



Monatlicher Infobrief für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock



Gefördert durch



MAIBAUM STELLEN IN ZOLLSTOCK am 30.04.2025 (Mi)

Auch 2025 werden wir in Zollstock wieder vor St. Pius den mittlerweile traditionellen Maibaum als Symbol für die Vielfalt unseres schönen Veedels aufstellen.

Wer hat Lust, beim Schmücken des Maibaums in Zollstock dabei zu sein?

Wir treffen uns am Mittwoch, den 30. April 2025, um 15:00 Uhr auf dem Vorplatz der Kirche St. Pius in Zollstock. Die Dekoration wird gestellt.

Bitte melden Sie sich vorab im SeniorenNetzwerk Zollstock.

Bei der anschließenden gemeinsamen Feier wird es auch ein kleines Rahmenprogramm geben.

Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock e.V., stellvertretend für zahlreiche Vereine und Initiativen in Zollstock, unter anderem auch das SeniorenNetzwerk Zollstock



Termine für den Montagstreff

| | | | |
|--------|-----------|--------------|----------------------|
| 24.03. | um 15 Uhr | Quiz | Treffpunkt |
| 14.04. | um 15 Uhr | Film | Bürgerhaus Zollstock |
| 28.04. | um 15 Uhr | Bücher | Rosenzweigweg 1 |
| 12.05. | um 17 Uhr | „immer frei“ | 50969 Köln |
| 26.05. | um 15 Uhr | Bewegung | |
| 23.06. | um 10 Uhr | Singen | |

Einfach vorbeikommen. Ohne Anmeldung, kostenfrei.
Allein oder in Begleitung. Wir freuen uns!

Fragen und Anregungen an

Marita Scheeres, Koordinatorin SeniorenNetzwerk Zollstock
E-Mail awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de
Telefon 0221 379 68 03



In dieser Ausgabe:

Seiten 2 und 3
Ausgewählte
Termine

Seite 4
Allgemeines und
Besonderes
Impressum

Seite 5
Regelmäßige
Treffen im
SeniorenNetzwerk

Herzliche Einladung zu

Aktiv in Zollstock

Dem monatlichen Treffen des SeniorenNetzwerks Zollstock

Zum Informations- und Ideenaustausch und

Zur Planung von Aktivitäten ab Mai 2025

Im persönlichen Miteinander und mit allen Interessierten

Keine Anmeldung – keine Kosten

**aktiv - engagiert – gemeinsam
am Montag, 05. Mai 2025, 10 Uhr
Im Bürgerhaus Zollstock**

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock, Rosenzweigweg 1, Zollstock

Der Infobrief des SeniorenNetzwerks Zollstock erscheint am Donnerstag nach Aktiv in Zollstock und liegt dann zur Abholung im Bürgerhaus Zollstock aus.

Ich sende ihn Ihnen auch gerne per E-Mail zu. - Bitte melden Sie sich dafür im SeniorenNetzwerk Zollstock. (Die Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf Seite 4.)

DER INFOBRIEF NUMMER 05 / 2025 ERSCHEINT AM 08. MAI 2025.

Ausgewählte Termine im April 2025

11.04.2025 (Fr) 14:30 Uhr

Tanztee – tanz mit!

Infos und Anmeldung bei
Mechthild Lauf (SeniorenNetzwerk Raderthal) unter
Tel 01520 909 26 12 oder Jan Gudorf (RADERBERG
und –THAL e.V.) unter Tel 0163 444 66 69

Spende erbeten

**Veranstalter/ Ort: RADERBERG und –THAL e.V.
und SeniorenNetzwerk Raderthal in der
Evangelischen Kirchengemeinde, Raderthal**

Von Senior*innen für alle:

☺ **Montagstreff im Bürgerhaus Zollstock** ☺

14.04.2025 (Mo) 15:00 Uhr

Film bei Kaffee und Keks

Siehe auch Seite 1

**Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock,
Rosenzweigweg 1, Zollstock**

16.04.2025 (Mi) 15:30-17:30 Uhr

Trauerbegleitung

Nächster Termin 30.04.2025

Infos bei Frau Jakob, Ambulanter Hospizdienst der
Johanniter Unfallhilfe e.V. unter Tel 0221 89009 312

**Veranstalter/ Ort: Johanniter Unfall Hilfe e.V. in
der Evangelischen Kirchengemeinde, Breniger
Straße 18, Zollstock, im Gemeindezentrum**

17.04.2025 (Do) 15:00 Uhr

Bouletreff

(Immer am dritten Donnerstagnachmittag im Monat)

Treff: Spielplatz im Vorgebirgspark

(Nähe Neuenahrer Straße)

Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Die Boulekugeln werden gestellt.

**Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-
Zollstock e.V. und SeniorenNetzwerk Zollstock**

17.04.2025 (Do) 17:00-19:00 Uhr

Infoabend rund um das Thema

Erben und Vererben

Mit der Fachanwältin Birgit Witt-Rafati

Anmeldung erbeten unter: stiftung@diakonie-
michaelshoven.de

**Veranstalter/ Ort: Diakonie Michaelshoven e.V.,
Gertrud-Bäumer-Haus, Pfarrer-te-Reh-Str. 1,
Rodenkirchen**

22.04.2025 (Di) 14:30 Uhr

Seniorencafé in St. Pius

Kaffee, Kuchen und anregende Gespräche

**Veranstalter/ Ort: Katholische Kirchengemeinden
am Südkreuz, im Pfarrheim St. Pius,
Irmgardstraße 13 in Zollstock**

23.04.2025 (Mi) 10:00 Uhr

Wandern im Kölner Grün

In den ungeraden Kalenderwochen

Nächste Wanderung am 07.05.2025

Leichter Schwierigkeitsgrad, zwei bis zweieinhalb
Stunden Wegstrecke

Treff: vor dem Haupteingang des Südfriedhofs

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

23.04.2025 (Mi) 14:30 Uhr

Wieder gut aufgelegt: Spaziergehgruppe

Kurze Wegstrecke von 30 Minuten und anschließende
Einkehr

Treff: vor dem Haupteingang des Südfriedhofs

Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

24.04.2025 (Do) 19:30 Uhr (Einlass 18:30 Uhr)

Kölsches Konzert mit Philipp Godart

Hutkonzert mit Kölschen Liedern zum Mitsingen,
Schunkeln und Spaß haben

Um eine Spende wird gebeten.

Ort: Pfarrsaal St. Pis, Irmgardstraße 13, Zollstock

**Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-
Zollstock e.V.**

25.04.+26.04.2025 (Fr + Sa)

Tag des Veedels:

„Wo Nachbarn Freunde werden“

Unter anderem im Zollstocker Tierheim mit
Waffeln, Kaffee und Kuchen

(Freitag 14:00-17:00 Uhr, Samstag 11:00-16:00 Uhr)

Weitere Infos: bitte achten Sie auf Pressemitteilungen

**Veranstalter: Interessengemeinschaft (IG)
Zollstock im Wandel**

25.04.2025 (Fr) 15:00-17:00 Uhr

Trauercafé in St. Pius

Ansprechpartnerin Gemeindereferentin Pia

Odenhausen Tel 02232 48953 oder per Mail

pia.odenhausen@erzbistum-koeln.de

**Veranstalter: Kirche am Südkreuz Köln, Gemeinde
St. Pius (Pfarrheim)**

26.04.2025 (Sa) 10:00 Uhr

Weißer Rheinbogen ***

Führung durch die Auenwälder am Rhein und ihre
Pflanzen und Tiere mit Dennis Remiger,
Forstverwaltung

Anmeldung bis zum 25.04.2025 unter: Tel 0221
352575 oder per Mail forstrevier-rodenkirchen@stadt-
koeln.de

**Veranstalter: Stadt Köln, Amt für
Landschaftspflege und Grünflächen**

Ausgewählte Termine im April bis Anfang Mai 2025

27.04.2025 (So) 14:30-17:00 Uhr
Tanzcafé: Tanz mit – aber bitte mit Sahne!
 Anmeldung bei Sonja Schlegel Tel 0221 31 40 79
 oder per E-Mail sonja.schlegel@ev.gemeinde-koeln.de
Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Kartäuserkirche, Kartäusergasse 7, Altstadt-Süd

27.04.2025 (So) 15:00 Uhr
Walk&Talk

 Kölner Studentinnen möchten Seniorinnen und Senioren aus Zollstock mit internationalen Austauschstudentinnen zusammenbringen – mit einem gemeinsamen Spaziergang im Grünen. Für Snacks und Getränke wird auch gesorgt.
 Treff: Eingang des Volksgartens (gegenüber der KVB-Haltestelle „Eifelplatz“)
 Bitte melden Sie sich an unter: walkandtalk.koeln@gmail.com
Veranstalter: Kölner Studentinnen, Walkandtalk Koeln

