAX Theater, Berrenrather Straße 177, 50937 Köln

Konzept/Text: zeit für Kollektiv

Regie: Leonie Vrochte

Spiel: Ricarda Clahsen, Gianluca Mangione

Musik: Klaus Jacobs

empfohlen ab 4 Jahren, Karten-Telefon: 0221 44 76 61

Termine online unter

casamax-theater.de

Optik Dorn: **Sonnenschutz beim Sehen.** Mit intelligenten Gläsern und schicken Fassungen

„Es gibt nichts Besseres als die sogenannten Adaptive Sun-Gläser.“ Bettina Grueter-Wirth von Optik Dorn ist begeistert von den intelligenten selbsttönenden Sonnenbrillengläsern von Zeiss. Sie passen sich dynamisch wechselnden Lichtverhältnissen an, bieten hundertprozentigen UV-Schutz und dunkeln bei starker Sonneneinstrahlung von 60 auf bis zu 95 Prozent ab. „Diese clevere Technologie ist optimal, weil sich die Gläser beim Wandern oder am Strand flexibel an das Licht anpassen“, erklärt die Augenoptikermeisterin.

Die Gläser sind in jeder Sehstärke erhältlich – als Einstärken- oder Gleitsichtgläser – und passen in nahezu jede Fassung. Angeboten werden sie in

Braun, Grün und Blau sowie mit praktischen Farbverläufen. „Beim Wandern im Wald bleibt der Boden trotz geringerer UV-Strahlung gut sichtbar. So muss man die Brille noch seltener wechseln“, verspricht Grueter-Wirth.

Für den Sommer 2026 präsentiert Optik Dorn zudem eine große Auswahl neuer Fassungen. Auffällige Modelle des Pariser Labels Woow setzen mit kräftigen Farben und transparenten Details modische Akzente. Pro Design aus Dänemark bietet markante und zugleich elegante Herrenfassungen.

Auch Sportlerinnen profitieren von einer durchdachten Lösung: Für Sportsonnenbrillen von evil eye gibt es Clips mit Gläsern in individueller Sehstärke, die einfach in die Brille eingesetzt werden. „Sie sind besonders praktisch für Wassersportlerinnen, Fahrradfahrerinnen oder Beachvolleyballerinnen“, so Bettina Grueter-Wirth.

Den vollständigen Beitrag über die neuen Brillentrends und die innovativen Adaptive Sun-Gläser lesen Sie auf unserem Onlineportal auf insuelz.com. ■



Fotos: Nonnenmacher



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!

Mehr Farbe
für dein
Zuhause.

10% auf deine
AVENTA Konfiguration
vom 01.06. – 31.08.

01.06. – 31.08.
10%
VORTEIL

Müller
SMALL LIVING

[living]
wohndesign by terry palmer

Jetzt konfigurieren!
living-wohndesign.de

Goldschmiedemeisterin Tina Theves: Mehr ist mehr ...

... ist der Trend, den Goldschmiedemeisterin Tina Theves in diesem Sommer beobachtet. Filigrane Schmuckstücke weichen markanten Ringen mit großen Edelsteinen, dazu werden mehrere Edelsteinketten kombiniert.

Zu den Blickfängen gehören ein offener Silberring mit Blautopas in Gelbgoldfassung, ein breiter Silberring mit neu verarbeiteten Granaten und Diamanten sowie ein moderner Weißgoldring mit historischem Onyxschiffchen und Diamant. Sie zeigen, wie aus altem Schmuck zeitgemäße Unikate entstehen.

Gemeinsam mit ihrem Auszubildenden Soheil Tabani entwirft Tina Theves neue Schmuckstücke und gestaltet vorhandene Lieblingsstücke zu ausdrucksstarken Statement-Ringen um. „Man muss keine Hemmungen haben, vorhandene und neue Ketten zu kombinieren“, sagt die Goldschmiedemeisterin. Edelsteinketten in unterschiedlichen Farben setzen auch schlichte Sommermode gekonnt in Szene.

Viele Kund*innen möchten mit auffälligem Schmuck bewusst Optimismus und Lebensfreude ausstrahlen – getreu dem Motto: Mehr ist mehr.



Foto: Nonnenmacher

Den vollständigen Beitrag über die aktuellen Schmucktrends und die neuen Statement-Kollektionen lesen Sie auf unserem Onlineportal auf insuelz.com. ■



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!

Männerpflege neu gedacht Mein Besuch bei Littau's Hair & Care Men

Als wir vor einiger Zeit über die Erweiterung von Littau's Hair & Care berichteten, war der neue Herrenbereich noch eine Baustelle. Inzwischen sind die Arbeiten abgeschlossen – und ich hatte die Gelegenheit, als einer der ersten Kunden den neuen Salon selbst zu erleben.

