

## Termine im Monat August 2024

Koordination: Hartmut Emme

Festnetz: 0221 – 160 38 50

Mobil: +49 176 23279917

E-Mail: [hartmut.emme@diakonie-koeln.de](mailto:hartmut.emme@diakonie-koeln.de)

### Regelmäßige Termine

- **Digital-Sprechstunde**, donnerstags von 9.00 – 11.00 Uhr, Ev. Gemeindezentrum, Hackenbroicher Str. 59-61. Für den Erstkontakt melden Sie sich über Petra Kittlaus, Tel.: 0151 – 190 109 98 oder [kittlauspetra@web.de](mailto:kittlauspetra@web.de) .
- **Heiteres Gedächtnistraining**, montags von 14.00 – 15.30 Uhr im Ev. Gemeindezentrum, Hackenbroicher Str. 59-61, Erstkontakt über den Koordinator Hartmut Emme, Tel.: 0176 – 23 27 99 17, gern auch über WhatsApp oder Signal.
- **Boulegruppe**, freitags um 16.00 Uhr am Bouleplatz an der Bolligstraße, Erstkontakt über Ursula Tischmeyer, Tel.: 0179 - 2448085, gern auch über WhatsApp.
- **Cinema Worringen** pausiert im August
- **Ausfahrten mit der Fahrrad-Rikscha**, von Samstag bis Dienstag können sich Senior:innen durch Worringen und Umgebung chauffieren lassen. Zu Beginn jeder Fahrt wird die Route besprochen, eventuelle Zwischenstopps, Überraschungen und kleine Einlagen sind möglich, Fahrten ins Blaue, ins Grüne, auf den Friedhof, ins Eiscafé oder andere geliebte Orte. Wichtig zu wissen: Die Rikscha-Fahrten sind immer

gratis, Sie werden für die Fahrt immer abgeholt, eine Fahrt dauert gewöhnlich 1 - 1,5 Stunden, bis zu zwei Personen können mitfahren, gern auch ein Familienmitglied, unsere Worringer Rikscha-Fahrerinnen und -Fahrer sind gut geschult. Sie fahren ehrenamtlich und freuen sich auf Sie. Buchungen von 10.00 bis 18.00 Uhr über Tel.: 0221 – 84631500 – Empfang vom Elisabeth von Thüringen Haus.

## Weitere Termine im August 2024:

Am Donnerstag, den 1. August:

**Netzwerk-Stammtisch** ab 18.30 Uhr im Heinrich Bebber Haus, St.-Tönnis-Str.65, 50769 Köln, Anmeldung ist nicht nötig, es steht eine Getränkeauswahl zum Selbstkostenpreis zur Verfügung, Heißgetränke können vor Ort zubereitet werden und eigene Getränke und Knabbersachen können mitgebracht werden, Kontaktperson: Brigitte Frohn Rockenbach, Tel.: 0178 - 6702644

Am Montag, den 12. August:

**Frühstückstreff**, 9.30 – 11.30 Uhr im Ev. Gemeindezentrum, Hackenbroicher Str. 59-61, Anmeldung ist nicht nötig, bei einem Buffet-Frühstück besprechen wir in gemütlicher Atmosphäre Freizeitangebote und Initiativen für ein seniorenfreundliches Worringen, herzlich willkommen! Es wird ein Unkostenbeitrag von 5,- € erhoben.

Am Donnerstag, den 15. August:

**Lieblingsspielenachmittag**, von 16.00 – 17.30 Uhr: Bringt Euer liebstes Gesellschaftsspiel mit und trifft auf andere Spielbegeisterte und deren Lieblingsspiele. Das Angebot findet in Kooperation mit der KÖB St. Pankratius, St. Tönnis-Straße 33, 50769 Köln - Worringen statt. Kontaktpersonen sind (1) für das Seniorennetzwerk: Petra Decker, Tel.: 0178 - 970 11 86 und (2) für die KÖB: Monika Zimmermann, E-Mail: [koeb.pankratius.ikn@erzbistum-koeln.de](mailto:koeb.pankratius.ikn@erzbistum-koeln.de).

Am Montag, den 19. August:

**Fahrradgruppe**, die Uhrzeit steht noch nicht fest, aber der Startpunkt: Das Vereinshaus in Worringen, St.- Tönnis – Straße 68. Interessenten melden sich gern bei Hartmut Emme, Tel.: 0176 - 23 27 99 17, gern auch über WhatsApp oder Signal.

Am Donnerstag, den 22. August:

**Wandern weiter weg** (10 bis 14 km), Treffpunkt um 10.00 Uhr beim Parkplatz S-Bahn Worringen jeden 3. Donnerstag, für den Erstkontakt melden Sie sich über Hartmut Emme an, Tel.: 0176 - 23 27 99 17, gern auch über WhatsApp oder Signal.

