

Natur Auf in den Süden



Diese Ausgabe enthält
18 Seiten Veranstaltungstipps

für Bonn | Königswinter | Oberpleis
Bad Honnef | Rheinbreitbach | Unkel
Erpel | Linz



Königswinter

Kaffee made am Rhing

Gesundheit

Risiko Zuckerkrankheit

Zeitsprung

Kennen Sie Dr. Eisenbarth?



Probewohnen in der Parkresidenz! – Wir haben's getestet!

Parkresidenz

BAD HONNEF



Drei Nächte für nur 299,- EUR p.P.* in einem unserer Appartements inkl. Vollpension und der Möglichkeit zur Teilnahme an unserem vielfältigen Veranstaltungsprogrammen.

* 2. Pers. zzgl. 60,- EUR

Besichtigungstermin nach Vereinbarung. Auch an Wochenenden möglich.

Bitte fordern Sie Ihr persönliches **Exposé** an · **Tel.: 0 22 24 / 18 30**
 Am Spitzenbach 2 · 53604 Bad Honnef · www.parkresidenz-bad-honnef.de

SIEG REHA



SIEG PHYSIO-SPORT

**Tagsüber Reha –
 abends zu Hause!**

++ SIEG Reha in Hennef
 Mittelstraße 51 und Dickstraße 59 | 53773 Hennef
 Telefon: 02242.96 988-0 | E-Mail: info@siegreha.de

ÜBER 15 JAHRE ERFAHRUNG IN DER AMBULANTEN REHA

An zwei Standorten in Hennef sind wir für Sie da. Mit unserer Erfahrung helfen wir Ihnen Ihre körperliche Leistungsfähigkeit zu verbessern und das seelische Gleichgewicht zu finden.

AMBULANTE REHABILITATION für die Indikationen:

- ⊕ Orthopädie ⊕ Neurologie ⊕ Kardiologie ⊕ Psychosomatik

IHRE VORTEILE

- ⊕ Fachbereichsübergreifende Zusammenarbeit unsere Ärzte und Therapeuten bei Mehrfacherkrankung möglich
- ⊕ Intensives und konzentriertes ambulantes Therapieangebot
- ⊕ Wohnortnahe Therapie, auch berufsbegleitend möglich
- ⊕ Enger Kontakt zu vor- und weiterbehandelnden Ärzten, optimale Einbringung der Reha-Maßnahmen in die Gesamtbehandlung

UNSER SERVICE

- ⊕ Fahrdienst
- ⊕ Täglich frisch zubereitete Mahlzeiten
- ⊕ Ruhemöglichkeit in separaten Räumlichkeiten



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

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

Tag der offenen Tür

Samstag, 12.11.2016
 von 11:00 – 17:00 Uhr

Unser Programm auf: www.siegreha.de

Alle Kassen- Vertragspartner der Berufsgenossenschaften und der Rentenvorsicherungsträger

Liebe Leserin und lieber Leser,

packt Sie auch hin und wieder die Melancholie, wenn sich über unseren Köpfen lautstark die Zugvögel sammeln, um gen Süden zu ziehen? Die haben es gut, sie entfliehen dem fiesen, nasskalten Winter, so schießt es vielen an kühlen Herbsttagen durch den Kopf. Tatsächlich ist es für Kraniche und andere Zugvögel jedoch alles andere als eine gemütliche Erholungsreise, sondern eine **Flugreise ins Ungewisse**, entlarvt Diplom-Biologe Ulrich Sander auf den Seiten 4 bis 6. Weiter geht es mit bewährtem Rat von unserem Rechtsanwalt Christof Ankele. Er verrät, was zu tun ist, wenn man beim Blick auf

die Handy-Rechnung merkwürdige Posten entdeckt: Lesen Sie **Bei Anruf Abzocke?** auf Seite 7 und erfahren Sie, dass Sie beileibe nicht wehrlos in dieser Lage sind. Einst konnten sich die Königswinterer sicher sein, dass ihr Kaffee frisch geröstet in die Tüte kam: Peter Krämer in der Von-Weiss-Straße verstand sich darauf, den farblos-grünen Bohnen aus dem Lager in seiner Rösttrommel das perfekte Aroma zu entlocken. Beweis dafür war der wohlbekannte **Kaffeeduft am Rhein**. Die frisch gerösteten Bohnen kamen damals erst zu Hause in die handbetriebene Kaffeemühle. Frischer geht es kaum noch! Benjamin

Bidder erzählt die Geschichte des Kaffees made in Königswinter auf den Seiten 8 bis 11.

Wie gesund ist Kaffee eigentlich? Darüber streiten sich die Geister. Hin und wieder machen Studien Schlagzeilen, wonach der regelmäßige Genuss von Kaffee vor Typ-2-Diabetes schützen könnte. Was alles dazu führen kann, dass Sie an Diabetes erkranken, verraten wir Ihnen auf den Seiten 12 bis 15: **Süßes Gift**.

Ungewiss war früher der Ausgang einer ärztlichen Behandlung. Glaubt man einem bekannten Trink- und Studentenlied, trieb einst ein besonders schlimmer Kurpfuscher mit Namen Dr. Eisenbarth sein Unwesen. Doch den Arzt gab es tatsächlich, wie Ihnen Margitta Blinde auf Seite 17 berichtet: **Gestatten, Dr. Eisenbarth!**

Zu guter Letzt sprechen wir auf Seite 18 noch eine **Einladung zur Schmöckerstunde** aus, bevor wir

Sie mit reichlich Vorschlägen für Unternehmungen im November versorgen.

Eine Leseprobe finden Sie auf 19: Die Unkeler Falte ist ein Nachdruck aus der neuen Publikation 111 Orte im Siebengebirge, die man gesehen haben muß. Eine Besprechung dieser Publikation finden Sie in unserer Oktober-Ausgabe.

Unser **Veranstaltungskalender** beginnt ab Seite 20. Viel Spaß beim Lesen und beim Verplanen der kühlen Novembertage wünscht Ihnen und Ihren Lieben



Kurz und knapp

Natur
Flugreise ins Ungewisse Seite 4

Ihr Recht
Bei Anruf Abzocke? Seite 7

Königswinter
Kaffeeduft am Rhein Seite 8

Gesundheit
Süßes Gift Seite 12

Zeitsprung
Gestatten, Dr. Eisenbarth ... Seite 17

Kaleidoskop
Einladung zur Schmöckerstunde Seite 18

Geologie
Die Unkeler Falte Seite 19

Veranstaltungskalender
für den Monat November ... Seite 20

Impressum Seite 38



52 mal im Jahr Freude schenken

Jetzt finden Sie bei uns
die schönsten Kalender
für 2017

Hauptstraße 60 a | 53604 Bad Honnef
Tel. 0 22 24 - 7 10 90 | Fax 7 10 19



Flugreise ins Ungewisse

In diesen Wochen treffen sich etliche Vögel, um gen Süden zu ziehen. Vor allem große Schwärme, laute Rufe oder imposante Flugformationen lassen uns wehmütig-verzückt den Blick gen Himmel richten. Der Vogelzug ist Wissenschaftlern bis heute ein Rätsel – und kostet zahlreiche Vögel das Leben.

Zu den auffälligsten Naturscheinungen gehört der Zug der Kraniche. Sein Schwerpunkt fällt meist zwischen Mitte Oktober und Mitte November: Die Tiere sind mit einer Spannweite von mehr als zwei Metern ausgesprochen groß, lassen permanent ihre charakteristischen Trompetenrufe erschallen und ziehen in Anordnung eines Keils oder einer langen Kette. Charakteristisch für die Flugsilhouette sind der lange Hals und die langen Beine. Die Trupps bestehen aus wenigen Dutzend bis meistens 100 oder 250 Individuen. Manchmal kommt es zu „Riesenschwärmen“ von 300, 500 oder in Ausnahmefällen mehr als 1.000 Tieren.

Herbstliches Symbol

Bis zu 10.000 Kraniche sammeln sich im Mittelrheingebiet an den Spitzen-Zugtagen. Gemeint sind

sonnig-klare Tage, an denen es bereits kühler ist und eine frische Brise weht. Die Kraniche ziehen dann Richtung Südwesten. Ihr Ziel sind die wintermilden Gebiete in Südwesteuropa: Vor allem Südfrankreich und Spanien. Nur ein geringer Teil der Vögel fliegt noch weiter bis nach Nordafrika. Kraniche sind geschickte und ausdauernde Flieger, die Tagesetappen von 2.000 Kilometern zurücklegen können. Trotzdem gilt die Art als Kurzstreckenzieher, die überwiegend auf dem europäischen Kontinent bleibt. Langstreckenzieher fliegen deutlich weiter nach Zentralafrika oder gar bis in Winterquartiere auf der Südhalbkugel.

Woher kommen die Tausende Vögel, die im Volksmund auch „Hohlgänse“ genannt werden – obwohl sie überhaupt nicht mit den Gänsen verwandt sind?

Ende des Zweiten Weltkriegs existierten hierzulande nur noch wenige Hundert Brutpaare. Dank in-

tensiver Schutzmaßnahmen hat sich der Bestand erholt, so dass in Deutschland mittlerweile etwa 9.000 Paare brüten. Sie besiedeln Feuchtgebiete und die Umgebung von Seen, vor allem in Mecklenburg-Vorpommern, Brandenburg und Schleswig-Holstein. Deutlich mehr Brutpaare leben in Skandinavien, im Baltikum und in Osteuropa.