Schon beim Betreten wird deutlich, dass hier etwas Besonderes entstanden ist. Die hochwertige Einrichtung, das durchdachte Ambiente und die entspannte Atmosphäre unterscheiden sich spürbar von einem klassischen Friseurbesuch. Hier geht es nicht

darum, möglichst schnell wieder aus dem Stuhl aufzustehen, sondern sich bewusst Zeit für sich selbst zu nehmen.

Was mich besonders überzeugt hat, war die Verbindung aus handwerklicher Präzision und echter Wohlfühlatmosphäre. Vom Waschen, Schneiden und Stylen über hochwertige Pflegeprodukte bis hin zu Bartpflege und Rasur steht der moderne Mann mit seinen individuellen Bedürfnissen im Mittelpunkt. Das Angebot reicht weit über einen gewöhnlichen Haarschnitt hinaus und erinnert eher an das Verwöhnprogramm, das viele Frauen seit Jahren selbstverständlich von ihrem Friseurbesuch kennen.

Doch worin unterscheidet sich eigentlich ein Friseursalon von einem Barber-shop? Welche Rolle spielen Ausbildung, Handwerk und Spezialisierung? Und wie gelingt es dem Team von Littau's Hair & Care Men, die Stärken beider Konzepte miteinander zu verbinden?

Den vollständigen Erfahrungsbericht mit persönlichen Eindrücken, Hintergrundinformationen und vielen weiteren Details lesen Sie auf unserem INSÜLZ-Onlineportal. ■



Foto: Martens



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!



Den Studentraum verwirklichen

Als ein Freund von mir in Pension ging und mir erzählte, dass er noch einmal studieren möchte, wusste ich sofort Bescheid: Er hatte sich zum Gasthörerstudium an der Universität Köln eingeschrieben und war sehr glücklich damit.

Dr. Anne Löhr informierte die INSülz über die Möglichkeiten des Gasthörerstudiums.

1.150 Gasthörer*innen studieren in Köln an der Universität, übrigens fast gleich viele Frauen und Männer. Auch nach vielen Jahren, in denen dieses Angebot besteht, zahlen sie dafür 100 Euro pro Semester. Es gibt für das Studium keine schulischen Voraussetzungen. Auch das Alter ist nicht wichtig. So können Studieninteressent*innen nach der Schule bereits in die Universität hineinschnuppern, eine über 80-Jährige kann sich dadurch geistig fit halten. Die meisten über dieses Angebot Studierenden sind zwischen 60 und 75 Jahre alt, aber es gibt auch viel jüngere und einige über 80-Jährige. Allein der Spaß am Lernen spielt eine Rolle. Prüfungen legen sie nicht ab. Ein Semesterticket ist in diesem Angebot nicht inbegriffen.

Gasthörer*innen können an regulären Vorlesungen und Seminaren aller Fachbereiche teilnehmen, falls die Seminarplätze nicht durch die regulär Studierenden belegt sind. Besonders beliebt sind die Fächer Geschichte, Kunstgeschichte und Philosophie. Sozialpolitische Themen wie der Krieg in der Ukraine und die Geschichte dahinter werden zudem für viele interessanter.

„Speziell für unsere Gasthörer*innen organisieren wir zudem Arbeitskreise, Forschungsgruppen, Vorträge und Projekte, erklärt Dr. Anne Löhr von der Koordinierungsstelle Wissenschaft + Öffentlichkeit, Gasthörer- und Seniorenstudium, KOOST. „Eine Forschungsgruppe beschäftigt sich zum Beispiel in Kooperation mit dem Lehrstuhl für die Geschichte der Frühen Neuzeit mit der Geschichte der alten Kölner Universität, andere mit Literatur, Film oder Lernen im Alter“, erläutert Dr. Anne Löhr weiter. Die Ergebnisse dieser Forschungsgruppen werden dann auch öffentlich präsentiert und ermöglichen Gaststudierenden spannende Erfahrungen. Diese Angebote sind auf der Website unter dem Semesterprogramm der KOOST einzusehen.

„Wenn Sie Interesse haben, rufen Sie bei uns an oder vereinbaren Sie einen Termin. Dann können wir Sie beraten, ob ein Gasthörerstudium oder ein reguläres Studium das Passende ist, welche Themen Sie interessieren und wie Anmeldung und Organisation ablaufen“, ergänzt Dr. Anne Löhr.

