



ENGELS
BEDACHUNGEN GmbH
– Meisterbetrieb –

Mühlenfeld 3, 53332 Bornheim
www.engels-bedachungen.de

☎ **02227 / 99 11 0**

Wärmedämmarbeiten
Klempnerarbeiten
Gerüstbau
Bedachungen aller Art
Fassadenverkleidung
Flachdachsaniierungen

Endlich in der Mittelrheinliga angekommen

Jahreshauptversammlung des SSV Bornheim würdigt Erfolgstrainer Patrick Schmitz -
Ehrungen für verdiente und langjährige Mitglieder - Gesamtverein hat über 740 Mitglieder



Die anwesenden Jubilare zeigten zu Recht stolz ihre Ehrenauszeichnungen der gut besuchten Mitgliederversammlung des SSV Bornheim.
Bericht auf Seite 2

Ausgezeichnete Hörakustik

Das Hermeler-Team freut sich sehr über die fünfte Auszeichnung in Folge für besondere Kundenorientierung als inhabergeführtes Unternehmen.



TOP 100®
AKUSTIKER
2025/2026

INHABERGEFÜHRTE MITTELSTÄNDISCHE
UNTERNEHMEN, AUSGEZEICHNET
FÜR BESONDERE KUNDENORIENTIERUNG
VOM BGW INSTITUT FÜR
INNOVATIVE MARKTFORSCHUNG, ESSEN
Mehr Infos: www.top100akustiker.de

Bornheim Königstraße 59
Fon: 02222 92 99 99 3
(ausgezeichnete Filiale)

Sie finden uns auch
in Bonn und Rheinbach

hoerakustik-hermeler.de



HÖRAKUSTIK
HERMELER

terzo® Gehörtherapie
Meisterhafte Hörsysteme

Bericht zur Titelseite

Bornheim-Ort. „Der Aufstieg unserer 1. Seniorenmannschaft war sicherlich das Highlight der letzten Saison. Ein besseres nachträgliches Geburtstagsgeschenk zum 100-jährigen Bestehens unseres Vereins hätten wir uns nicht wünschen können. Hut ab vor den Spielern, Betreuern und dem Trainerstab, insbesondere vor Chefcoach Patrick Schmitz. Ein langgehegter Traum ist damit Wirklichkeit geworden.“ Claus Böing, der als Vorsitzender zusammen mit seinen Stellvertreter Ernst Cremer, Geschäftsführer Christian König und Kassierer André Schumacher die Geschicke des SSV Bornheim lenkt, konnte so frohgestimmt und gewohnt souverän die anwesenden Vereinsmitglieder über ein erfolgreiches Jahr 2025 im Saal der „Kaiserhalle“ informieren. Dazu gehört auch, dass die 2. Seniorenmannschaft mit guten Chancen um die Meisterschaft in der Kreisliga und den damit verbundenen Aufstieg in die Bezirksliga des Fußballverbandes Mittelrhein kämpft.

Derzeit sind über 740 Mitglieder dem Verein in den Sportarten Fußball, Boxen, Fitnesport und Boule verbunden. Die Mitgliederzahl konnte in den letzten Jahren konstant gehalten werden, was vor allem auch ein Verdienst der vielen qualifizierten Übungsleiter ist, die beim SSV tätig sind. Einziger Wermutstropfen ist laut Böing das sich mittlerweile mehr als zehn Jahre hinziehende Genehmigungsverfahren für einen Anbau einer Toilettenanlage und eines Verkaufsraums am Kunstrasenplatz, eines sogenannten „Funktionsgebäudes“. Hier würden dem Verein durch die Stadt eher Steine in den Weg gelegt als Hilfe geliefert. Von einer Unterstützung des Ehrenamts und der Anerkennung der geleisteten Arbeit könne in diesem Falle deshalb keine Rede sein.

Im Mittelpunkt der Versammlung standen zahlreiche Ehrungen. Ludwig Brandt, Vereinsehrenamtsbeauftragter, zeichnete Mitglieder für die Dauer ihrer Vereinszugehörigkeit aus. So konnten für 25-jährige Vereinstreue Christian Breuer, Martin Herde, Hanno Landsberg, Marek Macioszek, Alexander Schneider



Uwe Scheifgen (Mitte) überreichte Christian König, André Schumacher, Claus Böing und Ernst Cremer (v.l.) Ehrentafeln und Urkunden des DFB, FVM und FK BN nachträglich zum 100-jährigen Vereinsjubiläum.



70 Jahre ist Heinz Löhner (2.v.l.) SSV-Mitglied. Das ehrten Claus Böing, Ludwig Brandt und Ernst Cremer (v.l.) mit einem Ehrenteller und einer Urkunde.

und Günter Zerlett geehrt werden. Für ihre 40-jährige Mitgliedschaft wurde Markus Nolden und Martin Rebel gratuliert. Ernst Cremer erhielt für mehr als 50 Jahre Mitgliedschaft eine Auszeichnung. Mit dem Ehrenteller wurden Peter Schilling für 60 und Heinz Löhner für 70 Jahre Vereinsmitgliedschaft gebührend geehrt. Als Ehrengast überbrachte Uwe Scheifgen, Vorsitzender des Fußballkreises Bonn (FK BN), nachträglich zum 100-jährigen Vereinsjubiläum die Ehrentafeln und Urkunden des DFB, FVM und des FK BN. Mit einem besonderen Geschenk bedankte sich der Vorsitzende bei Patrick Schmitz, der zum Saisonende als Trainer aufhören wird, mit den Worten: „Er

war während und nach seiner Spielerkarriere, die er verletzungsbedingt zu früh beenden musste, 18 Jahre erfolgreich als Trainer im Jugend- und Seniorenbereich für unseren, seinen SSV im Einsatz. Mit seinen Teams wurde er sowohl im Jugend- als auch im Seniorenbereich jeweils zweimal Kreispokalsieger und mit der Seniorenmannschaft zeichnete er für den rasanten Aufstieg von der Bezirksliga bis in die Mittelrheinliga verantwortlich. Auch war er auf und neben dem Platz sportlich und menschlich stets ein Vorbild, insbesondere für den Nachwuchs. Eine einzigartige Karriere, die wohl wenige Trainer vorweisen können, und ein echter Glücksfall für unseren Verein.“ (WDK)



Patrick Schmitz - Erfolgstrainer, Meistersmacher und Aufstiegs-Mastermind - beendet im Sommer seine einzigartige Karriere und wurde vom Vorstand und von der Versammlung mit großem Dank verabschiedet.

90-jähriges Gründungsjubiläum der Gemeinschaft Kath. Frauen Kardorf



Am 16. Mai 1936 ließ der damalige Pfarrer Josef Blum aus Hemmerich in Köln folgendes Dokument verfassen: „Dem Antrag vom 3. März 1936 entsprechend errichten wir hierdurch eine Marianische Frauenkongregation unter dem Titel der Verkündigung Mariens und unter dem besonderen Schutz des Heiligen Joseph, in der St. Joseph Kirche in Kardorf“. Dieses Dokument begründet die bis

heute andauernde Aufgaben des Jubelvereins. Obwohl dieser sich anfangs noch „Mütterverein“ nannte, steht er heute Kardorfer Frauen jedes Standes und Alters offen. Die Unterstützung gemeinnütziger und karitativer Vereinigungen, den von Kardorfer Senioren sehr geschätzten monatlich stattfindenden Seniorennachmittag, Tagesausflüge sowie

die Mitarbeit im Kardorfer Ortsausschuss durch Bereitstellung eines breit aufgestellten kulinarischen Angebots an Kirmes und beim Maiansingen beschreiben das aktuelle ehrenamtliche Engagement. Die Gemeinschaft, die sich seit 2016 „Gemeinschaft Kath. Frauen Kardorf“ nennt, erfreut sich eines großen Zuspruchs vieler Kardorfer Frauen, insbesondere auch aus

dem Kreis der Jüngerer. Zum Jubiläum gratulierten der Ortsausschuss Kardorf sowie Vertreter umliegender Ortsvereine bei einer Feierstunde am 19. Mai 26 im Kardorfer Bürgerhaus, bei der die Sprecherin des Vereins, Uschi Gierlich und der an ihrer Seite stehende Vorstand viele Mitglieder des Vereins begrüßen konnte. Dieser Feierstunde war eine Maiandacht in St. Joseph, Kardorf vorausgegangen.

Qualitätssiegel Hörgesundheits

Hörakustik Hermeler erneut mit Top-Auszeichnung

Als Träger des **Qualitätssiegels Hörgesundheits** betrachten wir Hörgesundheits ganzheitlich und begleiten Sie einfühlsam und individuell. Wir nehmen uns die Zeit, Ihre persönlichen Bedürfnisse und Lebensumstände zu verstehen, damit die Hörgeräte und Services genau zu Ihnen passen.

Das Qualitätssiegel basiert auf **wissenschaftlich fundierten Kriterien** für hochwertige Hörversorgung. Wir erfüllen alle Anforderungen vollständig – und gehen bewusst darüber hinaus. Für uns bedeutet Hörgesundheits mehr als Technik: Sie umfasst Vorsorge, regelmäßige Nachsorge, die Anpassung an den Alltag und den Einsatz modernster Technologien, damit Sie wieder aktiv, unbeschwert und mit Freude am Leben teilnehmen können.

Qualitätssiegel Hörgesundheits

Ausgezeichnet
vom Netzwerk Hörgesundheits

gültig bis
2028
Hörgesundheits für alle

Qualitätszertifikat:
Service & Beratung

1. PLATZ
GESAMTWERTUNG

Hörakustiker
Test 12/2025
7 Anbieter: dtg.de/13003

HÖRAKUSTIK HERMELER

terzo® Gehörtherapie
Meisterhafte Hörsysteme

www.hoerakustik-hermeler.de

Bonn Bornheimer Straße 156 Fon: 0228 963 973 30
Bornheim Königstraße 59 Fon: 02222 92 99 99 3
Rheinbach Himmeröder Wall 14 Fon: 02226 885 900 0

Eine „tierisch gute“ Ausstellung

Zehn Malerinnen der VHS Voreifel präsentieren beeindruckende Acrylbilder und Mischtechniken im Caritas-Haus - 30 ganz persönliche Tiergeschichten - Ausstellung bis zum Beginn der Sommerferien verlängert



Die anwesenden Künstlerinnen waren mit Dozentin Maria Dierker (vorn) und VHS-Fachbereichsleiterin Yvonne Schütze zu Recht stolz über eine wirklich beeindruckende Ausstellung.

Meckenheim/Merten. Bereits zum zweiten Mal präsentierten zehn Malerinnen des Acryl- und Mischtechnikkurses der VHS Voreifel mit der Dozentin Maria Dierker ein eindrucksvolles Kaleidoskop kreativen Schaffens im Caritas-Haus. Ging es vor zwei Jahren um „Stimmungen“,

so dreht sich dieses Mal alles um Tiere. Kein Wunder, dass der Ausstellungstitel „tierisch gut“ lautet.

