

Geselligkeit:

„Netzwerk Frühstück“*

im Gruppenraum Carlswerk-Quartier der GAG
Caumannsstr. 21 / Ecke Alte Wipperfürther Straße

Einmal im Monat normal 1. Dienstag von 09:30 – 11:30
Einlass 09:15



Frühstücksbuffet in geselliger Runde

02. April	1. Dienstag im Monat
07. Mai	1. Dienstag im Monat
04. Juni	1. Dienstag im Monat

Kontakt: Herr Thiel Tel.: (o 17 2) 2 01 76 74

Selbstkostenpreis 4,00 €

**Wir danken unseren Kooperationspartnern für die
Nutzungsmöglichkeit ihrer Räume und danken für die gute
Zusammenarbeit!**

* in Kooperation mit der GAG

SeniorenNetzwerk Buchheim, c/o Carlswerk-Quartier der GAG
Caumannsstr. 21, / Eingang Alte Wipperfürther Straße 59,
51065 Köln – Buchheim

Für Druckfehler, Terminverschiebungen u. ä. kann nicht gehaftet werden.

www.seniorennetzwerke-koeln.de oder
<http://www.seniorennetzwerke-koeln.de/stadtteile/buchheim/>

SeniorenNetzwerk Buchheim im Deutschen Roten Kreuz



Netzwerk-Termine April - Juni 2024

Änderungen beachten!

Sprechzeiten:

im Gemeinschaftsraum des Carlswerkquartiers der GAG,
Caumannsstr. 21 / Alte Wipperfürther Straße, 51065 Köln - Buchheim
Sprechstunde nach Vereinbarung Tel. 63 46 43

Gesundheit und Bewegungen

Spazierengehen

**Jeden 3. Mittwoch im Monat um 13 Uhr, Treffpunkt:
unter der Platane**

Ecke Frankfurter Str. und Guilleumestraße



Vor Ort wird besprochen, wohin es geht.

- | | |
|---------------------|---|
| Mi 17. April | Je nach Witterung
anschließend Einkehr |
| Mi 15. Mai | Je nach Witterung
anschließend Einkehr , |
| Mi 19. Juni | Je nach Witterung
anschließend Einkehr |

Kontakt: Herr Thiel Tel.: (o 17 2) 2 01 76 74

In eigener Sache des Seniorennetzwerks Buchheim:

Da alle Ehrenamtler, die sich im Seniorennetzwerk engagieren schon Ende siebzig sind, einige schon die achtzig erreicht haben, suchen wir dringend jüngere interessierte Mitarbeiter. Sie sollten nicht älter als fünfundsiebzig Jahre alt sein.

Kontakt: Tel.: 63 46 43

Sie melden sich? Wir würden uns freuen!

Kultur

Literaturkreis* *Krimis, Romane, Erzählungen, ...*

Achtung! Termin geändert!



am 2. Dienstag im Monat 10.00-11.30 Uhr:

*im Gruppenraum Carlswerk-Quartier der GAG
Caumannsstr. 21 Ecke Alte Wipperfürther Straße*

- | | | |
|------------------|-------------------------------------|----------------------|
| 09. April | „Das späte Leben“ | von Bernhard Schlink |
| 14. Mai | „Offene See“ | von Benjamin Myers |
| 11. Juni | „Ein Hof und 11 Geschwister“ | von E. Frie |

Kontakt: Frau Basch - Rakowski Tel. 63 46 43

Herrn Engelhardt Tel. 89 45 60

**SeniorenKino im Filmpalst, Hohenzollernring 22 - 24
jeden Monat am 1. Mittwoch um 14:30 und 15:30 Uhr,**

Eintritt: € 7,- Einlass 1 Stunde vor Beginn, mit Kaffee / Kuchen

Treffpunkt Kino – Rabattgutschein in KölnerLeben

- | | | |
|-----------------|---|-----------------------------|
| 3. April | „Weißt du noch?“ | – Komödie Kino 1 und Kino 2 |
| 8. Mai | „Die Rumba - Therapie.“ | - Komödie |
| 5. Juni | „Die unwahrscheinliche Pilgerreise des H. Fry“ | |

