

### Was es im SeniorenNetzwerk Bayenthal gibt

#### ➤ Politischer Gesprächskreis

In überschaubarer Runde aktuelle Alltags- und politische Themen diskutieren, Meinungen austauschen und neue Erkenntnisse gewinnen.

**Ort:** Bonner Str. 288c, AWO-Raum (im Untergeschoß)

**Termin:** jeden 1. Montag im Monat, 10.00 – 12.00 Uhr.

Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung ist notwendig.  
Ansprechpartnerin ist Frau Gobelius, ☎ 16 85 00 10.

#### ➤ Gymnastik 60plus

Mobilisation / Kräftigung / Entspannung: Mit einem sanften Bewegungsprogramm die Beweglichkeit und das Wohlbefinden steigern.

**Ort:** In den Räumen von Tajet Garden, Alteburger Str. 250, 50968 Köln-Bayenthal

**Termin:** jeden Donnerstag, 11.15 – 12.15 Uhr.

Für dieses Angebot gibt es keine Plätze mehr. Sie können sich auf eine Interessensliste setzen lassen. Weitere Infos: SeniorenNetzwerk, ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter).

#### ➤ Yoga 60+

Körper-, Atem- und Entspannungsübungen kräftigen auf sanfte Weise und helfen, die Beweglichkeit und die Vitalität zu erhalten und zu steigern.

Yoga-Lehrerin ist Frau Kerstin Zaunbrecher.

**Termin:** jeden Freitag 11.30 – 12.30 Uhr

**Ort:** "Martin-Luther-Haus", Mehlemer Str. 27, 1.Etage, 50968 Köln-Bayenthal

**Kosten:** 10,00 € / pro Termin

Wenn Sie Interesse haben, daran teilzunehmen melden Sie sich bitte unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail unter [SNW-Bayenthal@web.de](mailto:SNW-Bayenthal@web.de).

#### ➤ "Wer erklärt mir mein Handy?"

Ein Gemeinschaftsprojekt der SeniorenNetzwerke Raderberg und Bayenthal

Schülerinnen und Schüler helfen Seniorinnen und Senioren bei allen Fragen zum Handy, Tablet und Smartphone. Mit Geduld, Kompetenz und Spaß erklären Ihnen Jugendliche, wie man den digitalen Impfpass nutzen kann, Bilder per WhatsApp verschickt, mit Videotelefonie per Skype und Zoom umgeht oder einfach die ersten Schritte mit dem neuen Smartphone lernt. Wir treffen uns jeden ersten Montag im Monat von 16.30 – 18.00 Uhr in Raderberg, Rheinstraße 4. Dann steht nur für Sie eine halbe Stunde lang ein Jugendlicher bereit, Ihre Fragen zu beantworten.

Wenn Sie Interesse an der Veranstaltung haben wenden Sie sich bitte an Frau Wagner, ☎ 0163 16 13 565. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist notwendig und wenn ein Termin nicht reicht – dann kommen Sie eben noch einmal.

### ➤ **Laptop / Handy - Sprechstunde:**

Ein Angebot für alle Interessierten bei Fragen rund um Ihr Laptop / Handy - Volker Christ.

Wenn Ihr Laptop oder Handy nicht so will, wie Sie wollen, ist die Sprechstunde das Richtige für Sie. Damit wir Zeit für Sie haben, ist eine Anmeldung notwendig.

**Ort:** c/o Jugendzentrum Rheinsteinst, Offene Tür in Raderberg, Rheinsteinstr. 4, 2. OG

Das Angebot ist kostenlos. Sie können sich unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail an [SNW-Bayenthal@web.de](mailto:SNW-Bayenthal@web.de) anmelden.

### ➤ **PC-Onlinehilfe**

Mit einem Laptop können Sie in die Sprechstunde gehen, mit Ihrem PC nicht. Hilfe am Telefon geht zwar, aber wesentlich besser kann man jemandem helfen, wenn man den Bildschirm vor Augen hat und selber eingreifen kann.

Viele, aber nicht alle Probleme sind „Online“ lösbar. In Windows 10 gibt es dafür die „Remotehilfe“. Wie geht das?

