

Gute Tradition trifft hier auf Moderne

Martinsmarkt lädt zum Sonntags-Bummel ein / Spiel und Spaß für die ganze Familie

-rei- Bereits zum 30. Mal findet am Sonntag, 6. November, der weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannte Martinsmarkt statt - erneut organisiert von der Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich".

Veranstaltung schön längst eine gute Tradition geworden und bei kleinen wie großen Besuchern aus nah und fern sehr beliebt. Im Rahmen eines verkaufsoffenen Sonntages haben fast alle Einzelhandelsbetriebe und Fachhändler am 6. November (13 - 18 Uhr), geöffnet und laden zum ungestörten "Schauen und Kaufen" ein. Ganz in Ruhe können hier auch schon die ersten Weihnachtsgeschenke besorgt werden.

Rote Taschen und leckere Wecken

Heiß begehrt waren bei jeder Veranstaltung die tollen roten Taschen mit Werbung des Gewerbeparks Mülheim-Kärlich. nachhaltigen Einkaufstaschen sind nicht nur ein Symbol für das einzigartige Shoppingerlebnis, das der Gewerbepark Mülheim-Kärlich seinen Besuchern bietet sie leisten auch einen wertvollen Beitrag zur Vermeidung von Plastikmüll. Außerdem wird es - passend zu St. Martin - auch wieder leckere "Wecken" für die Kinder geben. Die Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich" hat freundliche Helfer engagiert, die Taschen und Wecken im Gewerbepark verteilen werden.

Spiel und Spaß für die ganze Familie

Für Spiel und Spannung sorgt die beliebte Glücksrad-Aktion der Projektge-



Höhepunkt beim Martinsmarkt ist, wie alle Jahre wieder der große Umzug bei dem St. Martin hoch zu Ross durch den Gewerbepark zieht. Foto: Jürgen Grab

meinschaft auf dem Gelände von Schuh Germann (Industriestraße). Mit einem Dreh kann man hier tolle Preise gewinnen. Ein weiteres Highlight: der Süwag-Energiegarten

kommt. Der Energiedienstleister Süwag lädt die Besucher des Martinsmarktes ein, Energie mit allen Sinnen zu erleben und Wissenswertes rund um nachhaltige Energieversorgung entdecken. Wer an diesem Tag seine Energie für etwas Gutes einsetzen Höhepunkt beim Martins-

das Rudergerät, Fahrrad, wieder der große Umzug Kostenlos Parken Gokart, Dreirad oder die Lauffläche. Jeden erfahrenen Kilometer belohnt die Süwag mit einer Spende von zwei Euro. Die Spendensumme kommt einer Ukraine-Hilfe vor Ort zugute. Last but not least ist auch für das leibliche Wohl mit zahlreichen kulinarischen Leckereien für jeden Geschmack gesorgt.

St. Martin hoch zu Ross

möchte, schwingt sich auf markt ist, wie alle Jahre des Martinsmarktes.

bei dem St. Martin hoch zu Ross durch den Gewerbepark zieht.

"Rheini-Während die schen Musikfreunde Kettig" die Zuschauer mit Martinsliedern unterhalten, werden Mitglieder des Theater- und Heimatverwieder leckere Martinswecken an die Kinder verteilen.

Schon seit Jahren unterstützt der Mülheimer Verein die Projektgemeinschaft bei der Gestaltung

Entdecken Sie bei einem entspannten Einkaufsbummel mit der ganzen Familie das reichhaltige Warenangebot im Gewerbepark Mülheim-Kärlich -Deutschlands längster Shopping-Meile".

Nicht nur die beeindrueins "Fidelio" Mülheim ckende Branchenvielfalt, auch die hervorragende verkehrliche Anbindung sowie ausreichend kostenlose Parkplätze machen den Gewerbepark Mülheim-Kärlich zu einem Erlebnis der besonderen

Damenmode aus Italien - Auch in Übergrößen

Lernen Sie unser Herbst-/ Wintersortiment kennen:

Schuhe. Taschen, Abendkleider, Damen- und Herrenmode, **Jeans**







RIESE&MULLER ab 5399



E-Trekkinabike | **CHARGER 4 GT TOURING**

Bosch CX-Motor mit 85 Nm und 750-Wh-Akku bieten reichlich Reserven für ausgedehnte Touren • Farbe, Display und weitere Ausstattungsmerkmale sind konfigurierbar · Agile 27,5"-Laufräder

NOV

VERKAUFS-OFFENER SONNTAG

Besuche uns in Mülheim-Kärlich von 13 bis 18 Uhr.



E-Mountainbike | HARDRAY E 5.0

Solides Hardtail mit Yamaha PW-ST-Motor (70 Nm) und **630-Wh-Akku** · Agiles 27,5"-Fahrwerk mit Continental Cross King-Bereifung · Hydraulische Clarks M2-Scheibenbremsanlage mit 180-mm-Rotoren



● E-Citybike | AGATTU 1.B MOVE

Schon ein Klassiker unter den Pedelecs - Kalkhoffs Agattu-Serie · Bewährter Bosch Active Line-Motor mit kräftigem 500-Wh-Akku · Weiter und tiefer Einstieg und bequeme Sitzposition bieten Sicherheit im Stadtverkehr



Trekkingbike | TOURING PRO

Schickes Trekkingrad vom deutschen Markführer mit bewährter Ausstattung · Hydraulische Shimano-Scheibenbremsen verzögern sicher, auch bei hoher Zuladung · Extra-helle LED-Lichtanlage erhöht die Sicherheit auf Touren



Gravelbike | ROAD RAGE ESSENTIAL

Stylischer Aluminiumrahmen mit vielen Montagepunkten für Gepäck und Zubehör · 20-Gang GRX-Schaltung mit Kurbelgarnitur 46-34 Z./ Kassette 11-34 Z · Hydraulische Shimano-Scheibenbremsen BR-RX400



Zubehör | ECO LIGHT M60 SET

LED-Lampenset: Frontlampe mit max. 60 Lux, Rücklicht mit Bremslichtfunktion · Einfache, werkzeuglose Montage • Entspricht der StVZO



trainer mit tiefem, bequemem Einstieg · Magnetbremse mit elektronisch einstellbarem Widerstand (20 Stufen)



*1) unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers *2) Solange der Vorrat reicht. Keine Barauszahlung möglich. Irrtümer und technische Änderungen vorbehalten · Angebote solange der Vorrat reicht · Alle Preise in Euro

Besuche uns auf Facebook



oder auf Instagram @fahrradxxlfranz



Mülheim-Kärlich

Industriestraße 18-20 56218 Mülheim-Kärlich Mo.-Fr.: 09:30 - 19:30 Uhr

Sa.: 09:30 - 18:30 Uhr Tel.: 0261 133686-0

Koblenz

Löhrstraße 5-15 56068 Koblenz

Mo.-Fr.: 09:30 - 18:30 Uhr Sa.: 10:00 - 18:00 Uhr Tel.: 0261 91505-0

Mainz

Rheinallee 179 55120 Mainz

Mo.-Fr.: 09:30 - 19:30 Uhr Sa.: 09:30 - 18:30 Uhr Tel.: 06131 62229-0

Griesheim b. Darmstadt

Flughafenstraße 14 64347 Griesheim

Mo.-Fr.: 09:30 - 19:30 Uhr Sa.: 09:30 - 18:30 Uhr Tel.: 06155 709000-0



fahrrad-xxl.de

Herzlich willkommen zum 30. Martinsmarkt

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Besucher und Besucherinnen unseres Gewerbeparks,

Die Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich" veranstaltet bereits zum 30. Mal den traditionellen Martinsmarkt in unserem schönen Gewerbepark, zu dem wir Sie ganz herzlich begrüßen.

Der Martinsmarkt bietet Ihnen die Möglichkeit zum ungestörten, stressfreien Einkaufen. Im Rahmen verkaufsoffenen Sonntages haben fast alle Einzelhandelsbetriebe und Fachhändler am 6. November (13 - 18 Uhr), geöffnet. Nutzen Sie die Gelegenheit, um nach den Weihnachtsgeschenken für Ihre Lieben zu schauen. Egal ob Sie



Mülheim-Kärlicher Geschmack etwas zu bieten und tun alles, um Ihre Wünsche zu erfüllen.

Sport- oder Elektroartikel, Möbel oder Bekleidung, Schuhe oder Modeaccessoires suchen - die Einzelhändler und Fachgeschäfte haben für jeden

Kommen Sie zu uns - ein

vielseitiges Angebot, kompetente und kundenfreundliche Beratung, attraktive Preise, kurze Wege und viele, vor allem Parkplätze kostenlose werden Sie begeistern. Darüber hinaus halten die Geschäfte wieder tolle Aktionen und zahlreiche Sonderangebote bereit. Wie jedes Jahr haben wir für Sie auch wieder ein abwechslungsreiches Programm organisiert.

Der Heilige Sankt Martin besucht in Begleitung der Rheinischen Musikfreunde Kettig den Gewerbepark und es werden leckere Wecken an die Kinder verteilt.

Für Spiel und Spannung sorgt die beliebte Glücksrad-Aktion der Projektgemeinschaft auf dem Gelände von Schuh Ger-

(Industriestraße). mann Mit einem Dreh kann man hier tolle Preise gewinnen.

Ein weiteres Highlight: der Süwag-Energiegarten kommt. Der Energiedienstleister Süwag lädt die Besucher des Martinsmarktes ein, Energie mit allen Sinnen zu erleben und Wissenswertes rund um nachhaltige Energieversorgung

entdecken.

Wer an diesem Tag seine Energie für etwas Gutes einsetzen möchte, schwingt sich auf das Rudergerät, Fahrrad, Gokart, Dreirad oder die Lauffläche. Jeden erfahrenen Kilometer belohnt die Süwag mit einer Spende von zwei Euro. Die Spendensumme kommt einer Ukraine-Hilfe vor Ort zu-

gute. Last but not least ist auch für das leibliche Wohl mit zahlreichen kulinarischen Leckereien für jeden Geschmack gesorgt.

Dass wir gemeinsam auch schwierige Zeiten überstehen, hat uns Ihre Treue zum Einzelhandel im Gewerbepark in der vergangenen schwierigen Zeit gezeigt. Dafür möchten wir uns ganz herzlich bedanken.

Wir wünschen Ihnen einen erlebnisreichen Tag und viel Vergnügen im Gewerbepark Mülheim-Kärlich Deutschlands größtem Fachmarktzent-

Axel Kargl Vorsitzender Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich"

Traditionelle Veranstaltung für Groß und Klein

Besucherinnen und Besucher des Gewerbeparks Mülheim-Kärlich.

Ich freue mich sehr, Sie hier zum diesjährigen Martinsmarkt begrüßen zu dürfen. Seit vielen Jahren wird diese traditionelle Veranstaltung im Gewerbepark Mülheim-Kärlich jetzt schon von der Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich" durchaeführt.

den auch in diesem Jahr



Unsere Unternehmen im weis stellen. Die ausreigrößten Fachmarktzent- chend und kostenlos verrum Deutschlands wer- fügbaren Parkplätze lassen Ihnen die uneinge-Leistungsfähigkeit schränkte Zeit alle güns-Vielfalt unter Be- tigen Angebote und das

breit gefächerte Sortiment, zu prüfen. Nach einem günstigen Einkaufstag können Sie dann zufrieden nach Hause fahren.

Ich bitte Sie, von den Möglichkeiten im Gewerbepark bzw. in der Mülheim-Kärlich einkaufen zu können, Gebrauch zu machen. Die-Möglichkeit wurde auch von vielen Besuchern genutzt.

Leider aber auch, um sich in den Geschäften zu informieren und beraten zu lassen und dann im Internet zu bestellen. Das ist legitim aber nicht fair! Beratung und Warenpräsentation haben ihren Preis und das sollten Sie auch honorieren. Das regionale Einkaufen im Handel hat ja auch etwas zu bieten. Es ist ein Stück weit auch Unterhaltung, mal heraus kommen aus den vier Wänden.