Gemeinsam geht's besser

In Deutschland liegen aber nicht nur wertvolle Brutgebiete des Kranichs. Hierzulande befinden sich auch zentrale Rast- und Sammelgebiete. Das Zuggeschehen erfolgt nämlich nach einem komplexen Muster. In den Brutgebieten Europas treffen sich bereits im Spätsommer regional etliche Familien, die gemeinsam auf Nahrungssuche gehen und Schlafgemeinschaften bilden. Nach bisherigen Erkenntnissen treffen

sich die lokalen Gemeinschaften immer an denselben Sammelplätzen. Dort herrscht folgender Tagesrhythmus: Aufwachen, Gefiederschütteln und (Kontakt-) Rufe in der Morgendämmerung, Abflug bei Sonnenaufgang in die Nahrungsgebiete, Eintreffen an Zwischensammelplätzen am späten



Nachmittag, Rückflug zum Schlafplatz in der Abenddämmerung. Dann schlafen die Vögel, während sie im flachen Wasser stehen.

Auf in den Süden!

Wenn die Tage kälter werden, sammeln sich Tausende von Kranichen an den Rast- und Startplätzen in Ostdeutschland: Bekannt sind zum Beispiel die Tal Sperre bei Kelbra im Südharz in Sachsen-Anhalt. Dort rasten bis zu 17.000 Tiere. Auch die Region um die Gemeinde Groß Mohrdorf in Mecklenburg-Vorpommern beherbergt zeitweise etwa bis zu 70.000 Kraniche. Eine solche Vielzahl der eleganten Vögel ist ein großartiges Naturschauspiel. Seit mehr als 20 Jahren kann man sich dort in einem Kranich-Zentrum über das Spektakel informieren

10 Jahre Lichterfest
in Oberpleis
24. November
17 – 22 Uhr

Schmuckwerkstatt Mondstein | Dollendorfer Str. 5 | 53639 Königswinter | 02244-9279508 | www.schmuckwerkstatt-mondstein.de

und es von Aussichtstürmen und Beobachtungspunkten bewundern. Die große Zahl an Fliegern ist schnell erklärt: Es handelt sich gewissermaßen um einen „internationalen Flugplatz“, an dem sich Kraniche von zwei Linien aus Nord- und Osteuropa sammeln. Haben sie genügend Nahrung aufgenommen und kündigt sich der erste Frost an, nehmen sie den langen Flug gen Süden in Angriff.

Schon zwei Tage vor Zugbeginn zeigen sich Abweichungen vom üblichen Tagesrhythmus: Die Tiere rufen häufiger, tanzen und sind auch nachts unruhig. Der eigentliche Abflug erfolgt oft in Verbindung mit günstigem Wind und Temperaturveränderungen. Der Zug in den Süden verläuft auf

relativ konstanten, auf das Fernziel gerichteten Korridoren, so dass Experten von einem „Schmalfrontzug“ sprechen

– auch wenn eine Viertelmillion Tiere diese Route absolvieren. Die Kraniche meiden allerdings die Höhenlagen der Mittelgebirge: Dort fehlt einerseits die Thermik, was es ihnen erschwert, Höhe zu gewinnen. Andererseits tritt dort häufig Nebel auf – der eine tödliche Gefahr sein kann. Etliche Trupps passieren bei ihrem Flug von Hessen gen Süden die Köln-Bonner-Bucht oder die Region des Koblenz-Neuwieder-Beckens. Sogar die übliche Flughöhe der Tiere ist bekannt – unter anderem durch Auswertung von Radarsignalen. Demnach liegt die bevorzugte Flughöhe bei 100 bis 400 Metern. Bei dieser Entfernung können wir leicht auf die Rufe aufmerksam werden, die umso häufiger sind, je dunkler, nebliger oder wolkiger es ist.

Die Kraniche halten so Kontakt zueinander. Geübte Vogelkundler können sogar die tieferen Trompetenrufe der Alttiere von den piepsigeren Lauten der Jungtiere unterscheiden, die nun erstmals die Zugroute und sämtliche Überlebensstrategien von ihren Eltern erlernen.

Strapaziöse Reise

Für die Jungtiere dürfte der Flug allerdings kein aufregendes Abenteuer sein, sondern eine Strapaze: Jungvögel wiegen noch deutlich weniger, sind weniger kräftig, geübt und genährt als ihre Eltern. Entsprechend weniger Führungsarbeit müssen sie leisten. Die markante Flugformation dient dazu, Energie zu sparen: Die Tiere halten sich möglichst im Windschatten eines vorausfliegenden Artgenossen auf. Die erwachsenen, erfahrenen Tiere wechseln sich regelmäßig bei der Führungsarbeit ab. Daher ändert sich die Formation – und auch ihre Form – ständig.

An manchen Stellen löst sich die charakteristische Kette ganz auf, und die Tiere beginnen zu kreisen. So können sich die Vögel zum einen neu orientieren. Zum anderen nutzen sie so aufsteigende Warmluft, um sich weiter in die Höhe zu schrauben. Danach geht es – mit den üblichen schallenden Rufen – weiter nach Südwesten.

Hin und wieder legen Kranichschwärme auch in Rheinland-Pfalz oder Nordrhein-Westfalen Zwischenstopps ein, um sich auszuruhen, zu fressen oder auch Schlechtwetterperioden abzuwarten. Dann kann man sie auf Äckern und Wiesen schreiten sehen, was hierzulande ein seltener und erhabener Anblick ist.

Tödliche Fehler

Im Gegensatz dazu kann es durch „unplanmäßige Stopps“ zu dramatischen Zwischenfällen kommen. Zugvögel sind als Viel- und

Unsere Leistungen

- Garten- & Wegebau
- Außenanlagen
- Erdarbeiten
- Grün- u. Gehölzschnitte
- Garten- u. Grabpflege, Dauerpflege, Jahrespflege
- Bewässerungssysteme und Teichbau
- Terrassenbau
- Zaunanlagen
- Carports u. Mülltonneneinfassungen
- Renovierungen
- Reparaturen und Instandhaltung rund um Haus und Hof
- Hausmeister- u. Servicedienste
- seniorengerechte Immobilienbetreuung

Und wir können noch mehr!
Fordern Sie uns!



Moore & Zlobicki

Büro Erpel: Heisterer Str. 24 b • 53579 Erpel
Tel. 0 26 44 - 8 08 44 20 • Mobil: 0157 - 88 64 87 22
Mail: bogenbau.moore@yahoo.de

Die Waldwölfe

Verschlafen Sie Weihnachten nicht!



ANTJE SIEMON FOTOGRAFIN

[Hochzeit] [Portrait] [Event] [Business]

Königswinterer Str. 628 | 53227 Bonn
Telefon 0179 - 510 14 79

briefe@antjesiemon.de
www.antjesiemon.de

Auch Gutscheine
ermäßig!

INNENAUSBAU
WOHNMÖBEL
BAUSCHREINEREI

PETER TURANSKI
SCHREINERMEISTER

Gehobener Innenausbau und repräsentative Objekteinrichtungen

Jakobstraße 30 a . 53227 Bonn
Fest: 0228 . 44 17 71 . Fax: 0228 . 24 96 278
Mobil: 0172 . 77 18 518
info@schreiner-turanski.de . www.schreiner-turanski.de



Wunderschöne Adventskränze, weihnachtliche Gestecke, aber auch alles, was Sie brauchen, um Ihren Adventskranz selbst zu gestalten, halten wir für Sie bereit!

Kommen Sie zu uns.



Inhaber: Thomas Steinmann | Linzer Str. 117 | 53604 Bad Honnef
 Telefon: 0 22 24 - 33 48 | Fax: 96 16 57
 thomas-steinmann@t-online.de | www.blumen-neffgen.de

Fernflieger zwar mit beneidenswerten Navigationsfähigkeiten ausgestattet: Sonnenstand, Sternenhimmel und Magnetfeld der Erde erkennen sie und leiten die Richtung daraus ab. Doch bei ausgedehntem Nebel oder tiefen Wolkenmassen, in die sie manchmal geraten, versagt der Orientierungssinn. Die Tiere verringern entweder immer weiter ihre Flughöhe oder beginnen zu kreisen, und ermüden irgendwann. Wenn dann nachts Laternen, nassglänzender Asphalt und Autoscheinwerfer verführerisch leuchten und dadurch womöglich rettenden Wasserflächen ähneln, gehen die Tiere fatalerweise zur Lan-

Sie gingen in der Stadt nieder, kamen zu Tode oder irrten stundenlang hilflos umher. Erst als die Anwohner nach Aufforderung das Licht löschten und der Energieversorger die Straßenbeleuchtung abschaltete, beruhigten sich die Tiere in der Dunkelheit und flogen morgens weiter. Etwa 100 Kraniche verunglückten erst im Januar 2016 tödlich an einer Stromleitung in Havelland in Brandenburg, in die sie bei dichtem Nebel hineinfliegen. Nicht besser sieht es an Windrädern aus, deren Zahl bekanntlich wächst und die eine tödliche Gefahr nicht nur für Kraniche sind. Man darf und soll also durch-



zung über. Mit mehr als einem Meter Größe und sechs bis sieben Kilo Gewicht handelt es sich um durchaus stattliche Tiere. Ein Aufprall auf der Autobahn oder gegen ein Fahrzeug hat für sie fatale Folgen.

An Spitzen-Zugtagen sammeln sich häufig mehr als 10.000 Kraniche um in den Süden aufzubrechen

Bild: Wikipedia Frank Liebig

Katastrophenartige Unglücke passierten 2012 in Brandenburg oder 2013 im thüringischen Hainich, wo jeweils Dutzende Kraniche ums Leben kamen: Sie prallten gegen Häuserwände und LKW oder landeten auf Autobahnen und Straßen, wo sie vom Verkehr erfasst wurden. In bis dahin unbekanntem Ausmaß kam es im November 1998 zu einer Notlandung von etwa 2.000 Kranichen in Ulrichstein (Vogelsberg, Hessen).

aus erfreut und verzaubert zum Himmel blicken, wenn die Vogelschwärme als ein Phänomen der Jahreszeiten vorüberziehen. Doch man muss sich von der Vorstellung verabschieden, dass dies eine leicht-beschwingte, vergnügliche Flugreise in südliche Gefilde ist. Vielmehr sollte man diesen eindrucksvollen Tieren, die in Schweden, China oder Japan ein Symbol des Glücks sind, ihrerseits viel Glück wünschen.

