

Monatlicher Infobrief

für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock



Holiday on ice

wieder am
28.12.2018 und
29.12.2018

**Vergünstigte
Karten gibt es
nur noch kurze
Zeit!**
(siehe Seite 3
unten)

In dieser Ausgabe:

Seite 2 + 3
Termine April und
Anfang Mai 2018

Seite 3
Neuigkeiten aus
Zollstock und
Umgebung

Seite 4
Impressum
Allgemeine
Informationen

Beilage
Gruppen im
SeniorenNetzwerk

Miteinander: reparieren statt wegwerfen Reparaturinitiative in Zollstock

Alle Interessierte sind herzlich zur Informationsveranstaltung eingeladen:

Am Samstag, 21. April 2018 15:00 bis 17:00 Uhr

Im Gemeinschaftsraum im

Seniorenhaus Homburger Straße 17, 50969 Köln-Zollstock

Kommen Sie und informieren Sie sich über das Projekt! Wir freuen uns auf Sie!

Weitere Informationen: GAG Kundencenter Süd, Linda Olschowka, Ferdinand-Schmitz-Straße 4, 50969 Köln-Zollstock Tel 0221 2011 745

Veranstalter: GAG Immobilien AG, Kundencenter Süd gemeinsam mit dem SeniorenNetzwerk Zollstock

Seniorinnen und Senioren – sicher zu Hause und unterwegs Wollen Sie aktiv und sicher auf den Beinen bleiben?

Informationen, einfache Maßnahmen und praktische Übungen zur
Sturzprävention

bietet das ASB-Seniorenzentrum Zollstockhöfe gemeinsam mit dem
SeniorenNetzwerk Zollstock

Teil I: Freitag, 20. April 2018 16 Uhr

Worauf ist zu achten und was kann ich vorbeugend
(in meiner Wohnung) ändern?

Teil II: Freitag, 27. April 2018 16 Uhr

Was kann ich tun, um Balance und Kraft
(im Rahmen meiner Möglichkeiten) zu trainieren?

Ort: Seniorenzentrum Zollstockhöfe, Gottesweg 85, 50969 Köln-Zollstock

Keine Kosten, Anmeldung erbeten wegen begrenzter Teilnehmerszahl im
SeniorenNetzwerk unter Tel 0221 379 68 03

**Veranstalter: ASB-Seniorenzentrum Zollstockhöfe und
SeniorenNetzwerk Zollstock**

Herzliche Einladung zum nächsten offenen Treff Aktiv im Veedel

Am Montag, 07. Mai 2018, ab 10 Uhr

**im SeniorenNetzwerk Zollstock im Bürgerhaus Zollstock, Rosenzweigweg 1
10 bis 12 Uhr**

**Offener Treff zum Informationsaustausch und zur Planung gemeinsamer
Aktivitäten**

mit
Kleiner Kaffeepause

Der Infobrief des SeniorenNetzwerks Zollstock erscheint am Donnerstag nach Aktiv im Veedel am 07.05.2018 und liegt am Donnerstag danach zur Abholung im Bürgerhaus Zollstock aus. Er kann auch per Mail zugeschickt werden.

Der Infobrief 05/2018 erscheint am 10. Mai 2018.

Ausgewählte Termine im April 2018 in und um Zollstock

13.04.2018 (Fr) ab 19 Uhr
Stammtisch des Vereins Raderberg Be-Leben e.V.
 Ort: Brauhaus am Kloster, Brühler Straße 108, Raderberg
Veranstalter: Raderberg Be-Leben e.V.

13.04.2018 (Fr) 19:30 Uhr
Behrendt & Friends ***
 Songs und Stories zum 60. Geburtstag des Bossa Novas
 Eintritt € 8,-
Veranstalter/Ort: Stadtbibliothek Rodenkirchen, Schillingsrotter Straße 38, Rodenkirchen

14.04.2018 (Sa) 11 Uhr
Volkskrankheit Vorhofflimmern
 Referenten: Prof. Dr. med. F.M. Baer, Dr. med. J. Becker (Chefarzt und Oberärztin Medizinische Klinik / Kölner Kardio-Diabetes Zentrum)
Veranstalter: St. Antonius Krankenhaus, Schillerstraße 23, Bayenthal, Cafeteria

