

Veedelsbrief

SeniorenNetzwerk Sülz-Klettenberg

mit den aktuellen Terminen für den Monat Februar 2025

Grannies for Future Köln

In der Hochphase des Bundestagswahlkampfes laden wir alle, denen die globale Klimakrise und die abnehmende Biodiversität wichtige Anliegen sind, die gerne auch als älterer Mensch aktiv bleiben oder nur neugierig auf die Grannies4F sind, zu unserem Treffen zu kommen.

Dienstag, den 28. 01. 2025 von 17 bis 18.30 Uhr

Ort: SenioreNetzwerk Sülz-Klettenberg, Palanterstr. 13, Nähe Haltestelle Lindenburg/Universitätskliniken der Linie 9

Stelze Wintermarkt

am Sonntag, den **02.02.25 von 14:00-18:00** Uhr veranstaltet die Stelze zum zweiten Mal einen **Wintermarkt**. Neben einem vielfältigen kulinarischen Angebot wird es viele Informations- und Verkaufsstände geben.

Ort: Stelze e.V., Joseph-Stelzmann-Straße 2a

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 05.02.2025 von 15 bis 17 Uhr in der Palanterstraße 13

Informationen und Anmeldung: Barbara Bermüller: 0221-442631

kreARTiv – Kurs

Neuer Name, neuer Kurs, neuer Dozent! Es sind wieder Plätze frei!

Der Kurs zum Gestalten mit verschiedenen Materialien wie z.B. Papier, Draht, Holz, Stoffe, Beton, Farben und Stiften trifft jeden **1. und 3.**

Montag im Monat von 14:00- 16:00 Uhr in den Räumen des Pfarrbüros St. Nikolaus, Nikolausplatz 17.

Es entsteht ein monatlicher Kostenbeitrag von 16,- Euro (pro Termin 8,- Euro), der gerne von Seiten des SeniorenNetzwerkes finanziell unterstützt wird.

Interessierte gerne melden: Finny Breitbach: 0221 66007-192

Veedelsbrief

SeniorenNetzwerk Sülz-Klettenberg

mit den aktuellen Terminen für den Monat Februar 2025

Spaziergang im Park

Jeden **3. Donnerstag** im Monat (**20.02.2025**) 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

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

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

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

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

Veedelsbrief

SeniorenNetzwerk Sülz-Klettenberg

mit den aktuellen Terminen für den Monat Februar 2025

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: 02.02.2025

Ort: Palanterstraße 13, 50937 Köln

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

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 16 -17 Uhr
50937 Köln

Ort: Palanterstr.13,

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**, Palanterstraße 13.

Interessierte gerne melden: Angelika Hartzheim: 0177-6837715

Herzliche Grüße,

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