Tiere sind Spiegel unserer eigenen Seele

„Die Künstlerinnen haben sich auf unterschiedlichste Weise dem Thema genähert, Zehn Malerinnen, zehn Charaktere, insgesamt 30 ganz persönliche Tiergeschichten“, erläuterte Dr. Yvonne Schütze, Fach-

bereichsleiterin Kunst und Kultur der VHS, in ihrer mit viel Lob bedachten und zugleich tiefgründigen Rede zur Ausstellungseröffnung. „Tiere waren und sind immer mehr als nur Motive. Sie sind zugleich Spiegel unserer eigenen Seele. Die Verbindung Mensch und Tier war immer eine ganz besondere.“ Diese tiefe Verbindung erläuterte sie anschließend in der Vorstellung der einzelnen Werke der Malerinnen Margret Dabringhaus, Angela Eckert, Barbara Glässner, Pia Grünberg, Gisela Lewen, Christiane Lilienthal, Gudrun Malcher, Doris Röder, Christa Schönfeld und Anja Weingarten. Den Gästen rief sie abschließend zu: „„tierisch gut“ ist mehr als eine Ausstellung. Es ist eine Einladung, die eigne Beziehung zu den Tieren neu zu entdecken, mit offenen Augen durch die Welt zu gehen und sich einfach zu freuen - an Farben, Ausdrücken und am Leben“.

Künstlerischen Ambitionen freien Lauf lassen

Die diplomierte Malerin und Kursleiterin Maria Dierker, die ihr Atelier im „Kunsthof Merten“ in Bornheim hat und seit 2017 als Dozentin bei der VHS tätig ist, betonte nicht nur



SANIEREN IM MEHRFAMILIENHAUS

Heizungstausch, Solarstrom und E-Mobilität

kostenloser Infoabend für Eigentümer, Wohnungseigentümergeinschaften, interessierte Bewohner, Beiräte und Gebäudeverwaltungen

anbieterneutrale Vorträge und Beratungsmöglichkeiten

Wann: 22.06.2026, 17 bis 20.30 Uhr
Wo: Haus der Bildung, VHS Saal
Mülheimer Platz 1 in 53111 Bonn

Weitere Infos und Anmeldung:
www.energieagentur-rsk.de/sanieren-mfh

Ein Angebot der Kooperationspartner:

Bonner Energie Agentur

Energieagentur Rhein-Sieg



Margret Dabringhaus (r.), Barbara Glässner (l.) und Gisela Lewen (verhindert) schufen die faszinierenden Motive „Kotinka“ (o.r.), „Ein Huhn in Aufruhr“ (l.) und den farbenprächtigen Papagei.

40 Jahre in Weilerswist

AUTOHAUS JUNGBLUTH GmbH

SUZUKI-Servicepartner seit 1989

GEWERBEGEBIET 53919 Weilerswist
Tel. 02254 844 336, info@suzuki-jungbluth.de
www.suzuki-jungbluth.de

DIE WERKSTATT



Yvonne Schütze, Ariane Stech, Maria Dierker, Pauline und Christiane Lilienthal und Barbara Hausmanns (v.l.) freuten sich mit dem Klarinetten trio über eine gelungene Vernissage.

die die Leidenschaft und das künstlerische Potential der teilnehmenden und jetzt ausstellenden Teilnehmerinnen und Teilnehmer: „Es ist für mich immer wieder eine Freude zu sehen, wie sie mit all ihre Gefühlen, Ideen und Wünschen Woche für Woche ihren künstlerischen Ambitionen freien Lauf lassen und so beeindruckende Werke schaffen. Diese wirklich sehenswerte Ausstellung legt zugleich Zeugnis davon ab, welche positive Entwicklung jede einzelne von ihnen seit der vorherigen Ausstellung genommen hat.“

Dr. Barbara Hausmanns, Direktorin

der VHS Voreifel, begrüßte die Gäste und erläuterte die Ziele, Aufgaben und Angebote der VHS. „Wir bieten unseren Mitbürgerinnen und Mitbürgern, Bildung und Kunst zu erfahren und zu erleben. Unsere qualifizierten Dozentinnen wie Maria Dierker verstehen ihren Job. Sie ermöglichen Wissensvermittlung und bieten den Teilnehmerinnen und Teilnehmern etwas ganz Persönliches für ihr Leben mitnehmen zu können.“ Der Caritas dankte sie für die Ausstellungsmöglichkeit, da die VHS selbst leider keine geeigneten Räumlichkeiten habe. Annetret Kastorp vom Fachdienst



Claudia Metzen (l.), Johanna Schöne und Lazar Balog sorgten mit Klarinettenstücken von Mozart für musikalische Stimmungen. Fotos: WDK

Gemeindecaritas linksrheinisch und unter anderem zuständig für Ausstellungen im Meckenheimer Caritas-Haus, war leider bei der Eröffnung verhindert, erklärte in einem Grußwort: „Da ich demnächst aus dem aktiven Dienst ausscheide, ist dieses die letzte Ausstellung meiner Amtszeit. Ich habe die Ausstellungen immer sehr gern begleitet. Ganz besonders freut mich, dass ich zum Schluss diese wunderbare Präsentation erleben darf.“ Auch Ariane Stech, stellvertretende Bürgermeisterin der Stadt Meckenheim, zeigte sich beeindruckt von den gezeigten

Bildern: „Diese Ausstellung ist eine große Bereicherung des kulturellen Lebens unserer Stadt. Ich hoffe, dass noch viele folgen werden.“ Musikalisch umrahmte das Klarinetten trio Claudia Metzen, Leiterin der Musikschule VHS Voreifel, Lazar Balog und Johanna Schöne qualitativ hochwertiger Musik die stimmungsvolle Vernissage.

Ausstellung „tierisch gut“ - verlängert bis zum Beginn der Sommerferien (Caritas-Haus, Kirchplatz 1, 53340 Meckenheim; Öffnungszeiten: Mo. bis Do.: 9 bis 16 Uhr, Fr.: 9 bis 12 Uhr oder nach telefonischer Rücksprache 02225/992420) (WDK)

Abenteuer Ahnenforschung

Vortrag zur Ahnenkunde und Familienforschung für Einsteiger

Die Suche nach den eigenen Vorfahren und ihrer Herkunft wird immer beliebter. Dabei erfährt man vieles über die eigene Identität und die eigenen Wurzeln. Vielleicht wollten auch Sie schon immer etwas über Ihre Ahnen wissen, wussten aber nicht, wie Sie hierbei vorgehen können? Die Methoden hierzu sind so vielfältig, dass wir Ihnen einen Überblick

blick darüber verschaffen wollen. Wo finde ich Informationen über meine Vorfahren, was muss ich bei den Recherchen beachten, wie ordne und sichere ich meine Ergebnisse? Mit Udo Hoffmann konnten wir einen profunden Kenner der Materie gewinnen, der Ihnen einen Einblick in die faszinierende Welt der Genealogie verschafft. Zusammen mit unserem Vorstandsmitglied Detlef

Loch, der seinen Stammbaum mehr als dreihundert Jahre bis zum Dreißigjährigen Krieg zurückverfolgen konnte, führt er durch den Abend. Wir zeigen Ihnen, mit welchen Mitteln man heutzutage erfolgssicher in die eigene Vergangenheit eintauchen kann und zügig zu ersten erstaunlichen Ergebnissen gelangt. Wer sich für Ahnenkunde und Familienforschung interessiert, erfährt an

diesem Abend, wie man sich diesem spannenden Thema nähert und leidige Anfängerfehler vermeidet.
Termin: Freitag, 19. Juni, 19 Uhr
Ort: Landhaus Wieler, Hauptstr. 94-96, 53332 Walberberg
Veranstalter: Förderkreis Historisches Walberberg eV
Eintritt frei, Spenden willkommen.

40 Jahre „Der Spatz e.V.“

Jubiläumsfest im Spatzengarten

Die Elterninitiative „Der Spatz e.V.“ feiert in diesem Jahr ihr 40-jähriges Bestehen und lädt am 13. Juni, ab 14:30 Uhr, herzlich zum großen Jubiläumsfest in den Spatzengarten in Bornheim-Hemmerich ein. Seit vier Jahrzehnten begleitet die Kindertagesstätte Kinder vom Kleinkindalter bis zur Grundschule und schafft mit viel Herzblut eine familiäre Atmosphäre für die jüngsten Mitglieder

unserer Gemeinschaft. Mit derzeit 22 Kindern ist der Spatz fester Bestandteil des Dorflebens in Hemmerich. Das Jubiläumsfest soll nicht nur Anlass zum Feiern sein, sondern auch ein Dankeschön an alle Familien, Unterstützerinnen und Unterstützer und Freundinnen und Freunde, die den Verein über die Jahre begleitet haben. Alle Besucherinnen und Besucher können sich auf einen

gemütlichen Nachmittag mit einem kleinen Unterhaltungsprogramm für die ganze Familie freuen. Neben Hüpfburg und Kinderschminken ist auch mit Kuchenbuffet und Grill für das leibliche Wohl bestens gesorgt. Besonderes Highlight ist der Auftritt von Zauberer Tim Salabim, der mit seiner Comedy-Zauberei Kindern und Erwachsene gleichermaßen ein Staunen in die Gesichter

zaubern wird. Die Veranstaltung findet im Garten der Kita statt, dieser liegt inmitten der Felder zwischen Hemmerich und Kardorf (Verlängerung der Pützgasse in Richtung Kardorf). Der Spatz e.V. freut sich über viele Gäste, ehemalige Wegbegleiterinnen und Wegbegleiter sowie Unterstützerinnen und Unterstützer aus der Region.



Defekte Horizontalsperre Querdurchfeuchtung Ausblühungen Schimmelbefall



SIE SIND EIGENTÜMER UND HABEN PROBLEME MIT FEUCHTIGKEIT ODER SCHIMMEL IM KELLER ODER WOHNBEREICH?

Nutzen Sie als Eigentümer unseren Service der kostenlosen Schadensuntersuchung und lassen Sie sich ein unverbindliches Angebot von uns erstellen.

FEUCHTE WÄNDE
NASSE KELLER



WIR SANIEREN IHRE FEUCHTEN WÄNDE IM KELLER ODER WOHNBEREICH OHNE AUSSCHACHTUNG – MIT 25 JAHREN GARANTIE!

Durch Feuchtigkeit in den Wänden entstehen Schimmel, Ausblühungen und Abplatzungen durch Salze; die Bausubstanz wird angegriffen. Besteht das Problem schon länger und bleibt unbehandelt, wird die Wohnqualität eingeschränkt. Der Wert der Immobilie wird dadurch nachhaltig gemindert.

