

Zugleich **AMTSBLATT** der **GEMEINDE ALFTER**

Verteilgebiet: Alfter, Gielsdorf, Impekoven, Oedekoven, Witterschlick (mit Volmershoven-Heidgen).

Amtsblatt für die Gemeinde Alfter • 19. Jg. • Nr. 1 • 06. Januar 2024

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

Leev jecke Wiever

Wenn dat Trömmelche jeht



Bericht auf Seite 2

**Wir kaufen Ihr Grundstück,
Gebraucht- oder Abriss-
immobilie zum guten Preis.**

Bernd Schulz
Real Estate Limited
Tel. 0228 242 836 35
ankauf@bsreal.estate

BERND SCHULZ
IMMOBILIEN GMBH & CO. KG

Sachverständigenbüro für die
Wertermittlung von bebauten
und unbebauten Grundstücken

Erstellung von Verkehrswert-
gutachten z. B. im Erbfall,
bei Scheidung, Betreuungs-
fällen oder beim An- und
Verkauf Ihrer Immobilie

Telefon: 0228-526 500
info@berndschulz.com
Rochusstraße 194
53123 Bonn-Duisdorf



**Harmonisches Wohnen:
Ruhige 3-Zimmer-
Eigentumswohnung mit
eigener Garage**
Bonn-Lessenich, 70 qm, 3 Zimmer
229.000€ €
Provision: 3,57% inkl. MwSt.

BERND SCHULZ
IMMOBILIEN GMBH & CO. KG

Immobilien sind **Vertrauenssache**

Rochusstr. 194 – 53123 Bonn-Duisdorf – Telefon: 0228-526 500 – www.berndschulz.com

GUTSCHEIN

Gegen Vorlage dieses Gutscheins
erstellen wir Ihnen eine kostenlose
Bewertung Ihrer Immobilie zu
Verkaufszwecken (Wert **449,00 €**)

„SCHÜTZ DAS, WAS DIR WICHTIG IST.“

Das Leben passiert. Wir versichern es.



Lothar Urfey
Geschäfts-
stellenleiter



Tatjana Urfey
Geschäfts-
stellenleiterin



Florian Commer
Geschäfts-
stellenleiter



Patrick Schmitz
Geschäfts-
stellenleiter



Alexander Radigk
Stellvertreter
Geschäftsstellenleiter



Simone Becker



Kristina Held



Ingo Holthoff



Marcel Kuhl



Ursula Nettekoven



Nadine Pauls



Tobias Schreiner



Marina Tolpina



Annina Wilden

Urfey, Commer & Schmitz

Königstraße 151-155, 53332 Bornheim
lothar.urfey@gs.provinzial.com, Telefon 02222 93220

PROVINZIAL 

Glückliches neues Jahr!

Happy New Year <> Bonne Anné

Liebe Leserinnen und liebe Leser, verehrte Kundinnen und Kunden, in diesem Jahr warten nicht nur 365 frische, neue Tage auf uns, sondern es gibt dank Schaltjahr einen weiteren Bonustag, den 29. Februar 2024. Eine Ausnahme, etwas Besonderes, ein Highlight - vielleicht lassen Sie uns wissen, was Sie sich für diesen besonderen Tag, den es nur alle vier Jahre einmal gibt, vornehmen. Werden Sie den Bonustag einfach „blaumachen“, sich etwas Besonderes gönnen, vielleicht sind Sie genau an diesem Tag geboren und freuen sich auf einen „richtigen Geburtstag“? Möglicherweise wird es einfach ein entspannter, glücklicher Donnerstag mit guten Freunden und einem Gläschen Champus „auf die nächsten vier Jahre“ - schreiben Sie uns gerne an redaktion@rautenberg.media mit dem Betreff: 29. Februar 2024 - wir sind gespannt darauf, was Sie planen und worauf Sie sich heute schon freuen!*

Wir wünschen Ihnen allen einen wunderschönen, grandiosen Start in das Jahr 2024.

Glück, Freude, Lachen, Erfolg und Erfüllung mögen Sie an jedem neuen Tag begleiten und Ihnen - spätestens am Abend - ein zufriedenes Lächeln auf die Lippen zaubern.



Selbstverständlich wünschen wir Ihnen Gesundheit und bei allem Tun (und Lassen / was manchmal noch schwerer ist) viel (Glücks-)Schwein! Wir freuen uns darauf, mit Ihnen in dieses neue Jahr zu starten!

Herzliche Grüße

Ihre

Siri Rautenberg-Otten
mit allen Mitwirkenden
RAUTENBERG MEDIA

*Wenn Sie mögen, veröffentlichen wir Ihre Beiträge in aller Kürze in unseren Publikationen.

Bericht zur Titelseite

Wir, das Damenkomitee Rot Weiß Alfter, möchten Euch ganz herzlich zu unserer Weibersitzung am Freitag, 9. Februar 2024, in der Turnhalle am Herrenwingert in Alfter einladen.

Einlass ist ab 14 Uhr, Beginn 15.11 Uhr.

Es erwartet Euch ein buntes Bühnenprogramm sowie der Besuch der Kinderalfreda Mial I. begleitet von dem Herzstück des Alfterer

Carnevals: der Prinzengarde Alfter 1926 e. V.

Ab 20 Uhr dürfen Eure Männer nachkommen.

Deren Eintritt ist frei!

Der Eintritt kostet 19 Euro und

Karten sind bei Gerti Raaf, Tel: 02222 61052 erhältlich.

Wir freuen uns auf Euch mit einem dreimal kräftigen Alaaf!

Das Damenkomitee Rot Weiß Alfter

„Spiel mir das Lied vom Leben“

Multimediale Lesung zum Tag des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus



Gestalten eine multimediale Lesung zum Tag des Gedenkens: Autorin Angela Krumpen und Violinist Paul Rosner

Der Tag des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus am 27. Januar ist in Deutschland seit 1996 ein bundesweiter, gesetzlich verankerter Gedenktag. Er ist bezogen auf

den 27. Januar 1945, den Tag der Befreiung des Vernichtungslagers Auschwitz-Birkenau und der beiden anderen Konzentrationslager. Er erinnert an alle Opfer eines beispiello-

sen totalitären Regimes während der Zeit des Nationalsozialismus.

Die SPD Eendenich/Weststadt nimmt diesen Tag zum Anlass für eine Gedenkveranstaltung im Theater im Ballsaal in Eendenich **am 24. Januar.**

Dort liest die Autorin Angela Krumpen aus ihrem Buch „Spiel Mir Das Lied Vom Leben“, begleitet wird sie dabei musikalisch von Paul Rosner. Das Buch erzählt die Geschichte der aus Rheinbach stammenden, mehrfach preisgekrönten Violinistin Judith Stapf. Der Film „Schindlers Liste“ hat Judith Stapf als junges Mädchen tief beeindruckt. Besonders bewegt hat sie die Titelmelodie, gespielt von Itzhak Perlmann. Durch Zufall lernte sie den „Schindler Juden“ Jerzy Gross kennen, der als kleiner Junge auf die gleichnamige Liste kam und

es entwickelte sich eine außergewöhnliche Freundschaft, nicht zuletzt, da Jerzy Gross in seiner Kindheit ebenfalls Geige spielte. Basierend auf dieser Geschichte hat die Journalistin und Autorin Angela Krumpen ein bewegendes Buch mit dem Titel „Spiel mir das Lied vom Leben“ sowie einen Dokumentarfilm (ausgestrahlt im WDR) erarbeitet. Darüber hinaus entwickelte sie zusammen mit Judith Stapf eine multimediale Lesung. Inzwischen hat der ukrainische Violinist Paul Rosner den musikalischen Part übernommen. Diese multimediale Lesung findet statt **am 24. Januar im Theater im Ballsaal, Frongasse 9, Bonn-Eendenich.** Beginn ist um 20 Uhr, Einlass ab 19 Uhr. Das Theater ist bestuhlt, es gilt freie Platzwahl. Der Eintritt ist frei. CSH

Buchstützen begleiten die neue Bücherei in Alfter

Der Förderverein Buchstützen freut sich sehr, dass es mit der Bücherei Alfter weitergeht. Zum 31. Dezember 2023 hatte sich der Kirchengemeindeverband St. Matthäus Alfter endgültig aus der Finanzierung zurückgezogen und somit auch die Trägerschaft aufgegeben. Damit verbunden war ebenfalls die Kündigung des hauptamtlichen Personals. Zum Glück hatte sich die Gemeinde Alfter bereit erklärt, die Trägerschaft zu übernehmen. Da bekannterweise die finanzielle Situation der Gemeinde sehr schlecht ist - es aber auf jeden Fall wieder bzw. weiterhin eine Büche-

rei in Alfter geben sollte, wurde nach einer kreativen Lösung gesucht, und diese wurde gefunden: Zusammen mit der Stadt Meckenheim, deren Bücherei in ehemals kirchlicher Trägerschaft ebenfalls bedroht war, wurde zum 1. Januar durch einen öffentlich-rechtlichen Vertrag eine „interkommunale Bücherei Meckenheim-Alfter“ gegründet. Beide Kommunen behalten ihre Büchereigebäude mit allem Inventar, es wird eine gemeinsame Leitung geben, und es werden Synergien genutzt. Das Ziel ist eine Neueröffnung sowohl in Meckenheim als auch in Alfter vielleicht schon zum 1. April.

Dies bedeutet aber leider auch, dass die Bücherei Alfter (wie auch die in Meckenheim) erst einmal zur Vorbereitung der Neueröffnung geschlossen ist.

Der Förderverein Buchstützen hat aber mit der Gemeinde Alfter beschlossen, in der sogenannten „Schließzeit“ viele Veranstaltungen durchzuführen, unterstützt durch das tolle Team der Ehrenamtlichen - dafür sagen wir ein großes Dankeschön. Die Bücherei soll auf keinen Fall in Vergessenheit geraten - und deshalb sind die Türen am Hertersplatz 14 immer mal wieder geöffnet. Wir beginnen direkt im Januar mit „Vorlesen und

Basteln“ am 12. Januar und dem „Bilderbuchkino“ am 19. Januar. Dann geht es im Februar weiter mit der Onleihe-Sprechstunde am 6. Februar, Vorlesen und Basteln am 16. Februar, Smartphone- und PC-Sprechstunde am 20. Februar und dem Bilderbuchkino am 23. Februar. Ab sofort kann man sich unter kontakt@buchstuetzen-alfter.de für alle Veranstaltungen anmelden.

Alle Termine mit weiteren Informationen gibt es auf unserer Website www.buchstuetzen-alfter.de. Dort berichten wir auch regelmäßig zum Fortschritt der Neueröffnung unserer Bücherei Alfter.

REGIONALES

Krippensonntag am 7. Januar

Offene Kirchen im linksrheinischen Rhein-Sieg-Kreis

Am Sonntag, 7. Januar, findet der 15. Krippensonntag im linksrheinischen Teil des Kreisdekanats Rhein-Sieg statt - 800 Jahre nach der ersten Krippendarstellung durch Franz von Assisi.

In Rheinbach, Meckenheim, Swisttal, Wachtberg und Alfter werden die Krippen von 14 bis

17 Uhr gezeigt, in Bornheim von 12 bis 18 Uhr.

Damit bietet sich Gelegenheit, in den katholischen Kirchen der Umgebung „Kreppches ze luure“, ohne vor verschlossener Tür zu stehen.

Von der kleinen Hauskrippe bis zu lebensgroßen Figuren gibt es

eine beeindruckende Vielfalt von Krippen zu bewundern. Manche Krippe wird jedes Jahr gleich aufgebaut. Andere überraschen den Besucher mit täglich wechselnden Details.

Große Krippenlandschaften finden sich z.B. in Rheinbach (St. Martin), in Niederbachem (St.

Gereon) und in Roisdorf (St. Sebastian).

Wer sich vorab informieren möchte, kann in den Krippenführern unter www.kath-rhein-sieg-linksrheinisch.de Einzelheiten zu jeder Krippe nachlesen. Aktuelle Hinweise sind dort ebenfalls zu finden.



FREIE CHRISTLICHE SCHULEN BONN/RHEIN-SIEG



STAATLICH ANERKANNTE ERSATZSCHULEN

Wir stehen mit unseren Schulen in Alfter für ganzheitliche, individuelle Förderung von der ersten Klasse bis zum Abitur. Ihr Kind ist als wertvoller und geliebter Mensch der Mittelpunkt unserer pädagogischen Arbeit.

Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin!