Was würden Sie machen, wenn es den Gewerbetreibenden vor Ort nicht mehr gäbe. Nur noch von zu Hause aus im Internet einkaufen ohne persönliche Kontakte? Das können Sie nicht und wird auch keiner wollen. Also bitte kaufen Sie vor Ort ein! Ganz besonders möchte ich mich

an dieser Stelle bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Einzelhändler und Fachgeschäfte im Gewerbepark und in der Stadt Mülheim-Kärlich bedanken. die sich auch in schwierigen Zeiten in den Dienst ihres Arbeitgebers stellen und Sie freundlich beraten und bedienen.

Zum Abschluss wünsche ich Ihnen eine gute Zeit, einen schönen Aufenthalt im Gewerbepark Mülheim-Kärlich und das Sie gesund bleiben.

> Gerd Harner Stadtbürgermeister Mülheim-Kärlich

Unterhaltsamer Ausflug für alle Generationen

Liebe Bürgerinnen und Bürger, liebe Besucherinnen und Besucher,

zum traditionellen Martinsmarkt öffnen auch in diesem Jahr wieder die Geschäfte am ersten Sonntag im November im Gewerbepark Mülheim-Kärlich ihre Türen.

Zur 30. Auflage der beliebten Veranstaltung am 6. November 2022 steht natürlich St. Martin auf dem Pferd, begleitet von einer Musikkapelle, im Mittelpunkt.

Die Figur des Heiligen steht für das lebendige Brauchtum in der Verbandsgemeinde Weißen- die den Martinsmarkt ver-



thurm und wird mit seinen Martinswecken sicher nicht nur die Herzen der Kinder erreichen.

Die Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich",

anstaltet, wird Einkaufstaschen verteilen. Auf dem Parkplatz vor Schuh German wartet der Süwag Energiegarten auf interessierte Besucherinnen und Besucher. Wer seine Energie für etwas Gutes einsetzen möchte, schwingt sich auf das Rudergerät, Fahrrad, Gokart, Dreirad oder die Lauffläche. Jeden erfahrenen Kilometer belohnt die Süwag mit einer Spende von zwei Euro. Die Spendensumme kommt einer Ukraine-Hilfe vor Ort zugute. Am traditionellen Glückswinken attraktive Preise. Karusselle, Imbissbuden und ein Waffelstand sorgen für Spaß und Stärkung. Lassen Sie sich überraschen, was kleine und große Besucher zusätzlich zu den vielen Angeboten in den zahlreichen Geschäften erwartet. Von 13 bis 18 Uhr haben Sie Gelegenheit, sich nicht nur von dem breiten Sortiment im Mülheim-Kärlicher Gewerbepark, sondern auch vom kompetenten und freundlichen Service der Unternehmen zu überzeugen.

Vielleicht findet sich beim Bummel durch die Läden schon das erste Weihnachtsgeschenk. Der Martinsmarkt im Gewerbepark Mülheim-Kärlich ist seit vielen Jahren ein Anziehungspunkt für die ganze Familie.

Ich bin sicher, dass die besondere Veranstaltung auch in diesem Jahr wieder einen gemütlichen, unterhaltsamen und informativen Ausflug samt vergnüglichem Einkaufsbummel für alle Generationen bietet.

Ich wünsche allen Gästen viel Spaß, wenn St. Martin über die Industriestraße reitet.

Thomas Przybylla Bürgermeister der Verbandsgemeinde Weißenthurm





LANGES EINKAUFSWOCHENENDE

MIT VERKAUFSOFFENEN SONNTAG!















Alle Musterküchen 1/2 Preis



30%_± RABATT

auf frei geplante Küchen

Mit 0,0% effektivem Jahreszins und bequemen Monatsraten. Bis zu 24 Monate zinsfrei.





Der Süwag-Energiegarten kommt / Gemeinsam aktiv für die Ukraine-Hilfe vor Ort

Sehen, mitmachen, bewegen und dabei lernen - der Süwag-Energiegarten macht am Sonntag, 6. November, im Rahmen des Martinsmarktes im Gewerbepark Mülheim-Kärlich halt. Der Energiedienstleister Süwag lädt die Besucher ein, Energie mit allen Sinnen zu erleben und Wissenswertes rund um nachhaltige Energieversorgung entdecken.

Wer an diesem Tag seine Energie für etwas Gutes einsetzen möchte, schwingt sich auf das Rudergerät, Fahrrad, Gokart, Dreirad oder die Laufflä-

Jeden erfahrenen Kilometer belohnt die Süwag mit einer Spende von zwei Euro. Die Spendensumme kommt einer Ukraine-Hilfe vor Ort zugute. Besucher können die zurückgelegten Strecken live auf einem Display verfolgen und verschiedene Virtual und Augmented Reality-Angebote, zum Beispiel eine VR-Schaukel, nutzen. Zu-



Da freut sich das Süwag-Maskottchen Jörn: Der Energiedienstleister Süwag lädt die Besucher des Martinsmarktes ein, Energie mit allen Sinnen zu erleben und Wissenswertes rund um nachhaltige Energieversorgung zu entdecken.

dem informieren Energieexperten über die Themen Mehrspartenhausan-

schluss, Glasfaser, Elektromobilität, Solaranlagen und Speicher sowie Erneuerbare Energien. Auf E-Bikes, Segways oder Hoverboards können die Be-

sich Energie in Bewegung verwandelt. Neu in diesem Jahr: Der Süwag-Karriereschuppen und Jörns Gärtnerei. Im Karriereschuppen dreht sich alles um Personalrekruting und in Jörns Gärtnerei können

sucher ausprobieren, wie kleine Nachwuchsgärtner zu dürfen und die Süwag Blumentöpfe bemalen und bepflanzen. Moritz Wappenschmidt, Leiter Marketingkommunikation der Süwag, betont: "Wir freuen uns sehr, in diesem Jahr beim 30. Martinsmarkt in Mülheim-Kärlich dabei sein

für die Besucher erlebbar zu machen."

⇒ Alle Informationen zum Süwag-Energiegarten gibt es auch online unter www.suewag.de/energie-



Schlaraffenland für "Krümelmonster



Unser Angebot zum verkaufsoffenen Sonntag

am 06.11.2022 von 13-18 Uhr!

Prinzen Rolle Cremys

8x 172g (Karton), 2. Wahl, statt 11,92 €

nur 8,00€!

Nur in Handelsüblichen Mengen und nur solange der Vorrat reicht





bei einem Einkauf ab 10 € Warenwert. Bitte VOR der Bezahlung vorlegen. Nur ein Gutschein pro Person. Für den Einkauf in unseren FACTORY OUTLETs, nur in haushaltsüblichen Mengen. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionsgutscheinen und weiteren Preisaktionen. Keine Barauszahlung. Auf den Kauf von Gutscheinkarten wird kein Rabatt gewährt.

















www.debeukelaer.com/outlet

Frauenpower im Gewerbepark

Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich" stellt neue Gewerbeparkmanagerin vor

Ab dem 1. November 2022 übernimmt Nicolina Meiniohanns ihre neue Tätigkeit als Gewerbeparkmanagerin bei der Proiektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich".

Nicolina Meinjohanns war 32 Jahre lang als Gebietsleiterin beim Verlag für Anzeigenblätter tätig und ist seit über 25 Jahren ehrenamtlich im Vorstand der Projektgemeinschaft aktiv. Jetzt stellt die Powerfrau, deren Motto "Geht nicht. gibt's nicht" lautet, ihr Kowhow ganz in den Dienst Gewerbeparks. Der Vorstand freut sich auf eine gute Zusammenarbeit. Ge-





Frauenpower im Gewerbepark: Die neue Gewerbeparkmanagerin Nicolina Meiniohanns (li.) und Geschäftsstellenleiterin Gudrun Breitbach. Fotos: Kargl Fokus/Hunder

meinsam mit der Ge- colina Meinjohanns den Gewerbepark run Breitbach stellt sich Ni- und ist hoch motiviert, den tionen und konstruktive Zu-

schäftsstellenleiterin Gud- neuen Herausforderungen

Mülheim-Kärlich durch kreative Aksammenarbeit noch erfolgreicher und fit für die Zukunft zu machen. Zu ihren Aufgaben zählt in erster Linie die Kommunikation mit den Mitgliedern und Nichtmitgliedern, die Umsetzung des neuen Marketingkonzeptes (als Sprachrohr zu den Medien) sowie die Planung und Durchführung von weiteren Veranstaltungen und Aktionen.

Info & Kontakt:

Projektgemeinschaft Wir in Mülheim-Kärlich, Industriestr. 51 b (über Frankonia) 56218 Mülheim-Kärlich,

1 (02630) 3267, info@wir-in-mk.de, www.der-gewerbepark.de.

Heimatbuch

Endlich ist es da, Heimatbuch das 2023. Ab sofort ist die 41. Auflage der mit lesens- und wissenswerten schichten gespickten Heimatbuchreihe für 8,90 Euro in den Buchhandlungen der Region erhältlich. Knapp 100 ehrenamtliche Autoren haben die rund 350 Seiten des Heimatbuches mit Leben gefüllt.

"Das freiwillige Engagement und die Mithilfe, die die Autoren in die Entstehung des Buches gesteckt haben, ist keinesfalls selbstverständlich. Umso mehr freut es mich, dass die Beteiligung von Jahr zu ungebrochen Jahr hoch ist", sagt Land-Dr. Alexander rat Saftig.

Die Autoren halten in mühevoller Detailarbeit die Geschichte des Landkreises im Heimatbuch lebendig. Sie recherchieren, schen, dichten und fotografieren und schaffen es damit, dass Ereignisse unvergessen und künftigen Generationen erhalten bleiben.

Anfang 2023 startet die nächste Redaktionsphase. Dann können die Autoren wieder ihre Beiträge Auswahl ins Kreishaus schicken.



Herzlich willkommen bei unserer Veranstaltungsreihe Süwag-Energiegarten: Besuchen Sie uns am Sonntag, den 06.11.2022 von 13:00-18:00 Uhr beim Martinsmarkt auf dem Parkplatz von Schuh German in Mühlheim-Kärlich und erleben Sie mit allen Sinnen, wie kraftvoll grüne Energie uns heute und in Zukunft versorgen kann.

Und mehr noch: Unter dem Motto "Gemeinsam aktiv für die Region" können Sie ihre eigene Energie für einen guten Zweck einsetzen, indem Sie auf unserer Energiebühne Kilometer sammeln – per Fahrrad, Kettcar, Rudermaschine, Dreirad oder zu Fuß. Für jeden zurückgelegten Kilometer spendet die Süwag 2 Euro an eine gemeinnützige Organisation vor Ort.

Weitere Highlights für Groß und Klein:

- JÖRNs Kinder-Gärtnerei
- Virtual Reality-Schaukel
- Themeninsel zur Energiewelt von morgen

Wir freuen uns auf Sie! Mehr unter suewag.de/energiegarten







Rote Einkaufstaschen und "Wecken" werden verteilt

Treue Besucher kennen und lieben sie: Die praktischen roten Ein- Außerdem wird es - passend zu St. Martin - wieder leckere "Wecken" kaufstaschen sind nicht nur ein Symbol für das einzigartige Shopping-Erlebnis, das der Gewerbepark Mülheim-Kärlich seinen Besucher*innen immer wieder aufs Neue bietet - die nachhaltigen Einkaufshelfer leisten auch einen wertvollen Beitrag zur Vermeidung von Plastikmüll.

für die Kinder geben. Die Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich" hat freundliche Helfer engagiert, die am Sonntag, 6. November, die Martinswecken und die beliebten Einkaufstaschen im Gewerbepark vertei-Foto: J. Grab



LEDERLAND MÜLHEIM-KÄRLICH • WWW.LEDERLAND-MUELHEIM-KAERLICH.DE



Freundliche Waffelbäckerinnen sind am Start

Ausgiebiges Shoppen macht ja bekanntlich auch hungrig! Daher wird beim Martinsmarkt am 6. November bestens für das leibliche Wohl der Besucher*innen gesorgt. Unter anderem sind die freundlichen Damen der Waf-

felbäckerei mit köstlichen Leckereien auf dem Gelände von Schuh Germann am Start und werden die Gäste mit köstlichen warmen Waffeln und heißem Kaffee verwöh-Foto: Juraschek

Kostenlose **Parkplätze**

Mit seinem nahezu lückenlosen Produktangebot gehört der Gewerbepark Mülheim-Kärlich, das größte Fachmarktzentrum Deutschlands, zu den bedeutendsten Wirtschaftsfaktoren

Besonders beliebt bei den Besuchern: die sonst so lästige Parkplatzsuche entfällt! Für zahlreiche Kund*innen ist diese Parksituation in der Tat ein wesentliches Kriterium für den regelmäßigen Einkauf in Mülheim-Kärlich. Selbst zu Haupteinkaufszeiden ten findet man immer einen freien Parkplatz ganz bequem, direkt dort, man einkaufen WO möchte und zwar kostenlos. Dieser Service gehört zu einer ganzen Reihe von Dienstleistungen, die die Unternehmen ihren Kunden gerne bieten.

