

Stadt **MAGAZIN**

www.rhein-sieg-magazin.de

Monatszeitschrift für Siegburg, Sankt Augustin
Lohmar und Neunkirchen-Seelscheid



Die Siegburger Funken Blau-Weiß

im letzten Jahr auf Platz 3 – sind auch diesmal wieder am Start. Lesen Sie mehr auf Seite 4-6



BesserParkett

for a better living

Breite Straße 18 • 53721 Siegburg

Tel: 0 22 41 / 146 1101 • Fax: 146 1102

www.besser-parkett.de • info@besser-parkett.de

- Große Ausstellungen in Siegburg und Köln
- Kompetente Beratung, Fachmännische Verlegung
- Alles rund um das Thema Parkett und Bodenbeläge
- Altboden- und Treppenrenovierung

Olpener Straße 912 • 51109 Köln Brück • Tel: 0221/42290186, Fax: 42290245

EDITORIAL

Das war's für dieses Jahr: Der Karneval ist vorbei. Die Kostüme können wieder in der Kiste auf dem Dachboden verschwinden und die Luftschlangen und das Konfetti aus dem Wohnzimmer. Aber keine Sorge. Am heutigen Aschermittwoch ist ja bekanntlich nicht alles vorbei: Es gibt vieles was weiter geht und einiges was jetzt gerade erst anfängt!

Zum Beispiel starten besonders im Frühjahr und Sommer glücklich verliebte Paare in die gemeinsame Zukunft als Ehepaar. Für den schönsten Tag im Leben gilt es dann vieles vorzubereiten. Ganz ohne Stress und Hektik kann man sich Anfang März bei der Hochzeitsmesse in Troisdorf zu allen Details rund um die Feier und die Kleidung beraten lassen. Informationen zu der Messe und zu den Angeboten finden Sie in dieser Ausgabe.

Wenn der Frühling kommt, dann stehen auch wieder kleinere oder auch größere Reparaturen und Renovierungsarbeiten rund ums Haus auf dem Programm. Wer jetzt damit beginnen will oder auf der Suche nach dem passenden Handwerker ist, findet in dieser Ausgabe Tipps und Informationen dazu in unserer Rubrik „Moderner wohnen – besser Leben“.

Und dann ist da natürlich noch das ganz große Highlight im März: „Mitkochen, gewinnen und Gutes tun“ heißt es am Sonntag, 22. März bei der 4. Auflage der Siegburger Suppensause im Sion im S-Carré. Mehr als 40 Teams waren im vergangenen Jahr am Start und haben gekocht, gerührt und abgeschmeckt was das Zeug hielt um den Titel des Suppensausen-Champions zu gewinnen. Und auch diesmal werden wieder zahlreiche Teams aus nah und fern gemeinsam die Suppenkelle schwingen. Ein Spaß, den man nicht verpassen darf, denn der Erlös kommt komplett karitativen Zwecken in der Region zugute.

Hätten Sie es gewusst?

TV-Star und Tierschützer Ralf Seeger trägt ViO Hörgeräte.

Ralf Seeger hat in seinem Leben schon so einiges erlebt. Boxkämpfe, Rockkonzerte und Security Einsätze haben ihre Spuren hinterlassen. Vor allen Dingen sein Gehör hat der Anpacker auf seinem turbulenten Lebensweg vernachlässigt. Ein schleichender Hörverlust und damit einhergehende Kommunikationsbarriere bei Gesprächen waren die Folge. Offen und ehrlich bekennt sich der Tierschützer und TV-Star zu seiner Hörschwäche und zeigt, worauf es im Leben wirklich ankommt.

„Ich muss die Leute verstehen und mit ihnen vernünftig kommunizieren können!“, erzählt Ralf Seeger. Als engagierter Tierschützer steht er regelmäßig vor der Kamera und setzt sich mit seinen Freunden leidenschaftlich für notleidende Tiere ein. Seine VOX-Sendung „Harte Hunde“ begeistert ganz Deutschland und das nicht ohne Grund: Ralf Seeger ist maßgeblich an der Entstehung der Sendung beteiligt. Dieser Mann ist immer in Aktion, packt an wo man ihn braucht und hat ein offenes Ohr für soziale Themen. Wie schafft er das trotz seines geschwächten Gehörs?

„Ich trage Hörgeräte der Marke ViO und bin auf ganzer Linie zufrieden mit den Dingen“, betont er. Dass Ralf Seeger Hörgeräte trägt weiß kaum jemand, denn die Klangwunder der Technik sitzen fast unsichtbar im Gehörgang und sind

von außen kaum zu sehen. Dennoch macht der ambitionierte Tierfreund kein Geheimnis daraus: „Ich bin froh, dass ich so schnell reagiert habe.“ Denn je länger ein Besuch beim Hörakustiker hinausgezögert wird, desto mehr verlernt das Gehirn das Hören. Die Bedeutung des Hörsinns wird gerade in Alltagssituationen wie im Straßenverkehr essentiell: Wenn Geräuschquellen nicht mehr zu verorten sind, kann Lebensgefahr bestehen.

Ist der Schritt zum Profi in Sachen Hörakustik erst einmal getan, geht alles ganz einfach. Zunächst wird ein Hörtest gemacht und schließlich ein Ohrabdruck genommen, der dafür sorgt, dass die Passform der Hörgeräte schon beim ersten Versuch ideal ist. Klar ist aber, dass auch Ralf Seeger sich erst einmal an die Hörsysteme gewöhnen muss. Hohe Töne, die bei handwerklichen Arbeiten entstehen wie das Flexen, waren zunächst ungewohnt. „Anfangs war es schon etwas anders, ich habe das aber nachjustieren lassen und jetzt ist alles gut“, so Seeger. „Ich muss gut hören können“ - das ist die Devise dieses beeindruckenden Mannes. Wenn er nicht gerade Bauprojekte im Tierschutz leidenschaftlich unterstützt, liegt ihm eine Botschaft, die seine Lebensqualität bestimmt, besonders am Herzen: „Zögert nicht: Geht zum Hörakustiker. Das ist ganz, ganz wichtig.“

INHALT



Mitkochen, gewinnen und Gutes tun, heißt es am Sonntag, 22. März



Die Initiative Tschernobyl-Kinder Lohmar e.V. sucht Gasteltern für weißrussische Kinder.



Die hera Hochzeitsmesse findet am zum 6. Mal in der Stadthalle Troisdorf statt

VOR ORT

- Aktion „Lieblingsorte“ ist gestartet 3
- Weltgebetstag am 6. März 3
- Die 4. Siegburger Suppensause 4-6
- Gesundheitskiosk 8
- Was passiert in der Kaiserstraße und auf dem Allianzparkplatz? 10

LEUTE

- Initiative Tschernobyl-Kinder Lohmar sucht Gasteltern 7
- Damenchor „BraVoices“ sucht Verstärkung 7

DER SCHÖNSTE TAG IM LEBEN

- hera - die Hochzeitsmesse 12-15

VERANSTALTUNGSKALENDER

- Konzerte und Theater, Wanderungen und Treffen auf einen Blick 16-17

BAUEN & WOHNEN

- Lassen Sie den Staat ihre Dachsanierung mit bezahlen! 18
- Dämmen und Steuern sparen 18
- So bleibt Parkett länger schön 20-21

KLEINANZEIGEN 14

Titelfoto: D.Woiciech/Archiv

Anzeige

Ich höre was, was du nicht siehst.
Mit meinen Hörgeräten.
 Hättest du jetzt nicht gedacht, oder?
NEU
 jetzt auch mit Akkutechnologie
Informiere dich jetzt direkt im Fachgeschäft!
 Ralf Seeger, 57 Jahre, trägt ViO Hörgeräte

OTON Die Hörakustiker Hennef
 - Inhaber Thorsten Fuhr -

Adenauerplatz 4 – 5
 53773 Hennef
 Telefon: 02242 - 969 21 78

Öffnungszeiten
 Mo – Fr 9:00 – 13:00 Uhr
 und 14:00 – 18:00 Uhr
 Sa nach Vereinbarung



Aktion „Lieblingsorte“ ist gestartet

Wie können wir nüchtern-weiße Veedelspläne unserer Stadt bunt und vielfältig aufblühen lassen? Das haben sich die Initiatoren der „Aktion Lieblingsorte“ aus dem Verein LebensRaum Kirche e.V. gemeinsam mit Rathausmitarbeitern und im Kinder- und Jugendparlament der Stadt gefragt. Untersuchungen haben herausgefunden, dass Lieblingsorte wegen der besonderen Gefühle, wegen Erinnerungen oder Begegnungen sogar heilsame Wirkung haben können. Deswegen waren alle eingeladen, diese Orte einander mitzuteilen. Den Anfang machte der Pop-Chor des RSG unter der Leitung von Matthias Reinold, unterstützt von einer Schülerband. Mit begeisternden Songs und starken Solisten machten sie die Aktionsfläche im Obergeschoss der huma Shoppingwelt spontan für Viele zu einem neuen Lieblingsort. Bürgermeister Klaus Schumacher ließ es sich nicht nehmen, den ersten Punkt auf seinen - nicht mehr ganz so geheimen - Lieblingsort in der Stadt zu setzen: Dieser ist zwar zentral auf dem Veedelsplan von Sankt Augustin Ort, aber gar nicht direkt an der Marktplatz zu finden. Ursula Nothelle-Wildfeuer, Vorsitzende des Vereins LebensRaum Kirche e.V., konnte von einem überraschenden Eindruck in ihrem Wohnviertel berichten, der sich nur im Frühjahr erschließt. Der Verein trägt die Aktion und öffnet mehrfach in der Woche den gleichnamigen Begegnungsraum für Besucher der Shoppingwelt auf der Marktebene. Vom Kinder- und Jugendparlament der Stadt Sankt Augustin kamen Emily, Romy, Erik, Fabian, Fiete, Jasper, Ole und der Vorsitzende Jonathan. Das Parlament hatte in seiner letzten Sitzung alle Schulen dazu aufgerufen, die Aktion Lieblingsorte zu unterstützen. Schnell hatten alle acht Veedelspläne mindestens einen Lieblingsort markiert. Mehrere Dutzend kamen in kurzer Zeit dazu. Die acht Veedelspläne mit den Erklärungskarten waren noch einige Tage

auf der Aktionsfläche zu sehen. Geplant ist u.a., diese Aktion auch in die Ortsteile weiterzubringen. Wer eine gute Gelegenheit dazu sieht, wende sich per E-Mail an: kontakt@lebensraum-kirche.de. Eine Zusammenschau ist für Herbst geplant.

LebensRaum Kirche in der huma Shoppingwelt Sankt Augustin (Rathausallee 16, 53757 Sankt Augustin). Öffnungszeiten: Donnerstag, 16-19 Uhr, Samstag, 11-14 Uhr. Kontakt: Tel. 0174 – 7711280, kontakt@lebensraum-kirche.de, www.lebensraum-kirche.de

Weltgebetstag am 6. März

Seit über 100 Jahren engagieren sich christliche Frauen über Konfessions- und Ländergrenzen hinweg in der Bewegung des Weltgebetstags. Gemeinsam beten und handeln sie dafür, dass Frauen und Mädchen überall auf der Welt in Frieden, Gerechtigkeit und Würde leben können. So wurde der Weltgebetstag zur größten Basisbewegung christlicher Frauen. Jedes Jahr am ersten Freitag im März organisieren und feiern - zusammen mit Christen in über 120 Ländern - auch Siegburger Frauen den Weltgebetstag. Ökumenisches Miteinander über Kirchengrenzen hinweg wird dabei ganz selbstverständlich gelebt. In diesem Jahr haben Frauen aus Simbabwe den Gottesdienst entworfen, Lieder ausgesucht und Ideen entwickelt. Gastgeber für den Gottesdienst am Freitag, 6. März 2020, um 18.30 Uhr ist die Christusgemeinde Siegburg an der Frankfurter Straße 20. Das aktuelle Motto „Steh auf und geh!“ steht dabei nicht nur für einen Satz aus einer Heilungsgeschichte der Bibel, sondern es spiegelt auch die gesellschaftliche Situation in Simbabwe wieder. So wollen die Frauen aus Simbabwe im Gottesdienst einen Anstoß geben, Wege zu persönlicher und gesellschaftlicher Veränderung zu erkennen und zu gehen, den Blick für die Welt zu weiten und neugierig machen auf Leben und Glauben in anderen Ländern und Kulturen. Auch wenn der Gottesdienst von einem ökumenischen Kreis Siegburger Frauen vorbereitet wurde, sind selbstverständlich auch Männer, Jugendliche und Kinder herzlich zur Teilnahme eingeladen.



Auch das Kinder- und Jugendparlament Sankt Augustin beteiligte sich an der „Aktion Lieblingsorte“. Foto: Eva Stocksiefen

Eissporthalle Troisdorf
ICEDOME
 www.icedome-troisdorf.de
 ICEDOME Troisdorf • Uckendorfer Straße 135 • 53844 Troisdorf
 Infotel.: 0 22 41 / 42 77 2 • Tel.: 0 22 41 / 400 266 • info@icedome-troisdorf.de



Steuern? Wir machen das.

VLH.

Lohnsteuerhilfverein
 Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.
 Beratungsstelle Bergstraße 28d,
 53773 Hennef
 Fax: 02242/868896
 Hans-Christoph.Schmidt@vlh.de



☎ 0171/17 50 464

www.vlh.de

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

GANZ SCHÖN EXTRA!

Shaker Time
 Montags – donnerstags
 19.00 – 23.00 Uhr
 Sonntags
 19.00 – 21.00 Uhr
 alle Cocktails € 5,45
 alkoholfreie Cocktails € 4,95
 Jumbo-Cocktails € 6,45

CAFE extrablatt
 Das gewisse Extra.

Rathausallee 16 | 53757 Sankt Augustin | www.cafe-extrablatt.de



4. Siegburger Suppensaase

Wer wird der neue Suppensaase Champion?

