

Stadt **MAGAZIN**

www.rhein-sieg-magazin.de

Monatszeitschrift für Siegburg, Sankt Augustin
Lohmar und Neunkirchen-Seelscheid



Susann Muth

Asthetik Congress Malta mit Kosmetikinstitut Susann Muth. Lesen Sie auf Seite 5



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

Kinder wie die Zeit vergeht. Kaum, dass sie begonnen haben, sind die Sommerferien auch schon wieder vorbei. Die i-Dötzchen haben sich in der vergangenen Woche auf ihren ersten Schultag gefreut und voller Stolz ihre Schultüten präsentiert. Und auch für die älteren Schülerinnen und Schüler hat der Unterricht längst wieder begonnen.

Schulleitungen sowie Lehrerinnen und Lehrer geben sich alle Mühe, wieder so etwas wie Normalität in den Schulalltag einkehren zu lassen. Was angesichts der aktuellen Corona-Zahlen, notwendiger Schnelltests und ständig zum Lüften geöffneter Fenster gar nicht so einfach ist. Doch die meisten sind froh, überhaupt wieder zur Schule gehen zu können. Und hoffen, dass es auf absehbare Zeit beim Präsenzunterricht bleibt. Lesen Sie dazu auch unseren Bericht in dieser Ausgabe.

Das Wetter hat dem Namen „Sommer“ in diesem Jahr nicht wirklich Ehre gemacht. Mit eher kühlen Temperaturen und viel zu nass. Von der Flutkatastrophe Mitte Juli, die so viel Leid und Zerstörung gebracht hat, ganz zu schweigen. Wer auf die große Urlaubsreise verzichtet und die Ferien zu Hause verbracht hat, wird sicher die sonnigen Tage im Freibad oder die lauen Abende auf der Terrasse vermisst haben.

Jetzt heißt es, das Beste aus dem nun beginnenden Spätsommer zu machen: Indem wir es uns mal wieder so richtig gut gehen lassen. Uns um unsere Hobbys kümmern, Sport treiben, fit werden und fit bleiben, mal wieder Freunde treffen, oder das eigene Zuhause schön gestalten und dafür sorgen, dass rund um Haus und Garten alles tiptop ist. Auch dafür finden Sie Tipps und Hinweise in dieser Ausgabe.

Wir wünschen viel Vergnügen beim Lesen und – bitte bleiben Sie gesund!

INHALT



Bei der „Summer School“ stand am Nachmittag sportlicher Ausgleich an: Musical/Hip-Hop Dance



Kosmetikinstitut Susann Muth wurde international ausgezeichnet. „Bestes Institut in Real“



Menschen ab 60 Jahren tun Bewegung an der frischen Luft spürbar gut

VOR ORT

Seelscheider Sommer abgesagt	3
Musikband wird gegründet	3
Kosmetikinstitut Susann Muth „Bestes Institut in Real“	5
Trainings-Challenge wurde zum Sponsorenlauf	6
KOLL Steine ist Gesamtsieger des Mittelstandspreis „Ludwig 2020/21“	12
Bekennnis zum Standort Kinderklinik Sankt Augustin feiert 50-jähriges Bestehen	12-13
Zu Besuch bei der „Königin der Instrumente“	15

LEUTE

Klaus Ridder feierte runden Geburtstag	7
Lions Club-Präsidentin wiedergewählt	7

WELLNESS & GESUNDHEIT

Notfall-Defi	8
Leistungssport über 40	8
Zunehmende Vergesslichkeit	8
So kommt der Kreislauf in Schwung	10
Nachlassende Gedächtnisleistungen	11

KLEINANZEIGEN

STELLENANGEBOTE	14
-----------------	----

Titelfoto: S. Muth

vhs Volkshochschule Rhein-Sieg

Eitorf, Hennef, Lohmar, Much, Neunkirchen-Seelscheid, Ruppichteroth, Sankt Augustin, Siegburg, Windeck



Scanne mich!



Lernen, was ich können will.
In meiner VHS Rhein-Sieg.



Jetzt packe ich's an!

Semesterstart:
06.09.21



VHS Rhein-Sieg | Tel.: 02241 3097-0 | info@vhs-rhein-sieg.de

Seelscheider Sommer abgesagt

Gemäß den neuen Corona-Regeln in NRW ist seit dem 20. August 2021 ein 3G-Nachweis ab einer Inzidenz von 35 für bestimmte Bereiche vorgeschrieben. Für die Werbegemeinschaft WIR Neunkirchen-Seelscheider e.V. bedeutet das, dass sie den „Seelscheider Sommer“ nicht durchführen können. „Gemäß diesen Richtlinien wäre eine Kontrolle aller Besucher notwendig, da wir deutlich mehr als 2.500 Besucher erwarten“, so der erste Vorsitzende Manfred Gallitz. „Eine Kontrolle ist auch kaum möglich, da es zu viele Zugänge gibt, welche zu sperren oder kontrollieren wären. Das können wir nicht leisten, auch lehnen wir eine Absperrung diverser Zugänge ab, welche vom Sicherheitskonzept her ja einen Fluchtweg darstellen und damit nicht abgesperrt werden dürfen!“ Dies könne man zwar durch ausreichendes Sicherheitspersonal kompensieren, diese Möglichkeiten müsste man jedoch aus Kostengründen verwerfen. „Die neue Verordnung gibt uns aber die Möglichkeit, unser Weinfest am 25. September in der neuen Veranstaltungshalle „Ambiente Die Eventhalle“ im Ortsteil Bitzen durchzuführen“, betont Gallitz. „Hierfür werden wir die 3G-Regel vorschreiben, das können wir gut kontrollieren. Zudem ist die Halle mit neuester Belüftungstechnik ausgestattet. Für den Transport von Neunkirchen nach Seelscheid und zurück werden wir einen Shuttleservice organisieren. Zudem steht unser Mitglied Kirschbaum Taxi- und Mietwagenservice als weitere Option zur Verfügung!“ Reservierungen (keine speziellen Tische, z.B. nur 10er Tisch für Gruppe ...) können ab sofort an folgende Mailadresse c.schiffer@wir-nkse.de gerichtet werden. Der Vorverkauf der Eintrittskarten wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Tanzen macht Freunde

Der Rock'n'Roll Club Siegburg e.V. hat zum Start nach den Sommerferien wieder freie Plätze im Rock'n'Roll und Boogie Woogie. Für Tanzpaare gibt es die Möglichkeit für kostenlose und unverbindliche Schnuppertrainingstage. Während im Rock'n'Roll hohe Kicks und Akrobatik auf dem Trainingsplan stehen, begeistert der Boogie-Woogie durch schnelle Füße und das Gefühl der 50er Jahre.

Tanzschule steps

Unsere neuen Anfängerkurse

Gesellschaftstanz 8x90 Min.		
Donnerstag 16.09.2021 17:15-18:45 Uhr	Sonntag 19.09.2021 14:30-16:00 Uhr	
Disco Fox 4x60 Min.		
Mittwoch 15.09.2021 21:15-22:15 Uhr	Donnerstag 16.09.2021 17:45-18:45 Uhr	Samstag 18.09.2021 17:00-18:00 Uhr
Salsa 4x60 Min.		
Donnerstag 16.09.2021 17:45-18:45 Uhr	Samstag 18.09.2021 17:00-18:00 Uhr	

Fortgeschrittene Clubs für Disco Fox, Salsa und Gesellschaftstanz finden Sie auf unserer Homepage!

Jetzt anmelden unter:
www.tanzschulesteps.de
 und telefonisch unter 02241/1688004

BDT

Musikband wird gegründet

Die Pfarrei St. Servatius Siegburg gründet ab sofort eine eigene Band. Gesucht werden Jugendliche ab 14 Jahren und Erwachsene, die Instrumente für moderne Musik gerne zur Begleitung der Kirchenchöre sowie in eigenen Auftritten spielen möchten. Es findet ein offenes Casting zum Vorspielen statt am Sonntag, den 12. September von 16-18 Uhr im Probenraum unter der Kirche St. Dreifaltigkeit, Jacobstraße, in Siegburg. Bitte das jeweilige Instrument und eigene Noten zum Vorspiel mitbringen! Angestrebt wird eine wöchentliche Probe. Das genaue Datum der Proben wird mit den beteiligten Musikern zusammen festgelegt. Die Leitung der Band übernimmt Dietmar Högen. Bei Interesse und Rückfragen bitte melden bei: Pfarbuero@servatius-siegburg.de oder bei DietmarHoegen@t-online.de

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

Nachbarschaftshilfe

„Tag der offenen Tür“

Samstag, den 4. Sept. 2021
10.00 – 16.00 Uhr

Ringstr. 88
53757 St. Augustin-Buisdorf

Wiedereröffnung mit satten Rabatten

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Nachbarschaftshilfe Rhein-Sieg