Ulrich Sander

Seit 25 Jahren Baumdienst Siebengebirge Nun schon in zweiter Generation

Weit über die Grenzen des Siebengebirge 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 (25) und Alexander (23) leiten seit ihrer Ausbildung zum „European Treeworker“ sowie zum „Baumkontrolleur“ bereits eigene Teams im Westerwald und NRW.

Luke Blackburn (19) wird die Teams nach Abschluss seiner Ausbildung bei Fachfirmen und Kollegen im In- und Ausland bald ergänzen. Die Tradition des angesehenen Familienunternehmens wird erfolgreich fortgesetzt!

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 Baumbewertung kostenlos

Sie werden ins nächste Büro verbunden: Bonn, Siegburg, Linz, Königswinter, Köln, Düsseldorf, Berg, Gladbach, Mayen, Neuwied, Montabaur, Altenkirchen. Tel. 02645 / 9756-0, Fax: 02645 / 9756-10

WWW.BAUMDIENST-SIEBENGEIRGE.DE
GEBÜHRENFREIE HOTLINE 0800 / 228 63 43

Bei Anruf Abzocke?

Leicht gelangweilt schweift der Blick über die Kontoauszüge. Doch was ist das? Der Mobilfunk-Anbieter bucht plötzlich deutlich mehr ab als früher? Ein Blick auf die entsprechende Telefonrechnung offenbart bis dato unbekannte Kostenpositionen. Was ist hier zu tun?

Zunächst einmal gilt es, nachzufahnden, woher die Kosten stammen: Der Mobilfunkanbieter ist nach § 45 h des Telekommunikationsgesetzes unter anderem verpflichtet, auf seinen Rechnungen den Namen und die Adressen der Firmen anzugeben, die für den betreffenden Anschluss Gebühren geltend machen. Wer den genannten Firmennamen im Internet in eine Suchmaschine eingibt, stellt häufig fest, dass es sich um einen sogenannten Drittanbieter mit höchst zweifelhaften Angeboten handelt. Was tun, wenn man sich sicher ist, dass man kein derartiges Angebot in Anspruch genommen hat?

Die erste Beschwerde beim Telefonanbieter läuft meist ins Leere: Dieser verweist auf den – meistens im Ausland ansässigen – Drittanbieter und besteht auf der Begleichung der vollständigen Rechnung. Andernfalls käme auch eine Sperrung der SIM- Karte für das Telefon in Betracht. Doch das ist so nicht korrekt: Der Mobilfunkvertrag verpflichtet den Kunden, für Leistungen seines Anbieters entsprechende Entgelte zu zahlen. Die Berechtigung des Anbieters, Leistungen von anderen Unternehmen über diesen Vertrag abzurechnen, ergibt sich in aller Regel aus dessen Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Diese werden jedoch nur dann wirksamer Bestandteil des Hauptver-

trages, wenn sie bestimmte Bedingungen erfüllen. Unter anderem dürfen sie für den Vertragspartner nicht überraschend sein. Außerdem dürfen für den Hauptvertrag wesentliche Regelungen nicht im Kleingedruckten untergebracht werden.

Nicht abwimmeln lassen

Eine Bestimmung aber, die es einem Unternehmen ermöglicht, die Ansprüche von Dritten geltend zu machen, ohne sich gleichzeitig mit den dagegen gerichteten Einwänden des eigenen Vertragspartners auseinandersetzen zu müssen, verstößt gegen diese Anforderungen an Allgemeine Geschäftsbedingungen.

Das Landgericht Potsdam hat in einer Entscheidung vom 26. November 2015 (Az. 2 O 340/14) einem großen Mobilfunkanbieter untersagt, zu behaupten, man müsse sich bei Einwänden an den Drittanbieter wenden, um eine entsprechende Gutschrift zu erhalten: Aus Absatz 3 von § 45 h des Telekommunikationsgesetz ergebe sich hinsichtlich etwaiger Einwände ein direktes Zugriffsrecht des Kunden auf „seinen“ Anbieter.

Angesichts der vielen Möglichkeiten, auf seinem Smart-Phone unbewusst in eine Kostenfalle zu tappen, sollte man jeden Monat seine Mobilfunkrechnung durch-

sehen – auch, wenn sie nur als Anlage zu einer E-Mail übersandt wird (was bei einer entsprechenden vertraglichen Vereinbarung zulässig ist). Denn nach dem Telekommunikationsgesetz müssen Kunden eine zugestellte Rechnung innerhalb von acht Wochen nach Zugang des Schreibens beanstanden. Ist diese Frist abgelaufen, gilt die Rechnung als genehmigt. Wichtig: Der Kunde sollte nicht pauschal die Höhe der Rechnung monieren, sondern konkret direkt auf einzelne Rechnungspositionen eingehen. Ein entsprechendes Schreiben beziehungsweise eine E-Mail sollte innerhalb der Acht-Wochen-Frist auch an den Drittanbieter gehen. Von Anrufen ist schon aus Beweisgründen abzuraten. Um nicht in Zahlungsverzug zu geraten, sollte man dennoch die Rechnung in der unstrittigen Höhe auf jeden Fall begleichen. Wer eine Einzugsermächtigung erteilt hat, kann diese widerrufen, wenn sich der Anbieter weigert, den zu viel gezahlten Betrag zurück zu erstatten. Die Überweisung des korrekten Betrages muss dann jedoch rechtzeitig erfolgen.

Wer auf Nummer sicher gehen will, kann von seinem Anbieter die kostenlose Einrichtung einer Drittanbietersperre verlangen. Diese kann auch auf einzelne Dienste (Spiele, Inhalte für Erwachsene etc.) beschränkt werden.

Rechtsanwalt Christof Ankele – auch Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht
www.sunda-rechts-anwaelte-bad-honnef.de

Die exklusive Geschenk-idee



ERZGEBIRGISCHE VOLKSKUNST

Originalartikel aus den Traditionswerkstätten des Erzgebirges

Große Auswahl zu günstigen Preisen

- * Schwibbögen
- * Spieldosen
- * Pyramiden, 1–4stöckig (auch Ersatzteile)
- * Räuchermänner
- * Nußknacker
- * Engelchen
- alles von Wendt und Kühn
- * Herrnhuter Sterne

Öffnungszeiten:
Di.–Fr. 15.00–19.00 Uhr
Sa. 10.00–14.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Im Dezember samstags von 10.00 bis 16.00 Uhr

Helga Brinsa
Selhofer Straße 84c
53604 Bad Honnef
Telefon (0 22 24) 94 05 47

Kosmetik Fußpflege

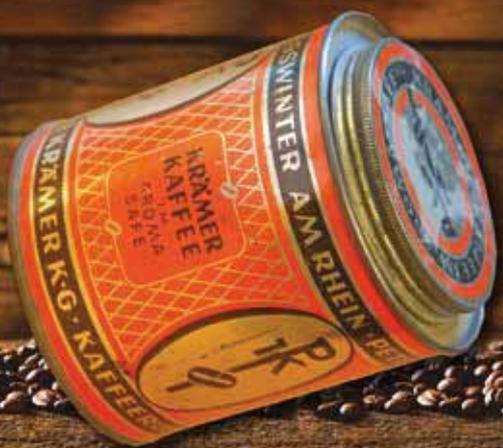


JUTTA SCHMIDT

Kosmetik- und Fußpflegestudio

Hauptstraße 439
Königswinter
Telefon: 0 22 23 – 28 77 6
Öffnungszeiten:
Dienstag bis Freitag
9 bis 18 Uhr
Montags geschlossen

Kaffeeduft am Rhein



Auch das moderne Internet birgt Schätze aus alter Zeit. So zeigt zum Beispiel das Döllendorfer Virtuelle Brückenhofmuseum eine alte Kaffeedose aus der Zeitperiode, als Lebensmittelhändler in der Region die Bohnen noch selbst für ihre Kunden rösteten - und die heutige Alltagsware Kaffee für viele Bürger ein seltener Luxus war.

Alteingesessene Königswinterer Bürger können sich womöglich noch daran erinnern: In den 50er- und 60er-Jahren des vergangenen Jahrhunderts breitete sich bei Windstille der angenehm-aromatische Duft frisch gerösteten Kaffees in den Straßen und Gassen aus. Die Bewohner der Altstadt wussten dann: Der Lebensmittelhändler in der Von-Weiss-Straße hatte wieder die Gasflamme unter seiner Rösttrommel angeworfen. Der Geruch ist längst verfliegen, den Laden in der Von-Weiss-Straße gibt es schon lange nicht mehr und auch die Kunst des Röstens beherrschen nur noch wenige. Kaffee wird schon lange vor allem

von großen Ketten vertrieben und in Supermärkten verkauft, in steril anmutenden Gold- und Silberfolien.

