

# Veedelsbrief

## SeniorenNetzwerk Sülz-Klettenberg

mit den aktuellen Terminen für den Monat März 2025

### Computerkreis

#### **Moderation: Andreas Engel**

In einer Gruppe von 6-12 Leuten werden Grundlagenkenntnisse über die Bedienung von Windows PCs und Laptops vermittelt. Ein weiterer Schwerpunkt ist der Umgang mit auf Android oder IOS basierenden Smartphones oder Tablets.

Zusammen mit den Teilnehmenden werden Probleme mit PC, Laptop oder Smartphone/Tablet diskutiert und ein Lösungsweg wird erarbeitet. Es sind zunächst 10 Termine mit einer Dauer von je 1 ½ Stunden geplant. Die Gruppe trifft sich jeden **2. + 4. Freitag** im Monat von **10 – 11:30 Uhr** in der Palanterstr. 13, 50937 Köln-Sülz.

**Starttermin:** Freitag, den 28.03.2025

**Weitere Infos und Anmeldung:** Andreas Engel, 0177-2066863,  
engel.andreas@koeln.de

---

### Die Kölner Haushaltsmisere – was lässt sich dagegen tun?

*Ein Blick auf den Kommunalhaushalt mit Jörg Detjen*

Am **Freitag, 14. März**, um **15 Uhr**, im Raum der SeniorenNetzwerke, **Palanterstr. 13**, Ecke Redwitzstraße.

Die Stadt Köln pfeift finanziell aus dem letzten Loch. Auf der Suche nach Geld plündert die Stadtverwaltung jetzt die Girokonten, die die Schulen etwa durch weniger Energieverbrauch angespart hatten. Fraueninitiativen und der Hilfe für Geflüchtete werden die relativ bescheidenen Mittel gestrichen. Auf der anderen Seite hat sich die Stadt in kostspielige Großprojekte verstrickt – oder ist noch dabei es zu tun – erwähnt sei nur die Opernhaussanierung oder der Ost-West-Tunnelbau. Wie steht es jetzt um den Kommunalhaushalt? Welche Möglichkeiten hat die Stadt, die Grundversorgung in der Daseinsvorsorge sicherzustellen und bürgerschaftliche Initiativen im Kultur- und Sozialbereich zu fördern?

Welche Möglichkeiten hat die Stadt, mehr Einnahmen zu erzielen?

Darüber wollen wir sprechen mit Jörg Detjen, Mitglied des Kölner Rats für die Linksfraktion und Haushaltsexperte. (*ohne Anmeldung*)

---

### Karnevalistisches Sonntagsfrühstück für Jung und Alt

Jeden **1. Sonntag im Monat** von **9:30 – 11:30 Uhr** laden wir herzlich ein zum Sonntagsfrühstück für Jung und Alt. Um Kaffee, Tee, Brötchen und Butter kümmern wir uns. Wir freuen uns, wenn etwas zum Belegen oder Sonstiges fürs Frühstück mitgebracht wird.

**Termine:** 02.03.2025

**Ort:** Palanterstraße 13, 50937 Köln

**Nur mit vorheriger Anmeldung:** B. Bermüller: 0221-442631 oder A. M. Lehmann: 0157-79261065

---

# Veedelsbrief

## SeniorenNetzwerk Sülz-Klettenberg

mit den aktuellen Terminen für den Monat März 2025

### Boule-Gruppe im Beethovenpark

Die Boule-Gruppe trifft sich jeden **Montag um 10.30 Uhr** zum gemeinsamen Spiel. Es wird wie üblich auf dem Schotterplatz im Beethovenpark, dem „**Sülzer Balkon**“ gespielt (Eingang Neuenhöfer Allee / Platz der Kinderrechte).

---

### Smartphone- und Tablet-Treff

An jedem **2. und 4. Montag, im Monat von 14:00 bis 15:30 Uhr** findet im Internationalen Caritas-Zentrum, Zülpicher Straße 273b der offene Treff statt. Dort wird eine digitale Anwendung / App vorgestellt und im Anschluss individuelle Fragen geklärt.

**Anmeldung:** ICZ: 0221-84641320, Email: [icz@caritas-koeln.de](mailto:icz@caritas-koeln.de)

---

### kreARTiv – Kurs

Der Kurs zum Gestalten mit verschiedenen Materialien wie z.B. Papier, Draht, Holz, Stoffe, Beton, Farben und Stiften trifft sich im **März am Montag, den 10.03. + 17.03.2025 von 14:00- 16:00 Uhr** in den Räumen des Pfarrbüros St. Nikolaus, Nikolausplatz 17.