Coronalage zum Schulstart

„Der persönliche Kontakt fehlte“

Siegburg. Corona hält nach wie vor das Land fest im Griff. Nicht nur Wirtschaft und Kultur sind durch die diversen Maßnahmen eingeschränkt, auch die Schulen müssen sich immer wieder den Gegebenheiten anpassen. „Wir können nur reagieren, wenn Anweisungen kommen, die kurzfristig umzusetzen sind“, erläutert Sabine Trautwein, Leiterin des Gymnasiums Alleestraße. „Als zu Beginn der Pandemie die Institutionen geschlossen wurden, standen wir vor erheblichen Herausforderungen. Home Schooling war quasi noch nicht erfunden und nicht bei allen gehörten iPads zur Ausstattung.“ Doch nach Ostern schafften es die Verantwortlichen mittels Videokonferenzen erfolgreich den Distanzunterricht zu etablieren. „Man musste eine Balance finden, denn die Schüler sieben Stunden an den Bildschirm zu binden, funktionierte nicht.“ Letztendlich zahlte sich jedoch der Wechsel zwischen Distanz- und Präsenzunterricht aus. „In der Anfangsphase gab es viele Diskussionen um die Maskenpflicht oder um die Durchführung der Schnelltests, doch das legte sich mittlerweile. Die Testungen erfolgen zweimal die Woche und werden genau dokumentiert. Was das angeht, muss ich den Kollegen ein großes Kompliment aussprechen.“ Für die Schüler sind Maske tragen und das regelmäßige Lüften im Winter nicht das Problem, vielmehr sind fehlende soziale Kontakte und Defizite im Lernstoff gravierender. „Sie brauchen einen strukturierten Tagesablauf, den Austausch und das gemeinsame Arbeiten.“ Für die Klassen Fünf bis Sieben organisierte man in der letzten Ferienwoche die Summer School. Freiwillige durften den Unterrichtsstoff wiederholen und vertiefen. Am Nachmittag bestand die Möglichkeit neue Sportarten kennenzulernen, darunter Golf oder Musical/HipHop-Dance. Durch Unterstützung der Kreis Sparkasse Köln, dem Lions Club, dem Kinderschutzbund, Vass Ser-

vice und dem Förderverein der Schule, konnte das Angebot kostenfrei bleiben. In der „Hans Alfred Keller-Schule“ in Deichhaus gab es keine große Resonanz für einen Ferienunterricht. „Die Eltern wollten, dass die Kinder eine Pause bekommen“, so Schulleiterin Katharina Sadeghian. Gewiss gestaltete sich die Situation unter den Grundschulern zu einer besonderen Herausforderung, doch die konnte gut gemeistert werden. „Unsere Schule hatte den Vorteil, digital schon gut ausgestattet zu sein.“ Durch die Hilfe des Medienzentrums des Rhein-Sieg-Kreises waren Videoschaltungen im Nu zu realisieren. „Zum Tagesablauf gehörten zwei Konferenzen. Morgens bekam der Nachwuchs die Aufgaben und mittags wurde gefragt, was sie geschafft haben“, ergänzte Lehrerin Miriam Beitzen. Allerdings fehlte auch den Jüngsten der soziale Kontakt am meisten. „Das merkte man den Kindern an, wenn sie die Arbeitsmaterialien abholten und kurze Gespräche mit ihren Lehrern führten“, erinnert sich die Schulleiterin. Beim ersten Wechselunterricht zeigte sich, wie wichtig der persönliche Kontakt ist. „Es bildeten sich kaum Konflikte untereinander.“ Die Anforderungen beim Corona-Selbsttest erwiesen sich als unproblematisch. Schnell bekamen die Grundschulroutinen, bevor ab Mai mit dem „Lollitest“ eine sichere PCR-Überprüfung etabliert wurde. „Die Logistik ist gut organisiert. Die Pooltests kommen pünktlich ins Labor und die Befunde werden prompt übermittelt.“ Jetzt schauen alle im neuen Schuljahr gezielt nach vorne. „Wir haben gelernt, flexibel zu sein und kreative Lösungen zu finden“, umschreibt es Miriam Beitzen. (von Dirk Woiciech)



Bei der „Summer School“ stand am Nachmittag sportlicher Ausgleich an, etwa in Musical/Hip-Hop Dance. Foto: Gymnasium Alleestraße

Tanzfabrik Freude am Tanzen in jedem Lebensalter

Den langersehnten Traum vom Tanzen für sich erfüllen, dieser Wunsch soll in der Tanzfabrik möglich werden. Wer tanzt, bleibt bis ins hohe Alter beweglich und mental fit. Der Kurs Ballett Generation PLUS (ab ca. 60 Jahre) ist für alle diejenigen, die tänzerisch ihre Kraft, Balance, Ausdauer und Koordination aktivieren wollen. In verschiedenen Übungen an der Stange und im Raum wird die Muskulatur sanft und gezielt gestärkt, Beweglichkeit und Motorik gefördert. Dabei wird das Training an die körperlichen Möglichkeiten der Gruppe angepasst. Ballett besticht durch seine Eleganz, Kraft und Musikalität. Die Freude, die im Tanzen geweckt wird, ist unbestritten und steht im Kurs Ballett Generation PLUS an erster Stelle. Es

gibt keinen Grund, dieses Tanzvergnügen nur jungen Menschen vorzubehalten. Das Tanzangebot richtet sich an tanzfreudige Männer und Frauen und findet immer dienstags von 10-11 Uhr statt. Für alle Altersgruppen eignet sich nicht nur Ballett um tanzend aktiv zu werden, sondern auch die modernen Tanzstile, wie Modern-, Kreativ- oder Jazzdance. Ein Team von qualifizierten Tanzpädagogen unterstützt jeden Schüler, einen passenden Kurs zu finden, in dem auch Anfänger sich wohl fühlen, ohne sich selber unter Druck zu setzen.

Wir achten sehr auf gesundes Tanztraining und passen den Unterricht regelmäßig an die Bedingungen von Corona an.

Informieren Sie sich gerne über unser breitgefächertes Angebot für alle Altersgruppen. Wann lernen wir Sie kennen?



Lindenstr. 58-60
53721 Siegburg/Zange
Tel. 02242/9149363

www.tanzfabrik-siegburg.de
tanzfabrik@gmx.de

GILLISSEN & KLEIN Schornsteinservice GmbH



- Schornsteinbau
- Schornsteinsanierung
- Kamin & Heizeinsätze
- Kaminofenzubehör

AUSSTELLUNGSTÜCKE ZU SONDERPREISEN

BERATUNG | PLANUNG | BAU | AUSSTELLUNG MIT ÜBER 150 ÖFEN

Dr. Wirtz-Strasse 27a | 53804 Much
Tel. 02245 6007-13 | www.schornsteinservice.de
Di-Fr 10-18 Uhr Beratung nach Terminvereinbarung Sa 10-15 Uhr Beratung

Kosmetikinstitut Susann Muth

„Bestes Institut in Real“

Siegburg. Im Herzen von Siegburg gelegen, befindet sich das bereits mehrfach international ausgezeichnete Kosmetikinstitut von Susann Muth. Seit Dezember 2017 kümmert sich die Beauty-Expertin hier zusammen mit ihrem bestens ausgebildeten Team um die Bedürfnisse ihrer Kundinnen. Die richtige Behandlung für jeden Hauttyp und jedes Bedürfnis individuell zu erarbeiten und durchzuführen – so das Ziel.

Laufende Fort- und Weiterbildung sind für Susann Muth und ihr Team selbstverständlich. Groß war daher die Freude, als das Institut Anfang Juli zur „Aesthetic Congress Masterclass“ auf Malta eingeladen wurde. „Der rege Austausch mit Kolleginnen und anderen Expertinnen und

Veranstaltung nicht nur die erneute Zertifizierung zum First Class Institut 2021 bekannt gegeben wurde. „Wir erhielten zudem noch jeweils den ersten Platz in den Kategorien „Bestes Institut in Real“ für unsere kosmetische Arbeit und die Auszeichnung „Bestes Produkt-Marketing“ für unser Engagement in den sozialen Medien.“



Michael Landsberg, Susann Muth und Jens Urbanzig mit den verliehen Urkunden

Und eine Neuerung hat sie aus Malta auch mitgebracht: „Das Derm-Wave. Das ist ein wahres Zaubergerät“, so Susann Muth. „Wir sind wieder so begeistert von dieser Innovation aus dem Hause Landsberg! Insbesondere in Kombination mit dem JetPeel erzielen wir so wahnsinnig beeindruckende Resultate. Sie sind neugierig? Sprechen Sie uns an. Wir freuen uns sehr über Ihr Interesse!“ Fotos Muth

Kosmetikinstitut Susann Muth - Am Brauhof 1, Lokal 4, Siegburg



v.l.n.r.: K. Brouwer, S. Poppensieker, S. Muth, A. von Böselager



Experten nach so langer Zeit, hat uns allen unglaublich gut getan“, betont Susann Muth. „Hier trafen Ästhetik und Technik aufeinander. Und das ist unsere Leidenschaft. Es waren ganz besondere Tage!“

Veranstaltet wurde der Kongress von Landsberg First Class Aesthetic, Europas Top Adresse für non invasive First Class HighTech Aesthetic Produkte und weltweit führende Haut Behandlungstechniken. „Landsberg ist unser langjähriger Partner, aus deren Hause unter anderem unser so geschätztes JetPeel stammt“, erklärt Susann Muth, die gleichzeitig als erfolgreiche Expertin in Malta auch auf der Bühne sehr gefragt war und als deutschlandweit einzige Expertin einen Vortrag hielt.

