

SeniorenNetzwerk Dellbrück



c/o
Städtisches
Seniorenzentrum
Von-Quadt-Str. 74
51069 Köln
SNW-dellbrueck@gmx.de

PROGRAMM

1. QUARTAL 2025

Wir bieten an:

Netzwerkfrühstück - mit Vorträgen

Gedächtnistraining

Gemeinsames Mittagessen in alternierenden Lokalen im Veedel

Spielenachmittag im SBK – Seniorenzentrum Dellbrück

Ausflüge und Spaziergänge

Gesprächsgruppe „Alter – Zufriedenheit – Alleinsein“

Literaturkreis – im Bürgertreff 1006

Netzwerkfrühstück mit Vortrag

Jeden 2. Mittwoch im Monat von 10 – 12 Uhr

Im Gemeindezentrum der Pauluskirche (Thurner Str. 105, 51069 Köln)

**8. Januar 2025 Herr Jellinek
Schmetterlinge in Dellbrück**

12. Februar 2025 Informationsvortrag Polizei

12. März 2025 Vortragsthema wird noch mitgeteilt

Kosten für Frühstück und Vortrag: € 4.-

Anmeldung: Frau Contzen 6802928

Gedächtnistraining (Leitung Dorothee Degen)

Jeweils letzter Freitag im Monat in der Pauluskirche

31. Januar 2025 Pauluskirche um 11 Uhr

28. Februar 2025 Pauluskirche um 11 Uhr

28. März 2025 Pauluskirche um 11 Uhr

Anmeldung: Frau Contzen 6802928

**Gemeinsames Mittagessen im Veedel
(wechselnde Lokale in Dellbrück)**

Am 1. Mittwoch im Monat:

05. Februar 2025, 05. März 2025

Anmeldung und Infos: Gisela Peek, Tel: 684285

**Spielenachmittag im SBK- Seniorenzentrum Dellbrück
Dellbrücker Hauptstr. 100a**

Am 1. Montag im Monat um 15 Uhr in der Bibliothek

06. Januar 2025, 03. Februar 2025, 3. März 2025

Kontakt: Edith Beck, Tel: 6802876

Spazierengehen

Jeden 3. Mittwoch im Monat (sofern das Wetter mitspielt)

**14 Uhr Treffpunkt: Brunnen am Bücherschrank, Haltestelle
Bahn/Bus Dellbrücker Hauptstraße.**

Anmeldung: Beate Gauf, Tel: 6201221

Ausflüge:

Dienstag, 04. Februar : Farina – Duftführung € 8.-

Dienstag, 11. März Engels Haus, Wuppertal € 4.-

Verbindliche Anmeldung erforderlich. DeutschlandTicket

Infos und Anmeldung: Marlies Ertel, Tel: 6801939

Gesprächsgruppe Alter - Zufriedenheit – Alleinsein

- Für Menschen ab 70
- Mit Interesse am Themenbereich Alter und Zufriedenheit
- TeilnehmerInnen aus Dellbrück und Umgebung

Jeden 2. Dienstag im Monat von 15 – 17 Uhr

14. Januar, 11. Februar, 11. März 2025

Im Cafe der Philia, Hauswiesenweg 7, Köln-Dellbrück

Kontakt: Mona Klutznick, Tel: 9639316

Literaturkreis im Bürgertreff 1006

(Dellbrücker Hauptstr./Ecke Berg.Gladbacher Str.)

Jeden 3. Donnerstag im Monat von 15.30 – 17.30 Uhr

16. Januar, 20. Februar, 20. März 2025

Kontakt: Bernhild Schröter, Tel:684479

**Wir danken der Pauluskirche, dem Bürgertreff 1006 e.V.
und dem SBK Seniorenzentrum für die Möglichkeit,
bestimmte Senioren-Angebote in ihren Räumlichkeiten
anbieten zu können.**

Wichtige Telefon-Nummern:

Polizei Notruf	110
Feuerwehr und Notarzt	112
Ärztlicher Notdienst	116 117
Arztrufzentrale	1 92 92
Apothekendienst	01805 – 93 88 88
Seniorentelefon Stadt Köln	221 – 27400
Hilfeleistung für hilflose Personen	221 - 24444