17.04.2018 (Di) 18 Uhr
Stürze und Brüche im Alter – was dann?
 Referent: Prof. Dr. med. T. Lögters (Chefarzt Unfall-, Hand- und Orthopädische Chirurgie)
 Ort: MATERNUS-Seniorencentrum, Hauptstraße 128, Rodenkirchen
Veranstalter: Antoniusforum des St. Antonius Krankenhauses und MATERNUS-Seniorencentrum

18.04.2018 18:30-21 Uhr
Kölner Perspektiven 2030: Das Wissen von heute für die Stadt von morgen nutzen!
 Die Oberbürgermeisterin führt Stadtgespräche mit allen Kölnerinnen und Kölnern – eine Gelegenheit zur Information, Diskussion und Beteiligung.
 Ort: Alfred-Müller-Armack-Berufskolleg, Brüggener Straße 1 in Zollstock
 Themenwünsche können vorab mitgeteilt werden unter Tel 221 25449 oder per Mail an oberbuergemeisterin@stadt-koeln.de
Veranstalter: Stadt Köln, Die Oberbürgermeisterin Henriette Reker

19.04.2018 (Do) 17:30-19 Uhr
Knieschmerzen
 Referenten: Prof. Dr. A. Karbowski, Dr. J. Franzmann
 Infos unter Tel 3308 1356
Veranstalter/Ort: Krankenhaus der Augustinerinnen, Jakobstraße 27-31

19.04.2018 (Do) 19:30 Uhr
Ökoroutine: Damit wir tun, was wir für richtig halten
 Moderiertes Gespräch mit Dr. Michael Kopatz und Rafael Struwe
 Ort: Pfarrheim Zum HI Geist, Zollstockgürtel 33, Zollstock
Veranstalter: Kath. Bildungswerk Köln, Seelsorgebereich Köln Am Südkreuz, Ortsausschuss Zollstock

19.04.2018 (Do) 19:30 Uhr
Kölsch Ovend mit dem Jägerquartett
 „Wie dat Levve esu spielt“
 Eintrittskarte kostenlos erhältlich beim
Veranstalter: Stadtbibliothek Sülz, Wichterichstraße 1/Ecke Sülzburgstraße, Sülz

*** Veranstaltung eventuell bereits ausgebucht.
 Alle Veranstaltungen sind kostenfrei, wenn nicht anders angegeben.

20.04.2018 (Fr) 16-18 Uhr
Trauercafé der Johanniter in Zollstock
 Jeden 3. Freitag im Monat in den Räumen der Seniorenberatung, Höninger Weg 286, Zollstock
 Info bei Frau Fischer unter Tel 89009 312
Veranstalter: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Ambulanter Hospizdienst

20.04.2018 (Fr) 18-19:30 Uhr
Das Kaliningrader Gebiet heute: Die Renaissance der ostpreußischen Seebäder
 Dia-Vortrag mit Janne Neumann (Bildjournalistin) im Studienhaus am Neumarkt A-131306
Veranstalter: VHS Köln, Cäcilienstraße 35, 50667 Köln

21.04.2018 (Sa) 14 Uhr
Ein Spaziergang durch Zollstock ***
 Mit Jutta Müller
 Treffpunkt: Haltestelle „Pohligstraße“ der Linie 12
 Teilnehmendenzahl 25 Personen
 Beitrag € 13,- (Nichtmitglieder)
Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock, Kalscheurer Weg 25 Zollstock

21.04.2018 (Sa) 19:30 Uhr (Einlass 19 Uhr)
Gospelkonzert des Chores Great Joy
 Karten im VVK € 14,- (Vorbestellung per Mail bei Great Joy info@great-joy.de oder bei Juliane Poloczek Tel 0221 42 34 83 50)
Veranstalter/Ort: Evangelische Militärkirche (auch Garnisonskirche oder Angelikanische Kirche), Bonner Straße / Ecke Lindenallee, Marienburg

22.04.2018 (So) nach der 11 Uhr Messe
„Eine Welt“-Verkauf
 In Heilig Geist
Veranstalter: Kirche am Südkreuz, Zum Heiligen Geist

23.04.2018 (Mo) 17 Uhr
Stammtisch der Nachbarschaftshilfe Kölsch Hätz
 Ort: Haus Schäffer, Markusstraße 126
Veranstalter: Nachbarschaftshilfe Kölsch Hätz Zollstock