Schöntalweg 5 · 53347 Alfter · 0228-9620020 · www.fcsb.de



A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Samstag, 6. Januar

Sonnen-Apotheke

Kronenstr. 6, 53347 Alfter, 02222/93320

Sonntag, 7. Januar

Herz-Apotheke

Oppelner Str. 130, 53119 Bonn, 0228/97626845

Montag, 8. Januar

Apotheke an der Bornheimer Straße

Bornheimer Str. 156, 53119 Bonn, 0228/36942390

Dienstag, 9. Januar

Apotheke im Medizinischen Zentrum Bonn

Friedensplatz 16, 53111 Bonn, 0228/6884680

Mittwoch, 10. Januar

Löwen Apotheke

Markt 35, 53111 Bonn, 0228/635555

Donnerstag, 11. Januar

Adler-Apotheke

Weberstr. 71, 53113 Bonn, 0228/210587

Freitag, 12. Januar

Bären-Apotheke

Am Herrenwingert 6, 53347 Alfter, 02222/5068

Samstag, 13. Januar

Quellen-Apotheke

Chateaufstr. 7, 53347 Alfter, 0228/640050

Sonntag, 14. Januar

Apotheke am Burgweiher

Am Burgweiher 52, 53123 Bonn, 0228/613305

Montag, 15. Januar

St. Hubertus-Apotheke

Königstraße 80a, 53332 Bornheim, 02222-9979997

Dienstag, 16. Januar

Apotheke Sonnenschein

Ziegelweg 1, 53347 Alfter, 0228/9024520

Mittwoch, 17. Januar

St. Hubertus-Apotheke OHG

Endenicher Str. 319a, 53121 Bonn, 0228/621646

Donnerstag, 18. Januar

Markus-Apotheke

Schumacherstraße 2-10, 53332 Bornheim, 02222/931440

Freitag, 19. Januar

Hardt-Apotheke

Europaring 42, 53123 Bonn, 0228/643862

Samstag, 20. Januar

Mühlenhof-Apotheke

Im Mühlenbach 2, 53127 Bonn, 0228 257577

Sonntag, 21. Januar

Europa-Apotheke

Oppelner Str. 128, 53119 Bonn, 0228/662199

(Angaben ohne Gewähr)

STROM WEG

STROM weg – was kann ich tun

1. Polizei und Feuerwehr haben immer, Rathäuser in solchen Krisenmomenten ebenfalls geöffnet
2. Wer hat ein Notstromaggregat – z.B. Stadt/ Gemeinde, Unternehmen, Krankenhäuser, Seniorenresidenzen, Bauernhöfe etc.
3. Handy aufladen: per Ladekabel im Auto
4. Vorsorge: eigenes, kleines Notstromaggregat oder Big Powerbank (mit Solar-Paneele) besorgen



Rohrreinigung Rademacher

🔧 Rohrreinigung (WC - Küche - Keller - Bad)

🔧 Kanal TV - Untersuchung

🔧 Kanal-Sanierung (Ohne Aufzugraben)

🔧 Rückstausicherung



Ihr Ansprechpartner Für Ihre Region
Herr Schreiber
0151 70 89 47 50

POËTES **Kanaltechnik**
www.poeteskanaltechnik.de

- Rohrreinigung
- Kanal TV-Untersuchung
- Dichtheitsprüfung
- Kanalsanierung mit Inlinertechnik

Euskirchen: 0 22 51 - 51 0 67
Rheinbach: 0 22 26 - 91 13 10
Notdienst: 0700 - 47 06 47 06
(zum Ortstarif)

NOTDIENSTE 110 POLIZEI 112 FEUERWEHR

ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Zahnärztlicher Notdienst

01805 / 98 67 00

Kinderärztlicher

Bereitschaftsdienst

0228 / 24 25 444

Krankenhäuser

Universitätskliniken,
Venusberg

0228 / 287-0

Helios Klinikum

Bonn/Rhein-Sieg

0228 / 64 81-0

Krankennotruf

Krankensalbung und die Sterbesakramente für Alfter

0179 / 67 08 941

Tierärzte

Tierärztliche Klinik
für Kleintiere Windeck

02292 / 5051

Tierärztliche Klinik für Pferde

Aggertal,

Lohmar-Wahlscheid

02206 / 91 04 10



GELD-ABZOCKER

Seien Sie **KLÜGER** als die **BETRÜGER!**

Geben Sie **kein Bargeld** an angebliche Polizist*innen oder Ihnen unbekannte Personen (Arzt, Notar...). Lassen Sie sich **telefonisch nicht bedrängen**, **Bargeld zu geben**, zum Abholen bereit zu legen oder Geld zu überweisen. **In solchen Fällen bitte die 110 wählen** und die Polizei informieren!

NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfallschublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

1. Taschenlampe
2. Kerze/Streichhölzer
3. Batteriebetriebenes Radio (um Hinweise der Feuerwehr/Polizei empfangen zu können)
4. Powerbank zum Aufladen des Handys
5. **DIESE SEITE** mit allen wichtigen Notrufnummern

ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Telefon-Seelsorge **0800 111 01 11 (ev.)**
0800 111 02 22 (kath.)
- Nummer gegen Kummer **116 111**
- Kinder- und Jugendtelefon **0800 111 03 33**
- Anonyme Geburt **0800 404 00 20**
- Eltern-Telefon **0800 111 05 50**
- Initiative vermisste Kinder **116 000**
- Opfer-Notruf **116 006**



GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

- Telefon-Nummer für Frauen **08000 116 016**
- Telefon-Nummer für Männer **800 123 99 00**



Bestattungen Vitt

Familienbetrieb seit 1875

Freundlich und kompetent. – An Ihrer Seite.

Thomas Reitelbach
Bestattermeister

0228 - 62 68 68
Rochusstraße 176
53123 Bonn-Duisdorf
www.bestattungen-vitt.de



Deutsches
Rotes
Kreuz

Hausnotruf – ein
Stück Lebensqualität
bewahren.

Jetzt Infos anfordern:

Telefon **02241 59 69 79 60**

hausnotruf@drk-rhein-sieg.de

www.drk-rhein-sieg.de/hausnotruf

Öffentliche Büchereien in der Gemeinde Alfter und der Stadt Meckenheim sind gerettet



Bürgermeister Dr. Rolf Schumacher und Bürgermeister Holger Jung bei der Vertragsunterzeichnung in der Bücherei in Meckenheim

Die Zukunft der Öffentlichen Büchereien in der Gemeinde Alfter und der Stadt Meckenheim ist gesichert. Beide Kommunen haben am heutigen Montag (18. Dezember 2023) einen Vertrag zur interkommunalen Zusammenarbeit unterzeichnet, der den Weiterbestand der Büchereien für die nächsten Jahre regelt. Er tritt ab dem 1. Januar 2024 in Kraft. Nachdem das Erzbistum aus der finanziellen Beteiligung an den sogenannten Vertragsbüchereien unter kirchlicher Trägerschaft ausgestiegen war, stand das Aus für die Büchereien zur Debatte. Das ist nun abgewendet. Nach der Schließung der Vertragsbüchereien zum Jahresende wird es ein paar Monate dauern, bis die interkommunale Öffentliche Bücherei Meckenheim/Alfter an beiden

Standorten wieder öffnet. Bis dahin steht die Rhein-Sieg-Onleihe mit rund 30.000 digitalen Medien (z. B. eBooks, ePaper, eAudios und eVideos) weiterhin kostenfrei zur Verfügung.

„Ich bin sehr glücklich, dass uns dieser Meilenstein der Rettung des Büchereiangebotes gemeinsam mit der Stadt Meckenheim gelungen ist. Dafür spreche ich allen Beteiligten und meinem Amtskollegen Holger Jung meinen ganz herzlichen Dank aus. Jetzt fängt die Arbeit aber erst richtig an und es sind noch viele Schritte bis zur Wiedereröffnung zu gehen. Ich bitte daher alle um Geduld und bitte besonders die Ehrenamtlichen weiterhin um tatkräftige Unterstützung, mit ihrer Mithilfe wird die Zukunft gelingen.“

In Kooperation mit:

westconnect



NetCologne

Glasfaser für Alfter:

Wenn nicht hier,

wo dann?

Bis zum
31.03.
für Glasfaser
entscheiden!

Jetzt kostenfreien Hausanschluss in Witterschlick sichern! Mach mit:
netcologne.de/alfter.

Uns verbindet mehr.

Start des Glasfaserausbaus in Witterschlick - Infoabend am Do., 18.01.2024 um 18 Uhr

Die Gemeinde Alfter setzt sich für die Entwicklung einer zukunftssicheren und modernen Breitbandinfrastruktur ein. Durch die zunehmende Digitalisierung ist eine leistungsfähige Internetversorgung sowohl privat als auch beruflich von essenzieller Bedeutung.

Wir unterstützen daher das Projekt der NetCologne und ihrem Kooperationspartner Westconnect, das Glasfasernetz im gesamten Alfter auszubauen. Das neue Netz bietet im Vergleich zu Kupferkabeln beste Übertragungsgeschwindigkeiten mit bis zu 1.000 Mbit/s. Die neue Infrastruktur fördert die weitere positive Entwicklung der Gemeinde, steigert den Wert der Immobilien und stellt die digitalen Lebensadern Alfters langfristig für die Zukunft auf.

Für die Vorstellung des Ausbauprojektes, der technischen Anschlussmöglichkeiten und der Nutzung der neuen Glasfaseranschlüsse werden NetCologne und Westconnect gemeinsam einen dritten Infoabend durchführen:

Informationsveranstaltung für Bürgerinnen und Bürger
Donnerstag, den 18.01.2024 um 18.00 Uhr
im Pfarrzentrum St. Lambertus
Witterschlick
Adolphsgasse 7 · 53347 Alfter

Alternativ stehen für eine persönliche Beratung unter Telefon 0221 2222-5522 die NetCologne Kundenberater zur Verfügung. Weitere Informationen zum Ausbau erhalten Sie unter:
netcologne.de/alfter.

Hinweis der Gemeindeverwaltung zu Öffnungszeiten Schulverwaltungsamt

Aufgrund von personellen Engpässen ist das Schulverwaltungsamt ab dem

Mo., 08.01.2024 bis auf Weiteres nur noch donnerstags in der Zeit von 8.00 Uhr

bis 12.00 Uhr und 14.00 Uhr bis 17.30 Uhr geöffnet. Es wird um Verständ-

nis gebeten, dass es auch zu Rückstau bei der telefonischen Erreichbarkeit kommen kann.

Wegfall des Kinderreisepasses zum 1. Januar 2024

Der Bundestag hat beschlossen den Kinderreisepass zum 01.01.2024 abzuschaffen. Der Gesetzesentwurf zur „Modernisierung des Pass-, des Ausweis- und des ausländerrechtlichen Dokumentenwesens“ vom 08.10.2023 regelt diese Neuerung. Kinderreisepässe, die bis Ende 2023 ausgestellt oder verlängert werden, behalten ihre Gültigkeit

bis zum angegebenen Ablaufdatum. Eine Verlängerung oder Aktualisierung bereits ausgestellter Dokumente ist ab dem 01.01.2024 allerdings nicht mehr möglich. Anstatt des Kinderreisepasses können Eltern, auch schon für die Jüngsten, einen Personalausweis oder Reisepass beantragen. Beide Dokumente haben eine Gül-

tigkeitsdauer von 6 Jahren. Um zu erfahren, welches der Dokumente das sinnvollere für Sie ist, empfehlen wir Ihnen, sich auf der Internetseite des Auswärtigen Amtes (www.auswaertiges-amt.de) kundig zu machen, welches Einreisedokument für Ihre angestrebten Reiseziele erforderlich ist. Bitte beachten Sie, dass je nach

Dokument, eine Ausstellungsdauer von ca. 2 - 5 Wochen einzuplanen ist. Kommt eine Reise doch einmal unerwartet, stehen die Mitarbeitenden des Bürgerbüros im Alfterer Rathaus für Fragen zur Verfügung. Weitere Infos finden Sie auf www.alfter.de unter der Rubrik „Service“ bei den „Lebenslagen“.

Ende: Mitteilungen aus dem Rathaus

ALLES AUF EINEN BLICK

Alles auf einen Blick

Öffnungszeiten des Rathauses

Allgemeine Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 8 - 12 Uhr
Montag zusätzlich: 14 - 16 Uhr
Donnerstag zusätzlich: 14 - 17.30 Uhr
Planung und Hochbau:
Montag - Mittwoch keine Sprechzeiten.
Donnerstag: 8 - 12 Uhr sowie 14 - 17.30 Uhr
Freitag: 8 - 12 Uhr
Katasterauszüge nur donnerstags und freitags
Bürgerbüro (Melde- und Passangelegenheiten):
Montag: 7.30 - 13 Uhr zusätzlich 14 - 16 Uhr
Dienstag und Mittwoch: 7.30 - 13 Uhr
Donnerstag 7.30 - 13 Uhr zusätzlich 14 - 18 Uhr
Freitag: 7.30 - 12 Uhr
Bürgerinfothek:
Montag - Mittwoch: 7.30 - 16 Uhr
Donnerstag: 7.30 - 18 Uhr
Freitag: 7.30 - 12 Uhr

Gleichstellungsbeauftragte: Louise Roos, Tel.: 0228/6484-142
Tagesmütter/-vätervermittlung: Heike Reis, Tel.: 0228/6484-186
Seniorenbeauftragte: Marie Neumann
Tel: 0228/6484-131

Hinweis der Gemeindekasse
Fälligkeit Grundbesitzabgaben, Gewerbesteuer am 15.02./15.05./15.08./15.11. und Hundesteuer am 15.02./15.08. unter Angabe des Kassenzzeichens. Bei verspäteter Zahlung werden Säumniszuschläge erhoben. Es entstehen weitere Kosten bei Mahnung oder zwangsweiser Einziehung. Bitte SEPA-Lastschriftmandat und Änderungen der Bankverbindung 14 Tage vor dem Fälligkeitstermin einreichen.

Kreisverwaltung Nebenstelle Rheinbach
Jagdscheine, Verkauf von Reitkennzeichen- und -plaketten, Sprechtag des Gesundheitsam-

tes und des Ausländeramtes (Verpflichtungserklärungen und Visumsverlängerungen), Elterngeld, Versorgungsamt, Abgabe von Führerscheinen bei vorübergehendem Fahrverbot. Weitere Infos und Terminvereinbarungen unter 02226/92340.