27.04.2025 (So) 15:00 Uhr
Führung „Englische Siedlung“ mit dem Köln-Lotsen ***
 Erfahren Sie Interessantes und Wissenswertes während eines entspannten Spaziergangs durch den Fritz-Encke-Park in Raderthal
 Beitrag € 20,00 (Nichtmitglieder des Vereins)
 Treff: Brunnentempel im Park
 Anmeldung erforderlich beim
Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock e.V., Kalscheurer Weg 25, Zollstock (Di 15-17 Uhr) Tel 0221 3762131

Von Senior*innen für alle:
 ☺ **Montagstreff im Bürgerhaus Zollstock** ☺

28.04.2025 (Mo) 15:00 Uhr
Bücher bei Kaffee und Keks
 Siehe auch Seite 1
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock, Rosenzweigweg 1, Zollstock

30.04.2025 (Mi) 15:00 / 19:00 Uhr
Maibaum stellen in Zollstock
 mit gemeinsamer Vorbereitung (15:00 Uhr) und gemeinsamer Feier (19:00 Uhr)
 Details siehe Seite 1
Veranstalter: Zollstocker Bürgerverein/ SeniorenNetzwerk Zollstock

04.05.2025 (So) 16:00 Uhr
Kultursommer 2025 am Kalscheurer Weiher: Nine steps
 Die Jazzband spielt eine bunte Mischung aus Coversongs und eigenen Songs.
Veranstalter/ Ort: Unser Kalscheurer Weiher e.V. /ebenda

05.05.2025 (Mo) 10:00 Uhr
Aktiv in Zollstock
 Monatlicher Treff im Bürgerhaus Zollstock (siehe Seite 1)
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

07.05.2025 (Mi) 14:30 + 15:30 Uhr
Senioren-Kino: „Zwei zu Eins“
 Komödie, 116 Minuten, Eintritt € 7,00
 Karten unter Tel 0221 27 25 77 17 (täglich ab 15 Uhr)
Veranstalter: Filmpalast, Hohenzollernring 22-24, 50672 Köln

08.05.2025 (Do) 17:00 Uhr
„Schulterschmerzen“
 Referent: Priv.-Doz. Dr. med. Sven-Oliver Gellersen, Facharzt für Allgemeinchirurgie und Visceralchirurgie
 Keine Kosten, keine Anmeldung
Veranstalter/ Ort: St. Antonius Krankenhaus, Im Seniorenhaus ROSEN PARK, Bernhard-Feilchenfeld.-Straße 3-5, Zollstock

08.05.2025 (Do) 19:00 Uhr
Bürgerstammtisch
 Ort: Gaststätte Saloniki, Höninger Weg 268, Zollstock
Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock e.V.

Die Veranstaltungen sind kostenfrei, wenn nicht anders angegeben. *** Veranstaltung ist vielleicht schon ausgebucht.

Mit freundlicher Unterstützung der Volksbank Köln Bonn:
Erste-Hilfe-Schulung für (ehrenamtliche) Senior*innen
19.05.2025 (Mo) 10:00-14:00 Uhr (inkl. Pause)
 Der Kurs vermittelt grundlegende Handlungsabläufe, um in Notfällen angemessen zu reagieren.
 Referent: ASB Köln e.V. Notfallausbildung
 Begrenzte Teilnehmendenzahl. Bitte melden Sie sich unbedingt an, gerne auch, wenn Sie (noch) nicht ehrenamtlich tätig sind, wenn Plätze frei bleiben, rücken Sie nach...
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

Vorankündigung im SeniorenNetzwerk Zollstock:
Radtouren und Radtöurchen mit Kultur Mit Manfred Braun
 Wegstrecke von 13 bis 15 Kilometern
Erstmalig: 19.05.2025 (Mo) 16:00 Uhr
 Treff: vor dem Haupteingang des Südfriedhofs
 Weitere Infos und Anmeldung im SeniorenNetzwerk Zollstock Tel 0221 379 68 03
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

SeniorenNetzwerk Zollstock

Marita Scheeres
 Rosenzweigweg 1
 50969 Köln
 Träger: AWO Kreisverband Köln e.V.
 Tel 0221 379 68 03
 Telefon mobil 0152 090 59 807
 E-Mail-Adressen:
awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de
scheeres@awo-koeln.de
www.seniorennetzwerke-koeln.de
www.awo-koeln.de

Persönlich/ telefonisch erreichbar:

Mo 9:00 bis 15:00 Uhr, Di + Mi 10:00 bis
 14:00 Uhr, Do 9:30 bis 15:00 Uhr
 Und wie stets – auch nach Vereinbarung
 Abwesenheiten: 14.04. + 16.04.-27.04.2025

I m p r e s s u m

Aktivität ist keine Frage des Alters

Die Kölner SeniorenNetzwerke bieten allen Kölner
 Bürgerinnen und Bürgern ab 60 ein Forum, sich nach
 ihren Interessen und Möglichkeiten
 zusammenzufinden. Ob Kontakte knüpfen,
 Gleichgesinnte finden, Gruppen initiieren: wer für sich
 selbst oder andere aktiv werden möchte, soll selbst
 etwas davon haben.