23.04.2018 (Mo) 20 Uhr
Cervantes: Don Quijote von der Mancha
 Lesung von Axel Gottschick am Welttag des Buches
 Eintritt € 10,- (inkl. Getränk)
 Anmeldung unter Tel 36 34 23 oder info@buecherweyer.de
 Ort: Bücher Weyer, Höninger Weg 181, Zollstock
Veranstalter: Kulturladen Zollstock und Bücher Weyer

24.04.2018 (Di) 18 Uhr
Rosenparkgespräch: „Mehr Lebensqualität mit künstlichen Gelenken?“
 Referentin: Dr. med. J. Kolibay-Knief (Oberärztin Unfall-, Hand- und Orthopädische Chirurgie)
 Anmeldung am Empfang des Hauses 12.04.-23.04.2018
 Ort: Seniorenhaus Rosenpark, Bernhard-Feilchenfeld-Straße 3-5, Zollstock
Veranstalter: Antoniusforum des St. Antonius Krankenhauses und Seniorenhaus Rosenpark

24.04.2018 (Di) 18 Uhr
Klassisches Frühlingskonzert
 Mit der Konzertpianistin Hiroko Nakano
 Im Restaurant 1. Stock
Veranstalter: Maternus Seniorencentrum Köln-Rodenkirchen, Hauptstraße 128, Rodenkirchen

Ausgewählte Termine im April und Anfang Mai 2018 in und um Zollstock

25.04.2018 (Mi) 11 Uhr
Café Impuls
 Gespräche – Diskussionen – Aktuelles
 Vorstellung des Museumsdienstes der Stadt Köln
Veranstalter: Bürgerhaus Stollwerck,
 Dreikönigenstraße 23, 50678 Köln, R 003

25.04.2018 (Mi) 19:30 Uhr
Rodenkirchen erinnert sich – Himmelsschreiber
 Rodenkirchen in den 20er Jahren
Geschichtswerkstatt mit Dr. Cornelius Steckner
Veranstalter: Stadtbibliothek Rodenkirchen

26.04.2018 (Do) 18-19:30 Uhr
Rot, Gelb, Grün – und nachts oft aus
 Ampeltechnik leicht erklärt
 Referent Dirk Schopen
 Vortrag im Studienhaus am Neumarkt A-111224
Veranstalter: VHS Köln, Cäcilienstraße 35, 50667 Köln

26.04.2018 (Do) 19 Uhr
Frühjahrskonzert – „love & blues in the city“
 In der Erzengel-Michael-Kirche
 Mit Gesang, Klavier, Schlagzeug, Bass
 Spende erbeten
Veranstalter: Kultur in Michaelshoven, Diakonie
 Michaelshoven e.V., Sürther Straße 169, 5099 Köln

27.04.2018 (Fr) 15-17 Uhr
Trauercafé in Zollstock
 Jeden 4. Freitag eines Monats
 Ort: Foyer des Pfarrheims St. Pius, Irmgardstraße 13,
 Anmeldung ist nicht erforderlich
 Info und Kontakt: Dr. Zenon Szelest, Diakon unter Tel 93
 67 24 50, zenon.szelest@erzbistum-koeln.de
Veranstalter: Kirche am Südkreuz

29.04.2018 (So) 14:30-17:30 Uhr
Tanzkaffee: Tanzen in der Gruppe
 Mit dem Tanzlehrer Christian Korbella

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei, wenn nicht anders angegeben.

Tanzanimation und Kaffee und Kuchen
Veranstalter: Kartäuserkirche, Kartäusergasse 7, 50678 Köln

30.04.2018 (Mo) 16 Uhr
Kunst-Diavortrag „Picasso und Miro“
 Referentin: Dr. Gudrun Pamme-Vogelsang
 Im Clubraum 2, 1. Etage
Veranstalter: Maternus Seniorenzentrum Köln-
 Rodenkirchen, Hauptstraße 128, Rodenkirchen

02.05.2018 (Di) 14/15 Uhr
„Mord im Orient Express“ ***
 Einlass bereits um 14 Uhr, da vor Filmbeginn Kaffee und
 Kuchen angeboten wird
 Eintritt €6,- (für Kaffee, Kuchen, Film)
Sitzplatzreservierung unter Tel 27 25 77 17
Veranstalter: Filmpalast, Hohenzollernring 22-24

05.05.2018 (Sa) 11-18 Uhr
10. Spielplatz- und Brunnenfest
Theophanuplatz / Irmgardstraße
 Interessantes (und Leckeres) für Groß und Klein
 Der Erlös ist für die Erhaltung des Fischreiterbrunnens
 bestimmt.
Veranstalter: Förderkreis Theophanuplatz