Wir nehmen telefonisch Kontakt mit Ihnen auf und bleiben die ganze Zeit mit Ihnen über das Telefon in Verbindung. Parallel dazu bauen wir zwischen Ihrem und unserem Computer über das Internet eine Verbindung auf. Dann können wir Ihren Computer sehen und bedienen.

Sie können alle Schritte verfolgen und jederzeit eingreifen. Haben wir Ihr Problem - hoffentlich - gelöst, wird die Verbindung beendet.

Alle weiteren Fragen klären wir am besten telefonisch.

Das Angebot ist kostenlos. Eine Anmeldung unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail an [SNW-Bayenthal@web.de](mailto:SNW-Bayenthal@web.de) ist notwendig.

## **Hier könnte Ihr Angebot stehen!**

Vielleicht suchen Sie Gleichgesinnte für eine Skatrunde, eine Wandergruppe, einen gemeinsamen Frühstückstreff, einen Literaturkreis ... oder....

Wenn Sie Interesse haben, sich in Ihrem Stadtteil zu engagieren, können wir Ihnen dabei helfen!

Bitte rufen Sie uns an (☎ 37 93 17 65, bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder schreiben Sie eine Mail an [SNW-Bayenthal@web.de](mailto:SNW-Bayenthal@web.de) .

## Was es sonst noch gibt in und rund um Bayenthal

Bitte beachten Sie: Die weiteren Angebote werden nicht vom SeniorenNetzwerk Bayenthal veranstaltet. Bitte erkundigen Sie sich bei dem Veranstalter über Einzelheiten (z.B. Anmeldung, Bezahlung, freie Plätze usw.)

- **„Familienkonzert zum Advent“** am 01. Dezember 2024, 16:00 Uhr in der Erzengel-Michael-Kirche, Pfarrer-te-Reh Str. 7, 50999 Köln mit der Musikschule Nadja Schubert.  
Der Eintritt ist frei. Um Spenden wird gebeten.
- **„Adventsmarkt der Philippusgemeinde Raderthal“** am 1. Dezember von 11:00 - 17:00 Uhr in der Albert-Schweitzer-Straße 3-5, 50968 Köln-Raderthal!  
Freut euch auf kreative Stände, einen bunten Spielzeugflohmarkt, ein köstliches Kuchenbuffet, heiße Suppe, Fleischkäsebrötchen, Glühwein und Punsch.
- **„Mer fiere Weihnacht in Zollstock op Kölsche Art“** am 1. Dezember ab 15.00 Uhr im Pfarrsaal St. Pius, Irmgardstraße 13  
Herzlich laden wir Sie wieder zu unserer traditionellen vorweihnachtlichen Veranstaltung am 1. Adventssonntag in den Pfarrsaal St. Pius ein. Stimmen Sie sich mit uns mal besinnlich und mal löstig, mal mit Red und mal mit Leed mit unterschiedlichsten Künstlern auf die bevorstehende Adventszeit ein.  
Für Ihr leibliches Wohl ist wie gewohnt mit Herzhaftem und Süßem sowie mit Kaffee, Kölsch oder Sekt gesorgt.  
Kostenbeitrag: 16,00 € (Kinder bis 12 Jahren in Begleitung zweier Erwachsener frei)  
Einlass: 14:00 Uhr, Beginn: 15:00 Uhr
- **Seniorenkino im Cineplex** am 04. Dezember um 14.30 Uhr und um 15.30 Uhr, Hohenzollernring 22, 50672 Köln.

Film: „Perfekte Weihnachten“, Eintritt 7€



Weihnachten ist die schönste Zeit des Jahres - zumindest im Haus der Barands! Für den familiär veranlagten Vincent können die besinnlichen Festlichkeiten gar nicht fürstlich genug gefeiert werden. Umso größer ist die Enttäuschung, als seine Kinder ihren Festtagsbesuch der Reihe nach absagen. Während seine Frau Beatrice den Truthahn kurzerhand zurück ins Eisfach verbannt, bleibt Vincent stur. Vom Weihnachts-Gottesdienst zur Nächstenliebe inspiriert, macht er sich auf die Suche nach einem Gast - und wird fündig in einem der lokalen Altersheime. Die Seniorinnen Monique und Jeanne, beide jenseits der 80 und nicht auf den Mund gefallen, nehmen die Einladung dankend an und während Vincent auf aufkommende Weihnachtsstimmung pocht, ist Beatrice

weniger begeistert. Denn die beiden Rentnerinnen sind rüstiger als erwartet - und machen es sich im Haus der Barands schnell ein bisschen zu gemütlich...