**Warum nicht das tun,
 wozu man immer schon Lust hatte?**

**Machen Sie mit im
 SeniorenNetzwerk Zollstock!**

Hier finden Sie die Möglichkeit, Zukunft aktiv mit zu
 gestalten, ganz gleich, ob Sie sich nur für kurze Zeit
 oder langfristig engagieren möchten,
 Ob Sie bei einer Gruppe dabei sein, den
 Sonntagsspaziertreff organisieren oder Ihr Smartphone
 besser nutzen wollen –

**Ihren Ideen und Ihrem Engagement
 sind keine Grenzen gesetzt.**

Allgemeines und Besonderes

Führung:

„Zeitreise ums mittelalterliche jüdische Viertel“

Mit Dr. Tanja Potthoff

24.04.2025 (Do) 16:00 und 18:00 Uhr

Rundgang zur archäologischen Geschichte und
 Informationen zum neuen Museum

Kostenfrei, keine Anmeldung

**Veranstalter: MiQua:forum, Alter Markt 31, 50667
 Köln**

„Frühlingserwachen“

12.04.2025 (Sa) 14:00 Uhr

Auf dem Rundgang werden die unterschiedlichsten
 Frühblüher vorgestellt.

Treffpunkt: Mammutbaum im Rheinpark zwischen
 Parkcafé und Flamingoweiherr (Nähe Eingang Auenweg)
 Spende erbeten

**Veranstalter: Förderverein des Kölner
 Rheinpark e.V.**

„Reingelegt und abgezockt!“

20.05. 2025 (Di) 14:00 Uhr

**Im Bürgerhaus Stollweck, Dreikönigenstraße 23,
 50678 Köln**

Ein Theaterstück über die miesen Tricks an älteren
 Menschen

Die Senior*innentheatergruppe Chorweiler bringt die
 aktuellen Trickdiebstahls- und Betrugsmasken an der
 Generation 60+ auf die Bühne.

Kostenfrei, lediglich eine Anmeldung ist erforderlich
 bei Antonia Pfirrmann, Tel 0221 99110914 oder per Mail
antonia.pfirrmann@stadt-koeln.de

**Veranstalter: Stadt Köln, Bürgerhaus Stollwerck,
 Polizei Köln**

Vielleicht noch Plätze frei:

**ASB-Tagesfahrt am 15.05.2025 (Do)
 Hafenerundfahrt Duisburg**

Im Preis von € 55,00 ist enthalten: Zweistündige
 Rundfahrt durch den größten Binnenhafen der Welt mit
 mehr Brücken als Venedig und Führung des Kapitäns
 durch Geschichte und Gegenwart des Hafens, ein Stück
 Kuchen und eine Tasse Kaffee und Hin- und Rückfahrt
 im Luxus Bus

Abfahrt 09:55 Uhr ab Zollstock

ASB Seniorenzentrum Zollstockhöfe, Gottesweg

Rückfahrt ab Duisburg zirka 16:00 Uhr

Weitere Infos und Anmeldung unter Tel 0221 66007 700
 (Mo-Do 9-15 Uhr) oder per Mail busreisen@asb-koeln.de

Veranstalter: ASB Köln e.V.

Kölner Europa-Gespräche: „Braucht Europa eine gemeinsame Verteidigung?“

06.05.2025 (Di) 19:30-21:15 Uhr im DOMFORUM, Domkloster 3, 50667 Köln

Bleibt Europa in Bezug auf seine Verteidigung von den USA abhängig oder gibt es Fortschritte in der gemeinsamen
 Sicherheits- und Verteidigungspolitik?

Wie wehrhaft ist Europa und wie verhält sich Deutschland als europäisches Schwergewicht nach der Bundestagswahl?

**Mit diesen Fragen befasst sich der Impulsvortrag von Prof. Dr. Carlo Masala und die moderierte Diskussion mit
 weiteren Expert:innen Malgorzata Burek, Dr. Anja Thomas und Dr. Ralf Hell (Moderation)**

Keine Kosten, keine Anmeldung

Veranstalter: DOMFORUM Köln

Monatlicher Infobrief

für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock



Gefördert durch



In Zollstock und den Nachbarstadtteilen gibt es noch viel mehr Möglichkeiten, sich zu begegnen und sich Anderen anzuschließen...

bei Fragen melden Sie sich bitte im SNW Zollstock.