„Mitkochen, gewinnen und Gutes tun“ heißt es am Sonntag, 22. März, ab 12 Uhr, wenn bei der 4. Siegburger Suppensaase im Sion im S-Carré (Neue Poststraße 15) wieder die Suppenkellen geschwungen werden! Zahlreiche Kochteams haben sich bereits für Benefiz-Kochevent angemel-

det und unzählige Partner und Helfer haben ihre Mitarbeit zugesagt. „Ohne diese vielen Menschen mit Herz wäre ein solches Event undenkbar“, erklären die beiden Initiatorinnen der Suppensaase, Pia Bruchmann und Sandra Owoc. Ziel des Benefiz-Kochevents ist es, alle Einnahmen aus der Suppenausgabe und den anderen Aktionen am Veranstaltungstag zu 100 Prozent an karitative Projekte in der Region zu spenden. Die Suppensaase selbst ist daher ein „Non-Profit-Projekt“ und aus ihren Einnahmen wird kein Gewinn erzielt.

Und so funktioniert es: Die angemeldeten Kochteams kochen zu Hause ihre Suppen und bringen diese am Veranstaltungstag ab 9 Uhr ins Sion im Carré. Um 12 Uhr öffnet die „Suppensaase“ dann für alle Gäste ihre Türen. Die Gäste können an einem gesonderten Verkaufsstand Spendenkarten im Wert zu 5 Euro (5 Suppen je 1 Euro) oder zu 10 Euro (10 Suppen je 1,- Euro) kaufen. Diese Karten sind das Zahlungsmittel an den einzelnen Suppenständen. Die Einnahmen aus diesen Karten gehen zu 100 Prozent in den Spendentopf! Die Spendenkarten sind außerdem automatisch eine Teilnahmekarte für ein Preisausschreiben. Die Stimmenabgabe für den jeweiligen Suppen-Favoriten je Gast erfolgt ebenfalls mit der Spendenkarte. Auf dieser kann der Gast die Startnummer des Kochteams notieren, welches seinen Geschmack getroffen hat. Die Karten werden eingesammelt und im Laufe des Events ausgewertet. Dem Gewinner-Kochteam winken der Championspokal sowie attraktive Sachpreise und der Titel „Siegburger Suppensaase Champion“.

Wer eine der angebotenen Suppen zuhause nachkochen möchte, kann gegen eine Spende von nur 5 Euro alle Suppenrezepte in einem liebevoll gestalteten Rezeptheft am Veranstaltungstag vor Ort kaufen. Dieser Spendenbeitrag geht ebenfalls zu 100 Prozent an die unterstützten Charity-Projekte. In diesem Jahr gibt es auch erstmals eine große Mottoaktion, an der





sich alle Gäste beteiligen können. Auch zwei phantastische Music-Acts haben ihren Auftritt angekündigt.

4. Siegburger Suppensaase: Sonntag, 22. März 2020, ab 12 Uhr, im Sion im S-Carré, Neue Poststraße 15, 53721 Siegburg.

Leben
E.wig
B.erührt
E.ndlichkeit
N.eu

TOD + LEBEN e.V.

Tabu
O.ffen
D.iskutieren

Café T.O.D.
Alte Lohmarer Str.10 · Siegburg
Am Nordfriedhof · Haupteingang
rechts an der Trauerhalle
www.cafetod.de · info@cafetod.de
... ein Ort der Begegnung

GORILLA
ERNÄHRUNGSTHEATER

SANDRA OWOC
IMMOBILIEN
Immobilienverkauf • Vermietungen

PREMIUMPARTNER IMMOBILIENSCOUT24.de
Deutschlands TOP-Immobilienmakler 2014 • 2015 • 2018 • 2019
FOCUS Spezial in Kooperation mit ImmobilienScout24

PROVINZIAL

PROVINZIAL-Geschäftsstelle Pascal Pissarczyk
Kaiserstraße 107, 53721 Siegburg

KRANZ PARKHOTEL
★★★★
SUPERIOR

Siegburger Suppensause®



KOSMETIK

SUSANN MUTH

INSTITUT

BRAUHOF-GALERIE | AM BRAUHOF 1 | SIEGBURG
 FON 02241 9570660
 MAIL@SUSANNMUTH.DE
 WWW.SUSANNMUTH.DE

Monika Bäcker

Thermomix® Repräsentantin

02206 - 80165 oder 0157-57929547

monibaecker@web.de



53797 Lohmar



„Godesburger“ erstmals bei der Suppensause

Im Godesburger, dem ersten inklusiven Burger Restaurant in Deutschland, arbeiten sieben Menschen mit und fünf Menschen ohne Behinderung als Festangestellte Seite an Seite. Der Godesburger wurde 2016 vom „Ministerium für Arbeit, Integration und Soziales des Landes NRW“ mit dem Inklusionspreis des Landes NRW ausgezeichnet, von der Stadt Bonn zum Leuchtturmprojekt für Inklusion am Arbeitsmarkt benannt und ist Teil der Initiative bonn-rhein-sieg-fairbindet. Die Mitglieder von bonn-rhein-sieg-fairbindet sensibilisieren Unternehmer und Öffentlichkeit an Rhein und Sieg für das Thema „Inklusion am Arbeitsmarkt“. Neben der Bundesstadt Bonn, dem Rhein-Sieg-Kreis, der IHK Bonn-Rhein-Sieg und der Bundesagentur für Arbeit tragen hier eine Vielzahl von Unternehmen aus Bonn und Rhein-Sieg den Gedanken „Gemeinsam für einen inklusiven Arbeitsmarkt“ in die Gesellschaft. In diesem Jahr wird der Godesburger erstmals bei der „Siegburger Suppensause“ mitmachen. Godesburger und Suppe? Ja, für das Benefiz-Kochevent „Siegburger Suppensause“ wird das Godesburger Team extra eine leckere Suppe zaubern. Was für eine Suppe es sein wird, wird allerdings noch nicht verraten. Mehr Info unter www.godesburger.com.



FEUERWEHR SIEGBURG



Schule für Tanz, Bewegung & Kreativität

Inh. Ulli Hartmann

Tanzen für Jung und Alt in familiärer Atmosphäre
 Vereinbaren Sie gerne eine kostenlose Probestunde

Lindenstraße 58-60 • 53721 Siegburg/Zange • 02242 / 9149363
www.tanzfabrik-siegburg.de • tanzfabrik@gmx.de

Wir beraten Sie gerne!

TERRALIVING®

TERRASSENDÄCHER | WINTERGÄRTEN | MARKISEN

TerraLiving GmbH
 Am Turm 28
 53721 Siegburg

+49 (0) 2241 30 15 266
 +49 (0) 2241 30 15 255
info@terraliving.de
www.terraliving.de

roma

ROLLLADEN
RAFFSTOREN
TEXTILMARKISEN

- Terrassenüberdachungen · Rollläden
- Markisen · Raffstore · Plissees
- Umrüstungen · Innenbeschattung
- Reparaturen · Somfy-Hausautomation
- Fenstermarkisen / Vertikalmarkisen

Klopietz & art Design

| Beratung | Entwicklung
 | Produktion | Montage

- Fahrzeugbeschriftung u. -Folierung
- Großformatdruck
- Grafikdesign
- Werbemittel
- Drucksachen



Lindenstr. 141 Tel. 0 22 41 / 59 11 33 mail@werbedesign.com
 53721 Siegburg Fax 0 22 41 / 59 11 44 www.werbedesign.com

Leute



Der Vorstand des Vereins Tschernobyl-Kinder Lohmar e.V. sucht Gasteltern für weißrussische Kinder.

■ **Initiative Tschernobyl-Kinder Lohmar sucht Gasteltern.** Die Initiative Tschernobyl-Kinder Lohmar e.V. veranstaltet seit Jahren erfolgreich Kindererholungen für weißrussische Kinder im Alter von neun bis vierzehn Jahren aus dem Gebiet nördlich von Tschernobyl. Ziel der Kindererholung ist es, die Gesundheit - vor allem die Abwehrkräfte der Kinder - zu stärken. Denn ihr Immunsystem ist aufgrund der immer noch vorhandenen Strahlenbelastung in ihrer Heimat geschwächt. Derzeit hat der Vorstand mit der Detailplanung für die Kindererholung 2020 begonnen. Die mitreisenden weißrussischen Betreuer für dieses Jahr sind bereits festgelegt. Auch viele weitere Absprachen im Zuge der Programmstellung - international, aber natürlich auch hier in Deutschland - wurden bereits getroffen, um die Kindererholung auf solide Füße zu stellen. Bei diversen Veranstaltungen kam im vergangenen Jahr bereits der vereinseigene Imbisswagen zum Einsatz, um Gelder zur Finanzierung der aktuellen Kindererholung zu erwirtschaften. Es ist schon erstaunlich welche grandiose internationale Arbeit der kleine Verein leistet. In diesem Jahr stehen leider nicht mehr alle Gastfamilien aus dem Jahr 2019 zur Verfügung und so sucht die Initiative dringend Gasteltern für ihre weißrussischen Kinder. Die diesjährige Kindererholung findet in der Zeit vom 21. Juni bis 15. Juli 2020 statt. Die Kinder können wöchentlich an zwei bis drei von der Initiative organisierten ganztägigen Veranstaltungen teilnehmen. Russischkenntnisse sind natürlich hilfreich, aber nicht zwingend notwendig, wie die vergangenen Kindererholungen gezeigt haben. Also keine Angst vor der Sprachbarriere. Diverse Übersetzungsprogramme helfen weiter, aber auch Dolmetscher und Betreuer stehen jederzeit zur Verfügung. Wer eines oder mehrere Kinder aufnehmen möchten, melde sich bitte bis Ende Februar bei Karin Neuberger, Tel.: 0171-4588075, oder per E-Mail: neulich15@aol.com. Weitere Informationen finden unter <http://www.tschernobyl-kinder-lohmar.de>

■ **Damenchor „BraVoices“ sucht Verstärkung.** Seit Mai 2018 ist der Chor unter neuer Leitung: Mit Evelyn Gleisert-Ohnheiser (gebürtige Berlinerin und studierte Gesangslehrerin) proben die Sängerinnen nun jeden Dienstag ab 19.30 Uhr im Saal der Gaststätte „Zum Turm“

(Zeithstr. 442, 53721 Siegburg-Schreck). Besonderen Wert legt die Chorleiterin auf Stimm- und Gehörbildung, die richtige Atemtechnik und die Homogenität des Klangbildes. Unter ihrer Leitung haben die „BraVoices“ inzwischen erfolgreich drei Konzerte bestritten. Momentan bereitet sich der Chor auf die „Perlen der Salonmusik“ vor. Dieses Konzert findet am 14. November 2020 im Saal „Zum Turm“ (Zeithstr. 442, 53721 Siegburg-Schreck) statt. Außerdem stellt der Chor gerade seine Selbständigkeit „auf die Beine“, nachdem die Gruppe bislang dem MGV Braschoß angegliedert war. Für ihre Auftritte stellen die „BraVoices“ eine aufwendige Bühnendekoration her: Die Sängerrinnen treten in wunderschönen Bühnenausfits auf, die zur Thematik der Konzerte passen. Ein herzliches Miteinander ist den Sängerinnen neben dem Gesang besonders wichtig: Es darf gerne gelacht werden und schöne Feste feiern die Damen auch zusammen! Anfang dieses Jahres sind einige neue Sängerinnen zum Chor gestoßen und die Mitgliederzahl ist auf 25 aktive Sängerinnen angewachsen. „Wir freuen uns immer über neue Sängerinnen, die zu einer Schnupperprobe herzlich eingeladen sind!“, so die „BraVoices“.

Infokasten:

Damenchor „BraVoices“, Proben: dienstags, 19.30 Uhr, Saal der Gaststätte „Zum Turm“, Zeithstr. 442, 53721 Siegburg-Schreck.

FRÜHER WAR ICH DIE BESTE SCHWIMMERIN!



HEUTE ZIEHE ICH MEINE BAHNEN IM SCHWIMMBAD IM KURHAUS AM PARK.



PFLEGE VON UND
FÜR MENSCHEN!



SEIT 30 JAHREN...
IM KURHAUS AM PARK

WOHNRESIDENZ FÜR SENIOREN.

www.wohnresidenzen.info

rheinperle



Tagespflege für Senioren

- Betreuungsangebote
- Pflegerische Hilfestellung
- Externe Dienstleistungen
- Freizeitangebote
- Ärztliche Sprechstunde

rheinperle Tagespflege
Es berät Sie gerne unsere
Pflegedienstleitung Frau Lisa Kondziella.
Uferstraße 8
53757 St. Augustin-Buisdorf (neben Sportplatz)
Telefon 02241-99996133
info@rheinperle-pflege.eu
www.rheinperle-pflege.eu

Gesundheitskiosk



Olga Weirich,
Leiterin der Neurologie
in der Sieg Reha ist Fachärztin
für Neurologie,
Fachärztin für Physikalische
und Rehabilitative Medizin

Ein Glas Wein zum Essen schadet nicht - oder doch?

Zunächst ein paar Fakten über Alkohol: 96,4 % der Bevölkerung im Alter zwischen 18 und 64 Jahren trinken Alkohol, davon ca. 1,61 Millionen trinken missbräuchlich und ca. 1,77 Millionen sind alkoholabhängig. In Deutschland wurden laut WHO im Jahr 2017 pro Kopf 13,4 Liter puren Alkohols getrunken. Damit übertraf der Alkoholkonsum in der Bundesrepublik den weltweiten Durchschnittswert von 6,4 Litern pro Kopf um mehr als das Zweifache. Weltweit ist der Alkoholkonsum von 1990 bis 2017 um 70% gestiegen. Aktuell zeigt sich in Deutschland erfreulicherweise eine leichte Reduktion des Alkoholkonsums (2019 lag bei 11,3L/Kopf).

Pro Jahr stehen etwa 74.000 Todesfälle im Zusammenhang mit dem Konsum von Alkohol. Täglich gibt es rund 200 Todesfälle durch zu hohen Alkoholkonsum. Der Anteil der alkoholbedingten Todesfälle im Alter zwischen 35 und 65 Jahren beträgt bei Männern 25 Prozent und bei Frauen 13 Prozent. Die Lebenserwartung von Alkoholabhängigen ist statistisch gesehen um 15 Prozent vermindert. Das entspricht einer Verkürzung der Lebenszeit um etwa zwölf Jahre.