Der Gewerbepark Mülheim-Kärlich punktet au-Berdem mit einem umfassenden Branchen-Mix aus Einzelhandel, Großhandel, Industrie und Dienstleistung.

Glücksrad dreht sich

Beim 30. Martinsmarkt am Sonntag, 6. November (13 - 18 Uhr), können sich die Besucher*innen auf zahlreiche Angebote und tolle Aktionen im Gewerbepark Mülheim-Kärlich freuen. Darüber hinaus wird aber auch jede Menge Spiel und Spaß geboten - wie zum Beispiel beim Glücksrad. Groß und Klein reihen sich geduldig in einer Schlange ein, um mitzumachen.

Bei der beliebten Aktion der Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich" in Zusammenarbeit mit den ansässigen Fachgeschäften, können die Besucher*innen auf dem Gelände von Schuh Germann (Industriestr. 30) mit einem Dreh tolle Preise gewinnen.

Die Glücksradrunden finden ab 13.30 Uhr (und dann im Anschluss in regelmäßigen Ab-Foto: J. Grab ständen) statt.







Hier ist Ihr Haar in guten Händen

Hairkiller – der Kultfriseur im Gewerbepark für junge und jung gebliebene Leute

Bereits seit 2009 ist der Kultfriseur Hairkiller im Gewerbepark Mülheim-Kärlich ansässig. Inhaber Biörn Kunz entschloss sich zu einer großen Investition und so wurde der Hairkiller-Komplex an der Industriestraße 38 gebaut.

Entstanden ist ein tolles, modernes Gebäude in dem seit Herbst 2019 der Hairkiller-Salon im Gewerbepark Mülheim-Kärlich keine Wünsche offen lässt. "Unsere Kunden erwartet ein Industrie-Look in einem coolen Loft-Outfit mit sechs Metern offener Deckenhöhe. Eine ganz besondere Atmosphäre fürs Haare schneiden, färben oder verlängern. Zudem stehen 65 kostenlose Parkplätze zur Verfügung", so Björn Kunz. Das fachlich qualifizierte, unter anderem auch durch die Wella-Akademie ausgebildete Personal, ist spezialisiert auf Haarfarben, Painting, Balayage und vieles mehr. Dazu gehören Routiniers, eine Reihe etablierter Leistungsträger



Das Hairkiller-Team ist hoch motiviert und freut sich auf junge und jung gebliebene Leute, die Lust an ausgefallenem Frisurenstyling haben und Haarfarbe lieben. Collage: sapro GmbH

den. Derzeit besonders angesagt ist zum einen die Technik True Grey: eine Behandlung zur Belebung natürlich grauer Haare. Zur Wahl stehen für Damen und Herren 20 verschiedene Töne auf Graubasis, die den natürlichen Farbton von grauen Haaren imi-

lung und Haarschädigung. Eine weitere Neuheit ist Shinefinity: eine Tönungsglasur ohne Haarschädigung, die ein besonderes Haargefühl bereitet. Geeignet für alle, die nicht "gefärbt" aussehen möchten, sondern sich einen natürlichen Charakter des Haaund die neuen, jungen Wil- tieren - ganz ohne Aufhel- res wünschen. Zur Verfü-

gung stehen dabei 35 Töne von hell bis dunkel. Das Team findet für jedes Haar passende Styling. Und auch, wenn die vergangenen Jahre und die jetzige Situation nicht leicht sind, verspricht Björn Kunz: "Mein Team und ich werden auch weiter alles dafür (02630) 957 600.

tun, um fachlich auf dem höchsten Niveau zu bleiben und mit Leistung und und jeden Anspruch das Qualität für unsere Kunden da zu sein."

Infos & Kontakt:

Hairkiller, Industriestraße 38, 56218 Mülheim-Kärlich,





olge uns für Aktionen, Infos & Rabatte.

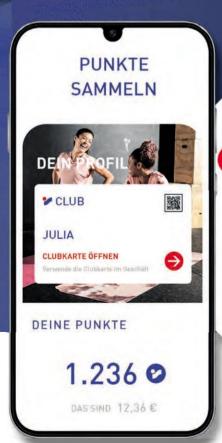
KOMMIN DEN CLUB

JETZT ANMELDEN!

ERHALTE 500 STARTPUNKTE UND ZUSÄTZLICH

5-FACH PUNKTE AUF DEINEN ERSTEN EINKAUF

BEI ANMELDUNG AM MARTINSMARKT-WOCHENENDE*





✓INTERSPORT® KRUMHOLZ

Ihr eingegebener Code ist ... RICHTIG!!!

Andrea und Markus gewinnen bei der Neuauflage der 100 000 Mark Show

Eine spannendere Heldenreise hätte es für die in Mayen lebende Andrea (45) und ihren Partner Markus (51) aus Mülheim-Kärlich, vor letztlich 1,66 Millionen TV-Zuschauern nicht geben können. Es war das mit großer Spannung, lang erwartete Comeback, einer der legendärsten TV-Shows in der Geschichte des Privatfernsehens. Nach rund 22 Jahren Pause feierte "Die 100 000 Mark Show" ihre große Wiederkehr ins Abendprogramm von RTL.

Nachdem die legendäre Original-Moderatorin (1993 1998) des Kult-Formats Ulla Kock am Brink (61) die Zuschauer in "ihrer" Sendung begrüßt hat, ging es bereits in den schwierigen Hindernisparcours. Heute wie einst, natürlich untermalt mit der Nr.1-Hymne "The Finale Countdown" von der schwedischen Rockband "Europe". Eines der vielen, liebevoll umgesetzten originären Details der Retro-Sendung, die trotzdem ziemlich modern und frisch rüber kam. Wer da bereits aus dem Großraum Mayen-Koblenz genau hingeschaut hat, erkannte dort womöglich ein bekanntes Gesicht unter den vier aufgeregten Kandidatenpaaren. Die aus dem hiesigen Karneval, wie von der lokalen Theaterbühne bekannte Andrea Nett mit ihrem vor zweieinhalb Jahren kennengelernten Partner Markus. Markus zeigte direkt, dass er im Nebenberuf auch Fitnesstrainer ist. Der 51-Jährige schoss aus dem Starthaus, hangelte sich mit einem irrem Tempo an Kletterstangen entlang, drückte sich durch ein Gummi-Netz, sprintete ein entgegenlaufendes Laufband hoch und erkletterte schließlich noch eine rund



Strahlende Sieger: Andrea und Markus mit Moderatorin Ulla Kock am Brink (li.) räumten bei der Neuauflage der 100 000 Mark Show ab. Fotos: RTL/Stefan Gregorowius

sechs Meter hohe Free- motiviert. Daher war Aufclimbing Wand. Als erster mit großem Vorsprung dort angekommen, aktivierte er das Spiel für seine Andrea. Diese verletzte sich jedoch bei einem Sturz am Laufband. Wie sich kurze Zeit später herausgestellt hat, an einem Muskelfaser im Oberschenkel. Ebenso war die Hüfte des rechten Beins ausgekugelt. Die sportliche Eifellanerin gab trotz des Handicaps nicht auf und erreichte unter Schmerzen ebenfalls die Plattform auf dem über sechs Meter hohen Gerüst. Von dort musste die Tochter eines Feuerwehrmanns eine Stange herunterrutschen. Letztlich schaffte es das Paar als Zweite hinter dem ersten gleichgeschlechtlichen

Liebespaar der Sendungsgeschichte den Parcours zu bewältigen. Die glückliche Siegerin nach der Ausstrahlung gegenüber dem LokalAnzeiger: "Als ich gefallen bin, dachte ich erst noch, wenn ich hier nicht mehr hoch komme, war's das! Aber ich wollte Markus zeigen, dass ich das auch schaffen kann. Er hat mich über die komplette Sendung so toll und liebevoll

geben für mich keine Option!"

Nach einem Vorstellungsquiz standen noch genauso 0 DM auf dem Spielkonto, wie nach Spiel zwei. Hier musste in einem übergroßen Flipperautomat ein goldener Fußball mit Buzzern im Spiel gehalten werden, während man zeitgleich in vier teile geschnittene und durch-Promi-Gesichter mischte wieder richtig zusammensetzen musste: "Weil die Aufteilung vorher bereits festgelegt war, spielte ich am Flipper, während Markus die menschliche Federstange gab. Da ich bereits im Vorfeld Probleme mit der Halswirbelsäule hatte und mir in vorher angeschauten, alten Sendungen diese Art von Bilder sortieren gut gelegen hat, dachte ich, wäre es kein Problem. In der Show selbst, hatte ich wegen meiner Beinverletzung dann aber Angst den Ball zu verlie-

Das nächste Spiel war das Astronautenspiel. Hier gelang dem Paar aus der Eifel der entscheidende Return. In einer Art von Montagsmaler, nur in einer Zentrifuge, musste Markus malen und Andrea, mit Kopfhörer isoliert, das gemalte erkennen. Man schaffte sechs Bilder. Nun war eine Schätzfrage notwendig. Hier lagen Andrea und Markus näher. Die ersten 2000 DM waren erreicht. Jetzt begann für das vergleichbar junge Glück, welches von vielen in Pink gekleideten Freunden und Familienangehörigen, runter Andrea's Sohn, dem AC Mayen-Rennfahrer Leon Dreiser oder dem Präsidenten von der "Alte Gro-Be Mayener Karnevalsge-

sellschaft" Uli Walsdorf, be-

gleitet wurde, die große Aufholjagd. In den vier folgenden Spielen "Wortgitter", "Sabotage", im "Kissenspiel" spielte das Duo sich bis an die Spitze der Kontotabelle und damit auch ins große Finale!

Kennengelernt beim Karneval

Ein Ziel, das Markus, damals noch mit anderer Partnerin, bereits im Jahr 1996 vor Augen hatte, wie seine lebensfrohe Freundin berichtete. "Markus war schon mal bei der 100 000 Mark Show in den 90er Jahren dabei. Als wir hörten, dass die Sendung wieder zurück kommt, war er direkt Feuer und Flamme. Also haben wir den Fragebogen dann lustig ausgefüllt. Scheinbar so gut, dass man mit uns ein kleines Telefon-Interview inklusive kleinem Allgemeinwissens-Quiz

machte. Darauf folgte dann die Einladung zum Casting nach Düsseldorf, Hier gab es einen Hindernisparcours in einer großen Halle. Ebenso gab es ein kurzes Interview, wo wir die positiven und negativen Eigenschaften des Partners nennen sollten. Auch hier scheinen wir alle mit unserer Schlagfertigkeit überzeugt zu haben. So dass wir letztlich in die Sendung kamen." Ihren heutigen Partner lernte die 45-jährige Finanzfachwirtin übrigens bei einem Date im Kölner Karneval kennen.

Spannung pur im Finale

Auch im dreiteiligen Finale, wo man pro Spiel Zylinder mit falschen Tresor-Codes wegspielen musste, machten es die Rheinland-Pfälzer, die bis zum Ende der Ausstrahlung jegliche Informationen, auch Familie und Freunden gegenüber absolut geheim gehalten haben, sehr spannend. Die

gebürtig aus Thür stammende Blondine hatte im ersten Spiel, "obwohl es in den Castings noch super gut ging", große Probleme, die freischwingenden Netze hochzuklettern, um auf Kisten zu gelangen, die symbolisch gesprengt werden mussten. Trotz des 25köpfigen Fanclubs im Publikum reichte die Kraft im verletzten rechten Bein nicht mehr aus. Auch weil am Ende die Zeit gefehlt hat.