Aktuelles Thema: "**mit acryl-malerei in die 3. dimension**".

...außer Spaß am gemeinsamen Schaffen sollen Teilnehmer\*innen, wenn möglich, folgende Sachen mitbringen:

**Acrylfähige -Pinsel, Acrylzeichenblock DIN A3, und Wasserglas** oder ähnliches zum Ausspülen + **kleinen Teller** etc. zum Mischen der Farben.

**Künstler-Farbe** wird von ARTisan und Leiter des Kurses Nico gestellt... und **alte Klamotten anziehen** oder Kittel, weil Acryl schlecht rausgeht.

(Wenn etwas fehlt helfen wir uns aus!-kein Problem!) Bitte ca. 8,- € Kursgebühr für den Dozenten mitbringen.

**Interessierte gerne melden:** Finny Breitbach: 0221 66007-192

---

### Schachgruppe

Die Schachgruppe trifft sich **dienstags** wöchentlich von **13:00 – 16:30 Uhr** in der Palanterstr. 13.

**Interessierte gerne melden:** Herr Dase: 0151-20568509 / Email: [h.dase@gmx.de](mailto:h.dase@gmx.de)

---

# Veedelsbrief

## SeniorenNetzwerk Sülz-Klettenberg

mit den aktuellen Terminen für den Monat März 2025

### Bridge-Gruppe

Die Bridge Spieler\*innen treffen sich **mittwochs von 14:30-17:00 Uhr** in den **Räumlichkeiten der Stelze e.V.**, Joseph-Stelzmann-Straße 2a.

**Informationen und Anmeldung:** Finny Breitbach: 0221 66007-192

---

### Offener Treff Palanter

Jeden **1. Mittwoch im Monat von 15:00-17:00 Uhr** treffen wir uns zu unserem offenen Senior\*innentreff. Es gibt Spiele, Plaudereien bei Kaffee und informative Beiträge.

**Mittwoch, den 05.03.2025 von 15 bis 17 Uhr in der Palanterstraße 13**

**Informationen und Anmeldung:** Barbara Bermüller: 0221-442631

---

### Doppelkopfrunde SNW Lindenthal, Sülz & Klettenberg

Die Doppelkopfrunde trifft sich 2 x im Monat **mittwochs von 14:00 bis 17:00 Uhr** in der Palanterstraße 13.

**Interessierte gerne melden:** Hartmut Stein: 0172-6315277

---

### Spaziergang im Park

Jeden **3. Donnerstag im Monat (20.03.2025)** treffen wir uns um **14:30 Uhr** zum gemeinsamen Spaziergang im Beethovenpark (fällt aus bei starken Regen oder großer Hitze).

**Treffpunkt:** Am Biergarten „Em Birkenbäumche“, Neuenhöfer Allee 65

---

### Sanftes Yoga 50+

In diesem Kurs praktizieren wir sanftes Yoga, Atem- und Entspannungsübungen sowie kurze Meditationen für Menschen ab 50 und älter.

**Kursleitung:** Beate Krieger-Spohr

**Wann: Donnerstag von 17 -18 Uhr**

**Ort:** Palanterstr.13, 50937 Köln

*Alle Plätze sind momentan belegt!*

---

### Bücherkreis

Sie lesen gern und möchten sich auch über Bücher austauschen? Dann ist der Bücherkreis genau richtig: Jeden **letzten Freitag im Monat, 15.00 bis 17.00 Uhr**, Palanterstr. 13.

**Interessierte gerne melden:** Angelika Hartzheim: 0177-6837715

---

# Veedelsbrief

## SeniorenNetzwerk Sülz-Klettenberg

mit den aktuellen Terminen für den Monat März 2025

### Weitere beiliegende Informationen:

**ASB-Tagesfahrt Monat April**

**Flyer zu Radioprojekt „Damenwahl und Herrentorte“**

Allen Leser\*innen eine angenehme Karnevalszeit gewünscht und ein herzliches „Alaaf“ mitgeschickt,

Finny Breitbach  
Koordination SeniorenNetzwerk Sülz-Klettenberg

ASB Alten- und Pflegeheime Köln GmbH  
Gottesweg 85a, 50969 Köln  
Telefon: 0221 66007-192  
E-Mail: [finny.breitbach@asb-koeln.de](mailto:finny.breitbach@asb-koeln.de)