Ob Eigenheimbesitzer, Architekt oder Hausverwaltung, die Firma RH WANDTROCKNUNG ist als Fachbetrieb der BKM MANNESMANN AG Ihr schneller und zuverlässiger Ansprechpartner vor Ort. Als Experten für Gebäudetrockenlegung und Sanierung beseitigen wir Feuchtigkeit und kümmern uns um Bauwerkstrockenlegung!

GIB SCHIMMEL KEINE CHANCE!

Ausserdem beschichten wir Ihre Wände bei Bedarf nachhaltig mit BKM BIO SCHIMMELSCHUTZ, wo Schimmel, Pilz oder Bakterienbefall auftreten kann, bzw schon vorhanden ist, damit Sie sich nicht nur in Ihren 4 Wänden, sondern auch in Ihrer Haut wieder rundum wohl fühlen. Gerne erstellen wir Ihnen zeitnah und völlig kostenlos ein detailliertes Angebot!

RH WANDTROCKNUNG mit GARANTIE
Rainer Hengels
53639 Königswinter

UNSER KOSTENFREIES ANGEBOT
✓ Schadensuntersuchung
✓ Sanierungskonzept
✓ Unverbindliches Angebot



Web: www.bkm-bonn-königswinter.de
Mail: r.hengels@bkm-mannesmann.de
Direkt anrufen: 0 22 44 / 875 63 20 oder 0170 / 54 44 796





Kreatin: Nur für Bodybuilder - oder auch für Sie?

Mein Name ist Katharina Heinz - PTA, Ernährungsberaterin und Pharmazie-ökonomin. Als Geschäftsführerin der Manuthek in Alfter entwickle ich seit Jahren gemeinsam mit Apothekern und Ärzten Produkte, die Menschen gezielt therapeutisch unterstützen - ehrlich, transparent und ohne unnötige Zusätze.

In der täglichen Beratung fällt mir auf: Kreatin ist eines der am meisten unterschätzten Supplemente. Dabei lohnt sich ein genauer Blick.

Kennen Sie das? Sie spielen mit den Enkeln im Park - plötzlich wird gesprintet, gehoben, gefangen. Genau für solche kurzen, intensiven Belastungen braucht Ihr Körper sofort Energie. Und hier kommt Kreatin ins Spiel.

Was Kreatin eigentlich ist

Kreatin ist keine Erfindung der Fitnessindustrie - es ist eine körpereigene Substanz. Leber, Nieren und Bauchspeicheldrüse stellen täglich rund ein bis zwei Gramm davon her. Dazu nimmt der Körper Kreatin über Fleisch und Fisch auf.

Kreatin ist eine organische Säure, die der Körper selbst aus drei Aminosäuren zusammenbaut: Glycin, Arginin und Methionin

Rund 90% landet in der Muskulatur, wo es als blitzschnelles Energiedepot bereitsteht - wie eine Notfallbatterie, die immer dann einspringt, wenn die Muskeln plötzlich viel Kraft brauchen.

Kreatin in Lebensmitteln - reicht das aus?

Die besten Quellen sind tierische Produkte. Pflanzliche Lebensmittel enthalten praktisch kein Kreatin.

Das Problem: Um etwa 3 Gramm täglich aufzunehmen, müssten Sie rund 600-700 g Fleisch oder Fisch essen. Durch Kochen geht zudem ein Teil verloren. Besonders Vegetarier und Veganer sind daher allein auf die körpereigene Produktion angewiesen.

Sport, Kraft und Erholung - was Studien zeigen

Kreatin gehört zu den am besten

untersuchten Supplementen. Wer Kreatin einnimmt und dabei trainiert, kann seine Kraft- und Leistungsfähigkeit nachweislich steigern - je nach Trainingsform und gemessener Leistung berichten Studien von Verbesserungen zwischen 10 und 25%, besonders bei intensiven Kurzzeitbelastungen wie schwerem Krafttraining oder Sprints.

Besonders relevant für alle ab 50: Studien zeigen, dass die Kreatin-Einnahme in Kombination mit Krafttraining zu einem spürbaren Zuwachs an Muskelmasse führen kann - ein echter Schutz gegen altersbedingte Muskelschwäche. Auch die Regeneration profitiert: Nach intensiver Belastung können Entzündungsmarker und Zellschäden nachweislich reduziert werden.

Wichtig für Frauen nach den Wechseljahren

Mit sinkendem Östrogenspiegel verlieren viele Frauen nach der Menopause schneller Muskelmasse (Sarkopenie). Gleichzeitig steigt das Risiko für Knochenschwund: In den ersten 5-7 Jahren können bis zu 20% der Knochendichte verloren gehen. Kreatin allein stoppt diesen Prozess nicht. In Kombination mit Krafttraining zeigen Studien jedoch klare Vorteile: mehr Muskelmasse, bessere Kraft und Hinweise auf eine stabilere Knochenstruktur - besonders am Oberschenkelhals, einer häufigen Bruchstelle bei Osteoporose. Entscheidend ist die regelmäßige Kombination mit Bewegung, nicht die alleinige Einnahme. Nicht nur für die Muskeln - auch fürs Gehirn?

Wirkung auf das Gehirn

Überraschend: Kreatin wirkt auch im Gehirn. Studien zeigen Vorteile für Konzentration und Gedächtnis, besonders bei Stress oder Schlafmangel.

Bei Menschen über 60 gibt es Hinweise auf Verbesserungen der geistigen Leistungsfähigkeit. Ob Kreatin auch bei Demenz oder Depressionen hilft, wird derzeit weiter erforscht.



Sicherheit und Anwendung

Für gesunde Menschen gilt Kreatin-Monohydrat als gut verträglich. Häufige Studien-Dosierung:

3-5 g täglich.

Wichtig: Bei Vorerkrankungen oder Medikamenteneinnahme vorher von Ihrem Hausarzt oder Apotheker beraten lassen.

Persönlich beraten in Alfter

Neugierig geworden? Kreatin ist nur ein Beispiel dafür, wie gezielte Ergänzung Ihren Alltag verbessern kann - wenn sie wirklich zu Ihnen passt.

Genau hier setze ich an: individuelle Beratung auf Basis Ihrer Werte, Beschwerden und Ziele - direkt aus Alfter mit pharmazeutischem Know-how.

- Buchen Sie jetzt Ihr persönliches Beratungsgespräch: manuthek.de/beratung
- Für alle in Alfter und Umgebung: Nutzen Sie auf www.manuthek.de den Rabattcode „Alfter“ - und erhalten Sie Ihre Lieferung versandkostenfrei. Ein kleines Dankeschön für unsere Nachbarschaft in der Region.

manuthek

EINFACH. EHRlich. BESSER.

Nahrungsergänzungsmittel & Kosmetikprodukte aus Apothekerhand
natürlich, regional & von Experten entwickelt

Onlineshop auf www.manuthek.de



Inspirationen für den eigenen Garten

Forster Garten- und Landschaftsbau präsentiert jede Menge Ideen und Konzepte am Tag des Offenen Schaugartens am 20. Juni



Forster Garten- und Landschaftsbau in Alfter - hier werden Gartenträume wahr.

Alfter. Wer darüber nachdenkt, den eigenen Garten oder Outdoor-Bereich neu zu gestalten, findet bei Forster Garten- und Landschaftsbau den passenden Ansprechpartner. Das Familienunternehmen in dritter Generation steht für hochwertige Gartenkonzepte, bei denen **Gestaltung, Funktionalität und Nachhaltigkeit ganzheitlich gedacht und realisiert** werden. Mit diesem Anspruch hebt sich der Fachbetrieb klar von klassischen Gartenmärkten oder reinen Pflanzenanbietern ab. Grundlage jedes Projekts ist eine intensive Auseinandersetzung mit den jeweiligen Gegebenheiten vor Ort.

Denn nur wenn Planung, Nutzung und Umfeld aufeinander abgestimmt sind, entsteht ein Garten, der dauerhaft funktioniert und Freude bereitet.

Planen, bauen, pflegen - dieser Dreiklang bildet bei Forster die Basis für individuelle Gartenlösungen und ermöglicht die optimale Realisierung der jeweiligen Kundenwünsche unter den jeweiligen örtlichen Gegebenheiten. Die eigene Planungsabteilung entwickelt in enger Abstimmung mit den Auftraggebern Gärten, die sowohl ästhetisch als auch nachhaltig überzeugen. „Wir planen mit der Natur - für Mensch und Natur“, bringt es Geschäftsführer Mathias



Ob in gemütlicher Runde mit Familie und Freunden - ohne bequeme und individuell gestaltete Sitzecken ist kein Garten vollkommen.



Hochwertige und wetterbeständige Möbel und Kübelpflanzen verleihen Terrassen ihren speziellen Charakter und sorgen für eine unvergleichliche Atmosphäre.

Forster kurz und präzise auf den Punkt.

Besonderen Wert legt Forster auf hochwertige und möglichst regionale Materialien sowie auf eine **durchdachte Pflanzenauswahl. Biodiversität und Klimatauglichkeit** spielen dabei eine zentrale Rolle. „Wir wissen, welche Pflanzen zu welchem Standort passen und welche sich auch unter veränderten klimatischen Bedingungen langfristig gut entwickeln“, erklärt Mathias Forster.

Doch damit ist es nicht getan. Immer mehr werden **Outdooreinrichtungen**, insbesondere Outdoor-Küchen nachgefragt, die die jeweilige Anlage zu einem lebendigen Ort aktiven Lebens gestalten. Gemütliche Sitzecken, Liegelandchaften, hochwertige Spielgeräte für die Kids sind aus modernen Gärten ebenso nicht mehr wegzudenken wie Teiche, Whirlpools, Brunnen und Wasserläufe. Ein durchdachtes **Regenwassermanagement** hilft zugleich, diese wertvolle Ressource sinnvoll und effektiv zu nutzen und Gärten auch in zunehmend trockenen Sommern gesund zu erhalten.

Durchdachte und ästhetische **Beleuchtungskonzepte** sorgen für eine perfekte Illumination und setzen

den Garten wirkungsvoll in Szene. Ein optimaler **Sonnenschutz** ist heutzutage ebenfalls ein Muss. Bei Ausstattung und Materialien setzt Forster konsequent auf die Qualität und die Langlebigkeit namhafter Hersteller. Nachhaltigkeit und verantwortungsbewusstes Handeln gehören dabei seit vielen Jahren selbstverständlich zur Unternehmensausrichtung.

Kein Wunder, dass von Forster Garten- und Landschaftsbau geplante und realisierte Gärten mehrfach zu den **50 schönsten Privatgärten Deutschlands** ausgewählt und entsprechend ausgezeichnet wurden. Über 100 qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten täglich daran, individuelle Gartenträume mit Kreativität, handwerklicher Präzision und hoher Qualität umzusetzen. Beim Tag des offenen Forster Schaugartens am 20. Juni von 10 bis 16 Uhr können Besucherinnen und Besucher die verschiedenen Gestaltungsmöglichkeiten von Staudenpflanzung bis Outdoor-Living direkt vor Ort erleben, sich persönlich beraten lassen und Inspirationen für den eigenen Garten sammeln. „Wir freuen uns darauf, unsere Ideen und unsere Arbeit live präsentieren zu können“, so Mathias Forster. (WDK)

GARTEN IM SOMMER



Outdoor-Living in angenehmer und inspirierender Gartenumgebung wird immer beliebter.



