

III-2016 September bis Dezember

Bocklemünd/ Mengenich

Veranstaltungs- kalender



**Einfach
mitmachen!**
seniorengemeinschaft.net



Ihr Seniorenvertreter: Peter Mühlens

Gemeinsam aktiv

Wir freuen uns über Ihr Interesse und laden Sie ein, sich über unser Netzwerk aktiver Seniorinnen und Senioren zu informieren. Stöbern Sie in unserem Veranstaltungskalender und entdecken Sie neue Möglichkeiten zur Verbesserung Ihrer Lebensqualität und der sozialen Vorsorge für spätere Lebensjahre.

Bei uns gibt es keine Vereinsbindung. Das Netzwerk lebt allein von der Bereitschaft seiner Teilnehmerinnen und Teilnehmer, gestaltend mitzuwirken, sowie von Kooperationspartnern, die das Engagement der Teilnehmerinnen und Teilnehmer in vielfältiger Weise unterstützen. Die Teilnahme ist für alle offen, die die Netzwerkziele unterstützen, ungeachtet ihrer parteipolitischen, religiösen und weltanschaulichen Orientierung.

Netzwerk Bocklemünd/Mengenich
Träger: evang Kirchengemeinde
Silke Grube-Kohorst, Tel. 0221 – 95 22 983

Liebe Seniorinnen und Senioren

Während der jetzigen Wahlperiode habe ich als ihr Seniorenvertreter für den Stadtbezirk Ehrenfeld mit meiner Initiative dafür gesorgt, dass das Seniorennetzwerk der Stadt Köln in unserem Ortsteil Bocklemünd/Mengenich ins Leben gerufen wurde. Der Aufbau des Netzwerkes wird von der Stadt personell und finanziell unterstützt. Die Seniorenvertretung steht für aktive und direkte Beteiligung der älteren Menschen an der Gestaltung ihrer Lebensverhältnisse. Sie ist die Lobby älterer Menschen. Gewählt wird alle 5 Jahre und im Herbst steht wieder eine Wahl an. Jede Bürgerin/Bürger ab 60 Jahren kann sich an der Briefwahl, die im Oktober stattfindet, beteiligen. Die Wahlunterlagen erhalten Sie mit der Post, bis zum 22. Oktober können Sie ihre Stimme abgeben.

Als Seniorenvertreter verrete ich Ihre Interessen und nehme Einfluss auf eine Vielzahl von Entscheidungen im Stadtbezirk und der ganzen Stadt. Damit ich meine ehrenamtliche Arbeit weiterführen und mich auch in den kommenden Jahren für Sie einsetzen kann, bitte ich Sie um ihre Stimme.

Ihr Peter Mühlens

Senioren Netzwerke Köln
Netzwerkkoordination
Heinz Schwirten, Tel. 0221 – 95 15 40 49

Veranstaltungsorte (Abkürzungen)

Abkürzung	Name	Adresse
AUF	Auferstehungskirche	Görlinger Zentrum 39, 50829 Köln
GAG	GAG-Treff	Görlinger Zentrum 31, 50829 Köln
Bürgerschafts.	Bürgerschaftshaus Bocklemünd/Mengenich	Görlinger Zentrum 11-15, 50829 Köln
Christi Geburt	Seniorentagesstätte Christi Geburt	Wilhelm-Löhers-Platz 6, 50829 Köln
SNW	Senioren Netzwerke Köln	Görlinger Zentrum 31, 50829 Köln