Bereitschaftsdienste für Strom-, Wasser- und Gasversorgung
Bereitschaftsdienst der GEW RheinEnergie AG Entstördienst Stromversorgung
Tel.: 0221/34 645 600
Service Center
Tel.: 0221/34 645 300.
Bereitschaftsdienst Gas- und Wasserversorgung sowie Abwasserentsorgung
e-regio GmbH & Co. KG, Euskirchen
Tel.: 0800/32 23 222

Dienstzeiten der Polizei
1) Sprechstunde im Bürgerhaus Alfter, Lukasgasse 2, donnerstags von 15 - 16.30 Uhr
PHK Carsten Rien über

Tel.: 0174/701 24 48, alternativ über Büro PI 2, Tel.: 0228/155 547 2) Sprechstunde im „Haus Kessenich“ Witterschlick, Hauptstr. 268, montags von 16 - 18 Uhr und nach Vereinbarung
PHK Dirk Kappes über
Tel.: 0174/561 74 03, alternativ über Büro PI 2, Tel.: 0228/155 548
Kreisjugendamt und Jugendhilfe
Jugendhilfenzentrum für Alfter, Swisttal und Wachtberg Kalkofenstr. 2, Meckenheim,
Tel.: 02225/9136-0,
Fax. 02225 / 9136-5130
Mo. - Do.: 8.30 - 16.30 Uhr,
Fr.: 8.30 - 12.30 Uhr
Offene Sprechstunden des Jugendhilfenzentrums des Rhein-Sieg-Kreises Meckenheim: Gemeinde Alfter, Am Rathaus 7, Alfter-Oedekoven: jeden 4. Mittwoch im Monat von 15 - 16 Uhr,
Tel.: 0228/6484-0
Kath. Familienzentrum St. Matthäus, Schlossweg 4, Alfter: jeden 2. Mittwoch im Monat von 15 - 16

ALLES AUF EINEN BLICK

Uhr, Telefon: 02222/2685

Beratung und Hilfen

Beratung Inklusive Arbeit Alfter e.V., Am Rathaus 13a, Termine unter 0228/36926396

Frauenhaus des Rhein-Sieg-Kreises, Tel.: 02241/33 01 94

esperanza - Beratungs- und Hilfenetz vor, während und nach einer Schwangerschaft: Beratungen in der Geschäftsstelle in Siegburg, Hopfengartenstr. 16, sowie bei Bedarf vor Ort in Bornheim nach Terminvereinbarung, Tel.: 02241/ 95 80 46

Beratung für schwangere Frauen und junge Mütter

Familienhebamme, Angelika Heusler, Tel.: 0151/580 06 620, E-Mail: angelika.heusler@dw-bonn.de

Psychosoziale Krebsberatung des Caritasverbandes Rhein-Sieg

Sprechstunde jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 10 - 12 Uhr, Rathaus Alfter, Raum 13 Terminvereinbarung unter Tel.: 02241/1209-308

Caritas-Pflegestation Einsatzstelle in Bornheim, Heiligerstr. 21, Tel.: 02222/ 931 110

Essen auf Rädern: Caritaspflegestation Bornheim, Heiligerstr. 21, Tel.: 02222/ 931 110

Erziehungs- und Familienberatungsstelle

Schulpsychologische Dienst Brunnenallee 31, Bornheim, Tel.: 02222/ 927980-0, Fax: 02222/927 980-18

Psycho-Sozialer Dienst und Drogenberatung

des Caritasverbandes für den Rhein-Sieg-Kreis e.V., Langgasse 19, Rheinbach, Tel.: 02226/ 12404, Termine nach Vereinbarung Beratungsstelle für Alkohol-, Medikamenten- und Drogenabhängige

und deren Angehörige. Drogen-suchtberatungsstelle Bornheim, Heiligerstr. 15, Tel. 02222/60 265

Rechtsberatung

für Älfterer Bürger mit geringem Einkommen an jedem 1. Mittwoch eines jeden Monats (ist dies ein Feiertag, sowie am 2. im Rathaus, Erdgeschoss, Beratungszimmer, 14 - 15 Uhr

Ausländerfragen und Integration

Arbeitskreis für Ausländerfragen und Integration Vorsitzende Taybe Özcan, Tel.: 0228/649281

Asylkompass Alfter:

Diakon Martin Sander E-Mail:

Martin.Sander@pg-alfter.de

Telefon: 0228/9863625

Sprechstunden über

Soziallotsen Alfter

Neubürgerbeauftragter für Aus-siedler und zugezogene Ausländer

Ludwig Neuber, Sprechstunden nach telefonischer Anmeldung

Siegburg, Kreishaus, Zimmer B 2.10, Kaiser-Wilhelm-Platz 1, Tel.: 02241/13-3161

(Frau Hautkappe),

Fax: 02241/13-3198

Ruppichteroth, Grundschule,

Schulstr. 5, 53809 Ruppichteroth,

Tel.: 02295/902318 (Herr Neuber),

Fax: 02295/902319

Soziallotsen Alfter

Unterstützung für alle Menschen, die niederschwellige Unterstüt-zung benötigen:

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Mo-nat von 14-16 Uhr

Pfarrzentrum Oedekoven, Jung-fern-pfad 17 oder telefonisch un-ter 0170/5507001

Mo./Mi./Fr. von 12-18 Uhr oder per Mail an

lotsenpunkte@pg-alfter.de

Ortsvorsteher/-in

Sprechstunden nach telefonischer

Vereinbarung:

Knut Kiesewetter, Lorenweg 1, Mobil: 0172/6005425,

Telefon: 0228/746489

Norbert Lehna, Alfter, Jakob-Reu-ter-Str. 20, Tel.: 0163/2026684

Brigitte Schächter, Oedekoven, Staffels-gasse 18 a,

Tel.: 0228/645438

Elke Thomer, Gielsdorf,

Am Junker 10,

Tel.: 02222/923026

Ilse Niemeyer, Impekoven,

Bendenweg 4, Tel.: 0228/644680

Schiedspersonen

Bezirk I (Ortschaften Alfter und Gielsdorf) Schiedsfrau Hildegard

Scherer, Auf dem Mühlenbungert 57 Tel.: 02222/93 85 28, E-Mail:

scherer.schiedsfrau@t-online.de

Bezirk II (Ortschaften Oedekoven, Impekoven und Witterschlick)

Schiedsfrau Ulrike Chaudiere-Schulz, Am Gärtchen 16,

Tel.: 0228/966 354 36,

E-Mail: schiedsfrau.u-chaudiere@

gmail.de

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Notfallpraxis in der Helios Klini-kum Bonn/Rhein-Sieg, Von-Hom-pesch-Str. 1, 53123 Bonn

Tel.: 0228/64 81-0

Werktägliches Bereitschaftsdienst montags, dienstags, donnerstags:

19 - 7 Uhr / mittwochs: 13 - 7 Uhr / freitags: 14 - 7 Uhr / Sa., So., Fr.,

am 24.12., 31.12. und am Rosen-montag: 7 - 7 Uhr / am Do. vor

Rosenmontag (Weiberfastnacht): 13 - 7 Uhr

Zahnärztlicher Bereit-schaftsdienst, Tel.: 01805/ 986 700

Augenärztlicher Bereit-schaftsdienst, Tel.: 116117

Kleiderstube Alfter-Oedekoven

Mittwochs und Freitags,

15 bis 18 Uhr

Notruftafel

Polizei 110

Feuerwehr 112

Rettungsdienst 112

Krankenwagen,

Tel.: 02241/1 92 22

Ärztlicher Notfalldienst

Arztrufzentrale 11 61 17

Notdienstpraxis,

Tel.: 0228 / 64 81 91 91

Krankennotruf nach einem Pries-ter, Tel: 0170/5507001

Giftinformationszentrale,

Tel.: 0228/ 19 240

Hospizdienst Ambulanter Hospiz-dienst e.V. Königstr. 25, Bornheim

Koordinatorin: Ute Zirwes

Tel.: 02222/995 9449,

Mob.: 0178/813 43 13

Bürozeiten: Mo. 10 - 12 Uhr, Di. 9 - 11 Uhr, Do. 10 - 15 Uhr und nach

Vereinbarung

Jeden 2. Donnerstag im Monat 15 - 17 Uhr Hospizsprechstunde im

St. Elisabeth Seniorenzentrum, Am Rathaus 9, Alfter-Oedekoven

Umwelttelefon

des Rhein-Sieg-Kreises

(Gewässerverunreinigung):

Mo. - Do. 8.30 Uhr - 12 Uhr, 14 Uhr

- 15.45 Uhr, Fr. 8.30 Uhr -12 Uhr,

Tel.: 02241 / 132200 (außerhalb

dieser Zeiten Polizei unter 110)

Gefahr durch Bienen, Wespen oder

Hornissen: Imker Maresch

Tel.: 0228/96757883 o.

Mobil: 0151/62504963

Öffentliche Bücherei St. Matthä-

us Alfter Hertersplatz 14, 53347

Alfter Tel.: 02222/935360

www.buecherei-alfter.de

Öffnungszeiten: Di. 14.30 - 19 Uhr,

Mi. 14.30 - 18 Uhr, Do. 9.30 -

12.30 Uhr, 14.30 - 18 Uhr,

Fr. 14.30 - 18 Uhr,

Samstag 9.30 - 12.30 Uhr

ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM

Rufen Sie mich an und vereinbaren Sie einen Termin mit mir.



Wir rücken Ihre Produkte und Dienstleistungen, die gesamte Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens, individuell nach Ihren Wünschen, ins richtige Licht.

ZEITUNG
Lokaler geht's nicht.

DRUCK
Satz.Druck.Image.

WEB
24/7 online.

FILM
Perfekter Drehmoment.

wir in alfter

Online lesen: wir-in-alfter.de/e-paper

Zugleich AMTSBLATT der GEMEINDE ALFTER

Verteilgebiet: Alfter, Gielsdorf, Impekoven, Oedekoven, Witterschlick (mit Veldmarshoven-Heidgen).

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten



MEDIENBERATERIN

Stefanie Atan

FON 02644 80191

MOBIL 0171 1876924

E-MAIL st.atan@rautenberg.media

BIRKENSTOCK VIP SALE*

vom 27.12.2023 bis 23.01.2024
* sparen Sie bis zu € 1.500,-



* Aktionsbedingungen: BIRKENSTOCK VIP SALE vom 27.12.2023 bis zum 23.01.2024. Sie erhalten in diesem Zeitraum bei Neubestellung eines BIRKENSTOCK Doppelbettes die zweite, günstigere Matratze gratis! Nur gültig in unserem Hause. Diese Aktion ist nicht kombinierbar mit bereits reduzierter Ware oder sonstigen Preisvorteilen.



BIRKENSTOCK

Kissen BIRKENSTOCK

Ein perfekt an den jeweiligen Schlaftyp angepasstes 3-Lager-Nackenkissen. Individuell in der Höhe variabel und auf Wunsch in der gewünschten Stützfunktion einstellbar. Bestens für Rücken-, Bauch- und Seitenschläfer geeignet.

198 €



BIRKENSTOCK

Massivholzbett Raz

Gemütlich gepolstertes Kopfteil mit massivem Holzrahmen aus Eiche (Abb.) Auch in anderen Holzarten erhältlich.

2.552 €



BIRKENSTOCK

Boxspringbett Basel Luxury

Sein weiches übergroßes Kissen-Kopfteil verleiht dem Boxspringbett Basel die gemütliche Anmutung eines Ohrensessels, strahlt Entspannung und Geborgenheit aus. Lädt zum Entspannen ein.

6.627 €



BIRKENSTOCK

Boxspringbett Arran ARR-2

Dank seiner speziellen Bauart scheint das „Arran“ über dem Boden zu schweben. Die klare Formensprache des Boxspringbettes lenkt den Blick auf das Wesentliche: erholsamen Schlaf!

4.579 €



BIRKENSTOCK

Boxspringbett Linz

Bequemes Polsterkopfteil mit pflegeleichtem und super weichem Stoff. Mit abnehmbaren Kissen, perfekt zum Lesen und Entspannen. Schwebende Optik durch innenliegende Füße.

3.603 €



BIRKENSTOCK

Polsterbett Canberra Luxury

Das markante Bettgestell aus handgenähtem Dickleder lebt durch seinen Gebrauch; Berührungen bleiben sichtbar und verleihen Canberria im Lauf der Jahre eine unverwechselbare Patina.

8.480 €



BIRKENSTOCK

Boxspringbett Iona

Niedrig und sehr elegant – trotzdem ein vollwertiges Boxspringbett. Iona überrascht durch raffinierte Details wie die Lederlaschen am Kopfteil und den Holzsockel: ein handwerkliches Meisterstück.

5.301 €



BIRKENSTOCK

Boxspringbett Stalon Box

Ob als Boxspring oder Rahmen, das Stalon ist ein echter hin Gucker mit seinem perfekt gearbeiteten Kopfhaupt. Die Knopfleftung ist in verschiedenen Dickleder Farben möglich.

3.775 €



BIRKENSTOCK

Matratze „Rio 200“

ca. 300 Tonnentaschenfedern mit Kaltschaumauflage und Anteil von Rizinusöl. Bezug waschbar bis 60 °C. Höhe ca. 23 cm. Becken-, Schulter- und Lendenkomfortzone. Härtegrad H2, H3 oder H4. Maß: 90 x 200.

696 €



BIRKENSTOCK

Matratze „Tofino 1000“

ca. 1000 Tonnentaschenfedern mit komfortabler Naturlatex-Kork Auflage garantieren höchste Körperanpassung. Abnehmbarer bei 60 °C waschbarer Bezug. Höhe ca. 24 cm. Härtegrade H2, H3 oder H4. Maß: 90 x 200.

1.158 €



BIRKENSTOCK

Matratze „Bangkok 200“

100% Naturlatexkern mit natürlicher Feuchtigkeitsregulierung. Bezug waschbar bis 60 °C. Höhe ca. 23 cm. Anpassung durch besonderen 7-Zonen Ergonomie-Schnitt. Härtegrad H2, H3 oder H4. Maß: 90 x 200.

1.858 €

** unverbindliche Preisempfehlung für Maß 180 x 200 cm (ohne Matratzen, Auflagen und Dekoration).

Alle Preise gültig bis 31. Januar 2024.