- **Seniorenkino im Odeon**, Severinstraße 81, 50678 Köln mit zwei interessanten Angeboten:
  - Am Sonntag, den 08.12. um 11:30 Uhr zeigt die "Kölsche Filmmatinée" im Odeon-Kino  
Divertissementchen 2024: Zillche en Jefahr.

Die Bühnenspielgemeinschaft Cäcilia Wolkenburg feierte letztes Jahr ihr 150-jähriges Jubiläum mit einer bunten Reise quer durch die Geschichte des Divertissementchen. Die schönsten Ballette, imposantesten Chöre, anrührende Soli und lustige Szenen aus 150 Jahren werden analysiert und präsentiert.

Eintritt 10,- € / ermäßigt 8 €.

- Am 11. Dezember um 14.30 Uhr wird im Odeon der Film „Toni und Helene (80 Plus)“ gezeigt.

Helene ist längst mehr als 80 Jahre alt. Ihre goldene Zeit als Theaterschauspielerin liegt längst hinter ihr. Heute fristet sie ihres Daseins in einem Seniorenheim. Außerdem ist sie unheilbar krank und weiß, dass ihr Leben dem Ende zugeht. Also beschließt sie, den Schlusstrich selbst zu ziehen, solange sie noch kann. Passieren soll das in einer sogenannten Sterbeklinik in der Schweiz. Doch auf die Fahrdienste ihres Neffen kann sie nicht zählen. Dafür findet Helene mit Toni eine unerwartete Verbündete. Zusammen begeben sie sich auf die Reise in die Schweiz...

Eintritt 7€. Karten gibt es täglich ab 16 Uhr unter 0221 31 31 10 oder an der Kino-Kasse.



- **Adventskonzert in der Melanchthonkirche** am 08.12.2024, 17:00, Breniger Straße 18, 50969 Köln

Musik und Lieder zum Zuhören und Mitsingen erklingen am Sonntag, 8. Dezember, 17 Uhr, in der Melanchthonkirche, Breniger Straße 18. Mitwirkende sind verschiedene Solistinnen und Solisten, Chöre und Gruppen der Kirchenmusik der Evangelischen Kirchengemeinde Köln-Zollstock. Der Eintritt ist frei.  
[www.melanchthonkirche.de](http://www.melanchthonkirche.de)

- **Konzert in der Basilika St. Aposteln Köln** am 08. 12.24, 20.15 Uhr

Am Sonntag, den 08.12.24 findet in der Basilika St. Aposteln, Neumarkt 30, 50667 Köln ein Konzert des Barockensembles des Neuen Rheinischen Kammerorchesters Köln statt.

Es spielen Tatjana Vorobjova (Cembalo), Albert Rundel (Violine), Marika Apro-Klos (Violine), Chiho Takata (Viola), Gerhard Anders (Violoncello) und Thomas Falke (Kontrabass):

Werke von Michel-Richard Delalande, Tomaso Albinoni, Georg Friedrich Händel, Georg Friedrich Telemann, Wolfgang Amadeus Mozart, Francesco Manfredini

Eintrittspreise: 15,- € / ermäßigt 10,- €.

Karten gibt es vor der Veranstaltung an der Kasse im Eingang oder im Vorverkauf:

☎ 02232-23259, ✉ [nrko-anders@t-online.de](mailto:nrko-anders@t-online.de)

Mehr Infos unter <https://www.neues-rheinisches-kammerorchester.de/eigene-konzerte/>

- **Adventskonzert mit dem Konzertchor Köln e.V.** am 13.12.2024 19:00 Uhr in der Erzengel-Michael-Kirche, Erzengel-Michael-Kirche der Diakonie Michaelshoven, Pfarrer-te-Reh-Straße 7, 50999 Köln.

Die Sängerinnen und Sänger haben es sich zur Aufgabe gemacht, geistliche und weltliche Chorwerke von Komponisten der älteren und jüngeren Vergangenheit bis hin zur Gegenwart auf künstlerisch und stilistisch hohem Niveau zur Aufführung zu bringen. Der Chor erfreut sich so großer Beliebtheit, dass er regelmäßig zu Gast ist in der Kölner Philharmonie und in der Trinitatiskirche Köln.

