

Nordrhein-Westfalen



Es geht um die Wurst

Geschmack, Länge, Preis: Was können die Stadionwürste in Nordrhein-Westfalen?

Danke, ADAC!

Zwei Mitglieder aus NRW berichten

Finden statt suchen

„Feierabend-Parken“ gegen Parkplatzmangel in Städten

ADAC Services

Technische und juristische Hilfe für Mitglieder

Tauschangebot: € 10,- für € 10,- aus Ihrem Portemonnaie!

1.-5.



2-Euro Deutschland 2025 „Saarschleife“

2-Euro Spanien 2025 „Salamanca“

2-Euro Slowakei 2025 „100 Jahre Eishockey-EM“

2-Euro Estland 2025 „100 Jahre Buchdruck“

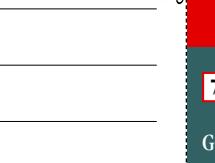
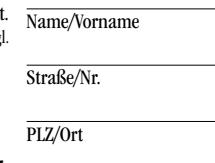
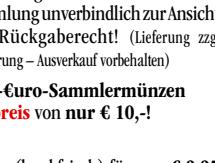
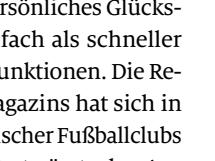
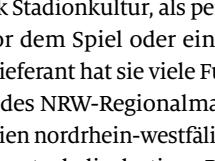
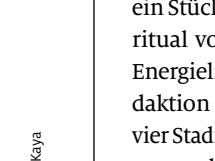
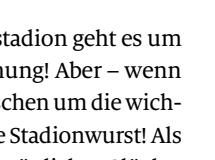
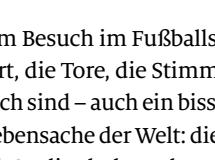
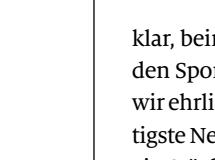
2-Euro San Marino „Heiliger Marinus“

Gemeinsame Rückseite
Ø je 25,75 mm

Extrem hohe Nachfrage!

Die offiziellen 23 x 1-Euro-Cent-Münzen aller 20 Länder!

In bankfrischer Erhaltung!



Auch bestellbar unter:
<http://top.new-coins.de>

Meine Bestellkarte

Ja, bitte liefern Sie mir folgende Startausgaben und monatlich eine weitere Ausgabe aus der jeweiligen Sammlung unverbindlich zur Ansicht. Ich habe immer ein 14-tägiges Rückgaberecht! (Lieferung zzgl. Versandkostenanteil – Porto, Verpackung, Versicherung – Ausverkauf vorbehalten)

1.-5. x Euro-Komplett-Set: 5 x 2-Euro-Sammlermünzen (bankfrisch) zum Tauschpreis von nur € 10,-!
(Nur 1 x pro Kunde bestellbar!)

6. x Set: 23 Euro-Cent-Münzen (bankfrisch) für nur € 9,95 + Präsentationskassette € 2,95 = € 12,90!

7. x Goldmünze (999/1000 Feingold) „Nofretete“ in Barrenform in Coincard für nur € 19,95 statt € 34,95!

8. x 2-Euro-Münze mit Kaltemaille-Farbauflage „Papst Leo XIV.“ für nur € 9,90 statt € 19,90!

Der neue Papst wurde gewählt!
„Papst Leo XIV.“!
Original 2-Euro-Münze mit hochwertiger Kaltemaille-Auflage „Papst Leo XIV.“!

Original 2-Euro-Münze mit hochwertiger Kaltemaille-Auflage „Papst Leo XIV.“!
nur € 9,90 statt € 19,90
Ø 25,75 mm

9. x Sir Rowland Hill Ltd. GmbH & Co. KG
Buchhorstblick 7a · 38162 Weddel · Fax: 0 53 06 / 95 95 77
E-Mail: service@srh-ltd.de

10. x

11. x

12. x

13. x

14. x

15. x

16. x

17. x

18. x

19. x

20. x

21. x

22. x

23. x

24. x

25. x

26. x

27. x

28. x

29. x

30. x

31. x

32. x

33. x

34. x

35. x

36. x

37. x

38. x

39. x

40. x

41. x

42. x

43. x

44. x

45. x

46. x

47. x

48. x

49. x

50. x

51. x

52. x

53. x

54. x

55. x

56. x

57. x

58. x

59. x

60. x

61. x

62. x

63. x

64. x

65. x

66. x

67. x

68. x

69. x

70. x

71. x

72. x

73. x

74. x

75. x

76. x

77. x

78. x

79. x

80. x

81. x

82. x

83. x

84. x

85. x

86. x

87. x

88. x

89. x

90. x

91. x

92. x

93. x

94. x

95. x

96. x

97. x

98. x

99. x

100. x

101. x

102. x

103. x

104. x

105. x

106. x

107. x

108. x

109. x

110. x

111. x

112. x

113. x

114. x

115. x

116. x

117. x

118. x

119. x

120. x

121. x

122. x

123. x

124. x

125. x

126. x

127. x

128. x

129. x

130. x

131. x

132. x

133. x

134. x

135. x

136. x

137. x

138. x



Ob beeindruckende Metropolen oder atemberaubende Natur – das Land des Ahornblatts hat vieles zu bieten. Vom 27. bis 31. Oktober 2025 widmen sich die ADAC Reisebüros in NRW dem Reiseziel Kanada. Expertinnen und Experten beraten zu allen möglichen Reisearten – ob per Mietwagen, Zug oder Camper, ob individuell oder mit geführten Touren. Außerdem teilen sie ihre persönlichen Erfahrungen und präsentieren attraktive Angebote.