Anschließend folgte der legendäre Heiße Draht Hier konnte Andrea, die zweimal kurz vor einem Ruhepunkt scheiterte, letztlich einen Zylinder aus dem Spiel nehmen. Am Ende folgte noch der "Wasserkanister". Hier ging es darum, so viele Fragen wie möglich zu beantworten, in der Zeit, wo der Partner unter Wasser die Luft anhält. Hier konnte die Bankangestellte neun von zwölf Fragen korrekt beantworten. Letztlich blieben also von den zehn ursprünglichen Zylindern, noch sieben stehen! "Wir waren uns schnell einig die Nr. 5 zu nehmen. Aber ehrlich gesagt, habe ich nicht dran geglaubt, dass der Code stimmt. Ich dachte noch, egal wie das hier ausgeht: Du hast Ängste überwunden und eine spannende Reise erlebt." Es folgte die unvergessliche Computerstimme mit dem Satz: "Der von Ihnen eingegebene Code RICHTIG!" Für Andrea fast ein Schock: "Hab ich mich gerade verhört?" Am Ende freute sich das Paar, was nach eigener Aussage oft an- und über die Grenzen ging, nach all den schwie-Geschicklichkeits-, rigen Schnelligkeits- und Knobelaufgaben also über 114 050 DM. Wovon das Paar, dem offiziellen Wechentsprechenden selkurs Euro-Betrag, also 58 312,84 Euro bekommt.

Bleibt zum Ende noch die Frage, was mit dem Gewinn passiert: "Der Traum ist ein X-Mas Shopping in New York. Wir wollen den Kindern aber auch was geben. Ich habe einen Sohn, Markus hat drei Kinder. Und wir wohnen ja auch noch getrennt. Letztlich hat Markus auch noch den Traum eines Motorrads. Auf jeden Fall planen wir noch eine kleine Feier. Ohne die Familie und Freunde, die so Stolz ist und mitgefiebert hat, ist so ein Gewinn nur halb so schön."

Andrea gab am Kult-Spiel "Heißen Draht" alles, während Partner Markus den Hubwagen fuhr.

Text: Roland Schäfges

Sonntags-Verkauf 6. November von 13-18 Uhr

Spare bis zu 600.4

Mehr kaufen!

Mehr sparen!

Code: STAFFEL4422

20.- ab 100.- Einkaufswert

40.- ab 200.- Einkaufswert

100.- ab 500.- Einkaufswert

200.- ab 1000.- Einkaufswert

400.- ab 2000.- Einkaufswert

600.- ab 2500.- Einkaufswert

ROLLER Mülheim-Kärlich / Industriestraße 12-16 / 56218 Mülheim-Kärlich

1) Der gesparte Betrag wird nicht ausgezahlt, sondern von dem Rechnungsbetrag abgezogen. Der gesparte Betrag wird pro Einkauf nur einmal in Höhe des für den gesamten Warenwert vorgesehenen gesparten Betrages von 20.- € (ab 100.- € Einkaufswert), 40.- € (ab 200.- € Einkaufswert), 100.- € (ab 500.- € Einkaufswert), 200.- € (ab 1000.- € Einkaufswert), 400.- € (ab 2000.- € Einkaufswert), 600.- € (ab 2000.- € Einkaufswert) abgezogen. Ausgenommen sind ROLLER-Geschenkkarten, Lieferung & Montage, Pfand, bereits reduzierte Artikel, Artikel der Marke Emma, gekennzeichnete Preis-Hit-Artikel und Elektro-Geräte. Nicht mit anderen Rabattaktionen außer dem 2% Roller-App Rabatt kombinierbar. Die Aktion gilt nur am 06.11.2022 im ROLLER-Markt in Mülheim-Kärlich.

billi & friends DAS WOHNKAUFHAUS

friendsWEEK

Die Vorteilswoche für unsere Freunde



freunde machen sich Geschenke!

Werde Mitglied im **friendsCLUB**

und sichere dir exklusive Vorteile

Vorteil 1: Kleine Geschenke

10€-Gutschein für das Restaurant, 10€-Gutschein für die billi & friends Boutique als Willkommensgeschenk, sowie ein Geburtstagsgeschenk.

Vorteil 2: Freundschaftspreise

Bei jedem Einkauf punkten (1€ Umsatz = 1 Punkt = 0,01€), mit Aktionen wertvolle Sonderpunkte sammeln.

Vorteil 3:
Überraschungen
Spannende Aktionen und Events

Vorteil 4: Unterstützung Kostenloser Transporter be Bei erstmaliger Anmeldung im

friendsCLUB

erhalten Sie bei



Sabatta Control of the state of

& billi.de
Wohnideen zum Mitnehmen

3% Sabatt

Registrieren Sie sich vor Ort in unserem Wohnkaufhaus in Mülheim-Kärlich an.

Mi. NOV. O2.

NOV.
03.
10.00 - 19.00 Uhr

NOV. 04. 10.00 - 19.00 Uhr

Sa. NOV. 05.

So.

NOV.

06.

13.00 – 18.00 Uhr









Dem Schmerz aus dem Weg gehen

Wirkungsvolle Hilfsmittel gegen Knie- und Hüftgelenks-Arthrose testen bei rahm

Das Sanitätshaus rahm Zentrum für Gesundheit ist ein zertifiziertes Arthrose Kompetenzzentrum und lädt vom 7. bis 12. November ein, wirkungsvolle Hilfsmittel bei Knie- und Hüftgelenks-Arthrose zu

Arthrose ist nicht heilbar, aber die Beschwerden lassen sich lindern. Bewährt haben sich hierbei orthopädische Hilfsmittel wie zum Beispiel Orthesen und Einlagen. Diese können das Gelenk stabilisieren, entlasten und tragen dazu bei, die Schmerzen signifikant zu reduzieren. Ziel ist es trotz Arthrose aktiv zu sein und in Bewegung zu bleiben. Dadurch wird der Knorpel versorat und die Muskeln werden gestärkt. Durch die wieder-gewonnene Mobilität und Bewegung kann das Fortschreiten der Arthrose hinausgezögert werden. Operative Eingriffe und ein künstliches Gelenk können hinausgezögert und die Einnah-



Es muss nicht immer eine Operation sein. Bei Knieschmerzen können schon einfache Bandagen Linderung für die Betroffenen verschaffen. Diese können im Sanitätshaus rahm getestet werden. Foto: AdobeStock_303555159

von Schmerzmedi- den. Basis der Behand- Arthrosemanagement", in kamenten reduziert wer- lung ist das "individuelle dem der Arzt die kon-

Therapie vorservative schlägt. Die orthopädi-Hilfsmittelversorsche gung kann bei Bedarf von Ihrem Arzt verordnet und mit den gesetzlichen Krankenkassen abgerechnet werden

Hilfsmittel-Testwoche

Während der Hilfsmittel-Testwoche vom 7. bis 12. November 2022 besteht die Möglichkeit einen individuellen und unverbindlichen Beratungstermin mit den Experten von rahm zu vereinbaren. Sie beantworten gerne Ihre Fragen und beraten Sie ausführlich zum Thema "Hilfsmittelversorgung bei Arthrose".

Kostenlos und ausgiebig können dann Orthesen vor Ort getestet werden.

⇒ Hilfsmittel Testwoche bei: rahm Zentrum für Gesundheit GmbH Filiale Mülheim-Kärlich Auf dem Hahnenberg 25 56218 Mülheim-Kärlich **(**02630) 96 50 50 Mail: muelheimkaerlich@



Mitpacken

rahm.de.

Mit einem liebevoll zusammengestellten Schuhkarton kann bedürftigen Kindern ein Lächeln ins Gesicht gezaubert werden. Die Barmherzigen Samariter sind bereits seit 27 Jahren ak-

tiv und machen sich für bedürftige Menschen weltweit stark. Mehr als 12 Millionen Kinder wurden durch die Geschenkpakete erreicht.

Weihnachten im Schuhkarton lädt zum Mitpacken ein. Verteilt werden die Päckchen dieses Jahr insbesondere an Nachbarländer der Ukraine, in denen sich viele ukrainische Flüchtlingskinder befinden. Wer helfen möchte, darf gerne ab sofort bis 14. November einen Schuhkarton mit kleinen Überraschungen für Kinder zwischen zwei und 14 Jahren packen und in der Realschule plus an der Römervilla . Mülheim-Kärlich - Außenstelle Weißenthurm, Kirchstr. 3 (Mo. bis Do., 8 bis 17 Uhr, Fr., 8 bis 14 Uhr) oder bei der Verbandsgemeinde Weißenthurm, Kärlicher Str. 4, (Mo. bis Do., 7.15 bis 12

Uhr sowie zusätzlich Do., von 14 bis 18 Uhr).

Filiale Mülheim-Kärlich Auf dem Hahnenberg 25 · 56218 Mülheim-Kärlich Tel: 0 26 30 / 96 50 50 · muelheimkaerlich@rahm.de Mo. bis Fr.

09.00 - 15.00 Uhr

www.rahm.de



Mit neuem Konzept fit für die Zukunft

Projektgemeinschaft ist gut vorbereitet und stellt sich neuen Herausforderungen

Die Weiterentwicklung des Gewerbeparks voranzutreiben, damit er auch für die Zukunft erfolgreich aufgestellt ist - diese Herausforderung nimmt die Projektgemeinschaft

(PJG) "Wir in Mülheim-Kärlich" mit ihrem Vorsitzenden Axel Kargl gerne

Zur jährlichen Mitgliederversammlung traf man sich in Billi's Restaurant. Vorstandsmitglied Hans-Werner May (billi & friends) ließ es sich nicht nehmen die Bewirtung mit anschließender After-Work-Party zu übernehmen - dafür bedankt sich die Proiektgemeinschaft ganz herzlich. Der Gewerbepark ist nicht nur die "längste Shopping-Meile Deutschlands", er ist auch ein moderner Wirtschaftsstandort mit Zukunft - voller Ideen und Visionen. Hier sind Innovationstreiber und Ideengeber ebenso zu Hause Traditionsunternehmen und Mittelständler.

Um die "längste Shopping-Meile Deutschlands" und den bedeutenden Innovationsstandort unter einer Flagge zu präsentieren, hat die PJG ein kom-



Gemeinsam arbeitet man an der Erfolgsstory Gewerbepark (v. links): Günter Kargl (Ehrenvorsitzender), Johannes Sesterhenn, Gudrun Breitbach (Geschäftsstellenleiterin), Axel Kargl (Vorsitzender), Nicolina Meinjohanns, Hans-Werner May, Gerd Harner (Stadtbürgermeister Mülheim-Kärlich), Öliver Krumholz.

plett neues Kommunikations- und Marketingkonzept auf den Weg gebracht, das sich nicht nur auf den Einzelhandel beschränkt, sondern auch alle anderen Unternehmen umfasst.

Um dieses Vorhaben umzusetzen, hat sich die PJG nun tatkräftige Verstärkung ins Boot geholt: Ab 1. November 2022 übernimmt Nicolina Meinjohanns ihre neue Tätigkeit als Gewerbeparkmanage-

rin bei der Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich".

Nicolina Meinjohanns, die 32 Jahre lang als Gebietsleiterin beim Verlag für Anzeigenblätter tätig war und seit über 25 Jahren ehrenamtlich im Vorstand der PJG aktiv ist, stellt jetzt ihr Kow-how ganz in den Dienst des Gewerbeparks. Die Projektgemeinschaft freut sich auf eine gute Zusammenarbeit und ist hoch motiviert, den

Gewerbepark Mülheim-Kärlich durch kreative Aktionen und konstruktive Zusammenarbeit noch erfolgreicher zu machen.

Axel Kargl weiß, dass die Erfolgstory Gewerbepark nur in der Gemeinschaft fortgeschrieben werden kann. Und da kann er auf den Vorstand der Projektgemeinschaft zählen, denn gemeinsames Arbeiten, ein großer Zusammenhalt und viel Engagement für die Sache sind hier eine Selbstverständlichkeit. Dank gilt allen Firmeninhabern und Mitgliedern, die uns treu geblieben sind und uns weiterhin unterstützen", so der PJG-Vorstandsvorsitzende.

Info & Kontakt:

Projektgemeinschaft Wir in Mülheim-Kärlich, Industriestr. 51 b, 56218 Mülheim-Kärlich,

3 (02630) 3267, info@wir-in-mk.de, www.der-gewerbepark.de.