Am Montag, den 26. August:

**Planungstreffen für neue Aktivitäten im Netzwerk**, Ev. Gemeindezentrum, Hackenbroicher Str. 59, 50769 Köln von 10.00 – 12.00 Uhr.  
Melden Sie sich gern im Vorfeld bei Hartmut Emme an, Tel.: 0176 - 23 27 99 17, gern auch über WhatsApp oder Signal

Am Donnerstag, den 29. August:

**Gemeinsam Singen macht Spaß** mit Akkordeonbegleitung durch Johanna Otten, Elisabeth von Thüringen Haus, Sankt-Tönnis-Straße 63a, 50769 Köln von 15.00 – 16.00 Uhr, Anmeldung ist nicht nötig.

## Weitere Veranstaltungen in Worringen

### Angebot der Evangelischen Hoffnungsgemeinde

- Jeden 2. Mittwoch im Monat von 14.30 bis 16.30 Uhr Frauentreff im Ev. Gemeindezentrum Worringen, Hackenbroicher Straße 59, Kontakt: Dorothee Agena, Tel. 0157 - 36793125.
- Jeden 3. Mittwoch im Monat ab 18 Uhr „Wir Frauen um die 60 und älter“: Wir sind zu jung, um alt zu sein und zu alt, um jung zu sein. Wir haben viel Spaß, egal ob bei einem gemütlichen Plausch, Eis essen gehen, mal Frühstücken gehen oder im Garten chillen, Kontakt: Ingrid Dick, Tel.: 0221 - 782648

### Angebote im St.-Tönnis-Haus

- An jedem Dienstag ab 14.00 Uhr: Gesellige Runde mit Kaffee und Kuchen oder Brötchen mit Wurst- und Käseplatte, Kontakt über Christel Heil, Tel.: 0221 – 783570
- An jedem 2. Mittwoch im Monat, 9.00 Uhr: Cafè Muckefuck, Kontakt über Claudia Büchel, Tel.: 0221 – 782600 oder 0151 – 651 23 607.
- An jedem 1. Mittwoch im Monat, 15-18 Uhr: Treffpunkt Jedermann - Generationsübergreifender Treff, Ansprechpartnerinnen: Elisabeth Bally und Hannelore Fischbock, Veranstalter ist das Familienzentrum Sankt Pankratius Am Worringer Bruch.

### Angebote der Sportgemeinschaft Worringen

- Für Vereinsmitglieder wöchentliche Kurse in Seniorenfitness: dienstags, 9.00-10.00 Uhr und Donnerstag, 10.05 – 11.05 Uhr.

- Mit ärztlicher Verordnung wöchentlich viele Angebote im Rehabilitationssport in den Bereichen: Herzsport, Sport bei orthopädischen Erkrankungen, Sport in der Krebsnachsorge und Lungensport.
- Jeden zweiten Sonntag im Monat trifft sich die Wandergruppe der Sportgemeinschaft Worringen um 10.30 Uhr am Erdweg 1 zu einer kleinen Rundtour mit anschließender Einkehr. Alle Touren sind so ausgelegt, dass auch Senior\*innen mit Rollator teilnehmen können. Kontakt: Erich Arendt, Tel.: 0176 – 35 87 16 14 oder [arendter@gmail.com](mailto:arendter@gmail.com) , um Anmeldung im Vorfeld wird gebeten, Gäste sind immer willkommen!

#### **Angebot des AWO-Ortsvereins**

- Jeden Mittwoch von 14.00 – 16.00 Uhr treffen sich die AWO-Senior:innen im Heinrich-Bebber- Haus, St.-Tönnis-Straße 65, 50769 Köln-Worringen

#### **Angebot vom Bürgerbüro**

- Jeweils am 4. Samstag im Monat von 14.00 - 16.00 Uhr gibt es ein Repair-Café für kleine Geräte in den Räumlichkeiten des Heinrich-Brebber-Hauses der AWO, Kontakt über Hans-Bernd Nolden, Tel.: 0172 – 7302033 oder E-Mail: [hbn333@aol.com](mailto:hbn333@aol.com)

#### **Angebot Physiotherapie Schwarz**

- Jeweils donnerstags Senioren-Qigong von 10.45 – 11.30 Uhr im Ev. Gemeindezentrum statt, Kosten für fünf x 45 Minuten: 40,- €. Fragen oder Anmeldungen unter [jaminschwarz1986@gmail.com](mailto:jaminschwarz1986@gmail.com) oder 0177 – 52 100 54

\*\*\*

**Sprechstunde von Hartmut Emme im SeniorenNetzwerk Worringen:** Nach Vereinbarung über Tel.: 0176 - 23 27 99 17.

**Aktuelle Informationen** zum SeniorenNetzwerk Worringen im Internet über **SCAN:**