› Alle Standorte der ADAC Reisebüros und weitere Infos unter adac-nordrhein-westfalen.de

Herbst 2025
Nordrhein-
Westfalen

AKTUELLES



Caravan Salon

Vom 29. August bis 7. September findet auf dem Messegelände Düsseldorf wieder der Caravan Salon statt, die internationale Messe für mobilen Urlaub. Für ADAC Mitglieder gibt es im Ticketshop der Messe Düsseldorf ermäßigte Eintrittskarten: Das Wochenend-Tagesticket kostet 18 statt 20 Euro, montags bis freitags zahlen Mitglieder 16 statt 18 Euro. Außerdem ist der ADAC in Halle 5 mit einem eigenen Stand vertreten – mit Informationen rund um Campingurlaub und -technik, Versicherungen und vielem mehr. Am Samstag, 6. September, findet hier außerdem das große Finale des bundesweiten Wettbewerbs „ADAC Camper des Jahres“ statt.

› Weitere Infos unter adac.de/caravan-salon



ACTION ZUM SCHULSTART

Am 26. August 2025 startet der ADAC in Ostwestfalen-Lippe eine besondere Aktion für alle Erstklässlerinnen und Erstklässler. In den ADAC Geschäftsstellen in Bielefeld, Detmold, Paderborn und Minden können sich die Kinder eine kleine Überraschung abholen und erhalten wertvolle Tipps für einen sicheren Schulweg.

Fotos: AdobeStock/Shawn.ccf; ADAC e.V.; Andreas Bück; ADAC Westfalen e.V.; Lothar Bökamp; AdobeStock/strichfiguren.de; ADAC Nordrhein e.V.



MELDUNGEN

Lust auf Pedelec?

Den goldenen Herbst auf zwei Rädern genießen – die kostenlosen ADAC Pedelec-Touren machen es möglich. Am Freitag, 10. Oktober, geht es ab 10 Uhr auf die ReiseRoute „Probierstück“ mit Start und Ziel am UNESCO-Welterbe Zollverein in Essen. Am Samstag, 18. Oktober, führt der Weg in Haltern am See rund um den idyllischen Stausee. Die Teilnahme wird unter allen Bewerben ausgelost.

› Infos: adac-clubleben.de/pedelectouren



RALLYESPORT IN LÜBBECKE

Die ADAC Rallye Stemweder Berg bietet auch 2025 spannenden Rallyesport rund um Lübbecke. Ein Highlight: Der ADAC Opel Electric Rally Cup „powered by GSe“ bringt die rein elektrisch angetriebenen Opel e-Corsa nach Stemwede – eine von nur drei deutschen Veranstaltungen dieser Art.

› 26. und 27. September, Infos unter rallye-stemweder-berg.de



IHR GUTES RECHT

Das Verbraucherschutz-Team des **ADAC Nordrhein** lädt zum nächsten Mitgliedervortrag ein. Das Thema: „Ihre Rechte nach einem Unfall – Hinweise und Tipps von Verbraucherschützern des ADAC“. Anmeldungen für Mitglieder bis zum 30. Oktober per Mail an verbraucherschutz@nrh.adac.de oder telefonisch unter T 0221 47 27 617.

› 6. November 2025, 17.30 bis 19 Uhr, ADAC Haus in Köln-Sülz



Grenzerfahrung

40 Oldtimer, zwei Länder, eine Route entlang der deutsch-niederländischen Grenze: Am Sonntag, 12. Oktober, findet wieder die internationale ADAC Classic Tour Westfalen in und um Vreden statt. Nennschluss ist am 21. September.

› Anmeldung und weitere Infos unter adac-clubleben.de/act



WELT DER ERLEBNISSE

Die **MHH Erlebniswelten** finden vom 6. bis 9. November in der Messe Essen mit vier spannenden Erlebnisbereichen voller Genuss, Kreativität, Aktivität und Stil statt. Am ADAC Stand in Halle 6 gibt es unter anderem die Ruhrtopcard zum günstigen Messepreis. › Eintritt frei, Infos unter mhh-essen.de

Mitgliedervorteile

NRW erleben! Alle Infos unter adac-nordrhein.de/vorteilswelt



STAUNEN

Im Zentrum für immersive digitale Ausstellungen „Phoenix des Lumières“ in Dortmund warten gleich mehrere faszinierende Lichtspektakel, unter anderem „Im Reich der Pharaonen“ und „Foreign Nature“.

› ADAC Mitglieder erhalten 1 Euro Rabatt auf Einzeltickets an der Tageskasse



GRUSELN

Auch dieses Jahr bieten diverse Freizeitparks in NRW wieder Gruselspaß rund um Halloween. Starke Nerven brauchen Besucherinnen und Besucher dann etwa im Movie Park Germany in Bottrop und im Fort Fun Abenteuerland im Sauerland.

