Senioren
Netzwerke
Köln

Programmheft

SeniorenNetzwerk Ehrenfeld

gültig ab Januar 2024

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Köln e. V.

Übersicht der Angebote

Liebe Netzwerker*innen,

im Folgenden finden Sie eine Übersicht der aktuellen Angebote in unserem Stadtteil Ehrenfeld. Bei Fragen und Anregungen können Sie sich gerne an mich wenden.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen bei den Angeboten.

Ihre Koordinatorin für das SeniorenNetzwerk Ehrenfeld

Yaylagül Gönen

Deutsches Rotes Kreuz

Mobil: 0175 - 11 79 561

E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Kategorie	Angebote	Seite
	Angebote zur sozialen und interkulturellen Vernetzung • Offener Treff • Treff für türkische Senior*innen	 4 5
	Bewegungsangebote • Nordic-Walking • Spaziergang	 6 7

	Kreativangebote • Gemeinsam spielen und stricken	8
	Digitalisierungsangebote • Digital-Cafe • Ehrenfeld Ü-60 goes Digital	9 10
	Beratungsangebote • Persönliche Sprechstunden • Ein Angebot für trauernde Menschen • Seniorenberatungsstellen	11 11 12
	Dienstleistungen • Friedhofsmobil • Mittagstisch • Cafe Credo	13 13 14
	Kultur- und Freizeitangebote • Führung durch die Zentralmoschee • Seniorenkino • Museumsbesuche am KölnTag	15 15 16

Meine Notizen:

Offener-Treff

Beschreibung	Das SeniorenNetzwerk Ehrenfeld lädt Sie ein zum Offenen-Treff. Offen für alle, die mitmachen, ihre Ideen einbringen und das SeniorenNetzwerk Ehrenfeld mitgestalten wollen. Was sind Ihre Wünsche für den Stadtteil? Welche Ideen haben Sie? Machen Sie mit – seien Sie dabei! Für Ihre Fragen und Anregungen wird ein Mitglied der Seniorenvertretung Ehrenfeld anwesend sein. Der Treff findet einmal im Monat statt.
Wann?	**Jeden letzten Montag im Monat** **von 10:30 Uhr- 12:00 Uhr.**
Wo?	Bürgerzentrum Ehrenfeld e.V., Venloer Str. 429
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Meine Notizen:

Treff für türkische Senior*innen
„Ilk Nesil Aktif Nesil“
„Erste Generation Aktive Generation“

Beschreibung	Türkische Senior*innen treffen sich einmal im Monat und tauschen sich zu verschieden Themen aus. Das Programm ist vielfältig und findet in türkischer Sprache statt. Wichtige Informationen aus dem Bezirk Ehrenfeld werden in türkischer Sprache ermittelt. Teilnehmer*innen der ersten Generation erzählen ihre Erfahrungen, die sie damals als Gastarbeiter erlebt haben. Wir singen und haben gemeinsam Spaß. Bei Interesse bitte anmelden.
Wann?	**Jeden letzten Mittwoch im Monat** **von 11:00 Uhr- 13:00 Uhr.**
Wo?	Deutsches Rotes Kreuz Oskar-Jäger-Str.101- 103, 50825 Köln
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Meine Notizen:

Nordic-Walking

Beschreibung	Lust auf Bewegung? Senior*innen in Ehrenfeld treffen sich regelmäßig zum Nordic-Walking. Bei Bedarf können Sie Stöcke bei uns ausleihen. Anmeldung ist erforderlich.
Wann?	jeden Donnerstag Jeweils um 10:00 Uhr
Wo?	Abwechselnde Orte (Wird rechtzeitig bekanntgegeben)
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Meine Notizen:

Spaziergang durch Ehrenfeld und Bickendorf

Beschreibung	Wer gerne langsam spazieren geht, aber nur kurze Strecken schafft, schlendert am besten durch Ehrenfelds schöne Orte. Genießen Sie Ihren Spaziergang mit netten Unterhaltungen. Anschließend können Sie es gerne mit Kaffee und Waffeln verbinden, die regelmäßig dienstags von 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr im Ernst-Flatow- Haus in der Vogelsanger Straße 153 bzw. donnerstags im Cafe „Herzhäuschen“ in Bickendorf zubereitet werden. Haben Sie Lust auf einen geselligen Spaziergang in einer kleinen Runde? Dann rufen Sie mich an.
Wann?	**-Dienstags** ab 14 Uhr in **Ehrenfeld**. **-Donnerstags** ab 14 Uhr in **Bickendorf**
Wo?	Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Meine Notizen:

