

Was es im SeniorenNetzwerk Bayenthal gibt

➤ Politischer Gesprächskreis

In überschaubarer Runde aktuelle Alltags- und politische Themen diskutieren, Meinungen austauschen und neue Erkenntnisse gewinnen.

Ort: Bonner Str. 288c, AWO-Raum (im Untergeschoß)

Termin: jeden 1. Montag im Monat, 10.00 – 12.00 Uhr.

Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung ist notwendig.
Ansprechpartnerin ist Frau Gobelius, ☎ 16 85 00 10.

➤ Gymnastik 60plus am Dienstag im Tajet Garden!

Es wird ein breites Spektrum an Bewegungsübungen, auch am Boden, mit und ohne Musik angeboten. Gerne kann an einer Probestunde (5€) teilgenommen werden, es sind zurzeit noch Plätze frei.

Ort: In den Räumen von Tajet Garden, Alteburger Str. 250, 50968 Köln-Bayenthal

Termin: Dienstag 10.00 -11.00 Uhr.

Wenn Sie Interesse haben, daran teilzunehmen melden Sie sich bitte unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail unter SNW-Bayenthal@web.de .

➤ Gymnastik 60plus

Mobilisation / Kräftigung / Entspannung: Mit einem sanften Bewegungsprogramm die Beweglichkeit und das Wohlbefinden steigern.

Ort: In den Räumen von Tajet Garden, Alteburger Str. 250, 50968 Köln-Bayenthal

Termin: jeden Donnerstag, 11.00 – 12.00 Uhr.

Eine Probestunde kostet 5€.

Wenn Sie Interesse haben, daran teilzunehmen melden Sie sich bitte unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail unter SNW-Bayenthal@web.de .

Yoga 60+

Körper-, Atem- und Entspannungsübungen kräftigen auf sanfte Weise und helfen, die Beweglichkeit und die Vitalität zu erhalten und zu steigern.

Yoga-Lehrerin ist Frau Kerstin Zaunbrecher.

Termin: jeden Freitag 11.30 – 12.30 Uhr

Ort: "Martin-Luther-Haus", Mehlemer Str. 27, 1.Etage, 50968 Köln-Bayenthal

Kosten: 10,00 € / pro Termin

Wenn Sie Interesse haben, daran teilzunehmen melden Sie sich bitte unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail unter SNW-Bayenthal@web.de .

➤ **"Wer erklärt mir mein Handy?"**

Ein Gemeinschaftsprojekt der SeniorenNetzwerke Raderberg und Bayenthal

Schülerinnen und Schüler helfen Seniorinnen und Senioren bei allen Fragen zum Handy, Tablet und Smartphone. Mit Geduld, Kompetenz und Spaß erklären Ihnen Jugendliche, wie man den digitalen Impfpass nutzen kann, Bilder per WhatsApp verschickt, mit Videotelefonie per Skype und Zoom umgeht oder einfach die ersten Schritte mit dem neuen Smartphone lernt. Wir treffen uns jeden ersten Montag im Monat von 16.30 – 18.00 Uhr in Raderberg, Rheinstraße 4. Dann steht nur für Sie eine halbe Stunde lang ein Jugendlicher bereit, Ihre Fragen zu beantworten.

Wenn Sie Interesse an der Veranstaltung haben wenden Sie sich bitte an Frau Wagner, ☎ 0163 16 13 565. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist notwendig und wenn ein Termin nicht reicht – dann kommen Sie eben noch einmal.

➤ **Laptop / Handy - Sprechstunde:**

Ein Angebot für alle Interessierten bei Fragen rund um Ihr Laptop / Handy - Volker Christ.

Wenn Ihr Laptop oder Handy nicht so will, wie Sie wollen, ist die Sprechstunde das Richtige für Sie. Damit wir Zeit für Sie haben, ist eine Anmeldung notwendig.

Ort: c/o Jugendzentrum Rheinsteine, Offene Tür in Raderberg, Rheinstraße 4, 2. OG

Das Angebot ist kostenlos. Sie können sich unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail an SNW-Bayenthal@web.de anmelden.

Hier könnte Ihr Angebot stehen!

Vielleicht suchen Sie Gleichgesinnte für eine Skatrunde, eine Wandergruppe, einen gemeinsamen Frühstückstreff, einen Literaturkreis ... oder....