Am 3. September 2026 veranstaltet der Bereich eine Einführungsveranstaltung, die für alle offen ist. Zudem gibt es auf der Website Erfahrungsberichte von Studierenden und die E-Zeitschrift von Gasthörer*innen, ConTouren. ■ hmf



Fotos: Atkins

Informationsveranstaltung zum Gasthörer- und Seniorenstudium an der Universität zu Köln

Leitung: Dr. Anne Löhr, Dr. Lazaros Miliopoulos

Termin: Donnerstag, 3. September 2026

12.00–13.30 Uhr

Ort: Hörsaal II, Hauptgebäude

Albertus-Magnus-Platz

🌐 gasthoerersenioren.uni-koeln.de

PRAXIS³

— SCHICK & DURDU —
PRIVATPRAXISGEMEINSCHAFT

Osteopathie • Physiotherapie • Training

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

www.praxishochdrei.de





Ab in den Urlaub! Die Maler kümmern sich um den Rest

Die warme Jahreszeit ist nicht nur die schönste Zeit für einen Urlaub, sondern auch die ideale Gelegenheit, das eigene Zuhause aufzuwerten. Wer die Ferien clever nutzt, kann Renovierungsarbeiten ganz entspannt erledigen lassen und kehrt nach der Reise in frisch gestaltete Räume zurück.

„Doch professionelle Malerarbeiten sind weit mehr als ein neuer Anstrich“, weiß **Jürgen Miehling**, Inhaber von „**Die Maler**“, „Sie tragen dazu bei, den Wert einer Immobilie langfristig zu erhalten und Fassaden vor den Folgen von Wind, Wetter und intensiver

Sonneneinstrahlung zu schützen.“ Gleichzeitig bieten moderne Materialien und Techniken heute zahlreiche Möglichkeiten, Wohnräume nicht nur optisch aufzuwerten, sondern auch funktional zu verbessern. So können innovative Innendämmungen beispielsweise dabei helfen, Feuchtigkeit zu regulieren und Schimmelbildung vorzubeugen – ein Thema, das gerade in älteren Gebäuden immer wichtiger wird.

Ebenso erleben hochwertige Tapeten und kreative Wandgestaltungen derzeit eine Renaissance und eröffnen ganz neue Möglichkeiten, Räumen Persönlichkeit und Charakter zu verleihen.

Welche Lösungen sich für unterschiedliche Wohnsituationen eignen, warum eine individuelle Beratung die Grundlage jeder gelungenen Gestaltung ist und wie der Kölner Meisterbetrieb „Die Maler“ seine Kund*innen von der ersten Idee bis zur fertigen Umsetzung begleitet, lesen Sie im vollständigen Beitrag.

Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie auf unserem Onlineportal, warum gerade jetzt der richtige Zeitpunkt ist, die eigenen vier Wände fit für die Zukunft zu machen. ■



Foto: Martens



Hier online weiterlesen
auf insuelz.com!



Brillen | Kontaktlinsen



SELBSTTÖNENDE
SONNENBRILLEN-
GLÄSER
VON ZEISS

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



DIE LAUFMASCHE
Wäsche und Strümpfe



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

DIY: Glasabdeckung gegen Insekten

Im Sommer ist draußen viel los! Klar, denn jetzt ist es herrlich warm, und wir genießen im Park, Garten oder auf dem Balkon gern ein kühles Getränk. Um uns herum schwirrt dann nicht selten das eine oder andere Insekt, über dessen Gesellschaft wir uns sehr freuen, solange es nicht in unserem Glas landet. Für alle, die ihr Getränk und gleichzeitig die Insekten schützen möchten, haben wir einen einfachen, aber effektiven DIY-Tipp: eine Glasabdeckung gegen Insekten!

SO GEHT'S

- 01** Zunächst markieren wir mithilfe von Lineal und Bleistift die Mitte des Korkuntersetzers.
- 02** Nun nehmen wir die Lochzange zur Hand und suchen passend zum Durchmesser des Strohhalms die richtige Lochstanze heraus. Die Lochstanze wird fest auf die Markierung in der Mitte des Korkuntersetzers gedrückt und dabei leicht hin- und hergedreht, bis ein Loch entstanden ist. Dabei nicht vergessen, ein Schneidebrett zum Schutz der Tischplatte unterzulegen.
- 03** Jetzt kann gestempelt werden! Wir haben uns für ein Blumenmotiv entschieden und dieses rund um das Loch gestempelt.
- 04** In einer zweiten Variante haben wir den Korkuntersetzer mit einer Serviette beklebt. Dafür den Untersetzer gleichmäßig mit Kleber einstreichen und die oberste Lage der Serviette vorsichtig aufkleben. Die überstehenden Ränder können mit der Schere sauber entfernt werden.
- 05** Um die gestaltete Oberfläche des Insektenschutzes vor Schmutz zu schützen, tragen wir entweder mit dem Pinsel einen lebensmittelechten Klarlack auf oder bringen eine transparente Klebeschuttfolie an.
- 06** Danach wird das Loch in der Mitte erneut mit der Lochzange durchstoßen.
- 07** Zu guter Letzt den Strohhalm durch die Öffnung stecken, und fertig ist unsere Glasabdeckung gegen Insekten.