Gemeinsam spielen und stricken

Beschreibung	Genießen Sie es bei einer Tasse Kaffee mit anderen nette Gespräche zu führen und zusammen zu spielen. Sie dürfen sich aussuchen, ob Brettspiele, Kartenspiele oder Würfelspiele. Oder möchten Sie gerne Ihre kreativität rauslasssen und gemeinsam mit Handarbeitsbegeisterten sich austauschen. Sie können Ihre Stricksachen mitbringen. Material ist auch vorhanden. Kommen Sie vorbei. Bei Interesse, melden Sie sich bitte an.
Wann?	Die ersten drei Montage im Monat jeweils von 10:30- 12:00 Uhr.
Wo?	Ernst-Flatow-Haus Vogelsanger Straße 153 50823 Köln
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Meine Notizen:

Digital-Cafe

Beschreibung	Das Digital-Cafe findet in einer entspannten Atmosphäre statt. Nutzen Sie die Zeit für einen Austausch unter Gleichgesinnten und bekommen Sie neue Tipps im Umgang mit Ihrem Handy,Smartphone, Tablet ect.. Bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit. Wir versuchen Fragen und Probleme rund um das Thema gemeinsam mit Hilfe eines Experten zu lösen. Das Angebot ist kostenfrei. Haben Sie Fragen oder Interesse, dann melden Sie sich bitte an.
Wann?	Jeden dritten Montag im Monat von 15:00 bis 17:00 Uhr.
Wo?	Ernst-Flatow-Haus Vogelsanger Straße 153 50823 Köln
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Meine Notizen:

Ehrenfeld Ü-60 GOES DIGITAL

Beschreibung	Ein generationsübergreifender professioneller Smartphonekurs, um die Welt der neuen Medien zu entdecken. Die Rheinische Stiftung lädt ein zum aktiven Lernen im Austausch von Generation zu Generation. 10 Unterrichtseinheiten für insgesamt 20 Euro.
Wann?	Jeweils Mittwochs
Wo?	Rheinische Stiftung für Bildung Vogelsangerstraße 295 50825 Köln
Kontakt	Tel.: 0221/ 355 045-0

Meine Notizen:

Persönliche Sprechstunde

Beschreibung	Sprechstunde für Senior*innen, die etwas auf den Herzen haben oder sich einfach austauschen möchten.
Wann?	Montags – donnerstags von 09:00 Uhr bis 13:00 Uhr und nach Vereinbarung
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Ein Angebot für trauernde Menschen

Beschreibung	Hier können Sie weinen und lachen, schweigen und reden, neue Kontakte schließen, Kaffee und Kuchen genießen.
Wann?	Jeden letzten Montag im Monat von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr
Wo?	In der Auferstehungskirche in Bocklemünd-Mengenich Görlinger Zentrum 39
Kontakt	Ökumenischer Hospizdienst im Kölner Westen Frau Brigitta Lepke-Lehman,Tel.: 0221- 53 97 45 www.hospiz-koeln.west.de

Meine Notizen:

Seniorenberatungsstellen in Ehrenfeld

Beschreibung	Seniorenberater*innen helfen Ihnen dabei, dass Sie trotz Einschränkungen durch Alter, Krankheit oder Behinderung solange wie möglich in Ihrer eigenen Wohnung leben können. Die Seniorenberatung bietet Ihnen hierfür Informationen, Beratung, Hilfen bei Behördenangelegenheiten, Vermittlung ambulanter Hilfen und vieles mehr. Suchen Sie sich eine Beratungsstelle in Ihrer Wohnortsnähe und vereinbaren Sie einen Termin.
Deutsches Rotes Kreuz	Landmannstr. 34 50825 Köln Frau Anna Robbel / Frau Evelin Lieb Tel.: 0221 – 971 12 43
Caritas	Geisselstr. 1 50825 Köln Frau Mechthild Bläsius Tel.: 0221 – 569 578 12
Diakonie	Rochusstr. 214 50827 Köln Frau Stephanie Außem, Tel.: 0221 – 285 818 12 Frau Irina Drachenberg, Tel.: 0221 – 221 944 00