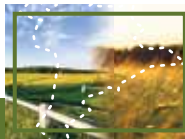
TAG DES OFFENEN SCHAU- GARTEN

Samstag, 20. Juni
10-16 Uhr

Forster Schaugarten & Garten-Showroom
Weberstraße 84 | 53347 Alfter
forster-garten.de

BESUCHEN SIE UNS UND ERLEBEN SIE

Pool & Badebrunnen	Wasserspiele
Outdoor-Fitnessraum	Gartenmöbel
Outdoor-Küchen	Staudenpflanzen
Garten-Sauna	Gehölze



Ausflugsziel für die ganze Familie



In Losheim/Eifel, direkt an der deutsch-belgischen Grenze, gibt es einiges und auch immer wieder Neues zu entdecken. Es gibt gleich mehrere Ausstellungen und interessante Shops und Einkaufsmöglichkeiten. Gerade wenn das Wetter wieder nicht mitspielt, sind die Ausstellungen ein beliebtes Ausflugsziel. Zum einen die berühmte ArsKRIPPANA.

welche zu jeder Jahreszeit interessant ist, es wird nicht nur Kunst und Kultur gezeigt.

So ist aktuell eine besondere 3D Installation des flämischen Meisters Pieter Brueghel zu bewundern. Nicht nur die tatsächliche Größe der ArsKRIPPANA wird sie verblüffen, nein, auch die Vielfalt der darin zu bestaunenden Angebote.

Dann die ArsFIGURA, eine Puppen- und Automatenausstellung mit interessanten Einblicken in alte vergangene Zeiten. Schlendern Sie durch den Nachbau einer Gasse des 19. Jahrhunderts wie damals zur Kaiserzeit und lassen Sie sich begeistern vom animierten Treiben der damaligen Zeit. Genießen Sie die zauberhafte und detailreich in

Szene gesetzte Welt, mit wertvollen Sammlungen.

Die ArsKrippana und die ArsFigura sind von dienstags bis sonntags geöffnet von 10 bis 18 Uhr.

Eine Vielzahl an Erlebniswelten.
Dann gibt es die ArsTECNICA, Modellbahnausstellung - mit mehr als hundert Zügen auf einer mehr als 200 m² großen H0 Anlage. Technik

Kaffeetrinker treffen sich an der Grenze.





Das KAFFEEPARADIES

direkt an der deutsch/belgischen Grenze!

LOSHEIM/EIFEL Gültig vom 6.6.-16.6.2026,
 Tel. 06557/9019412 solange Vorrat,
 außer bei Druckfehlern!



500 g vac. **6⁶⁹ €**



1 Kilo Bohnen **12¹⁹ €**



500 g Bohnen **6⁹⁹ €**



100+8 Pads für Senseo **7³⁹ €**

RIESENAUSWAHL an Kaffee, Schokolade und belgischem Bier!
 Supermarkt: Täglich von 8.00-18.30 Uhr, auch an SONN- & FEIERTAGEN geöffnet! Die Ausstellungen haben montags RUHETAG!



A's KRIPPANA





A's FIGURA





A's TECNICA





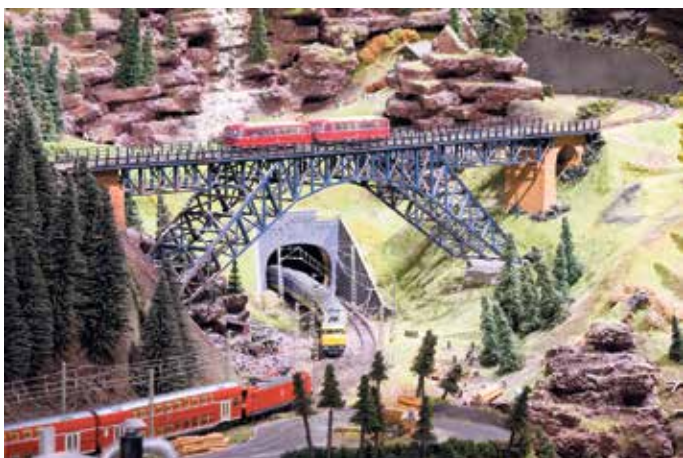
A's MINERALIS





FREUDE FÜR
Grenzgenuss
 DIE SINNE

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



im Modell, welche nicht nur Kinder-
augen zum Staunen bringt.
Im gleichen Gebäude befindet sich
die Ausstellung „Grenzgeschichten“,
auch „OldHistories“ genannt.

Ein Dorf, zwischen zwei Ländern und
vielen Geschichten, die dieser Ort zu
erzählen hat.

Geschichten aus dem damaligen
Nachkriegsgeschehen, vom Kaffee-
schmuggel, von Wilderern und dem
Wiederaufbau. „Das hat Opa auch
immer erzählt!“, schwärmt eine Be-
sucherin.

Und natürlich darf das Modellbahn-
fachgeschäft nicht fehlen.

In der ArsTECNICA gibt es für Samm-
ler und Modellbahnbauer von fast
allen gängigen Herstellern ein gro-
ßes Programm.

Ob Ersatzteile für die alte Märk-
lin-Lok oder Modellbauhäuser und
Modellautos.

Für den erfahrenen Modellbauer oder
für Neueinsteiger, hier wird man fün-
dig. Aber auch kreatives Bastel- und
Spielzeug. So auch eine riesige Aus-
wahl an Puzzeln und auch Plüschtie-
ren und Klemmbausteinen, so u. a.
von Lego und die seltenen Sammler-
modelle von Tim und Struppi.

Die ArsTECNICA ist donnerstags,
freitags und samstags von 12 bis
18 Uhr geöffnet.

Unsere kleinen Tipps: Schlendern
Sie noch durch die ArsMINERALIS,
das Schmuck-, Mineralien- und Na-
turheilmittel-Fachgeschäft mit einem
breiten Angebot kleiner und großer
Schätze. Hier findet man auch Ge-
schenkkideen in allen Preisklassen.
Direkt gegenüber ist der belgische
Supermarkt DELHAIZE mit den
günstigen Kaffeepreisen und einer
riesigen Auswahl an belgischen Spe-
zialbieren und Schokolade.

Und im Café-Bistro Old Smuggler
gibt es auch den leckeren belgischen
Kuchen zu genießen.

Und ganz wichtig: den belgischen
Reisfladen nicht vergessen.

Und noch etwas gibt es in Losheim:
Das Möbel-Outlet Ludwig - eine
breite Auswahl von Markenmöbeln
zu günstigen Preisen.

Infos und Öffnungszeiten:
www.losheimermöbeloutlet.com



Adresse fürs Navi: GrenzGenuss -
Prümer Str. 55 -
53940 Losheim/Eifel direkt an der
deutsch-belgischen Grenze.
www.grenzgenuss.net

„Letzte Hilfe Kurs“ für Erwachsene

Fast jeder kennt „Erste Hilfe Kurse“
- seit einigen Jahren gibt es auch
Kurse für die letzte Lebensphase.
Sterben und Tod sind zwar Teil
unseres Lebens, doch nur wenige
Menschen beschäftigen sich damit.
Dabei kann es Mut machen, Ängste
nehmen und helfen, dass Menschen

in Würde gehen können.
In den Räumlichkeiten des Am-
bulanten Hospizdienstes e.V. für
Bornheim und Alfter (Königstr. 25,
53332 Bornheim) beschäftigen wir
uns am 8. Juni von 17 bis 21 Uhr
mit folgenden Fragen: Was passiert
in der letzten Phase unseres Lebens?

Welche Beschwerden treten häufig
auf und wie kann ich mit einfachen
Mitteln helfen und begleiten? Wie
kann ich vorsorgen und welche Ent-
scheidungen sind zu treffen? Welche
Einrichtungen helfen und unterstüt-
zen sterbende Menschen und ihre
(trauernden) Angehörigen?

Natürlich haben auch Sie Gelegen-
heit, die für Sie wichtigen und ent-
scheidenden Fragen zu stellen.
Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme
und bitten um Anmeldung telefo-
nisch unter 02222-9959449 oder
via E-Mail an hobo@hospizdienst-bornheim.de.

Ankauf Reinhardt

Antiquitäten & Haushaltswaren

Kein Weg ist uns zu weit!

Kostenlose Haustermine im Umkreis von 100 km.

www.auktionshaus-reinhardt.de



Wir kaufen an:

- Barock, Jugendstil und Art Deco Möbel
- Meissen Porzellan
- Musikinstrumente
(z.B. Geige, Gitarre, Akkordeon)
- Ölgemälde
- Münzen und Münzsammlungen
- Armbanduhren & Taschenuhren
- Porzellanfiguren (gerne Meissen)
- Militaria vom 1. + 2. Weltkrieg
- Modeschmuck vor 1990
- Nähmaschinen
(bitte nur Singer, Phoenix und Pfaff)
- Silberbesteck 80er, 90er, 100er Auflage
- Kaiserzeit Krüge
- Briefmarken vor 1945
- Zinn (Teller, Krüge, Gläser u.s.w.)
- Alte Post- & Ansichtskarten
(z.B. Feldpost)
- Antikes Spielzeug
- Kronleuchter
(Kristall, Messing und Zinn)



Inhaber: A. Reinhardt

Termine nach Vereinbarung

☎ 02246 - 957 42 50

oder 0179 90 38 124

Hauptstraße 127 • 53797 Lohmar



Warum diese unser Denken verändern können: gute kleine Nachrichten

Katastrophen, Krisen und Konflikte dominieren oft die Nachrichtenlage. Doch neben den großen Schlagzeilen gibt es jeden Tag auch unzählige positive Entwicklungen - von neuen medizinischen Fortschritten bis hin zu kleinen Gesten im Alltag. Psychologen sagen: Gute Nachrichten können tatsächlich messbare Auswirkungen auf unsere Stimmung haben.

Das Gehirn reagiert stärker auf Negatives

Ein Grund dafür ist ein psychologisches Phänomen, das als „Negativity Bias“ bekannt ist. Menschen nehmen negative Ereignisse intensiver wahr als positive. Evolutionsbiologisch hatte das einen Vorteil: Gefahren schnell zu erkennen erhöhte die Überlebenschancen. Im modernen Alltag führt dieser Mechanismus jedoch dazu, dass positive Entwicklungen oft weniger Aufmerksamkeit bekommen.

Gute Nachrichten wirken

wie ein Gegengewicht

Studien zeigen, dass bewusst wahrgenommene positive Meldungen Stress reduzieren können. Wer regelmäßig auch konstruktive oder lösungsorientierte Nachrichten liest, berichtet häufiger von Hoffnung und Zuversicht. Viele Medien greifen diesen Ansatz inzwischen auf. Sie berichten verstärkt über innovative Projekte, soziale Initiativen oder wissenschaftliche Fortschritte.