Tipp: Wer die Glasabdeckung gern bunt mag, kann je nach Lust und Laune auch zwei oder drei Stempelfarben miteinander kombinieren! ■ ap



Material:

- runder Glasuntersetzer aus Kork
- Lineal
- Bleistift
- Lochzange
- Strohhalm aus Papier oder Glas
- Schneidebrett
- Servietten mit Blumenmotiv
- Klebestift
- Nagel- oder Silhouettenschere
- transparente Klebeschuttfolie oder lebensmittelechter Lack plus Pinsel
- Silikonstempel mit Blumenmotiv
- Stempelkissen



Fotos: Pöhner

Mehr Reichweite, mehr Aktualität: Veranstaltungen jetzt online entdecken!

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



Foto: Martens

Immer aktuell, immer vollständig

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

Mehr Reichweite für Ihre Veranstaltungen

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

Mehr Platz, mehr Details

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

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

Nachhaltig und flexibel

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

So einfach funktioniert's!

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

Schauen Sie vorbei!

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

 insuelz.com/veranstaltungen

INsicht

Sülz & Klettenberg: Termine im Sommer

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



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

Foto: Uniklinik Köln



**Kath. Kindertagesstätte St. Bruno
(Schwerpunkteinrichtung)**
0221 - 57 02 68 50
kita.bruno-sk@erzbistum-koeln.de

**Kath. Kindertagesstätte
St. Bruno am Beethovenpark**
0221 - 46 36 36
kita.bab-sk@erzbistum-koeln.de

**Kath. Kindertagesstätte
St. Karl Borromäus**
0221 - 42 64 73
kita.karl-sk@erzbistum-koeln.de

Kath. Kindertagesstätte St. Nikolaus
0221 - 41 13 56
kita.nikolaus-sk@erzbistum-koeln.de

**Kindertagesstätte
SKM-Zentrum Klettenberg**
0221 - 43 85 35
familienzentrum.klettenberg@skm-koeln.de

Katholische Erziehungs- und Familienberatung

10.09.2026 · 9.00 - 11.00 Uhr
Kita St. Bruno
10.09.2026 · 8.30 - 10.30 Uhr
Kita St. Nikolaus

01.10.2026 · 9.00 - 11.00 Uhr
Kita St. Bruno am Beethovenpark
15.10.2026 · 8.30 - 10.30 Uhr
Kita St. Karl Borromäus

12.11.2026 · 9.00 - 11.00 Uhr
Kita St. Bruno
12.11.2026 · 8.30 - 10.30 Uhr
Kita St. Nikolaus

03.12.2026 · 9.00 - 11.00 Uhr
Kita St. Bruno am Beethovenpark
03.12.2026 · 8.30 - 10.30 Uhr
Kita St. Karl Borromäus

**Bitte jeweils bei der
Kitaleitung anmelden!**



ADRESSEN

68elf-studio

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

Atelier Susanne Beucher

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

Begegnungsstätte St. Bruno

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

Bruchhaus Optik & Akustik

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

Brunosaal

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

Buchhandlung Olitzky

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

Bürgerzentrum Nippes

Altenberger Hof
Auenheimer Str. 92

Café Lamerdin

Wittekindstr. 20
www.kirche-klettenberg.de

Caritasverband für die Stadt Köln e. V.

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

CASAMAX Theater

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

Die Waldgänger

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

DJK Südwest Köln 1920/27 e. V.

Berrenrather Straße 173
0221 9 41 56 09

Evangelische Freie Gemeinde

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

Evangelische Kirchengemeinde

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

Evangelisches Krankenhaus Weyertal

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

Freiraum e. V.

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

Funtastico-Musical

0221 81 45 84
www.funtastico-musical.de

GGs Manderscheider Platz

Berrenrather Straße 352
0221 9 92 25 93-0

Garten-Praxis für Gestalttherapie

Heisterbachstr. 47
0221 42 10 10 13 (Garten-Praxis)
02274 70 41 85 (Home-Office)
www.beraten-schulen-begleiten.de

hallo in sülz -

Willkommensinitiative Sülz & Klettenberg

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

Heliosschule

Mommensenstraße 5
0221 33 77 08 40

Hildegard-von-Bingen-Gymnasium

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

Historisches Archiv mit Rheinischem

Bildarchiv der Stadt Köln

Eifelwall 5, 50674 Köln
0221-22 12 23 27

Individuelle Stadtführung

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

Interessengemeinschaft

ISK Carrée Sülz-Klettenberg e. V.