Besonders gefreut hat Susann Muth sich darüber, dass während der

KOSMETIK

SUSANN MUTH

INSTITUT

Am Brauhof 1 · 53721 Siegburg · Tel. 02241/9570660 · www.susannmuth.de

Trainings-Challenge wurde zum Sponsorenlauf

Bereits seit März 2020 erschwert die Corona-Pandemie in vielerlei Hinsicht das Leben und hat vieles verändert und beeinträchtigt. Unter anderem konnte natürlich auch die Karnevals-session 2020/21 nicht in der sonst üblichen Art und Weise gefeiert werden.

Im doppelten Sinne betroffen war hiervon auch die Große Tanzgarde der Siegburger Funken Blau-Weiss: Denn normalerweise trainieren die jugendlichen Tänzerinnen und Tänzer das ganze Jahr über auf die Session hin, um sowohl bei ihren „Heimspielen“ auf den Karnevals-Events der Funken als auch bei ihren zahlreichen auswärtigen Auftritten mit ihren Gardetänzen für Begeisterung zu sorgen.

Ganz anders im vergangenen Jahr und in der letzten Session: Aufgrund der Pandemie fiel das Training aus bzw. konnten die Trainingseinheiten nicht mehr in gewohnter Weise durchgeführt werden. Auch Auftritte fanden durch die coronabedingte Absage sämtlicher Karnevalsveranstaltungen natürlich nicht statt.

Klar, dass dies für die engagierten Tänzerinnen und Tänzer bedauerlich war. Doch sie haben den Blick nach vorne gerichtet, das Training wieder aufgenommen und versuchen, auch durch wöchentliche sportliche Challenges wieder gemeinsam in Bewegung zu kommen – mit Tatendrang und in dem Bewusstsein, dass es viele Menschen gibt, die durch die Pandemie viel härter getroffen wurden und in große Probleme geraten sind.

So hat sich die Zahl der corona-bedingten akuten Notfälle auch in Siegburg drastisch erhöht: Junge Familien benötigen Unterstützung bei der Erstausrüstung oder bei der Finanzierung von Lebensmitteln

und Windeln. Medikamente und Verbandsmaterial für ein „Schmetterlingskind“ müssen besorgt werden. Familien können die Beerdigungskosten für Angehörige nicht tragen, um würdig Abschied nehmen zu können, und benötigen hierbei finanzielle Unterstützung. Für all diese Menschen und Familien ist die Caritas der katholischen Kirchengemeinde Sankt Servatius in Siegburg eine Anlaufstelle.

So war die Idee entstanden, den Betroffenen zu helfen, indem eine sportliche Trainings-Challenge mit einem Einsatz für buchstäblich caritative Zwecke verbunden wird: Unter dem Motto „Wir laufen für einen guten Zweck“ hat die Große Tanzgarde die bei ihren Auftrittsfahrten in der Session 2019/20 mit dem Bus zurückgelegte Gesamtstrecke von knapp 2.200 km sich nun „erlaufen“. Und mit diesem Sponsorenlauf Spenden für die Caritas der katholischen Kirchengemeinde Sankt Servatius in Siegburg gesammelt.

„Super gelaufen“ kann man nicht nur in sportlicher Hinsicht sagen: Es kamen Spenden in Höhe von insgesamt 6.697,31 Euro zusammen, so dass – nach Aufstockung des Spendenbetrages durch die Siegburger Funken Blau-Weiss – ein Gesamtbetrag in Höhe von 7.000 Euro an den Caritas-Beauftragten, Diakon Dr. Marc Kerling, übergeben werden konnte. Bei der Spendenübergabe durch Funkenpräsident Ferdi Büchel hob Diakon Dr. Kerling hervor, dass es gerade in der heutigen Zeit wichtig sei, immer neue Wege zu finden, um anderen Menschen zu helfen und sich für sie einzusetzen. Dementsprechend bedankte er sich bei den jugendlichen Tänzerinnen und Tänzern der Funken Blau-Weiss ganz herzlich für ihre tolle Idee und Initiative sowie für ihr großes Engagement. Auch allen Spendern sei auf diesem Wege nochmals ganz herzlich gedankt.



„Super gelaufen“: Dank der Initiative und der großen Einsatzbereitschaft der blau-weißen Tanzgarde (rechts) konnten Spenden in Höhe von 7.000 € zusammengetragen und von Funkenpräsident Ferdi Büchel (2.v.l.) an den Caritas-Beauftragten Diakon Dr. Marc Kerling (links) übergeben werden. Foto: Funken Blau-Weiß

55 Jahre | Persönlich, Ehrlich, Zuverlässig



KLEIN

Kompetenz ums Auto

Siegstraße 100
53783 Eitorf
Tel. 0 22 43 / 91 79-0
Fax 0 22 43 / 91 79-79
E-Mail: ford@klein.fsoc.de

- Neu-, Gebrauchtwagen u. Jahreswagen
- Finanzierung, Leasing, Versicherung
- 1.-Klasse-Service
- Auto- und Transportervermietung

www.autohaus-klein-eitorf.de

Raiffeisen-Warengenossenschaft EITORF & BRÖLECK

(02243) 4047



Eitorf
Uferstraße 6 | 53783 Eitorf
Tel.: 02243/927920
Email: rwg-eitorf@t-online.de

Bröleck
Felderhoferbrücke 11 | 53809 Ruppichteroth
Tel.: 02295/5113
Email: rwg-broeleck@t-online.de

Schief kapott mir kommen flott!

Reparatur-Schnelldienst
02242 - 3033



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

Leute

■ **Klaus Ridder feierte „runden“ Geburtstag.** Am 4. August 1941 wurde Klaus Ridder in Hannover geboren. Der bekannte Journalist, Autor und Motorsportexperte ist eigentlich seit 20 Jahren im Ruhestand. Freunde und Familie wissen jedoch, dass es eher ein „Unruhestand“ ist und Klaus Ridder nach wie vor „in vielen Sachen weiterhin aktiv“ bleibt.

Ridder lernte den Beruf des Kraftfahrzeugmechanikers. Das Praktikum absolvierte er im Flugzeugbau und studierte danach Fahrzeugbau. Nach dem Studium war er bei der Deutschen Bundesbahn und später im Bundesverkehrsministerium beschäftigt. Seit 1973 ist er Experte für den Transport gefährlicher Güter und hat auf diesem Spezialgebiet über 1000 Artikel in Fachzeitschriften und viele Fachbücher veröffentlicht.

Seine Erfahrungen gab er an Referendare der Wasser- und Schifffahrtsverwaltung des Bundes und an Studenten der Fachhochschule Bonn-Rhein-Sieg weiter. Über 20 Jahre unterrichtete er im „Haus der Technik“ in Essen. Er schulte auch noch angehende Gefahrgutbeauftragte im Bildungszentrum Maikammer der Berufsgenossenschaft der chemischen Industrie.

Klaus Ridder war in vielen nationalen und internationalen Gremien tätig, leitete bis einschließlich 2015 die Münchner Gefahrgut-Tage sowie bis Ende 2019 die Internationalen Binnenschiffahrts-Gefahrgut-Tage und moderierte die Gefahrgut-Sicherheitstage am Nürburgring.

2003 und 2007 veröffentlichte Klaus Ridder zwei Bücher zum Thema Motorsport – seine große Leidenschaft: Seit 66 Jahren fotografiert Klaus Ridder in Sachen Motorsport. Vom Verband der Motorjournalisten (VdM) wurde er für seine Verdienste 2013 mit der Johny Rozenaal Uhr ausgezeichnet. Im Juni 2015 wurde er in den Vorstand des VdM gewählt und leitet den Regionalkreis West. Klaus Ridder war Pressesprecher der Initiative ‚Freunde des Nürburgrings‘, und war kurzzeitig Vorsitzender der Gräfling Berghe von Trips'schen Sportstiftung zu Burg Hemmersbach.