STOLLEN

- 500g im Karton mit Sichtfenster



- 1000g im Karton mit Sichtfenster



in der Stollendose



in der Stollendose





– 500g – im Karton mit Sichtfenster



– 1000g –

im Karton mit Sichtfenster

BESTELL



- 1000g in der Stollendose

BESTELL



in der Stollendose

BESTELL

3 BESTELLUNG &

Name/Firma	
Straße	
PLZ/Ort	
Gewünschter Liefertermin	
TelNr. für Rückfragen	
Datum	Unterschrift

- 1. Bestellmenge eintragen
- Bestellformular ausfüllen
- Bestellformular faxen, mailen oder per Telefon durchgeben

0261 · 984 28 20

Per E-Mail: bestellung@baeckerei-hoefer.de

Per Telefon: 0261 · 984 28 16

Ihre Daten werden ausschließlich zur Abwicklung Ihrer Bestellung verarbeitet und gespeichert auf Basis von Art. 6 Abs. 1 lit. b DSGVO, der die Verarbeitung von Dater zur Erfüllung eines Vertrags oder vorvertraglicher Maßnahmen gestattet.

sowie

gruppen.

Pflegeheimen

⇒ Bei Fragen rund um das Thema Immunsystem, Erkältung oder für wertvolle weitere Tipps zu diesen Themen können sie sich jederzeit gerne an das Team der Palmpharma Apotheke

Der Grippewelle den Kampf ansagen

Der Winter steht vor der Tür – somit auch die Erkältung / Jetzt das Immunsystem stärken

Im vergangenen Winter kursierte eine starke Grippewelle. Damit sie dieses Jahr davon verschont bleiben und im Hinblick auf die aktuelle Situation, bedingt durch Covid-19. hat das Team der Palmpharma Apotheke im Gewerbepark einige wertvolle Tipps für sie parat.

Hygienemaßnahmen sind das A und O

Wichtig sind zur Vorbeugung vor allem die richtigen Hygienemaßnahmen. Regelmäßiges Händewaschen oder Hände desinfizieren, Abstand halten und zur Begrüßung keine Hände schütteln, küssen oder umarmen bieten einen ersten Schutz. So kann das Risiko einer Übertragung von verschiedensten Krankheitserregern vermieden werden. Zudem sollte auch immer auf das Tragen einer Mund-Nasenmaske achtet werden.

Ausgewogen ernähren

Da für die Anfälligkeit von grippalen Infekten, sowie natürlich auch allen ande-



Apothekerin Katrin Kupser und das Team der Palmpharma Apotheke im Gewerbepark freuen sich auf Ihren Besuch. Foto: Jannik Hammes

ren Infekten, nicht nur die Hygienemaßnahmen entscheidend sind, sondern auch das Immunsystem eientscheidende Rolle spielt, müssen wir natürlich auch hierfür etwas tun. Die tägliche Ernährung spielt hier eine wesentliche Rolle: Jetzt heißt es, auf eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung zu achten. Frische Obst- und Gemüsesorten, insbesondere die bunten, farbenfrohen, sind reich an wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen. So geben wir unserem Körper die Vitamine und

Mineralstoffe, die er jetzt am meisten braucht, und unterstützen so aktiv unser Immunsystem. Interessant ist auch, dass die saisonalen Gemüsesorten uns besonders gut mit den nötigen Vitaminen und Mineralstoffen versorgen. Daher beim Gemüse auch mal gerne zu Kohlsorten, Kürbissen und Rote Bete grei-

Ausreichend trinken

Zur Ernährung gehört natürlich auch der Flüssigkeitshaushalt unseres Körpers. Das Trinken wird gerade bei den kühleren Temperaturen gerne mal vergessen oder als nicht so wichtig erachtet. Dabei kann der Flüssigkeitsbedarf durch die Heizungsluft sogar höher sein als sonst. Besonders gut geeignet zu dieser Jahreszeit sind Tees mit z.B. Ingwer, Holunder oder Lindenblüten, sowie Heiße Zitrone.

Somit hat man nicht nur seinen Flüssigkeitsbedarf erfüllt. sondern auch gleichzeitig etwas zur Unterstützung des Immunsystems getan, da hier viele Vitamine und Mineralstoffe enthalten sind.

Auf Bewegung achten

Trotz der kürzer werdenden Tage und der kälteren, feuchteren Luft ist regelmäßige Bewegung an der frischen Luft gerade jetzt sehr wichtig. Hiermit stärken wir nicht nur unser Immunsystem, sondern helfen unserem Körper auch bei der Vitamin-D-Bildung.

Grippeimpfung

Wer sollte sich gegen die Grippe impfen lassen? Die im Gewerbepark wenden.

Schwangere. Ebenso gehören Kinder, Jugendliche und Erwachsene dazu, die unter chronischen Krankheiten leiden wie z.B. Diabetes. Asthma oder Herzleiden. Wer im Krankenhaus, Altenheim oder sonstigen medizinischen oder pflegerischen Einrichtungen arbeitet, sollte sich ebenfalls impfen lassen.

PALMPHARMA

Apotheke im Gewerbepark

Industriestraße 18-20 56218 Mülheim-Kärlich Tel.: 0261/963960





Martinsmarkt Sonntag 06.11.2022 13-18 Uhr

Die Apotheke Ihrer Heimat













*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage oder fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ¹AAP = Apothekenabgabepreis gem. Lauer Taxe: das ist der Referenzpre Apotheken zur Abrechnung gegenüber der gesetzlichen Krankenkasse vorschlägt. Übernimmt die Krankenkasse im Ausnahmefall die Kosten für dieses Arzneimittel, erstattet sie de Rabatt gemäß § 130 Abs. 1 SGB V • "UVP (= Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers) • ** Bezogen auf die aktuellen Angebote • Solange der Vorrat reicht • Abgabe nur in • Preise in Euro inkl. MwSt. • Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. • Abbildungen ähnlich. – Stand Drucklegung.

Team Intersport Krumholz sahnt bei der 10. Auflage der beliebten Veranstaltung ab

-rüp- Das Fazit vorweg: Beim Sparkassen-Gewerbepark-Lauf Anfang Oktober stimmte wirklich wieder (fast) ALLES. Es herrschte eine "Bomben-Stimmung" unter zahlreichen Zuschauern, die professionelle Organisation seitens der Veranstalter TV Kärlich und TomTom PR-Agentur muss lobend erwähnt werden, die Läufer*innen waren allesamt äußerst zufrieden und es herrschte wie gewohnt Sonnenschein bei angenehmen Läufer-Temperaturen.

laufenden Band: Der Sie-Bad Honnef, Philipp Keil, wollte eigentlich nur zu eistarten, lief 33:12 (!) und unterbot seine bisherige Bestzeit gleich um mehr als eine Minute.

Zuvor hatte er vor Wochenfrist noch den Berlin-



Und es gab Rekorde am Der Sieger im 10 km-Hauptlauf Philipp Keil (Nr. 59) beim Start.

Fotos: R. Polster

ger des Hauptlaufes aus nicht hinten anstellen und so unterbot Siegerin Sissy Schultz aus Masburg nem Regenerations-Lauf in der Eifel in 41:46 ihre Bestzeit gleich um mehr als zwei Minuten. Auch sie war kürzlich erst in Köln die Marathon-Strecke erfolgreich gelaufen. Als der erste Gewerbe-Marathon absolviert. Da PARK-Lauf vor mehr als wollten sich die Damen zehn Jahren startete, stand

dahinter u.a. die Idee, dass viele Firmen mit einem Team teilnehmen und somit den Austausch untereinander vertiefen können. Beim diesjährigen Jubi-Lauf hielt sich die Anzahl der Teams in Gren-

"Uns erreichten im Vorfeld viele Absagen. Meist krankheitsbedingt,

äußerst schade ist es schon, das dieses Mal nur sieben Teams an den Start gingen," zeigte sich Mit-Organisator Thomas Theisen lediglich in diesem Punkt etwas enttäuscht.

"Ansonsten war das wieder einmal eine super-tolle Veranstaltung heute, insbesondere wegen der vielen jungen Teilnehmer bei den Kinder-Läufen", hieß es seitens der Veranstalter. Das schnellste Team stellte "Seriensieger" Intersport Krumholz "Das ist schon große Klasse mit welchem Spaß die Krumhölzer hier Jahr für Jahr an den Start gehen", fand Moderator Theisen lobende Worte bei der Siegerehrung mit einem Blick auf den sichtlich stolzen Team-Chef" Oliver Krumholz. Die Auszeichnung für die größte Gruppe ging an die Nachwuchs-Läufer*innen von der Grundschule Christophorus aus dem Stadtteil Kärlich.

"Das passt hier einfach alles zusammen", bilanzier-Stadtbürgermeister Gerd Harner, der zum Höhepunkt der Dankesreden an den TV Kärlich, den Josef-Koch-Preis an das Ehepaar Rita und Manfred Seebert übergab. "Mit dieser Urkunde wird die Leistung der Ehrenamtlichen im Verein stellvertretend für alle gewürdigt."



Die Kinder erhielten alle eine Urkunde und eine Medaille.



Die schnellste Firmen-Gruppe stellte Seriensieger INTERSPORT Krumholz.



56218 Mülheim-Kärlich | Party Ambiente Outlet | Auf dem Hahnenberg 15 Mo. - Fr. 10 - 18:30 Uhr, Sa. 10 - 17 Uhr

"Reisen ohne Koffer"

Das Team des BürgerSTÜTZPUNKT+ der Verbandsgemeinde Weißenthurm lädt die Generation50+ und Senior*innen herzlich ein, den historische Ort Münstermaifeld zu besichtigen und gemeinsam einen geschichtsträchtigen Tag zu verbringen. Los geht es mit einem Bus am Freitag, 18. November, um 10 Uhr in Weißenthurm und um ca. 10.15 Uhr in Mülheim-Kärlich. Bei Bedarf werden auch noch die anderen Ortsgemeinden der VG Wei-Benthurm angefahren, so dass jeder, der mitfahren möchte, auch ohne viel Aufwand zusteigen kann. Die Ankunft in Münstermaifeld ist für 11 Uhr geplant. Stadtführer Manfred Zimmer wird einen Einblick in die historische Stadt des Maifeldes geben. Nach der Stadtführung werden die Teilnehmer*innen gemeinsam in der Pizzeria Vulcano einkehren und jeder kann auf eigene Kosten schlemmen. Zum Abschluss gibt es die Gelegenheit den Ortskern zu erkunden. Gegen 15.30 Uhr geht es dann wieder mit dem Bus zurück. Der Teilnahmebeitrag beträgt 20 € pro Person und wird in bar am Abfahrtstag bezahlt. Darin enthalten sind die Fahrt und die Stadtführung. Anmeldungen bis Mittwoch, 9. November, unter 2 (02637) 941138 oder per E-Mail an BSplus@vgwthurm.de. Bitte Name, Geburtsdatum, Adresse, Telefonnummer und ggf. Email-Adresse angeben.



Gut beraten - besser schlafen

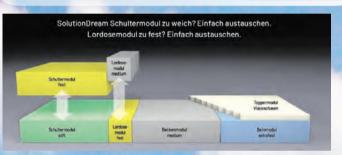




SolutionDream

Die Lösung für Ihren guten Schlaf!

SolutionDream hat 5 austauschbare Module mit 5 verschiedenen Härtegraden: jederzeit anpassbar auf das persönliche Empfinden. Zu hart, zu weich, zu unbequem ... all das ist Kein Risiko durch austauschbare Module! schon ab 898,





<u>Daunendecke</u>

hochwertige Daunenfüllung für einen kuschelig warmen Schlafkomfort! Verwendet werden 100% reine Daunen von allerbester Güte mit sehr hohem Wärmerückhaltevermögen. 135/200 cm

statt 449,-

369.

auch in 155/220 u. 200/200 erhältlich

Kopfkissen

Das Kissen mit Innenkern für eine besondere Stützkraft. Die äußere Hülle sorgt mit feiner Daunenfüllung für ein besonders kuscheliges Schlafvergnügen. 80/80 cm

auch in 40/80 cm erhältlich





Entspannte Kaminfeueratmosphäre

Der innovative Docht aus Holz knistert wie ein Holzfeuer. Dabei verströmt die Kerze einen angenehmen Duft. 36.