TRECA
PARIS

swissflex
Finest sleep technology

BIRKENSTOCK

SCHRAMM®

KREAMAT
KREMLIN



Sleeping Art Inh. W. Bungert Potsdamer Platz 2 53119 Bonn (am Verteilerkreis, unser P hinter ARAL)

Tel.: (0 22 8) 68 65 56 www.sleeping-art.de

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 10:00-18:30 Uhr Sa. 10:00-16:00 Uhr

Hohe Auszeichnung für Duisdorfer Waldfreunde

Heimatpreis im Bonner Rathaus verliehen



In Feierlaune: Der Vorstand der Waldfreunde nach der Preisverleihung

Duisdorf. Ihre Liebe zur Natur und zum Wald steckt schon in ihrem Namen. Und ihr Engagement für die Umwelt ist groß und vielfältig. Seit knapp 100 Jahren setzen sich die Duisdorfer Wald-

freunde für eine nachhaltige Natur- und Landschaftspflege vor allem im Hardtbergwald, der Naturbeobachtung und der Heimatpflege ein. Zum fünften Mal hat die Bundesstadt Bonn am Förderprogramm der Landesregierung Nordrhein-Westfalen unter dem Titel „Heimat. Zukunft. Nordrhein-Westfalen. Wir fördern, was Menschen verbindet“ teilgenommen und einen Heimat-Preis ausgelobt. Mitte Dezember wurden die Preisträger ausgezeichnet. Zu ihnen gehören auch die Duisdorfer Waldfreunde. Sie erhalten 3.000 Euro Preisgeld für das Projekt „Ehrenamt und Naturschutzaktivitäten der Waldfreunde in Bonn Duisdorf und Hardtberg“.

Ausgezeichnet werden damit vielfältige Aktionen des gemeinnützigen Vereins, der sich zahlreichen Naturschutzaufgaben, der Naturbeobachtung und der Heimatpflege verschrieben hat:

So kümmern sich die derzeit 152 Mitglieder des gemeinnützigen Vereins im Hardtbergwald, oberhalb des Derletals von Bonn-Duisdorf, um den Vogelschutz, wie z.B. das Aufhängen und Reinigen von Nistkästen sowie die Winterfütterung der einheimischen Vögel. Die Nistkastenkontrolle und -reinigung erfolgt einmal jährlich im Spätherbst. Dabei wird nachgeschaut, welche Vogelarten und wie erfolgreich diese gebrütet haben. Dann werden die Nistkästen gegen Vogelläuse und -flöhe desinfiziert, da diese sonst die Bruten im nächsten Jahr gefährden würden.

Ergänzt wird der Vogelschutz durch eine regelmäßige Winterfütterung mit artgerechtem Wintervogelfutter für die verschiedenen hier überwinterten Vogelarten und die Pflanzung und Erhaltung von beertragenden Sträuchern und Bäumen..

Außerdem führt der Verein eine Vielzahl von Waldpflegeaufgaben durch wie z.B. das Einrichten, die Pflege und Wartung von Ruhebänken, kümmert sich um die Instandhaltung von Waldwegen, führt regelmäßige Waldreinigungen

durch und pflanzt in Absprache mit dem hiesigen Förster auch Bäume.

Jedes Jahr wird der „Baum des Jahres“ an einen exponierten Ort gepflanzt, um so den Wert des Baumes in der Gesellschaft herauszuheben.

Auf Informationsveranstaltungen, z.B. Wanderungen und Radtouren werden interessierten Bürgerinnen und Bürgern die Umgebung näher gebracht und ein Eindruck von Aufgaben des Naturschutzes vor Ort vermittelt. Darüber hinaus führt der Verein Informationsveranstaltungen rund um das Thema Naturschutz und Vogelkunde durch.

Ganzjährig pflegen und vermieten die Waldfreunde ihren schönen Grillplatz und organisieren für Familien mit Kindern zu Ostern ein „Ostereiersuchen im Wald“, im Sommer ein Wald- und Kinderfest. Im Herbst gibt es anlässlich der Duisdorfer Herbstkirchmesse mit dem Hahneköppen dort eine Brauchtumsveranstaltung. Ganz wichtig ist dem Verein, das Interesse junger Menschen an Natur und Wald zu wecken und zu fördern. Dafür bieten sie kindgerechte Projekte der Waldpädagogik an. Darüber hinaus runden die regelmäßigen Mitgliedertreffen auf dem Grillplatz und in die direkt am Grillplatz gelegene Vereinshütte ein geselliges Vereinsleben ab.

Dieses vielfältige Engagement wurde nun mit einer renommierten Auszeichnung belohnt. Im



Begehrte Trophäe: der Heimatpreis des Landes NRW

Familien ANZEIGENSHOP



Hochzeit.
Wir haben uns endlich darüber geeinigt.
Best und Brautwagen

F597
90 x 50 mm
ab **57,42***

Natascha ist da!
Herzlichen Dank für die guten Glückwünsche anlässlich der Geburt

15.07.30 • 56 cm • 3.350 g

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab **52,00***

DAFESAGUN
Für die wohlwollenden Beweise der Anteilnahme beim Tode meines geliebten Vaters unseres guten Schwagerbruders und Großvaters

Michael Musterfeld
Zwischen wir unseren Dank aus
im Namen aller Angehörigen
Seld Musterfeld (geb. Muster)

TD 12-12
90 x 90 mm
ab **102,96***

WOHNUNG!
Moderne Mietobjekte Wohnung, 3 Zl., 125 qm, 2-Parkplätze, Fußbodenheizung, großer Balkon, Garten, komplett (Wasser, Gas, Strom, Heizung, etc.)
Für Übergabe
Für 4,5 €
Tel. 0212 456789

K03_15
43 x 30 mm
ab **17,00***

*inkl. MwSt., Preis variiert nach Auflage der Zeitung.

Online Familien-Anzeigen:
für alles was wirklich zählt!
shop.rautenberg.media

Gobelin-Saal des Alten Rathauses der Stadt Bonn überreichten ihnen die 2. Bürgermeisterin der Stadt Ursula Sautter und die Leiterin des Amtes für Soziales und Wohnen Anja Ramos den Heimat-Preis der Stadt Bonn.

Der Heimat-Preis ist einer von insgesamt fünf Bestandteilen des Förderprogramms „Heimat. Zukunft. Nordrhein-Westfalen. Wir fördern, was Menschen verbindet.“. Unter dem Motto „Ehrenamtliches Engagement sichtbar

machen: Der Heimat-Preis“ und vorbehaltlich der jeweiligen Mittelbereitstellung durch das Land Nordrhein-Westfalen, erhält die Bundesstadt Bonn von 2023 bis 2027 jährlich jeweils 15.000 Euro, um das lokale bürgerschaftliche Engagement besonders ehren zu können (wie schon von 2019 bis 2022). Unter dem Motto „Ehrenamtliches Engagement sichtbar machen: Der Heimat-Preis“ können bis zu drei Einzelpersonen und/oder Organisationen als Preisträger*innen ausgezeichnet und mit insgesamt 15.000 Euro für ihr lokales, bürgerschaftliches Engagement besonders geehrt werden.

Insgesamt wurden 29 Bewerbungen und Vorschläge eingereicht. Die Themenpalette war dabei sehr vielfältig und reichte von Umwelt, Karneval und Gesundheit bis zu Kultur und Bildung. Teilgenommen haben sowohl Einzelpersonen als auch

kleine und große Vereine und Organisationen.

Als einer der drei Preisträger erhielten die Waldfreunde ein Preisgeld in Höhe von 3.000 Euro. Zur Verleihung fand sich der gesamte Vorstand im Rathaus ein. Die Freude bei allen war natürlich groß. „Dieser Preis ist eine große Ehre und eine schöne Anerkennung unserer Arbeit“ sagte Vorstandsmitglied Thomas Bierbaum. Und die Vorsitzende der Waldfreunde Olga Nelles sieht sich für die Zukunft gut gerüstet.: „Wir lieben den Wald und wollen ihn erhalten. Und wenn wir unsere Wurzeln pflegen, wird auch die Krone grün“, versprach Olga Nelles.

Ein Verwendungszweck für das Preisgeld ist auch schon gefunden: damit soll das Klettergerüst für Kinder repariert und eine neue Leiter für die Nistkastenreinigung angeschafft werden. CSH



Sie verliehen den Preis: Dr. Ursula Sautters (r) und Anja Ramos

Donna's
Frauenfitness

Fit ins neue Jahr!

DEIN KICKSTART FÜR
GESUNDHEIT UND ENERGIE!

Jetzt bis zu 114 € sparen!

1 MONAT TESTEN

100 % AUF DAS STARTPAKET

1 TRAINERTERMIN GRATIS

4 WOCHEN RÜCKTRITTSRECHT

Angebot nur gültig bis zum 31.01.2024 bei Mitgliedschaftslaufzeiten von 12 oder 24 Monaten, keine Barauszahlung möglich, Mindestalter 15 Jahre, Bei Nutzung einer Testphase in den letzten 6 Monaten entfällt die neue Testphase, und das Abo ist sofort bindend.

donnas.de
f @ G d

BEUEL 0228 97379521 | PLITTERSDORF 0228 3682002 | ST. AUGUSTIN 02241 9327707
BORNHEIM 02222 9769640 | ENDENICH 0228 18497733

Bonner CI-Treff wünscht einen guten Start ins neue Jahr



CI-Gruppenleiter Dan Hilgert-Becker, Sandra Busacker, Audiotherapeutin, HNO-Audiologieassistentin UKBonn und Alexander Brühl, CI-Träger und BECKER Hörakustiker



Basteln und Malen für die Jüngsten während der Weihnachtsfeier des Bonner CI-Treffs

Malen, Basteln, Kickern, Musizieren, Kulinarisches genießen - bei der gelungenen Weihnachtsfeier des Bonner CI-Treffs hatten die zahlreich erschienenen kleinen und großen Gäste einen kurzweiligen Nachmittag, bei dem die Zeit wie im Fluge verging.

Alle freuen sich jetzt schon auf das Wiedersehen im neuen Jahr beim Bonner CI-Treff mit Referent, CI-Treff für KIDS oder dem CI-Stammtisch „Wir hören das Leben“.

Der erste CI-Stammtisch findet am 18. Januar um 18 Uhr statt. Ein besonderes Highlight im Veranstaltungsjahr ist das Sommer- und Grillfest, das am 15. Juni ab 14 Uhr stattfindet.

Bei den Veranstaltungen des Bonner CI-Treffs gibt es wieder unter anderem umfangreiche Informationen zum Hören mit einem Hör-

implantat bzw. über moderne Lichtsignalanlagen, die den Höralltag erleichtern und Leben retten können.

Die CI-KIDS treffen sich 2024 wieder vierteljährlich, das erste Mal am 10. Februar, von 14 bis 16 Uhr.

Für den Bonner Großraum ist der CI-Treff Bonn längst zu einer wichtigen Informationsplattform vor allem für CI-Träger, CI-Interessierte sowie ihre Angehörigen, aber auch für CI- und HNO-Kliniken, pädaudiologische Einrichtungen, Fachpraxen usw. geworden. Bei der Entscheidungsfindung einer möglichen CI-Rehabilitation ist oft der Kontakt und das persönliche Gespräch mit CI-Trägern sehr hilfreich. Gerne können wir auch außerhalb der angegebenen Termine Kontakte zu CI-Trägern bzw. deren Familien für Sie herstellen.

Die Veranstaltungstermine werden auf der Homepage des Vereins veröffentlicht. Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei. www.ci-treff-bonn.de

CI-Stammtisch

„Wir hören das Leben“

Donnerstag, 18. Januar, 18 Uhr

Nächste Termine: 15. Februar, 21. März, 18. April, 16. Mai, 20. Juni, 18. Juli, 15. August, 19. September, 17. Oktober, 21. November, 19. Dezember

Ort: Paulaner Am Kurpark, Am Kurpark 1, 53177 Bonn

CI-Treff für KIDS

Samstag, 10. Februar,

14 bis 16 Uhr

Nächste Termine: 27. April, 7. September, 9. November 2024

Ort: BECKER Hörakustik, Hubertinumshof 11, Eingang Seminarraum/Parkplatz, 53173 Bonn-Bad Godesberg

Bonner CI-Treff mit Referent: Neuigkeiten von MED-EL - Verstehen in jeder Situation

Dienstag, 12. März 2024, 18 Uhr

Referent: Florian Krieger, Fa. MED-EL

Ort: Offene Tür Dürenstraße e.V., Dürenstraße 2, 53173 Bonn

Ansprechpartner:

Bettina Rosenbaum, DSB Vorstand;

E-Mail: Bettina.Kuepfer@gmx.de

Dan Hilgert-Becker, CI-Gruppenleiter;

E-Mail:

dhb@beckerhoerakustik.de

Veranstaltungen des Festausschuss Godesberger Karneval

Am Samstagnachmittag, 6. Januar, wird Kindergodesia Isabel im Rittersaal der Godesberg ab 15 Uhr proklamiert. Im Anschluss gehören abends Prinz Florian I. und Godesia Julia zu den Zuschauern bei der Proklamation der neuen Liküra-Prinzessin im rechtsrheinischen Bonn. Am Sonntag, 7. Januar, werden die Bad Godesberger Tollitäten unter anderem die Mundartmesse der KG Fidele

Burggrafen (10 Uhr, Christuskirche, Wurzerstraße) besuchen. Das traditionelle Prinzenessen des Festausschuss Godesberger Karneval mit freundlicher Unterstützung des Großen Senats Förderverein des Festausschuss Godesberger Karneval zu Ehren von Prinz Florian I. und Godesia Julia findet am Montag, 8. Januar, abends im Rheinhotel Dreesen an der Rheinstraße statt.