Ein übermäßiger Alkoholkonsum über Jahre hinweg führt zu irreversiblen Schäden in verschiedenen Organen. Durch langjähriges und regelmäßiges Trinken von Alkohol können Konsumenten ernste chronische Leiden entwickeln – oft ohne es zu ahnen. Alkohol kann Schäden und Funktionsstörungen an nahezu allen Organen des Körpers verursachen. Dazu gehören nicht nur die bekannte Probleme mit der Leber, sondern auch ein erhöhtes Risiko für kardio-vaskuläre Ereignisse wie Herzrhythmusstörungen und Schlaganfälle. Nicht zu vergessen sind natürlich die psychischen Störungen. Diese Veränderungen kommen nicht plötzlich über Nacht, sondern entwickeln sich langsam über Jahre hinweg und werden nicht immer von den Betroffenen direkt bemerkt und auf den Alkoholgenuss zurückgeführt. Insgesamt sind die Folgen des übermäßigen Alkoholkonsums verheerend.

Wie schädlich Alkohol für die Gesundheit sein kann, ist bereits seit Jahren bekannt. Und dennoch ist der Alkoholkonsum weltweit zu hoch. Warum eigentlich? Diese Frage ist nicht leicht zu beantworten. Die Gründe dafür sind vielfältig. Unter anderem ist es einer aggressiven Werbung, die keine klassische Werbung mehr ist, zu verdanken. Die moderne Werbung bedient sich stark den Marketingstrategien, die auf bestimmte Markt-Ziele ausgerichtet sind. Alleine in Deutschland lagen 2017 die Ausgaben für Werbungsaufwendungen bei 619 Millionen Euro. Allerdings ist es den wenigsten Menschen vollumfänglich bewusst, welche Mechanismen hier überhaupt am Werke sind. Durch diese langfristig orientierten, logisch miteinander verknüpften Handlungen ist nicht nur die Gefährdung durch

Alkohol heruntergespielt, sondern eine positive Einstellung zu Alkohol (Alkohol-Image verändert) erreicht worden. Durch die Werbespots wird der Alkohol mit vielen positiven Sachen, wie sexuelle Anziehungskraft, Gefühl der Zugehörigkeit, Teamgeist, Aktivitäten in der Natur und Kameradschaft, assoziiert. Dies regt zur Einnahme von Alkohol an und steigert den Konsum. Eine uneingeschränkte Verfügbarkeit, niedrige Preise und Zuwachs der Bevölkerung spielen dabei auch eine große Rolle.

Trinkt man ein alkoholisches Getränk, dringt der darin enthaltene Alkohol über die Schleimhäute von Magen (20%) und Dünndarm (80%) in den Blutstrom und wird im gesamten Organismus verteilt. Nach etwa 30 bis 60 Minuten ist die Konzentration von Alkohol im Blut am höchsten. Entscheidend für die Wirkung von alkoholhaltigen Getränken ist aber die Menge an reinem Alkohol, die man zu sich nimmt. Diese variiert je nach Getränk und Trinkmenge. Frauen reagieren erheblich empfindlicher auf Alkohol als Männer. Die tägliche tolerierbare Alkoholmenge bei Frauen liegt bei 10-12g Reinalkohol und bei 20-24g bei Männern. Sollte der regelmäßige Konsum diese Mengen übersteigen, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit ein Schaden durch Alkohol zu nehmen. Doch ernsthafte Schäden an der Gesundheit können auch bereits bei einem Trinkverhalten auftreten, das von vielen Menschen noch als ganz »normal« und unproblematisch erlebt

wird. Die Gefährdung bei gleicher Alkoholmenge ist bei verschiedenen Konsumenten unterschiedlich. Sie ist abhängig von der Genetik und körperlichen Konstitution von Menschen. Zum Beispiel die kleinen/ zarten Menschen erreichen mit weit geringeren Alkoholmengen bedenkliche Alkoholkonzentrationen als kräftige/ große Personen. Entsprechend gefährdeter sind Kinder und Jugendliche. Auch Menschen, die an chronischen Erkrankungen wie beispielsweise erhöhtem Blutzucker leiden, so-



wie Raucher und Übergewichtige sind stärker gefährdet. Es ist empfehlenswert an mindestens zwei Tagen in der Woche überhaupt kein Alkohol zu sich zunehmen. Das Einhalten von alkoholfreien Tagen ist wichtig, damit die Leber vollständig entgiftet und sich erholen kann. In der letzten Zeit mehren sich die Erkenntnisse, dass es keinen unbedenklichen Alkoholkonsum gibt.

Lassen Sie sich von den Etiketten nicht täuschen! Nur weil es „alkoholfrei“ auf der Flasche drauf steht, bedeutet es nicht, dass das Bier keinen Alkohol enthält. In der Realität enthalten solche Biersorten ca. 0,5 % Alkohol. Laut geltender Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung muss Alkohol bei Getränken, die weniger als 0,5 Volumenprozent Alkohol enthalten, nicht deklariert und als „alkoholfrei“ bezeichnet werden. In Malzbier, das von Kindern gerne getrunken wird, kann bis zu 1 Volumenprozent Alkohol sein. Es gibt auch eine Reihe von Lebensmitteln mit geringer Mengen Alkohol, die zum Lösen und Konservieren von Fruchtauszügen und Aromen gebraucht wurden, aber nicht auf dem Etikett erscheinen (versteckter Alkohol).

Fazit: Die Obergrenze von 20 g Reinalkohol pro Tag für Männer und 10 g für Frauen ist keine Empfehlung den Alkohol täglich in solchen Mengen zu konsumieren, sondern die Grenze. Beim Überschreiten dieses Limits steigt die Sterblichkeit deutlich an. Quelle: Sieg Reha



SIEG REHA **SIEG PHYSIO-SPORT**

++ Sieg Reha in Hennef

Mittelstraße 49-51 und Dickstraße 59
 Aktiv Training: Frankfurter Straße 7 c
 53773 Hennef
 Telefon: 02242.96 988-0
 E-Mail: info@siegreha.de

**Alles unter
 einem Dach!**

**UMFANGREICHES, THERAPEUTISCHES KONZEPT –
 AN 6 STANDORTEN IM RHEIN-SIEG-KREIS**

Wir helfen Ihnen, Ihre körperliche Leistungsfähigkeit zu verbessern und das seelische Gleichgewicht zu finden. Auch vor und nach einer Rehabilitationsmaßnahme sind wir für Sie da, mit unserem umfassenden Heilmittelbereich und der individuellen Trainingsbetreuung des AktivTrainings™.

AMBULANTE REHABILITATION für die Indikationen:

- ⌘ Kardiologie
- ⌘ Neurologie
- ⌘ Onkologie
- ⌘ Orthopädie
- ⌘ Psychosomatik

PHYSIO- UND ERGOTHERAPIE SOWIE LOGOPÄDIE

Behandlung auf Rezept – Die Weiterbehandlung auf Selbstzahlerbasis ist möglich

AKTIVTRAINING™ – Training und Gesundheitsberatung mit System

- ⌘ Medizinisches Gerätetraining
- ⌘ Rückenkurse, Wassergymnastik, Tai Chi Chuan, Langhanteltraining, Black Roll Kurse uvm.
- ⌘ Ernährungsberatung

PRÄVENTION

„Aktiv im Job“ - Präventionsmaßnahme der Deutschen Rentenversicherung



Unsere Öffnungszeiten

Montag bis Freitag
 7:30 bis 20:00 Uhr
 Frankfurter Straße bis 22:00 Uhr
Samstag
 8:00 bis 14:30 Uhr

Mehr zu unseren Standorten und Angeboten unter www.siegreha.de
 Besuchen Sie uns auch auf Facebook

Zentrum für Ambulante Rehabilitation

(Kardiologie, Neurologie, Onkologie, Orthopädie, Psychosomatik)

Praxen für Physiotherapie | Ergotherapie | Logopädie

Alle Kassen – Vertragspartner der Berufsgenossenschaften und der Rentenversicherungsträger

Was passiert in der Kaiserstraße und auf dem Allianzparkplatz?

Siegburger Unternehmer wurden über Bauvorhaben informiert

Die positive Resonanz auf die Einladung der Wirtschaftsförderung ins Stadtmuseum belegte das große Interesse der Siegburger Unternehmer rund um die Bauvorhaben „Kaiser Carré“ und „Markt Quartier“. An der Informationsveranstaltung nahmen über 70 Gäste teil. Neben der „Pareto“ als Grundstückseigentümer standen außerdem Vertreter von „schularchitekten“ und dem Projektentwickler „SiebersPartner“ Rede und Antwort. Nach der Begrüßung durch Bürgermeister Franz Huhn präsentierte Architekt Wilhelm Schulte die Pläne der Gebäudekomplexe, die auch schon dem Stadtrat vorlagen. An beiden Standorten „Goldberg-Areal und Allianzparkplatz“ werden Gewerbeflächen und Wohnungen entstehen. Bei allen Planungen muss die freie Sicht auf den Michaelsberg, als wichtige Vorgabe, Beachtung finden.

Interessant wurde es, als Klaus Braß, Geschäftsführer von „SiebersPartner“, verschiedene Varianten der Gewerbeflächennutzung vorstellte: „Den einen großen Mieter gibt es nicht mehr. Dennoch sind Flächen von 1.200 bis 1.600 Quadratmetern in Siegburg schwer zu finden.“ Es gibt hier eine Reihe von Optionen, die Geschosse entsprechend aufzuteilen. Gespräche mit möglichen Mietern liefen bereits, hieß es. Ebenso habe die einheimische Geschäftswelt erste Anfragen signalisiert. „Es sind Kapazitäten für Leute aus Siegburg vorhanden, die größere Flächen brauchen, oder es sind Anbieter, die es hier noch nicht gibt.“ Die Anträge für das Markt Quartier sollen im Frühjahr und für das Kaiser Carré im Herbst erfolgen. „2020 passiert baulich nichts in Siegburg“, so der Bürgermeister. Weitere Themen waren die Zukunft des Baumes auf dem Allianzparkplatz und die Mietverhältnisse in der Marktpassage. Manche Händler im hinteren Teil der Passage haben Verträge bis 2023. Doch wenn auch schon ab 2021 gebaut werden kann, verspricht die „Pareto“ Lösungen für jeden. „Wir führen im Moment mit allen Gespräche.“ Die Verkehrssicherheit des beliebten Ahorns, unter dem so mancher „erster Kuss“ geschah, ist laut eines zweiten Gutachtens aufgrund von Kronenschäden, Totholz bis in den Starkastbereich und Brandkrustenpilz nicht mehr gewährleistet. Es ist aber beschlossene Sache neue Grünflächen zu errichten, um die Atmosphäre zu wahren. Unmut erzeugte der Wegfall von Parkplätzen an der Theodor Heuss Straße. Andererseits könnte eine Tiefgarage mit 76 Stellplätzen im Kaiser Carré gegebenenfalls Alternativen bieten. Besonders wichtig ist den Verantwortlichen, dass die Attraktivität der Kaiserstraße durch das Projekt weiter in den Norden gezogen wird. „Wir versprechen uns eine Belebung der Innenstadt und freuen uns auf die Realisierung“, so Architekt Wilhelm Schulte. Um sämtliche Bürger der Stadt gezielt zu informieren, ist von der Verwaltung eine öffentliche Veranstaltung geplant. (dwo)



Bürgermeister Franz Huhn begrüßte die Siegburger Unternehmer im Stadtmuseum zur Informationsveranstaltung. Foto: Woiciech

ten für Leute aus Siegburg vorhanden, die größere Flächen brauchen, oder es sind Anbieter, die es hier noch nicht gibt.“ Die Anträge für das Markt Quartier sollen im Frühjahr und für das Kaiser Carré im Herbst erfolgen. „2020 passiert baulich nichts in Siegburg“, so der Bürgermeister. Weitere Themen waren die Zukunft des Baumes auf dem Allianzparkplatz und die Mietverhältnisse in der Marktpassage. Manche Händler im hinteren Teil der Passage haben Verträge bis 2023. Doch wenn auch schon ab 2021 gebaut werden kann, verspricht die „Pareto“ Lösungen für jeden. „Wir führen im Moment mit allen Gespräche.“ Die Verkehrssicherheit des beliebten Ahorns, unter dem so mancher „erster Kuss“ geschah, ist laut eines zweiten Gutachtens aufgrund von Kronenschäden, Totholz bis in den Starkastbereich und Brandkrustenpilz nicht mehr gewährleistet. Es ist aber beschlossene Sache neue Grünflächen zu errichten, um die Atmosphäre zu wahren. Unmut erzeugte der Wegfall von Parkplätzen an der Theodor Heuss Straße. Andererseits könnte eine Tiefgarage mit 76 Stellplätzen im Kaiser Carré gegebenenfalls Alternativen bieten. Besonders wichtig ist den Verantwortlichen, dass die Attraktivität der Kaiserstraße durch das Projekt weiter in den Norden gezogen wird. „Wir versprechen uns eine Belebung der Innenstadt und freuen uns auf die Realisierung“, so Architekt Wilhelm Schulte. Um sämtliche Bürger der Stadt gezielt zu informieren, ist von der Verwaltung eine öffentliche Veranstaltung geplant. (dwo)

Mutabor bietet Familie als Lebens- und Arbeitsort

Die eigene Familie als Lebens- und Arbeitsort, professionelle Erziehung in privatem Rahmen – darum geht es bei einer sozialpädagogischen Lebensgemeinschaft (SPLG), die der gemeinnützige Eitorfer Jugendhilfeträger MUTABOR Mensch & Entwicklung anbietet.

Kinder, die nicht in ihrer Ursprungsfamilie aufwachsen können, sollen dort ein neues Zuhause finden. In einem verlässlichen Lebensumfeld sollen sie ein normales Familienleben kennenlernen, das aber auch ihre individuellen Bedürfnisse berücksichtigt.

„Wir suchen klassische, aber auch gleichgeschlechtliche Paare oder Einzelpersonen, die sich dieser Aufgabe mit Freude stellen und sich uns als Arbeitgeber anschließen möchten“, so Geschäftsführer Jürgen Sellge. Dabei sei es wichtig, dass einer von beiden durch eine entsprechende Ausbildung oder ein Studium sozialpädagogisch qualifiziert ist. Weil es um die Leitung einer Kleinsteinrichtung geht, wird auch eine mindestens dreijährige Berufserfahrung in der Jugendhilfe vorausgesetzt.