Stilvolle Kaffee-Dose

Vor wenigen Jahrzehnten war das noch anders. Daran erinnert ein Exponat im Virtuellen Brückenhofmuseum. Es ist ein kolbenförmiger Kaffeespender, gut 40 Zentimeter hoch, beschriftet mit den schwungvollen Buchstaben: „Feinster gerösteter Kaffee – Peter Krämer Königswinter“. Er stammt aus einer Zeit, als Kaffee noch ein teures Luxusgut war. Am Rhein wurde damals wie in

vielen anderen Städten noch regelmäßig Kaffee für den Bedarf vor Ort geröstet. In Königswinter tat das die Familie Krämer, die damals mehrere Lebensmittelgeschäfte betrieb. Seinerzeit hatten kleinere Läden noch eine Chance, bevor die großen Handelsketten die Herrschaft über die Branche übernahmen. Bis 1971 betrieb die Familie auch einen Großhandel, der über zweihundert andere Läden selbstständiger Lebensmittelkaufleute in der Region belieferte. Erst 1992 schlossen die letzten unter dem Namen „Krämers Laden“ betriebenen Geschäfte.

Kaffee im Kaffeespender
| Bild: Virtuelles Brückenhofmuseum



La MediTerrine
DAS FEIN(E)KOST-LÄDCHEN
MIT GEMÜTLICHEM BISTRO

**Nach 13 tollen Jahren
verabschieden wir uns aus
Oberkassel**

Das Bistro schließt am 11. Dezember
und das Geschäft ist am
24. Dezember zum letzten Mal geöffnet.
Dienstag bis Freitag 10:00 bis 22:00 Uhr
durchgehend geöffnet
Samstag 10:00 bis 16:00 Uhr

**Ab 11. November
30 %
Rabatt**

Königswinterer Str. 626 • 53227 Bonn-Oberkassel
Tel. 02 28 8 98 32 • service@lamediterrine.de • www.lamediterrine.de

BOCCIA®
TITANIUM

**DESIGN IN
TITANIUM**

Stephanie Koenen
Proffenweg 3
53639 Königswinter-Nierdöllendorf
Telefon 0 22 23 - 909 141
Mobil 0177 - 6 47 09 58

SchmuckZeit

Der heutige Vorsitzende des Heimatvereins Siebengebirge, Peter Krämer, erinnert sich noch gut an seinen Großvater, der ebenfalls auf den Namen Peter Krämer hörte: „Er war immer in unserem Einzelhandelsgeschäft an der Ecke von Hauptstraße und Von-Weiss-Straße zu finden. Dort saß er an der Kasse.

Leidenschaft für's Rösten

Kaffeerösten aber war seine Leidenschaft.“ Auf der ersten Etage des Lagergebäudes der Firma Krämer befand sich die Kaffeerösterei. Mit einem gasbetriebenen Röster der Firma Probat aus Emmerich – noch heute Weltmarktführer in dem Bereich – wurde der

und Verschließen mit einem Klebstreifen.

Schutz für's Aroma

Die Dose, die heute im Museum steht, war ein Vorratsbehälter für losen Kaffee. Bei dieser Art der Lagerung blieb das Aroma länger erhalten. Kam der geröstete Kaffee dagegen mit der Außenluft in Kontakt, dauerte es nicht lange, bis Kaffeeduft und Aroma verfliegen waren. Die heute üblichen Vakuumverpackungen setzten sich erst viel später durch.

„Echten Bohnenkaffee“ konnten sich nur wenige leisten. Mitte der 60er-Jahre etwa kostete das Pfund Kaffee 16,60 Deutsche Mark. Heute sind es um die fünf Euro,



„Packstraße“ anno dunnemals | Bild: Archiv Peter Krämer

hellgrüne Rohkaffee zwölf bis 15 Minuten geröstet. Über den Gasflammen rotierte die Rösttrommel mit 15 bis 20 Kilogramm Rohkaffee.

Dabei verlor der Kaffee knapp ein Viertel seines Gewichtes. Das typische Kaffee-Röstaroma stellt sich ein, wenn sich die ätherischen Öle in den Bohnen verflüchtigen.

Danach musste der Kaffee „verlesen“ werden: Fleißige Hände sortierten Bruchbohnen, Holzstückchen und kleine Steine aus und verschlossen die Tüten, in die eine Maschine den Kaffee automatisch füllte, durch Zufalten

umgerechnet wären das etwas weniger als zehn Mark. Allerdings verdienen die Deutschen heute im Schnitt viel mehr als damals.

Der Fiskus trinkt mit

Eine Ursache der hohen Preise war seinerzeit die Kaffeesteuer. Anfang der 50er-Jahre verdiente der Staat beispielsweise noch an jedem in Deutschland verkauften Kilo Kaffee 13 Mark. 1953 sank die Steuer auf nur noch vier Mark. Das war ein gezieltes Manöver, um den Kaffeeschmuggel einzu-

nc näser consulting

Befreien Sie sich ganz entspannt von

- Ihrer Flugangst
- Ihrer Prüfungsangst
- Ihrer Auftrittsangst

mit dem wissenschaftlich belegten wingwave® Coaching in meiner Praxis.

Rufen Sie einfach zu einem kostenfreien Vorgespräch an:
0 22 23 - 2 98 88 22

QUALITÄTSSIEGEL wingwave® 2018

Babette Näser • Am Westhang 3 • 53639 Königswinter Ittenbach
www.naesperconsulting.de • bn@naesperconsulting.de

Weingut Blöser

Qualitätsweine vom Siebengebirge
Weingut Blöser, Inh. Bernd Blöser
Bachstraße 112
53639 Königswinter-Oberdollendorf
Tel. 02223/3322 - Fax. 02223/908301
E-Mail: info@weingutbloeser.de
www.weingutbloeser.de

Weinprobentage
19. und 20. Nov. 2016
von 15 - 19 Uhr

NRW
Unser Land
Unser Wein

LA REMISE
LANDHAUSMÖBEL - ANTIQUITÄTEN - ACCESSOIRES

Am 5. November 2016
eröffnen wir ab 11:00 Uhr
unsere große
Weihnachtsausstellung.

Viele interessante
Geschenkideen und
Dekorationsartikel
erwarten Sie.

Öffnungszeiten Dienstag - Samstag 11.00 - 18.00 Uhr
Sonntag 14.00 - 18.00 Uhr . Montag Ruhetag
LA REMISE oHG . Rheinallee 6 (gegenüber der Fähre) . 53639 Königswinter
Tel. 0 22 23 - 700 920 . email info@laremise.de . www.laremise.de

JESUITER HOF · 1695



Ab dem 11. November 2016 bieten wir Ihnen wieder unsere ofenfrischen Gänsekeulen sowie Wild aus regionaler Jagd.

Wir freuen uns auf Sie.
Ihre Familie Pieper



Neben Köstlichkeiten auf dem Teller bieten wir Ihnen Weine aus regionalem Anbau.

Am sagenumwobenen Drachenfels gereift spiegeln unsere Weine die Einzigartigkeit unserer Natur wieder.

Weinhaus Jesuiter Hof - Weingut Pieper
Hauptstr. 458 · 53639 Königswinter
Telefon 0 22 23 - 22 650
Öffnungszeiten: Di. - Sa. 16.30 - 23.00 Uhr
Sonntag 12.00 - 22.00 Uhr



WEINGUT PIEPER




Familie Maderer
Rheinallee 12
53639 Königswinter
Tel. 0 22 23 / 925-0
Fax 0 22 23 / 925-169
info@hotelloreley.de
www.hotelloreley.de



Wir bieten den richtigen Rahmen

Genießen Sie Ihre **individuelle "Weihnachtsfeier"** in stilvollem Ambiente ab 12.11. bis 20.12.2016 mit Buffet, Menü oder à la carte – gerne erstellen wir Ihnen ein persönliches Angebot – bitte sprechen Sie uns an!

Grosses festliches "Weihnachts-Buffet"
25. und 26. Dezember 2016
ab 11.30 bis 14.30 Uhr. 34,00 Euro p.P.

"Gans to go" ab 18.00 Uhr
Brust & Keule, reichlich Sauce mit Maronen, Rotkohl und Klößchen
ab 12.11. bis 26.12.2016 (nicht am 24.12.2016)
– sicher verpackt – wartet auf Abholung! 23,90 Euro p.P.

"Silvestergala" am 31.12.2016
Genießen Sie den Jahreswechsel bei einem 6-Gänge-Menü mit Blick auf den Rhein
ab 19.00 Uhr à 84,50 Euro p.P.

Neujahrsbrunch-Buffet
ab 9.00 bis 13.00 Uhr à 29,00 Euro p.P.

Bitte reservieren Sie rechtzeitig!

Um Anmeldung wird gebeten!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch Familie Maderer & Team

dämmen. Der hatte gerade in den ersten Jahren nach dem Zweiten Weltkrieg seltsame Blüten getrieben. In der Eifel finanzierten ganze Dörfer ihren Wiederaufbau mit Kaffeeschmuggel. Im Eifelort Schmidt, rund 50 Kilometer westlich des Siebengebirges gelegen, kam auf diesem Weg sogar genug Geld für den Wiederaufbau der katholischen Kirche zusammen. Offiziell ist sie dem Heiligen Hubertus geweiht. Der Volksmund aber nennt sie „Sankt Mokka“.

„Ein Viertelpfund, bittel“

Peter Krämer verpackte und verkaufte die wertvollen Bohnen in Packungen zu 125 und 250 Gramm. Jede Hausfrau mahlte ihren Kaffee für jede Kanne frisch und per Hand. Dazu hatten alle Haushalte damals „de Kaffee-müll“, eine Kaffeemühle. Dass heute fast ausschließlich industriell vorgemahlener Kaffee ver-

kauft wird hängt mit der Technik der Vakuum-Verpackungen zusammen: So verpackt, behält gemahlener Kaffee länger sein Aroma.