Bender & Bender Immobilien Gruppe	
Haben Sie eine Immobilie für unsere Käufer?	
Bonn/Zentrumsnähe Für ein zukünftiges Rentner-Ehepaar suchen wir eine gepfl. ETW im OG, gerne mit Balkon und Aufzug, Wfl. ab ca. 75 m² und mind. 2 Zimmern. Preis bis ca. 330.000,-€	Diskreter Verkauf Auf Wunsch vermarkten wir Ihre Immobilie unter Ausschluss der Öffentlichkeit - privat, vertraulich und diskret. Rufen Sie uns an - wir beraten Sie gerne unverbindlich!
Bonn-Wachtberg Für einen solventen Kunden suchen wir ein EFH, gerne auch ein Altbau mit Renovierungsbedarf, Wfl. Ab 100 m² und mindestens 4 Zimmern. Preis bis ca. 520.000,-€	Bonn-Beuel Kleine 3-köpfige Familie sucht ein EFH, Doppelhaus oder Reihenhaus mit kl. Garten und Stellplatz, kleine Renovierungsarbeiten sind möglich. Preis bis ca. 420.000,-€

www.bender-immobilien.de • 0 22 8 / 92 68 71 91

Lebens- und Aufenthaltsqualität in Bad Godesberg stärken

Die Stadt Bonn und das Büro dwif laden Bürger*innen für Montag, 8. Januar, ab 17 Uhr ein, um erste Ideen und Wünsche für ein neues Konzept zu Tourismus, Kultur, Freizeit und Sport für Bad Godesberg zu sammeln.

Wie soll sich Bad Godesberg entwickeln, wie gelingt es, einen identifikationsstiftenden Raum zu gestalten? Seit einiger Zeit beschäftigt sich die Stadt Bonn intensiv mit diesen Fragen für Bonns südlichen Stadtbezirk. Ein umfangreicher Leitbildprozess sowie das integrierte Entwicklungskonzept für die Innenstadt von Bad Godesberg (ISEK) sind die Grundlage gewesen. Immer wieder hat die Stadtverwaltung die Bürger*innen mit einbezogen und ermuntert, ihre Ideen und Vorstel-

lungen mit einzubringen. Als Teil des ISEK ist auch ein neues Konzept für Tourismus, Kultur, Freizeit und Sport für Bad Godesberg geplant. Das Konzept soll die Bedeutung Bad Godesbergs als Tourismus-, Kultur-, Freizeit- und Sportstandort herausstellen sowie die Lebens- und Aufenthaltsqualität vor Ort stärken.

Da die Bewohner*innen des Stadtbezirks mit am besten wissen, wie der Stand der Dinge ist, was fehlt oder wo noch Entwicklungsmöglichkeiten

sind, lädt die Stadt Bonn gemeinsam mit der Agentur dwif-Consulting zu einer Dialogveranstaltung ein. Unter Federführung der Bonner Wirtschaftsförderung entwickelt das dwif das Konzept für Tourismus, Kultur, Freizeit und Sport. Bei der Erarbeitung des Konzepts will die Stadt Bonn die Bürger*innen intensiv beteiligen und lädt diese daher für Montag, 8. Januar, 17 bis 19 Uhr, in den Trinkpavillon neben der Stadthalle Bad Godesberg, Koblenzer Straße 80, ein.

Ziel dieser Veranstaltung ist es,

die Bad Godesberger Bevölkerung über die Konzepterarbeitung zu informieren und gemeinsam den Dialog zur Stadtteilentwicklung zu führen. Das Büro dwif wird die ersten Erkenntnisse aus dem bisherigen Prozess vorstellen, mit den Bürger*innen darüber diskutieren und Hinweise, Ideen und Wünsche der Bad Godesberger*innen aufnehmen. Wer nicht an dem Termin vor Ort teilnehmen kann, hat auch die Möglichkeit, seine Ideen per E-Mail an Hannah Zehren vom dwif (h.zehren@dwif.de) zu senden.

26. Candlelight-Orgelkonzert in St. Marien

Heitere und besinnliche Orgelmusik zum Kerzenschein

Die katholische Kirchengemeinde St. Marien und St. Servatius lädt ein zum 26. Candlelight-Orgelkonzert am Sonntag, 7. Januar um 18.30 Uhr. In der St. Marien-Kirche, Bonn-Bad Godesberg, Burgstraße, erklingt heitere und besinnliche Orgelmusik zum Kerzenschein von Komponisten des 18., 19. und 20. Jahrhunderts. An der Klais-Orgel der Marien-Kirche spielt Kantor Dr. Joachim Sarwas. Der Eintritt ist frei. Es findet eine Türkollekte für die Kirchen-

musik statt.

Eröffnet wird das Candlelight-Orgelkonzert mit einer „Sonata“ von Vincenzo Bellini, die wie eine Opern-Arie aus einer italienischen Oper des 19. Jahrhunderts klingt. In Stil-Variationen durch die Jahrhunderte wird die Melodie des Volksliedes „Was machst Du mit dem Knie lieber Hans“ berühmten Komponisten wie Rossini, Mozart oder Verdi „untergeschoben“. Giuseppe Gheradeschi integriert in seinen Militärmarsch nicht nur Marsch-Rhythmen, sondern imitiert auch Kanonen-Donner. Nach einigen Melodie-Zitate aus der Filmmusik folgt eine ruhige Canzona mit träumerischer Melodik des blinden britischen Komponisten William Wolstenholme. Eine Gavotte, ein „Scherzo in seven“ sowie ein Charleston kommen im Folgenden zu Gehör. „Organ goes Opera“ heisst es ferner bei feurigen Werken von Bizet aus „Carmen“ und „L’Arlésienne“. Zum Innehalten lädt das „Arioso“ von Robert Jones ein. Passend zur ausklingenden Weihnachtszeit wird die Melodie von „Morgen kommt der Weihnachtsmann“

nach Kompositionen von Mozart, Rinck und Michel vorgestellt. Den beschwingten Abschluss des Kon-

zerts bildet die schmissige „Toccatata jazzica“ von Johannes Matthias Michel.



IHRE HAUSTÜR NACH MAß!





- HAUSTÜREN AUS ALUMINIUM
- EXZELLENTER SICHERHEIT
- GROßARTIGE DÄMMEIGENSCHAFTEN
- ÜBER 400 TÜR-MODELLE

Ingenieurbetrieb

Eichwald

Metallbau

Tel.: 02241 3979 80 ■ info@metallbau-eichwald.de

www.metallbau-eichwald.de

Veranstaltungen Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

1. Bewegung und Entspannung Ganzheitliches

Gedächtnistraining

Mit dem 7-Gänge-Menü des GGT möchte die Kursleiterin ihre Gedächtnis- und Koordinationsfähigkeit trainieren. Eine Collage aus kognitiven und bewegungszentrierten Inhalten macht dieses Training zu einer ganzheitlichen Entdeckungsreise.

Stefania Battellini; Sportwissenschaftlerin M.A. und Bewegungstherapeutin

donnerstags, 9.45 bis 10.45 Uhr
Kursbeginn: 18. Januar

Kursende: 21. März

Anmeldung: Nachbarschaftszentrum (NBB)

Rückenschule (ab dem 50 Lj.)

Der Kurs bietet die Möglichkeit, durch altersgerechte Übungen gesund und beweglich zu bleiben. Ein spezielles Bewegungsangebot zur Kräftigung, Dehnung der Muskulatur sowie zur Erhaltung der geistigen Flexibilität.

Stefania Battellini; Sportwissenschaftlerin M.A. und Bewegungstherapeutin

donnerstags, 11 bis 12 Uhr

Kursbeginn: 18. Januar

Kursende: 21. März

Anmeldung: Nachbarschaftszentrum (NBB)

Yoga - Einklang von Körper, Geist und Seele

Der Yoga-Kurs ist sowohl für Einsteigende als auch für Fortgeschrittene geeignet, da wir immer individuell auf die Schüler:innen eingehen und Übungen ggf. anpassen und abwandeln können. Es wird klassisches Hatha Yoga unterrichtet, d.h. neben den typischen Körperhaltungen werden auch Atemübungen sowie Meditation mit einbezogen. Entspannt und gelöst ins Wochenende starten.

Helene Tabatabaei; Yogalehrerin
freitags, 19 bis 20.15 Uhr

Kursbeginn: 12. Januar

Kursende: 29. März

Anmeldung: 0160 / 903 035 21, helenetabatabaei@gmail.com

Qigong

(Qi: Atem, Energie, Gong: Arbeit, Fähigkeit). Nach einigen Aufwärmübungen werden 8 verschiedene Übungen fließend und langsam hintereinander ausgeführt. Atem

und Bewegung werden koordiniert, sodass neben der Kräftigung des Körpers auch Konzentration, Aufmerksamkeit und Entspannungsfähigkeit geschult werden.

Stefania Battellini; Sportwissenschaftlerin M.A. und Bewegungstherapeutin
dienstags, 11 bis 12 Uhr
Kursbeginn: 16. Januar
Kursende: 19. März
Kosten: 150 Euro, 10 Termine
Anmeldung: Nachbarschaftszentrum (NBB)

Qigong Yangsheng:

Die 15 Ausdrucksformen

Qigong Yangsheng basiert auf jahrhundertalten Methoden aus China. Mit sanften, fließenden Bewegungen im Stehen oder Sitzen kann Qigong Yangsheng zur Entspannung und Stressbewältigung, generell zur Gesunderhaltung beitragen. Dieser Kurs ist für Erwachsene mit und ohne Vorkenntnisse - unabhängig vom Alter - geeignet.

Agnes Bayard, Übungsleiterin für Qigong Yangsheng

dienstags, 17.30 bis 18.45 Uhr

Kursbeginn: 16. Januar

Kursende: 19. März

Anmeldung: 0228/ 62 57 37, agnesbayard1@gmail.com

Freude an der Bewegung

Wir machen Bewegungs- und Ausdauerübungen, Kräftigung des Bewegungsapparates und kleine Spiele zur Erhaltung der körperlichen und geistigen Flexibilität. Für Personen ohne Bewegungseinschränkungen. Lockere (Sport-) Kleidung, dicke Socken und Handtuch bitte mitbringen.

Ursula Mühlen-Münchhoff und Eberhard Münchhoff,

Übungsleiter:innen

für Bewegungsangebote

Montags, 17.30 bis 19 Uhr

Kursbeginn: 8. Januar

Kursende: 11. März

Kosten: 50 Euro, 10 Termine

Anmeldung: 0228/ 655 79 30, muehlen-menchhoff@t-online.de

Freiluftfreitag -

Wandern in der Region

Wandern mit Karin Woch

Freitag, 12. Januar, 11 Uhr

Waldau, Buslinie 630 mit Einkehr
Treffpunkt: Haltestelle Saalestr.

2. Kunst und Kultur

Acrylmalerei

Malen in der Gemeinschaft macht Spaß und inspiriert. Wir lernen Farben zu mischen, in dünnen Schichten übereinander zu legen und eigene Kreationen zu entwickeln.

Dorothee Fenske, Künstlerin

montags, 11 bis 13 Uhr

Kursbeginn: 26. Februar Kursen-

de: 27. Mai

Anmeldung: Dorothee Fenske, 0176 349 655 85

Malen mit Aquarellfarben

Wir werden in diesem Kurs vorhandene Grundkenntnisse auffrischen und vertiefen. Dabei werden wir auch Aquarellfarben und verschiedene Hilfsmaterialien wie z.B. Rubbelkrepp nutzen, um zu einer möglichst eigenständigen Bildgestaltung zu gelangen.

Anja Renner, Künstlerin

dienstags, 18.30 bis 20.30 Uhr

Kursbeginn: 13. Februar Kursen-

de: 19. März

Anmeldung: Anja Renner,

0178 611 69 93, E-Mail:

anjarennerdesign@web.de

Erzählcafé im NBB

mit Lisa Rädler

mittwochs, 14.30 bis 16.30 Uhr

Termine: 10. Januar

„Aus dem Erlebten lernen“

Wie nutzen wir unsere Lebenserfahrung?

3. Bildung, Beratung und Wissen

Let's talk English

English conversation: If you are interested in the English language let's meet and talk about everything we/you are interested in (for example: literature, hobbies, cultural events, actual news and whatever we/you want)

Karin Oheim

montags, 15.45 bis 16.45 Uhr

Kursbeginn: 8. Januar

Kursende: 25. März

Anmeldung: Nachbarschaftszentrum (NBB)

Englischkurs A2

Der Kurs wendet sich an Interessierte, die über Englisch mit Vorkenntnissen verfügen und diese Sprache auffrischen oder vertiefen möchten. Anhand von Texten einer kleinen Lektüre wird der Wortschatz erweitert und die Grammatik wiederholt. Sie erhalten Tipps und Techniken zum Gedächtnistraining, damit Ihr Entschluss, aktiv zu sein, erfolgreich

verläuft. Die Freude am gemeinschaftlichen Erlernen einer Fremdsprache soll dabei mit im Vordergrund stehen.

Karla Hoppe

Stories/Grammar A2

freitags, 10.30 bis 12 Uhr

Kursbeginn: 12. Januar

Kursende: 22. März

Anmeldung: Karla Hoppe, 0228 / 25 63 18, E-Mail: karla@hoppe-bonn.de oder Nachbarschaftszentrum (NBB)

Offene Sprechstunde: „Vorsorgende Verfügung und rechtliche Betreuung“

Mitarbeitende des Betreuungsvereins im Diakonischen Werk Bonn und Region e.V. beraten, informieren und geben Hilfestellung bei Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung und Betreuungsrecht.

Freitags, 10 bis 12 Uhr

Termine: 12. Januar

Anmeldung:

Frauke.Luemkemann@

dw-bonn.de

4. Spiel und Spaß

Bridge

Anfänger:innen und Fortgeschrittene willkommen.

Termine: Klaus Heuschötter - donnerstags, 14.30 bis 18 Uhr

Ruth Mohr - montags, 13.30 bis 16.30 Uhr

Kosten: 2 Euro

Offener Spielemittag

Wir laden alle ein, die gerne spielen, einfach mal vorbeizuschauen und mitzuspielen. Wir entscheiden bei jedem Treffen neu, welche Spiele wir an dem Abend spielen möchten.

mittwochs, 15 bis 18 Uhr

Termine: jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

Anmeldung: bis jeweils dienstags vorher im NBB erforderlich!