Inspiration statt Resignation

Solche Geschichten haben einen besonderen Effekt: Sie zeigen, dass Veränderungen möglich sind. Wenn Menschen sehen, dass Probleme gelöst werden können, steigt die Motivation, selbst aktiv zu werden. Positive Nachrichten ersetzen keine kritische Berichterstattung. Aber sie erweitern die Perspektive - und erinnern daran, dass neben den Herausforderungen unserer Zeit auch viele gute Entwicklungen stattfinden. (ak-o)



Foto: pexels.com/ak-o

**COSMETIC-INSTITUT
BIRGIT BREUCH**
- Inh. Birgit Ruland -

NEU

Ihre Haut.
Unsere Technologie.
Sichtbare Ergebnisse.

NanoTronic F5
DIE 5-IN-1 TECHNOLOGIE
FÜR SICHTBARE
HAUTTRANSFORMATION

5 TECHNOLOGIEN – 1 ZIEL: IHRE SCHÖNSTE HAUT

- RF LIFTING**
- NANO NEEDLING**
- MESO-THERAPIE**
- LED THERAPIE**
- EGS STIMULATION**

- ✓ Straffere Konturen & mehr Elastizität
- ✓ Feine Linien & Falten sichtbar reduziert
- ✓ Intensive Wirkstoffversorgung in tiefere Hautschichten
- ✓ Klärung & Beruhigung bei unreiner Haut
- ✓ Für alle Hauttypen geeignet – sicher & effektiv

KLAPP
NanoTronic F5

ERLEBEN SIE DIE POWER OF 5
Jetzt Behandlungstermin sichern!

SICHTBAR. SPÜRBAR. STRAHLEND.

www.cosmetic-bb.de
info@cosmetic-bb.de

(0228) 74 64 80
Raiffeisenstraße 14A - 53347 Alfter-Witterschlick

GEYNIQUE **KLAPP** JEAN D'ARCEL LAILIQUE MAXX MAS

VERANSTALTUNGSKALENDER BORNHEIM

★ TERMINE IN UNSERER REGION

VEREINE, INSTITUTIONEN, KULTURSCHAFFENDE AUFGEPASST!

Bringen Sie Ihre Events auf Hochglanz – mit dem neuen
VERANSTALTUNGSKALENDER BORNHEIM.

Veröffentlichen Sie Ihre Termine **kostenfrei** und mit **großer Reichweite!**
Der Veranstaltungskalender informiert regelmäßig und detailliert über aktuelle Events
in Bornheim – von Vereinsfesten über Konzerte bis hin zu Sportveranstaltungen.

Auch Ihr Termin kann Teil der kommenden Ausgabe werden, die am
4. Juli (KW 27) als hochwertiger Hochglanz-Flyer erscheint.
Der Veranstaltungskalender liegt im Juli der Ortszeitung „**Wir Bornheimer**“
bei und erreicht so **jeden Haushalt der Gemeinde.**

So einfach reichen Sie einen Termin ein:

Bitte senden Sie uns per E-Mail folgende Angaben zu Ihrer Veranstaltung:

- ★ Datum & Uhrzeit
- ★ Name der Veranstaltung
- ★ Ort
- ★ Veranstalter

Optional: Eine Kurzbeschreibung (ca. 1.500 Zeichen) sowie 1-2 Fotos.
Alle Termine ab dem **4. Juli** können berücksichtigt werden.

Ihre Einsendung bitte bis zum 3. Juni:
redaktion@rautenberg.media
Stichwort: Veranstaltungskalender Bornheim

Anzeigenwerbung gewünscht?

Profitieren Sie zusätzlich von der
Reichweite des Veranstaltungskalenders:



Ihre Ansprechpartnerin ist:
Frau Stefanie Atan
Telefon: 02644-80191
Mobil: 0171 1876924
E-Mail: st.atan@rautenberg.media

WIR FREUEN UNS AUF IHRE TERMINE!





Mentale Gesundheit pflegender Angehöriger

Pflegende Angehörige tragen eine hohe Verantwortung. Neben medizinischen Aufgaben und organisatorischen Herausforderungen stehen oft Zeitdruck, finanzielle Sorgen und emotionale Belastungen. Eine Auswertung des Zentrums für Qualität in der Pflege hat gezeigt, dass viele Angehörige sich zeitweise überfordert fühlen und häufig über Stress, Erschöpfung oder Schlafprobleme berichten. Besonders dann, wenn Pflege langfristig erfolgt und kaum Tagesstruktur außerhalb dieser Aufgabe bleibt, steigt das Risiko psychischer Belastungen.

Ein wichtiger Aspekt ist die soziale Isolation, die mit der Pflege einhergehen kann. Pflegende verschwinden oft aus ihrem sozialen Umfeld, weil sie weniger Zeit für Freundinnen und Freunde haben oder weil gemeinsame Aktivitäten schwerer zu organisieren sind. Einsamkeit wird dabei nicht selten zum Begleiter im Alltag. Studien legen nahe, dass soziale Isolation nicht nur die Lebensqualität mindert, sondern auch Stress und gesundheitliche Risiken verstärkt - faktische Risiken, die über den Pflegealltag hinausgehen. Das komplexe Zusammenwirken von Zeitdruck, Verantwortung und sozialer Isolation macht deutlich, dass Pflege und mentale Gesundheit eng miteinander verbunden sind. Doch während körperliche Unterstützung vielfach im System verankert ist, werden psychische Belastungen von Be-



troffenen häufig nicht ausreichend wahrgenommen oder thematisiert - weder im familiären noch im gesellschaftlichen Kontext.

Es gibt jedoch Angebote, die gezielt auf diese Herausforderungen reagieren. Pflegestützpunkte, die in vielen Regionen eingerichtet wurden, beraten pflegende Angehörige nicht nur zu Leistungen und finanziellen Hilfen, sondern auch zu psychosozialen Unterstützungsangeboten. Diese Beratungsstellen helfen, den Alltag besser zu strukturieren, Unterstützungsmaßnahmen zu finden und Wege aufzuzeigen, wie mentale Belastungen der Pflegenden reduziert werden können.

Ein weiterer wesentlicher Baustein sind Selbsthilfegruppen für pflegen-

de Angehörige. In solchen Gruppen treffen sich Menschen in ähnlichen Lebenssituationen, tauschen Erfahrungen, Herausforderungen und praktische Tipps aus und entlasten sich wechselseitig emotional. Der Austausch wirkt entlastend, weil er Gefühle von Alleinsein reduziert und Raum bietet, Belastungen offen anzusprechen. Nationale Selbsthilfe-Kontaktstellen und lokale Wohlfahrtsverbände verzeichnen seit Jahren eine steigende Nachfrage nach solchen Angeboten.

Zudem existieren Angebote niedrigschwelliger Unterstützung, etwa Besuchsdienste oder Entlastungsservices, die es pflegenden Angehörigen ermöglichen, zeitweise Pausen einzulegen oder sich auf andere

Aufgaben zu konzentrieren. Auch wenn diese Angebote nicht direkt „psychologische Hilfe“ sind, tragen sie zur mentalen Entlastung bei, indem sie stressbelastete Phasen im Alltag reduzieren.

Wichtig ist, dass pflegende Angehörige diese Unterstützungsangebote kennen und nutzen. Pflegeberatungen, Pflegestützpunkte, Selbsthilfegruppen, Nachbarschaftsdienste oder ehrenamtliche Besuchsdienste sind nicht nur Anlaufstellen für praktische Hilfe, sondern auch für Gespräche über Belastungen, Stress und Wege zur Entlastung. Viele Kommunen, Wohlfahrtsverbände und Pflegekassen stellen entsprechende Informationen bereit und unterstützen bei der Vernetzung mit passenden Angeboten.

Hilfe auf Knopfdruck.

Der Hausnotruf in Rhein-Sieg.

Ferienpaket **nur 149€***



02241 59 69 79 60

*** max. 6 Wochen, inkl. Auf- und Abbau**



Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Rhein-Sieg e.V.

Wir kümmern uns bei Notfällen um Ihre Angehörigen. 24/7 auch in den Ferien!

drkhausnotruf.nrw/siegburg





Richtig lüften im Alltag

Frische Luft gehört zu einem gesunden Wohnklima. Dennoch wird in vielen Haushalten zu selten oder falsch gelüftet. Gerade moderne, gut gedämmte Gebäude machen regelmäßiges Lüften wichtiger denn je. Wer ein paar Grundregeln beachtet,

kann Feuchtigkeit reduzieren, Energie sparen und Schäden an der Bausubstanz vermeiden.

Warum Lüften wichtig ist

Beim Kochen, Duschen, Waschen oder auch durch Atmen entsteht täglich Feuchtigkeit. Bleibt sie in

den Räumen, steigt die Luftfeuchtigkeit wodurch es zu Kondenswasser an Fenstern und Wänden kommen kann. Richtiges Lüften sorgt dafür, dass verbrauchte, feuchte Luft nach außen abgeführt und durch frische Luft ersetzt wird. Das verbessert das Raumklima, schützt die Wohnung und steigert das Wohlbefinden.

Wie lange und wie oft lüften

Empfohlen wird sogenanntes Stoßlüften. Dabei werden Fenster weit geöffnet, idealerweise gegenüberliegend, um Durchzug zu erzeugen. In der Heizperiode reichen meist fünf bis zehn Minuten, im Sommer können es auch 15 Minuten sein. Das Lüften sollte zwei bis vier Mal täglich erfolgen, in Küche und Bad bei Bedarf auch öfter. Gekippte Fenster über längere Zeit sind weniger effektiv und führen im Winter zu unnötigem Wärmeverlust.

Schutz vor Schimmelbildung

Regelmäßiges Lüften hilft tatsächlich Schimmel vorzubeugen. Schimmel entsteht vor allem dort, wo Feuchtigkeit dauerhaft an kühlen Oberflächen stehen bleibt. Durch den Luftaustausch sinkt die Luftfeuchte und die Feuchtigkeit kann sich nicht so leicht im Raum absetzen. Wichtig ist auch, nach dem Duschen oder Kochen schnellstmöglich zu lüften, damit sich Wasserdampf nicht



in der Wohnung verteilt.

Folgen falschen Lüftens

Wird zu selten gelüftet, kann die Luftfeuchte unbemerkt steigen. Die Folgen reichen von unangenehm muffigem Geruch über beschlagene Fenster bis hin zu Schimmel an Wänden oder Möbeln. Dauerhaft gekippte Fenster können ebenfalls problematisch sein, da sie Energie verschwenden und einzelne Bauteile auskühlen, was wiederum das Risiko für Feuchtigkeitsschäden am Gebäude erhöht.