■ **Präsidentin im Lions Club wiedergewählt.** In den Lions Clubs übernimmt normalerweise am Beginn eines neuen Lions-Jahres am 1. Juli ein neuer Präsident oder eine neue Präsidentin die Amtsgeschäfte. Aber was ist in Corona-Zeiten schon normal!? Die Präsidentin des Lions Club Neunkirchen-Seelscheid Angela Kaiser hatte für „Ihr“ Jahr 2020/21 viele informative und bereichernde öffentliche und clubinterne Vorträge zum Thema „Natur und Umwelt“ geplant. Doch dann kam das Virus! Die Umsetzung aller guten Ideen und Planungen fiel ihm zum Opfer. In dieser besonderen Situation waren sich die Mitglieder schnell einig, dass diese mit großer Begeisterung erstellten Planungen nicht vergebens gewesen sein sollen. Sie wählten sie deshalb erneut zu ihrer Präsidentin für das Lions-Jahr 2021-2022.

Zum Thema „Natur und Umwelt“ sind folgende öffentliche Vorträge



Feiert den 80. Geburtstag: Der Motorjournalist Klaus Ridder. Foto: privat

geplant: 19.9.2021: „Tour der Hilfe“ in die Natur an Bröhl und Sieg.
5.10.2021: Nachhaltige Individualmobilität – aber wie? 1.2.2022: Die Jahresringe der Bäume und ihre Aussage über den Klimawandel.
5.4.2022: Wildbienen und ihre Bedeutung für das Ökosystem. Etwas Besonderes bereitet der Förderverein für die Adventszeit vor: Erstmals bietet er einen Adventskalender an. Jeder Kalender hat eine Nummer und hinter jedem Türchen verbergen sich Preise. Mit dem Reinerlös unterstützt der Förderverein Ferienaktivitäten in Much und Neunkirchen-Seelscheid in 2022 für Kinder aus Familien, denen es wirtschaftlich nicht so gut geht. Der Kalender kostet 5,00 Euro und wird ab Oktober verkauft. (red)



Angela Kaiser – Präsidentin des Lions Club Neunkirchen-Seelscheid. Foto: Lions Club

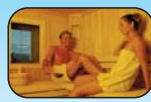
ZUKUNFTSPLAN GESCHMIEDET. EXTRARENTE EIN LEBEN LANG.

FlexGarant – Garantierte Sicherheit, gute Renditechancen und maximale Flexibilität.

Geschäftsstelle **Verweyen & Schell OHG**

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

PROVINZIAL



Notfall-Defi

Ein Notfall-Defibrillator kann selbstständig einen Herzstillstand mit Herzkammerflimmern oder anderen Rhythmusstörungen erkennen. Das Gerät kann durch ausgebildete Ersthelfer ebenso wie durch absolute Laien bedient werden. Fehler kann man nicht machen, sofern man die „Anweisungen“ des „sprechenden Gerätes“ befolgt: Alle Schritte bei Auffinden einer bewusstlosen Person werden einfach und verständlich durch das Gerät erklärt. Die rasche Anwendung eines Defibrillators vor Eintreffen des Rettungsdienstes verbessert die Überlebenschance des Betroffenen erheblich. Je früher Strom auf das nicht mehr richtig pumpende Herz trifft, umso eher besteht die Möglichkeit dieses wieder in einen richtigen Herzschlag zu bringen. Ein Defi hat einen Wert von rund 1.500 €

Leistungssport über 40

(spp-o) Wer regelmäßig Sport treibt, tut viel für seine Gesundheit. Wer intensiv trainiert oder sogar Leistungssport betreibt, sollte allerdings auf eine entsprechende Nährstoffzufuhr achten. Der Apotheker Dr. Uwe Weidenauer aus dem Rhein-Neckar-Kreis hat schon viele Spitzensportler betreut und stellt fest: „Gerade bei Athleten über 40 steigt der Bedarf an Nährstoffen und kann kaum vollständig über die Ernährung abgedeckt werden. Eine gezielte Nahrungsergänzung kann helfen, dass die Verletzungsgefahr minimiert wird, die Muskulatur gut regeneriert, das Immunsystem nicht geschwächt wird und dass vor allem das Herz gut geschützt ist.“ Dieser körpereigene Mikronährstoff wird auch „Herzvitamin“ genannt, denn er ist für die Energieversorgung der Muskelzellen unverzichtbar – und das Herz ist ein Muskel, der beim Sport besonders intensiv beansprucht wird.

Ubiquinol, die aktive Form von Coenzym Q10, neutralisiert freie Radikale. Ebenfalls zur Familie der Antioxidanzien zählt Astaxanthin, das aus Algen gewonnen wird. Der kraftvolle Vitalstoff mit der leuchtend roten Farbe ist eine hervorragende Ergänzung zu Ubiquinol. Magnesium, Vitamin D und Eisen: Das Klassik-Trio aktiviert den Energiestoffwechsel und unterstützt die Muskelfunktion. Vor allem, wer viel schwitzt, sollte Magnesium zu sich nehmen.

Was tun bei Tinnitus

(spp-o) Selbst feine Geräusche wie leises Pfeifen oder Klingeln quälen Betroffene, wenn diese immer wieder auftauchen oder gar nicht mehr verschwinden wollen. Schätzungsweise drei Millionen Menschen leiden in Deutschland an Tinnitus. Manchmal werden die Töne von Betroffenen auch als Summen, Klicken oder Klopfen beschrieben. Dauern die Geräusche länger als drei Monate an, spricht der Mediziner von chronischem Tinnitus. Ursachen können HNO-Erkrankungen, Durchblutungsstörungen oder Schäden aufgrund von Lärmbelastungen sein.

Tiefes Durchatmen mit innerem Runterfahren, regelmäßige Bewegung und eine ausgeglichene Ernährung fördern das seelische Gleichgewicht. Bewährt haben sich auch pflanzliche Arzneimittel mit einem Extrakt aus den Blättern des Ginkgo-Baums. Knapp 30 Prozent der verschriebenen Medikamente bei Tinnitus-Patienten sind Ginkgo-Präparate.

Der weltweit am besten untersuchte Ginkgo-Extrakt verbirgt sich unter der Bezeichnung EGb 761. Dieser ist in dem rezeptfrei in Apotheken erhältlichen Arzneimittel Tebonin intens 120 mg enthalten. Die natürlichen Wirkstoffe sorgen für eine verbesserte Durchblutung der kleinsten Gefäße. Dadurch gelangen mehr Sauerstoff und Nährstoffe zum Innenohr und ins Gehirn. Die Folge – die Störgeräusche lassen vielfach deutlich nach oder gehen sogar ganz zurück.

FRÜHER WAR ICH PASSIONIERT
GÄRTNERIN!

HEUTE HAB ICH ROSEN SATT
IM GARTEN DER SINNE.



85-MAL SERVICEWOHNEN.
www.wohnresidenzen.info

Malteser Hilfsdienst e.V.
An der Ziegelei 75
53757 St. Augustin



Malteser
...weil Nähe zählt.



Mehr als eine warme Mahlzeit
Malteser Menüservice

Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:
☎ 02241 958070
www.malteser-menueservice.de



DLS backt für Ihr Leben gerne

Als Pionier der Bio-Bewegung hat David Lee Schlenker 1983 begonnen Bio Brot und Backwaren in Siegburg zu backen, die DLS Vollkorn-Mühlenbäckerei GmbH startete dann 1991 in Siegburg Kaldauen. Von Beginn an folgte man der Inspiration faire Bio-Backwaren für eine nachhaltige und gesunde Zukunft herzustellen. Mit dem Anstieg von immer mehr Gesellschafts- und Wohlstandsrankheiten, haben viele Menschen bei der DLS eine neue Form der Ernährung gefunden. Biologisch, frisch, lokal, möglichst wenig verarbeitet und keine Zusatzstoffe. Wenn noch der natürlich gute Geschmack, große Vielfalt und auch diätetische Lösungen dazu kommen, versteht man warum die DLS Backwaren immer beliebter geworden sind. Konsequenter BIO, Demeter zertifiziertes Getreide aus Hennef, 90% der Zutaten kommen aus der Region und das Getreide wird täglich frisch im Haus vermahlen - ganz ohne Zusätze. Die DLS verbindet Handwerk, Tradition, Verpflichtung und Passion. In Hennef wurde 2006 die neue Heimat gefunden. Es entsteht ein beachtliches Sortiment. Obwohl das Team an Mitarbeitern stetig wuchs, bleibt das familiäre und freundliche Verhältnis zu den Kunden wie am ersten Tag. Was wirklich gut ist, ist auf allen Ebenen gut. Nachhaltigkeit, sowie sinnvolles und sinngebendes, ökologisches und ökonomisches Handeln ist so vielfältig wie das Sortiment. Aus der Region, in der Region, für die Region ist von Beginn an das Motto der DLS. Das betrifft sowohl Zutaten, als auch das Team und Kunden. „Wir müssen in unsere Region investieren und den Menschen hier teilhaben lassen an dem, was wir schaffen“, so David Lee Schlenker. Rund 50 große und kleine Projekte, wie auch die Hennefer Tafel und die Jugendfeuerwehr Hennef werden unterstützt. „Wir blicken zurück auf wundervolle 30 Jahre und freuen uns auf eine gemeinsame Zukunft“, sagt der Firmengründer: „Wir sind stolz auf all die Menschen, die uns in den letzten 30 Jahren, und besonders durch die Herausforderungen der letzten Monaten, unterstützt haben.“ Jedes Brot der DLS ist ein Stück Heimat! Eben „hand made“ mit Liebe in Hennef.