Nähere Informationen und Anmeldung für alle Veranstaltungen sind per Email: nbb@dw-bonn.de telefonisch im Nachbarschaftszentrum möglich, 0228/298096
Weitere Angebote sind im NBB und auf der Homepage www.nachbarschaftszentrum.de erhältlich.

Das NBB ist über den Jahreswechsel geschlossen ab dem 8. Januar wieder geöffnet.



Mini Rider

Kinder sicher auf dem Motorrad mitnehmen



Wer leidenschaftlich gerne Motorrad fährt, steckt mit seiner Begeisterung oft auch den Nachwuchs an.
Foto: Nick Williamson/pixabay.com/mid/ak-o

Gerade wenn die Eltern Biker sind, wollen Kinder oft früh auf den Sozios. Allerdings ist das Verletzungsrisiko beim Motorradfahren deutlich höher als beim Autofahren. Damit die Tour möglichst gefahrenfrei verläuft, sollte man grundlegende Regeln beachten.

Rein rechtlich ist die Mitnahme von Kindern kein Problem: Die Straßenverkehrsordnung schreibt kein Mindestalter für das Mitfahren auf dem Motorrad vor. Vielmehr ist die körperliche Reife entscheidend. Konkret bedeutet dies: Das Kind muss dazu in der Lage sein, sich ausreichend festzuhalten

und mit den Füßen die Fußrasten erreichen können. Wenn der Beifahrer jünger als sieben Jahre alt ist oder die Füße nicht bis zu den Fußrasten reichen, ist ein sogenannter Kinder-Soziussitz verpflichtend. Außerdem muss durch Radverkleidungen oder Ähnliches dafür

gesorgt sein, dass die Füße des Kindes nicht in die Speichen geraten können.

Auch für den Beifahrer ist ein Helm selbstverständlich. Auf jeden Fall muss es zwingend ein Motorradhelm sein, da Fahrradhelme hier keinen ausreichenden Schutz bieten. Da die Hals- und Nackenmuskulatur bei Kindern noch nicht voll ausgeprägt ist, sollte das Gewicht zudem möglichst gering sein. Außerdem sollte der kleine Begleiter den Helmverschluss selbst öffnen können.

Die Motorradkleidung sollte immer die passende Größe haben, da zu kleine oder zu große Bekleidung nur begrenzt vor Verletzungen schützt. Sinnvoll ist außerdem ein Nierengurt mit seitlichen Halteschlaufen, den der Fahrer über seiner Bekleidung anlegt - so kann das Kind sich gut festhalten.

Immer sichergestellt sein sollte, dass Fahrer und Beifahrer miteinander kommunizieren können. Wenn es keine Möglichkeit gibt, per Gegensprechanlage oder Bluetooth-System miteinander zu sprechen, kann ein vereinbartes Klopfzeichen vermitteln, dass der Fahrer kurz an die Seite fahren und mit dem Kind reden sollte.

Anspruch auf unverminderte Leistungen aus der Kfz-Haftpflichtversicherung hat ein verletzter Beifahrer im Falle eines Unfalls nur, wenn alle Sicherheitsanforderungen erfüllt wurden. Bei minderjährigen Beifahrern haben die Eltern dafür Sorge zu tragen, dass angemessene Schutzkleidung getragen wird.

(mid/ak-o)

**Ihre Alternative für Bonn!
Citroën-Service**

Autohaus Schiffmann
GmbH & Co. KG

Kölstr. 333 • 53117 Bonn
Telefon: (0228) 555 89-0
Fax: (0228) 67 83 53
citroen@auto-schiffmann.de



CITROËN

www.autohaus-schiffmann.de

www.autohaus-schiffmann.de

Autohaus Schiffmann
GmbH & Co. KG

UNSERE SERVICELEISTUNGEN IM ÜBERBLICK

- KLIMAAANLAGENSERVICE
- VERKAUF VON NEU- UND GEBRAUCHTWAGEN
- REIFENSERVICE UND EINLAGERUNG
- 24-STUNDEN-ANNAHME
- FAHRZEUGREPARATUR/WARTUNG
- TÄGLICH TÜV, AUCH SAMSTAGS
- KOSTENLOSER HOL- UND BRINGSERVICE**

Ford Schiffmann · Kölstraße 333 · 53117 Bonn
Telefon 0228 55589-0 · Fax 0228 678353 · info@ford-schiffmann.de



Belgische Spezialitäten - in großer Auswahl

In Belgien gibt es einfach andere Produkte.

Die Oma fuhr nach Belgien den Ardenner Schinken kaufen, der Opa holte dort seine Butter und die Tochter fragte: „Denkt ihr bitte an die gute Soße; wie heißt die nochmal? Andalouse ja, bitte die Andalouse.“ Der Enkel, rief hinterher: „Und denkt bitte an die gute Schokolade mit dem Elefanten drauf, die ist so lecker.“

Ja, Belgien ist seit je her bekannt für seine Spezialitäten.

Ob der original belgische Reisfladen, belgische Schokolade oder Pralinen oder eben die ausgefallenen Soßen. Ein wahres Schlaraffenland für den Genießer.

Einkaufen ist in Belgien einfach

anders. Die Belgier legen Wert auf Vielfalt, auf Genuss und dies spiegelt sich in ihren Produkten wieder.

Die herrliche belgische Frikandelle, also die länglichen Frikandellen, schnell und einfach zubereitet lassen nicht nur Kinderaugen leuchten. Dann die herrlichen belgischen Chips; jeder der sie mal probiert der weiß: Die sind einfach besser.

Oder die Spezialbiere, neben der Schokolade ist dies ein Muss für jeden Belgien-Besucher.

Es gibt hunderte von Sorten in unglaublich vielen Geschmacksrichtungen.

Man muss sich einfach mal durchprobieren. Auch als Geschenkpa-

ckungen hervorragend geeignet, mit Originalgläsern und in Losheim im GrenzGenuss gibt es eine Vielzahl davon. **Und nicht zu vergessen die belgischen Soßen.**

Die orange-rote Andalouse ist da sicherlich die bekannteste, aber auch die belgische Mayonnaise schmeckt einfach besser. Selbst die ehemalige Kanzlerin Angela Merkel ließ sich bei ihren Brüssel Besuchen immer von ihren Bodyguards zu einer echten belgischen Frittenbude führen und war eine Liebhaberin der belgischen Soßen. Eine Kundin bemerkte neulich, genau diese Soßen muss ich immer meiner bekannten mitbringen, wenn sie weiß, dass ich nach Belgien fahre.

Und natürlich, Kaffee. Der ist bekanntlich in Belgien günstiger und im GrenzGenuss in Losheim gibt es hunderte von Sorten zu unschlagbaren Preisen.

Kleiner Tipp: Direkt im GrenzGenuss finden Sie auch das Café-Bistro Old Smuggler, hier können Sie den belgischen Kuchen auch vor Ort genießen und nebenan dann der große Geschenkeladen: ArsMineralis und die Ausstellungen Krippana und ArsFigura. Eignet sich alles für einen schönen Tagesausflug.

Und wer Möbel sucht, findet diese auch an der Grenze. Im Möbel Outlet Ludwig, gibt es aktuell wieder zahlreiche Angebote für jeden Geldbeutel.



GRENZNAH

Also, warum mal nicht einen kleinen Abstecher nach Belgien machen.

Fürs Navi am besten die deutsche Adresse eingeben: Prümer Str. 55 - 53940 Losheim/Eifel -

Infos: www.grenzgenuss.net - Direkt an der deutsch-belgischen Grenze.



Belgische Spezialitäten - ein Genuss.

ARS KRIPPANA

ARS FIGURA

ARS TECNICA

ARS MINERALIS

FREUDE FÜR GRENZGENUSS DIE SINNE

Ardenner Cultur Boulevard
Prümer Str. 55
D-53940 Losheim/Eifel
www.grenzgenuss.net

Das KAFFEEPARADIES
direkt an der deutsch/belgischen Grenze!

LOSHEIM/EIFEL Gültig vom 5.-16.01.2024, solange Vorrat, außer bei Druckfehlern!

Tel. 06557/9019412

<p>Melitta Bistro Vollmundig Aromatisch 500 gr. vac. 3,29 €</p>	<p>Eduscho Kräftig 500 gr. vac. 3,59 €</p>	<p>Schirmer Espresso nach italienischer Art 1 Kilo Bohnen 7,39 €</p>	<p>Dallmayr Crema d'Oro 1 Kilo Bohnen 9,19 €</p>
---	--	--	--

RIESENAUSWAHL an Kaffee, Schokolade und belgischem Bier!
Täglich 8.00-18.30 Uhr, auch an SONN- & FEIERTAGEN geöffnet!



Meal Prep mit Hafer

So gelingt eine gesunde Ernährung in Homeoffice und Büro



Hafermahlzeiten wie eine Salat-Bowl mit Haferbällchen lassen sich gut vorbereiten.
Foto: djd/www.alleskoerner.de



Chris Farrell

Pure Silk Powder
Volume Booster

Pure Silk Powder
Volume Booster ist ein
innovatives Anti-Aging
Finish.

BRUNA LÜTZ
KOSMETIK

Hauptstr. 240
53347 Alfter-Witterschlick
0228-74819555

info@kosmetik-podologie-luetz.de
STAATL. GEPR. PODOLOGIN

Schon wieder belegte Brötchen, Döner, eine Pizzaecke oder was Süßes in der Mittagspause? Wer kennt das nicht: Oft fehlen Zeit und Muße, um sich im Homeoffice oder im Büro frische Mahlzeiten zuzubereiten. Eine ausgewogene Ernährung kommt da schnell zu kurz. Eine Lösung, um kalorienreiches Fast Food oder einseitige Snacks für zwischendurch zu vermeiden, kann Meal Prep sein. Der Begriff kommt aus dem Englischen und bedeutet ganz schlicht Mahlzeitenvorbereitung, also das altbekannte Vorkochen. Das vorbereitete Essen wird in Behältnissen im Kühlschrank gelagert und bei Bedarf aufgewärmt.

Von Energyballs bis Hafer-Sushi

Neu beim aktuellen Meal-Prep-Trend ist, dass man ganz bewusst frische gesunde Zutaten verwendet. So lassen sich beispielsweise zahlreiche Gerichte und Snacks mit Hafer gut vorbereiten und mitnehmen. Die Vollkornflocken liefern dem

Körper wertvolle Ballaststoffe und Vitamine wie Vitamin B1, welches das Nervensystem und die Konzentration unterstützt. Zudem helfen Hafermahlzeiten dabei, den Cholesterinspiegel zu senken. Sie sind wahre Energiebooster und halten lange satt, ohne den Magen-Darm-Trakt zu belasten. Overnight Oats oder ein Porridge mit Früchten und Nüssen für das zweite Frühstück im Büroalltag sind schnell am Abend vorher zubereitet. Leckere Snacks zum Mitnehmen sind auch ein Bananen-Haferbrot oder „Italian Energyballs“ aus weißen Bohnen, getrockneten Tomaten, Pinienkernen, Haferflocken und Pesto. Außergewöhnlich schmeckt ein süßes Hafer-Sushi mit Kokosmilch. Mittags kann es eine Paprikacremesuppe sein, die man sich schnell in der Mikrowelle aufwärmt, eine kalte Salat-Bowl mit Haferbällchen, Möhren und Roter Bete oder Hafer-Wraps. Diese und viele weitere Rezepte gibt es unter www.alleskoerner.de/haferrezepte/auf-einen-blick.

Hafer-Wraps

(Quelle: www.alleskoerner.de)

Zutaten für 1 Portion:

- 45 g zarte Haferflocken
- 1 kleines Ei
- 80-100 ml fettarme Milch
- Salz
- 2 TL Rapsöl
- 1 Möhre
- 2 EL Frischkäse
- Pfeffer, Curry
- einige Salatblätter
- 20 g Putenbrustaufschnitt in dünnen Scheiben

Zubereitung

Haferflocken in einem kleinen Mixer oder Mörser zermahlen. Ei mit Milch und 1/4 TL Salz verquirlen und Haferflocken zugeben. Den Teig 10 Minuten quellen lassen. Nacheinander je 1 TL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und aus dem Teig 2 große Crêpes ausbacken und auskühlen lassen. Möhre schälen und mit einem Sparschäler in dünne breite Streifen hobeln. Frischkäse mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Jeden Crêpe mit 1 EL Curryfrischkäse bestreichen, ein paar Salatblätter und Möhrenstreifen darauf verteilen und mit Putenbrustscheiben belegen. Die Crêpes eng zu Wraps aufrollen und zum Mitnehmen in Folie einwickeln.

(djd)



Für die gesunde Mittagspause sind Hafer-Wraps genau das Richtige.
Foto: djd/www.alleskoerner.de

Hormone als Diättablette?

Der Einsatz von L-Thyroxin als Lifestylemittel zum Abnehmen kann gefährlich sein



Ein Mangel an Schilddrüsenhormonen kann zur Gewichtszunahme führen. Dennoch ist eine eigenmächtige Einnahme solcher Hormone nicht zum Abnehmen geeignet.

Foto: djd/www.forum-schilddruese.de/Getty Images/Fred Wagner

Wer an einer Schilddrüsenunterfunktion, der sogenannten Hypothyreose, leidet, hat häufig mit seinem Gewicht zu kämpfen. Denn die kleine Schmetterlingsdrüse am Hals beeinflusst maßgeblich den Energieumsatz, rund ein Drittel des Ruheverbrauchs hängt von ihr ab. Darüber hinaus regulieren die Schilddrüsenhormone auch Masse und Funktion des Fettgewebes. Werden sie nicht in ausreichendem Maße gebildet, verlangsamt sich der gesamte Stoffwechsel, bei gleichbleibenden Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten klettert der Zeiger der Waage oft immer weiter nach oben. Durch eine Behandlung der Unterfunktion mit L-Thyroxin können Betroffene ihr Gewicht dann meist wieder besser kontrollieren.