Die Königswinterer Firma Krämer bezog den Rohkaffee in der Regel über den Hamburger Importeur „Rothfos“. Angeliefert wurde der Rohkaffee in Jutesäcken zu je 50 Kilogramm. Meistens kamen die Bohnen aus Mittelamerika, aber auch aus Kenia und Indonesien. Die Lieferungen wanderten zunächst in sogenannte Zolllager. Für die Firma Krämer war das Zolllager Köln zuständig. Die Röster riefen dort stets nur so viel Kaffee ab, wie sie rösten und verkaufen konnten. Sie umgingen damit die sofortige Zahlung der hohen Kaffeesteuer für die gesamte gekaufte Menge. Diese Summe auf einen Schlag hätte viele kleinere Röstereien in den Ruin getrieben.

Im Kaffeehandel entwickelte sich damals ein eigenwilliger Brauch:



Hier ein Lieferwagen aus dem Jahr 1929 | Bild: Archiv Peter Krämer

Importeure boten ihre Rohkaffees den kleineren Röstereien an: Sie verschickten – oft auf Nachfrage oder auch unaufgefordert – Probepackungen zu je 250 Gramm. Nahm der Röster das Angebot nicht an, musste er auch die Muster nicht bezahlen. Entschied er sich aber für einen der angebotenen Kaffees, wurde die 250-Gramm-Probe selbst dann berechnet, wenn der Käufer mehrere Tonnen orderte.

Rarer Kaffee-Genuss

In den 60er-Jahren begannen auf dem Kaffeemarkt große Umwälzungen. Die Kaffeepreise schwankten heftig, je nachdem, wie die Ernte in Übersee ausfiel. Nach schweren Frösten in Brasilien und Überschwemmungen in Kolumbien war Kaffee 1977 besonders knapp.

In der damaligen DDR war sogar die Rede von einer „Kaffeekrise“. Die Regierung in Ostberlin drosselte den Kaffeekonsum, um die knappen Devisen für dringend benötigte Ölimporte zu sparen. Damals setzte auch in Westdeutschland das Rösterei-Sterben ein: Viele Kleinbetriebe gaben auf, große Marken übernahmen das Geschäft.

Peter Krämer, der Enkel des Kaffeerösters aus der Von-Weiss-Straße, erinnert sich noch gut daran, wie sorgsam sein Großvater zu Werke ging. Wann immer einige der schwarzen Bohnen auf den Boden fielen sorgte er dafür, dass sie wieder aufgehoben wurden. Als der Enkel einmal anmerkte, „dass es sich ja nur um ein paar Bohnen“ handele, schaute ihn der Großvater scharf an und fragte: „Kannst Du denn selbst eine machen?“

|| Benjamin Bidder

LUKAS + SCHWARZ

Atelier für Schmuck

Lindenstraße 21
53639 Königswinter
Fon | Fax 02223.28759
info@lukasundschwarz.de
www.lukasundschwarz.de

Besuchen Sie unsere
Weihnachtsausstellung
vom 18. bis 20.11.16



Öffnungszeiten
Montag bis Samstag
10.00 - 13.00 Uhr
Donnerstag und Freitag
15.00 - 18.00 Uhr



**Der
kreative
Schmuckladen**
in Bad Honnef
Bahnhofstr. 4b

- Exklusiver Schmuck von „Juwel“
- Schmuckkurse in gemütlicher Atmosphäre
- Größte Auswahl an SWAROVSKI Kristallen im Rheinland

Öffnungszeiten
Di - Fr 10:00 - 18:00
Sa 10:00 - 13:00
Tel. 02224 / 9889871



www.rollendes-atelier.de

**BERATUNG FÜR
KINDER, JUGENDLICHE
UND ELTERN IM
SIEBENGBERGE**

Die Experten sind kompetent
beraten und helfen Ihnen
bei allen Fragen zum Thema



02223 2986-5360 oder feb@koenigswinter.de

Schützenstraße 2 / 53639 Königswinter





Grabdenkmale

Karl Jacik GmbH

Oberdollendorf Casariusstr. 39
Telefon 0 22 23 / 22 164
KarlJacikGmbH@t-online.de

Gebr. Söller OHG

Unkel / Rhein Linzer Str. 28
Telefon 0 22 24 / 43 37
soeller_ohg@web.de

Bei Anruf holen wir Sie gerne ab!

Süßes Gift

„Zucker“ ist nicht gleich „Zucker“ – wer an Diabetes erkrankt, muss nicht zwingend Insulin spritzen. Die meisten Menschen können ihr Risiko für diese Krankheit minimieren: Ein gesunder Lebensstil schlägt den schlechten Zuckerwerten häufig ein Schnippchen.

Was haben Ameisen mit der Zuckerkrankheit zu tun? Das wussten schon indische Ärzte im 6. Jahrhundert vor Christus: Sie beschrieben eine Krankheit, bei der der Patient häufiger Wasser lassen muss und bei dem der Harn süß schmeckt – und offenbar auch Zucker enthält. Sie beobachteten, dass der Urin Ameisen und andere Insekten anlockte. Viele Jahrhunderte blieb das Leiden unheilbar: Die Patienten litten quälenden, unstillbaren Durst und mussten häufig zur Toilette. Sie verloren an Gewicht und starben nach kurzer Zeit.

Im 17. Jahrhundert erhielt die Krankheit ihren heutigen Namen – „mellitus“ bedeutet auf Latein „honigsüß“. „Diabetes“ heißt so viel wie „Durchfluss“, weil es den Ärzten so schien, als flösse getrunkenes Wasser einfach durch den Patienten hindurch. In dieser Zeit entfernte ein Wissenschaftler zum ersten Mal Hunden die Bauchspeicheldrüse. Die Tiere wurden zuckerkrank, zeigten starken Durst und vermehrten Harndrang. Doch es sollte noch dauern, bis eine wirksame The-

rapie gefunden war. 1921 gelang es zwei Medizinern, einen Stoff aus der Bauchspeicheldrüse eines Hundes zu isolieren. Sie spritzten den Extrakt einem Hund ohne Bauchspeicheldrüse – und die Symptome verebten. Die beiden Entdecker erhielten kurze Zeit später den Nobelpreis für Medizin. Sie schufen mit ihren Experimenten die Basis für die Therapie, die bis heute Diabetikern das Leben rettet: die Insulintherapie. Damals behandelten sie unter anderem einen fünfjährigen Jungen: Teddy Ryder war bereits auf 12,5 Kilo abgemagert und dem Tod geweiht. Kurze Zeit später schrieb der Junge seinen Rettern einen Brief, in dem er stolz davon berichtete, dass er nun ein „dicker Junge“ sei und in der Lage, auf einen Baum zu klettern. Teddy Ryder starb 1993 im Alter von 76 Jahren.

Bakterien als Retter

Zu dieser Zeit gewannen Mediziner das rettende Insulin aus der Bauchspeicheldrüse von Schweinen und Rindern. Es wirkt nur,



wenn man es spritzt, denn Insulin ist ein Eiweiß. Im Magen-Darm-Trakt baut der Körper den Stoff ab und macht ihn damit unwirksam. Erst in den 80er-Jahren lernten Mediziner, menschliches Insulin im industriellen Maßstab herzustellen. Sie verändern das Erbgut von Bakterien gezielt, in dem sie menschliche Gene einsetzen. Daraufhin produzieren die Bakterien humanes Insulin, das sich bis heute Diabetiker in aller Welt spritzen.

Über 415 Millionen Menschen auf der Erde haben die sogenann-

te „Zuckerkrankheit“, auch „Diabetes Mellitus“ genannt. Doch nicht alle benötigen Insulin. Nur die sogenannten „Typ-1-Diabetiker“ sind darauf angewiesen. Bei ihnen stellt die Bauchspeicheldrüse die Produktion des lebenswichtigen Botenstoffs ein. Normalerweise schüttet der Körper Insulin vor allem nach einer Mahlzeit aus: Die Bausteine der Nahrung werden im Magen-Darm-Trakt zerlegt und ins Blut aufgenommen. So steigt der Blutzuckerspiegel. Das Hormon Insulin gibt den Körperzellen das



**Häusliche Kranken-,
Altenhilfe und Betreuung**

VON MENSCH ZU MENSCH

BIRGIT KOHNEN
Pfannenschuppenweg 52
53604 Bad Honnef

Tel | Fax 0 22 24 - 7 84 09

Mobil 0170 - 1 68 65 97
E-Mail birgit.kohnen@t-online.de
Internet www.birgitkohnen-pflegedienst.de

- individuelle Betreuung & Pflege
- Haushaltshilfen aller Art
- Sterbebegleitungen in häuslicher Umgebung
- Spaziergänge & Beschäftigungstherapien
- Urlaubsvertretung & Verhinderungspflege
- Einkaufsbegleitung & Arztbegleitung
- Nachtdienste | 24-Stunden-Dienste
- Erledigung sämtlicher Formalitäten
- Gartenpflege

... und vieles mehr!

**Das individuelle Betreuungsangebot – ganz auf Ihre Wünsche,
Bedürfnisse und Gewohnheiten abgestimmt!**




Siebertz

ELEKTRO • MEISTERBETRIEB

53579 ERPEL / RHEIN

TEL: 0 26 44 / 95 21 - 0

HANDWERKERZENTRUM 2

FAX: 0 26 44 / 95 21 - 50

**INSTALLATIONSTECHNIK
GEBÄUDETECHNIK**

**KOMMUNIKATIONSTECHNIK
SICHERHEITSTECHNIK**



Informationen

Umfangreiche Informationen zu den verschiedenen Diabetes-Erkrankungen bietet das Deutsche Zentrum für Diabetesforschung online unter www.diabetesinformationsdienst-muenchen.de

Zu viele Pfunde führen im Alter oft zu Diabetes

| Bild: fotolia | dream79

gewisse familiäre Veranlagung: Das Risiko für Typ-1-Diabetes wird dem Betroffenen also mit in die Wiege gelegt.