Die pädagogische Fachkraft wird bei Mutabor fest angestellt und durch Fachberatung unterstützt. Interessenten können bei David Sellge anrufen (02243-845 010) oder sich informieren unter www.mutabor-mensch.de



Die Mutabor-Geschäftsführer Jürgen Sellge und Matthias Holland. Foto: Schmidt

++ Gesundheitszentrum für Physiotherapie, Ergotherapie und Prävention ++ im SIEGBURGMED

Wilhelmstraße 55-63
53721 Siegburg
Telefon: 02241.971 59 10
Fax: 02241.971 59 19
E-Mail: siegburg@siegreha.de

Ihr Gesundheitszentrum im Siegburgmed

WIR MACHEN HAUSBESUCHE!

IHRE GESUNDHEIT IST UNSER ZIEL.
Nutzen Sie die Kompetenz der Sieg Reha mit über 15 Jahren Erfahrung in der ambulanten Rehabilitation und im Heilmittelbereich.

HEILMITTEL – Behandlung auf Rezept
 :: Physiotherapie (Besonderheiten: Krankengymnastik am Gerät)
 :: Ergotherapie für Kinder und Erwachsene
 :: Rehasport mit Verordnung

INFOVERANSTALTUNGEN
 :: Hinweise zu unseren Infoveranstaltungen (z.B. Gesundheitsberatung) finden Sie auf unserer Homepage www.siegreha.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
7:00 Uhr bis 20:30 Uhr
Samstag
8:00 bis 16:00 Uhr

Mehr zu unseren Standorten und Angeboten unter www.siegreha.de

Zentrum für Ambulante Rehabilitation (Orthopädie, Neurologie, Kardiologie, Psychosomatik)
Praxen für Physiotherapie | Ergotherapie | Logopädie

Nachhilfeinstitut Goede
Wissensvermittlung & Lerncoaching

Junges, engagiertes Team sucht motivierte **Nachhilfelehrer (m/w/d)** auf Honorarbasis für die Fächer **Mathematik, Deutsch, Englisch**

Breiter Weg 1a
53797 Lohmar

Rufen Sie uns an!
☎ 02246/9258464

info@nachhilfe-goede.de
www.nachhilfe-goede.de

4. FASHION MEETS LIFESTYLE

MODENSCHAU UND MEHR IM AUTOHAUS BERGLAND

Sa., 14. März, 19 Uhr Autohaus Bergland GmbH Bonner Str. 25, Hennef

(Einlass: 18 Uhr)

Motto der Show

Let's dance

Edle
Outfits für
Eure Abi-Feier,
Hochzeit und die
neuesten
Modetrends
für Sie und Ihn
2020

Passend zum diesjährigen Motto der Schau „Let's Dance“ zeigen Herrenmode Hassel und Trendwerk neben aktuellen Frühjahr/Sommermoden erstmalig auch Mode für den Abiball und andere festliche Anlässe. Für den richtigen Schwung bei der Präsentation der Anlasskleidung sorgt Tanzschule Breuer mit tänzerischer Begleitung auf dem Catwalk. Ein weiteres Highlight ist die Modenschau eines jungen Modelabels aus St. Augustin: Yuna Miray. Die Inhaberinnen Irina Könitz und Semiramis Wall legen bei ihrer Mode nicht nur Wert auf exklusives Design sondern auch auf Nachhaltigkeit und fair produzierte Textilien. Auf Nachhaltigkeit und Bio-Produkte legen ebenfalls die Unternehmen wert, die für die Verköstigung der Gäste sorgen. Leckereien für das leibliche Wohl kommen von der Biobäckerei DLS und von AKKARO, Philip Schmitz und Felix Land, mit ihrer Biolimonade. Damit die Models ihren großen Auftritt rundum gut gestylt genießen können, bringt das Team von Friseur Nolden die Haare perfekt in Form während Kosmetik Hautnah für das passende Make-up sorgt. Mit Licht und Ton in Szene gesetzt wird die Modenschau von Wolfgang Meyer, der auch als DJ fungiert in den modernen und hellen Räumlichkeiten des Autohauses Bergland. Durch das Programm führt - wie es bereits gute Tradition bei der Hennefer „Fashion meets Lifestyle“-Show ist – auch in diesem Jahr wieder Moderatorin Jana Büllsbach. Mit im Kooperationsboot sitzt zudem Sportaktiv Hennef. Seien Sie dabei und lassen Sie sich vom Angebot Ihrer Unternehmen vor Ort begeistern und modisch auf den neuesten Stand bringen.

Eintritt: VVK 10 € · Kartenvorverkauf bei allen teilnehmenden Unternehmen oder www.trendwerk-hennef.de · Abendkasse: 12 €



präsentiert von



&



DLS
Ihre Vollkorn-
Mühlenbäckerei





Der schönste

Die Hochzeitsmesse hera



**Stadthalle
Troisdorf
11-18 Uhr**

**Modenschauen
Live Musik
Catering
Gewinnspiele
Beratung und
Verkauf**

hera – Die Hoch- zeitsmesse

Die hera Hochzeitsmesse findet am 08.03.2020 zum 6. Mal in der Stadthalle Troisdorf statt. Sie zeichnet sich besonders durch die persönliche Atmosphäre aus. Brautpaare können sich ganz ohne Stress von den Ausstellern beraten lassen, sie kennenlernen und viele Details für ihre Hochzeit planen. Die Unternehmen freuen sich auf interessierte Brautpaare und darauf, viele Fragen zu beantworten. Neben den großen Brautmodegeschäften oder Juwelieren mit Trauringen, gibt es viele interessante Firmen, mit sehr inspirierenden Trends und Ideen. Liebevoll helfen sie bei der Planung der Hochzeit.

08.03.2020

www.agentur-janke.de

Foto: Shutterstock



HOCHZEITS- &

ANLASSMODE



HERRENMODEN
Hassel
Frankfurter Str. 94a - Hennef

BERATUNG ♥ FACHKOMPETENZ ♥ SERVICE

WIR SIND IN
TROISDORF
DABEI

Foto Melanie Funk Photography

Tag im Leben



Ab 12.30 Uhr werden Modenschauen mit den neuesten und schönsten Brautkleidern gezeigt. Auch Live Musiker sind mit dabei. Sie bringen eine besondere Stimmung mit und spielen für Verliebte auch gerne das Lieblingslied. Gewinnspiele und Aktionen an den Ständen runden die hera Hochzeitsmesse ab. Getränke und kleine Köstlichkeiten sorgen für das leibliche Wohl und eine Pause zwischendurch.

Die aktuellen Ausgaben derer Magazine „Heiraten zwischen Rhein und Sieg“ und „Bergisch heiraten“, kann sich jeder Besucher kostenfrei mitnehmen. Dort findet man auch nach der Hochzeitsmesse alles, was für eine Hochzeit in den Regionen benötigt wird.

hera – Die Hochzeitsmesse, Sonntag, 08.03.2020, 11:00 – 18:00 Uhr, Eintritt 5,- Euro (Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre haben freien Eintritt)
 Stadthalle Troisdorf, Kölner Straße 167, 53840 Troisdorf,
 Besuchen Sie uns auch auf www.agentur-janke.de oder auf facebook

Katholische Trauung. Paare, die kirchlich heiraten, versprechen sich, dass sie ein Leben lang – „in guten wie in schlechten Tagen“ – beieinander sein wollen und geben damit der Liebe zueinander auch einen Ausdruck und eine Verbindlichkeit. So kann die Liebe füreinander ein Zeichen dafür sein, wie sehr Gott die Menschen liebt – in sie sogar regelrecht verliebt ist.

Die kath. Trauung kann in einer Hl. Messe gefeiert werden oder in einem Wortgottesdienst. Wenigstens einer der beiden Partner muss katholisch getauft und Mitglied der kath. Kirche sein. Ist einer der Partner evangelisch, ist eine sogenannte ökumenische Trauung möglich.

Erster Ansprechpartner ist immer der Pfarrer in der Kirchengemeinde, in der das Brautpaar oder einer der Partner lebt. Falls die Trauung in einer anderen

Kirche stattfinden soll, nimmt man auch zuerst Kontakt mit dem Pfarrer des Wohnortes auf.

Bei der Gestaltung der Trauung kann man mitwirken. Anregungen, Bibeltext-



Foto: Tú Anh auf Pixabay

Hochzeit in wunderschönen Räumen feiern

Feiern Sie Ihre Hochzeit in einem wunderschönen, ländlichen Rahmen bei uns an der Burg Niederpleis. In unserem Saal, können Sie Ihr Trau- hochzeit wahr werden lassen, ganz gleich ob rustikal, klassisch Elegant oder im Vintage Style. Mit erfahrener und freundlichem Personal, helfen wir Ihnen bei der Planung und setzen Ihre Wünsche um. Hier sind Sie an der richtigen Adresse.

florales seit über *20 Jahren*
 Blumen & Design in Lohmar-Heide

Wir beraten Sie mit viel Liebe zu den Blumen und fertigen florale Werkstücke nach Ihren Wünschen an!

Ihre Elsbeth Pache und Team

- Hochzeitsfloristik
- Tischdekorationen
- Trauerfloristik
- individuelle Sträuße
- Geschenkartikel
- Saisonfloristik

Franzhäuschenstr. 24 • 53797 Lohmar-Heide • Tel.: 02241-38 39 44
 Öffnungszeiten: Dienstag bis Freitag: 8.30 - 12.30 Uhr und 14.30 - 18.30 Uhr • Samstag: 8.30 - 13.00 Uhr

IHR EVENTS - UNSERE LOCATION
 EVENTS · RESTAURANT · BIERGARTEN

Fr. 16-22 Uhr
 Sa. 14-22 Uhr
 So. 10-19 Uhr

info@burg-niederpleis.de

HOCHZEITSPAPETERIE
 und andere festliche Anlässe

Save the date
 Hochzeitseinladungen
 Tisch- & Menükarten
 Danksagungen

klein gedrucktes siegburg

WIR GESTALTEN AUCH FÜR...
 Gold- und Silberhochzeit
 Taufe- u. Geburt
 Kommunion & Konfirmation
 Beileid

Save the Date
 11.08. 2020
 Clara und Noel

kleingedrucktes siegburg | Sandra Klein | Kaiserstr. 86 in 53721 Siegburg | 02241 8989 877 | kleingedrucktes-siegburg.de



Der schönste Tag im Leben

te, Lieder und Gebete finden sich unter: www.ehe-familie.info/Ehe und Partnerschaft/Kirchlich heiraten

Zur Vorbereitung auf die Trauung gibt es verschiedene Seminar-Angebote / Ehevorbereitungskurse. Hier wird das Besondere einer christlichen Ehe im Austausch mit anderen Paaren und die Feier der Trauung angesprochen. Angebote finden sich unter: www.ehe-vorbereitung.de

Kontakt und Beratung: Rita Cosler, Kath. Ehepastoral im Erzbistum Köln, 02241-25542 50, rita.cosler@erzbistum-koeln.de, www.zeitzuzweit.info

In einer Kirche zu heiraten, ist der Wunsch vieler Brautpaare. Das außergewöhnliche Ambiente eines traditionsreichen Kirchengebäudes finden sie attraktiv. Anderen Paaren ist es wichtig, sich das Treueversprechen in einer Kirche zu geben, weil dann auch Gott mit im Spiel ist und das Paar mit seinem Segen begleitet.

Die christlichen Gebete und Riten hätten einen anderen Atem als das Schnellebige der heutigen Zeit, sagen die Brautleute. Was viele Paare nicht wissen: „In einer katholischen Kirche können Brautleute heiraten, von denen mindestens eine Person katholisch ist“, erklärt Rita Cosler. Sie arbeitet für die katholische Kirche im Rhein-Sieg-Kreis und in der Altenkirchener Region und begleitet Paare, Brautleute und auch gestandene Ehepaare. Ihr Tipp für Paare, die katholisch heiraten wollen: „Wenn die Planungen für die Hochzeit beginnen, sollten die Brautleute sich mit ihrem Pfarrer oder dem Pastoralbüro in Verbindung setzen.“ Zuständig ist immer die Wohnort-Gemeinde, auch dann, wenn das Paar in einem anderen Ort heiraten will. Im sogenannten Traugespräch mit dem Pfarrer geht es um den Termin der Trauung, den Gottesdienst und um formale Aspekte. Damit die Themen zu

Partnerschaft, Liebe, Ehe-Sakrament und Traugottesdienst auch mit anderen Brautpaaren vertieft werden können, bieten Rita Cosler und ihre Kollegen für die Brautpaare Ehevorbereitungsangebote an. Auf der Hochzeitsmesse in Troisdorf ist die katholische und die evangelische Kirche mit einem gemeinsamen Stand vertreten, so dass Fragen oder Informationen dort persönlich besprochen werden können.

Infos für Brautpaare: www.ehe-vorbereitung.de

Zauberspruch für (lebens-)langes Liebes-Glück

Die große Liebe, eine traumhafte Hochzeit... und dann? Wird unsere Liebe für immer bleiben? So richtig wie im Märchen? Wir wissen nicht, wie's bei Dornröschen oder Schneewittchen war. Doch auch Prinzen und Prinzessinnen brauchten mit Sicherheit einen Zauberspruch wie: „Pfleget eure Liebe“. Was konkret bedeutet: Stellen Sie „die große Liebe“ nach der Hochzeit nicht einfach ins Regal. Denn da verstaubt sie schnell. Während wir uns Projekten wie Umzug, Haus, Kinder und Karriere widmen, gerät unser Paar-Gefühl oft in Vergessenheit.