Richtiges Lüften ist kein großer Aufwand, zeigt aber große Wirkung. Wer mehrmals täglich kurz und gezielt lüftet, sorgt für ein angenehmes Raumklima, schützt die Bausubstanz und trägt zur eigenen Gesundheit bei. Besonders in der kalten Jahreszeit lohnt es sich, die Lüftgewohnheiten bewusst zu überprüfen.

SCHÖNE STEINE FÜR TERRASSE, EINFAHRT GARTEN, WEGE, PLÄTZE

Täglich bis
21 Uhr geöffnet
**IDEEN-
GARTEN**
Maarstr. 85-87
Bonn



www.koll-steine.de

koll
STEINE

Jetzt kostenlos Katalog anfordern:
T: (0228) 4 00 64-0 • service@koll-steine.de
KOLL Steine • Maarstr. 85-87 • 53227 Bonn



MIT SICHERHEIT IHR TISCHLER

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



Tobias Gregor
TISCHLERMEISTER

Beratung | Planung | Ausführung

Klara-M.-Faßbinder-Str. 7a • 53121 Bonn

fon 02 28/3 69 58 03

info@tobiasgregor.de • www.tobiasgregor.de



RBS

Bonn GmbH
Meisterbetrieb

Ihr Spezialist für
Leckageortung & Bautrocknung

Broichstraße 77 • 53227 Bonn • Tel.: (0228) 946 944 58
www.rbs-bonn.de • www.rbs-bonn.de

Rohrbruchortung
Bautrocknung
Schadenmanagement



Infoabend „Sanieren im Mehrfamilienhaus“

Heizungstausch, Solarstrom und E-Mobilität

Im Rahmen der Bonner Energieta-ge 2026 laden die Energieagentur Rhein-Sieg und die Bonner Energie Agentur am 22. Juni in der Zeit von 17 bis 20:30 Uhr zu einem gemein-samen Infoabend ein, der sich an Ei-gentümer von Mehrfamilienhäusern, Wohnungseigentümergeinschaften, interessierte Bewohner, Beiräte und Gebäudeverwaltungen richtet, die sich aktuell mit der Zukunft ihrer Immobilie beschäftigen. Die Veranstaltung kombiniert kurze Vorträge

- Heizungstausch im Mehrfamilien-haus: Axel Denecke, Bonner Ener-

- gie Agentur, Beginn 17:30 Uhr
- Solarstrom im Mehrfamilien-haus: Thorsten Schmidt, Ener-gieagentur Rhein-Sieg, Beginn 18:15 Uhr sowie
- E-Mobilität im Mehrfamilien-haus: Dr. Sandra von Möller, Wohnen im Eigentum, Beginn 19 Uhr

sowie eine anbieterneutrale Bera-tung durch die beiden Energieagen-turen und der Verbraucherzentrale NRW zu den Vortragsthemen, aber auch zu weiteren Sanierungsmaß-nahmen wie Dämmung, Fenster-tausch oder Dachsanierung. Und

natürlich wird auch über mögliche Fördermittel gesprochen.

Die Veranstaltung ist kostenfrei und findet statt im VHS Saal im Haus der Bildung, Mülheimer Platz 1 in 53111 Bonn.

Um Anmeldung wird gebeten unter: www.energieagentur-rsk.de/sanieren-mfh

Die Energieagenturen laden die Teil-nehmenden zu einem Begrüßungs-geränk ein.

Großer Info- und Beratungstag auf dem Münsterplatz bereits am 20. Juni

Traditionell starten die Bonner Ener-gietage mit einem großen Informa-tions- und Beratungstag auf dem Bonner Münsterplatz. Zahlreiche Organisationen und Unternehmen aus der Region informieren zu ener-giesparendem Bauen und Sanieren und zu erneuerbaren Energien. Hier finden sowohl Immobilienbe-sitzer als auch Mieter die richtigen Ansprechpartner vor, um sich über die Möglichkeiten der persönlichen Energiewende beraten zu lassen. Alle Infos zu den Bonner Energieta-gen gibt es unter www.bonner-energieta-ge.de.

Markisen

- + In Deutschland gefertigte Markenware
- + Steuerungselemente von markt-führenden Unternehmen
- + Markisenstoff in Premiumqualität



Große Ausstellung

Mo.–Do. 07.30–17.30 Uhr
Fr. 07.30–16.00 Uhr

www.spechtgmbh.com



Specht GmbH | Christian-Lassen-Str. 16, 53117 Bonn | Tel. 0228 67 91 67 | info@spechtgmbh.com



WIR sind ein mittelständisches Medienhaus in Troisdorf. **Zur Erweiterung unserer Teams suchen wir eine/n**

TEAM REGIO PRESSEVERTRIEB GmbH

Kaufm. Sachbearbeiter (m/w/d)

Teilzeit 30-35 Std.

Du bist zuverlässig und teamfähig, hast eine kaufmännische Ausbildung und verfügst über gute Deutschkenntnisse. Telefonie-Erfahrung, Arbeitsorganisation und sichere PC-Kenntnisse (Word, Excel etc.) sind für Deine neue Aufgabe wichtig. Idealerweise konntest Du Erfahrungen bei der Post machen.

Aufgaben: Du kümmerst Dich zusammen mit Kolleg:innen um die reibungslose Verteilung der Städte- und Gemeindezeitungen, erstellst Arbeitsverträge und beantwortest telefonisch Fragen zu diesem Thema.

Wir bieten Dir eine interessante und abwechslungsreiche Teilzeitstelle (30-35 Std.) bei der REGIO PRESSEVERTRIEB GmbH, die eine Tochterfirma von Rautenberg Media ist und ausschließlich für die gute und pünktliche Verteilung der Städte- und Gemeindezeitungen in die Haushalte steht.

Wir freuen uns auf Dich! Bitte Bewerbung per E-Mail an:
TEAM HR | karriere@rautenberg.media
Stichwort: REGIO PRESSEVERTRIEB GmbH

TEAM VERKAUFSSKOORDINATION

Vertriebsassistent Innendienst (m/w/d)

Teilzeit oder Vollzeit 37,5 Std.

DU hast:

Freude am Kontakt mit Menschen, bist serviceorientiert, telefonierst gerne und verfasst stilsichere E-Mails. Du kannst dich schnell in Kunden hineinversetzen und findest passende Lösungen für neue Anliegen.

Aufgaben:

- Erarbeiten passender Kommunikationsstrategien für Kunden sowie Unterstützung der Medienberatung im Verkaufsinendienst
- Enger Austausch mit unterschiedlichen Abteilungen in unserem Medienhaus
- Pflege von Bestandskunden sowie Neukundenakquise
- Willkommen heißen von Gästen, die das Medienhaus kennen lernen wollen
- Eventplanung
- Allrounder bei Fragen zu unseren Medienprodukten

WIR bieten Dir:

- flexible Arbeitszeiten
- familienfreundliche Rahmenbedingungen

Wir freuen uns auf Dich! Bitte Bewerbung per E-Mail an:
TEAM HR | karriere@rautenberg.media
Stichwort: TEAM VERKAUFSSKOORDINATION

Benefits bei RAUTENBERG MEDIA



Die Verantwortungskette

Unterstützung und Ausbildungsangebote für Jugendliche ohne Perspektive nach der Schule

Rhein-Sieg-Kreis (an). Für Jugendliche, die am Ende ihrer Schullaufbahn noch keine Vorstellung haben, wie es weiter geht, gibt es im Rhein-Sieg-Kreis und in Bonn zahlreiche Möglichkeiten der Berufsorientierung. Die zentrale Homepage zum Übergang Schule-Beruf www.bo-brs.de <<http://www.bo-brs.de>> beispielsweise informiert über regionale Beratungsstellen und Veranstaltungen wie Fachmessen oder Ausbildungsbörsen. Zudem finden Eltern unter www.bo-brs.de/altern-newsletter ein spezielles Angebot, um auf dem Laufenden zu bleiben und ihre Kinder bestmöglich zu unterstützen.

Die Region zur Verantwortungskette zusammengeschlossen

Damit diese und viele weitere Initiativen zielgerichtet und erfolgreich

ineinandergreifen, haben sich zahlreiche Akteurinnen und Akteure in der Region zur sogenannten Verantwortungskette zusammengeschlossen. Dazu gehören die Agentur für Arbeit Bonn/Rhein-Sieg, die Industrie- und Handelskammer Bonn/Rhein-Sieg, die Handwerkskammer zu Köln, die Universität Bonn, die Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, die Stadt Bonn und der Rhein-Sieg-Kreis. Alle Beteiligten haben sich gemeinsam zum Ziel gesetzt, Jugendliche umfassend zu beraten und so berufliche Zukunftsperspektiven aufzuzeigen. Der Prozess beginnt damit, dass die Lehrkräfte die Schülerinnen und Schüler ausmachen, die noch „keinen Plan“ haben, was sie nach der Schule machen möchten. Diese Jugendlichen werden dann den





Berufsberaterinnen und Berufsberatern der Schule zu einem ersten „Kennlerngespräch“ vorgestellt.

CHANCE 2026: Persönliche Beratung für Kurzentschlossene

Mit der Veranstaltung „CHANCE - Jetzt in die duale Berufsausbildung starten!“ sollen kurz vor den Sommerferien die Jugendlichen direkt angesprochen werden. Es gibt zwei Termine: Am Dienstag, 9. Juni, im Haus der Bildung in Bonn und am Mittwoch, 10. Juni,

im Kreishaus in Siegburg, jeweils von 9 bis 14:30 Uhr.

Anders als bei bereits bekannten Berufsmessen melden sich die Jugendlichen vorab eigenständig, über ihre Eltern oder über ihre Lehrkraft für die Veranstaltung an und erhalten einen individuellen Termin bei einem Berufsberater oder einer Berufsberaterin. Von hier aus wird entlang der Interessen geschaut, zu welcher Ansprechpartnerin oder welchem Ansprechpartner es als Nächstes geht:

Bei Interesse an einem freiwilligen Jahr berät der Verein „Internationale Jugendgemeinschaftsdienste“ (IJGD), schlägt das Herz für das Handwerk, geht es bei der Handwerkskammer zu Köln weiter.

Verantwortungskette:

Hilfe auch bei „schwierigen Fällen“

Zum Schuljahresende schließlich wird die Anschrift der Jugendlichen, die bis hierhin immer noch keine Anschlussperspektive gefunden haben,

an die Agentur für Arbeit übermittelt, die die Jugendlichen bis zu zweimal hinsichtlich des Besuchs der Berufsberatung anschreiben darf.

Bei Bedarf lädt die Berufsberatung exklusiv zur Veranstaltung „Perspektive“ am Donnerstag, 9. Juli, ein, bei der den Jugendlichen unbesetzte Ausbildungsstellen vorgeschlagen werden.

Hier ist eine Teilnahme allerdings nur über vorherige Anmeldung durch die Berufsberatung möglich.





SCHÖLLGEN HAUSTECHNIK®

WIR SUCHEN DICH!