DLS
Ihre Vollkorn-
Mühlenbäckerei



Leben genießen!

30 Jahre Bio Handmade in Hennef

DLS Vollkorn-Mühlenbäckerei GmbH

53773 Hennef * Conrad-Roentgen-Straße 3

53721 Siegburg * Kaiserstraße 142



DLS Vollkorn-Mühlenbäckerei



ihredls

.... und in allen gut sortierten Bioläden!

Endlich weniger Rückenschmerzen EMS Training bei Körperformen Nk.-Seelscheid

Kaum zu glauben: 20 Minuten Training pro Woche reichen aus zur Steigerung der körpereigenen Fitness und Stärkung der Muskulatur. Und wer kennt das nicht: es zwackt und zwackt und die Ursachen sind häufig banal und schnell ausgemacht - Bewegungsmangel, einseitige Belastung etc. Beruflich oder privat eingespannt, fehlt es vielen häufig an Zeit für regelmäßigen und gesundheitsfördernden Sport.

Wer dennoch nicht aufgeben will, dem sei das EMS Training empfohlen. Dank begleitender Elektroimpulse während der Trainingseinheit ist dieses Elektro-Muskel-Stimulations-Training schonend und hocheffektiv. Seit vielen Jahren wird es bereits mit großem Erfolg u. a. in der Sportmedizin oder dem Leistungssport angewendet.

Die Ergebnisse sind überzeugend und durch wissenschaftliche Studien belegt. Das Elektrostimulations-Training eignet sich bis ins hohe Alter. Aber auch zum Abnehmen, für gezielte Figurformung (z.B. Bauch, Beine, Po) oder

zum Rehasport. Menschen mit Handicap können vom Rollstuhl aus ebenfalls ein spezifisches Fitness- und Stärkungstraining absolvieren.

Rückenschmerzen gelten inzwischen als Volkskrankheit Nr. 1 in Deutschland. Ein schmerzfreier Rücken scheint für Betroffene oft ein unerreichbarer Traum. Durch EMS Muskeltraining können nun gezielt die großen und kleinen, tiefer liegenden Muskelgruppen des Rückens mit spürbarem Effekt trainiert werden. Unabhängig von Körpergröße und Gewicht bietet das EMS Training ein individuelles Trainingskonzept, das auf die Bedürfnisse und Ansprüche des Arbeitsalltags ausgerichtet ist. Dieses hat neben sichtbaren Veränderungen in Haltung und Straffheit auch signifikante Bedeutung für die Schmerzreduktion im Bereich des Rückens.

Sichern Sie sich jetzt Ihr kostenloses Probetraining bei Körperformen NK-Seelscheid und überzeugen Sie sich selbst von unserem Allround-Konzept.

KÖRPER
FORMEN

Anmelde-
schluss
15.9.2021

EMS TRAINING
GEGEN
RÜCKEN-
SCHMERZEN

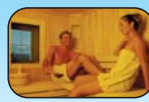


Rückenstudie sucht 30 Teilnehmer!
Anmelden & zu Sonderkonditionen trainieren!

Körperformen Neunkirchen-Seelscheid

Zeithstraße 126a | 53819 Neunkirchen-Seelscheid

www.körperformen.com



So kommt der Kreislauf in Schwung

(akz-o) Wenn die Sonne lacht und die Tage wieder länger sind, wächst die Lust auf körperliche Aktivität. Nichts wie raus – rauf auf's Fahrrad und rein in die Wanderstiefel heißt es dann für viele. Es ist empfehlenswert, den Kreislauf langsam in Schwung bringen. Übertriebener Ehrgeiz ist nach ruhigen Monaten nicht angesagt. Kondition und Leistungskraft wollen langsam wieder Fahrt aufnehmen.



Vor allem Menschen ab 60 Jahren tun Bewegung an der frischen Luft und ein hochdosierter Wirkstoff aus Blättern und Blüten des Weißdorns spürbar gut. Foto: ndabcreativity/stock.adobe.com/akz-o

Wechselduschen mit kaltem und warmem Wasser machen müde Lebensgeister nach dem Aufstehen munter. Im Garten aktiv sein, den Balkon bepflanzen oder sich dem Hausputz widmen – ganz moderat können wir so unsere Muskeln fordern und langsam Energie aufbauen. Auch eine ausgewogene gesunde Ernährung schenkt neue Power. Frisches Gemüse, Salat, knackiges Obst, dazu gesun-

de Fette von Olive, Avocado und Hülsenfrüchten bringen unsere Zellen in Schwung. Ein Geheimtipp aus der indischen Ayurveda-Heilkunst: eine Prise Kardamom im Kaffee oder Tee oder ins Essen mischen. Das aromatische Gewürz bringt den Kreislauf auf Trab und tut dem Verdauungstrakt gut.

Auch ganz natürliche Wirkstoffe verhelfen zu neuem Elan. Unter monatelangem Couch-Surfen leidet das Herz und vermindert seine Pumpleistung. Vor allem Menschen ab 60 merken dies. Crataegutt mit dem hochdosierten Wirkstoff aus Blättern und Blüten südosteuropäischer Weißdornsträucher unterstützt das Herz und die Gefäße, sodass Blut leichter in alle Winkel von Kopf bis Fuß fließt. Eine bessere Sauerstoffversorgung, mehr Nährstoffe, Vitamine und Mineralien für alle Zellen sorgen für neuen Schwung. Das pflanzliche Präparat ist gut verträglich, Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten sind nicht bekannt.

Der Wirkstoff des Weißdorns war schon in der Antike bekannt. Wissenschaftliche Studien belegen seine positiven Auswirkungen auf Herz und Kreislauf. Verantwortlich dafür sind vor allem komplexe Schutzstoffe, die sogenannten oligomeren Procyanidine (OPC). Sie stimulieren Botenstoffe, die das Gefäßsystem schützen und elastisch halten. Das Herz wird entlastet und Sauerstoff sowie Nährstoffe gelangen zuverlässig an die Zellen. Je aktiver wir sind, desto mehr Energie braucht unser Körper. Werden wir älter, fällt es unserem Herz-Kreislauf-System schwerer, die bedarfsgerechte Versorgung aller Organe zu sichern. Regelmäßige Bewegung, gesunde Ernährung, die Kräfte der Natur – unser Wohlbefinden liegt in unserer Hand.

Mobile medizinische Fußpflege Iris Fadel



Vergibt noch freie Termine!
Telefon 0163-9044355

Sichern Sie sich jetzt
Ihren Wunschtermin.

MBSR* - wirksame Stressbewältigung  zeitfuerachtsamkeit.com

Ein 8-Wochen-MBSR Kurs verbindet die zeitlose Weisheit und Wirkung von Achtsamkeit und Meditation mit Erkenntnissen der modernen Stressforschung und Psychologie. Die Kurse finden in **Rösrath** statt. Aktuelle Termine siehe Website.

* = Mindfulness Based Stress Reduction Kursleitung: Angela Kraus

Nächste Infoveranstaltung am 8. Sept. 20.00 Uhr
Mail: kontakt@zeitfuerachtsamkeit.com

 **Gammersbach Orthopädie-Schuhtechnik GmbH**

Wo drückt der Schuh? Ihre Füße schmerzen?
Wir beraten Sie fachlich & professionell!
Computer gesteuerte Fußdruckmessung

NEU bei uns: computergesteuerte Ganganalyse

Wir stellen für Sie her:

- orthopädische Maßschuhe – sensomotorische Einlagen – Sporteinlagen
- Schuhreparaturen – Schuhzurichtung – Einlagen nach Maß
- Bequemschuhe bei Hallux-valgus Problemen

Wahlscheider Straße 75 · 53797 Lohmar-Wahlscheid · Telefon: 02206 7701
E-Mail: info@gammersbach-gmbh.de · www.gammersbach-gmbh.de

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



Nachlassende Gedächtnisleistungen

(akz-o) Wenn Namen einfach nicht einfallen wollen oder immer mal wieder das richtige Wort in Gesprächen fehlt, denkt anfangs niemand an eine geschwächte Gedächtnisleistung. Die gute Nachricht: Je früher die Erkrankung bemerkt wird, desto besser sind die Behandlungserfolge. Auch leichte kognitive Beeinträchtigungen sollten ernst genommen werden, denn möglicherweise besteht ein erhöhtes Risiko für eine Demenz-Erkrankung. Bei Betroffenen ist dann die Signalverarbeitung im Gehirn zunehmend gestört und immer mehr Nervenzellen sterben ab. Rund 1,7 Millionen Menschen sind laut der Deutschen Alzheimer Gesellschaft in Deutschland von Demenz betroffen. Täglich kommen etwa 900 Neuerkrankungen hinzu.