Mitspieler*innen gesucht für:

Doppelkopf
(eine 3. Runde wäre möglich)
Backgammon
und
Rummikub

Bitte melden Sie sich im Senioren Netzwerk Zollstock

| Regelmäßige Treffen im SeniorenNetzwerk Zollstock | | |
|---|---|---|
| Welche Gruppe? | Wann? | Wo? |
| Aktiv in Zollstock Treff für alle Interessierten | Am ersten Montag im Monat, 05. Mai 2025 10:00 Uhr | Bürgerhaus Zollstock |
| Neu: Montagstreff mit wechselnden Themen (siehe Kalender) | | |
| Kurs „Grundlagen der Smartphone- und Tabletnutzung“ | Dienstags 10:00 Uhr | Infos im SeniorenNetzwerk |
| Smartphone-Sprechstunde „Mein Handy richtig nutzen!“ und | Bitte melden Sie sich bei Herrn Kröger: Tel 0160 944 26 814 | Die Sprechstunde erfolgt in Einzelberatung. |
| Hilfen im Umgang mit Laptop, Tablet und Rechner | | |
| Spieletreff / Rummikub | Dienstags 14:00 Uhr | Bürgerhaus Zollstock |
| Schachclub | Dienstags 14:00 Uhr | Bürgerhaus Zollstock |
| Spieletreff | Mittwochs 10:00-13:30 Uhr | Bürgerhaus Zollstock |
| Wieder gut aufgelegt: Wandergruppe In den ungeraden Kalenderwochen | Mittwochs 10:00 Uhr 23.04. + 07.05.2025 | Treff: Höninger Platz, vor dem Haupteingang des Südfriedhofs |
| Englischgruppe am Mittwoch | Am 1.+3. Mittwoch im Monat, 15:00-16:30 Uhr 16.04. + 07.05.2025 | Infos im SeniorenNetzwerk |
| Club der Kreativen | Am 2.+4. Mittwoch im Monat, ab 14:00 Uhr 09.04., 23.04.2025 | Infos im SeniorenNetzwerk |
| Wieder gut aufgelegt: Spaziergehgruppe am Mittwoch (siehe Kalender) | | |
| Curumba – Tanzfitness 60+ Zwei Gruppen | Donnerstags 10:00-11:00 Uhr (Gruppe 1) und 11:00-12:00 Uhr (Gruppe 2) Kursgebühr Kurse bis 24.04.2025 | Information bei der Kursleitung Frau Hebestreit Tel 0221 550 31 60 und mobil 0174 900 80 61 |
| Englischgruppe am Donnerstag Fällt aus am Maifeiertag | Am 1.+3. Donnerstag im Monat, 10:00-12:00 Uhr 17.04. + 15.05.2025 | Bitte erkundigen Sie sich im SNW Zollstock. |
| Doppelkopfrunde I Fällt aus am Maifeiertag | An allen Donnerstagen, außer am 2. Do im Monat 14:00 Uhr 17.04. + 24.04.2025 | Infos im SeniorenNetzwerk |
| Doppelkopfrunde II Fällt aus am Maifeiertag | Am ersten und dritten Donnerstag im Monat, 14:00 Uhr 17.04.2025 | Infos im SeniorenNetzwerk |
| Lesekreis Gemeinsame Buchbesprechung | Am 2. Donnerstag im Monat, 15:00-17:00 Uhr 10.04.+ 14.05.2025 | Infos im SeniorenNetzwerk |
| Wieder dabei: Boule spielen im Vorgebirgspark | Am 3. Donnerstag im Monat, 15:00 Uhr 17.04. + 15.05.2025 | Treff: Boulebahn auf dem Spielplatz Neuenahrer Straße |
| Curumba – Tanzfitness 60+ Zwei Gruppen Kurse fallen aus am 18.04.2025 (Karfreitag) | Freitags 10:00-11:00 Uhr (Gruppe 1) und 11:00-12:00 Uhr (Gruppe 2), Kursgebühr Kurse bis 25.04.2025 | Infos siehe auch Curumba am Donnerstag |
| Gedächtnistraining spezieller Art: Fragen zum Allgemeinwissen von heute und gestern | Am 1.+3. Freitag im Monat, 10:00 Uhr Kopierpauschale 18.04. + 02.05.2025 | Information im SeniorenNetzwerk |

Regelmäßige Treffen im SNW Zollstock