regelmäßige Angebote

Veranstaltung	Zeit	Kontakt	Ort	Telefon
Jede Woche				
Fahrradfahren, Netzwerk	Montags, 10.00 Uhr	Michele Riccardi	Treffpunkt: AUF	50 33 35
Tanzen im Sitzen	Montags, 15.00 – 16.00 Uhr	Meggie Kaiser	AUF	48 70 96
Gymnastik	Dienstags, 9.00 – 10.30 Uhr u. 10.30 – 12.00 Uhr	Uschi Ophir	Bürgerschafts- haus	50 10 17
Frauenkreis	Dienstags, 10.00 – 11.30 Uhr	Hildegard Kurschat Erika Lück	AUF	888 779 33
Café Kränzchen TIPP!	Dienstags, 14.00 – 16.00 Uhr	Frau Nätke (Allianz f. Demenz)	Christi Geburt	777 554 99
Café und Imbiss	Dienstags, 15.00 – 19.00 Uhr	Claudia Brembs Patrick Rossow	Bürgerschafts- haus (kl. Saal)	50 10 17
Nordic Walking, Netzwerk	Dienstags, 15.00 Uhr	Rolf Heinemann	Treffpunkt: AUF	79 49 43
Tanzcafe für Senioren (Standardtänze)	Dienstags, ab 14.30 Uhr	Ursula Nützel	Christi Geburt	530 63 34
Chigong	Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr	Uschi Ophir	Bürgerschafts- haus	50 10 17
Seniorentreff AWO	Mittwochs, 14.00 – 17.00 Uhr	Detlef Kuchen- becker	Bürgerschafts- haus	02238 / 846 88 08
Kaffee und selbstgebackener Kuchen	Mittwochs, 14.30 – 17.00 Uhr	Marga Becker	AUF, Foyer-Cafe	50 31 00
Seniorencafé	Mittwochs, 8.00 – 12.00 Uhr	Bernd Giesecke	Bürgerschafts- haus	50 10 17
Gymnastik	Mittwochs, 10.00 – 11.00 Uhr	Herr Rick	Christi Geburt	50 31 31
Singkreis	Mittwochs, 10.00 Uhr	Herr Mäuser	Christi Geburt	
Folkloretanz	Mittwochs, 14.30 – 16.00 Uhr	Frau Ossendorf	Bürgerschafts- haus	50 15 62
Information und Beratung	Donnerstags, 10.00 – 12.00 Uhr	Heinz Schwirten SNW	GAG-Treff	01578 – 602 55 66
Freudiges, gemeinsames Singen altbekannter und neuer Lieder	Jeden Do., 10.45 – 12.15 Uhr	Martin Hermann Helmut Metten	GAG-Treff	951 540 49
Mittagstisch	Donnerstags, 12.00 – 14.00 Uhr	Michael Distelrath	Bürgerschafts- haus (BoZ-Saal)	50 10 17

Veranstaltung	Zeit	Kontakt	Ort	Telefon
Waffelcafé	Donnerstags, 14.30 – 17.00 Uhr	Marga Becker	AUF, Foyer-Cafe	50 31 00
Café am Nachmittag	Donnerstags, 15.00 – 18.00 Uhr	Michael Distelrath	Bürgerschafts- haus	50 10 17
Gottesdienst, danach Kirchencafe	Sonntags, 9.30 Uhr	Pfarrer Torsten Sommerfeld	AUF	888 779 21

14-tägig

Café im Seniorenwohnhaus der SBK	Mi. ungerade KW, 14.30 – 16.30 Uhr	Heinz Schwirten SNW	Görlinger Zentrum 30b (Klingel SBK)	95 15 40 49
Seniorentreffpunkt NEU! im Herzen von Bocklemünd	Mi. 7.9./21.9. usw., 15.00 Uhr,	Heinz Schwirten SNW	Christi Geburt	95 15 40 49
Nachbarschaftscafé	jeden 2. u. 4. Fr. 10.00 – 12.00 Uhr	Frau Esch	GAG-Treff	Informationen vor Ort