Wenn Sie Interesse haben, sich in Ihrem Stadtteil zu engagieren, können wir Ihnen dabei helfen!

Bitte rufen Sie uns an (☎ 37 93 17 65, bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder schreiben Sie eine Mail an SNW-Bayenthal@web.de.

Impressum

SeniorenNetzwerk Bayenthal, Netzwerkteam

☎ 0221 – 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter)

✉ SNW-Bayenthal@web.de

www.seniorennetzwerke-koeln.de

Was es sonst noch gibt in und rund um Bayenthal

Bitte beachten Sie: Die weiteren Angebote werden nicht vom SeniorenNetzwerk Bayenthal veranstaltet. Bitte erkundigen Sie sich bei dem Veranstalter über Einzelheiten (z.B. Anmeldung, Bezahlung, freie Plätze usw.)

- **Seniorenkino im Cineplex** am 02. April um 14.30 Uhr und um 15.30 Uhr, Hohenzollernring 22, 50672 Köln.

Film: „Der Buchspazierer“, Eintritt 7€



Tag für Tag steht Carl Kollhoff im Hinterzimmer eines Buchladens und schlägt sorgfältig Bücher in Papier ein, um sie zu den Stammkunden in der Stadt zu bringen. Bücher sind das größte Glück des wortkargen älteren Mannes, der ansonsten jeglichen Kontakt zu anderen Menschen scheut. Auf einem seiner Rundgänge heftet sich die neunjährige Schascha an seine Fersen. Widerwillig lässt sich Carl auf das Mädchen ein, das ihn fortan auf seinen Botengängen begleitet und ihn den "Buchspazierer" nennt. Schnell gewinnt Schascha auch die Herzen von Carls Stammkunden und wirbelt nicht nur deren Leben gehörig durcheinander, sondern bringt auch Carl dazu, aus seiner eigenen Welt auszubrechen.

- **Konzert „Frühlingserwachen“** am 04.04.2025, 17 Uhr im Tersteegenhaus, Emmastr. 6, 50937 Köln.

Die schönste Jahreszeit mit den großen Gefühlen von Liebe, Liebeskummer und Sehnsucht. Der Netzwerkchor „Gut gestimmt“, das „Zollstocktett“ und die „Schillharmonie“ stimmen mit ihren Liedern darin ein. Heinrich Cuipers moderiert und trägt mit Gedichten zu einem stimmungs- und humorvollen Abend bei.

Teilnahme kostenfrei, um eine Spende wird gebeten.

Anmeldung: 0221 / 94 40 13 13

Eine Veranstaltung des Seniorennetzwerk der Evangelischen Kirchengemeinde Köln-Klettenberg.

- **Frühlingswanderung der Philippus-Gemeinde bei Kürten-Bechen** im Bergischen Land am 05.04.2025

Treffpunkt ist die Evangelische Philippus-Kirche Köln-Raderthal, Albert-Schweitzer-Straße 3-5, 50968 Köln um 9:00 Uhr.

Nach dem Treffen an der Kirche fahren wir nach Kürten - Bechen. Am Kreisverkehr mit dem Parkplatz am „Esels-Denkmal“ (rechts der Kirche) beginnen wir die Wanderung. Die Wanderzeit beträgt etwa 3 Stunden (ca. 9 km), wobei auch ein paar Steigungen zu bewältigen sind. Die Mitnahme einer „Brotzeit“ sowie eines Getränks für unterwegs ist empfehlenswert. Als Abschluss ist auch diesmal wieder eine gemeinsame Einkehr geplant. Für die Anmeldung zur abschließenden Einkehr in einer Gaststätte bitten wir freundlich um Anmeldung.

Günter Zernikow, ☎ 02233 7138962 / 0151 645 829 33, ✉ nc-zernikgu@netcologne.de

- **Seniorenkino im Odeon**, Severinstraße 81, 50678 Köln am 09. April um 14.30 Uhr wird im Odeon der Film „Funny Birds“ gezeigt.

Eintritt 7€

Drei Frauen, drei Generationen, drei verschiedene Lebensentwürfe – Charlie kehrt auf den Bio-Hühnerhof ihrer Mutter Laura zurück, um diese zu unterstützen. Es ist nicht leicht für sie, sich um ihre kranke Mutter zu kümmern, den Hof am Laufen zu halten und ihrem Studium des Finanzwesens nachzugehen, das so gar nicht der Lebensphilosophie ihrer Mutter entspricht. Als schließlich auch noch Lauras exzentrische Mutter Solange auf dem heimischen Anwesen auftaucht, stellt das die drei Frauen vor einige Herausforderungen. Können es die drei Frauen schaffen, trotz ihrer unterschiedlichen Lebensentwürfe und im Angesicht eines Vogelgrippeausbruchs den Hof zu erhalten und miteinander zu leben?