„Pfleget Eure Liebe“ ist ein Zauberspruch mit vielen schönen, manchmal anstrengenden, immer aber lohnenden Möglichkeiten: sich wieder Zeit füreinander nehmen, kuscheln, ausgehen, reden; Blick auf den Partner: Wie fühlt es sich an; Ärger über den anderen nicht runterschlucken, sondern später in Ruhe ansprechen – oft geht's um Missverständnisse; wenn wir dem anderen wirklich zuhören, haben wir die Chance, zu verstehen, übrigens: „Verstehen“ bedeutet nicht „Nachgeben“, sondern „Klarheit schaffen“; Statt „Du hast...“ sagen „ich brauche...“; „Wie geht es dir?“ - meint oft die Frage „Wie fühlst du dich?“ Und die Antwort darf mehr als die Worte „Gut“ oder „schlecht“ enthalten.

„Pfleget Eure Liebe“. Auch, wenn es manchmal Überwindung kostet, zuzuhören, nachzufragen, von sich zu erzählen oder einen Konflikt klären – am Ende ist's wieder da, das schöne Gefühl von „unsere Liebe“.





HOCHZEITSFLORISTIK

Blüte & Ranke

- Floristkateiler -

- Für den schönsten Tag Ihres Lebens Ihre Floristik-Adresse: Die Nummer 1 in der Steinstraße
- Beratung nach Absprache und **auf Wunsch auch zu Hause**
- Lieferung überregional

Atelier geöffnet: Di. und Fr. von 10.00 bis 17.30 h
Service- und Beratungszeiten: Mo.-Fr. 6.00-20 h | Sa. 6.00-18.00 h

Brigitte Helfen • Steinstraße 1 • 53773 Hennef • Tel.: 0 22 42 / 91 18 33
 Fax: 0 22 42 / 91 18 34 • Mobil: 01 70 / 1 80 50 23 • www.blueete-und-ranke.de



Die passende Musik für (je)den Moment

Die schönsten Hits der letzten 40 Jahre – akustisch, live und authentisch

Leidenschaftliche Live-Musiker, die sich um alles kümmern: Das ist Musikmoment. Von der Familienfeier bis zur Großveranstaltung sorgen sie auf der Bühne und hinter den Kulissen mit ihrem Team für leuchtende Augen. Mit einer mitreißenden Liedauswahl, einer gesunden Portion Witz und Charme bringen sie die Zuhörer zum Lachen, Tanzen und Mitsingen. Die Besetzung ist durch ihre Größe auf allen Bühnen flexibel einsetzbar. Zwei Gitarren, ein Schlagzeug und mehrstimmiger Gesang bilden die Grundlage für das Musikmoment-Erlebnis. Durch ihr professionelles Partnernetzwerk ist die beste technische Ausstattung für jede Veranstaltung garantiert. Ob einzelne

Liedbeiträge oder die komplette Tagesgestaltung – mit Musikmoment ist alles möglich. Dabei ist der Band vom ersten Kontakt bis zum letzten Ton der persönliche Austausch miteinander besonders wichtig. „Über E-Mails und Messenger kann man schon viel regeln, aber am liebsten ist mir immer noch der direkte Kontakt“, so Tim Billesfeld, der Sänger der Band. „Auf die Art lassen sich eben besonders gut alle Vorstellungen einbeziehen. Dafür treffe ich mich auch gern vor Ort.“ Wer sich selbst ein Bild von der Band machen möchte, findet auf ihrer Homepage Videos, alle Informationen und kann dort ganz einfach Kontakt aufnehmen: www.musikmoment.de





Die neuen Kollektionen bringen frischen Wind in die Welt der Hochzeitsmode. Freuen Sie sich auf luftig-leichte Kreationen, in denen Sie geradezu zum Altar schweben.

Jede Braut ist einzigartig. Mit dieser Philosophie unterstützt das Fachgeschäft die künftige Braut mit viel Einfühlungsvermögen und Sachverstand, bei Ihrer Suche nach dem perfekten Kleid.



Warum immer High-Heels? Zu einem gemütlichen Boho- /Hippie-Style gehören gemütliche Sneakers dazu!



Edle Wäscheauswahl. Hier gibt es das perfekte für Drunter.

Die Brautstube
TROISDORF

Die Brautstube TROISDORF
Wilhelm-Hamacher-Str. 3 & 7 | 53840 Troisdorf
Tel.: +49 2241 806569
E-Mail: info@brautstube.de | www.die-brautstube.de
Öffnungszeiten: Mo – Fr 10:00 bis 18:30 Uhr | Sa 10:00 bis 16:00 Uhr



6. März bis 15. März

Timotheus Büttner – Soundportraits
Ausstellung im Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, Künstlergespräch: 7.+8.3., 14-17 Uhr

Elmar Hess – Continued Symphony
Ausstellung im Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, Künstlergespräch: 7.+8.3., 14-17 Uhr

Christoph Dahlhausen und Michael Graeve – Still building after all
Ausstellung im Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, Künstlergespräch: 7.+12.3., 14-17 Uhr

BeethovenNetz – Multimediales Crossover Event
Ausstellung im Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, Aufführung und Künstlergespräch mit Yannis Vasiladis: 12.+14.3., 19.30 Uhr

Mittwoch, 26. Februar

Großes Fischessen
des AWO Ortsverein Siegburg e.V., Begegnungsstätte, Luisenstraße 55, Siegburg, ab 12.30 Uhr

Am Aschermittwoch ist alles vorbei
Traditionelles Fischessen mit Matjes und Kartoffeln, Infos und Anmeldung unter 02241-243340 oder sabina.epple@sankt-augustin.de, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 14.30 Uhr

Briefmarken-Tauschabend
der Siegburger Briefmarkenfreunde e.V., Restaurant Kubana, Zeithstraße 100, Siegburg, 18 Uhr

Floh im Ohr
Theateraufführung mit Kalle Pohl, Stefan Gebelhoff, Mia Geese, Fabienne Hesse, Petra Kalkutschke, Beatrice Kaps, Dimitri Tellis, u. a., Contra-Kreis-Theater, Am Hof 3-5, Bonn, 19.30 Uhr, weitere Termine unter www.contra-kreis-theater.de/termine

Donnerstag, 27. Februar

Yoga für Senioren
Körper, Geist und Seele in Vereinigung bringen, Infos und Anmeldung unter 02241-243340 oder sabina.epple@sankt-augustin.de, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 9-10.30 Uhr und 10.45-12.15 Uhr

Ideenwerkstatt
Bienenfreundliche Samenbomben
Kreativität entdecken und entfalten, Erlerntes auffrischen und dabei nette Menschen kennenlernen, Infos und Anmeldung unter 02241-243340, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 14-16 Uhr

Kamishibai - Freunde
Japanisches Erzähltheater für Kinder ab 4 Jahren, Infos und Anmeldung unter 02241-243347, kristina.mueller@sankt-augustin.de, Stadtbücherei, Markt 1, Sankt Augustin, 15.30-16.15 Uhr

Freitag, 28. Februar

Freude am Malen

Ob für Anfänger oder Fortgeschrittene, es gibt immer neue Anregungen und Entdeckungen, Infos, Anmeldung und weitere Termine unter 02241-243340 oder sabina.epple@sankt-augustin.de, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 14-16.15 Uhr und 17-19.15 Uhr

Samstag, 29. Februar

Wohlfühltag für Frauen
Kath. Kindergarten Lohmar, 10 Uhr

The Music of Hans Zimmer & Others
Gladiator, Mission Impossible, Fluch der Karibik, König der Löwen, Inception u. v. m., VVK unter www.bonnticket.de, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1, Siegburg, 16 Uhr

Der Herr der Ringe & Der Hobbit
Das Konzert mit Billy Boyd und Sky Du Mont als Sprecher, VVK unter www.bonnticket.de, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1, Siegburg, 20 Uhr

Sonntag, 1. März

Briefmarken-Großtauschtag
der Siegburger Briefmarkenfreunde e.V., Pfarrer-Ruprecht-Saal, Kaldauer Straße 29, Siegburg-Stallberg, 9-15 Uhr

Zauber der Rheinflöten
VVK in der Tourist-Information, Haus der Begegnung, Lebensgemeinschaft Eichhof, 11 Uhr

Montag, 2. März

Sankt Augustiner Eselsöhrchen
Mit Knireitern, Liedern, Reimen und dem Betrachten von Bilderbüchern soll die Welt der Sprache näher gebracht werden, für Kinder im Alter zwischen 1 und 2 Jahren, Stadtbücherei, Markt 1, Sankt Augustin, 10-10.45 Uhr

Energieberatung
Bürger-Energiesprechstunde rund um die Themen Gebäudesanierung, Energieeinsparung, energieeffiziente Geräte und erneuerbarer Energien, Infos und Anmeldung unter 02242-9693011, Zimmer 128 im Stadthaus, Hauptstraße 25-27, Lohmar, 14-17.30 Uhr

Immer online!
Informations- und Gesprächsabend zum Thema „Umgang mit dem Smartphone in der Familie“, Aula des Rhein-Sieg-Gymnasiums, Hubert-Minz-Straße 20, Sankt Augustin, 19.30-21.30 Uhr

Jungunternehmer-Stammtisch
Sankt Augustin (JUST)
mit Vortrag von Rafael Altenwerth, Compliance-Berater, zum Thema „Datenschutz für die unternehmerische Praxis“, Infos / Anmeldung 02241-9211583 oder anja.zimmermann@wfg-sankt-augustin.de, BusinessCampus Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, Eing. B, Raum F 239, Grantham-Allee 2-8, Sankt Augustin, 19.30-22 Uhr

Dienstag, 3. März

Selbermachen ist Trend – Kleine Einführung ins Stricken

Jeder bringt seine Handarbeit mit und für Ungeübte gibt es eine kleine Einführung ins Stricken, Eltern-Kind-Café im Familienzentrum Donrather Dreieck 4, Lohmar, 9.00 Uhr

Mittwoch, 4. März

Mittwochswandern
Wanderung von Bad Neuenahr-Ahrweiler über den Eisenweg mit römischen Ausgrabungen über 13 km und 300 Höhenmeter (Dauer ca. 4 Stunden), CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 10 Uhr

Eternstartkurs/Babymassage
Katholische Kindertagesstätte St. Mariä Geburt in Lohmar-Heide, 14.30 Uhr

Tibet – Die Geschichte des Dalai Lamas
Vortragsveranstaltung von Rebecca Hufen, Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, 19 Uhr

Donnerstag, 5. März

Abnehmen mit Herz und Verstand – Zum Wunschgewicht ohne Verbote
Zertifizierter und von Krankenkassen unterstützter Schulungskurs für Erwachsene, Infos und Anmeldung unter 02241-331531 oder ehhilke.mueller@netcologne.de, Sankt Augustin

Offene Sprechstunde
der Familienberatungsstelle, Infos und Anmeldung unter 02241-334300, Kath. Familienzentrum Kita St. Martinus, Alte Marktstraße 53, Sankt Augustin, 8-9.30 Uhr

Sankt Augustiner Bücherwürmchen
Gemeinsam Bücher betrachten und lesen, Singen und Klatschen für Kinder von 2 bis 3 Jahren, Infos und Anmeldung unter 02241-243347, Stadtbücherei, Markt 1, Sankt Augustin, 15.30-16.15 Uhr

Zeit für Dich!
After Work Special: Entspannen, Träumen und Relaxen im Freizeitbad Oktopus, Zeitstraße 110, Siegburg, 18-21 Uhr

Dinner Musical
VVK unter www.tatort-dinner.de, friendly cityhotel Oktopus, Zeithstraße 110, Siegburg, 19-22 Uhr

Freitag, 6. März

Tag der offenen Tür im Stadtarchiv - Von Hochwasser, wildem Müll und Biotopen

Die Geschichte der Umwelt in Sankt Augustin, Infos unter 02241-243331 oder stadtarchiv@sankt-augustin.de, Rathaus, Markt 1, Sankt Augustin, 11-17 Uhr

Freude am Malen
Ob für Anfänger oder Fortgeschrittene, es gibt immer neue Anregungen und Entdeckungen, Infos, Anmeldung und weitere Termine unter 02241-243340 oder sabina.epple@sankt-augustin.de, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 14-16.15 Uhr und 17-19.15 Uhr

Baumveredelungskurs
im Technik- und Bauernmuseum Much-

Berzbach, Infos und Anmeldung unter 02245-610888 oder julia.switala@much.de, 14.30 Uhr

An die ferne Geliebte
Konzert mit Benjamin Appl (Bariton) und Fabian Müller (Klavier), Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, 20 Uhr

Samstag, 7. März

Architekturführung
Ein architektonischer Stadtpaziergang durch Siegburg mit Prof. Dr. Petra Lohmann, Universität Siegen, Infos und Anmeldung unter 02241-1027533 oder stadtfuehrung@siegburg.de, Treffpunkt: Eingang des Siegburger Stadtmuseums, 14-15.30 Uhr

Klangkarton
mit S. Nagel, Kath. Kindergarten Lohmar, 15 Uhr

Sebastian Puffpaff – Wir nach
VVK unter www.bonnticket.de, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1, Siegburg, 20 Uhr

Spatz und Engel
Theateraufführung des Fritz Rémond Theaters mit Heleen Joor, Susanne Rader, Arzu Ermen, Steffen Wilhelm u. a., Aula des Rhein-Sieg-Gymnasiums Hubert-Minz-Straße 20, Sankt Augustin, 20 Uhr

Sonntag, 8. März

Big Bonn Special
Jazz im Siegburger Brauhaus „Zum roten Löwen“, 11 Uhr

Preisträgerkonzert Jugend Musiziert
In festlichem Rahmen werden die Urkunden durch den Landrat verliehen, Großer Ratsaal, Rathaus, Sankt Augustin, 11 Uhr

22. Sankt Augustiner Skat-Stadmeisterschaft
unter der Schirmherrschaft von Bürgermeister Klaus Schumacher, „Die Ratsstube“, Markt 1, Sankt Augustin, 14 Uhr

Moving Shadows
Wir stellen alles in den Schatten, VVK unter www.springmaus-theater.de, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1, Siegburg, 19 Uhr

Montag, 9. März

Anja Kiel – Mein Freund, der Superheld
Leseförderung mit einer witzigen Geschichte über eine ganz besondere Freundschaft, Angebot für Siegburger Grundschulen, Anmeldung unter 02241-1027511, Stadtbibliothek im Kulturhaus Siegburg, 9.30 Uhr und 11 Uhr

Literaturwerkstatt
unter der Leitung von Klaus Dewes, Infos und Anmeldung unter 02241-243340 oder sabina.epple@sankt-augustin.de, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 17.45-19.15 Uhr

Mittwoch, 11. März

Abnehmen durch bewusstes Essen – Genuss ja, Verbote nein
Kinderkurse zum Abnehmen mit dem Ziel:

ZUKUNFTSPLAN GESCHMIEDET. EXTRARENTE EIN LEBEN LANG.