1x im Monat

Kulturabende Netzwerk 19.9., 10.10., 7.11.	Montag, 17.00 Uhr	Fritz Henke	AUF	50 59 34
Trauerspaziergang 2.1., 6.2., 5.3., 2.4., 7.5., 4.6.	jeden 1. Sa., 14.00 Uhr	Frau Lepke-Lehmann	Haupteingang am Westfriedhof	539 74 52
Trauercafé Zeitenwende 25.1., 29.2., 21.3., 25.4., 30.5., 27.6.	1x monatl., 15.30 – 17.00 Uhr	Frau Lepke-Lehmann	AUF	539 74 52

einmalige Angebote

im September

Schützenverein lädt ein: Bläck Föös	Sa, 3.9.2016 Einlass: 19.00 Uhr		Festzelt an der Nattermannallee	
Fotowettbewerb, Motto: "Merkwürdiges und Kurioses aus dem Stadtbezirk"	Deadline-Einsendung Do, 15.9.2016	www.stadtbezirk- ehrenfeld.info	Bürgerschafts- haus	

im November

Seniorentheater	Mo., 14.11.2016 15.00 Uhr	Bernd Gieseke	Bürgerschafts- haus (Saal)	50 10 17
Senioren-Wintercafé am Ewigkeitssonntag	So., 20.11.2016 14.30 – 17.00 Uhr	Pfarrer Torsten Sommerfeld	AUF	888 779 21
Fotowettbewerb, Motto: "Merkwürdiges und Kurioses aus dem Stadtbezirk"	Preisverleihung: Do., 15.9.2016	www.stadtbezirk- ehrenfeld.info	Bürgerschafts- haus	
Weihnachtsbasar	So., 27.11.2016 14.00 – 18.00 Uhr	Nadine Kuckhoff	AUF	888 779 33

NEU!

Seniorentreffpunkt im Herzen von Bocklemünd

Mittwochs, 15.00 Uhr
14-tägig, ab 7.9., 21.9. usw.
Heinz Schwirten (SNW)
0221 – 95 15 40 49

TIPP!

Cafe Kränzchen!

Ein Entlastungsangebot für pflegende
Angehörige von demenziell Erkrankten,
um diesen ein mal die Woche für zwei
Stunden eine Atempause zu gönnen.
Frau Nätthke, Allianz f. Demenz
0221 – 777 554 99



lokale Adressen

Sicherheit im Alter

- Polizei / Franz Wagner
0221 – 229 43 74 / 0170 – 229 70 24
- Kriminalprävention / Angelika Platthaus
0221 – 229 96 11
- Öffentliche Beleuchtung, Britta Neunerdt
0221 – 221 271 67
- Weisser Ring Opferschutz / Frau Kuhn
0151 – 551 647 15
- Heinz Schwirten, Senioren Netzwerke Köln
0221 – 95 15 40 49, jeden 1. Donnerstag im
Monat von 10 bis 11 Uhr im GAG-Treff

Besuchspartnerschaften

- Freunde alter Menschen
Heinz Schwirten, SNW
01578 – 602 55 66
Ria Ostwald
0221 – 951 540 49

Seniorenberatung Ehrenfeld

- DRK, Ulla Gerads / Evelin Lieb
0221 – 971 12 43
- Caritas / Mechthild Bläsius
0221 – 569 578 12
- Diakonie
Stephanie Außern
0221 – 285 818 12
Irina Drachenberg
0221 – 944 00

Seniorenvertretung der Stadt Köln Bezirk 4 * Ehrenfeld



- Bezirksrathaus Ehrenfeld
Peter Mühlens (2. Etage, Zimmer 234)
Venloer Straße 419-421
50825 Köln

Sprechzeiten:

Jeden 2. und 4. Montag im Monat
von 10 bis 12 Uhr im Bezirksrathaus Ehrenfeld

Email: info@seniorenvertreter.koeln

Web: www.seniorenvertreter.koeln

IMPRESSUM:

Foto Hände: Peter Kierzkowski
Collage Titel: Peter Mühlens
Layout: Lenka Petzold
Inhaltl. verantwortlich: Heinz Schwirten
Quäker Nachbarschaftsheim e.V.
Kreutzerstraße 5, 50672 Köln

Projektseite + Emailadresse:

www.seniorengemeinschaft.net

anfrage@seniorengemeinschaft.net