**Du hast eine Ausbildung zum
Installateur oder Anlagenmechaniker?
Dann werde Teil unseres Teams für die
Badmodernisierung.**

JETZT

BEWERBEN

BÄDERSPEZIALIST

(m/w/d) gerne auch als Team



Unbefristeter Arbeitsvertrag!



Faire Bezahlung



4-Tage-Woche möglich



Quereinsteiger willkommen



Top Ausstattung



Starkes Team

Ausbau des Uedorfer Weges

CDU-Fraktion Bornheim begrüßt nächsten Schritt

Die CDU-Fraktion im Rat der Stadt Bornheim begrüßt den Aufstellungsbeschluss für den Bebauungsplan Bo 46 „Uedorfer Weg“ ausdrücklich. Damit wird 19 Jahre nach dem CDU-Antrag endlich ein wichtiger Schritt für den Ausbau der Verbindung zwischen Bornheim und Uedorf mit einem straßenbegleitenden Geh- und Radweg eingeleitet.

Die aktuellen Verwaltungsvorlagen bestätigen aus Sicht der CDU eindrucksvoll den seit Jahren bestehenden Handlungsbedarf. Die Verwaltung verweist selbst auf die erhebliche Verkehrsbelastung, die zu geringe Fahrbahnbreite, fehlende Geh- und Radwege sowie Unfallgefahren insbesondere für Radfahrerinnen und Radfahrer. Zudem wird die Strecke inzwischen offiziell als zentrale Hauptverbindung im Bornheimer Rad-

verkehrskonzept eingestuft.

„Die CDU setzt sich seit fast zwei Jahrzehnten für einen sicheren Ausbau des Uedorfer Weges und der Bornheimer Straße ein. Deshalb begrüßen wir ausdrücklich, dass nun endlich das Bebauungsplanverfahren eingeleitet wird.“, erklärt Rüdiger Prinz, stellvertretender CDU-Fraktionsvorsitzender und planungspolitischer Co-Sprecher.

Bereits 2007 hatte die CDU-Fraktion beantragt, den Ausbau des Uedorfer Weges einschließlich Rad- und Gehweg in das Straßenausbauprogramm aufzunehmen. Schon damals warnte die CDU vor erheblichen Gefahren für Fußgänger und Radfahrer auf der schmalen und stark befahrenen Verbindung zwischen Bornheim und den Rheinorten. Besonders positiv bewertet die Fraktion, dass nun endlich die pla-

nungsrechtlichen Voraussetzungen für eine sichere und moderne Verbindung zwischen Vorgebirge und Rheinorten geschaffen werden sollen und dabei die unterschiedlichen Verkehrsteilnehmer gleichberechtigt betrachtet werden, was insbesondere für Schülerinnen und Schüler von Bedeutung ist.

Die CDU unterstreicht, dass Sie hinter ihren Aussagen im Wahlkampf und der Petition „Für sichere Radwege zwischen Bornheim und den Rhein-dörfern“ steht. Die Petition hatte 2024 mehr als 1.100 Unterstützerinnen und Unterstützer gefunden.

Trotz des nun eingeleiteten Verfahrens kritisiert die CDU die lange Verzögerung des Projekts. Bereits 2017 wurde der Ausbau des Uedorfer Weges im Straßenausbauprogramm der Stadt mit der höchsten Priorität eingestuft. Dennoch

wurde bis Anfang 2026 erst eine von rund 70 benötigten Flächen erworben. Und dies wurde erst im Rahmen einer kleinen Anfrage klar, die Rüdiger Prinz vor kurzem an die Verwaltung richtete. „Dass zwischen der Priorisierung des Projekts im Jahr 2017 und dem Beginn konkreter Grundstücksankäufe etwa neun Jahre liegen, ist aus unserer Sicht eindeutig zu lang. Daher erwarten wir, dass das Verfahren nun stringent und ohne weitere Verzögerungen voran geht“, so Prinz.

Die CDU-Fraktion kündigt an, den weiteren Planungs- und Beteiligungsprozess konstruktiv und zugleich kritisch zu begleiten. Ziel muss die zügige Umsetzung des Projektes sein. Eine Bürgerversammlung ist für den 23. Juni dieses Jahres vorgesehen.

Sascha Mauel

Ende: Aus der Arbeit der Parteien CDU

Aus der Arbeit der Parteien SPD

Bornheim zündet den „Bauturbo“

Der Stadtrat hat in seiner Sitzung im Mai die Leitlinien zur Anwendung des „Bauturbos“ beschlossen. Grundlage ist das Gesetz zur Beschleunigung des Wohnungsbaus, Ende letzten Jahres. Damit wird eine wesentlich schnellere Verwirklichung von Wohnbauvorhaben ermöglicht.

Die Prüfung der Zulässigkeit von Vorhaben im Rahmen des „Bauturbos“ erfolgt auf der Grundlage des

Flächennutzungsplans in der jeweils aktuellen Fassung. Voraussetzung ist grundsätzlich die Darstellung als Wohnbau- oder Mischbaufläche.

Die Zustimmung gilt als erteilt, wenn die Stadt diese nicht innerhalb von drei Monaten verweigert oder unter Bedingungen erteilt.

Besonders unter dem Eindruck von Wohnraumknappheit, hohen

Mietpreisen und gravierenden Defiziten im öffentlich geförderten Wohnungsbau sind unter bestimmten Voraussetzungen deutliche Verfahrensbeschleunigungen sehr zu begrüßen.

Zur Schonung der Freiräume, Grünflächen und landwirtschaftlichen Flächen soll die bauliche Innenentwicklung unterstützt werden. Bei Investorenplanungen solle 25 Pro-

zent der Wohneinheiten geförderter Wohnraum sein, sofern dies nach den geltenden Förderrichtlinien möglich ist.

Die Anwendung des „Bauturbos“ wird voraussichtlich eine personelle Entlastung der Verwaltung herbeiführen. Denn kleinere Projekte werden nicht mehr im Rahmen eines aufwändigen Bauleitplanverfahrens durchgeführt werden müssen.

Ende: Aus der Arbeit der Parteien SPD

Aus der Arbeit der Parteien FDP

FDP Bornheim setzt mehr Verkehrssicherheit durch

Warnschilder bei Splitt auf der Fahrbahn

Die FDP Bornheim hat im Mobilitäts- und Verkehrsentwicklungsausschuss einen konkreten Erfolg für die Verkehrssicherheit erzielt. Nach der Initiative der FDP wird der Stadtbetrieb Bornheim künftig bei Patchmatic-Einsätzen Warnschilder

direkt mitführen und bei Bedarf unmittelbar aufstellen. Hintergrund sind lose Splittreste nach Straßenreparaturen, die für alle Verkehrsteilnehmer, aber insbesondere für Motorrad- und Fahrradfahrer ein erhebliches Sicherheitsrisiko darstellen können. Genau

auf diese Gefahr hatte die FDP-Fraktion in ihrem Antrag hingewiesen.

„Wir erreichen hier mit einer einfachen organisatorischen Verbesserung mehr Sicherheit für alle Verkehrsteilnehmer - ganz ohne zusätzliche Steuergelder“, erklärt

Sascha Klein, verkehrspolitischer Sprecher der FDP-Fraktion.

Für die FDP Bornheim zeigt die Entscheidung, dass pragmatische Kommunalpolitik konkrete Verbesserungen bewirken kann.

Sascha Klein

Ende: Aus der Arbeit der Parteien FDP



Alles zur aktuellen Wohnraumförderung

Online-Veranstaltungen

Rhein-Sieg-Kreis (dwo). Für viele Menschen ist der Traum von den eigenen vier Wänden ein existenzieller Lebenswunsch. Manche sind auf Unterstützung angewiesen, wenn sie sich auf dem Markt mit Wohnraum versorgen wollen, andere brauchen nur den richtigen Ansatz, um dem Ziel näher zu kommen. Besonders in der heutigen Zeit ist bezahlbarer Wohnraum von großer Bedeutung, weshalb der Rhein-Sieg-Kreis auch in diesem Jahr diverse Fördermöglichkeiten bereitstellt. Dies betrifft ebenfalls die Neuschaffung von Mietwohnraum in Mehrfamilienhäusern sowie Mieteinfamilienhäusern in ländlichen Kommunen. Zurzeit bietet die Wirtschaftsförderung des Rhein-Sieg-Kreises ein aufschluss-

reiches Angebot an Online-Veranstaltungen. Hier erhalten Interessierte unter anderem Informationen zu den aktuellen Förderrichtlinien, Auskunft zu dem jeweiligen Beantragungsprozess, und es können allgemeine Fragen zu den Förderprogrammen geklärt werden. Die nächste Veranstaltung findet am 18. Juni von 17 bis 18 Uhr statt, eine weitere ist am 20. August ebenfalls von 17 bis 18 Uhr geplant. Diese zwei Termine richten sich an Personen, die Interesse an der Eigenheimförderung des Landes NRW haben. Das Team der Wohnungsbauförderung informiert gezielt Haushalte, die sich eine Immobilie kaufen oder diese bauen möchten. Fördermöglichkeiten gibt

es nicht nur für den Bau oder Erwerb eines Eigenheims - auch die energetische Nachrüstung oder der Abbau von Barrieren kann mit zinsgünstigen Darlehen gefördert werden. Individuelle Fragen beantwortet das Team der Wohnungsbauförderung aus Datenschutzgründen bei diesen Veranstaltungen allerdings nicht. Die Teilnahme erfolgt über eine Anmeldung per E-Mail an: wohnungsbaufoerderung-info@rhein-sieg-kreis.de. Alle Teilnehmenden erhalten kurz vor der jeweiligen Veranstaltung einen entsprechenden Zugangs-Link. Informationen zu den Förderprogrammen gibt es auf der Homepage des Rhein-Sieg-Kreises unter rhein-sieg-kreis.de/wohnungsbaufoerderung

oder unter der Hotline 02241 13-2169, hier werden zudem individuelle Fragen beantwortet. Die Termine für Investoren zur Neuschaffung von Mietwohnraum in Mehrfamilienhäusern sowie Mieteinfamilienhäusern finden am 22. Juni von 13 bis 14 Uhr und am 7. September von 11 bis 12 Uhr statt. Auch hier erfolgt die Anmeldung per E-Mail an: wohnungsbaufoerderung-info@rhein-sieg-kreis.de. Alle Teilnehmenden erhalten kurz vor der jeweiligen Veranstaltung einen entsprechenden Zugangs-Link. Die Anmeldefristen enden jeweils zwei Tage vor dem Termin.