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

ICZ - Internationales Caritaszentrum

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

Johanneskantorei Klettenberg

Nonnenwerthstr. 78

Jugend- und Kulturzentrum /JUZI e. V.

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

JWK gGmbH-Jugendwerk Köln

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

Katholische Kirchengemeinden

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

Pfarrbüros:

St. Bruno, Klettenberggürtel 71
0221 26 112-10

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

Katholische Hochschulgemeinde

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

Kölner Geburtshaus (Praxis Sülz)

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

Kölner Seniorengemeinschaft

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

Kolping Bezirksverband Köln

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

KOMED-Saal im KOMED-Haus

Mediapark 7, 50670 Köln

Kunsthalle Bezirksrathaus Lindenthal

Aachener Str. 220, 50931 Köln

KunstKAFFee Köln

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

Kunstraum 383

Berrenrather Straße 383
0221 44 92 32
www.kunstraum383.de

Lebenswert e.V.

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

Lindenthaler Willkommensinitiative

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

Malerei

Susanne Beucher
Palanterstr. 9f, 50937 Köln
www.offene-ateliers-koeln.de
www.susannebeucher.de
0172 776 23 83

Malort

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

PianoOptik

Luxemburger Str. 234
0221 42333977
www.pianooptik.de

Querwaldein e. V.

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

Raum für Mehrsprachentheater Köln

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

SBK Sozial-Betriebe-Köln

Städtisches Seniorenzentrum

Blankenheimer Straße 51
0221 9 92 12 10

Senftöpfchen-Theater

Große Neugasse 2-4
50667 Köln
0221 258 10 58

Seniorennetzwerk Klettenberg

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

SNW Sülz, Klettenberg & Lindenthal

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

Schmitzundkuntz e. V.

Luxemburger Str. 284 a
50937 Köln

TanzZentrum

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

Uniklinik Köln - Blutspendezentrale

Kerpener Straße 62, Gebäude 39
0221 478-8 92 60

Verein der Freunde und Förderer

des Lindenthaler Tierparks e. V.

www.lindenthaler-tierpark.de

Volkssternwarte Köln

Nikolausstraße 55
0221 41 54 67
www.volkssternwartekoeln.de

Weisshaus Kino

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

30 JAHRE

Apotheke am Questerhof



Seit **30 Jahren** für Sie da.
Danke für Ihr **Vertrauen!**



Apotheke am Questerhof

Berrenratherstr. 296 · 50937 Köln Sülz · Telefon/WhatsApp: 0221- 941 58 33
Fax: 0221- 941 58 34 · email: info@a-a-q.de · webside: www.a-a-q.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 08:00 – 19:00 Uhr · Samstag: 09:00 – 15:00 Uhr

Summer Vibes

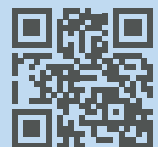
Unvergessliche Momente im
BRÜNEO Event-Space, Brühl

Sommerfeste, Firmenfeier, Taufen,
Geburtstage, Jubiläen, ...



brueneo.de
Telefon 02232 70130

**brü
neo**
event spaces



Jetzt bei uns
informieren



Eine Spur Extra. Der neue ID. Polo

Der ID. Polo ist der kompakte Volkswagen, der mehr kann: vollelektrisch, durchdacht ausgestattet und bereit für alles, was dein Alltag mit sich bringt. Klar im Design, beeindruckend im Komfort und immer mit dem gewissen Extra. Mit einer Reichweite von bis zu 454 km – je nach Ausstattung und Batterie und einer Ladegeschwindigkeit bis zu 105 kW DC bleibt der ID. Polo flexibel, im Alltag ebenso wie auf längeren Strecken.

In kürze verfügbar aber schon jetzt bei Odendahl & Heise informieren!

ID. Polo Life: Energieverbrauch kombiniert: 14,5 - 13,3 kWh/100 km; CO₂-Emission kombiniert: 0 g/km; CO₂-Klasse: A. Fahrzeugabbildung zeigt Sonderausstattungen. Stand 05/2026.

Odendahl
& Heise

Ihr Volkswagen Partner

Odendahl & Heise GmbH

Robert-Perthel-Str. 65-69, 50739 Köln
Tel. 0221 957400-0, odendahl-heise.de