07.05.2018 (Mo) 14-15:30 Uhr
Wir tanzen wieder!
 Tanzen für Menschen mit und ohne Demenz
 Eintritt €5,-, Infos unter Tel 02203 3691 11170
 Ort: Tanzschule Stallnig-Nierhaus, Bonner Straße 234,
 Bayenthal
Veranstalter: Alexianer Köln GmbH

08.05.2018 (Di) 15:30 Uhr
Seniorenkino am Rodenkirchener Beratungstag:
„Philomena“
 Spielfilm, 2013, 98 Min.
 Im großen Sitzungssaal im Bezirksrathaus Rodenkirchen
Veranstalter: Bezirksarbeitsgemeinschaft Altenpolitik

**** Veranstaltung eventuell bereits ausgebucht.*

Neuigkeiten aus Zollstock und Umgebung

Kölner Perspektiven 2030 –
Stadtgespräch mit der Oberbürgermeisterin Henriette Reker in Zollstock!
Am 18. April 2018 (siehe Kalender)

Themen, die im Treff Aktiv im Veedel im April 2018 genannt wurden: LKW-Verkehr auf der Vorgebirgstraße, Anbindung der Zollstockarkaden an den öffentlichen Verkehr, ein Ende der Baustellen, (Fuß-) Wegebegeher mit offenen Augen, Parks verschönern
 Vielen Dank für die rege Beteiligung im Netzwerktreff!

Eine Anmeldung ist weiterhin möglich:
Aktion Phantasia am Mi 16. Mai 2018
11 Uhr Treff vor den Kassen des Phantasialands
 Gruppengratisbesuch des Erlebnisparks (nur) für Seniorinnen und Senioren
 Anmeldungen zur Teilnahme an der Aktion Phantasia sind möglich unter Tel 379 68 03 oder per Mail beim SeniorenNetzwerk Zollstock
Veranstalter: Phantasialand Brühl

Eine Information der Stadt Köln, Amt für Soziales und Senioren:

Holiday on ice – die nächsten vergünstigten Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren und Menschen mit Behinderung in der LANXESS arena sind **am 28.12.2018 und 29.12.2018 ***** (fünf bzw. sechs Shows)
 2019 wird Holiday on ice nicht in Köln gastieren.

Für die vergünstigten Veranstaltungen wird ein Kontingent von 1.000 Karten zu einem ermäßigten Preis für den oben genannten Personenkreis zur Verfügung gestellt:
ab Vorverkaufsbeginn (Mitte März) für € 6,50 und nach vier Wochen für € 10,-.
Eintrittskarten gibt es nur am Ticket-Schalter der LANXESS arena (Willi-Brandt-Platz 2) gegen Vorlage eines Rentenausweises oder Schwerbehindertenausweises (für jede Karte).
 Weitere Fragen beantwortet das Callcenter der LANXESS arena unter Tel 0221 8020
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-18 Uhr / Sa 9-14 Uhr
Veranstalter: Lanxess arena und Stadt Köln

SeniorenNetzwerk Zollstock

Frau Marita Scheeres

Rosenzweigweg 1

50969 Köln

Träger:

AWO Köln

Telefon: 0221- 379 68 03

Mail:

awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de

www.seniorennetzwerke-koeln.de

www.awo-koeln.de

Bürozeiten:

in der Regel montags und donnerstags 9-17 Uhr, mittwochs 13:30-17 Uhr oder nach Vereinbarung

**I
m
p
r
e
s
s
u
m**

SeniorenNetzwerke verbinden

Der Stadtteil, in dem Sie leben, ist Ihnen vertraut und eine gute Nachbarschaft ist Ihnen wichtig. Der Beruf liegt hinter Ihnen, die Familie lässt Ihnen mehr freie Zeit. Ein guter Zeitpunkt, etwas Neues zu beginnen. Im Netzwerk knüpfen Sie Kontakte, lernen Gleichgesinnte aus Ihrem Stadtteil kennen, mit denen Sie etwas unternehmen können. Sie bringen gemeinsam Ideen und Projekte ins Rollen und entdecken ein ehrenamtliches Betätigungsfeld.

Sie haben Lust, für sich selbst und andere im eigenen Stadtteil aktiv zu werden:

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Willkommen im Netzwerk Zollstock.