Bassetti Bettwäsche

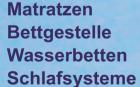
verschiedene Designs und Farben

statt 139,-



Kuscheldecken

Fachberatung Lieferservice **Seniorentaxi Montageservice** barrierefreier Zugang Sonderanfertigungen



Zudecken

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 9.30-19.00,

Sa. 9.30-16.00 Uhr



TTENHAUS

Markus Poller e.K.



BAUHAUS

Industriestrasse

Ley`s

Mülheim - Kärlich Spitalsgraben 8 Tel. 02630 49366 muelheim-kaerlich@pssst.de

Von großer Leidenschaft geprägt

Hilmar Bjarnason - ein Handballtrainer kam aus Island und blieb in Mülheim-Kärlich

-jüg- Der vormalige langjährige HSG-Spielmacher Hilmar Biarnason wird 2006 Nachfolger von Trainer Hermann-Josef Häring, der damals die in der Regionalliga spielende Mülheim-Kärlich/ **HSG** Bassenheim viele Jahre lang sportlich betreute und noch immer ist der aus Island stammende Bjarnason Coach der kürzlich neu gebildeten Spielvereinigung "Handball Mülheim-Urmitz".

Seitdem hat der aus dem hohen Norden stammende Coach viele Höhen und Tiefen in seiner nun 16-jährigen "Amtszeit" Amt erlebt. Dabei gibt es die damalige HSG schon lange nicht mehr, doch auch beim nachfolgenden TV 05 Mülheim hat er die traditionellen Interessen des heimischen Handballs in bester Weise vertreten. Wenn man so will ist die nunmehr neu Spielgemeinaebildete schaft HB Mülheim-Urmitz nunmehr der dritte Verein, mit dem der isländische Trainer die Handballinte-



Mit dem Vorsitzenden der Handball-Abteilung des TV 05 Mülheim, Marcus Bauer hat Hilmar guten Kontakt.

ressen der Region wirkungsvoll zum Ausdruck bringt. Dabei trainiert Hilmar Bjarnason nun also auch weiterhin die 1. Mannschaft dieser neuen Spielgemeinschaft und repräsentiert die heimischen Handballfarben Rheinland-Pfalz-Saaland-Oberliga (1. Mannschaft) durchaus eindrucksvoll. Das Vertrauen des Vorstandes und der vielen Handballfreunde in der Region jedenfalls besitzt Hilmar in besonderer Weise. "Wir hatten Hilmar Bjarna-

son, der vor seiner Trainertätigkeit acht Jahre lang für die HSG als aktiver Spieler tätig war, zunächst für ein Jahr verpflichtet, planten aber dann doch längerfristig mit ihm", freute sich ehemals der frühere HSG-Vorsitzende Dr. Manfred Bretz über die damalige Entscheidung, die bereits bekannte Handball-Größe als Nachfolger für Häring zu etablieren. "Ich will mit der HSG offensiven und attraktiven Handball spielen", hatte Hilmar bei Amtsübernahme seiner gesagt; ein Versprechen, das er bis heute eingehalten hat, was aber nur mit den entsprechenden Spielern und einem kooperativen Vereinsvorstand möglich war (und ist).

Der 1,87 Meter große, mit Hafdis Pâmadóttir verheiratete Hilmar Bjarnason hat zwei erwachsene Söhne (Pröstur und Ole), die er mit seiner Ehefrau großgezogen hat, wobei Pröstur, der (nach einem Studium in Island) mit seiner Ehefrau und einem Kind in Hamburg lebt, mit dem



Hilmar Bjarnason kann auf 16 Jahre als Handball-Übungsleiter zurückblicken. Fotos: Jürgen Grab

mehr etwas zu tun hat, nachdem er zuvor bei der HSG durchaus eine gute Rolle spielte bzw. Ole als Fußballer beim FC Horchheim aktiv ist.

Hilmar wurde 1973 in Rejkjavik geboren und kam 1999 nach Mülheim-Kärlich, spielte dort etliche Jahre hochklassig in der 2. BL und in der Regionalliga und hat mit anderen ehemaligen Profis wie z.B.mit Arnoldas Skurdauskas und Zdravko Guduras zusammen gespielt. Gerne erzählt Hilmar vom Beginn seiner sportlichen Ära in Mülheim-Kärlich. Der in Island immer hochklassig spielende, äußerst sympathische und kontaktfreudige Sportler, der bereits in seinem Heimatland ein erfolgreicher Handballer war, wurde Ende der 90er Jahre

Handball allerdings kaum von einem Spielervermittler angesprochen, ob er nicht in Deutschland professionell spielen wolle? Hierzu hat Hilmar gerne zugestimmt. So kam er schließlich zur damaligen HSG und dort wurde er schnell ein erfolgreicher Spielgestalter, der zudem mit spektakulären Treffern zu glänzen wusste. Hilmar wurde nicht nur als Spieler sondern später auch als Trainer ein wichtiger Bestandteil des jeweiligen Teams.

Hilmar hat, so sagt er, den Schritt nach Deutschland niemals bereut und freut sich auf jedes Training und iedes Spiel seiner Mannschaft, die natürlich nicht immer erfolgreich beendet werden konnten. Dabei sind solche Niederlagen zwar immer ärgerlich, doch haben sie niemals negative

auch die neuerliche Integration von Spielern konnten jeweils problemlos realisiert werden. "Denn auch in der neuen Saison haben wir wieder junge und talentierte Spieler in unsere Mannschaft einbauen können. So wie in den vergangenen Jahren Valentin Inzenhofer und Max Zerwas ihren Weg in höherklassig spielende Vereine geschafft haben, so gibt es zum Beispiel in der aktuellen Saison u.a. mit Tim Hemmerle und weiteren jungen Spielern durchaus Talente in unseren Reihen, die zu großen Hoffnungen berechtigen", erläuterte Hilmar Bjarnason, der richtig froh darüber ist, zum Beispiel mit den Co-Trainern Christoph Räder und Uli Adams sowie mit einem engagierten Betreuerteam zusammenarbeiten können, wozu Hilmar schließlich auch die engagierten Vorstandsmitglieder miteinbezieht, die alle an einem Strang ziehen, die Mannschaft 2020/23 von "Handball Mülheim-Urmitz" auch in dieser Spielsaison wieder in der oberen Tabellenhälfte der Rheinland-Pfalz-Saarland-Oberliga platzieren zu können.

Probleme hinterlassen und

Doch neben dem sportlichen Erfolg möchte Hilmar Bjarnason unbedingt viel Spaß beim Training und den Spielen haben, denn wichtig ist für den Coach immer, dass zu jeder Zeit das Lachen, die Kameradschaft, der Spaß und das freundschaftliche Erleben beim Handballsports an vorderster Stelle steht.

VON ELEGANT BIS CHARMANT -EIN GLANZSTÜCK FÜR DIE SINNE



BlackLine heißt die Antwort auf exklusive Designansprüch Sorgfältig ausgewählte Materi-alien und eine innovative Ausstattung formen ein repräsenta-tives Gesamtbild. Das puristische Gestaltungskonzept fasziniert mit illuminierten, ergonomisch geformten Griffleisten in Kombigerömten ginnerstein in Konin-nation mit der attraktiven "Tip on"-Technologie. Keine Frage: Bei der BlackLine geht es um nichts weniger als um Perfektion.



CHRISTOPH DÖTSCH

Industriestraße 21 56218 Mülheim-Kärlich Telefon 0261/2022

IMPRESSUM

Sonderveröffentlichung

Wir in Mülheim-Kärlich

Herausgeber: Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich"

Der Vorstand (V. i. S. d. P.)

Industriestr. 51b, 56218 Mülheim-Kärlich

Anzeigen:

Druck:

Verlag für Anzeigenblätter GmbH

Nicolina Meinjohanns

Satz:

sapro GmbH, Gutenacker

Industrie Dienstleistungsgesell-

schaft mbH, Koblenz

Vertrieb:

Mittelrhein LastMile GmbH Koblenz

Titelfoto:

adobe.stock.com

Urheber:

Jelena / stock adobe.com Foto-Nr.: 233648500

Gezeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder. Der Nachdruck, auch ausz weise, Veröffentlichungen von redaktionellen Inhalten und Anzeigen sowie Fotos in anderen Print- sowie elektronischen Medien nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages gestattet. Alle Angaben von Adressen und Daten sind ohne Gewähr. Schadenersatzansprüche





Mit diesem Team gehen Sie 100%ig auf "Nummer sicher"

Haustür kaufen, Sicherheit bekommen.

Systematischer Schutz durch einbruchhemmende Haustüren – damit minimieren Sie Ihr Risiko bereits beträchtlich. Wählen Sie bei uns einfach Ihre Lieblings-Tür aus und sichern Sie sich die KfW-Förderung für den erhöhten zertifizierten Einbruchschutz. Wir helfen Ihnen dabei gerne.

Einbruchhemmende Fenster – erhöhter Schutz.

Hier lautet unsere eindeutige Empfehlung: Geprüfte und zertifizierte Fenster der zuschussfähigen Widerstandsklassen RC 2 oder RC 3. Und wer farbige Fensterrahmen lieber mag, kann sich freuen: Diese sind zwar aufpreispflichtig, aber bei uns ist das Upgrade von einfacher Standardfarbfolie zu hochwertigstem Acryl-Color absolut kostenfrei.

Sonnenschutz-Lösungen für das gesamte Haus,

Entdecken Sie, wie Sie mit dem richtigen Sonnenschutz Energieeffizienz, Licht, Ambiente und Raumklima optimal steuern können. Lassen Sie sich beraten, denn keine Anforderung gleicht der anderen. Ob für die Wohnung oder fürs Büro, ob für innen oder für außen – bei uns finden Sie genau das Passende.





FENSTER. TÜREN. SONNENSCHUTZ. SEIT 1890.

Gewerbepark Mülheim-Kärlich · Auf dem Hahnenberg 20 d Tel. 02630 988820 · info@sesterhenn.de · www.sesterhenn.de



Leistungsstarker Kooperationspartner

Märkten, die schon länger stark vom Digitalisierungswandel und der Veränderung des Kaufverhaltens in Richtung Onlinehandel betroffen ist. Die Pandemie und die aktuelle Situation der Weltwirtschaft haben die Veränderung nochmals beschleunigt. Aufgrund dieser Entwicklung hat sich die Firma bürowelt2 GmbH & Co. KG aus Neuwied dazu entschlossen, den Geschäftsbereich Bürobedarf an das traditionelle Familienunternehmen Kargl Büro u. Datentechnik GmbH, Industriestr. 30b in Mülheim-Kärlich zu übergeben. Die Firma Kargl Büro u. Datentechnik GmbH ist ein leistungsstarker

Die Bürobedarfsbranche gehört zu den Partner im gewerblichen Bürobedarf, im C-Teile Management sowie der Prozessoptimierung im Einkauf. Kargl beliefert Selbstständige und Gewerbetreibende mit allem, was im Arbeitsalltag benötigt wird - von Büromaterial über Arbeitsschutz bis hin zu IT-Bedarf und Hygieneprodukten.

"Wir sind froh, einen Partner gefunden zu haben und unsere Kunden in guten Händen zu wissen", freuen die beiden bürowelt2-Geschäftsführer Thomas Fliegel (links) und Daniel Fuchs (rechts) gemeinsam mit Axel Kargl, Geschäftsführer von Kargl Büro- und Datentechnik.

Fotos: Kargl Fokus/Bernd Hunder

Neue Postfiliale eröffnet

Eine neue Postfiliale wurde kürzlich im Büromarkt Karol, Industriestr. 30 b, im Gewerbepark Mülheim-Kärlich eröffnet. Öffnungszeiten: Mo. bis Fr., 10 bis 18.30 Uhr: Sa., 10 bis 18 Uhr. In der neuen Filiale können die Kunden zum Beispiel Brief-, Paket- oder Einschreibemarken kaufen, Telefonguthaben aufladen und vieles mehr. Die Annahme von Briefund Paketsendungen sowie Auskünfte zu Produkten und Service gehört ebenso zum Angebot. Die Postfiliale im Gewerbepark hat neben den kundenfreundlichen Öffnungszeiten einen weiteren Vorteil: Man kann verschiedene Einkäufe schnell und beguem an einem Ort erledigen. Das Foto zeigt Axel Kargl (links) und Horst Kronz, Vertriebsmanager der Post Mainz, bei der Eröffnung der Postfiliale.



