› ADAC Mitglieder kommen günstiger rein, Infos: adac-nordrhein.de/vorteilswelt



ENTSPANNEN

Was gibt es Schöneres im Herbst, als sich im warmen Nass zu entspannen? In diese Thermen in NRW kommen ADAC Mitglieder günstiger rein: Thermen & Badewelt Euskirchen, Niederrhein-Therme (Duisburg), Gesundheitspark Nienhausen (Gelsenkirchen), Solbad Vonderort (Oberhausen) und Freizeitbad Heveney (Witten).

› Ab 2 Euro Rabatt auf den Eintrittspreis, Infos unter adac-nordrhein.de/vorteilswelt

Fotos: Culturespaces/Vincent Pinson; Movie Park Germany; Johann Persson; Therme Euskirchen

THEMA: Fermentation

Die Zukunft der Medizin

Wie diese fermentierte Heilpflanze die Medizin erobert.

Seit Tausenden von Jahren ist Curcuma fester Bestandteil der traditionellen Medizin zur Behandlung von Entzündungen, Schmerzen und einer Vielzahl anderer Beschwerden. Nun erobert die Heilkraft dieser Wunderwurzel auch unsere Medizin! Allein die wissenschaftliche Datenbank PubMed verzeichnet über 6.000 Studien zu Curcuma und weit mehr als 20.000 Studien zu ihrem aktiven Wirkstoff – dem Curcumin.

Bereits im Jahr 2020 versetzte diese wissenschaftliche Studie Forscher auf der ganzen Welt in Aufruhr: Verglichen wurden normale Curcuma und fermentierte Super-Curcuma. Was die Studie ans Tageslicht brachte, ist unglaublich. Bis-her kannte man 84 Curcuminoide. Doch fermentierte Super-Curcuma hat 115 Curcuminoide! (Xiang, Xingliang et al. 2020). Und noch eines brachte die Studie ans Tageslicht: Ist normale Curcuma aufgrund ihrer hydrophoben Eigen-schaften für den Körper nur schwer zu verwerten, ist fermentierte Super-Curcuma maximal bioverfügbar!

„Kurkuma ist eine jahrhunderte alte Medizin zur Behandlung von altersbedingten Krankheiten, denn der Wirkstoff schützt die Körperzellen vor Altersveränderungen.“ (Prof. Dr. Sigrun Chrusik-Hausmann, Universität Freiburg)

höhere Phenol- und Flavonoidgehalte und viel bessere Radikalfängeraktivitäten (44,6 %) als nicht fermentierte (30 %). So stieg der Quercetin-Gehalt ziemlich deutlich um sage und schreibe 40 % an! Quercetin ist ein Pflanzenpigment (Flavonoid) und eines der am häufigsten vorkommenden Antioxidantien in der menschlichen Ernährung. Es spielt eine wichtige Rolle beim Schutz gegen oxidativen Stress und Entzündungen. (Lo, Kai-Jiun et al., 2024)

Das stellt alles in den Schatten, was die Wissenschaft bisher über Curcuma wusste! Die WHO empfahl bisher 3 g Curcuma pro Tag. Viele Studien wurden mit 8 g täglich durchgeführt. Wenn man jedoch weiß, dass davon nur ein minimaler Bruchteil im Körper überhaupt verwertet wird ...

... welche Wunder können dann selbst wenige Milligramm fermentierter Super-Curcuma bewirken, deren Wirkstoffe fast vollständig in der Blutbahn ankommen?

Was man noch nicht lange weiß: Erst die Fermentation entfaltet die volle Wirkung dieser Wunderwurzel. Durch das Fermentieren entsteht eine komplette Apotheke der Natur in einer kleinen Kapsel. Ist Curcuma von Natur aus schlecht für den Körper zu verwerten, macht Fermentation nun endlich den maximalen Wirkstoffgehalt für den Körper nutzbar.

Vergessen Sie herkömmliche Curcuma-Produkte und die Mythen, ein wenig Piperin (Pfeffer) würde die Bioverfügbarkeit herkömmlicher Curcuma verbessern!

Die Effekte sind minimal. Erst die Fermentation macht normale Curcuma für den Körper zum Superhelden!

Wer auf der Suche nach einer natürlichen Alternative in der Gesundheitsvorsorge ist, kommt an diesem goldgelben Wunder nicht vorbei. Doch nur fermentierte Curcuma ist auch wirklich Super-Curcuma! Rüsten Sie sich und verpassen Sie Ihrer Gesundheit noch heute einen Kickstart!

Nur Fermentura® CURCUMA DUO enthält fermentiertes Curcuma-Pulver, zusätzlichen Curcuma-Extrakt mit standardisiertem Curcuminoidgehalt plus Phosphatidylserin und Selen für noch mehr Wirk-spektrum!



Unser Tipp:

Leserinnen und Leser dieser Zeitschrift können zum Vorzugspreis fermentierte Curcuma exklusiv hier beziehen.

