Herzlich willkommen, im SeniorenNetzwerk Dünnwald

Newsletter Oktober 2025

	Angebote SeniorenNetzwerk Dünnwald
Montag von 10:00–11:30 Uhr	**Gedächtnistraining** Beitrag: 5 € (für Materialien und Getränke) Anmeldung bei: Elke In der Stroth Berg, Tel.: 0221 – 60144
Montagsnachmittag nach Vereinbarung	**Rikscha-Fahrten „Radeln ohne Alter“** Unsere ehrenamtliche Rikscha fährt Sie kostenlos zu Zielen in der Umgebung und holt Sie gern in Dünnwald ab. Anmeldung erforderlich: Tel.: 0163 – 333 10 22
Dienstag, Donnerstag und Sonntag ab 14:00 Uhr	**Boule-Gruppe am Waldbad** Infos & Anmeldung: Edgar Rohrmoser: edgar.rohrmoser@googlemail.com oder unter 0163 – 333 10 22
Mittwoch ab 14:30 Uhr	**Französisch lernen** Kostenpflichtig, mit Anmeldung: 0163 – 333 10 22 Gemeindehaus & Tersteegenkirche
Freitag von 09:00–10:00 Uhr	**Walking-Gruppe** Treffpunkt: Unter der Kastanie, Kirchplatz am Gemeindehaus Tersteegen Tel.: 0163 – 333 10 22
Mittwoch, den 01.10.2025 von 15:00–17:00 Uhr	**Digitale Sprechstunde** in Kooperation mit Café Mittendrin, Berliner Str. 944
Donnerstag, den 02.10.2025 ab ca. 09.30 Uhr	**Wander-Gruppe (10 – 12km)** Tagesausflug mit Einkehr Infos & Anmeldung: Ralf Raub, Tel.: 0221 / 60 21 09
Dienstag, den 14.10.2025 ab 9:30 Uhr	**Stadtteilfrühstück** Gemeindehaus Tersteegenkirche, Beitrag: 3–4 € Anmeldung bis 10 Uhr am Vortag: Auguste Krämer, Tel.: 0221 / 60 45 45
Mittwoch, den 15.10.2025 von 10:00–12:00 Uhr	**Digitale Sprechstunde** in Kooperation mit Café Mittendrin, Berliner Str. 944

Kontaktdaten

Koordination SeniorenNetzwerk Dünnwald: Nicole Scherer

Offene Sprechstunde: Mittwoch von 09.00 – 12.00 Uhr (Amselstraße 22 Gemeindehaus Tersteegenkirche)

Telefon: 0163 – 333 10 22 E-Mail: nicole.scherer@csh-koeln.de

Gefördert durch Stadt Köln

Herzlich willkommen, im SeniorenNetzwerk Dünnwald

Newsletter Oktober 2025

Dienstag, den 21.10.2025 ab 12.00	**Kulinarische Fußgängerreise** Gilden Brauhaus Köln (Clevischer Ring 121 in Köln Mülheim) Infos & Anmeldung: 0163 – 333 10 22
Donnerstag, den 23.10.2025 ab 10.00	**Ideenwerkstatt – Mitgestalten erwünscht!** Bringen Sie Ihre Ideen, Wünsche und Anregungen mit – wir gestalten das SeniorenNetzwerk gemeinsam! Gemeindehaus Tersteegenkirche, Infos: 0163 – 333 10 22
Mittwoch, den 29.10.2025 von 15:00–17:00 Uhr	**Digitale Sprechstunde** in Kooperation mit Café Mittendrin, Berliner Str. 944