Allgemeine Informationen

Ein neuer Frühling beim Fahrradfahren

Kostenloses Fahrradtraining für Menschen ab und über 65

14.05.2018 bis 18.05.2018

Und 11.06.2018 bis 15.06.2018

Täglich 15:00 bis 17:00 Uhr

Ort: Jugendverkehrsschule Köln, Neusser Str. 164 (gegenüber Tankstelle) 70733 Köln-Nippes
Information und Anmeldung beim

Veranstalter: Stadt Köln, Amt für Straßen und Verkehrsentwicklung, Sabine Bongenberg Tel 0221 221 27816

Gut einschlafen. Gut schlafen.

Wie Ihr Schlaf noch erholsamer wird.

17.04.2018 (Di) 18 Uhr

Erlebnisvortrag mit Dr. med. Ralf Maria Hölker

Eintritt € 5,-, Karten nur an der Abendkasse

Anmeldung unter Tel 0221 221 23937 oder per Mail an zb-paedagogik@stib-koeln.de

Veranstalter/Ort: Zentralbibliothek Josef-Haubrich-Hof 1, 50676 Köln

Schlaf und seine Wirkung

18.04.2018 (Mi) 15:30-19 Uhr

Auswirkungen von Schlafqualität und -menge auf den menschlichen Körper

Vorträge z.B.: „Schnarchst du noch oder lebst du schon?“

Referenten: Chefarzte des Malteser-Krankenhauses

Info unter Tel 0221 4003 0, Anmeldung nicht nötig

Veranstalter: Malteser Krankenhaus St. Hildegardis, Bachemer Straße 29-33, 50931 Köln

Jüdische Lyrik mit Klaviermusik

„Dunkelgold ist die Farbe der Sehnsucht“

25.04.2018 (Mi) 18-21 Uhr

Gedichte von jüdischen Autoren

Klavierbegleitung Thomas Frerichs

Kosten € 15,-

Anmeldung erwünscht unter Tel 0221 93 18 030 oder per Mail an anmeldung@melanchthon-akademie.de

Veranstalter: Melanchthon Akademie, Kartäuserwall 24 b, 50678 Köln

Ein kleiner Besuch im Rechtsrheinischen?

„Stadtgärtnerei“

Ein Blick hinter die Kulissen

21.04.2018 (Sa) 10 Uhr und 11:30 Uhr

Führung mit Hans-Willi Kreutz, Sabine Krämer

Info bei Herrn Kreutz unter Tel 0221 83 34 13

Treffpunkt: Stadtgärtnerei, Am Grauen Stein 26, Poll KVB-Haltestelle „Raiffeisenstraße“ (KVB-Linie 7)

Merheimer Heide – Naturerlebnis ohne Barrieren

22.04.2018 (So) 14:30 Uhr

Spaziergang und Wissenswertes über heimische Kräuter und mehr

Info und Anmeldung bei Sabine Rauchschalbe Tel 0221 221 233228

Treffpunkt: „Grünes Entrée“ zur Merheimer Heide am Höhenberger Ring/Ecke Frankfurter Straße
KVB-Haltestelle „Höhenberg Frankfurter Straße“ (KVB-Linien 1, 151, 152)

Veranstalter: Stadt Köln, Amt für Landschaftspflege und Grünflächen

Oder bleiben Sie lieber im Linksrheinischen?

Finkens Garten: „Bientag“

29.04.2018 (So) 14-18 Uhr

Info- und Aktionstag rund um die Honigbiene mit dem Kölner Imkerverein von 1882 e.V.

Treffpunkt: Am Bienenhaus

KVB-Haltestellen „Rodenkirchen Bf.“ (Linien 16, 17, 130, 135) oder „Konrad-Adenauer-Straße“ (Linie 131)

Forst: „Weißer Rheinbogen“

05.05.2018 (Sa) 10 Uhr

Die Auenwälder am Rhein bieten einen artenreichen Lebensraum für Pflanzen und Tiere.

Führung mit Markus Bouwman, städtische Forstverwaltung. Info und Anmeldung (bis zum 04.05.2018) unter Tel 0221 221-25251 oder -26224

Treffpunkt: Uferstraße, Parkplatz am Minigolfplatz, Rodenkirchen, KVB-Haltestelle „Rodenkirchen Uferstraße“ (Linie 135)

Veranstalter: Stadt Köln, Amt für Landschaftspflege und Grünflächen

Monatlicher Infobrief

für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock



**R
e
g
e
l
m
ä
ß
i
g
e**

**T
r
e
f
f
e
n**

... und in Zollstock gibt es noch viel mehr regelmäßige Angebote...