Sie erhalten eine Monatspackung Fermentura® CURCUMA DUO mit 30 Kapseln (Nahrungsergänzungsmittel · 25,9 g (770,27 € / kg) · Art.-Nr. 179-050-1) zum Vorzugspreis von nur je 19,95 € (UVP: 44,95 €).

Bestellen Sie Fermentura® CURCUMA DUO Montag bis Freitag von 8.00 bis 19.00 Uhr und samstags und an Feiertagen von 8.00 bis 16.00 Uhr unter der Nummer

0 60 95 / 5 32 11 58.

(Es gelten Ihre Festnetz-/ Mobilfunktarife). Nennen Sie bitte folgende Vorteilsnummer:

53.G.01

Sie erhalten Fermentura® CURCUMA DUO PORTOFREI und mit 60-tägigem Rückgaberecht. Darüber hinaus geben wir Ihnen auf alle direkt bei AuraNatura® gekauften und bezahlten Produkte eine **365-Tage-Geld-zurück-Garantie!**

Sollten Sie mit einem unserer Produkte nicht zufrieden sein, erhalten Sie bei Retoure von diesem den hierfür entrichteten Kaufpreis zurück. **Das ist Kaufen ohne Risiko.**

Es gelten unsere Datenschutzerklärung und AGB unter www.auranatura.de. Schriftliche Anforderung möglich. Ihr Vertragspartner: AN Schweiz AG, Leubnernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen. Druckfehler/Irrtum vorbehalten. Die Lieferung erfolgt aus Deutschland.

Bestellen Sie in Ihrer Apotheke auf das Original Fermentura® CURCUMA DUO von AuraNatura®!



Nahrungsergänzungsmittel

30 Kapseln (PZN DE: 19359867)
30 Kapseln (PZN AT: 5934664)

Alles Wurst – oder was?

Recht hell oder gut gebräunt, labberig oder knackig, gerade oder gebogen – sie hat viele Gesichter: die Bratwurst! Auch Geschmack und Preis, Beilage und Wartezeit müssen natürlich passen, um die Wurst zur perfekten Stadionwurst zu machen. Was können die Würstchen in vier NRW-Stadien? Wir haben zusammen mit den Fans mal kräftig zugebissen

Texte & Fotos: Anne-Sophie Barreau, Katharina Johst, Sevilay Kara Ali, Sophia Lau, Jonas Lerch, Laura Scherer, Till Westermann



Tag des Besuchs

6. April

WURST-CHECK

FC Schalke 04 - SSV Ulm 2. Bundesliga

Gelsenkirchen



„Für mich die
beste und leckerste
überhaupt!“
Kira Barheimer



Fazit

Erstligatauglich



» Infos

Herkunft/Hersteller: Böklunder (Schleswig-Holstein) · Verkaufte Würste pro Spieltag: 12.500
Bratwürste, dazu 800 Kilo Currywurst · Veggie-Angebot: an ausgewählten Ständen vorhanden

Fotos: Adobe Stock/usialar

Tag des Besuchs

26. April

WURST-CHECK

SC Paderborn 07 - SV Elversberg 2. Bundesliga

Paderborn



„Schmeckt gut!“
Bernd Hesse



Fazit

Knackiger Kult



» Infos

Herkunft/Hersteller: Fleischerei Paul Schröder aus Bad Lippspringe
Klassische Bestellung: zwei Bier und eine Wurst · Veggie-Angebot: veganes Schnitzel

„Stadionwurst in
Paderborn ist Kult!“
Michael Luig



Tag des Besuchs

3. Mai

WURST-CHECK

1. FC Köln - Jahn Regensburg

2. Bundesliga



Preis

4,10 Euro

Bezahlmöglichkeiten

nur cashless – alle gängigen Karten und Kreditkarten außer American Express

Aussehen & Konsistenz

teilweise recht dunkel und kross, knackig

Beilage

Senf und Ketchup an etwas entfernten Portionierstationen zum Selbstbedienen

Serviert ...

im Brötchen

Länge & Gewicht

23,7 cm / 118 g

Preis pro Gramm

3,5 Cent

Wartezeit

(eine halbe Stunde vor Anpfiff)
2 Minuten und 5 Sekunden

„Der Klassiker!
Ich esse jedes Mal eine.“

„Genau so muss eine Bratwurst schmecken!“

Fazit

Ein Muss



» Infos

Herkunft/Hersteller: Firma Remagen aus Hürth · Sortiment: Bratwurst und Krakauer
Veggie-Angebot: keines

Tag des Besuchs

10. Mai

WURST-CHECK

Fortuna Düsseldorf - FC Schalke 04

2. Bundesliga



Preis

4,20 Euro

Bezahlmöglichkeiten

bar oder mit EC-Karte

Aussehen & Konsistenz

schöne Röstung auf Ober- und Unterseite, saftig und würzig, nur leicht knackig

Beilage

Ketchup und Senf im Spender daneben zum Selbstportionieren

Serviert ...

im Brötchen

Länge & Gewicht

13,8 cm / 93 g

Preis pro Gramm

4,5 Cent

Wartezeit

(eine halbe Stunde vor Anpfiff)
5 Minuten und 30 Sekunden

„Geschmacklich gut, könnte aber noch krosser sein!“
Dennis Pfaff



Fazit

Wurst-class performance



» Infos

Herkunft/Hersteller: Böklunder (Schleswig-Holstein) · Sortiment: Bratwurst und Krakauer · Veggie-Angebot: Vegetarische Bratwurst wird an einigen Verkausständen im Innen-Umlauf für 3,90 Euro angeboten

Fotos: Adobe Stock/saliko3p

03.2025

12

Nordrhein-Westfalen

03.2025

Nordrhein-Westfalen

13



Eine Karte – jede Menge Rabatte!