- **Seniorenfahrt ins Landhaus Lüchterscheid** am 09.04.25 mit dem Seniorenkreis Köln-Weiß.

Der Seniorenkreis bietet auch in diesem Jahr wieder Seniorenfahrten an. Am 09.04.25 geht es zum Landhaus Süchterscheid, Mühlental 3, 53773 Hennef-Süchterscheid. Der Fahrpreis beträgt 27€ (inklusive Kaffee und Kuchen) und ist bei der Anmeldung zu zahlen. Abfahrt: 12.30 Uhr ab Heinrichstrasse 8 (bei Altenhoven), Rückfahrt: ca. 18.00 Uhr

Jeder kann daran teilnehmen. Anmeldungen bei Frau Witzel 02236 67769

- **Standard und Latein tanzen** am Freitag, 11.04.2025, 19.30 Uhr in der Lutherkirche Südstadt, Martin-Luther-Platz 2-4, 50677 Köln.

Rumba, Walzer, Foxtrott, Samba, Jive, Cha-Cha-Cha, Foxtrott, Quickstepp, Wiener Walzer, Slowfox und mehr werden getanzt. Mit einem Workshop zum Discofox um 19.30 Uhr. Der Tanzabend beginnt um 20.30 Uhr.

Teilnahme: 15 Euro für Workshop + Tanzabend. 10 Euro für den Tanzabend. Karten nur an der Abendkasse.

Info: 0221 / 376 29 90

- **Infoabend rund um das Thema Erben und Vererben** am 17. April, 17.00 – 19.00 Uhr im Gertrud-Bäumer-Haus, Pfarrer-te-Rehstr. 1, 50999 Köln.

Die Stiftung der Diakonie Michaelshoven und Fachanwältin für Erbrecht und Versicherungsrecht Birgit Witt-Rafati laden Sie herzlich zu einem Informationsabend rund um das Thema Erben und Vererben ein. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme.

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Um Anmeldung wird gebeten unter: stiftung@diakonie-michaelshoven.de.

- **Kölsches Konzert** mit Philipp Godart am 24. April im Pfarrsaal St. Pius, Irmgardstraße 13: Hutkonzert mit unserem Zollstocker Barden Philipp Godart. Kölsche Lieder zum Mitsingen, Schunkeln und Spaß haben! Genießt mit uns einen schönen Abend mit Hätz und Siehl!

Um eine Spende wird gebeten

Einlass: 18:30 Uhr, Beginn: 19:30 Uhr

Eine Veranstaltung des Allgemeinen Bürgervereins Köln-Zollstock e.V.

- **„Kunst“-Führung über den Campus der Diakonie Michaelshoven am 27.04.25.**

Das 20 Hektar große Areal beherbergt eine Vielzahl von Kunstwerken, die im Laufe der vergangenen sieben Jahrzehnte seit der Gründung der Diakonie Michaelshoven entstanden sind. Zu sehen sind sie vor oder im Gertrud-Bäumer-Haus, im denkmalgeschützten Park, im Kreuzgang der Erzengel-Michael-Kirche und in der Erzengel-Michael-Kirche.



Im Anschluss an die Führung mit Carlos Stemmerich sind alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer herzlich eingeladen, den Abend mit einer Lesung mit Maren Friedlaender in der Erzengel-Michael-Kirche ausklingen zu lassen.

Beginn ist um 17.00 Uhr, Ende ca. 19.00 Uhr. Die Teilnahme an der Führung ist kostenfrei.

Treffpunkt: Getrud-Bäumer-Haus, Pfarrer-te-Reh Str. 1, 50999 Köln

- **Tanz mit** am 27.04.25 um 14.30 Uhr in der Kartäuserkirche, Kartäusergasse 7, 50678 Köln

Jeden letzten Sonntag im Monat heißt es um 14:30 Uhr in der in der Kartäuserkirche „Tanz mit, aber bitte mit Sahne“.