Die ersten Symptome sind vermehrtes Wasserlassen, Heißhunger, Juckreiz (trockene Haut), Abgeschlagenheit und eine erhöhte Infekt-Anfälligkeit. Neben der Insulintherapie müssen Betroffene auf ihre Ernährung achten und ihren Blutzuckerspiegel regelmäßig kontrollieren. In umfangreichen Patientenschulungen lernen sie, zu berechnen, wie viele Kohlenhydrate sie sich mit einer Mahlzeit zuführen und wie viel Insulin sie sich bei welchem Blutzuckerspiegel spritzen müssen. Mittlerweile gibt es sogenannte Insulin-Pens, mit denen sich selbst jugendliche Diabetiker ohne großen Aufwand auch unterwegs die lebensnotwendige Spritze verabreichen können.

Verschiedene Insulinarten helfen dabei, den Blutzuckerspiegel möglichst gleichbleibend zu halten: Einige Insulin-Arten wirken schneller und können kurz nach einer Mahlzeit dazu dienen, eine



Diabetes Typ 1 oder Typ 2?

Die meisten Diabetiker haben Typ-2-Diabetes – nur etwa fünf von 100 „Zuckerkranken“ gehören zu den Typ-1-Diabetes-Patienten. Es gibt noch weitere Formen der Zuckerkrankheit, zum Beispiel Entgleisungen des Blutzuckers während der Schwangerschaft, die sogenannte Schwangerschaftsdiabetes“.



Betroffene müssen ihren Blutzuckerspiegel regelmäßig kontrollieren

| Bild: fotolia | Andrey Popov

Signal, überschüssigen Blutzucker in die Zellen aufzunehmen. Ohne dieses Signal erklimmt der Blutzucker im wahren Wortsinn schwindelerregende Höhen. Aus der lebensnotwendigen Glukose wird ein Gift: Der Betroffene fühlt sich schwach, schwindelig, leidet an Sehstörungen, Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, trockenen Mund und trockener Haut. Der hohe Blutzuckerspiegel schädigt die Nerven, vor allem an Händen und Füßen. Wunden heilen dort deutlich schlechter. Außerdem können zu hohe Zuckerwerte die Wahrscheinlichkeit erhöhen, an einer Demenz zu

erkranken. Ebenso steigt das Risiko für Herzinfarkt, Schlaganfall, Erblindung und Nierenprobleme.

Attacke der Abwehr

Doch warum stellt die Bauchspeicheldrüse die Produktion von Insulin ein? Das körpereigene Immunsystem selbst ist schuld: Es attackiert das Organ, zerstört die Zellen, die als Insulin-Fabriken dienen, und legt so die Produktion für immer lahm. Aus welchen Gründen die Abwehr fehlgeleitet ist, ist unbekannt. Mediziner beobachten jedoch eine

„Zuckerwelle“ abzufangen. Andere Insulinarten sind langsamer und dienen gewissermaßen als Basis-Therapie. Typ-1-Diabetes tritt häufig im Jugendalter auf, doch gibt es auch Formen, die erst bei Erwachsenen ausbrechen.

Diabetes produziert die Bauchspeicheldrüse zunächst ausreichend Insulin – der „Sender“ des Signals ist also noch intakt. Doch die Körperzellen verlieren ihre Fähigkeit, auf das Signal zu reagieren – es ist, als seien sie taub. Im

findlichkeit der Körperzellen für das Insulin-Signal zu verbessern – wie ein chemisches Hörgerät. Typ-2-Diabetiker spüren häufig keinerlei Beschwerden. Die Krankheit beginnt schleichend, was sie umso gefährlicher macht. Bekannt ist jedoch, dass es eine erbliche Komponente gibt: Sind nahe Angehörige im Alter an Typ-2-Diabetes erkrankt, steigt das Risiko, selbst an dem Leiden zu erkranken.

Werte erneut entgleisen und Typ-2-Diabetes vorliegt. Wissenschaftler kommen unterdessen immer weiteren Faktoren auf die Schliche, die die Entwicklung von Typ-2-Diabetes begünstigen. Rauchen beispielsweise oder Schlafman-



Gut zu wissen: Süßes Blut?

Eine der wichtigsten Energie-Währungen unseres Körpers ist Traubenzucker (Glukose). Komplexe Kohlenhydrate, etwa aus Vollkornprodukten, baut unser Körper ab zu diesen Zuckereinheiten. Glukose flutet mit dem Blut durch den Körper und versorgt alle Körperzellen mit lebensnotwendiger Energie. Die Konzentration von Zucker im Blut schwankt im Tagesverlauf: Vor einer Mahlzeit ist sie deutlich niedriger als hinterher. Gesunde Menschen haben einen relativ gleichbleibenden Zuckerwert von 80 bis 120 Milligramm pro Deziliter Blut.

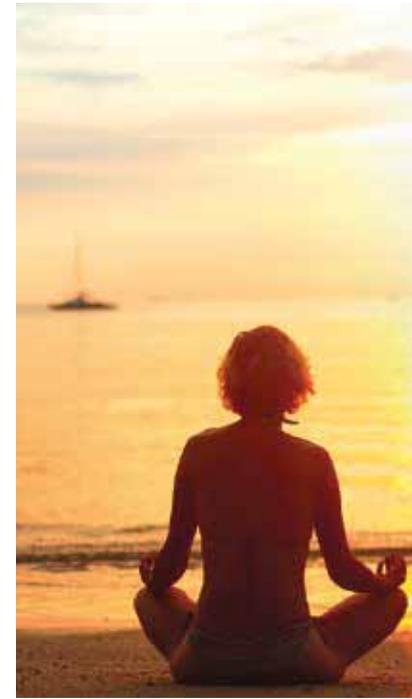
Bei einem Verdacht auf Diabetes prüft der Arzt zunächst den Blutzucker morgens vor dem Frühstück. Bei Gesunden sollte der Wert unter 125 Milligramm Glukose pro Deziliter liegen. Eine weitere Diagnose-Möglichkeit ist der sogenannte Glukose-Toleranz-Test. Auch dazu kommt der Patient ohne Frühstück in die Praxis. Zunächst bestimmt der Arzt den Nüchtern-Blutzucker. Dann trinkt der Patient eine Flüssigkeit, die eine dem Arzt bekannte Menge Zucker enthält. Zwei Stunden nach dem Trinken erfolgt ein zweiter Bluttest. Liegt der Wert über 200 Milligramm pro Deziliter, liegt ein Diabetes vor.

Anders liegt der Fall beim sogenannten Typ-2-Diabetes, auch „Altersdiabetes“ genannt. Der Name kommt jedoch allmählich aus der Mode, da mittlerweile auch schon übergewichtige Kinder daran erkranken. Beim Typ-2-

Lauf der Zeit kann das dazu führen, dass die Bauchspeicheldrüse „erlahmt“ und die Insulin-Produktion einstellt. In diesem Fall müssen auch Typ-2-Diabetiker Insulin spritzen. Ansonsten helfen Tabletten dabei, die Emp-

Diät statt Diabetes

In jedem Fall raten Ärzten Betroffenen dazu, die wichtigste Ursache für Typ-2-Diabetes zu reduzieren: Übergewicht. Denn neben einer genetischen Veranlagung und zunehmenden Lebensalter sind zu viele Pfunde die Hauptursache für den „Alterszucker“. Wer sein Problem frühzeitig erkennt, die Ernährung umstellt, abnimmt und sich ausreichend bewegt, hat gute Chancen darauf, dem Alterszucker noch ein paar Jahre „davonzulaufen“: Die Blutzuckerwerte bessern sich bei drei Viertel der Typ-2-Diabetiker, die entsprechend ihren Lebensstil ändern. Allerdings gilt es, die Entwicklung im Blick zu behalten. Denn mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, dass die



gel führen dazu, dass die Blutzuckerwerte rascher entgleisen. Auch der Genuss von viel zu viel Alkohol bringt den Blutzucker-Stoffwechsel durcheinander. Es gibt Hinweise darauf, dass



**Sanitätshaus
Drieschweg 46
53604 Bad Honnef
Telefon (02224) 96 99 66
Telefax (02224) 7 88 35**

Reha-Team Dix: Wir bringen Hilfen

*Ihr kompetenter Partner
in Reha-technik und Pflegebedarf*

- Bewegungstrainer
- Gesundheitsschuhe
- Therapiefahrräder
- Bandagen
- Kompressionsstrümpfe
- Gehhilfen
- Rollstühle
- Pflegebetten
- Lifter
- Alles zur häuslichen Pflege

+++ Kostenlose Parkplätze direkt am Haus +++

VERTRAUEN • KOMPETENZ • ZUSAMMENARBEIT



**KRANKENPFLEGEDIENST | SOZIALSTATION
ROCKSTEDT**

Vertragspartner alle Kassen

- Kranken- und Altenpflege
- Körperpflege und med. Behandlungspflege
- Pflegeberatung
- Familienpflege
- Hauswirtschaftliche Hilfen und Betreuungsdienst bis zu 24 Stunden
- Urlaubsvertretung
- Beratung in Fragen der Pflege
- Qualitätssicherungsbesuche
- Grundpflege
- Nachtwachen
- 24 Stunden erreichbar

• Linz • Unkel • Bad Honnef
• Königswinter • Bonn

**Hauptstraße 11 d
53604 Bad Honnef
Tel. 0 22 24 / 7 60 19
Mobil 0171 / 50 71 981
Email: info@pflegedienst-rockstedt.de**

Hausnotruf rund um die Uhr!