ADAC Vorteilswelt NRW. Hier sparen Mitglieder.

- Broschüren in allen **ADAC Centern** erhältlich oder per Mail anfordern unter syc@nrh.adac.de
- Keine Vorteile mehr auf Facebook und Instagram verpassen! [unterwegs.NRW](#) liken!

Jeden Monat neu! Machen Sie mit bei unseren Gewinnspielen **ADAC Vorteilspartner des Monats**

Teilnehmen und gewinnen!

Alle Infos auf: adac-nordrhein.de/vorteilswelt



ADAC

Fotos: ADAC Nordrhein

SERVICE

ADAC Services

Infos zu Prüfdiensten, Leistungen und ADAC Vertragsanwaltschaft



ADAC Prüfzentren

Vertrauen ist gut, prüfen ist besser! Mit den ADAC Fahrzeugchecks sind Autofahrende immer auf der sicheren Seite. In den sechs ADAC Prüfzentren in NRW oder bei ausgewählten Vertragssachverständigen gibt es speziell für ADAC Mitglieder kostengünstige Fahrzeuguntersuchungen.

Dortmund
Freie-Vogel-Str. 393
T 0231 54 99 114

Gelsenkirchen
Sellhorststr. 8
T 0209 97 76 88 3

Köln
Luxemburger Str. 169
T 0221 47 27 633

Münster
Weseler Str. 539
T 0251 7 47 76 11

Oberhausen
Lessingstr. 2
T 0221 47 27 9 18 07

Siegen
Leimbachstr. 189
T 0271 33 50 44



Auto gerüstet?

Ist das Auto schon bereit für die kalte Jahreszeit? Die Technikexperten des ADAC überprüfen beim Wintercheck die Bauteile, die im Winter besonders wichtig sind, wie Bremsen, Beleuchtung und Reifen.

› Im Aktionszeitraum vom 1. bis 30. November zahlen ADAC Mitglieder nur 25 Euro für den Wintercheck in den Prüfzentren.

ADAC VERTRAGSANWALTSCHAFT

Kostenfreie Erstberatung

 ADAC Mitglieder können ein kostenfreies Beratungsgespräch mit einer unabhängigen ADAC Vertragsanwältin oder einem -anwalt führen – zu allen Fällen, die mit dem Straßenverkehr sowie dem Halten und Führen von Kraftfahrzeugen zusammenhängen. Zum Gespräch sollten ADAC Mitgliedskarte und, sofern vorhanden, Rechtschutzpolice mitgebracht werden. Auch Nicht-Mitglieder können die Fachkompetenz nutzen, wenn auch nicht kostenfrei.

› QR-Code scannen und eine oder einen von insgesamt 500 ADAC Vertragsanwältinnen und Vertragsanwälten in der Nähe finden.



Mobile Prüfstationen

Sicher unterwegs – das sollten Autofahrerinnen und -fahrer immer sein. Einen Beitrag dazu leisten die Mobilen Prüfstationen des ADAC, die regelmäßig an verschiedenen Orten im Rheinland, am Niederrhein und in Ostwestfalen-Lippe unterwegs sind. Hier können Mitglieder kostenlos oder -günstig wichtige Funktionen am Fahrzeug testen lassen. Im Bereich des ADAC Nordrhein werden darüber hinaus noch viele weitere Prüfungen angeboten.

› [Termin & Anmeldung auf adac.de/pruefdienste-nrw](http://adac.de/pruefdienste-nrw)



Nachtschicht für Parkplätze

Zu viele Autos, zu wenig Fläche: Immer mehr Städte kämpfen mit dem Parkplatzmangel. So gewinnt eine innovative Lösung zunehmend an Beliebtheit – das „Feierabend-Parken“. Selam Haile aus Köln hat es bereits für sich entdeckt

Text und Foto: Julia Spicker Illustration: Tim Möller-Kaya

Selam Haile ist leidgeprüft. Wenn die 42-Jährige ihre Kinder am späten Nachmittag vom Fußballtraining eingesammelt hat und nahe ihrer Wohnung in der Kölner Südstadt einen Parkplatz sucht, gleicht das der berühmten Suche nach der Nadel im Heuhaufen. „Im schlimmsten Fall bin ich schon anderthalb Stunden herumgefahren“, erzählt sie.