<https://www.cineplex.de/filmreihe/senioren-kino/2130/koeln/>

**SeniorenKino im Odeon, Severinstraße 81
jeden Monat am 2. Mittwoch um 14.30 Uhr, Eintritt € 6,-**

- | | |
|------------------|---|
| 10. April | „Andrea lässt sich scheiden“ |
| 8. Mai | <i>Titel steht noch nicht fest</i> |
| 12. Juni | <i>Titel steht noch nicht fest</i> |

<https://www.odeon-koeln.de/inhalt/vorschau>

*Treffpunkt: Haltestelle Linie 3, 13:30 Buchheim, Frankfurter
Straße oder im Kino*

*Näheres, wie Filmtitel, Handlung, Preise und Änderungen erfahren Sie
über unsere Aushänge im Netzwerk oder über die Presse, z.B. Kölner
Leben.*

Wissenswertes:

Deutsch als Fremdsprache

Wird zurzeit nicht angeboten. *ehrenamtliche Mitarbeiter*innen gesucht*

Info: B. Rasch – Rakowski



Englisch für Senioren - ehrenamtliche Mitarbeiter*innen gesucht

Englisch, verschiedene Level: --

Info: B. Basch – Rakowski

Dienstag, den 02. April – 15:30 Uhr – Osterklaaf

Die Seniorenvertretung im Stadtbezirk Mülheim lädt ein, einen entspannten Nachmittag mit netten Gesprächen bei Kaffee und Kuchen zu verbringen.

Teilnahme kostenlos.

Info: (02 21) 2 21 – 9 93 07 (Mo 10 – 12 Uhr).

„Le Bufett“ im Bezirksrathaus Mülheim, Wiener Platz 2A.

Samstag, 27. April 9– 17:30 Uhr Aktionstag für Senioren

„Unterwegs im Alter – aber sicher“

Straßenbahnmuseum Thielenbruch – Eintritt frei.

www.stadt-koeln.de/aktionstag-senior-innen

Donnerstag, den 23.5. 10:00 Uhr–Sicher unterwegs 60+

Bezirksrathaus Porz, Friedrich – Ebert - Ufer 64 – 70

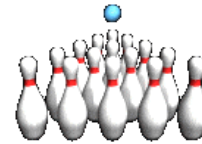
Kostenfrei Info: (02 21) 2 21 – 2 59 90 – VHS

Alles aus KölnerLeben Frühjahr 2024

Geselligkeit

Kegelgruppen

vorherige Anmeldung erforderlich!



Gruppe: ? – ? Uhr

Gemischte (?) Gruppe alle vier Wochen.

Wer eine Kegelgruppe **organisieren** möchte kann sich bei mir melden:

E – Mail: guenter.proehl@t-online.de

Ganzheitliches Gedächtnstraining*

Das Gehirn mit seinen grauen Zellen soll sich bewegen und „wachturmen“, damit es wieder in Fahrt kommt und beweglicher wird.

Jeden Montag 10:00 – 11:30 Uhr

Auskunft Frau Buschmann, Telefon siehe Anmeldung

Leitung: Frau Grill

Teilnehmergebühr zum Selbstkostenpreis

Anmeldung: Marga Buschmann Tel. 69 49 71



Rechts der Eingang Alte Wipperfürther Straße 59 zum GAG –
Gemeinschaftsraum Behindertengerechter Eingang Caumannsstraße 21

Geselligkeit

Gemütlicher Klönkaffee



Achtung Termin geändert!

Normalerweise jeden **3. Dienstag** im Monat ab 14:30 Uhr statt:
(Einlass 14:15 Uhr)

16. April
21. Mai
18. Juni

im Gruppenraum Carlswerk-Quartier der GAG
Caumannsstr. 21 / Alte Wipperfürther Straße

Anmeldung mindestens 2 Tage vorher.

Wer **Kuchen spenden möchte**, bitte auch **zwei Tage vorher** Herrn
Werner Thiel, Tel.: (o 17 2) 2 01 76 74 informieren.