

Datum	Tag	Zeit	Programm
05.08.	Dienstag	15.00-18.00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
12.08.	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	„Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Fr.au Carnot, Tel. 0173 3858817
14.08.	Donnerstag	TP 12:00 Uhr Haltestelle Moses-Hess- Straße, Bus 153 Richtung Köln	„Andere Küchen kennenlernen“ Für heute haben wir das Restaurant „Shi-Asia“ ausgesucht. Das Lokal befindet sich im Schanzenviertel in K.- Mülheim, Am Kabellager 5. Wir fahren mit dem Bus bis zur Haltestelle Keupstraße und gehen von dort zu Fuß weiter oder steigen alternativ in die Straßenbahn Linie 4 Richtung Schlebusch (1 Station) . Anmeldungen bis zum 09.08. bei Frau Gerhards, Tel. 628661 (ab 16:00 Uhr)
19.08.	Dienstag	15.00-18.00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
25.08.	Montag	Beginn: 15 Uhr	„Kaffee oder Tee“ Gemütliches Beisammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Unkostenbeitrag: 4 € Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis 20.08. bei Frau Steiner, Tel.: 661744
26.08.	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	„Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Fr.au Carnot, Tel. 0173 3858817

<i>Datum</i>	<i>Tag</i>	<i>Zeit</i>	<i>Programm</i>
02.09.	Dienstag	15:00 – 18:00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
09.09.	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	„Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Fr.au Carnot, Tel. 0173 3858817
15.09.	Montag	Beginn: 15 Uhr	„Kaffee oder Tee“ Gemütliches Beisammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Unkostenbeitrag: 4 € Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis 10.09. bei Frau Steiner, Tel.: 661744
16.09.	Dienstag	15:00 – 18:00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
18.09.	Donnerstag	TP 12:00 Uhr Haltestelle Moses-Hess- Strasse, Bus 153 Richtung Köln	„Andere Küchen kennenlernen“ Heute erwartet uns das Griechische Lokal „ EVIA “ in Köln Merheim, Olpener Strasse 494.Wir fahren mit dem Bus bis zur Haltestelle Fuldaer Straße und anschließend mit der Linie 1 Richtung Bensberg bis zur Haltestelle Merheim. Anmeldungen bis zum 13.09.bei Frau Gerhards, Tel. 628661 (ab 16:00 Uhr)
23.09	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	„Handarbeiten und mehr“ Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Fr.au Carnot, Tel. 0173 3858817
30.09.	Dienstag	15:00 – 18:00 Uhr	„Skat, Rummikub und andere Spiele“ Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967



Regelmäßig stattfindende Sportveranstaltungen:

Mittwochs : „Fit bis ins hohe Alter“

Kurs 1 10:00 – 11:00 Uhr

Kurs 2 11:00 – 12:00 Uhr

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren im Sitzen und Stehen
unter autorisierter Leitung, für diese Kurse ist eine Teilnahmegebühr erforderlich.

Treffpunkt: Vor der Terrasse des GAG-Raums, Moses-Hess-Str. 74
Informationen : Tel.: 0178 3001475

Freitags: Wir treffen uns vormittags (09:30 oder 10:00 Uhr) zu einer Walking-Runde mit oder ohne Stöcke. Die Teilnahme ist kostenlos. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind herzlich eingeladen, sollten sich allerdings vorher nach Zeit und Treffpunkt sowie der geplanten Laufrunde erkundigen. Tel. 0173 4071851 Die Mitglieder der Walking-Gruppe werden per WhatsApp bzw. telefonisch über den Treffpunkt rechtzeitig informiert.

Geänderte Öffnungszeiten im Stadtteilbüro bis Ende 2025

Aus organisatorischen Gründen müssen wir unsere Ansprechzeiten ab August 2025 ändern. Wir sind montags für Sie weiterhin persönlich erreichbar.

August:

04.08.	vormittags	von 10:00 - 12:00 Uhr
11.08.	nachmittags	von 13:00 - 15:00 Uhr
18.08.	nachmittags	von 13:00 - 15:00 Uhr
25.08.	vormittags	von 09:30 - 11:30 Uhr

September:

01.09.	nachmittags	von 13:00 - 15:00 Uhr
08.09.	nachmittags	von 13:00 - 15:00 Uhr
15.09.	vormittags	von 09:30 - 11:30 Uhr
22.09.	nachmittags	von 13:00 - 15:00 Uhr
29.09.	nachmittags	von 13:00 - 15:00 Uhr

Zu den angegebenen Öffnungszeiten sind wir auch telefonisch erreichbar
Festnetz Stadtteilbüro : 0221 9337737
Mobil SNW: 0160 91705737 (zusätzlich mittwochs 10:00 – 12:00 Uhr)



SeniorenNetzwerk Stammheim
Unser Programm für August und September 2025
Seite 4 von 4

Sie möchten Ihr persönliches Exemplar unseres Programms in Papierform haben?
Unser Programm liegt an folgenden Stellen für Sie aus:

Stadtteilbüro	Bonhoeffer-Straße 13
Evangelische Kirche	Bonhoeffer-Straße 8
Café Lichtblick	Gisbertstraße 98
Schloß-Apotheke	Gisbertstraße 92
Stammheimer Kiosk	Gisbertstraße 88 - 90
Lotto Bell (Poststelle)	Moses-Heß-Straße 8
Bäckerei Förster	Gisbertstraße 109

Ebenfalls finden Sie unser Programm auf unserer Homepage

www.seniorennetzwerke-koeln.de/stadtteile/stammheim