Machen Schilddrüsenhormone

schlank?

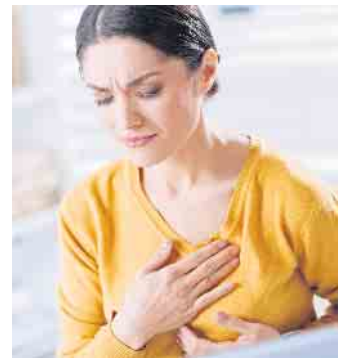
Menschen mit einer Schilddrüsenüberfunktion, der Hyperthyreose, sind dagegen oft schlanker, da diese den Kalorienverbrauch ankurbelt. Daraus wird vielfach als Schlussfolgerung abgeleitet: Schilddrüsenhormone machen schlank. Das wiederum hat dazu geführt, dass L-Thyroxin-Tabletten in manchen sozialen Medien als „Diätpillen“ zum Abnehmen propagiert werden. Tatsächlich aber ist das Medikament dafür nicht geeignet. Denn erstens sind die Zusammenhänge zwischen Schilddrüsenhormonen und Gewicht nicht so linear, wie es scheint, sondern sehr komplex, unter www.forum-schilddruese.de gibt es dazu mehr Informationen. So kann ein durch Tabletten herbeigeführter überhöhter Spiegel an

Schilddrüsenhormonen nicht nur den Energieumsatz, sondern auch den Hunger steigern. Dazu werden neben unerwünschtem Fett auch Muskeln abgebaut, was wiederum den Grundumsatz senkt. Durch diese Wechselwirkungen kann der gewünschte Abnehmerfolg ausbleiben. Studien belegen deshalb auch, dass die Einnahme von L-Thyroxin bei Gesunden nur geringe Effekte auf das Gewicht hat.

Risiken für die Gesundheit

Zudem kann eine nicht indizierte Einnahme von Schilddrüsenhormonen gefährliche Nebenwirkungen haben. Denn die dadurch bei Gesunden ausgelöste Hyperthyreose kurbelt Herzschlag und Kreislauf übermäßig an und kann zu Herzrasen, Vorhofflimmern, Herzschwäche und Schlaganfällen führen. Außerdem wird der Abbau der Knochensubstanz beschleunigt und so die Gefahr von Brüchen deutlich erhöht. Nicht umsonst ist

L-Thyroxin verschreibungspflichtig und nur für bestimmte Krankheitsbilder vorgesehen. Wer gesund abnehmen will, sollte lieber auf bewährte Methoden wie Sport und eine ausgewogene Ernährung setzen. (djd)



Bei gesunden Menschen können Schilddrüsen-Tabletten Herzrasen und andere, teils gefährliche Nebenwirkungen hervorrufen. Foto: djd/www.forum-schilddruese.de/Getty Images/Zinkevych

KLAPP
SKIN CARE SCIENCE

PROFESSIONAL MICRO-NEEDLING

Bei dem neuen und innovativen **Needling-Verfahren** durchbricht das soft gepolsterte NEEDLING Pad sanft die Hautbarriere, so dass die Wirkstoffe verbessert aufgenommen werden können.

COSMETIC-INSTITUT BIRGIT BREUCH INH. BIRGIT RULAND

www.cosmetic-bb.de | info@cosmetic-bb.de
(0228) 74 64 80
Raiffeisenstraße 14A • 53347 Alfter-Witterschlick

HAARSTUDIO Trend & Style
Friseurmeister Imad Rahi

Am Rathaus 13b
53347 Alfter Oedekoven
Tel.: 02 28 / 2 43 36 86
www.haarstudio-trend-style.de

Öffnungszeiten:
Di.-Fr. 9-18 Uhr
Sa. 8-14 Uhr

Landesmeister 2023



Mit Sanierungsfahrplan Schritt für Schritt zur Wärmewende daheim

Bei notwendigen Investitionen in die eigenen vier Wände machen Inflation, Zinsschock und die Diskussion um mögliche Austauschpflichten für Heizungen derzeit die Entscheidung für Bauherren und Sanierer nicht leicht. Zu oft vergessen wird dabei: Vor der konkreten Maßnahme sollte die genaue Analyse des Ist-Zustandes Ihrer Immobilie erfolgen. Der Verband Fenster und Fassade (VFF) kennt die wichtigsten Kriterien und hat nützliche Tipps, worauf es besonders ankommt.

Trotz Preisbremsen: Die aktuellen Energiekosten sind meist schmerzhaft. Wer noch nicht energetisch saniert hat, sieht die Zeit dafür nun gekommen. Doch bei aller politischen Aufregung, bedingt durch die Diskussion zum möglichen Heizungstausch im Zuge des Gebäude-Energiegesetzes (GEG), lautet die Faustregel: Überhastete Entscheidungen, so in der Heizungsfrage, rächen sich meist und können teuer werden. Vielmehr gilt es, mit einer genauen Analyse des Ist-Zustandes von Haus und Wohnung gemeinsam mit einem Energieeffizienz-Experten im Rahmen eines „Individuellen Sanierungsfahrplans“ (iSFP) zu beginnen. Erst wenn Gewissheit über die sinnvollen Maßnahmen

an Gebäudehülle und Heizung besteht, um den aktuellen Energiebedarf und die anzustrebende Verbrauchsminderung zu bewerten, sollte konkretes Handeln folgen. Dazu zählt auch die Bewertung des Zustandes von Fassade, Fenstern, Dach und Decken. „Es gilt: Wer künftig effizient, kostengünstig und möglichst klimaneutral heizen will, braucht eine gute, energiesparende Gebäudehülle“, erklärt VFF-Geschäftsführer Frank Lange und ergänzt: „Im Zusammenspiel mit einer guten Gebäudehülle auch mit neuen Fenstern und Türen und einer darauf ausgelegten Heizung wird das Eigenheim fit für die Wärmewende gemacht.“

Einen Individuellen Sanierungsfahrplan aufstellen

Dreh- und Angelpunkt für eine gut geplante und dann auch fachgerecht durchgeführte energetische Sanierung der Immobilie ist der Individuelle Sanierungsfahrplan, kurz iSFP. Dieser wird zum einem mit einem direkten Zuschuss vom Staat mit 80% gefördert und bringt dem Investierenden bei der Umsetzung der Maßnahmen einen zusätzlichen Förderbonus von 5% Zuschuss auf die umgesetzten Maßnahmen an Heizung und Gebäudehülle. Der iSFP muss die einzelnen Sanierungsschritte

konkret und möglichst genau benennen. Dieser Fahrplan schafft Entscheidungssicherheit über die richtigen Maßnahmen. Ob und wann diese umgesetzt werden, kann der Investor dann binnen vieler Jahre nach eigenem Ermessen entscheiden und hat trotzdem den Anspruch auf den zusätzlichen Förderbonus von 5%. „Der Energieeffizienz-Experte prüft, ob die Fenster und Türen den heutigen energetischen Standards entsprechen. Schlecht isolierte Bauteile treiben die Wärmekosten weiter in die Höhe und drücken den Wert einer Immobilie“, appelliert Fensterexperte Lange an die Verbraucher und empfiehlt: „Entscheidet man sich im Rahmen des Sanierungsfahrplans für neue Fenster, dann sollte man möglichst auf dreifach verglaste Fenster bei der Modernisierung setzen.“

Staatlich gefördert werden Fenster übrigens mit einem U-Wert von maximal 0,95 W/(m²K). Sich über solche Kriterien für Fördermöglichkeiten rechtzeitig schlau zu machen, gehört gleichfalls zu den Schritten im Sanierungsfahrplan.

Instandhalten, modernisieren und sanieren schlau kombinieren

Die Sanierung von Fenstern und Fassaden bietet übrigens nicht nur in Sachen Wärmegewinne viele

Chancen. Denn neben guten energetischen Werten weisen moderne Fenster auch viele andere Vorteile wie Tageslicht, Lüftung, Einbruchschutz und z.B. auch sehr guten Lärmschutz auf. „Durch einen schalloptimierten Aufbau ist mit solchen Fenstern sichergestellt, dass die störenden Geräusche draußen bleiben“, erläutert Lange und rät: „Verbinden Sie neue Effizienzmaßnahmen am besten mit Modernisierungs- und Instandhaltungsarbeiten, über die Sie nachdenken, also die Kombination z. B. mit Schallschutz oder Einbruchschutz oder Barrierefreiheit. So können die geschnürten Sanierungspakete zu Kostensenkungen beitragen“, erklärt der VFF-Geschäftsführer.

Expertentipp:

Welche Programme für welche Immobilie passen können, zeigt schnell und zuverlässig der kostenlose Förderassistent vom Verband Fenster + Fassade (VFF). Die rechenstarke Online-Hilfe bietet eine übersichtliche Navigation und individuelle Suchfunktionen. Damit Sie auch in der Förder-Landschaft in der Komfort-Zone bleiben. Möglich ist auch eine separate Herstellersuche, über die sich gezielt Fachbetriebe auffinden lassen. (VFF)



Tobias Gregor
TISCHLERMEISTER

Beratung | Planung | Ausführung

- Möbel (für Wohn-, Küchen-, Bad- und Schlafbereich)
- Boden-, Wand- und Deckenbeläge
- Holz- und Kunststofffenster
- Zimmertüren, Haustüren aller Art
- Fenster-Reparatur und Wartung
- **Einbruchsicherung**
- **Brandschutz**

**MIT SICHERHEIT
IHR TISCHLER**

Birkenweg 9 · 53347 Alfter
fon 02 28 / 3 69 58 03
www.tobiasgregor.de

Sicher bauen in Hanglage

Freie Bahn für Sonnenenergie und Weitsicht

Es wird für Bauherren immer schwieriger ein passendes Baugrundstück zu finden. Wer auf ein verfügbares Hanggrundstück stößt, kann hier mit einem Fertiggeller ein sicheres Fundament für den Hausbau schaffen und gerade in Südhanglagen von exklusiven Vorzügen profitieren. „Ein Hausbau am Südhang bietet meist eine unverbaubare Aussicht und freie Bahn für Sonnenstrahlen, die innen durch große Fensterflächen und außen durch Photovoltaikmodule auf dem Dach enorme Wärme- und Energiegewinne erzielen können“, sagt Stephan Braun von der Gütegemeinschaft Fertiggel-

ler (GÜF).

Ein Hausbau in Hanglage ist anspruchsvoll, aber mit dem passenden Fundament sehr gut möglich. Ein qualitätsgeprüftes Fundament mit echtem Mehrwert sind industriell vorgefertigte und individuell geplante Fertiggeller mit RAL-Gütezeichen. Selbst bei anspruchsvollen Steilhängen oder anderen schwierigen Bodenverhältnissen schaffen sie einen dauerhaft sicheren Unterbau für das Haus und bieten gleichzeitig wertvolle Wohnfläche. „Ein Fertiggeller ist das perfekte Fundament für einen Hausbau in Hanglage. Er schützt das gesamte Gebäude ef-

fektiv vor Nässe und Feuchtigkeit. Die Möglichkeiten und Flexibilität durch den Wohnflächengewinn vergrößern zudem den Komfort im ganzen Haus“, so Braun. Der Kellerexperte und Geschäftsführer des GÜF-Unternehmens Partnerbau Braun (Braun. Ihr Keller.) aus dem Westerwald registriert dennoch immer mehr Bauherren, die sich bei der Entscheidung für einen Keller unsicher sind. „Sie scheuen vermeintliche Mehrkosten, sehen häufig aber nicht den langfristigen Mehrwert eines modernen Kellers, der heute meist als vollwertiges Wohngeschoss umgesetzt wird und sich dennoch kostengünstiger realisieren lässt als die oberen Stockwerke“, so Braun. Laut Berechnungen der Gütegemeinschaft Fertiggeller vergrößert sich die Wohnfläche durch einen Keller um etwa 40 Prozent, und das zu Mehrkosten gegenüber einem keller-

losen Haus von etwa 20 Prozent. Das rechnet sich nicht nur für den Bauherren, sondern ist auch allgemein nachhaltig: Das Mehr an Wohnfläche erfordert kein größeres Grundstück, weil in die Tiefe statt in die Breite gebaut wird. Auch bleibt rund ums Haus mehr unbebaute bzw. unversiegelte Fläche für einen blühenden Garten. Kellerexperte Braun merkt an: „Auch wer ohne Keller baut, muss natürlich in Erdarbeiten und ein Fundament investieren - hierfür fallen Kosten an, die gegenüber dem langfristigen Mehrwert und der Nachhaltigkeit eines Kellers mit Sinn und Verstand abgewogen werden sollten“, so der Experte. Unterschätzt werde häufig auch der tatsächliche Bedarf an Nutz- und Lagerfläche, der gerade bei kellerlosen Häusern dann im Nachhinein durch kostspielige und platzinehmende Notlösungen wie zum Beispiel Gartenhäu-

ser oder eine umfunktionierte Garage zu decken versucht wird. Eine Möglichkeit für eine kosteneffiziente Hausplanung, die dem gewünschten Komfort eines Eigenheims dennoch ganz und gar gerecht wird, kann zum Beispiel der Verzicht auf ein Obergeschoss sein - gerade in Hanglage. „Bei einem Baugrundstück am Hang ist der Keller in der Regel der einzig sinnvolle Unterbau und kann ergänzt um ein Erdgeschoss mehr als genug Wohnfläche für die ganze Familie bieten. Talseitig empfehlen sich große Räume und Fensterflächen, sodass stockwerksübergreifend reichlich Tageslicht ins Haus strömen kann“, sagt Stephan Braun. Gerade an kalten, aber sonnigen Tagen lassen große Fenster nicht nur den Wohnkomfort, sondern auch die Wärmegewinne merklich ansteigen, während die Heizkosten sinken. Auf Wunsch helfen moderne

Sonnenschutzsysteme dabei, die im Sommer als angenehm empfundenen Temperaturen im Keller zu wahren. „Ein Untergeschoss am Hang ist dann auch ein idealer Platz für die Schlafzimmer“, schließt Braun. (GÜF/FT)



Fertiggeller sind ein sicheres Fundament für den Hausbau am Hang und bieten gegenüber kellerlosen Häusern dauerhaft mehr Wohnkomfort und Flexibilität.
Foto: GÜF/Braun. Ihr Keller.