Tanzlehrer Markus Heuckmann und Christian Korbella sind natürlich auch dabei, obwohl es nicht um Perfektion sondern um Freude geht.

Die Teilnahme ist kostenfrei und jeder ist herzlich willkommen. Kaffee und Kuchen sind zu kleinem Preis zu erwerben.

Anmeldung bei Sonja Schlegel: 0151-64129097 oder sonja.schlegel@ekir.de.

- **Führung durch die „Englische Siedlung“ am 27.04.25 mit dem Köln-Lotsen.**

Ein Park voller Geschichte: Der Fritz – Encke - Park in Raderthal.

In einem entspannten Spaziergang von etwa 90 Minuten lernen wir eine ganz besondere Ecke Kölns kennen. Das Areal wurde bis 1918 von den Preußen genutzt, um bis zu 50.000 Tonnen Sprengpulver zu lagern. Danach wurde auch diese Anlage demontiert und der Gartenarchitekt Fritz Encke schuf hier einen. Ab 1950 wurden weite Flächen des Parks genutzt, um für die britischen Besatzer eine Gartenstadt nach englischem Vorbild zu erschaffen, die heute denkmalgeschützte „Englische Siedlung“ entstand.

Maximal 25 Personen. Treffpunkt: 15:00 Uhr – Brunnentempel im Fritz-Encke-Park (Sinziger Straße, Köln-Raderthal)

Kostenbeitrag: 16,00 € Mitglieder, 20,00 € Nichtmitglieder

Eine Veranstaltung des Allgemeinen Bürgervereins Köln-Zollstock e.V.

- **Mitsingkonzert „Singe mer jet zesamme?“** Teil 3 am 27. April 2025, 16:00 Uhr in der Residenz am Dom, An den Dominikanern 6 - 8 , 50667 Köln
„Ahl un neu kölsche Leedcher för metzesinge!“ Mitsing-Matinee mit Gertrud Meinert.
Wir freuen uns jetzt schon auf ihre tolle Auswahl alter und neuer kölscher Lieder. Die Texte liegen wieder in gedruckter Form vor, sodass alle Besucher aus vollen Kehlen mitsingen können. Dieses Mal laden wir zur Matinee in der Alten Post der Residenz am Dom ein – mit Kaffee & Kuchen, herzhaften Snacks, Kölsch und weiteren kühlen Getränken.
Einlass ist ab 14:30 Uhr.
Eine Veranstaltung des Heimatvereins Köln e.V. Kosten: Mitglieder 6 €, Gäste 12 € .
Anmeldungen ist erforderlich bei Petronella Pistor-Rossmanith, ☎ 0151 288 70 540.
- **Kölsch im Radio**, Klaaf un Tratsch op kölsche Aat am 29.04.2025, 20.30 Uhr
Aus dem Studio "Bild und Ton Colonia e.V." über Radio Köln auf UKW 107.1 meldet sich Katharina Petzoldt mit Klaaf un Tratsch op kölsche Aat.
Radio Köln auf UKW 107.1
- **Seniorentreff im Klön Café** am 30. April von 14.30 – 16.30 Uhr im „Rosa Haus“, Matthiaskirchplatz 7, Bayenthal.
Wir treffen uns an jedem letzten Mittwoch im Monat und bieten: anregende Gespräche, Gesellschaftsspiele, Gedächtnistraining, Singen, interessante Vorträge, Beweglichkeitsübungen, Besichtigungen, kreative Anregungen, Ausflüge in die nähere Umgebung. Natürlich gibt es auch Getränke und selbst gebackenen Kuchen.
Um Anmeldung wird gebeten bei Sonja Nikodem / Martina Wingenfeld ☎ 39 89 23 20.
- **Fitness 60plus im SeniorenNetzwerk Raderberg** jeden Mittwoch 17.30-18.30 Uhr im Pfarrsaal St. Mariä Empfängnis, Raderberger Str. 205.
Mit Freude an der Bewegung, mit und ohne Musik. Wechselnde Schwerpunkte sind wirbelsäulenschonende Gymnastik, gelenkschonendes Muskelaufbautraining, leichtes Herz- Kreislauf-Training, Entspannungsübungen.
Kosten: 5,- Euro pro Termin, Übungsleiter: Christoph Friedrich
Anmeldung und Infos: SeniorenNetzwerk Raderberg, Tel. 0163-161 35 65.

Und dann noch dieses:

In der Flora blühen wieder die Kamelien.....