Nachlassende Konzentration, schwindende Aufmerksamkeit und ein eingeschränktes Denkvermögen sind eine mit Scham besetzte Angelegenheit. Betroffene sprechen nicht gerne mit Angehörigen darüber. Leichter fällt ein Gespräch in der Arztpraxis.

Natürliche Wirkstoffe aus der Natur helfen bei diesem heiklen Thema. Eine aktuelle klinische Leitlinie empfiehlt den Spezial-extrakt EGb 761 bei der Behandlung von leichten kognitiven Beeinträchtigungen. Das Phytopharmakon wird in einem patentierten Verfahren aus hochwertigen Ginkgo-Blättern hergestellt und wurde von Experten wissenschaftlich auf seine Wirksamkeit geprüft. Der im Arzneimittel Tebonin enthaltene Wirkstoff EGb 761 ist in Deutschland zur Behandlung bei leichter Demenz zugelassen und der einzige seiner Art, der in Studien zu leichten kognitiven Beeinträchtigungen positive Ergebnisse gezeigt hat. Das gut verträgliche Präparat verbessert die Versorgung der feinsten Gefäße im Gehirn mit Sauerstoff und Nährstoffen und fördert die Vernetzung von Nervenzellen. Eine Einnahme über mindestens 8 Wochen wird empfohlen. Ein besonderes Plus ist das geringe Volumen der Tablet-

te. Dies schätzen besonders Menschen mit Schluckbeschwerden. Rund 30 Prozent der über 65-Jährigen fällt es schwer, Medikamente einzunehmen. Die Zunge kann Tabletten oft nicht in den Rachen befördern, manchmal ist der Schluckreflex aufgrund einer verringerten Muskulatur im Hals gestört. Ein Tipp: Aufrecht sitzen, die Filmtablette auf die Zunge legen, einen großen Schluck Wasser nehmen und den Kopf in Richtung Brust beugen und dabei schlucken. Die Filmtablette schwimmt im Mund auf dem Wasser und gelangt leichter in die Speiseröhre.



KOSTENLOSE PARKPLÄTZE

FÜR PATIENTEN ALLER KASSEN

TERMINE KURZFRISTIG VERFÜGBAR

IHRE PHYSIOTHERAPIE IN HENNEF & NEUNKIRCHEN

- Physiotherapie
- Sportphysiotherapie
- Krankengymnastik
- Massage
- Manuelle Therapie
- Manuelle Lymphdrainage uvm.



**OFFIZIELLES
THERAPIEZENTRUM**

novavital HENNEF

📍 Haus Dürresbach 1 A
53773 Hennef

☎ 02242 9171600

@ hennef@novavital-gmbh.de

novavital NEUNKIRCHEN

📍 Hauptstr. 1
53819 Neunkirchen-Seelscheid

☎ 02247 9000696

@ neunkirchen@novavital-gmbh.de



novavital
PHYSIOTHERAPIE

California Sun

Simply the Best!







Wilhelmstraße 139
(Kreisel Lidl)
53721 Siegburg
Tel.: 02241 - 65 815

Bonner Straße 126
(gegenüber KSK)
53757 Sankt Augustin
Tel.: 02241 - 165 3904

Bonner Straße 12d
(REWE XXL)
53773 Hennef
Tel.: 02242 - 904 85 85

Frouardplatz 16
(Marktplatz)
53797 Lohmar
Tel.: 02246 - 90 89 889

Pfarrer-Schaaf-Str. 14
(gegenüber Berufskolleg/Marktplatz)
53819 Neunkirchen
Tel.: 02247 - 86 15

Spitzengeräte von **megaSun** und *Ergoline* laden zu einem Sonnenerlebnis der Extraklasse ein!



AIRANGEL

SICHERE
DREIFACH-
LUFTENTKEIMUNG



Attraktive Bräune
und Vitamin D
aufladen!



SunClub
SunClub. Einfach besser sonnen.

www.CaliforniaSun.Club

 [CaliforniaSun.Club](https://www.facebook.com/CaliforniaSun.Club)

 [CaliforniaSun.Club](https://www.instagram.com/CaliforniaSun.Club)

KOLL Steine ist Gesamtsieger des Mittelstandspreis „Ludwig 2020/21“

drei (hk) Der Preis würdigt die Gesamtentwicklung und die Innovationen des Traditionsunternehmens KOLL Steine. Unter schwierigen Startbedingungen übernahm Helge Koll noch als Student den Familienbetrieb von seinem viel zu früh verstorbenen Vater. In der nunmehr 3. Generation konnte er den Betrieb sichern und in



Foto Jo Hempel

erheblichem Umfang ausbauen. Aus einem Werk mit 10 Mitarbeitern wurden innerhalb weniger Jahre drei Werke mit über 50 Mitarbeitern und es entstand ein Vertriebszentrum mit Deutschlands branchenweit größtem Showroom. Das einzigartige Vertriebskonzept lautet „Stein erleben – Indoor, Outdoor, Virtuell! 7 Tage die Woche“, das gibt's nur bei Koll!

Indoor in Deutschlands größtem Showroom in Langenfeld, Outdoor

Gesamtsieger **LUDWIG 2020/21**
KOLL STEINE

IHK-Mittelstandspreis

SCHÖNE STEINE FÜR TERRASSE EINFAHRT GARTEN, WEGE, PLÄTZE

Täglich bis 21 Uhr geöffnet

IDEEN-GARTEN

Maarstr. 85-87
Bonn

www.koll-steine.de

Jetzt kostenlos Katalog anfordern:
T: (02 28) 4 00 64-0 · service@koll-steine.de
KOLL Steine · Maarstr. 85-87 · 53227 Bonn

in den Ideengärten an allen drei Standorten oder Virtuell zu Hause am PC oder Tablet. Innovative Produkte und hohe Qualität bieten den Kunden u.a. eine reiche Auswahl an Flächenbelegen für die eigene Terrasse oder Einfahrt, Garten, Wege und Plätze.

Die Sonderedition „Elysium“ entwickelte Koll Steine zu Ehren des 250. Geburtstages des gebürtigen Bonners Ludwig van Beethoven und spiegelt mit der individuellen Oberfläche dessen Charakter wider.

Die Koll Akademie, in der sowohl Kunden als auch Mitarbeiter weitergebildet und zugleich in besonderer Art mit dem Unternehmen verbunden werden, fand besonderen Anklang bei der Jury.

Das gesamte Koll Team freut sich riesig über die Würdigung der Teamleistung mit der Verleihung des Ludwig-Gesamtsieges! Mehr unter www.koll-steine.de

Bekenntnis zum Standort Kinderklinik Sankt Augustin feiert 50-jähriges Bestehen

„Wir sind und bleiben eine echte Klinik für alle Kinder!“ Das machte die Leitung der Asklepios Kinderklinik Sankt Augustin nun erneut im Rahmen eines Pressegesprächs anlässlich des 50-jährigen Bestehens der Klinik deutlich.

Die Klinik behauptete sich in einem zunehmend schwieriger werdenden Umfeld seit über 50 Jahren. „Innerhalb dieses halben Jahrhunderts ist die Klinik seit 1971 stetig gewachsen und auch über sich hinausgewachsen. Die Höhen und Tiefen haben die Kinderklinik nicht geschwächt, ganz im Gegenteil: Wie die kleinen Patienten selbst, hat die Klinik eine starke Widerstandskraft über die Jahre entwickelt. Dies werden wir groß feiern, sobald die Pandemie Situation dies wieder zulässt.“, sagte Bernadette Rolla, Pressereferentin der Asklepios Klinik Sankt Augustin. Das Jubiläum gebe Anlass hoffnungsvoll und

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 Treeworker“ 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-Expertentippsrund 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 Baumbearbeitung 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

FOR EIN SICHERES LEBEN DER BÄUME
THE CARING HAND

zuversichtlich auf die nächsten 50 Jahre zu blicken. Nachdem „eine Reihe Mitarbeiter zu einem Mitbewerber“ gewechselt hatten, sei es zu öffentlichen und politischen Diskussionen sowie Spekulationen über eine komplette Schließung der Kinderklinik gekommen. „Das hat Unruhe ins Haus getragen und damit sicherlich auch viele gute Nachrichten und hervorragende Entwicklungen innerhalb der Asklepios Kinderklinik Sankt Augustin zuweilen übertönt“, erklärte Stefanie Wied, Geschäftsführerin der Klinik, und betonte: „Die Kinderklinik war, ist und bleibt ein Ort für eine hochprofessionelle, interdisziplinäre und weithin gefragte Neugeborenen-, Kinder- und Jugendmedizin. Sie ist mit zehn Fachabteilungen, über 600 Mitarbeitenden und rund 80.000 behandelten und betreuten Kindern im Jahr eine echte Klinik für alle Kinder.“ Mit den Veränderungen der vergangenen Jahre sei in der Kinderklinik keine medizinische Lücke entstanden, sondern Raum, bestehende Professionen zu erweitern und neue Spezialisierungen aufzubauen, ergänzte Prof. Dr. Gerd Horneff, Ärztlicher Direktor und Chefarzt der Kinder- und Jugendmedizin.