Das genaue Repertoire für das Adventskonzert in der Erzengel-Michael-Kirche steht noch nicht fest, wir versprechen aber schon jetzt festliche Klassik auf höchstem Niveau.

Der Eintritt ist frei

- **Weihnachtsmarkt** am Samstag, den 14. Dezember von 12 bis 19 Uhr im Hof von St. Mariä Empfängnis, Raderberger Str. 199, 50968 Köln

Genießt ein paar Stunden mit Glühwein & Punsch, netten Gesprächen und einem kleinen aber feinen Programm und Ständen mit Schönerm aus dem Veedel! Natürlich gibt es auch Kaffee & Kuchen im Pfarrsaal für alle, denen es draußen zu frisch sein sollte, oder die nicht so lange stehen möchten.

Veranstalter ist der Bürgerverein RADERBERG und -THAL e.V.



- **Weihnachtsbaumverkauf** am 14.12.2024, 10–17 Uhr in Finkens Garten, Friedrich-Ebert-Straße 49, 50996 Köln

Einen Weihnachtsbaum kaufen und dabei Gutes tun.

Im Finkens Garten einen Weihnachtsbaum aussuchen und mit warmen Getränken und leckeren Speisen den Park erkunden. Der Erlös ist für den Verein der Freunde und Förderer des Naturerlebnisparks und die Kölner Frauenhäuser bestimmt.

Eintritt frei. Ohne Anmeldung.

Info: 0221 / 285 73 64

- **Konzert im Kammermusiksaal des Deutschlandfunks** am 17.12.2024, 20.00 Uhr, Raderberggürtel 40, 50968 Köln.

Es spielen Mario Bruno (Querflöte) und Madoka Ueno (Klavier).

Eine Konzerteinführung beginnt um 18.45 Uhr im Foyer des Deutschlandfunks.

Ticketverkauf über KölnTicket oder ☎ 221 2801 (15,- € Normalpreis, 12,- € ermäßigt zzgl. Vorverkaufsgebühr)

Mehr Infos unter <https://www.deutschlandfunk.de/raderbergkonzerte2425-100.html>

- **Seniorentreff im Klön Café** am 18. Dezember von 14.30 – 16.30 Uhr im „Rosa Haus“, Matthiaskirchplatz 7, Bayenthal.  
Wir treffen uns an jedem letzten Mittwoch im Monat und bieten: anregende Gespräche, Gesellschaftsspiele, Gedächtnistraining, Singen, interessante Vorträge, Beweglichkeitsübungen, Besichtigungen, kreative Anregungen, Ausflüge in die nähere Umgebung. Natürlich gibt es auch Getränke und selbst gebackenen Kuchen.  
Um Anmeldung wird gebeten bei Sonja Nikodem / Martina Wingenfeld ☎ 39 89 23 20.
- **Kölsch im Radio**, Klaaf un Tratsch op kölsche Aat am 24.12.2024, 20.30 Uhr  
Aus dem Studio "Bild und Ton Colonia e.V." über Radio Köln auf UKW 107.1 meldet sich Katharina Petzoldt mit Klaaf un Tratsch op kölsche Aat.  
Radio Köln auf UKW 107.1
- **Fitness 60plus im SeniorenNetzwerk Raderberg** jeden Mittwoch 17.30-18.30 Uhr im Pfarrsaal St. Mariä Empfängnis, Raderberger Str. 205.  
Mit Freude an der Bewegung, mit und ohne Musik. Wechselnde Schwerpunkte sind wirbelsäulenschonende Gymnastik, gelenkschonendes Muskelaufbautraining, leichtes Herz- Kreislauf-Training, Entspannungsübungen.  
Kosten: 5,- Euro pro Termin, Übungsleiter: Christoph Friedrich  
Anmeldung und Infos: SeniorenNetzwerk Raderberg, Tel. 0163-161 35 65.

**Noch mehr Veranstaltungen finden Sie unter...**

<https://koelner-stadteilliebe.de/veranstaltungen-events/monat/2024-12/>

### Impressum

SeniorenNetzwerk Bayenthal, Netzwerkteam

☎ 0221 – 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter)

✉ [SNW-Bayenthal@web.de](mailto:SNW-Bayenthal@web.de)

[www.seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de)