Möbelbau

- + Über 100 Jahre Erfahrung im Möbelbau
- + Professionelle Planung und Visualisierung
- + Die Leidenschaft für unser Handwerk treibt uns an, Ihre Ideen Realität werden zu lassen

Schreinerei
JAKOBS®
ZUVERLÄSSIG UND SAUBER

WWW.JAKOBS-BONN.DE



📍 Christian-Lassen-Straße 16, 53117 Bonn

☎ 0228 422 446-0

✉ info@jakobs-bonn.de

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 20. Januar 2024
Annahmeschluss ist am:
15.01.2024 um 10 Uhr

Rautenberg Media Zeitungspapier –
 nachhaltig & zertifiziert:
 Made of paper awarded the EU Ecolabel
 reg. no. FI/11/001, supplied by UPM

IMPRESSUM

WIR IN ALFTER

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG
 Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
 Fon +49 (0) 2241 260-0 · Fax 260-259
 willkommen@rautenbergberg.media

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:
 Bianca Breuer und Nathalie Lang
 Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:
 Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Amtliche Bekanntmachungen
 Gemeindeverwaltung Alfter
 Bürgermeister Dr. Rolf Schumacher
 Am Rathaus 7 · 53347 Alfter

Kostenlose Haushaltsverteilung in Alfter. Zustellung ohne
 Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Media
 5,00 Euro/Stück + Porto. Sind gesetzlich geschützte Wa-
 renzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende Hin-
 weise keine freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete
 Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion wi-
 der.

**Handhabung für unverlangt hereingegebene
 Pressematerialien**

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Rich-
 tigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit.
 Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückge-
 sandt. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen For-
 derungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse-
 oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert
 Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei ir-
 rümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bild-
 nachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung
 an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressema-
 terials wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für ih-
 re Print-Ausgaben, als auch für die durch sie betriebenen
 elektronischen Medien zu verwenden.

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

Stefanie Atan
 Mobil 0171 1 87 69 24
 st.atan@rautenbergberg.media

REPORTER

Werner Dierker
 werner@dierker@t-online.de

VERTEILUNG

Regio Presse Vertrieb GmbH
 mail@regio-pressevertrieb.de
 regio-pressevertrieb.de

VERKAUF Fon 02241 260-112

verkauf@rautenbergberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 /-212

redaktion@rautenbergberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media
 facebook.de/rautenbergbergmedia
 instagram.de/rautenbergberg_media
 vimeo.com/rautenbergbergmedia



ZEITUNG

wir-in-alfter.de/e-paper

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rauten-
 berg Media über 80 Städte- und Gemeinde-
 zeitung.

Lernen Sie uns als 360° Media-Partner auch
 bei DRUCK (Broschüren, Kataloge, Geschäfts-
 papiere...), WEB (Homepages, Digitale Wer-
 bung, Shops...), FILM (Imagefilme, Kinospots,
 Produktfilme...) kennen.

Wir freuen uns auf Sie: rautenbergberg.media

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN **ONLINE BESTELLEN**

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Tiere

Pferde

**Exklusive und anspruchsvolle
 Tier-Fotografie**

www.petram-fotografie.de,
 Tel. 0175/5105310

Gesuche

Kaufgesuch

Kaufe Klaviere, Weine & Cognac
 Achtung sofort Bargeld für Näh-/
 Schreibmasch., Bücher, Tischwäsche,
 Rollatoren, Zinn, Tafelsilber, Münzen,
 Modeschmuck, Armband-/Taschenuh-
 ren, Bekleidung D/H! Kaufe alles aus
 Wohnungsauflösung.
 Tel.: 01634623963 Hr. Braun! Gerne
 machen wir Ihnen ein seriöses Ange-
 bot. Hygienevorschriften vorhanden



Der
Kummakivi
 ist ein großer,
 balancierender
 Felsen in
 Finnland.



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de
 "Wohnmobilcenter Am Wasserturm"

Familien

ANZEIGENSHOP

FGB 20-13
 43 x 90 mm
 ab **52,00€**

Für alles was wirklich zählt!

shop.rautenbergberg.media



Fragen zur Verteilung?

HERR FALK · FON 02241 2600
 mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de **REGIO** pünktlich · zielgerichtet · lokal
REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH
 Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

KLEINANZEIGEN
 PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN

rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE
 bis 100 Zeichen
 in dieser Zeitung **ab 6,99€**

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

02241 260-400 Telefonische Beratung

RAUTENBERG MEDIA

wir in alfter

Zugleich **AMTSBLATT** der **GEMEINDE ALFTER**
 Verteilgebiet: Alfter, Gielsdorf, Impekoven, Oedekoven, Witterschlick (mit Volmershoven-Heidgen).

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

**HALLO PRESSESPRECHER/INNEN
 PRESSEBEAUFTRAGTE**

der **VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN** und
 anderer Organisationen

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt
 für das CMSsystem von Rautenberg Media,
 um für diese Zeitung Artikel einzustellen:

<https://redaktion.rautenbergberg.media>



Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM



Wer fragt, gewinnt

So können Bewerber im Vorstellungsgespräch punkten



Mit gezielten Fragen können Bewerber im Vorstellungsgespräch ihr Interesse an einem Job untermauern. Foto: [djd/adecgroup.de/Unsplash/Tim Gouw](https://www.djd/adecgroup.de/Unsplash/Tim Gouw)

„Welche beruflichen Ziele möchten sie in den kommenden Jahren erreichen?“ oder „Was sind ihre größten Stärken?“ Wenn ein Vorstellungsgespräch vereinbart ist, bereiten sich Bewerber auf gängige Fragen von Personalleitern vor und legen sich passende Antworten zurecht. Nur wenige denken jedoch daran, sich eigene Fragen zu überlegen. Dabei geht es bei der Bewerbungsrunde doch darum, dass sich beide Seiten ein Bild voneinander machen. Zudem signalisieren Bewerber mit Nachfragen, dass sie sich intensiv mit einem Jobangebot befasst und großes Interesse daran haben.

Mit Fragen können Bewerber Eindruck machen

Geld ist zwar wichtig, aber längst nicht mehr der alleinentscheidende Faktor bei der Jobwahl. Eine aktuelle Umfrage des Personaldienstleisters Adecco zeigt, dass für Arbeitnehmer nach dem Gehalt (53 Prozent der Befragten) vor allem die Arbeitsatmosphäre (36 Prozent) und Karrierechancen (25 Prozent) eine bedeutende Rolle spielen. Mit den richtigen Fragen lässt sich daher bereits im

Vorstellungsgespräch klären, ob eine potenzielle Stelle den persönlichen Vorstellungen entspricht und zu den Fähigkeiten passt. Dazu gehört es, sich schon im Vorfeld der eigenen Stärken und Wünsche an die berufliche Entwicklung bewusst zu werden. Unter [adecco.de/blog](https://www.adecco.de/blog) etwa gibt es weitere Tipps dazu. Im Vorstellungsgespräch helfen dann Fragen zu den Möglichkeiten zur Weiterentwicklung innerhalb des

Unternehmens, der Unternehmenskultur und den Kontakten in der täglichen Zusammenarbeit, um einen Eindruck der Aufgaben der ausgeschriebenen Position zu erhalten. Zudem entsteht so ein echter Dialog, der dazu beitragen kann, dass sich Kandidaten bei den Entscheidern erfolgreich von Mitbewerbern abheben.

Großes Interesse am Unternehmen signalisieren

Eine gute Gesprächstaktik für

Bewerber kann es etwa sein, sich nach täglichen Abläufen im Unternehmen zu erkundigen oder um persönliche Einblicke in die Büros oder die Fertigung zu bitten. „In jedem Fall empfiehlt es sich, jedes Vorstellungsgespräch individuell vorzubereiten und sich zuvor intensiv mit dem jeweiligen Unternehmen, seinen Produkten, der Marktposition sowie den wichtigsten Wettbewerbern zu befassen“, erklärt Henrik Straatmann vom Personaldienstleister Adecco. Fragen wie „Welche Qualitäten weisen die besten Mitarbeiter im Unternehmen auf?“ oder „Passe ich ihrer Meinung nach in das Unternehmen?“ unterstreichen zusätzlich das große Interesse des Bewerbers. Und eine Frage sollten Bewerber am Ende des Gesprächs keinesfalls vergessen: „Wann kann ich damit rechnen, wieder von ihnen zu hören?“ (djd)



Dialog statt Monolog: Bei Vorstellungsgesprächen sollten auch Bewerber aktiv Fragen stellen. Foto: [djd/adecgroup.de/Unsplash](https://www.djd/adecgroup.de/Unsplash)



BACK MIT AN!

Bäcker (m/w/d)

Fachkraft für Lebensmitteltechnik

- Ab 50.000€ Jahresgehalt.
- 38 Std./Woche – flexible Arbeitszeitreduzierung möglich. So bietet die Schichtarbeit einen familienfreundlichen Ausgleich.
- Verantwortungsvolle und abwechslungsreiche Tätigkeit in einem modernen Arbeitsumfeld.

Unser Team-Troisdorf sucht dich!



Ab sofort und unbefristet
[harry-brot.de/karriere](https://www.harry-brot.de/karriere)



QUEREINSTEIGER WILLKOMMEN!

Sternsingeraktion 2024 - Pfarreiengemeinschaft Alfter

Gemeinsam für unsere Erde - in Amazonien und weltweit

Im Fokus der Aktion Dreikönigsingen 2024 stehen die Bewahrung der Schöpfung und der respektvolle Umgang mit Mensch und Natur.

Das Amazonasgebiet, das sich über neun Länder Südamerikas erstreckt, ist nicht nur der größte tropische Regenwald der Welt, sondern auch ein lebenswichtiger Kohlenstoffspeicher im Kampf gegen die Klimakrise. Etwa 33 Millionen Menschen leben in dieser einzigartigen Region, darunter rund drei Millionen Angehörige indigener Ethnien. Ihre Lebensweise und Kultur sind jedoch durch Brandrodung, Abholzung und Ressourcenausbeutung gefährdet. Partnerorganisationen wie die kolumbianische Stiftung „Fundación Caminos de Identidad“ (FUCAI) setzen sich bereits aktiv für

den Erhalt dieser wichtigen Region ein. Durch Projekte wie die „Aulas Vivas“ - lebendige Klassenzimmer - erfahren Kinder und Jugendliche, wie nachhaltige Bewirtschaftung die Brandrodung ersetzen kann. Hierbei werden Waldgärten angelegt und wichtige Aspekte einer gesunden Ernährung vermittelt. Zudem fördert das Projekt den Erhalt traditioneller Bräuche und Tänze.

Obwohl der geographische Fokus der Aktion auf dem Amazonas liegt, profitieren von den gesammelten Spenden Kinderhilfsprojekte in etwa hundert Ländern weltweit.

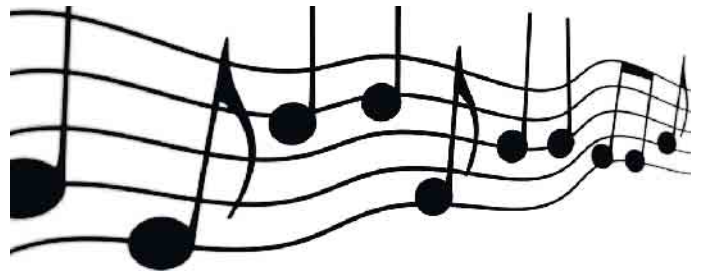
Am Samstag, 6. Januar, sind die Sternsinger wieder in allen Gemeinden unserer Pfarreiengemeinschaft Alfter unterwegs, sammeln Spenden und bringen den Segen. Ihre

Rückkehr feiern sie in den Gottesdiensten am 6. oder 7. Januar.

In **Alfter-Ort** besuchen die Sternsinger **alle Haushalte**. Sie müssen also am 6. Januar nur auf das Klingeln an Ihrer Haustüre achten. Die Aussendungsfeier ist um 9 Uhr im Pfarrheim am Hertersplatz 14. Am Sonntag, 7. Januar, bringen sie in der Familienmesse um 9.30 Uhr in der Pfarrkirche St. Matthäus ihre Gaben zur Krippe. In **Witterschlick, Oedekoven, Im-**

pekoven und Gielsdorf ist vorher eine Anmeldung bei Diakon Martin Sander unter Martin.Sander@Erzbistum-Koeln.de nötig oder ein Eintrag in die Listen, die in den Kirchen bis zum Neujahrstag ausliegen.

Samstag, 6. Januar, um 18.30 Uhr: Sternsingergottesdienst, St. Mariä Hilf, Volmershoven-Heidgen
Sonntag, 7. Januar, um 11 Uhr: Sternsingergottesdienst, St. Mariä Himmelfahrt, Oedekoven



Wir laden ein zum
Neujahrstreffen der Alfterer Grünen
am 12. Januar 2024 ab 19:00 Uhr
im Rathaus der Gemeinde Alfter
Am Rathaus 7 • 53347 Alfter (Oedekoven)

Für musikalische Unterhaltung und das leibliche Wohl ist gesorgt.