FlexGarant – Garantierte Sicherheit, gute Renditechancen und maximale Flexibilität.

Geschäftsstelle **Schell & Verweyen OHG**

KölInstr. 79b · 53757 Sankt Augustin · Tel. 02241 203074 · schell.verweyen@gs.provinzial.com

PROVINZIAL

aktiver, beweglicher, leichter und gesünder, SafariKids (9-12 Jahre) und Mach mit werd' fit (13-17 Uhr), Infos und Anmeldung unter 02241-331531 oder ebhilke-mueller@netcologne.de, Kita im Spichelsfeld, St. Augustin

Himmlich fit für Frauen

Ein spirituelles Bewegungsangebot für Körper und Seele in Kooperation mit der Erwachsenenseelsorge des Erzbistums Köln und dem DJK Sportverband mit S. Schwarzer, Kath. Kindergarten Lohmar-Neuhonrath, 14 Uhr

Donnerstag, 12. März

Lauschen mit allen Sinnen

Bücher vorlesen in gemütlicher Atmosphäre für Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren, Infos und Anmeldung unter 02241-243347, Stadtbücherei, Markt 1, Sankt Augustin, 15.30 Uhr

Big Rock Show 2020

Kraftvoller Gesang, mitreißende Rhythmen, fetziger Gitarrensound und epische Streicherklänge, Aula des Rhein-Sieg-Gymnasiums, Hubert-Minz-Straße 20, Sankt Augustin, 19.12 Uhr

Auch Samstag + Sonntag

Freitag, 13. März

Alles vermurkst! Oder: Auch ein kleiner Rabe kann ein großer Helfer sein! Bilderbuchkino mit dem kleinen Raben Socke, Stadtbibliothek im Kulturhaus Siegburg, 16 Uhr

Andrea Bongers – gebongt!

Mutti hat sturmfrei

Die Powerfrau aus dem Hamsterrad, Haus Menden, An der Alten Kirche 3, Sankt Augustin, 20 Uhr

Samstag, 14. März

Farben des Regenbogens

Hör- und Bastelwerkstatt für Kinder im Vorschulalter mit ihren Eltern, Kath. Kindergarten in Lohmar-Neuhonrath, 15 Uhr

Stringendo verabschiedet sich

Das Kammerorchester Stringendo beendet seine Konzerttätigkeit und verabschiedet sich von seinem Sankt Augustiner Publikum mit den schönsten und beliebtesten Stücken aus seinem Repertoire, Aula der Steyler Missionare, Arnold-Janssen-Straße 30, Sankt Augustin, 18 Uhr

Sonntag, 15. März

Mädelsflohmarkt „Kleiderkränzchen“

Kleider, Schuhe, Taschen, Accessoires, Schmuck, Vintage und Schönes an über 60 Ständen suchen neue Besitzerinnen, Haus der Nachbarschaft Hangelar, Udetstraße 10, Sankt Augustin, 13-17 Uhr

Montag, 16. März

Bürger-Energiesprechstunde

„Fördermittel für Heizungssysteme“

Energieexpertin der Verbraucherzentrale NRW Dipl.-Ing. Petra Grebing informiert umfassend zu Themen rund um die energetische Gebäudesanierung wie z. B. Heizen, Wärmedämmung, Strom sparen oder erneuerbare Energiequellen, Infos und Anmeldung unter 02241-243627 oder vanessa.momper@sankt-augustin.de, Technisches Rathaus (1.11/1. Etage), An der Post 19, Sankt Augustin, 14-17.30 Uhr

Naturheilkundliche-Homöopathische Hausapotheke

Schnupfen, Fieber, aufgeschlagene Knie, Insektenstiche, verkrampfter Nacken u. v. m., wer hätte für die Beschwerden des Alltags nicht gerne eine sanfte Hilfe parat?, Kath. Kindertageseinrichtung St. Mariä Geburt in Lohmar-Heide, 19.30 Uhr

Dienstag, 17. März

Schwangerenberatung

Sprechstunde für schwangere Mädchen und Frauen veranstaltet vom Familienbüro in Kooperation mit dem Diakonischen Werk an Sieg und Rhein, Familienzentrum Jabachkindergarten, Donrather Dreieck 4, Lohmar, 12 Uhr

Mittwoch, 18. März

Südafrika –

von Kapstadt zum Krügerpark

„Tierisch“ spannende und humorvolle Live-Reportage von Dirk Bleyer, VVK unter 02241-1027410, Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, 20 Uhr

ter 02241-1027410, Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, 20 Uhr

Donnerstag, 19. März

Tipps und Tricks

zum Umgang mit dem Smartphone

Christiane Rosenthal, Franz-Josef Müller und Achim Leidorf stehen Ratsuchenden mit Rat und Tat zur Seite und geben Hilfestellung, Infos und Anmeldung unter 02241-243340 oder sabina.epple@sankt-augustin.de, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 10-11.30 Uhr

Ideenwerkstatt

„Blumenübertöpfe aus Tetrapaks“

Kreativität entdecken und entfalten, Erlerntes auffrischen und dabei nette Menschen kennenlernen, Infos und Anmeldung unter 02241-243340, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 14-16 Uhr

Piratenmanieren

Bilderbuchkino für Kinder ab 3 Jahren, Stadtbücherei, Markt 1, Sankt Augustin, 15.30-16.30 Uhr

Hochzeit in Schwarz

Das Original Krimidinner, VVK unter www.worldofdinner.de, Haus Stolzenbach, Lohmar, 19 Uhr

Alte Schätze & neue Wege – Frauen am Wendepunkt

Ladies night, Stadtbibliothek im Kulturhaus Siegburg, 20 Uhr

Freitag, 20. März

Freitagswandern

Wanderung über 8 bis 10 km zum Rodderberg und zum Rolandsbogen. Infos unter 02241-203718 oder 02241-21679, Treffpunkt: S-Bahn-Haltestelle Sankt Augustin Zentrum, 10 Uhr

Ingolf Lück – Sehr erfreut!

Die Comedy-Tour 2020, VVK unter www.bonnticket.de, Stadtmuseum im Kulturhaus Siegburg, 20 Uhr

HAUSMarke 25d

mit anschließender After-Show-Party, VVK unter www.bonnticket.de, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1, Siegburg, 20 Uhr

Samstag, 21. März

Spielen, Klönen, Kaffeetrinken

Nettes Zusammensein von Menschen mit und ohne Handicap, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 15-17 Uhr

Poetry Slam – Das Jahresfinale

Das Finale der Besten, VVK unter www.eventim.de, Rhein-Sieg-Halle, Bachstraße 1, Siegburg, 20 Uhr

Der Vater

Theateraufführung mit Ernst Wilhelm Lenik, Irene Christ, Franziska van der Heide und Benjamin Kernen, Aula des Rhein-Sieg-Gymnasiums, Hubert-Minz-Straße 20, Sankt Augustin, 20 Uhr

Sonntag, 22. März

Hot Jazz Five

Jazz im Siegburger Brauhaus „Zum roten Löwen“, 11 Uhr

Montag, 23. März

Der Weg in die Selbstständigkeit

veranstaltet von der Wirtschaftsförderungsgesellschaft Sankt Augustin mbH, Infos und Anmeldung unter anja.zimmermann@wfg-sankt-augustin.de, Business-Campus der Hochschule Bonn-Rhein-Sieg, Eingang B, 2. Etage, Raum F 239, Grant-Ham-Allee 2-8, Sankt Augustin, 17-20 Uhr

Literaturwerkstatt

unter der Leitung von Klaus Dewes, Infos und Anmeldung unter 02241-243340 oder sabina.epple@sankt-augustin.de, CLUB, Markt 1, Sankt Augustin, 17.45-19.15 Uhr

Mittwoch, 25. März

Briefmarken-Tauschabend

der Siegburger Briefmarkenfreunde e.V., Kubana, Zeithstraße 100, 18 Uhr

*Heute erscheint
das neue
Stadtmagazin*

Visser's-roofs



Besuchen Sie uns in unserem neuen Verkaufsraum
in 53819 Neunkirchen-Seelscheid, Raiffeisenstr. 5

Wir bieten:

- ☑ Aluminium-Überdachungen
- ☑ Carports
- ☑ Glasschiebewände
- ☑ Lamellendächer, u.v.m.

Ihre Vorteile:

- ☑ 10 Jahre Garantie
- ☑ Keine sichtbaren Schrauben
- ☑ Sonnenschutz
- ☑ Massive Rinnen in 2 Formen, u.v.m.

10% Eröffnungsrabatt!

Keine Barauszahlungen, gilt nicht für Sonderangebote, Rabatte nicht addierbar

Telefon 0176 - 43562134 • visser'sroofs@outlook.com



Lassen Sie den Staat ihre Dachsanierung mit bezahlen! Anzeige



Experten wie die Berater der Firma Henrich in Siegburg wissen, dass rund ein Fünftel der eingesetzten Energie fürs Heizen in die Außenwelt verlorenght. Das hat auch der Staat im Blick. Er will, dass Deutschland Energie und damit CO2 spart – und deshalb greift er Bauherren bei Dachsanierungen, die mehr Energieeffizienz bringen, unter die Arme. Dies geschieht zum einen über Investitionszuschüsse der KfW und zum anderen auch über Kredite mit günstigen Zinsen.

KfW fördert Erneuerung Ihres Daches. Staatliche Förderchancen haben sie, wenn sie die Dämmung ihres Daches modernisieren und dessen Energiebilanz verbessern. Auch der Einbau energieeffizienter Dachfenster

– zum Beispiel von Velux oder Roto aus dem Henrich-Sortiment – ist unter Umständen förderfähig. Wichtig ist in allen Fällen, dass Fachleute die Sanierung durchführen. Henrich-Berater Karlowky: „Beratung zur Förderkulisse können Sie auch über Architekten oder Energieberater suchen. Auch Fachbetriebe des Dachdeckerhandwerks können wichtige Hinweise geben.“ Wichtig: Die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) als wichtiger Fördergeber genehmigt Zuschüsse oder zinsgünstige Kredite für die Dachmodernisierung nur, wenn die Maßnahme noch nicht begonnen hat! Anregungen für eine KfW-Förderung Ihrer Dachmodernisierung (verbindliche Informationen darüber finden sie beispielsweise bei einem Energieberater und natürlich bei der KfW selbst). Diese schreibt ergänzend – Zitat: „Wir fördern die energetische Sanierung von Wohngebäuden, für die der Bauantrag oder die Bauanzeige vor dem 01.02.2002 gestellt wurde.“ Eine „feste Voraussetzung für unsere Förderung ist die Einbindung eines Experten für Energieeffizienz“.

Für die Energie-Optimierung ihres Daches können sie zum einen online den KfW-Zuschuss 430 beantragen. Zum anderen können sie den sehr zinsgünstigen KfW-Kredit 151 ins Auge fassen und bis zu 50 000 Euro für Einzelmaßnahmen bekommen. Henrich-Dachexperte Ernst-Josef Karlowky: „Natürlich ist die Energieeffizienz steigernde Komplettanierung eines Daches mit gewissen Aufwänden verbunden. Aber das Geld spielt sich über gesparte Heizkosten wieder ein, zumal die Energiepreise mittel- und langfristig weiter steigen dürften. Zudem erhalten Sie mit der energetischen Modernisierung Ihres Daches zugleich eine neue Dachdeckung und haben viele Jahre die Gewissheit, dass ihr Dach nicht undicht wird und sturmfest ist.“ Eine interessante Option, um ihr Dach kälte- und auch wärmeresistenter zu machen, ist die Aufsparrendämmung. Sie vermeiden damit Schmutz im Inneren ihres Hauses und sparen Raum, der bei einer konventionellen Dämmung verloren ginge. Foto: Adobe Stock

Gleich alles richtig machen.

www.henrich-baustoffzentrum.de

WIR SIND DIE BAUPROFIS
BEI UNS BEKOMMEN SIE DAS KOMPLETTE SORTIMENT FÜR ENERGETISCHES BAUEN

BERATUNGSGUTSCHEIN
KOMMEN SIE ZU UNS UND LASSEN SIE SICH KOSTENLOS VON EINEM FACHMANN BERATEN.

ODER DIREKT-KONTAKT:
 Herr Özkan Kazan
 Hochbau Vertriebsdienst
 Telefon 02241 121-489
 oezkan.kazan@henrich-baustoffzentrum.de

SIEGBURG
 KONRAD-ADENAUER-ALLEE 100 • TEL. 02241 121-0

Henrich
 Baustoffzentrum

Seit 30 Jahren Baumdienst Siebengebirge
Nun schon in zweiter Generation

Weit über die Grenzen des Siebengebirges hinaus bitten Kunden Gary Blackburn um Rat, wann immer es um professionelle Pflege, den Erhalt oder die Sanierung von Bäumen und Naturdenkmälern geht. Auch Fällungen – oft auch auf engstem Raum – gehören zur täglichen Praxis der voll ausgebildeten Baumexperten.

