


Wichtige Info für folgende Gruppen: Für die Boulegruppen, die Kegelgruppe, die Fahrradgruppe, die Wandergruppe und den Sonntagsspaziergang/Ausflug gilt ► Bitte um Kontaktaufnahme mit der Koordinatorin! Interessierte werden an die entsprechenden Gruppenleiter*Innen für weitere Einzelheiten weitergeleitet.

- **Fahrradgruppe / Boulegruppe 1 & 2 / Kegelgruppe:**
Bitte melden Sie sich bei der Koordinatorin, wenn Interesse besteht, an einer dieser Gruppen teilzunehmen oder neue Gruppen zu gründen.
-  Auch in diesem Jahr werden wir wieder **Busausflüge** anbieten. Noch steht nichts Konkretes fest. Sobald die Termine feststehen, informieren wir Sie gerne bei unseren Stammtischen!
- **Sonntagsbrunch:**
Der traditionelle Sonntagsbrunch findet am 05. Januar statt und ist für dieses Jahr leider schon ausgebucht. Wenn Sie für das kommende Jahr Interesse daran haben, dann melden Sie sich bitte frühzeitig bei der Koordinatorin.
- **Karnevals-Seniorensitzung im Rathaussaal Porz:** Am Mittwoch, den 29. Januar 25 ab 15 Uhr. Karten kosten 19 Euro und sind über KölnTicket oder im Rathaus erhältlich. Alternativ haben Sie die Möglichkeit, mit dem SNW Porz an einem Tisch zu sitzen. Karten über Koordinatorin erhältlich.
- **Aktionstag Senior*innen: „Unterwegs im Alter - aber sicher!“** am Samstag, 29. März von 11.00-15.00 Uhr im Straßenbahn-Museum Thielenbruch.

Herzlich Willkommen im



Sie möchten Ihre Ideen umsetzen, Ihr Wissen und Ihre Fähigkeiten einbringen oder sich engagieren? Sie suchen Hilfe und Unterstützung? Besuchen Sie uns doch einfach mal bei unserem Stammtisch! Denn dort werden Termine bekanntgegeben, neue Ideen gesammelt, Treffpunkte und Uhrzeiten für die verschiedenen Gruppen, wie Fahrradgruppe, Wandergruppe, Sonntagsspaziergang, Museumsbesuch, verkündet. Alle anderen Gruppen haben feste Uhrzeiten und Sie können, nach einem kurzen Anruf bei der Koordinatorin (Kontakt Daten s.u.) gerne vorbeischauen.

Das standortgebundene SeniorenNetzwerk Porz hat die wichtige Aufgabe, ein Grundangebot für alle älteren Menschen im Stadtteil Porz zu sichern, insbesondere für diejenigen, die einen besonderen Unterstützungsbedarf haben.

Mitmachen, Beteiligung, Engagement und auch Unterstützung werden bei uns ganz großgeschrieben. Sie sind wichtig und unerlässlich in der Gestaltung eines seniorenfreundlichen Stadtteils.

Zugleich möchten wir auch Hilfe und Unterstützung für alle bieten, Mobilität und Teilhabe stärken. Dazu brauchen wir Sie und laden herzlich ein, sich zu beteiligen, zu engagieren, eigene Ideen und Projekte zu entwickeln oder ganz einfach, dabei zu sein.

Sie sind herzlich willkommen.

Kontakt Daten:

AWO Köln e.V., SeniorenNetzwerk Porz

Koordinatorin Bagnu Yazici

c/o AWO Ortsverein Porz e.V., Glashüttenstr. 18, 51143 Köln

Tel: 02203-183 55 38 oder 0178-9338613

E-Mail: seniorennetz-porz@awo-koeln.de



MONTAG (Mo):

- **Gehirnjogging:** Jeden 1. Mo im Monat von 10-12 Uhr
Termine: 06. Januar 2025
- **Stammtisch:** Jeden 2. & 4. Mo im Monat von 10-12 Uhr
Termine: 13. & 27. Januar / 10. & 24. Februar / 10. & 24. März 2025
Jetzt neu: Es gibt fast jeden 4. Montag einen Impulsvortrag!
Beitrag: 1 €.
- **VeedelsFrühstück:** Jeden 3. Mo im Monat von 10-12 Uhr
Termine: 20. Januar Neujahrsfrühstück / 17. Februar / 17. März 2025
Beitrag: 3,50 € / Um Anmeldung beim Stammtisch wird gebeten.

DIENSTAG (Di):

- **Fahrradgruppe:** Jeden 3. Di im Monat n.V.
Termine: 21. Januar / 18. Februar / 18. März 2025
Fahrt findet nur bei gutem Wetter statt! Bitte kontaktieren Sie die Koordinatorin für weitere Infos und die Aufnahme in die WhatsApp-Gruppe.

MITTWOCH (Mi):

- **Kegelgruppe 1:** Jeden 1. Mi im Monat von 14.00-16.30 Uhr
Termine: 05. Februar / 05. März 2025
Die Gruppe ist leider schon voll. Bei Interesse an neuer Gruppe, bitte melden!
Ort: Im Keller der Glashütte.
- **Boulegruppe 2:** Jeden 2. & 4. Mi im Monat von 11.00-13.00 Uhr
Termine: 08. & 22. Januar / 12. & 26. Februar / 12. & 26. März 2025
Die Gruppe ist leider schon voll. Bei Interesse an neuer Gruppe, bitte melden!
Ort: Im Keller der Glashütte.

DONNERSTAG (Do):

- **Singkreis „Graukehlchen“:** Jeden 1. & 3. Do im Monat von 10.30-12.00 Uhr
Termine: 16. Januar / 06. & 20. Februar / 06. & 20. März 2025



DONNERSTAG (Do):

- **Gehirnjogging:** Jeden 2. Do im Monat von 10-12 Uhr
Termine: 09. Januar / 13. Februar / 13. März 2025
- **Smartphone 1x1:** Jeden 2. Do im Monat von 17-19 Uhr
Termine: 09. Januar / 13. Februar / 13. März 2025
- **Boulegruppe 1:** Jeden 2. & 4. Do im Monat von 11-13 Uhr
Termine: 09. & 23. Januar / 13. & 27. Februar / 13. & 27. März 2025
Die Gruppe ist leider schon voll.
- **Spieletreff „Die Zocker“:** Jeden 2. & 4. Do im Monat von 14-16 Uhr
Termine: 09. & 23. Januar / 13. & 27. Februar / 13. & 27. März 2025

SAMSTAG (Sa):

- **Fahrradgruppe:** Jeden 1. Sa im Monat n.V.
Termine: 04. Januar / 03. Februar / 02. März 2025
Fahrt findet nur bei gutem Wetter statt! Bitte kontaktieren Sie die Koordinatorin für weitere Infos und die Aufnahme in die WhatsApp-Gruppe.
- **Wandergruppe:** Jeden 3. Sa im Monat n.V.
Termine: 20. Januar / 01. Februar / 01. März 2025
Wir haben eine WhatsApp-Gruppe, in der die Infos geteilt werden.

SONNTAG (So):

- **Sonntagsspaziergang/Ausflug:** Jeden 1. So im Monat n.V.
Termine: 05. Januar / 02. Februar / 02. März 2025
Bitte erfragen Sie Treffpunkt, Abfahrtszeit und das Ziel.