Automechaniker aus Leidenschaft. Bereits seit vielen Jahren ist der Autoliebhaber in dieser Branche tätig. Nun möchte das Zepter immer mehr an Tochter Jennifer Frein abgeben, die das Familienunternehmen auch in Zukunft leiten wird.

Die Geschichte der Allroundwerkstatt beginnt bereits 1982 mit der in Mülheim-Kärlich ansässigen Firma Frein, die 1990 der Bosch Organisation als Bosch-Service Partner beitrat. Der gelernte Kfz-Elektrikermeister und Mechaniker setzte von Beginn an auf einen Rundum-Service. Alle Dienstleistungen rund um das Fahrzeug werden hier in Mülheim-Kärlich angeboten. "Wir wollen unseren Kunden Sorgen rund um das Auto schnell und unkompliziert nehmen. Service von Anfang bis zum Ende, das ist uns wichtig", betont Jennifer Frein, die gleichberechtigte Gesellschafterin ist. Während Tochter Jennifer das Ge-



Sie sind stets mit Leidenschaft für ihre Kunden da (v. links): Michael Ponsold, Jennifer Frein, Wiltrud Frein und Wolfgang Frein. Foto: M. Conradi

schäft voll im Griff hat und neue Ideen und frischen Wind mitbringt, möchte sich ihr Vater Wolfgang nun langsam in den wohlverdienten Ruhestand begeben. In seiner Vergangenheit ist er viel rumgekommen und hat viel erlebt.

Vom Rennsport in die Heimat zurück

Wolfgang Frein, in Kettig geboren, absolvierte beim Bosch Dienst in Weißenthurm seine Elektrikerlehre. Nach seiner Ausbildung ergriff der Autoliebhaber seine Chance, als die britische KWS Motorsports nach Elektrikern in Koblenz suchte. So kam es, dass er gemeinsam mit seinem Bruder in England Rennwagen baute. In dieser Zeit, als er Rennsportgrößen kennenlernte und die Welt bereisen durfte, erlebte er sehr viel und musste dennoch eine Entscheidung treffen: Als seine Frau, Wiltrud Frein, mit Jennifer schwanger wurde, verzichtete er auf den großen Tru-

wusst für seine Familie. "Eine Entscheidung, die ich bis heute nie bereut habe", freut sich der Kfz-Meister. der sehr stolz auf alles ist, was sie gemeinsam erreicht hahen

Der Beginn der Selbstständigkeit

Nachdem sich Wolfgang Frein selbstständig machte, kam eins zum anderen: Als Bosch Service Frein siedelte sich in der Florinstraße in Mülheim-Kärlich an. Als es dort an Platz mangelte, ging es Hinter der Jungenstraße für den Familienbetrieb weiter - wo sie his heute noch zu finden sind. Pläne für Erweiterungen hat die Juniorchefin Jennifer Frein bereits, da sie sich auch auf die technischen Weiterentwicklungen im Hinblick auf Elektrofahrzeuge aufgerüstet haben. Die ambitionierte junge Frau, die als Bürokraft bei ihrem Vater begonnen hat und im Anschluss mehr einsteigen wollte in das Geschäft, hat mit ihrer Entscheidung Kfzauch den Firmengründer sehr überrascht. 2015 war sie Meisterin und es bestand kein Zweifel mehr. dass sie in die Fußstapfen ihres Vaters treten wird. Der Lebensgefährte, der ebenfalls Kfz-Meister ist, die Mutter, die sich um die Buchhaltung kümmert, sowie ein Team mit vier Angestellten und einem Azubi stehen hinter der Geschäftsführerin. Sie sind als Ansprechpartner auf alles vorbereitet und nehmen iedes motorisierte Fahrzeug an: Es gibt fast kein Problem, das sie nicht lösen können - dank Fachkompetenz und der Liebe zum Job. In der familiären Atmosphäre merkt jeder schnell: Hier bin ich gut aufgehoben! Kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich selbst von dem Rundum-Service bei Bosch Service Frein.

Info und Kontakt:

Frein OHG Hinter der Jungenstraße 7 56218 Mülheim-Kärlich

3 (0261) 27 999 E-Mail: info@kfz-frein.de.

»Reifen-Tipp«

Anzeigensonderveröffentlichung



Winterreifen vom Profi montieren lassen

Der Herbst: Gestern noch strahlte die Sonne, nur einen Tag später ist es windig, nasskalt und neblig. Drum ist es wichtig, sein Fahrzeug vorzeitig auf die kalte Jahreszeit vorzubereiten. Mit dem Aufziehen der Winterreifen sollte man nicht warten, bis der erste Schnee fällt. Mit speziellen Gummimischungen und ihrem eigens für die kalte Jahreszeit entwickelten Profil bringen Winterreifen auf rutschigen, verschneiten oder vereisten Straßen ein entscheidendes Plus an Sicherheit - und sind gesetzlich vorgeschrieben.

Reifen selbst wechseln war gestern. Für das Auswuchten der Räder, das vor jeder Montage stehen sollte, um einseitige Profilabnutzung, Fahrzeugschäden und schlechten Fahrkomfort zu vermeiden, fehlt Laien das Wissen und auch das passende Equipment. Autos mit elektronischem Reifendruckkontrollsystem (RDKS) müssen nach dem Wechsel neu eingestellt werden - auch dabei müssen die Werkstatt-Profis ran. Neue Reifen sind fällig, wenn die alten zu wenig Profil haben, beschädigt, überaltert oder einseitig abgefahren sind. Nach sechs Jahren haben Reifen ihre beste Zeit hinter sich.

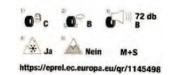
Jetzt wechseln und sparen

Sie kaufen einen Satz Hankook Winter- oder Allwetterreifen (4 Stück/mindestens 16 Zoll) bei einem teilnehmenden Hankook Partner wie dem Unternehmen "Reifen & more" und lassen die Reifen dort montieren. Von "Reifen & more" erhalten Sie zusammen mit der Rechnungskopie einen Aktionsflyer, auf dessen Rückseite Sie unten

rechts einen 6-stelligen Code finden. Diesen Code geben Sie auf der Webseite https://www.hankook-promotion.de in das Feld ein (nachdem Sie auf "Jetzt Prämie sichern!" geklickt haben) und laden Ihre Rechnung als Scan oder Foto hoch. Nach Prüfung der Einsendung überweist Ihnen das Unternehmen Hankook die 20 Euro Montageprämie. Aufgrund der aktuellen Situation mit steigenden Preisen, sollte man sich frühzeitig um die Bestellung neuer Reifen kümmern.



HANKOOK WINTER I*CEPT RS3 225/45R17 94H





INNOVATION PARK

"Schüler schnuppern Firmenluft"

Aktion der VG Weißenthurm in Kooperation mit der PJG bietet Blick ins Berufsleben

Die elfte Auflage des Projektes "Schüler schnuppern Firmenluft" startet am 10. November mit einer Neuerung: Das gemeinsame Projekt der Verbandsgemeinde (VG) Wei-Benthurm und der Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich" bezieht zum ersten Mal alle in der VG ansässigen Unternehmen in die Aktion mit ein.

Bislang öffneten Betriebe, die im Gewerbepark Mülheim-Kärlich ansässig sind, ihre Türen für potentielle Nachwuchskräfte. In diesem Jahr haben die Schulabgänger Gelegenheit, sich bei insgesamt neun Unternehmen in der gesamten VG über deren Betrieb, Ausbildungszweige und Aufstiegsmöglichkeiten zu informieren.

Zum Auftakt von "Schüler schnuppern Firmenluft" 2022 präsentierten sich die teilnehmenden Unternehmen in der Sporthalle des Schulzentrums in Mülheim-Kärlich. "Wir freuen uns, mit der Ardagh Group und Dörner + Helmer zwei Unternehmen gewonnen zu haben, die sich bislang noch nicht an dem Projekt beteiligt haben", erklärte

Kristina Uerz. Die Wirtschaftsförderin ist in der VG zuständig für die besondere Form der Berufsorientierung. Außerdem mit dabei bei "Schüler schnuppern Firmenluft" 2022: Verbandsgemeindeverwaltung Weißenthurm, Bauhaus, Bedachungen Schmidt, billi & friends, Fahrrad XXL Franz, Intersport Krumholz und die Kfz-Klinik Klein.

und die Ktz-Klinik Klein.
Am Donnerstag, 10. November, gewähren alle Unternehmen interessierten Schüler*innen einen Blick in den Berufsalltag. Die Acht- und Neuntklässler der Realschule plus an der

Römervilla konnten sich mit einem Motivationsschreiben bei ihrem Lieblingsbetrieb bewerben, um an dem Schnuppertag Ausbildungsberufe und Karrierechancen vor Ort kennenzulernen.

"Wichtig ist, dass ihr euch überlegt, was ihr von dem Besuch erwartet und was ihr den Betrieb auf jeden Fall fragen wollt", betonte Jobfüxin Katrin Lyding. Gemeinsam mit den Lehrerinnen Heike Dötsch und Alexandra Zierold, die für die Berufsorientierung an der Realschule plus an der Römervilla zuständig ist,

begleitet sie die Jugendlichen durch das Projekt. Ihre Empfehlung: Die Gelegenheit nutzen, sich auch Berufe anzuschauen, die vielleicht nicht ganz oben auf der Wunschliste stehen: "Das ist eine Chance, selbst wenn ihr schon einen Traumjob im Blick habt", sagte Lyding.

Die Stellen der Jobfüxe werden gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Transformation und Digitalisierung des Landes Rheinland-Pfalz, dem Europäischen Sozialfonds plus, der Agentur für Arbeit und der VG Weißenthurm.

Autofahrer der Region vereinigt euch!

Facebookgruppe bietet virtuelles Forum und Expertenrat rund um das Thema Mobilität

Es gibt einige Bereiche im Leben, in denen Menschen auf eine fachkundige Expertenmeinung angewiesen sind. Oft führt der erste Weg zur Lösung der Problematik ins Internet. Vielzählige Online-Communitys besprechen Fragen und geben Antworten die mal mehr oder weniger hilfreich sind.

Bei Themen wie "Haushaltsmittel gegen Frucht-fliegen" oder einer "Abhilfe bei Sonnenbrand" wird man schnell fündig. Bei komplexen und spezifischen Problemen hilft dann oft nur der Besuch beim Experten – zumeist als Dienstleistung und gegen Bezahlung. Auch Enthusiasten die zwar das eigene



Peter Klein, Experte der Facebook-Autofahrergruppe und Geschäftsführer Kfz Klinik Klein GmbH in Mülheim-Kärlich.

Auto verehren und wertschätzen – stoßen oft an ihre Grenzen sobald es in die Tiefen der Karosserie, Motoren oder Steuergeräte geht. Zu komplex und spezifisch ist jedes einzelne Fahrzeug – allgemeine Aussagen zur Hilfestellung in Online-Foren tragen oft

nichts zur Lösung bei. Eine Autofahrergruppe in dem sozialen Netzwerk Facebook bietet hier eine clevere Alternative für Interessierte in der Region Mittelrhein.

Innerhalb der kostenfreien Facebook-Gruppe entsteht seit über einem Jahr ein starkes Kollektiv. Bereits mehr als 5100 Menschen aus der Region sind Teil der Gemeinschaft auf Facebook und helfen sich gegenseitig bei den kleinen und großen Fragen des Autofahreralltags.

