

## Nicht nur für Senioren: „Liebvolle Betreuung“

Was passiert, wenn im Alter oder durch Krankheit die körperlichen Einschränkungen zunehmen und durch die geringe Belastbarkeit die alleinige Führung des eigenen Haushalts nicht mehr gewährleistet ist?

Den Menschen aus seinen gewohnten vier Wänden in eine fremde Umgebung abgeben? Das möchte niemand. Deshalb kommt für viele Menschen ein Alters- oder Pflegeheim nicht in Betracht. Zu groß sind die Ängste, sich in einer ungewohnten Umgebung zu Recht zu finden. Diese Menschen brauchen jemand, der sie oder ihre Angehörigen zuverlässig und professionell in familiärer und gewohnter Umgebung betreut.

Dafür gibt es jetzt „Liebvolle Betreuung“. Mit einem professionellen und sympathischen Vermittlungsteam, das Wert darauf legt, dass sich die Kunden wohl und gut aufgehoben fühlen. Mitarbeiter Richard Hübner erläutert die Firmenphilosophie: „Wir sind nicht nur ein reines Vermittlungsteam. Uns liegt sehr am Herzen, auch genügend Zeit für das Zwischenmenschliche zu finden. Durch sorgfältige Auswahl der Alltagshilfe je nach den individuellen Bedürfnissen des Kunden. Während der ganzen Betreuungszeit sind wir die Ansprechpartner!“

Die „Liebvolle Betreuung“ beschränkt sich nicht nur allein auf Senioren. Sie gibt es auch für kranke und behinderte Menschen und kann auch während der Schwangerschaft in Anspruch genommen werden. Kostenloses Info-Telefon 0800-667 55 99. (ht).

## Stadtteilbibliothek: Jutta Kossul neue Leiterin

Die Stadtteilbibliothek in Rodenkirchen, Schillingsrotter Straße 38, hat eine neue Leiterin: es ist Jutta Kossul, die bisher als stellvertretende Leiterin in der Stadtteilbibliothek in Nippes tätig war. Sie hat die Nachfolge von Erika Röttgen angetreten, die den Posten 38 Jahre lang bekleidet hatte und nun in den wohlver-



Jutta Kossul (links) hat die Leitung der Stadtbibliothek Rodenkirchen von Jutta Röttgen übernommen.

Foto: Baiat.

dienten Ruhestand gegangen ist.

„Ich bin hier in Rodenkirchen sehr freundlich aufgenommen worden“, so die neue Leiterin zum Bilderbogen. Sie lobt ausdrücklich die Zusammenarbeit mit dem Förderverein „Literamus“, der in den ersten vier Wochen gleich vier Veranstaltungen in der Bücherei durchgeführt hatte. „Das reichte von der Geschichtswerkstatt bis hin zum Konzert mit Gerd Köster, den ich schon vom 100-jährigen der Stadtbücherei in Nippes im letzten Jahr kannte“, so Jutta Kossul.

Sie sieht die Stadtbücherei ebenso wie ihre fünf Mitarbeiter als reges Kulturzentrum, bei dem die Leseförderung von Kindern an oberster Stelle steht. In der Stadtteilbücherei in Rodenkirchen kann man über 30.000 Medien ausleihen, in der Hauptsache Bücher, aber auch Hörbücher, DVDs mit Spielfilmen, Reiseführer, Musik CDs, Computerspiele. Wii-Spiele für Kinder und Erwachsene sind im Moment der Renner, und seit neuestem sind auch zweisprachige Kinderbücher im

Angebot. Die Ausleihe kostet im Jahr 38 Euro, es gibt aber auch Angebote für kurzfristige Mitgliedschaften. Die Öffnungszeiten: montags und dienstags von 12 bis 18 Uhr, donnerstags von 11 bis 19 Uhr, freitags von 10 bis 18 Uhr und Samstag von 10 bis 14 Uhr. (ht).

## TVR: Gesund und fit in den Frühling

Wer richtig trainiert, stärkt Gesundheit und Wohlbefinden und ist fit für den Alltag. Der Turn-Verein Rodenkirchen hat ein vielfältiges Angebot rund um Fitness und Gesundheitssport. „Die richtige Dosierung macht es“, sagt die Vorsitzende Iris Januszewski. „Der Stoffwechsel wird angeregt, die Muskulatur gestärkt, Verspannungen entgegen gewirkt. Ich empfehle den Atama-Gesundheitszirkel, weil hier Agonisten und Antagonisten ausgeglichen trainiert werden.“

Wer es lieber Gelenk schonend und aktiv-spritzig mag, kann sich bei Aquafit und Aquagymnastik

so richtig auspowern. Fit in den Frühling kommt man auch mit dem Beckenbodentraining, der Wirbelsäulen-Gymnastik, Pilates, Rücken aktiv und Gesundheitssport mit koronarem Hintergrund. Walking, Yoga, Osteoporose-Gymnastik, Qi Gong und das Wellfit-Training runden das Angebot beim Turn-Verein Rodenkirchen ab.

Wer noch mehr über das Sportangebot im TVR erfahren möchte, informiert sich im Internet unter [www.tvr-rodenkirchen.de](http://www.tvr-rodenkirchen.de) oder ruft auf der Geschäftsstelle unter Telefon 0221/35 23 80 an. Ganz neu: jeden Freitag gibt es von 19.30 bis 20.30 Uhr im Gymnastikraum im Hallenbad „Zumba“. (ht).

## Auf den Sattel, fertig, los!

Das Amt für Straßen und Verkehrstechnik hat sieben neue Vorschläge für ausgiebige Erkundungsfahrten mit dem Rad durch Köln erarbeitet. Jede Tour ist in einem eigenen Faltblatt ausführlich beschrieben. Zusammen mit den sechs, bereits im Sommer 2010 veröffentlichten Radfahr-vorschlägen stehen Radlern nun Informationsschriften für 13 interessante Routen quer durch das gesamte Stadtgebiet zur Verfügung.

Die Faltblätter für die sieben neuen Strecken haben die Titel: „Mit dem Rad... - ...am Rhein entlang durch Marienburg, Rodenkirchen und Porz“, - ...rund um Kalk“, - ...rund um Chorweiler“, - ...in den Nordwesten Kölns“, - ...auf den Spuren des preußischen Kölns im stadtnahen Grün“, - ...auf den Spuren des preußischen Kölns im linksrheinischen äußeren Grüngürtel“, - ...auf den Spuren des preußischen Kölns im Rechtsrheinischen“.

Das ansprechende Design der Faltblätter zeichnet sich durch eine Mischung aus Radwegekarten, Fotos und Texten aus. In den sehr übersichtlich gestalteten Karten sind zusätzlich zum Tourverlauf auch die Stadtbahnlinien und S-Bahnhöfe sowie Anschlusspunkte zum weiteren Kölner Radverkehrsnetz dargestellt. Ziffern in den Karten weisen auf sehenswerte Orte hin, die im Text näher erläutert werden. Eine Wegebekanntmachung in Kurzform,