„Obwohl wir einen Anwohner-Parkausweis haben, ist zur Feierabendzeit oft einfach nichts zu finden.“

Wie Selam Haile geht es vielen Anwohnenden und Verkehrsteilnehmenden, und zwar nicht nur in Köln: Das Problem – zu wenige freie Parkplätze für zu viele Pkw in Innenstädten – ist nicht neu. Seit Jahren steigen die Pkw-Zulassungszahlen und damit auch Unmut und Unzufriedenheit bei



Selam Haile braucht nur ein paar Klicks und der Parkplatz für die Nacht ist gebucht

den Betroffenen. Neu hingegen ist, dass sich Großstädte in NRW stärker Gedanken machen, wie sie das Problem lösen können. Denn die ewige Parkplatzsuche ist nicht nur für den einzelnen Autofahrenden nervenaufreibend. Sie wirkt sich auch negativ auf die Lärmsituation vor Ort, den gesamtstädtischen Verkehrsfluss und natürlich die Schadstoffemissionen aus.

Im vergangenen Jahr ist die Landeshauptstadt Düsseldorf innovativ vorangegangen und hat das Pilotprojekt „Feierabend-Parken“ gestartet. Die Idee dahinter: Das Parkplatzproblem – vor allem abends und nachts – liegt nicht an mangelnden Flächen, sondern an deren Verteilung und Nutzbarkeit. Während sich nachts in engen Innenstadtstraßen die parkenden

VERKEHR

» Anwohnerparken

In Düsseldorf zahlen Anwohner für einen Parkausweis 25 Euro im Jahr (bei Onlinebeantragung), in Dortmund 30,70 Euro. In Köln kostet er je nach Fahrzeuggröße ab 100 Euro für ein Jahr. Eine Garantie für einen festen Parkplatz ist damit aber nicht gegeben.

Fahrzeuge knubbeln und jeder freie Millimeter oftmals nicht ganz StVO-konform ausgenutzt wird, stehen gleichzeitig große Flächen leer. Zum Beispiel Supermarktparkplätze. Um Angebot und Nachfrage besser miteinander zu verknüpfen und vorhandene, leer stehende Flächen gerechter und effizienter zu verteilen, haben sich in Düssel-

dorf die Stadttochter Connected Mobility Düsseldorf (CMD), der Park-Dienstleister amrido sowie die Discounter Aldi und Lidl zusammengetan. An sieben Standorten im Stadtgebiet haben sie zunächst 190 Supermarktparkplätze zum nächtlichen Parken kostengünstig zur Verfügung gestellt. Dort können Autofahrerinnen und Autofahrer entweder bereits weit im Voraus oder ganz spontan für vier Euro pro Nacht oder 30 Euro pro Monat einen Stellplatz mieten. Die Buchung erfolgt über die amrido-App.

Das Fazit nach einem guten halben Jahr: Vor allem die Parkplätze in zentrumsnahen Lagen, in denen besonders hoher Parkdruck herrscht, sind gut ausgelastet. Die Nutzenden bevorzugen außerdem eher Parkplätze, bei denen man sein Fahrzeug länger als „nur“ zwischen 18 und 8.30 Uhr abstellen kann und wo der Zugang zum Auto auch nachts flexibel möglich ist.

Aufgrund der positiven Erfahrungen haben die Verantwortlichen in Düsseldorf im Frühjahr dieses Jahres das Angebot noch erweitert: Zwei Parkhausbetreiber wurden mit ins Boot geholt, die nun über Nacht weitere Parkflächen zu günstigen Konditionen und mit dauerhaftem Zugang zum Fahrzeug zur Verfügung stellen, so dass Düsseldorf nun insgesamt 1500 Stellplätze fürs „Feierabend-Parken“ bietet. Zudem befinden sich bereits weitere Standorte und Projekte



» Alle Infos und Standorte zum „Feierabend-Parken“ in Düsseldorf gibt es hier: cmd.nrw/smart-parking. Die amrido-App, mit der auch die Parkplätze in Köln gebucht werden können, ist kostenlos im Play Store oder im App Store verfügbar.

zur künftigen Parkplatznutzung in Prüfung – unter anderem Schulparkplätze und Brachflächen.

Verkehrsexperte Prof. Dr. Roman Suthold vom ADAC in NRW begrüßt, dass sich beim Thema Parken etwas tut: „Mit intelligenten Parkraumlösungen, beispielsweise über Apps, wird der Parksuchverkehr – in Köln/Düsseldorf sind das 20 bis 40 Prozent des Gesamtverkehrs – reduziert und das bestehende Parkraumangebot effizienter

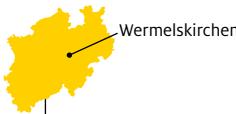
genutzt, ohne neue Flächen zu versiegeln. Es wäre wünschenswert, wenn dem Beispiel noch weitere Kommunen folgen.“

Glück für Selam Haile: Auch in Köln bietet amrido in Kooperation mit Supermarktketten an sieben Standorten das nächtliche Parken an. Die Stadtverwaltung prüft derzeit, inwieweit die Mehrfachnutzung von Parkplätzen noch ausgeweitet werden kann. Neben Aldi und Lidl macht in Köln auch noch Rewe mit. „Das ist eine super Sache“, findet Selam Haile, „zumal wir genau gegenüber von einem der Supermärkte wohnen.“ Wenn die Verzweiflung also allzu groß ist, zückt sie ihr Handy und bucht kurzerhand über die App einen Übernachtungsplatz für ihren Pkw in der Nähe ihrer Wohnung. Die Zeit, die sie so einspart, kann sie nun mit ihrer Familie verbringen.