Fr. Gelhausen, Fr. Kirschbaum, Dr. Zovko, Fr. Wied, Prof. Messing-Jünger, Dr. Wiebe, Prof. Horneff. Foto: Asklepios

Ehrenamtliches Engagement

Der AWO Ortsverein Siegburg sucht Menschen, die Interesse und Zeit haben, sich sozial zu engagieren oder Kontakt zu Gleichgesinnten aufzunehmen.

„Das Zusammentreffen und Zusammenleben der Generationen gehört heute aufgrund des Wandels der Familienstrukturen immer seltener zum Alltag“, heißt es von der AWO. „Sie müssen nicht alleine Ihre Freizeit verbringen, denn Einsamkeit macht krank. Besuchen Sie unsere Begegnungsstätte und treffen Sie Menschen, die auch den Kontakt zu anderen gesucht und gefunden haben!“ Neben allgemeinen Gesprächen bei Kaffee und Kuchen bietet die AWO Spielnachmittage, aber auch Seniorengymnastik, Theatergruppe, sowie Ausflüge und Reisen an. Außerdem kann man im Chor mitsingen und im Internetcafé den Umgang mit einem Computer, iPad oder Mobiltelefon unter fachkundiger Anleitung erlernen. Zur Unterstützung und Bereicherung der Aktivitäten in der Begegnungsstätte. Die AWO sucht auch engagierte Freiwillige mit mit eigenem Garten und Interesse an der Arbeit mit und für Menschen. „Sollten Sie Lust haben, unseren AWO Ortsverein mit seinen vielfältigen Freizeitmöglichkeiten kennenzulernen oder in unserem Team mitzuarbeiten, aber auch selber kreativ zu sein, besuchen Sie einfach einmal unsere Begegnungsstätte, oder melden Sie sich bitte bei der Leiterin der AWO Begegnungsstätte, Margot Luhmer, Luisenstr. 55 Telefon 015774039646“.

ITALIENISCHER
Abend
18.09.2021
ab 18 Uhr

**kostenlose Weinverkostung
& italienische Leckerreien**

**Um eine Spende für
„Ärzte ohne Grenzen“ wird gebeten!**

Keine Reservierung notwendig.



Mittelstraße 49 - 51 | 53773 Hennef
Wir freuen uns auf Sie!

Tel. 02242 96988 380 | info@bistro-balance.de | www.bistro-balance.de

Kostenlose private Kleinanzeigen

8eckiger Couchtisch Original Eiche, gut erhalten mit geschliffener Glasplatte privat zu verkaufen. VB 75 €. Tel. 02682-8353 o. 0175-6658729.

Spaltachsen, Vorschlaghämmer, Spaltkeile von klein bis groß, Gartengeräte, 4 Stück Stahlketten, verzinkt, beidseitig mit Haken, 4m lang, Holzstammdreher. Preis VB. Tel. 0152-34391711.

Diverse Maschinenschrauben, DIN 933, 934, 912, M6 bis M16, verschiedene Längen, alle ungebraucht. Diverse Fittings, Verschraubungen, verschiedene Größen, alle neu aus MS. Preis VB. Tel. 0152-34391711.

3 Stück neue Kreissägeblätter, Hartmetall, Durchmesser: 350 mm, Bohrung : 30 mm, 40 €/Stück Preis VB. Tel. 0152-34391711.

Verschiedene Pelze - Persianer Swakara, Bisam, Nutria zusammen 120 €, auch einzeln zu erwerben.

Modelldampflock Trix 80018 Gt 33, 25 €. Mausmarionette von Ulli Stein, ca 35 cm, 35 €. Garage für Rasenroboter Marke Husqvana, neuwertig VB 150 €. Teezubereiter Samowar elektrisch VB 20 €. Golfschläger und Golfbag VB 150€, Golf Trolley VB 120€, Golfschuhe 38/39 VB 35€, 41/42 VB 45 €. Golfbälle 1 €/St.. Tel. 02242-84502.

Suche dringend Garage zum 01.10 in Hennef Zentrum für mein Auto und Fahrrad. Tel. 02242-9181874.

Weinständer, für 6 Flaschen, Schmie-deeisen plus einer vollen Sektflasche, Jahrgang 2000. Abholpreis 20 €. 0151-56074642.

Wunderschöne Bierkrüge, 20 Stück, kleine Schnapsgläser m. Goldrand, 40 Stück. Preis VB. Tel. 0151-56074642.

Massivholz, Eiche, 3-fl. Abholpreis 20 €. Tel. 0151-6074642.

13 St. Karnevalsorden, Blaue Funken, Köln, Abholpreis 50 €. Tel. 0151-56074642.

Boden-Cultivator von Stihl BC 1 für FS81,80, 86, 90, 96, 106, wenig gebraucht, VB 50 €. Tel. 02243-841221.

Appartement, 35 qm, 1 Zimmer, Küche, Diele, Wannenbad, Terrasse, Abstellraum, für 1 Person geeignet, Nichtraucher, frei nach Absprache, spätestens ab 01.11.2021, 315 EUR + NK und Kaution. Tel. 0173-4944930.

Auto-Kindersitz „Safety First“ bis 18 kg. Preis: VB. Tel. 02243-4039.

Fernsehessel, Leder, drehbarer Fuß, Sitzhöhe 43 cm, Rückenlehne, Fußteil und Kopfstütze je separat elektrisch verstellbar, 150 €. Tel.:0177-8501332 o. 02206-8525683.

Intex selbstaufblasbares Gästebett fast neu 1.40 m x 2,00 m, 40 €, Tel. 02241-336769.

Suche gebrauchtes gut erhaltenes Damenfahrrad, 28 Zoll, der Marke „Gazelle“ oder „Rabeneick“ mit 4 bis 7 Gängen, Rücktrittsbremse. Tel. 02241-69790.

Fernseher, Masse 90 mal 54 Philip's, Abholpreis 100 €. Tel. 02206-7272.

Trödelware Warenwert, ca. 300 €, Abholpreis 100 €. Tel. 02206-7272.

Turbo-Elektrohäcksler, gebraucht, Elektra Beckum TH 2000 WNB 230 V - 2200 W, Gewicht ca. 40 kg, Abholpreis 70 €. Tel. 02247-5123.

Babyschale Römer safe 40 €, Kinderstuhl IKEA 5 €. Hochwertiger Glas-tisch 80x80cm, 2lagig, mit Zwischenplatte, ebenfalls aus Glas, Metallrahmen, 70 €. Tel. 02241 336769.

Vibrationsplatte Vitaly Fit mit Halte-stangen, neuwertig, EK 227 €, Preis VB. Tel. 02241-1275954.

2 Lampen inkl. Led-Leuchtmittel, Metall elfenbeinfarben, Landhausstil, Hängeleuchte f. Wohn-Esszimmer 5 Tulpen, passende Stehlampe 3 Tulpen. Tel. 02241-381706.

Thule 4912 Dachgepäckträger incl. 3 Fahrradträger, alles abschließbar, für KFZ mit offener Dachreling, gebraucht, guter Zustand, Farbe : schwarz/ bronze-braun-metallic, selten benutzt, passend NUR für: OPEL/VAUXHALL, Modell/e: Astra/ Signum/Vectra (Typ 5-dr Estate, 03-06) oder Zafira (Typ 5-dr MPV, 05-06), zu verkaufen, Preis 55 €, nur Abholer und Barzahler (Probemontage möglich), Tel. 02241-342847.

Tiffany-Hängelampe aus Glas, Blütenkelchform Blau/Weiß/Grün, Durchm. 60 cm, VB 100 €. Tel. 02241-332596.

DVD Player (AEG) ,MP3-fähig, Bluetooth-Freisprechanlage (fürs Auto)Garmin-NAVI - Drive 50. Alle Geräte techn. einwandfrei - günstig abzugeben. Buch: Deutsche Kriegsmarine (Zeitraum: 1935-1945). Preis VB. Tel. 02241-9433760 o. 0151-70153328.

2 Stühle mit Rückenlehne in Eiche, Sitzfläche geflochten 42 x 42 cm, leichte Gebrauchsspuren, Bilder per Email möglich, VB 25,00 Euro. Tel. 02206-9199805.