Die Söhne Kevin, Alexander und Luke leiten seit ihrer Ausbildung zum „European Tree-worker“ sowie zum „Baumkontrolleur“ bereits eigene Teams im Westerwald, der Eifel und NRW. Die eigentlichen Stars im Team sind aber nach Meinung vieler Kunden Collie-Dame Emma und ihr Sohn Charles. Freuen auch Sie sich auf ein Kennenlernen bei einer kostenlosen, professionellen Beratung! Weitere Informationen und wertvolle Video-Expertentipps rund um die Baumpflege finden Sie auf der Homepage!

www.Baumdienst-Siebengebirge.de

BAUMDIENST SIEBENGEIRGE
 FORSTHAUS REIFSTEIN

GARY BLACKBURN UND SÖHNE – JETZT AUCH IN ZWEITER GENERATION

- Baumpflege • Baumsanierung • Baumstumpf fräsen
- Baumfällung - schwierigste Fälle mit englischer Doppelseiltechnik • Garten-/Jahrespflegearbeiten

Fachgerechte Baumbeurteilung kostenlos

Sie werden ins nächste Büro verbunden: Bonn, Siegburg, Linz, Königswinter, Köln, Düsseldorf, Berg, Gladbach, Mayen, Neuwied, Montabaur, Altenkirchen. Tel. 02645 / 9999-000, Fax: 02645/ 9999-004

WWW.BAUMDIENST-SIEBENGEIRGE.DE
Gebührenfreie Hotline 0800 / 228 63 43



Dämmen und Steuern sparen

Energetisches Modernisieren lohnt sich für die Umwelt und jetzt auch finanziell

(djd). Experten ist seit geraumer Zeit klar: Die offiziellen Klimaschutzziele lassen sich nur erreichen, wenn unter anderem die energetische Effizienz alter Wohngebäude verbessert wird. In vielen Altbauten wird zum Fenster und zur Fassade herausgeholt.

Das hat auch der Gesetzgeber erkannt und im Rahmen des Klimapakets ein Förderprogramm aufgelegt: Seit Jahresbeginn profitieren Eigentümer ungedämmter Wohngebäude von umfassenden Steuervorteilen, wenn sie sich für das energetische Modernisieren des selbstgenutzten Eigenheims entscheiden. So können sie die nachträgliche Wärmedämmung steuerlich geltend machen.

Bis zu 40.000 € Förderung

Am umweltfreundlichsten sei die Energie, die gar nicht erst verbraucht wird, erklärt Antje Hannig vom Verband für Dämmsysteme, Putz und Mörtel (VDPM). "Eine gut geplante und vom Profi ausgeführte Fassaden- oder Innendämmung senkt den Energiebedarf und die Heizkosten dauerhaft und trägt somit zu einem aktiven Klimaschutz bei." Zusätzlich zu diesen Vorteilen setzt der Staat nun mit der steuerlichen Förderung einen weiteren Anreiz: "Wer jetzt sein selbstgenutztes Wohneigentum mit einer Wärmedämmung ausstattet, kann dafür bis zu 40.000 Euro Förderung erwarten", erklärt Hannig weiter.

Besonders attraktiv dabei: Der staatliche Zuschuss wird verteilt auf drei Jahre direkt von der zu zahlenden Einkommensteuer abgezogen - bezie-

hungsweise entsprechend erstattet. Im Kalenderjahr, in dem die Dämmung fertiggestellt wird, werden sieben Prozent der Aufwendungen bis maximal 14.000 Euro berücksichtigt. Im zweiten Jahr erfolgt der Abzug in gleicher Höhe, im dritten Jahr werden sechs Prozent der Aufwendungen bis 12.000 Euro über die Steuer erstattet.

Direkte Verrechnung mit der Steuerschuld

Damit erhält man insgesamt bis zu 20 Prozent der Modernisierungskosten in drei Jahren zurück. Der Betrag ist somit unabhängig vom individuellen Steuersatz des Antragstellers. Finanziell gefördert werden sowohl die Materialkosten als auch die Handwerkerleistungen, maßgeblich ist die Rechnung des Fachunternehmens. Unter www.vdpm.info gibt es ausführliche Informationen zu dem Förderprogramm sowie eine Broschüre ("Steuern sparen") mit Details zum kostenfreien Download oder als Printversion zum Bestellen. Expertin Antje Hannig empfiehlt, mit der Planung und Umsetzung einen Energieberater und ein erfahrenes Handwerksunternehmen zu beauftragen. "So sind eine fachgerechte Ausführung der Dämmung und ihre langjährige Funktionsweise sichergestellt."



Seit einem Jahr in Lohmar!

Ihr Fliesenfachbetrieb für Moderne Bäder, Barrierefreiheit und Bodengestaltung.

Ausbildungsbetrieb seit 2017!

Kirchdorfer Str. 3, 53797 Lohmar | Tel.: 02246-9069730
www.fliesengoerzen.de | Mail: info@FliesenGoerzen.de



IHR SPEZIALIST VOR ORT

Wartung/Reparatur aller Fenster (Holz-, Alu-, KS-, Schüco-Fenster)
 Umrüstung auf Einbruchsicherheit, ABUS & SIEGERIA R C-2
 Folierung KS-Fenster.
 Markisen, Jalousien u. Rollläden, Fliegengitter
 Individuelle Innen- u. Haustüren, Brand-, Schallschutz- und Sicherheitstüren · Garagentore, Sektionstore

Dammstraße 35 Telefon 02241/86 68 001 Telefax 02241/86 68 002	53721 Siegburg www.bauelemente-kluge.de info@bauelemente-kluge.de
---	--

Seit über 50 Jahren
in Hennef

Plastica Becker
Fußbodentechnik

Ihr Partner „Moderner Fußbodengestaltung“
 Mitglied der Fußboden- und Parkettinnung

Reisertstraße 20 · Hennef · Tel. 02242/36 69 · Fax 8 36 59
www.plastica-Becker.de

**SCHÖNE STEINE FÜR
 TERRASSE
 EINFAHRT
 GARTEN, WEGE, PLÄTZE**



**DER
 NEUE
 KATALOG
 IST DA!**

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





Maarstr. 85-87 · 53227 Bonn
 Tel.: 0228 / 4 00 64-0 · www.koll-steine.de



So bleibt Parkett länger schön

Holzböden richtig pflegen und bei Bedarf auffrischen lassen

(djd). Parkett ist ein echter Klassiker der Inneneinrichtung. Die hochwertigen Holzböden bringen Behaglichkeit in jeden Raum und verbinden dies mit einer naturnahen und edlen Optik. Umso wichtiger ist es, auf die Reinigungs- und Pflegeanweisungen zu achten, die man von seinem Parkettlegerbetrieb erhält. Denn mit nicht geeigneten Reinigungsmitteln kann man den wertvollen Bodenbelag beschädigen.

Eine falsche Pflege kann Gewährleistungsansprüche gefährden

Im Grunde ist die Reinigung von Parkett eine einfache Angelegenheit. Für leichten Staub und Schmutz reichen ein weicher Besen oder der Staubsau-

ger aus. Fehler passieren jedoch häufiger beim feuchten Wischen, berichtet Rainer Mansius, erfahrener Anwendungstechniker bei Pallmann: "Zum Wischen von Parkett sollte man nicht den erstbesten Haushaltsreiniger verwenden - sondern ausschließlich Pflegeprodukte, die explizit für den eigenen Boden zulässig sind. Sonst kann der Verbraucher nicht nur den Boden schädigen, sondern auch seine Gewährleistungsansprüche verlieren", erklärt Mansius. Darüber hinaus ist es wichtig zu wissen, über welche Oberflächenbehandlung der neue Holzboden verfügt. Gängig sind versiegelte oder geölte Oberflächen - beide Varianten erfordern jeweils andere Pflegeprodukte. Unter www.parkettprofishop.de gibt es dazu Informationen, erklärende Videos und eine Bestellmöglichkeit für Reinigungs- und Pflegemittel. Tipps hält auch die Ratgeberzentrale unter www.rgz24.de/parkett-pflegen bereit.



Foto-djdParkettprofi-PALLMANN

Die Sonne einfangen – mit Frühlingsangeboten

Gartenmöbel & Blockhäuser **Carports, Garagen & Saunen**

Pavillons

STEINHÄUER Holzhaus GmbH 57635 Kircheib/B8, Hauptstr. 15-19
 Großausstellung im Westerwald Telefon: 02683 9782-0
www.blockhaus-holzhaus.com

Älteres Parkett durch den Fachmann wieder neu erstrahlen lassen

Wenn Parkett über mehrere Jahre genutzt wurde, empfiehlt sich eine Renovierung. Im Gegensatz zu Teppich oder Laminat, auf denen sich Flecken und Gebrauchsspuren nicht einfach beseitigen lassen, kann der Fachmann Holzböden mehrmals aufbereiten und mit neuem Glanz versehen. Parkettfachmann Mansius erklärt dazu: "Wer sich an die Reinigungs- und Pflege-

Besuchen Sie unseren Messestand auf der **BAU- & WOHNTRÄUME** bautage.com

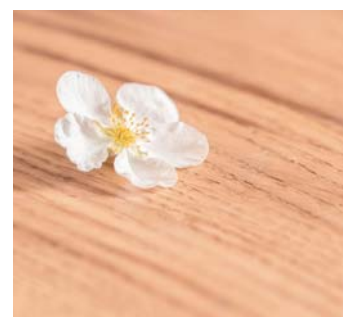
Troisdorf, Stadthalle

Ausstellung Spinnerweg 51-53 in 53783 Eitorf

Wir machen Ihren Duschtraum wahr.
 Finden Sie bei uns hochwertige Glasduschen für jede Einbausituation, z.B. Nischendusche 2-teilig ab 749,00 Euro, Badewannenaufsatz ab 595,00 Euro oder Eckdusche mit Wannenschluss ab 1095,00 Euro. Alle Preise inkl. MwSt. & Montage.
 Informieren Sie sich jetzt: www.siegtal-glas.de • 02243-900 9121

Beratung, Aufmaß und Montage aus einer Hand.

SIEGTAL GLAS
 Qualität nach Maß



EINTRITT FREI!

BAU- & WOHNTRÄUME schöner Leben & mehr

Die größte Baummesse im Rhein-Sieg-Kreis

28. + 29. März
 täglich 10-17 Uhr

Troisdorf
 Stadthalle
 Kölner Straße 167

www.bautage.com



anweisungen hält, kann die Lebenserwartung seines Holzfußbodens sogar um das bis zu Fünffache verlängern." Wichtig ist es unter anderem, dass größere Beschädigungen des Belags umgehend beseitigt werden. Sonst könnte durch Kratzer Feuchtigkeit ins Holz eindringen. Die Reinigungs- und Pflegeanweisungen enthalten außerdem wichtige Hinweise zu einem gesunden Raumklima und Tipps, wie man seinen neuen Parkettfußboden beispielsweise durch Möbelgleiter schützt.

Klicken statt Bohren

Badezimmerplanung: Mehr Flexibilität bei der Gestaltung mit Accessoires

(djd). Ob Neubau oder Renovierung: Die Planung des Badezimmers sollte besonders sorgfältig in Angriff genommen werden. Schließlich bleibt die Grundstruktur speziell dieses Raumes über viele Jahre unverändert. Die Detailgestaltung etwa mit eleganten Accessoires muss heute allerdings nicht mehr in Stein gemeißelt sein. Stattdessen kann man mit flexiblen Systemen die Accessoires jederzeit dort positionieren, wo sie gebraucht werden, und dem Bad somit einen ganz neuen Look geben.



Foto-djdSchlueter-Systems

Trägerplatten mit Accessoires einfach einhängen. Von Schlüter-Systems beispielsweise gibt es das neue Produktsystem Arcline. Es ermöglicht eine größere Flexibilität bei der Einrichtung des Badezimmers mit hochwertigen Accessoires. Das Motto lautet: klicken statt bohren - die Accessoires werden weder angedübelt noch angeklebt. Stattdessen sind sie fest auf Trägerplatten aus farbigem Sicherheitsglas in satiniertem Look montiert. Die Platten sind in drei Farbvarianten erhältlich. Mittels einer Halterung auf der Rückseite lassen sie sich in die Aufnahmeprofile einhängen. Die Profile wiederum baut man in die Fliesenfugen an der Wand oder an Wandecken ein, sie sind in zwei Höhen sowie vier Oberflächen verfügbar. Auf diese Weise müssen weder die Fliesen noch die dahinterliegende Abdichtung durchbohrt werden. Mit dem System lassen sich alle Anwendungsbereiche im Bad flexibel gestalten - von der Dusche über den Bereich an der Badewanne bis zum Waschtisch und zum WC. Zum Programm gehören Handtuchhaken, -ring und -halter, Ablagen, ein Duschkorb, Papierrollenhalter sowie Toilettenbürstensets. Unter www.schlueter.de gibt es alle weiteren Informationen zur flexiblen Badgestaltung.

Abstimmung bereits während der Planung

Bereits während der Badplanung lassen sich somit Fliesen, Profile und die Glasträgerplatten individuell aufeinander abstimmen - entweder Ton in Ton oder in bewusstem Kontrast zueinander. Weil die Accessoires ohne Bohren oder Kleben in den Profilen positioniert sind, können sie beliebig an andere Stellen gehängt oder getauscht werden. Damit ist das Accessoi-



re immer genau dort, wo es benötigt wird. Das flexible Accessoire-System passt gut zu modernen Einrichtungskonzepten sowie zu aktuellen Fliesen- und Natursteintrends.

Gärtnermeister Dietmar Lütz

Ideen - Planungen - Ausführungen

- Pflanz- und Lieferservice
- Baum- und Heckenschneid
- Fällarbeiten
- Terrassen- und Zaunbau
- Beratung vor Ort
- Lieferung und Verlegung von Rollrasen

Pleystalstraße 13 · Hennef-Sieg
Tel. 02242/81353 · Mobil 0170/8065032
Fax 02242/9697242



Malermeister Reitmann GmbH

- Maler- und Tapezierarbeiten
- Lackierarbeiten
- Teppichbodenverlegung
- Fassadenbeschichtung
- Naturwandbeschichtung

vom-Stein-Straße 8 · 53757 Sankt Augustin
Telefon 0 22 41/2 82 40 · Fax 0 22 41/20 21 57
E-mail: u.reitmann@t-online.de · www.reitmann-gmbh.de



Reparatur-
Schnelldienst
02242 - 3033

Decker
GlasBau

www.ifa-decker.de · Löhestr. 20 · 53773 Hennef · info@ifa-decker.de

GLAS
...duschen



GLAS
...geländer



GLAS
...türen



Wir fertigen
Ihren
Glaswunsch
individuell
auf Maß
und aus
Sicherheitsglas.

02242
3033

Kurze
Lieferzeiten!