*Stand April 2025



In Dortmund gibt es ebenfalls Überlegungen, die kostenpflichtige Nutzung eines Supermarktparkplatzes für Anwohner zu den Rand- und Schließzeiten zu ermöglichen. Laut einem Stadtsprecher plant das Klinikum Dortmund zudem, rund 100 Stellplätze im eigenen Parkhaus zu bestimmten Uhrzeiten an Anwohnerinnen und Anwohner im Kreuz- und Klinikviertel zu vermieten.



Wermelskirchen
Im Pannenfall den ADAC rufen – klar! Dass der ADAC seinen Mitgliedern aber auch bei Problemen mit der Werkstatt oder in juristischen Fällen hilft, wissen viele nicht. Zwei Mitglieder berichten von ihren positiven Erfahrungen



ADAC MITGLIED
**THOMAS
PENNINGER**
aus Wermelskirchen



ADAC Vertragsanwältin Heike Becker konnte Thomas Penninger (l.) und seinem Bruder Michael helfen

» Mein Bruder und ich waren im vergangenen August im Urlaub in Bayern. Am zweiten Urlaubstag sind wir von einer Tagestour mit dem Auto in unseren Urlaubsort Bad Griesbach im Rottal zurückgefahren. Kurz vor dem Ort hatten wir einen Verkehrsunfall. Durch die Wucht des Aufpralls haben wir uns gedreht, sind nach links weggedriftet und gegen einen Betonpfeiler geprallt. Der Wagen hatte einen Totalschaden, meinen Bruder hat es voll erwischt: Schulter, Kniegelenk, Kniestiefe – alles kaputt. Er hat später künstliche Gelenke an Schulter und Knie bekommen. Ich selbst hatte vier Rippen gebrochen und bis vor Kurzem noch Probleme am Handgelenk. Mein Bruder musste dreimal operiert werden. Ich bin nach einer Woche Aufenthalt im Krankenhaus mit dem Krankentransport in Richtung Heimat gebracht worden. Das hat alles der ADAC organisiert, dank des Krankenrücktransports, den meine Mitgliedschaft abdeckt.

Zu Hause habe ich den Ansprechpartner meiner Versicherung in Wipperfürth angerufen und gefragt, ob er mir einen Rechtsanwalt empfehlen kann. Er hat mir die Fachanwältin für Familien- und Verkehrsrecht Heike Becker empfohlen, die eine Vertragsanwältin im ADAC ist. So kam ich darauf. Als Vertragsanwältin im ADAC stand sie mir für eine juristische Erstberatung zur Verfügung, die ich als Mitglied in Anspruch nehmen kann. Das war gut für mich, da ich schon seit 1984 Mitglied bin und durch ihre Beratung wusste, was meine Rechte sind und worauf mein Bruder und ich Anspruch haben. Nach dieser kostenlosen Erstberatung haben wir mit Frau Becker unsere weitere Zusammenarbeit als Mandanten fortgesetzt. Sie hat dann die gegnerische Versicherung kontaktiert und im Einvernehmen einen Rehadienst für meinen Bruder eingeschaltet. Außerdem musste die gegnerische Versicherung den gesamten Fahrzeugschaden zahlen und auch viele weitere Schadensersatzpositionen, insbesondere die Kosten für die Behandlungen meines Bruders und das uns zustehende Schmerzensgeld. Das habe ich dann auch alles über Frau Becker laufen lassen. >

Foto: Johannes Gewald



© ADAC Stiftung

Herbstaktion: Sicher durch die dunkle Jahreszeit!

Jetzt beim ADAC vor Ort in NRW und im ADAC Online-Shop unter adac-shop.de

- Kinder-Sicherheitsweste (Abbildung ähnlich) **4,95 €***
- Kfz-Verbandtasche **7,95 €***
- Reflex-Sicherheitskragen (für Erwachsene) **3,95 €***
- Reflex-Sicherheitskragen (für Kinder) **2,95 €***

*Die Preise sind gültig ab dem 22.8. bis 30.11.2025 in allen ADAC Centern und Geschäftsstellen beim ADAC in Nordrhein-Westfalen und unter adac-shop.de. Nur solange der Vorrat reicht. Die Preise sind inklusive Mehrwertsteuer. Zuzüglich möglicher Versandkosten im ADAC Online-Shop.

ADAC



Kennerblick: Technikexperte Murat Tektas (r.) schaute sich den Wagen von Gunnar Harms ganz genau an und wurde stutzig

ADAC MITGLIED
**GUNNAR
HARMS**
aus Leverkusen

Jetzt WUNSCHKENNZEICHEN reservieren!

Kein doppeltes Anstehen in der Zulassungsbehörde!
Reservieren Sie Ihr Wunschkennzeichen bequem von Zuhause aus – schnell und unkompliziert mit höchster Qualität!



wunschkennzeichen.adac-shop.de



Foto: Julia Spicker

Vielen Dank! 



