

Tipps & Termine im Juni

Seniorenkino im Cineplex Filmpalast, Hohenzollernring 22

Mittwoch, 04.06.2025 um 14:30 Uhr und um 15:30 Uhr

Vor Filmstart laden wir Sie im Foyer zu einer Tasse Kaffee mit Gebäck ein.

(Bitte beachten Sie, dass dieses Angebot nur **vor** Filmbeginn gilt.)

Kosten: 8,-€



Mittwoch, 04.06.2025, 19:30 Uhr Domforum: Wiener Caféhaus- und Salonmusik – kostenlos

Das Prater Quartett offeriert in seinem schwungvollen Programm bekannte Stücke aus Operetten und Musicals. Und die Künstler haben natürlich Musik von Walzerkönig Johann Strauss im Gepäck, dessen 200. Geburtstag wir 2025 feiern.

Besetzung: Leszek Saletra, Violine; Andreas Saletra, Gitarre; Wlodek Gula, Kontrabass; Margarita Dorzweiler, Klavier

Tickets: 0221 - 92 58 47 20

Donnerstag, 05.06.2025 kostenlos in die Museen am KölnTag bis 22 Uhr

Jeden ersten Donnerstag des Monats (außer an Feiertagen) haben alle Bürgerinnen und Bürger mit Wohnsitz in Köln freien Eintritt in die Sonderausstellungen sowie die ständigen Sammlungen der städtischen Museen.

Freien Eintritt in die städtischen Museen haben auch:

- alle, die einen KölnPass besitzen
- alle Kölner*innen und Kölner am Tag ihres Geburtstages

Käthe Kollwitz Museum Köln, Kölnisches Stadtmuseum, MAKK – Museum für Angewandte Kunst Köln, Museum für Ostasiatische Kunst, Museum Ludwig, Museum Schnütgen, NS-Dokumentationszentrum, Rautenstrauch-Joest-Museum, Römisch-Germanisches Museum, Wallraf-Richartz-Museum & Fondation Corboud

Dienstag, 10.06.2025 von 10-12 Uhr: Stadtteilfrühstück im Pfarrsaal St. Georg - kostenlos für Senior*innen aus dem Veedel und aus aller Welt

- **Anmeldung bitte 1 Woche vorher** –
SNW Altstadt-Süd, Tanja Gast, 0178–90 94 710

Donnerstag, 12.06.2025 um 12 Uhr Philharmonie Lunch – kostenlos, 30 Minuten lang

Erleben Sie in der Kölner Philharmonie Ihre kleine Pause vom Alltag – inspirierend, berührend, authentisch. Ein Ort voller Musik, für eine ungewöhnliche Mittagspause, eine Pause von den Geräuschen der Stadt oder einfach nur eine Pause vom Alltag.

PhilharmonieLunch wird von der KölnMusik gemeinsam mit dem WDR Sinfonieorchester und dem Gürzenich-Orchester Köln ermöglicht.

Montag, 16.06.2025 um 17:30 Uhr Domforum: „Lieblingslieder zum Mitsingen“ - kostenlos

Das Demenznetz Innenstadt und das Demenznetz Nippes laden Alt und Jung, Menschen mit und ohne Demenz ein zum Mitsingen bekannter Lieder auf Kölsch, Deutsch und Englisch mit dem Kölner Musiker Jochen ten Hoevel.

Veranstalter: DOMFORUM in Kooperation mit Demenznetz Innenstadt und Demenznetz Nippes **Filmvorführung im Filmforum NRW, neben dem Museum Ludwig,**

Tickets: 0221 - 92 58 47 20

Dienstag, 17.06.2025 Senioren-Tanz von 15 – 16 Uhr, im Pfarrsaal St. Georg, Georgstr. 6

Unkostenbeitrag: 3,-€, ermäßigt 2,-€

- **nur mit Anmeldung** -: SNW Altstadt-Süd, Tanja Gast, Tel: 0178 – 90 94 71

Mittwoch, 18.06. 2025, 19 Uhr Apostelnaula: „Kammerkonzert – Viva la musica!“ - kostenlos

Mit Fatima Aliyeva (Klavier) und Studierende der Hochschule für Musik und Tanz Köln

Apostelnaula: Apostelkloster 1b, rechts neben der Kirche

Mittwoch, 25.06.2025 Domforum: „Klangnomaden: Equilibrio – das Vokaltrio LUAH“ um 19:30 Uhr - kostenlos

2023 gewann das Trio den Deutschen Jazzpreis in der Kategorie „Vokalalbum des Jahres“. Mit ihrem dritten Album „Equilibrio“ veröffentlichen die drei Musikerinnen Elsa Johanna Mohr (Gesang, Percussion, Ukulele), Lena-Larissa Senge (Gesang Synthesizer, Glockenspiel) und Ula Martyn-Ellis (E-Gitarre, Gesang, Mandoline) neue Songs, die sich facettenreich mit der Beziehung zwischen Natur und Mensch auseinandersetzen. Ihren ungewöhnlichen und vielfältigen Sound kombinieren sie mit brasilianischen Elementen und Improvisation.