Bitte erkundigen Sie sich bei Frau Scheeres im SeniorenNetzwerk Zollstock
Tel 379 68 03

Gesucht werden:

**Backgammon-
spieler und
spielerinnen**

**Rummikubspieler
und -spielerinnen
(neue Gruppe
mittwochs)**

**Schachspieler und
-spielerinnen**

Bitte melden Sie sich im SeniorenNetzwerk Zollstock!

Aktiv im Veedel Treff für alle Interessierten **	Regulär am ersten Montag im Monat 07. Mai 2018, 10-12 Uhr	Bürgerhaus Zollstock
Ganzheitliches Gedächtnstraining **	Am 2.+4. Montag im Monat, 10 Uhr, Materialpauschale 16.04.+23.04.2018	Bürgerhaus Zollstock Information im SeniorenNetzwerk
Jung begegnet Alt – Alt trifft Jung Senioren/innen des Netzwerks in der Förderschule Rosenzweigweg	Montags 12-13 Uhr	Treff am Bürgerhaus Zollstock
Schachclub	Montags 13:30 Uhr	Bürgerhaus Zollstock
Job mit 60 plus! Interessengemeinschaft von Rentner/innen	Dienstags 10:30-12 Uhr www.jobs60plus.de	Bürgerhaus Zollstock Tel. 240 70 63 (Fr. Roland) und Tel. 43 73 73 (Fr. Paulat)
ABC-Club (Skat) ** Spieletreff	Dienstags 13 Uhr Dienstags 13:30 Uhr	Bürgerhaus Zollstock Bürgerhaus Zollstock
Canasta und andere Spiele ** Doppelkopfrunde **	Dienstags 14 Uhr	Bürgerhaus Zollstock
Qi Gong-Kurs ** Kursgebühr www.heilpraxisbecker.de	Mittwochs 9:30-10:30 Uhr 11.04.-20.06.2018	Bürgerhaus Zollstock Kursleitung: Frau Becker Tel 282 36 20
Canastarunde ** Es sind noch Tische frei!	Mittwochs 10-13:30 Uhr	Bürgerhaus Zollstock
Englisch: English american conversation club EACC	Am 1.+3. Mittwoch im Monat, 15-16:30 Uhr Materialpauschale 18.04.+02.05.2018	Bürgerhaus Zollstock Tel. 99 20 56 18 Kursleitung: Herr Thamm
Club der Kreativen **	Am 2.+4. Mittwoch im Monat, ab 14 Uhr, 11.04.+25.04.2018	Bürgerhaus Zollstock
Wandergruppe **	Am 1.+3. Donnerstag im Monat, Treff 10 Uhr 19.04.+03.05.2018	Haupteingang Südfriedhof
Englischgruppe: TwogroupE	Am 1.+3. Donnerstag im Monat, 10-12 Uhr Materialpauschale 19.04.+03.05.2018	Bürgerhaus Zollstock Kursleitung: Herr Thamm Siehe Englisch am Mittwoch
Frühstückstreff ** Treffen im Mai 2018 wird noch bekannt gegeben.	Am 2. Donnerstag im Monat, 9:30 Uhr 12.04.2018 Umlage der Kosten	Bürgerhaus Zollstock Anmeldung im SeniorenNetzwerk Zollstock Tel 379 68 03
Bowlingspielen mit der Spielkonsole Wii	Nach dem Frühstückstreff	Bürgerhaus Zollstock
Tänzerische Gymnastik Curumba	Freitags 10-11+11-12 Uhr Kursgebühr 06.04.-25.05.2018	Bürgerhaus Zollstock Siehe Curumba Donnerstag
Gedächtnstraining	Am 1.+3. Freitag im Monat, 10 Uhr, Materialpauschale 20.04.+04.05.2018	Bürgerhaus Zollstock Information im SeniorenNetzwerk
Gemeinsame Zoobesuche und andere Ausflüge (abhängig vom Wetter)	Am 1. Freitag im Monat 12 Uhr 04.05.2018	Bürgerhaus Zollstock

**** Alle Gruppen und Treffen, die fett gedruckt sind, freuen sich ganz besonders über Verstärkung!**

Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich einfach bei den Ansprechpersonen oder im SeniorenNetzwerk bei Frau Scheeres, Tel 0221 379 68 03 oder per Mail unter awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de