Neu! und vieles mehr auf www.decker-glasbau.de

Kostenlose private Kleinanzeigen

2-Sitzer-Sofa zum Verkauf, Preis pro Sofa: 150 €(VB), Sitzhöhe 48 cm, Sitztiefe 54 cm, die Sofas sind ca. 6 Jahre alt, haben die üblichen Gebrauchsspuren, sind aber ansonsten in einem sehr guten Zustand. Abholung in Neuhonrath Tel. 02206 / 7272

Holland-Fahrrad, gut erhalten, Farbe: dunkelblau, 3-Gang Nabenschaltung mit Rücktrittbremse, 75 €, Tel. 02206-9084721

2 x Zweisitzersofa, Stoff: Alcantara,

Farbe Rostrot, 1,40 m breit, 1,04 m Rückenhöhe, Sitzhöhe 48 cm, Sitztiefe 54 cm, 450 € Abholpreis, Tel. 02206-7272

PHOENIX Nähmaschine, ca. 100 Jahre alt, 50 €. Tel. 02246-6380

Wegen Neuanschaffung wird ein ca. 2,3 Jahre junges Smartphon S41 von CAT jetzt für 100 € verkauft. Originalverpackung mit Zubehör, leichte Gebrauchsspuren auf der Schutzfolie,

NP 400 €, Tel. 02247-89432

Handwaschbecken von Ideal Standard in Grün mit Kalt-Warmwasserarmatur, Tiefe 34 cm, Breite 36/46 cm, leichte Gebrauchsspuren, Bild kann per Email geschickt werden, VB 15 € an Selbstabholer, Tel. 02241-383954

Mamiya Universal neuwertige Mittelformatkamera 6 X 9, Objektivbrennweite 100 mm, mit Transportkoffer und Zubehör, keinerlei Gebrauchsspuren. Preis: VB. Tel.: 02241-336570

Herren Langlaufski 2m, inkl. Stöcke und Schuhe, Gr.42, kostenlos abzugeben, Tel.02241-1235933

Miele Bügelmaschine B 995 D unständehalber zu verkaufen (ca. 8 Jahre alt, wie neu). Neupreis 1.300 - 1.700 €; Abgabe für 799 €. - Mindestens 3 Mann zum Tragen nötig, Tel 0228-35 35 39 (07-24 Uhr), mail@janclauss.eu, www.janclauss.eu

Hängeschrank mit vier Türen, 448 cm lang, 26 cm tief, 60 cm hoch, Hausbartheke 1,90 m lang, drei Barhocker, Hängelampe (3 Leuchtmittel) u.v.m., preiswert abzugeben, Tel. 02206-7272

Modelleisenbahn, H0, kompl. Anlage von Märklin (analog), Metall- und Flexschienen, mehrere Loks, div. Personen- und Güterwagen, Lokschuppen, Bahnhöfe, E-Kran, 40 Häuser, alle Teile bespielt, Preis nach Vereinbarung, Tel. 02241/311177

Samsung, Flachbildschirm-Fernseh-

gerät, 70 mal 40, Standgerät (schwarz), für Selbstabholer, Sankt Augustin, 30 €, Tel. 02241-923807

Fernsehtisch 180 Grad drehbar, Eiche rustikal, 85 cm lang, 50 cm breit, 60 cm hoch, altdeutsche Spiegel, Jahrhundertwende, Höhe 160 cm, Breite 72 cm, beides Topzustand, preiswert abzugeben, Tel. 02241-332179

Drucker (sw/Farbe) "CanonPixma iPhone 2500", das Gerät befindet sich in techn. einwandfreiem Zustand, VB 22 €, Tel. 02241-9433760 oder Mobil 0151-70153328

Sessel mit Stoffbezug blau-grau Töne, 50 €, Tel. 02241 336769

Glastisch der Firma Pesch Köln, 80x80cm, Höhe 45cm, 90 €, Tel. 02241 336769

Am Rhein spazieren, über den Weihnachtsmarkt schlendern oder einfach kuscheln bei Kerzenschein...Ich, 64 Jahre jung, suche dich, eine hässliche, natürliche Frau bis 65 Jahre mit dem Herz am rechten Fleck, die auch nicht länger alleine sein möchte. KontaktanzeigeSuche@outlook.de

Familie (vier Personen) sucht Wohnung oder Haus in Hennef, Uckerath oder Lichtenberg, Tel. 015781356570 oder 02248-3234

Rimova Kosmetikkoffer, sehr gut erhalten, preiswert abzugeben, Tel. 02242-9691562

Schöner Trolley, mittelgroß, schwarz, mit passender Kosmetiktasche, preiswert abzugeben, Tel. 02242-9691562

Dreizimmerwohnung in Hennef, Siegburg und Umgebung von jungem Paar gesucht, Tel. 02248-6040714

Geweißlampe mit 6 Birnen und Geweißlampe mit 2 Birnen, VB 130 €, Tel. 02242-5177

Porsche "Ackerschlepper" Typ und Ausführung: 339, Erstzulassung 10. Juli 1963, Ackerschleife, Indischrot, h, Preis: VS, Passend zum Traktor: Einachs-Anhänger, 02242 - 82146

SPEZIALISTEN

Ihre Adressen der besonderen Fähigkeiten und Fertigkeiten **in Ihrer Nähe.**

Fliesen Platten Mosaik  **ZIEGENHALS GmbH**
Meisterbetrieb · Verlegen und Verkauf
Alte Heerstraße 38 a · 53757 Sankt Augustin · Tel. 0 22 41/2 10 52 + 2 10 53 · Fax 0 22 41/20 42 29
Mobil 0176/10030710 e-mail: kontakt@Fliesen-Ziegenhals.de · Internet:www.Fliesen-Ziegenhals.de

 **Malermeister Reitmann GmbH**
vom-Stein-Straße 8 · 53757 Sankt Augustin
Telefon 0 22 41/2 82 40 · Fax 0 22 41/20 21 57
E-mail: u.reitmann@t-online.de · www.reitmann-gmbh.de

Seit über 70 Jahren Ihr Spezialist rund um die Elektrotechnik
Elektrohaus Wiehlputz GmbH
Bonner Straße 80 · Niederpleiser Straße 1a
53757 Sankt Augustin
Tel.: 02241/2306-0 · Fax: 02241/2306-43
e-mail: info@wiehlputz.de · internet: www.wiehlputz.de

 **Wiehlputz**
HIFI VIDEO TV ELEKTRO

Frederik Wolf  **Dachdeckermeister**
▲ Steildach
▲ Flachdach
▲ Fassaden
www.daecher-von-wolf.de
Tel. 02248/909988 · Fax 02248/446523 · Mobil 0172/2046551

Raumausstatter *Wanda Lindner*   
Gardinen & Deko Atelier Frankfurter Str. 50, Hennef
Telefon 02242-82954
www.dekoatelier-lindner.de
* Sonnenschutz * Schienen/Stangen Systeme
* Teppichboden und Teppiche * Pflege Ihrer Gardinen
* Insektenschutz u.v.m... * Aufmaß/Beratung

AUTOTECHNIK BRÜLL - KFZ-Meisterbetrieb
REPARATUREN ALLER HERSTELLER
Inspektionen · TÜV & AU · Autoglas · BOSCH-Computerdiagnose
KFZ-Elektrik · Reifenservice · KFZ-An- und Verkauf
An der Burg Sülz 26 · Gewerbebark Lohmar · Tel. 02205/913222 · Mo-Fr. 9-18, Sa. geschlossen

Freier MEISTERBETRIEB     
HEIZUNG
KLIMA
BAD
SERVICE WARTUNG

Friedhofstraße 12 · 53757 Sankt Augustin
02241/333981 · www.Freier-Haustechnik.de

- moderne Heiztechnik
- barrierefreie, altersgerechte und Traumbäder auf Wunsch komplett aus einer Hand
- Reinigung und Spülen von Fußbodenheizung
- Solartechnik
- Wartungen und Kundendienst
- Lüftungs- und Klimaanlage

IMPRESSUM

STADTMAGAZIN für Siegburg, Sankt Augustin Lohmar und Neunkirchen-Seelscheid

Verlag: Rhein-Sieg-Anzeigenblatt GmbH, Bonn Geschäftsführer: Michael Rausch

Objektleitung: Patricia Drake (verantwortlich für den Anzeigenteil)
Büro: Antoniusstr. 27 · 53773 Hennef
Tel. 022 42/87 48-967, Fax 87 48-968
ulla.oerfgen@stadtmagazin-hennef.de

Anzeigenberatung und -verkauf: Wiemar Werbeagentur
Tel. 02242/3098 · Fax 02242/87 48-968
E-mail: stadtmagazin@wiemar-werbeagentur.de
Marco Frommann,
Tel.: 02241-9767190 · Fax: 02242-8748968
Marco.Frommann@stadtmagazin-hennef.de

Redaktion: Jan L. Dahmen, verantwortlich Sabine Dedek, Christiana Herbst, redaktion@stadtmagazin-hennef.de

Satz, Layout und Grafik: Wolfgang Wiemar Werbeagentur, Hennef stadtmagazin@wiemar-werbeagentur.de
Tel. 02242/3098

Druck: Graphischer Betrieb Henke GmbH, Brühl
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 19 vom 1. Januar 2020

Der Nachdruck oder die anderweitige Verwendung von Fotos, Texten oder Anzeigen bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Verlages. Für eingesandte Manuskripte kann keine Gewähr übernommen werden. Für die Richtigkeit der Termine können wir leider keine Garantie übernehmen. Das STADTMAGAZIN wird an Haushalte im Verbreitungsgebiet kostenlos verteilt.
Verteilte Auflage 67.189 Stück

wolfgang nathaus Umzüge
Tel.: 0 22 41/666 30

Pendel & Feder
Uhrenladen Verkauf Reparaturen Sachverständiger
Inh. Torsten Reichmann
Schnepperstraße 46
51570 Windeck-Werfen
Tel. 02243/911175
www.pendelfeder.com
info@pendelfeder.com

Mo-Fr 14.30-18.00 Uhr sowie nach Vereinb.

Private, kostenlose Kleinanzeigen mit Ihrer Anschrift bitte an ulla.oerfgen@stadtmagazin-hennef.de
ACHTUNG! Verschiedentlich bekommen wir unendlich lange Kleinanzeigen! Wir haben nur begrenzten Raum für Ihre kostenlose Kleinanzeigen darum begrenzen Sie bitte Ihre Anzeige auf ca. 6-8 Zeilen. Andernfalls müssen wir kürzen! Danke.

GRATIS STOFFWECHSELANALYSE
+++ BIS 13. MÄRZ 2020 +++

metabolic Slim®

stoffwechselaktiv abnehmen

Stoffwechsel ankurbeln und erfolgreich abnehmen!

Wussten Sie, dass Abnehm-blockaden und Übergewicht aus einem nicht mehr richtig funktionierendem Stoffwechsel resultieren können?

„Die ausgewogenste Ernährung nützt Ihnen wenig, wenn Ihr Stoffwechsel Zuckerdepots anstatt Fettreserven verbrennt“, erklärt Prof. Dr. Schmitz vom SI Ernährungsinstitut. „Genau hier setzt unser Konzept an. Wir messen Ihren individuellen Energiehaushalt und kurbeln Ihren Stoffwechsel effektiv an, sodass Sie bis zu 12 Kilo im Monat abnehmen.“

Neugierig geworden? Dann vereinbaren Sie jetzt Ihren kostenlosen Beratungstermin!

Kostenloser Stoffwechselcheck bis 13. März 2020 inkl.

- Stoffwechselanalyse
- Körperfettanalyse
- BMI-Berechnung
- Bestimmung viszerales Fett
- Bestimmung metabolisches Alter
- persönliche Expertenberatung



Prof. Dr. med. Rainer Schmitz
 Als Ernährungsmediziner und Adipositasexperte ist er wissenschaftlicher Leiter des SI Ernährungsinstituts mit fünf Therapiezentren in Köln, Bonn, Siegburg und Bergisch Gladbach.



„Mich hat überrascht, dass ich ohne Hunger schnell und einfach abgenommen habe. Einach super!“

Wolfgang Trümper (68), Bergisch Gladbach

- 25 Kilo
 in 12 Wochen
 Wolfgang Trümper (68)
 Bergisch Gladbach



„Dank der metabolicSlim Stoffwechseltherapie konnte ich meine Diabetesmedikation absetzen und die erhöhten Blutdruckwerte haben sich normalisiert.“

Birgit Busch (62), Bergisch Gladbach

- 28 Kilo
 in 12 Wochen
 Birgit Busch (62)
 Bergisch Gladbach



SI Ernährungsinstitut
 Köln · Bonn/Rhein-Sieg · Bergisches Land



www.si-ernaehrungsinstitut.de

Köln-Marsdorf
 02234 - 933 64 93

Köln-Deutz
 0221 - 989 371 70

Bergisch Gladbach
 02204 - 984 39 99

Bonn
 0228 - 55 00 72 80

Siegburg
 02241 - 938 03 05

Jetzt aktiv das Klima schützen: CO₂ und Stromkosten sparen!

Wir beraten Sie gerne!
Persönlich in unserem Kundenzentrum,
per Telefon: 02246/15-777
oder schreiben Sie uns eine E-Mail an:
EDL@stadtwerke-lohmar.de



Volle Sonnenenergie, keine Anschaffungskosten! Sonnenstrom für Ihr Zuhause:

Das rechnet sich für Sie:

Mit SolarKomfort pachten Sie eine moderne Photovoltaik-Anlage und erzeugen ganz einfach Ihren eigenen Strom.

Ihre Vorteile als Eigenheimbesitzer:

- ✓ **All-inclusive**
Anlage und Service aus einer Hand
- ✓ **100% sorglos**
Unterstützung bei jedem Schritt
- ✓ **Transparenz**
Fixe monatliche Pachtrate ohne Anschaffungskosten
- ✓ **Sicherheit**
Über die gesamte Vertragslaufzeit von 20 Jahren
- ✓ **Ökostrom**
Durch Reststromlieferung 100% Ökostrom möglich
- ✓ **Vertrauen**
Qualität dank langjähriger Erfahrung Ihres lokalen Versorgers
- ✓ **Flexibilität**
Bereits ab 25 m² belegbarer Dachfläche möglich

Stadtwerke Lohmar
Meine Energie.

STROM | GAS | WASSER

www.stadtwerke-lohmar.de