Meine Notizen:

Friedhofsmobil

Beschreibung	Das Kölner Friedhofsmobil begleitet mobil eingeschränkte Menschen zu Ihrem gewünschten Friedhof in Köln. Friedhöfe: Melaten, West, Jüdischer-Friedhof, Bocklemünd, Müngersdorf, Werden, Junkersdorf, Lövenich und Andere. Das Angebot ist kostenfrei.
Wann?	Dienstags und mittwochs
Kontakt	Senioren Servicedienste Köln e.V. Telefon: 0221/ 52 56 58

Mittagstisch fürs Veedel

Beschreibung	Mittagstisch fürs Veedel Günstig, gut & lecker – für 6,50 Euro
Wann?	Unter der Woche zwischen 12:00 und 15:00 Uhr
Wo?	Bürgerzentrum Ehrenfeld e.V., Venloer Str. 429
Kontakt	Keine Wartezeiten bei telefonischer Vorbestellung Tel.: 0221 / 16 8000 7012

Meine Notizen:

Cafe Credo

Beschreibung	Im Cafe Credo gibt es frische Waffeln oder leckeren Kuchen, Kaffee und kalte Getränke. Alle sind herzlich willkommen.
Wann?	Dienstags- und donnnerstags 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Wo?	Ernst-Flatow-Haus Vogelsanger Straße 153 50823 Köln
Kontakt	Ingrid Illmann Gemeindepädagogin Mobil:0151- 55 38 68 02 E-Mail: ingrid.illmann@ekir.de

Meine Notizen:

Führung durch die Zentralmoschee

Beschreibung	Das Moscheeforum bietet öffentliche Führungen an. Eintritt ist kostenfrei.
Wann?	Termine ohne Anmeldung sind mittwochs, freitags, samstags und sonntags jeweils 15:15 Uhr möglich
Wo?	Zentralmoschee Ehrenfeld Venloer Straße 160, 50823 Köln
Kontakt	E-Mail: besucherservice@ditib.de Tel.: 0221/ 50 800-525

Senior*innen-Kino

Beschreibung	Wir halten Sie auf Wunsch auf dem Laufenden zu aktuellen Filmen des Senior:innen-Kinos, welches das Kino „Odeon“ monatlich zu einem ermäßigten Preis für Senior:innen anbietet.
Wann?	Wird rechtzeitig bekanntgegeben.
Wo?	Wird rechtzeitig bekanntgegeben.
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Meine Notizen:

Museumsbesuche am KölnTag

Beschreibung	Jeweils am ersten Donnerstag im Monat (außer an Feiertagen) haben alle Bürgerinnen und Bürger mit Wohnsitz in Köln freien Eintritt in die Sonderausstellungen (neu ab Januar 2019!) und Ständigen Sammlungen der städtischen Museen. Als Eintrittskarte reicht der Personalausweis oder ein vergleichbares Dokument. Die Museen schließen am KölnTag erst um 22 Uhr. Am KölnTag gibt es ein umfangreiches Programm - gerade für Gäste, die selten ins Museum kommen.
Wann?	Jeden 1. Donnerstag im Monat
Wo?	Wird rechtzeitig durch die Kontaktpoerson bekanntgegeben.
Kontakt	Frau Yaylagül Gönen Deutsches Rotes Kreuz Koordinatorin des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld Mobil: 0175 - 11 79 561 E-Mail: seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de

Mitmachen! –
Sei Teil des SeniorenNetzwerks Ehrenfeld!

Das Netzwerk möchte sich weiter entwickeln, so dass wir noch weitere Aktivitäten für Ehrenfeld erarbeiten können.

Vielleicht haben Sie auch eine Idee und können sich vorstellen eine Gruppe ins Leben zu rufen?

Wenn Sie Interesse beim Mitmachen und Mitwirken einer Gruppe haben, dann melden Sie sich gerne bei mir!