Prüfnote MDK: 1,1



Online-Check für Typ-2-Diabetes

Das Deutsche Institut für Ernährungsforschung bietet einen kostenlosen Risiko-Check: <http://drs.dife.de>

künstliche Süßstoffe ebenfalls das Risiko erhöhen an Diabetes zu erkranken. Auch Stress kann das Risiko erhöhen – zum Beispiel die Sorge um den Arbeitsplatz. Forscher vermuten weitere Ursachen unter anderem im Darm der



Ausgeglichenheit und eine gesunde Ernährung mindern das Risiko an Diabetes zu erkranken

| Bild: Montage | fotolia De Visu | Natalia Klenova

Betroffenen: Typ-2-Diabetiker haben mitunter zu wenig eines bestimmten Darm-Hormons, das wieder die Insulin-Ausschüttung aktiviert. Außerdem scheint es so, als ob unsere bakteriellen

Mitbewohner im Darm einen weitaus größeren Einfluss auf unsere Gesundheit haben, als wir bislang dachten. Die Forschung dazu steckt aber noch in den Kinderschuhen. **Julia Bidder**



So beugen Sie vor!

- Achten Sie auf Gewicht und Taillenumfang, da es einen direkten Zusammenhang zwischen Bauchfett und Diabetes-Risiko gibt.
- Bewegen Sie sich regelmäßig. Fahren Sie Fahrrad oder machen Sie Spaziergänge.
- Bevorzugen Sie bei der Auswahl von Lebensmitteln

solche mit einem hohen Vollkornanteil.

- Verzichten Sie öfters auf Rind-, Schweine-, Kalb- oder Lammfleisch.
- Werden oder bleiben Sie Nichtraucher!

Quelle: Deutsches Zentrum für Diabetesforschung e.V.



| Bild: pixelio | Margot Kessler

DIGEL ANZÜGE

VIELSEITIG UND ELEGANT!

Kombinieren Sie über 100 Sakko- und Hosen-Designs im Digel Baukastensystem und finden Sie Ihren perfekten Anzug.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Bähr

HERRENMODEN

Am Saynschen Hof 27
53604 Bad Honnef
Mo.-Fr. 9.30-18.30 Uhr
Sa. 9.30-16.00 Uhr
www.mode-baehr.de

DIGEL

WILDKAMMER

FORSTHAUS
SCHLOSS ARENFELS

53557 Bad Honningen

WILD(E) WINTERZEIT

Wir bieten an, Wild aus freier Wildbahn, verschiedene Braten, Tipps und Rezepte z.B.

Rehkeule gefüllt mit

Rotwildbraten und

Rotwildfilet in

Verkaufszeiten ganzjährig:
jeden Dienstag 14.00 - 18.00 Uhr

Im Dezember öffnen wir für Sie:
Dienstag und Freitag von 10.00 - 18.00 Uhr
Samstag von 10.00 - 13.00 Uhr
Sowie nach telefonischer Vereinbarung.

Tel.: 02635 / 5838 Fax: 02635 / 2664
kontakt@wildkammer-schloss-arenfels.de
www.wildkammer-schloss-arenfels.de

Schmidt & Ankele

Rechtsanwälte

- Konstantin Schmidt
- Christof Ankele, auch Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

In Bürogemeinschaft mit

- Marlies Lichtenberg, auch Fachanwältin für Familienrecht

Bernhard-Klein-Str. 8
53604 Bad Honnef
Tel.: 02224.900.310
Fax: 02224.900.311

info@sunda-rechtsanwaelte-bad-honnef.de
www.sunda-rechtsanwaelte-bad-honnef.de

rheinkiesel

Mit Büchern Freude und Entspannung schenken

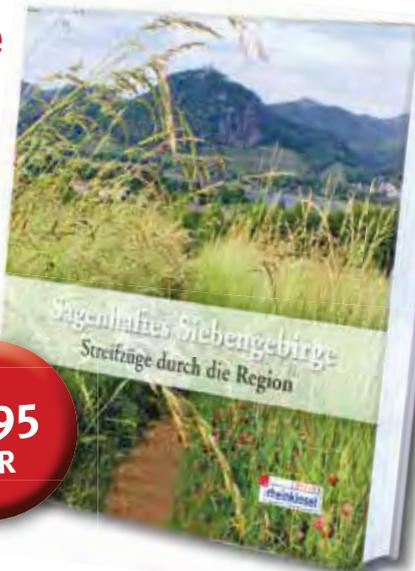
l Bild: fotolia/contrastwerkstatt



Sagenhaftes Siebengebirge

Streifzüge durch die Region

144 Seiten, Format 21 x 21 cm,
Hardcover, Fadenheftung,
mit über 100 vierfarbigen,
teils ganzseitigen Abbildungen
ISBN 978-3- 00-043078-7



19,95
EUR

Heinrich Blumenthal

Wenn nur der Rhein nicht wär'

Heitere Wandergeschichten
von Rhein und Mosel
144 Seiten, Festeinband,
mit vielen Farbfotos aus
unserer Region,
ISBN 3-00-008735-4



Adalbert Fuchs | H. Wachowiak

Zwischen Rhein und Wingerl

Lese-, Bilder- und Wanderbuch
für Bruchhausen, Erpel,
Rheinbreitbach und Unkel,
352 Seiten, durchgehend,
vierfarbig bebildert, broschiert,
ISBN 3-934676-13-8

14,80
EUR



12,50
EUR

Erhältlich in allen Buchhandlungen
oder direkt bei

rheinkiesel

Magazin für Rhein und Siebengebirge

Quartett Verlag | Erwin Bidder
Im Sand 56 | 53619 Rheinbreitbach
Telefon 0 22 24 - 7 64 82
Telefax 0 22 24 - 90 02 92
E-Mail info@rheinkiesel.de

Gestatten, Dr. Eisenbarth!

Vermutlich um 1800 entstand ein makabres Spottlied über einen kuriosen Doktor, das heute noch vielen Menschen geläufig ist. Doch was steckt hinter dieser scheinbar lächerlichen Figur?

„Ich bin der Doktor Eisenbarth,
widewidewitt, bum, bum,
kurier die Leut' auf meine Art,
widewidewitt, bum, bum.
Kann machen,
dass die Blinden geh'n,
widewidewitt, juchheirassa,
und dass die Lahmen
wieder seh'n,
widewidewitt, bum, bum.“

In den 50er-Jahren haben wir Kinder sein Lied mit Wonne geschmettert: Keiner von uns hat sich damals Gedanken darüber gemacht, wer denn dieser Eisenbart wohl sein mag. Wir gingen davon aus, dass er nur eine Legende war. Man machte sich allenthalben lustig über seine Qualitäten als Quacksalber und hatte seinen Spaß am Refrain. Aber es gab ihn wirklich!

Im Jahr 1663 wurde er als Johann Andreas Eisenbarth in Oberviechtach in der Oberpfalz geboren. Er war ein bekannter und erfolgreicher Wundarzt seiner Zeit und stammte aus einer Familie von Heilern. Nach seinen Lehrjahren zog er im Land umher als fahrender Wundarzt. Oft besuchte er Jahrmärkte, wo er sein „Handwerk“ ausübte. Im 17. Jahrhundert war es durchaus üblich, dass bei den Volksfesten nicht nur Gaukler, Wahrsager und Bärenführer ihre Kunst zeigten, sondern auch Ärzte ihr Können am Patienten erprobten. Diese Vorstellungen fanden ebenfalls vor interessiertem Publikum statt. Niemand nahm daran Anstoß. Im Gegenteil, konnten doch so

die potentiellen Patienten eine Probe des ärztlichen Könnens kostenlos begutachten und besser beurteilen, ob der Heiler sein Geld wert war.

Eine Approbation hatte Eisenbarth nicht. Der besungene Dokortitel stand ihm also gar nicht zu. Aber das nahm man damals nicht so genau. Er war als Arzt unterwegs – das reichte, um ihn zum Doktor zu machen. Außerdem gab es zahlreiche Belege seiner Heilkunst.

Besonders berühmt wurde er als Okulist, wie die Augenheiler damals hießen. Der preußische König Friedrich Wilhelm I. ernannte ihn nach einer gelungenen Augen-Operation zum „Königlichen Hof-Okulisten“ und verlieh ihm zahlreiche Privilegien. Sein guter Ruf brachte ihm die Erlaubnis ein, in weiteren Fürstentümern praktizieren zu dürfen. Allerdings sollte er die Armen kostenlos behandeln. Das war nicht weiter schlimm, konnte er sich doch an den begüterten Patienten schadloos halten. Er behandelte – wie es zu der Zeit üblich war – alles: Vom Grauen Star über Blasensteine bis zu Krampfadern und Krebsgeschwüren. Auch das Ziehen von Zähnen gehörte zu seinem Repertoire. Ihm wird zudem nachgesagt, einiges chirurgisches Werkzeug wie spezielle Zangen und Nadeln selbst erfunden zu haben. In seinem Haus in Magdeburg stellte er massenhaft Medikamente her und produzierte sogar künstliche Augen und Zähne. Seinen Ruf als Quacksalber hatte er wohl seinem ungewöhnlich bombastischen Auftreten zu verdanken. Er erschien mit einer von



ihm gemieteten Musikantengruppe und allerlei Akrobaten, um auf seine Kunst aufmerksam zu machen. Seine Kleidung war prächtig und teuer. Schließlich zog er mit einer fast 100-köpfigen Truppe durch die Lande von Jahrmarkt zu Jahrmarkt, von Nord nach Süd. Er arbeitete und operierte gerne und unermüdlich. Da es noch keine zuverlässigen Betäubungsmittel gab, übertönte die laute musikalische Begleitung gnädig die Schmerzensschreie seiner Patienten. Die Wirkung von Alkohol reichte oft nicht aus, zudem war Hochprozentiges teuer. Zwar kannte man Opium und andere schmerzstillenden Mittel. Doch ihre Wirkung war noch nicht gut erforscht, so dass es schwer einzuschätzen war, welche Dosis zwar Schmerzen stillte, den Patienten aber nicht für immer einschummern ließ. Als Eisenbarth 1727 im Alter von 64 Jahren starb, war er ein anerkannter und erfolgreicher Wundarzt – heute würde man ihn wohl einen Chirurgen nennen. Das Spottlied über ihn ist vermutlich aus Neid und Missgunst seiner Zeitgenossen und weniger erfolgreichen „Kollegen“ entstanden.