Tickets: 0221 92 58 47 20

Angebote befreundeter SeniorenNetzwerke und Initiativen:

SNW Vringsveedel:

Boule: 14 tägig donnerstags, 14 – 16 Uhr weitere Infos, Tel.: 0221 - 814223

SNW Neustadt-Süd:

Südstadtlunch, meistens jeden 4. Donnerstag im Monat ab 12:30 Uhr im „Kurfürstenhof“, Bonner Str. 21. Tel: Frau Schürmann, 0221 - 9319032

SNW Altstadt-Nord:

Singkreis, jeden 2. Und 4. Freitag im Monat von 10:30 – 11:30 Uhr, Christuskirche, dorothee-Sölle-Platz. Frau Seredszus, Tel: 0221 – 859923

SNW Neustadt-Nord:

Kegelgruppe: jeden 4. Montag von 15 -17 Uhr, Gaststätte „Schmitzelang“, Severinstraße

Initiative Drittes Leben e.V.:

Wanderungen: Info und Kontakt, Herr Kissel: 0221 - 137964

Sprechstunde der Seniorenvertretung Innenstadt

jeden 2. und 4. Dienstag im **Bürgeramt** in der Ludwigstraße 8, 50667 Köln und

am 3. Mittwoch im Monat im **Bürgerhaus Stollwerck** von 11.00 bis 13.00 Uhr

Die Nummer gegen Kummer (kostenlos)

für ältere Menschen: 0800 470 80 90



Silbernetz

Täglich von 8 bis 22 Uhr. Anonym, vertraulich und kostenfrei.

Das Kölner Friedhofsmobil fährt Sie Mo bis Fr von 9 – 17 Uhr zu allen 59 Friedhöfen im Kölner Stadtgebiet – auch Rollstuhlfahrer*innen. Das Friedhofsmobil fährt Sie direkt ans Grab, wo Sie 30 Minuten verweilen können, und bringt Sie wieder zurück nach Hause – **kostenlos**.

Service-Nummer 0221 – 569 10 48 17 montags bis freitags von 9 bis 12 Uhr

Das **Demenznetz-Innenstadt** bietet Ihnen Informationen und Unterstützungsangebote rund um das Thema Demenz in der Kölner Innenstadt.

Sie erreichen es unter:
0221 888 278 21

Corinna Goos, DUO / Kölner Freiwilligen Agentur
corinna.goos@koeln-freiwillig.de



0221 60608 521

Sigrid Wächter, LVR Klinik/ Landschaftsverband Rheinland
sigrid.waechter@lvr.de

Reparieren statt Wegwerfen

Reparatur-Cafés bieten eine tolle Alternative zur Reparatur durch ein Fachgeschäft. Gegen eine freiwillige Spende können Gegenstände mit Hilfe ehrenamtlicher Helfer*innen repariert werden.

Repair Café Köln-Südstadt im Bürgerhaus Stollwerck, Dreikönigenstraße 23, 50678 Köln

jeden 2. Sonntag im Monat von 14-19 Uhr, Raum 016, Anmeldung: 0221/9911080 oder info@repair-cafe-koeln-suedstadt.de



SeniorenNetzwerk Altstadt-Süd
Koordination: Tanja Gast, Tel.: 0178 – 90 94 710



Radeln ohne Alter Das „Recht auf Wind in den Haaren“ in jedem Lebensalter

Wir von *Radeln ohne Alter* sind überzeugt, dass das Leben auch im hohen Alter noch voller Freude sein kann und soll.

Wir möchten mit Menschen, die nicht mehr aus eigener Kraft in die Pedale treten können, die Freude eines Fahrradausfluges teilen. Deshalb unternehmen wir ehrenamtlich **kostenlose Rikscha-Fahrten** in den Park, ans Rheinufer oder an geliebte Orte im Veedel – vielleicht mit einem Abstecher ins Lieblingscafé.

Wenn Sie eine Fahrt buchen möchten, rufen Sie an unter 0151 - 7457 5904.
Oder schreiben Sie gerne eine Mail an: suedstadt@radelnohnealter.koeln