Name: Patrick Schombert · Alias: PetzDerBert · Alter: 42 Jahre
Aus: Dortmund · Zeichnet seit: schon immer · Hauptberuf: Mediengestalter

> Und hier gibt es noch mehr von ihm: PetzDerBert.de

IMPRESSUM

Herausgeber

Präsidium des ADAC e.V.,
Hansastraße 19, 80686 München,
T 089 767 600,
E-Mail adac@adac.de

Redaktionsleitung

Thomas Müther (V.i.S.d.P.),
ADAC Nordrhein e.V., Luxemburger Str. 169,
50939 Köln; Till Westermann,
Anne-Sophie Barreau, ADAC Westfalen e.V.,
Freie-Vogel-Str. 393, 44269 Dortmund;
Julia Meier, ADAC Ostwestfalen-Lippe e.V.,
Eckendorfer Str. 36, 33609 Bielefeld

Redaktion

Julia Spicker (CvD),
Anne-Sophie Barreau, Johannes
Giewald, Sevilay Kara Ali, Julia Meier
E-Mail presse@nrh.adac.de

Produktion

storyboard GmbH,
Wiltrudenstraße 5, 80805 München
Verlag
BurdaVerlag GmbH,
Arabellastraße 23, 81925 München,
T 089 925 00, E-Mail anfrage@burda.com

Anzeigen

BCN Brand Community Network GmbH,
Arabellalastraße 23, 81925 München.
Es gilt die aktuelle Preisliste, siehe
brand-community-network.de
Head of Publisher Management:
Meike Nevermann
Verantwortlich für den Anzeigenenteil:
Katja Lickhardt
Druck
Burda Druck GmbH, Hauptstraße 130,
77652 Offenburg, T 0781 84 01,
E-Mail info@burda-druck.de

Veröffentlichung gem. Art. 8 Abs. 3 des Bayerischen Pressegesetzes

Verlag: BurdaVerlag GmbH,
Alleinige Gesellschafterin:
Burda Gesellschaft mit beschränkter
Haftung. Deren alleinige Gesell-
schafterin: Hubert Burda Media
Holding Kommanditgesellschaft.
Deren persönlich haftende
Gesellschafter sind Prof. Dr. Hubert
Burda, Verleger, Offenburg, und
die Hubert Burda Media Holding
Geschäftsleitung SE.

Illustration: Patrick Schombert

Außergewöhnliche Reiseziele entdecken! ADAC Reisebüro

Entdecken Sie mit uns die **Schönheit der Erde** und erleben
ein **hochwertiges Ausflugsprogramm** mit persönlicher
ADAC Reisebegleitung.

» Winterwunder Island

Reisetermin: 21. - 28.2.2026
ab/bis Frankfurt mit Icelandair
3695 € p.P. bei Doppelbelegung

» Abenteuer Schwedisch Lappland

Reisetermin: 7. - 14.3.2026
ab/bis Düsseldorf mit Eurowings
1989 € p.P. bei Doppelbelegung

Beratung und Buchung im **ADAC Reisebüro** vor Ort,
telefonisch: 0 800 5 21 10 12 (Mo.-Fr.: 9 - 18 Uhr, Sa.: 9 - 14 Uhr)



oder besuchen Sie uns auf
adac-nordrhein-westfalen.de

Veranstalter: ADAC Nordrhein e.V., Luxemburger Straße 169, 50939 Köln
Zwischenverkauf, Druckfehler und Preisänderungen vorbehalten.

ADAC



Stubai Herren Strickfleecejacke



Strickfleecejacke
grau meliert Art.-Nr. 241.380
dunkelblau meliert Art.-Nr. 241.393
anthrazit meliert Art.-Nr. 241.407

Chiemsee Herren Badeshorts



Herren Badeshorts
marine Art.-Nr. 253.417

Der 30% Rabatt* gilt auf unser gesamtes Sortiment mit Ihrem Gutschein-Code

D30889

**30%
Jubiläums-
RABATT*
auf ALLES!**

Franco Bettoni Bequem-Mokassins



Bequem-Mokassins
taupe Art.-Nr. 403.838
dunkelblau Art.-Nr. 403.841
rot Art.-Nr. 403.854
schwarz Art.-Nr. 407.250

Benetton 5er Pack Boxershorts



5er Pack Boxershorts
grau meliert Art.-Nr. 261.470
schwarz Art.-Nr. 261.483
dunkelblau Art.-Nr. 261.496

Nordcap 5er Pack Funktionspolos



5er Pack Funktionspolos Art.-Nr. 252.241

Tom Ramsey Herren 3er Pack Freizeithosen



3er Pack Freizeithosen Art.-Nr. 254.061

UNITED COLORS
OF BENETTON.

NORDCAP

reusch

CHIEMSEE

Jacques Britt

REGINA
BAYERISCHE

OTTO FERN

www.personalshop.com

1. QR-Code scannen

2. Ihr Gutschein-Code ➡

D30889

⬅ wird automatisch eingelöst

3. Von 30% Rabatt* profitieren

oder telefonisch bestellen: 0 69 / 92 10 110 ☎

Noch mehr Artikel und
Informationen online



www.personalshop.com