IHR **BAUPROJEKT**
BRAUCHT **ERFAHRUNG.**
WIR LEITEN IHREN **ROHBAU.**

Abrechnung · Kalkulation
Controlling · Baubegleitung

**MTÉ
PARTNER**

Königstr. 50 · 53332 Bornheim
 Mail: info@mtepartner.de
 Tel.: 0 22 22 - 92 24 67
www.mtepartner.de

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 20. Juni 2026
Annahmeschluss ist am:
12.06.2026 um 10 Uhr

RAUTENBERG MEDIA Zeitungspapier –
PEFC & FSC:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
LIC no. NOR/011/002, supplied by Norske Skog

IMPRESSUM
WIR BORNHEIMER

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG
RAUTENBERG MEDIA KG
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)
USt-ID: DE214364185
Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten
Tel. 02241 260-0
willkommen@rautenberg.media

Verantwortlich für den redaktionellen Teil,
gemäß § 18 Abs. 2 MStV:
Nathalie Lang und Corinna Hanf
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG 14-täglich

RUBRIKWEISE
INHALTLICHE VERANTWORTUNG
Politik (Mitteilungen der Parteien):
SPD Wilfried Hanf
CDU Sascha Mauel
FDP Sascha Klein
UWG Dirk König
Bündnis 90 / Die Grünen Markus Hochgartz

Die inhaltliche Verantwortung für die Beiträge in den oben genannten Rubriken liegt bei den jeweils benannten Personen bzw. Institutionen. Die Redaktion nimmt keine inhaltliche Prüfung dieser Beiträge vor.

Verteilung & rechtliche Hinweise
Kostenlose Haushaltsverteilung in Bornheim. Keine Zustellgarantie. Einzelheft: 5,00 € zzgl. Porto (Bestellung über die Herausgeberin). Geschützte Warenzeichen sind meist nicht gesondert gekennzeichnet; fehlende Hinweise begründen kein Nutzungsrecht. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die Meinung der Redaktion wieder.

Pressematerial & eingesandte Inhalte
Eingesandtes Material wird nicht zurückgesandt. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Einreichenden haften für Inhalte, Richtigkeit und vollständige Quellenangaben. Mit der Einreichung wird Rautenberg Media ein einfaches Nutzungsrecht zur Veröffentlichung in Print- und Onlinemedien eingeräumt – auch für Bildmaterial. Die Einreichenden garantieren die Rechteinhaberschaft und stellen Rautenberg Media von Ansprüchen Dritter frei. Bei versehentlichem Weglassen von Namens- oder Quellenangaben verzichten sie auf daraus entstehende Ansprüche. Fremdbeiträge erscheinen auf Verantwortung der jeweiligen Einreichenden. Die Redaktion wählt aus und bearbeitet, übernimmt aber keine Haftung für Inhalte.

KONTAKT
MEDIENBERATERIN
Stefanie Atan
Fon 02241 260-172
st.atan@rautenberg.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@rautenberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 /-212
redaktion@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE
rautenberg.media
facebook.de/rautenbergmedia
instagram.de/rautenberg_media
youtube.com/@rautenbergmedia

ZEITUNG
wir-bornheimer-online.de/e-paper

SHOP
rautenberg.media/anzeigen



■ ZEITUNG

■ DRUCK

■ WEB

■ FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN ONLINE BESTELLEN
www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Angebote
Rund ums Haus
Sonstiges

ACHTUNG
>> **FRÜHJAHRANGEBOT** <<
Steinreinigung incl. Nanoimprägnierung für Terrasse, Hof, Garageneinfahrt usw. 5,-€/qm. Absolute Preisgarantie! Weitere Dienstleistungen rund ums Haus auf Anfrage.
Kostenlose Beratung vor Ort.
Tel. 0178/3449992
M.S. Sanierungstechnik



Die Zunge eines Blauwals wiegt ungefähr so viel wie ein ausgewachsener Elefant.

Konzert von TonArt
Der Männerchor „Tonart“ von Bornheim und Widdig feiert 150 Jahre! Zu diesem Anlass gibt der Chor ein Jubiläumskonzert am Sonntag, 14. Juni, um 15 Uhr in der Mehrzweckhalle Widdig. Der Eintritt ist frei.

Familien ANZEIGENSHOP

GEBURT12.1
43 x 90 mm
ab 52,00*

HALLO ZO&T

Für alles was wirklich zählt!

shop.rautenberg.media

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

KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN

rautenberg.media/kleinanzeigen
Ihre private* KLEINANZEIGE bis 100 Zeichen in dieser Zeitung **ab 6,99€**

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

■ ■ ■ ■ RAUTENBERG MEDIA

wir Bornheimer
Bornheim-Ort · Brenig · Dersdorf · Hemmerich · Hersel · Kardorf · Merten
Roisdorf · Rösberg · Sechtem · Uedorf · Walberberg · Waldorf · Widdig
www.wir-bornheimer-online.de

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.rautenberg.media>

Wir freuen uns auf Sie!
■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

MARKISEN ALLES NEU MACHT DER MAI

JETZT AKTION 15% MARKISEN

FRANZ AACHEN
ZELTE UND PLANEN GMBH
Tel. 0228 466989 info@franz-aachen.com
Große Ausstellung: Röhfeldstraße 27 | 53227 Bonn-Beuel

MARKISEN | MARKISENTÜCHER | WINTERGARTENBESCHATTUNGEN | GLASDÄCHER | TEXTILE KONFEKTION

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



**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

A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Samstag, 6. Juni

Apotheke am Ärztehaus Merten

Bonn-Brühler-Straße 42, 53332 Bornheim, 02227 9297393

Sonntag, 7. Juni

Mühlen Apotheke

Moselstraße 20, 53332 Bornheim, 02222 952090

Montag, 8. Juni

Walburgis Apotheke

Hauptstraße 114, 53332 Bornheim, 02227 5151

Dienstag, 9. Juni

Frohnhof Apotheke Dr. Braun

Frongasse 1, 53913 Heimerzheim, 02254 7204

Mittwoch, 10. Juni

Löwen-Apotheke

Beethovenstraße 10, 53332 Bornheim, 02227 3725

Donnerstag, 11. Juni

Herz-Apotheke

Oppelner Straße 130, 53119 Bonn, 0228 97626845

Freitag, 12. Juni

Dahlien-Apotheke

Dahlienstraße 15, 53332 Bornheim, 02227 911326

Samstag, 13. Juni

Apotheke im Münstergarten

Münstergarten 71, 53332 Bornheim, 02227 9335343

Sonntag, 14. Juni

Buschdorfer-Apotheke

Friedlandstraße 9, 53117 Bonn, 0228 555820

Montag, 15. Juni

Marien-Apotheke

Balthasar-Neumann-Platz 24,
50321 Brühl, 02232 48001

Dienstag, 16. Juni

Ville-Apotheke

Euskirchener Straße 84-88,
50321 Brühl, 02232 31994

Mittwoch, 17. Juni

Donatus-Apotheke

Königstraße 63,
53332 Bornheim,
02222 2503

Donnerstag, 18. Juni

Markus-Apotheke

Schumacherstraße 2-10,
53332 Bornheim,
02222 931440

Freitag, 19. Juni

St. Hubertus-Apotheke

Königstraße 80a,
53332 Bornheim,
02222 9979997

Samstag, 20. Juni

Apotheke im Medizinischen Zentrum Bonn

Friedensplatz 16, 53111 Bonn, 0228 6884680

Sonntag, 21. Juni

Frohnhof Apotheke Dr. Braun

Frongasse 1, 53913 Heimerzheim, 02254 7204

Jeweils ab 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag, Angaben ohne Gewähr

ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Zahnärztlicher Notdienst

01805 / 98 67 00

Kinderärztlicher

Bereitschaftsdienst

0228 / 24 25 444

Krankenhäuser

Universitätskliniken, Venusberg

0228 / 287-0

Malteser Krankenhaus

0228 / 64 81-0

Tierärzte

Tierärztliche Klinik für Kleintiere
Windeck

02292 / 50 51

Tierärztliche Klinik für Pferde
Aggertal, Lohmar-Wahlscheid

02206 / 91 04 10

Tierärztlicher Ringnotdienst
Rhein Sieg

**tierarzt-notdienst-rhein-sieg-
kreis.de**

POËTES

Kanaltechnik

www.poeteskanaltechnik.de

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

Euskirchen: 02251-51067

Rheinbach: 02226-911310

Notdienst: 0700-47064706

(zum Ortstarif)



BESTATTUNGEN
Kievernagel SEIT 1886

Familienunternehmen in 5. Generation

+ Durchführung aller Bestattungsarten

+ Gestaltung von individuellen Trauerfeiern

+ Bestattungen auf allen Friedhöfen

+ Trauerdrucksachen, Druck im Hause

+ Bestattungs-Vorsorgeberatung und Verträge

+ Hauseigene Trauerhalle

Alfter
Knipsgasse 25a

Bornheim
Bonner Straße 43

Telefon
02222 2331

info@bestattungen-kievernagel.de · www.bestattungen-kievernagel.de

Walberberger Kirchenchor startet neues Projekt

Bachkantate zum Advent

Die rund 30 Sängerinnen und Sänger des Walberberger Kirchenchores möchten mit einem Chorprojekt um neue Mitstreiter als Aktive im Chor werben. Jeder, der Lust, sowohl an klassischer wie auch moderner Kirchenmusik, hat, ist eingeladen, sich in die Projektphase, die im Juni beginnt einzubringen. Mittelpunkt des Programms für das geplante Adventskonzert am 29. November wird die Bach-Kantate „Schwingt freudig euch empor“ (BWV 36) sein, dazu werden noch eine Reihe korrespondierender Kompositionen einstudiert. Der Chor steht seit März unter neuer Leitung. Mit Marie-Luna Pracht konnte der Chor eine

junge Dirigentin mit schon einiger Erfahrung verpflichten, die es versteht, mit ihrer motivierenden Art für Chormusik zu begeistern. Die Proben finden regelmäßig jeden Donnerstag zwischen 19:30 und 21:30 Uhr im „Haus im Garten“ der kath. Kirche in Walberberg (Walburgsstr. 26) statt. Wer sich im Vorfeld informieren möchte, kann sich an den Vorsitzenden Hans Dieter Wirtz unter 02227/81359 wenden. Es wird darauf hingewiesen, dass die Mitwirkung im Projekt nicht zum Eintritt in den Chor verpflichtet. Die Noten werden gestellt. Die Teilnahme an einem Probenwochenende am 7./8. November ist dagegen Bestandteil des Projekts.



Marie-Luna Pracht freut sich über musikalische Mitstreiter.
Foto: M.-L. Pracht



THERME
EUSKIRCHEN



DEINE WOHLFÜHLZEIT UNTER PALMEN

Entspanne unter echten Südseepalmen, tauche ein in türkisfarbene Lagunen, genieße Cocktails an der Poolbar und entdecke unsere thematischen Saunawelten. Erlebe das immersive Naturerlebnis im IMMERSIVE SKY.

NEU: Entdecke den Mental Dome als neuen Ort für Meditationen, Klangreisen und Breathwork im Palmenparadies.

Weitere Infos und Tickets über die **BLUPHORIA-App** oder unter www.badewelt-euskirchen.de