|| Margitta Blinde
(mit Material von Wikipedia)

Genießerpfade

ESSIG, ÖL & MEHR

Das Spezialitätengeschäft
der besonderen Art

Herbstliche Genüsse

Kürbiskernöl, Steiermark	100 ml	3,90 €
Kürbiskern Dipp	Glas	6,90 €
Kürbiskerne	Tüte	3,40 €
Kürbiskernrisotto	Tüte	5,90 €
Roter Weinbergpfirsich Essig	100 ml	2,10 €
Roter Weinbergpfirsich Senf	Glas	5,90 €
Roter Weinbergpfirsich Likör	100 ml	2,90 €
Roter Weinbergpfirsich Edelbrand	100 ml	5,90 €
Trüffelöl	100 ml	3,90 €
Trüffel Crema Balsamica	100 ml	3,90 €
Trüffelbutter	Glas	9,90 €
Trüffel Pasta	250 gr	5,95 €

Hauptstraße 29 b • 53604 Bad Honnef

Tel. 0 22 24 - 1 87 98 30

www.genießerpfade.com

Mo - Fr 10.00 - 18.30 Uhr • Sa 10.00 - 14.00 Uhr



Manchmal muß man einfach etwas an die große Glocke hängen!

Wer im lauten Konzert des Wettbewerbs gehört werden will, muss sich **Aufmerksamkeit sichern**.

Manchmal mit etwas unkonventionellen Mitteln – immer aber sollte Ihre **Werbebotschaft kostengünstig die richtige Zielgruppe erreichen**.

Mit Ihrer werbewirksamen Anzeige in der **beliebten Regionalillustrierten** erreichen Sie garantiert Ihr Publikum.

Fordern Sie unsere
Mediaunterlagen an.

rheinkiesel

Magazin für Rhein und Siebengebirge

Quartett Verlag | Erwin Bidder

Telefon 0 22 24 - 7 64 82

E-Mail info@rheinkiesel.de

Einladung zur Schmökerstunde

Ob faszinierender Bildband oder erheiternder Lebensratgeber - rheinkiesel präsentiert Neuerscheinungen und Altbewährtes neu aufgelegt – natürlich alles aus der Region.

Fundgrube für Eisenbahnfans

Im Herzen ein Bildband – das kann man über diese Veröffentlichung mit Sicherheit sagen. Statt sich in technischen Einzelheiten zu verlieren, setzt dieses Buch voll auf seine beeindruckenden fotografischen Darstellungen. Kein Laie macht sich eine Vorstellung davon, was es in Welt der Eisenbahn alles gibt. Die Landschaft, durch die das Ganze rollt, kommt da beinahe etwas zu kurz – so auch unsere Region. Doch auch die beliebte Brohltal-Bahn findet sich in dieser Veröffentlichung.



Christoph Riedel
Die Eisenbahn im Rheinland

Die schönsten Strecken, Loks und Züge
120 Seiten, mit vielen Farbfotos,
Sutton Verlag Frankfurt (2016),
ISBN 978-3-95400-737-0
19,99 Euro



Auf bewährten Pfaden

Als im Mai 2005 die erste Wanderfibel für das Siebengebirge mit einer Auflage von 2.500 Stück erschien, war wohl kaum abzusehen, dass noch weitere vier Auflagen folgen. Viele der empfohlenen insgesamt 327 Kilometer Rundwege dienen zudem als Basis für das im Naturschutzgebiet Siebengebirge ausgewiesene Wegesystem. Heute sind die auf den markanten Steinen eingravierten Rundwege in der Wanderfibel als rote Linie und die nicht markierten Wegeempfehlungen als blaue Linie gedruckt. Wieder einmal überrascht die Fülle der Möglichkeiten, im Siebengebirge zu wandern. Und selbst alteingesessene, gewiefte Wanderer finden neue Wege, die sie bisher noch nicht kannten. Ein Novum sind die 15 Geowanderungen von Bonn bis Linz. Diese Routen führen zu interessanten geologischen Plätzen im Siebengebirge. Sie erzählen die spannende Geschichte vom größten Vulkangebiet auf nordrhein-westfälischem Boden.

Wanderfibel Siebengebirge

Herausgeber:
finished Produktion & Media,
Königswinter
5. Auflage (2016)
Kooperationspartner:
Tourismus Siebengebirge GmbH
9,80 Euro



Mehr Mut zur Musik, bitte!

Mit Musik geht alles besser – und glücklicher. Auf diese Formel

lässt sich das Erstlingswerk des Honnefer Autoren bringen. Im leichten Plauderton gibt Michael Klapheck Tipps für den Alltag – und betont dabei, dass mit Musik halt alles besser geht. Das trifft sicherlich für viele Menschen zu. So ist das Werk eine Aufforderung, die Initiative zu ergreifen und zum Beispiel seine Träume zu leben. Michael Klapheck empfiehlt unter anderem damit aufzuhören, immer wieder vor sich selbst zu fliehen. Dazu gehört zum Beispiel, dass man seine Talente gezielt einsetzt. So kann Arbeit unerträgliche Last, aber auch tägliche Freude sein. Es kommt auf den Blickwinkel an. Wer Arbeit als Fron empfindet, hat vielleicht den falschen Beruf. Aber auch dabei kann positives Um-Denken helfen. Alles in allem ist das Buch eine eher ungewöhnliche Anleitung, die in Vielem sehr nachdenklich macht.

Michael Klapheck
Lebe Deinen Beat
Anstiftung zur kreativen Verrücktheit

236 Seiten, gebunden
Goldegg Verlag (2016)
ISBN 13: 978-3903090460
19,95 Euro



Die Unkeler Falte

Im Oktober-Heft 2016 stellten wir Ihnen eine Neuerscheinung auf dem Buchmarkt vor, die Beachtung verdient. Im Kölner Emons-Verlag ist eine Art neuartiger Reiseführer erschienen, dessen Konzeption und Aufmachung recht ungewöhnlich sind. Mit freundlicher Genehmigung des Verlags stellen wir Ihnen hier einen Beitrag aus der Feder von Ursula Gilbert vor, der unser besonderes Interesse fand.

An den Hängen des Stuxtrafen einst Laurussia und Gondwana aufeinander. Was für Nicht-Geologen nach dem Beginn eines großen Fantasy-Epos klingt, ist epische Erdgeschichte.

Zusammenstoß zweier Autos, so Nikolaus Froitzheim von der Uni Bonn, geschah dies zum Teil so heftig, dass die Sedimentschichten, die ursprünglich horizontal verliefen, heute steil abfallen. Das Ergebnis sind der Stuxberg und

linge und Falter in einem Maße an, dass hier regelmäßig „European Moth Nights“ stattfinden. Über 1.000 Schmetterlingsarten hat man mittlerweile zählen können, unter ihnen den „Ligusterchwärmer“ mit einer Spannweite von 20 Zentimetern oder den seltenen „Senfweißling“, der auf der Roten Liste bedrohter Tierarten steht. Doch nicht nur Falter fühlen sich hier wohl. Die Bedingungen sind auch ideal für den Weinanbau. In den 1990ern hat man die hohe Kunst des Trockenmauerbaus wiederbelebt, und nun wachsen hier am „Sonnenberg“ Riesling und Burgunder. Wer das nächste Mal auf der B 42 an diesem Ort vorbeibraust, denkt vielleicht mal an Laurussia und Gondwana. Oder an den Unkeler Sonnenberg. **|| Ursula Gilbert**

Auszugsweiser Nachdruck mit freundlicher Genehmigung des Verlags.

Ursula Gilbert | Michael Klein
111 Orte im Siebengebirge, die man gesehen haben muss

Mit zahlreichen Fotografien
Broschur, Format 13,5 x 20,5 cm
240 Seiten, Emons-Verlag (2016),
ISBN 978-3-95451-921-7
16,95 Euro



Bild: ??????????????

Vor 400 Millionen Jahren lag die Stelle, an der sich heute Unkel befindet, in einem flachen Meer. Durch Ebbe und Flut lagerte sich in Schichten Sand ab und verfestigte sich schließlich zu Sedimentgestein. Als 50 Millionen Jahre später die beiden Urkontinente – ebenjene „Laurussia“ und „Gondwana“ – kollidierten, wurden die Erdschichten gestaucht und „aufgefaltet“, wie die Geologen sagen. Wie beim

die „Unkeler Falte“. In den Sedimentablagerungen, die einst den Meeresboden bildeten, kann man heute Fossilien finden. Eines der hier entdeckten versteinerten Lebewesen trägt sogar den Namen seines Fundortes: Chonetes unkelensis, der Armfüßer. Das allein macht die Unkeler Falte schon einzigartig. Doch damit nicht genug, locken die besonderen – fast schon mediterranen – klimatischen Bedingungen Schmetter-

KLC BAD HONNEF
Karosserie & Lackier Centrum

- Unfallinstandsetzung
- Oldtimer Restaurierung
- Lackierarbeiten
- Smart Repair
- Leihwagen



KLC Bad Honnef
Wittichenauer Str. 15 - 17
53604 Bad Honnef

Tel.: 02224 / 91 91 60
www.klc-badhonnef.de

Hundesalon Bella
Fellpflege & mehr

Hundesalon Bella
Inh. Heike Wolter
Bahnhofstraße 9
Bad Honnef
Tel. 0 22 24 / 987 2008
info@hundesalon-bella.de
www.hundesalon-bella.de