DHH in Siegburg-Kaldauen, Bj 1973, 4 Zimmer, Küche, Studio, Garage und Terrasse. Wohnen: 132 qm, Grundstück 262 qm . Bad mit Dusche/WC, Gäste-WC, Studio/WC, alle mit Fenster. Keller: großer Hobby-Raum, Vorratsraum, Waschküche mit Dusche und Zugang zum Garten, Öl-Heizungsraum. Kaufpreis: 425.000 Euro, provisionsfrei von Privat an Privat. Tel. 0176/78801746

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. 02241/21052 + 21053 · Fax 02241/204229
Mobil 0176/10030710 e-mail: kontakt@Fliesen-Ziegenhals.de · Internet:www.Fliesen-Ziegenhals.de

 **Malermmeister 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

Frederik Wolf  **Steildach Flachdach Fassaden**
Dachdeckermeister www.daecher-von-wolf.de

Tel. 02248/909988 · Fax 02248/446523 · Mobil 0172/2046551

Raumausstatter Ursula Lindner  **Gardinen & Deko Atelier**
Frankfurter Str. 50, Hennef
Telefon 02242-82954
www.dekoatelier-lindner.de

- * Sonnenschutz
- * Teppichboden und Teppiche
- * Insektenschutz u.v.m...
- * Schienen/Stangen Systeme
- * Pflege Ihrer Gardinen
- * Aufmaß/Beratung

Freier MEISTERBETRIEB 

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

- HEIZUNG
- KLIMA
- BAD
- SERVICE WARTUNG

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

WOHNMOBIL-CENTER
Am Wasserturm

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
kostenlos und unverbindlich ein Angebot anfordern
03944 - 36160
www.wm-aw.de



Haben Sie bitte Verständnis dafür, das wir nicht garantieren können, dass jede Anzeige veröffentlicht wird.

Wir haben nur eine begrenzte Menge Platz zur Verfügung

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

Das nächste Stadtmagazin erscheint am 27. August 2021

Private, kostenlose Kleinanzeigen mit Ihrer Anschrift bitte an info@stadtmagazin-hennef.de

Zu Besuch bei der „Königin der Instrumente“

Insgesamt 15 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 12 und 20 haben an einem OrgelCamp teilgenommen, organisiert vom Rhein-Sieg-Kreis in Kooperation mit der Thomas-Morus-Akademie Bensberg im Rahmen des Beethovenjubiläums BTHVN2020 veranstaltet und gefördert. Das OrgelCamp fand im Rahmen des Projekts „Orgelkultur im Rhein-Sieg-Kreis“ am Katholisch-Sozialen-Institut auf dem Michaelsberg in Siegburg statt. Die jungen Musiker erfuhren Wissenswertes rund um die Orgel und wurden an das Instrument herangeführt. Unter den Nachwuchsorganistinnen und Nachwuchsorganisten waren sechs Mädchen und neun Jungen.

Neben praktischem und theoretischem Unterricht fanden unter Leitung von Andreas Würbel von der Thomas-Morus-Akademie auch Vorträge und Gespräche statt. So konnten sich die Teilnehmenden mit dem Mönchengladbacher Orgelbauer Matthias Wagner unterhalten. Zum Programm gehörte auch ein Besuch der Kölner Domorgel und eine Entdecker-Tour durch Siegburg. Gelemt und geübt wurde nicht nur



15 Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 12 und 20 Jahren haben an diesem Orgelprojekt teilgenommen und Wissenswertes rund um die Orgelerfahren. Foto: Rhein-Sieg-Kreis.

an der Orgel in der Abteikirche, sondern auch an verschiedenen anderen Kirchenorgeln in Siegburg.

„Ich freue mich mit dem ganzen Team sehr darüber, dass das Orgel-Camp erfolgreich durchgeführt werden konnte, nachdem wir es im letzten Jahr aufgrund der Corona-Pandemie kurzfristig absagen mussten“, sagte Rainer Land, Kulturamtsleiter des Rhein-Sieg-Kreises im Anschluss. „Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben viel gelernt, wie sie uns heute eindrücklich gezeigt haben. Die Faszination, die von der Orgel ausgeht, war einmal mehr spürbar. Ein herzliches Dankeschön gilt allen Mitwirkenden, die diese vier intensiven Tage zu einem Erlebnis haben werden lassen.“ In den kommenden Wochen werden anlässlich des Beethovenjubiläums BTHVN2020 auch noch weitere Veranstaltungen stattfinden. Aufgrund der Corona-Pandemie mussten sie im letzten Jahr ebenfalls zunächst abgesagt werden und können nun erfreulicherweise nachgeholt werden. Weitere Informationen dazu gibt es unter www.orgelkultur-rhein-sieg.de.

Sportler sammeln Spenden

Der Kreissportbund Rhein-Sieg e.V. hat zur Unterstützung der von der Flutkatastrophe besonders betroffenen Vereine ein Spendenkonto eingerichtet. „Das Ausmaß der Katastrophe hat uns alle zutiefst erschüttert“, so Wolfgang Müller, Präsident des Kreissportbundes Rhein-Sieg. Er hat sich selbst ein Bild von der Zerstörung vor Ort gemacht. Insbesondere in Swisttal und Rheinbach hat die Flut Sporthallen, Vereinsheime, Schießanlagen, Tennis- und Fußballplätze beschädigt oder ganz zerstört. Das gesamte Ausmaß der Hochwasserschäden wird jetzt erst sichtbar. Fest stehe, dass die Vereine die Beseitigung der entstandenen Schäden nicht aus eigener Kraft stemmen können, so Müller. „Aus diesem Grund haben wir ein Spendenkonto eingerichtet und setzen uns beim Landessportbund und der Landesregierung dafür ein, dass betroffenen Vereinen möglichst schnell und unbürokratisch geholfen wird. Alle durch Spenden eingehenden Mittel werden uneingeschränkt den betroffenen Sportvereinen im Rhein-Sieg-Kreis zugutekommen.“, versichert Wolfgang Müller. Zusätzlich hat der Kreissportbund Rhein-Sieg 5.000,- Euro aus Eigenmitteln als Ersthilfe für betroffene Vereine bereitgestellt.

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:
Tel. 0228-9887550, Fax 0228-9888757050
info@stadtmagazin-hennef.de
Anzeigenberatung und -verkauf:
Wiemar Werbeagentur
Tel. 02242/3098
E-mail: stadtmagazin@wiemar-werbeagentur.de
Marco Frommann,
Tel.: 02241-9767190
Marco.Frommann@stadtmagazin-hennef.de
Redaktion: Jan L. Dahmen, verantwortlich
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

Stellenangebot

KORZONEK
Haus & Grund GmbH

Unser Team sucht Verstärkung!

Suchen Sie eine neue Herausforderung? Wir stellen zum baldmöglichsten Termin Facharbeiter/innen ein für:

- Elektroarbeiten
- Fliesenarbeiten
- Trockenbauarbeiten
- Putzarbeiten

Sollten Sie Interesse an einer Mitarbeit in unserem Team haben, bieten wir Ihnen eine abwechslungsreiche Beschäftigung mit leistungsgerechter Bezahlung in Dauerstellung.

Kontaktmöglichkeiten:

Telefon: 02243 9185-12
eMail: haus-grund@korzonek.de
Jahnstraße 19 · 53783 Eitorf

www.KORZONEK.de



Lassen Sie sich jetzt kostenfrei beraten!



endlich **Vital**
metabolic Slim
stoffwechselaktiv abnehmen

Gratis
Abnehm-Check
bis 30. September
2021

Stoffwechsel ankurbeln und erfolgreich abnehmen

Sie möchten wissen, wie Ihr Stoffwechsel beschaffen ist?

Sie interessiert Ihr Fettanteil?

Sie wollen die für Sie am besten geeignete Abnehmethode kennenlernen und erfahren, was das alles für Sie bedeutet?

Ihr persönlicher Abnehm-Check

- Stoffwechselanalyse
- BMI-Berechnung
- Situationsanalyse
- Identifikation und Vorstellung einer geeigneten Abnehmethode

Vereinbaren Sie einen Termin **bis 30. September 2021** für eine kostenlose Erstberatung in einem unserer SI Ernährungsinstitute.



„Wenn nicht jetzt, wann dann“
Brigitte Humbeck (56)
Köln

- 19 Kilo
in 9 Wochen
Brigitte Humbeck (56)
Köln



„Bin total begeistert. Das war die beste Entscheidung die ich getroffen habe.“
Antonino Garrubbo (45)
Bochum

- 31 Kilo
in 10 Wochen
Antonino Garrubbo (45)
Bochum



SI Ernährungsinstitut

Köln · Bonn/Rhein-Sieg · Bergisches Land



www.si-ernaehrungsinstitut.de

Siegburg
02241 - 938 03 05

Bergisch Gladbach
02204 - 984 39 99

Köln-Marsdorf
02234 - 933 64 93

Köln-Deutz
0221 - 989 371 70