Einfaches Konzept

Dabei ist das Konzept einfach erklärt. Nach dem Beitritt zur Gruppe stellt man seine Frage oder Beobinnerhalb achtuna der online. Direkte Antworten oder Tipps von anderen Usern sind die wertvolle Stärke der Community. Zudem wird die Gruppe von einem ausge-Kfz-Experten wiesenen geführt und betreut. Peter Klein, Geschäftsführer der Kfz Klinik Klein GmbH Mülheim-Kärlich ist Gründer und Moderator der Gruppe

Geballtes Wissen und Freude am Auto vereint

"In unserer Werkstatt erlebe ich täglich die großen und kleinen Fragen der Autowelt. Für einige ist tatsächlich ein Werkstattaufenthalt nötig für andere reicht ein Tipp aus unserem Erfahrungsschatz als Service. Aus diesem Grund wollte ich ein Forum für unsere Region schaffen. Es gibt so viele tolle und leidenschaftliche Autofahrer*innen - die wollte ich zusammenbringen und das geballte Wissen und die Freude am Auto vereinen." so Peter Klein. Der geschützte Bereich Gruppe stärkt zudem das "Wir-Gefühl" der Teilnehmer.

Nicht immer ist das fundierte Wissen der Kfz-Experten nötig, oft helfen sich die User bereits selbst und kommen dadurch in einen freundschaftlichen Austausch. Neben der Lösung von Problemstellungen zeigen die User auch gerne ihre eigenen Fahrzeuge oder berichten von besonderen Touren und Erlebnissen die sie mit ihrem Auto verbinden. Welche

positive Kraft zudem hinter der Gruppe "Autofahrer Koblenz/Neuwied/Andernach/Mülheim-Kärlich und Umgebung" steckt, zeigt sich unmittelbar nach der Flutkatstrophe im Ahrtal im Sommer 2021. Nur wenige Tage nach der Flut organisiert die Community für Betroffene Ersatzfahrzeuge, bietet Hilfs- und Reparaturleistungen an und unterstützt viele in der wichtigen Frage der Mobilität.

"Es macht total viel Freude den intensiven und freundlichen Austausch in der Autofahrergruppe zu betreuen und in Kontakt mit der Community zu sein. Neben der Lösung von Problemen ist auch ein Forum für Menschlichkeit und Zusammenhalt entstanden. Natürlich sind ab und an auch noch immer Reparaturen nötigt - mit den Tipps und der Erfahrung der User, ist man auf viele Situationen jedoch schon richtig gut vorbereitet. Je arößer die Community desto mehr Gutes kann auch entstehen. Werbung und sonstiger 'SPAM' bleibt auch direkt draußen." erklärt Peter Klein zu seinem Projekt.

Mitmachen kann jeder mit einem eigenen Facebook-Profil. Der Beitritt in der geschützten Gruppe ist kostenfrei und ohne jegliche Verpflichtungen.

⇒ Informationen unter www.kfz-klinik-klein.de/beitreten.html oder direkt auf facebook.com unter "Autofahrer Koblenz/ Neuwied/Andernach/Mülheim-Kärlich und Umgebung".





Wenn's gut werden muss.



Geberit Wand-WC-Set 'Smyle Square

Spülrandlos, ohne Spezialglasur, Spülform Tief, WC-Abgang waage-recht, weiß, zur Wandmontage, hochwertige Sanitärkeramik, Spül-wasserbedarf 3/4,5 I, inklusive WC-Sitz mit Absenkautomatik 26664697



128,-

'Smyle Square'

60 x 48 cm, mit schmutzabweisender Glasur, mit mittigem Hahnloch und Überlauf, weiß, hochwertige Sanitär keramik, Bohrlochabstand 28 cm, zur freihängenden Montage oder in Kombination mit dem passenden Unterschrank





Hansgrohe **Crometta Duschsystem** 'S Showerpipe 240'

Mit Thermostatarmatur, Lochabstand 103,4 cm, Chrom, komfortable Komplettlösung, Handbrause mit 2 variablen Strahlarten, Thermostat mit einstellbarer Heißwasserbegrenzung, Sicherheitssperre bei 40°C, Anti-Kalk-Funktion entfernt Schmutz und Kalkablagerungen



Riva Badmöbel-Set 'Volo 2.0'

80 cm, kompakte All-In-One Lösung für Ihr Bad, Korpus und Front in weiß, glänzend, Waschtisch mit Hahnloch und Überlauf, Spiegelelement mit Lichtboard und Stromanschluss, zur einfachen Selbstmontage geeignet 25929560



Camargue Göteborg Eckdusche 'G4+G8'

100 x 100 x 202,2 cm, beschichtet, Stärke 6 mm, schwarz, Ecklösung mit einem Drehteil und einem Seitenteil, Einbau auf Duschtasse oder bodengleich möglich, WonderClean-Glasversiegelung, Systemelemente in verschiedenen Breiten, Skandinavisches Design, Made in Germany 28537263











MÜLHEIM-KÄRLICH Zweirad-Center Stadler Mülheim-Kärlich GmbH• Industriestr. 15, 56218 Mülheim-Kärlich • Mo - Fr 10:00 bis 19:30 Uhr, Sa 09:30 bis 18:30 Uhr • www.zweirad-stadler.de

EWERBEPARK Mulheim-karlich

Von großer Leidenschaft geprägt

Hilmar Bjarnason - ein Handballtrainer kam aus Island und blieb in Mülheim-Kärlich

-jüg- Der vormalige langjährige HSG-Spielmacher Hilmar Biarnason wird 2006 Nachfolger von Trainer Hermann-Josef Häring, der damals die in der Regionalliga spielende Mülheim-Kärlich/ **HSG** Bassenheim viele Jahre lang sportlich betreute und noch immer ist der aus Island stammende Bjarnason Coach der kürzlich neu gebildeten Spielvereinigung "Handball Mülheim-Urmitz".

Seitdem hat der aus dem hohen Norden stammende Coach viele Höhen und Tiefen in seiner nun 16-jährigen "Amtszeit" Amt erlebt. Dabei gibt es die damalige HSG schon lange nicht mehr, doch auch beim nachfolgenden TV 05 Mülheim hat er die traditionellen Interessen des heimischen Handballs in bester Weise vertreten. Wenn man so will ist die nunmehr neu Spielgemeinaebildete schaft HB Mülheim-Urmitz nunmehr der dritte Verein, mit dem der isländische Trainer die Handballinte-



Mit dem Vorsitzenden der Handball-Abteilung des TV 05 Mülheim, Marcus Bauer hat Hilmar guten Kontakt.

ressen der Region wirkungsvoll zum Ausdruck bringt. Dabei trainiert Hilmar Bjarnason nun also auch weiterhin die 1. Mannschaft dieser neuen Spielgemeinschaft und repräsentiert die heimischen Handballfarben Rheinland-Pfalz-Saaland-Oberliga (1. Mannschaft) durchaus eindrucksvoll. Das Vertrauen des Vorstandes und der vielen Handballfreunde in der Region jedenfalls besitzt Hilmar in besonderer Weise. "Wir hatten Hilmar Bjarna-

son, der vor seiner Trainertätigkeit acht Jahre lang für die HSG als aktiver Spieler tätig war, zunächst für ein Jahr verpflichtet, planten aber dann doch längerfristig mit ihm", freute sich ehemals der frühere HSG-Vorsitzende Dr. Manfred Bretz über die damalige Entscheidung, die bereits bekannte Handball-Größe als Nachfolger für Häring zu etablieren. "Ich will mit der HSG offensiven und attraktiven Handball spielen", hatte Hilmar bei Amtsübernahme seiner gesagt; ein Versprechen, das er bis heute eingehalten hat, was aber nur mit den entsprechenden Spielern und einem kooperativen Vereinsvorstand möglich war (und ist).

Der 1,87 Meter große, mit Hafdis Pâmadóttir verheiratete Hilmar Bjarnason hat zwei erwachsene Söhne (Pröstur und Ole), die er mit seiner Ehefrau großgezogen hat, wobei Pröstur, der (nach einem Studium in Island) mit seiner Ehefrau und einem Kind in Hamburg lebt, mit dem



Hilmar Bjarnason kann auf 16 Jahre als Handball-Übungsleiter zurückblicken. Fotos: Jürgen Grab

mehr etwas zu tun hat, nachdem er zuvor bei der HSG durchaus eine gute Rolle spielte bzw. Ole als Fußballer beim FC Horchheim aktiv ist.

Hilmar wurde 1973 in Rejkjavik geboren und kam 1999 nach Mülheim-Kärlich, spielte dort etliche Jahre hochklassig in der 2. BL und in der Regionalliga und hat mit anderen ehemaligen Profis wie z.B.mit Arnoldas Skurdauskas und Zdravko Guduras zusammen gespielt. Gerne erzählt Hilmar vom Beginn seiner sportlichen Ära in Mülheim-Kärlich. Der in Island immer hochklassig spielende, äußerst sympathische und kontaktfreudige Sportler, der bereits in seinem Heimatland ein erfolgreicher Handballer war, wurde Ende der 90er Jahre

Handball allerdings kaum von einem Spielervermittler angesprochen, ob er nicht in Deutschland professionell spielen wolle? Hierzu hat Hilmar gerne zugestimmt. So kam er schließlich zur damaligen HSG und dort wurde er schnell ein erfolgreicher Spielgestalter, der zudem mit spektakulären Treffern zu glänzen wusste. Hilmar wurde nicht nur als Spieler sondern später auch als Trainer ein wichtiger Bestandteil des jeweiligen Teams.

Hilmar hat, so sagt er, den Schritt nach Deutschland niemals bereut und freut sich auf jedes Training und iedes Spiel seiner Mannschaft, die natürlich nicht immer erfolgreich beendet werden konnten. Dabei sind solche Niederlagen zwar immer ärgerlich, doch haben sie niemals negative

auch die neuerliche Integration von Spielern konnten jeweils problemlos realisiert werden. "Denn auch in der neuen Saison haben wir wieder junge und talentierte Spieler in unsere Mannschaft einbauen können. So wie in den vergangenen Jahren Valentin Inzenhofer und Max Zerwas ihren Weg in höherklassig spielende Vereine geschafft haben, so gibt es zum Beispiel in der aktuellen Saison u.a. mit Tim Hemmerle und weiteren jungen Spielern durchaus Talente in unseren Reihen, die zu großen Hoffnungen berechtigen", erläuterte Hilmar Bjarnason, der richtig froh darüber ist, zum Beispiel mit den Co-Trainern Christoph Räder und Uli Adams sowie mit einem engagierten Betreuerteam zusammenarbeiten können, wozu Hilmar schließlich auch die engagierten Vorstandsmitglieder miteinbezieht, die alle an einem Strang ziehen, die Mannschaft 2020/23 von "Handball Mülheim-Urmitz" auch in dieser Spielsaison wieder in der oberen Tabellenhälfte der Rheinland-Pfalz-Saarland-Oberliga platzieren zu können.

Probleme hinterlassen und

Doch neben dem sportlichen Erfolg möchte Hilmar Bjarnason unbedingt viel Spaß beim Training und den Spielen haben, denn wichtig ist für den Coach immer, dass zu jeder Zeit das Lachen, die Kameradschaft, der Spaß und das freundschaftliche Erleben beim Handballsports an vorderster Stelle steht.

VON ELEGANT BIS CHARMANT -EIN GLANZSTÜCK FÜR DIE SINNE



BlackLine heißt die Antwort auf exklusive Designansprüch Sorgfältig ausgewählte Materi-alien und eine innovative Ausstattung formen ein repräsenta-tives Gesamtbild. Das puristische Gestaltungskonzept fasziniert mit illuminierten, ergonomisch geformten Griffleisten in Kombigerömten mit der attraktiven "Tip on"-Technologie. Keine Frage: Bei der BlackLine geht es um nichts weniger als um Perfektion.



CHRISTOPH DÖTSCH

Industriestraße 21 56218 Mülheim-Kärlich Telefon 0261/2022

IMPRESSUM

Sonderveröffentlichung

Wir in Mülheim-Kärlich

Herausgeber: Projektgemeinschaft "Wir in Mülheim-Kärlich"

Der Vorstand (V. i. S. d. P.)

Industriestr. 51b, 56218 Mülheim-Kärlich

Titelfoto: Satz:

sapro GmbH, Gutenacker

schaft mbH, Koblenz

adobe stock com

Industrie Dienstleistungsgesell-

Jelena / stock.adobe.com

Foto-Nr.: 233648500

weise, Veröffentlichungen von redaktionellen Inhalten und Anzeigen sowie Fotos in anderen Print- sowie elektronischen Medien nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages gestattet. Alle Angaben von Adressen und Daten sind ohne Gewähr. Schadenersatzansprüche