	Seniorenkino
Mittwoch, den 01.10.2025 ab 14.30 o. 15.30	**Filmpalast Köln** Adresse: Hohenzollernring 22, 50672 Köln Film: Das große Los - 1 Insel, 40 Einwohner, 2 Betrüger
Mittwoch, den 08.10.2025 um 14:30 Uhr	**Seniorenkino – Odeon** Adresse: Severinstraße 81, 50678 Köln Film: Amrum
	Weitere regelmäßige Veranstaltungen in Dünnwald
Montag ab 14.00	**Seniorenclub Dünnwald/Höhenhaus** Gemeindehaus Tersteegenkirche Egbert Meiers, Telefon 02241 1657856
	Weitere einmalige Veranstaltungen in Dünnwald & Umgebung
Freitag, den 03.10.2025 um 19:30 Uhr	**SUNDOWN unplugged** Interpretationen der Hits der 60er und 70er Jahre Livemusik im CAFE mittendrin, Berliner Str. 944
Dienstag, den 30.09.2025 - Sonntag, den 05.10.2025	**Weitere Veranstaltungen in den Museen Kölns für den Weltsenior*innentag** https://museenkoeln.de/portal/Veranstaltungskalender
Montag, den 06.10.205 um 18.00 Uhr	**Themenvortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung** von Rechtsanwalt Manfred Beden Anmeldung bei den Johannitern: 0221-890090 FreiRaum Volksbank Dünnwald, Berliner Str. 933 in 51069 Köln

Kontaktdaten

Koordination SeniorenNetzwerk Dünnwald: Nicole Scherer

Offene Sprechstunde: Mittwoch von 09.00 – 12.00 Uhr (Amselstraße 22 Gemeindehaus Tersteegenkirche)

Telefon: 0163 – 333 10 22 E-Mail: nicole.scherer@csh-koeln.de

Gefördert durch Stadt Köln

Herzlich willkommen, im SeniorenNetzwerk Dünnwald

Newsletter Oktober 2025

Dienstag, den 07.10.22025 von 14.00 – 17.00 Uhr	**„Gesundheitstag in Dellbrück."** Städtisches Seniorenzentrum-Köln-Dellbrück Dellbrücker Hauptstraße 100a, 51069 Köln
Donnerstag, den 09.10.2025 ab 17.00 Uhr	**Gemeinschaftliches Wohnen - Persp. für ein gutes Älterwerden** Mit einem Impuls zu Wohnformen im Alter von K. Battkem Pfarrzentrum: Maria-Himmelfahrt-Str. 8, 51067 Köln
Donnerstag, den 09.10.2025 um 19:00 Uhr	**Autorenlesung Willi Vögeli: Kollateralschaden** mit Weinbegleitung vom Sommelier René Wippich Literaturreihe im CAFE mittendrin, Berliner Str. 944
Mittwoch, den 15.10.2025 von 16.00 – 18.00 Uhr	**Nachbarschaft im Gespräch: Social Media vs. Realität** Fachlicher Input von V. Scholz vom JFC Medienzentrum Köln Jugend- und Nachbarschaftshaus, Bodestraße 18, 51061 Köln
Samstag, den 25.10.2025 um 14:00 Uhr	**Reingelegt und abgezockt!** Ein Theaterstück über die miesen Tricks an älteren Menschen Forum 1+2 Polizeipräsidium (Walter-Pauli-Ring 2-6, 51103 Köln) Anmeldung unter: https://beteiligung.nrw.de/portal/pp_koeln/beteiligung/themen/1016272
Dienstag, den 28.10.2025 von 14.00 – 16.30 Uhr	**Tag des offenen Nachmittags im SBK Mülheim Haus 1** Einblicke in Seniorenarbeit, stationäre Tätigkeiten etc. Erdgeschoss Tiefentalstraße 68 – 70, 51063 Köln
Mittwoch, den 29.10.2025 von 14.00 – 18.00 Uhr	**Senioren-Informationstag** Info-Börse & Vorträge rund um Beratung, Wohnen und Pflege, Teilhabe und Hilfen für Senior*innen und pflegende Angehörige Bezirksrathaus Mülheim (VHS-Saal, Foyer und Rathausbistro), Wiener Platz 2a – 4, 51065 Köln
	Beratung und Sprechstunden
Dienstag 14.00 – 16.00 Uhr	**Caritas-Seniorenberatung** Stephan Hauser Tel.: 0178 909 47 58; E-Mail: stephan.hauser@caritas-koeln.de CAFE mittendrin, Berliner Straße 944
Donnerstag 15:00 - 17:00 Uhr	**Kölsch Hätz Sprechstunden** Dagmar Kriese, Rainer Lipinski Tel.: 0221 57007258; E-Mail: info@koelschhaetz.de CAFE mittendrin, Berliner Straße 944

Kontaktdaten

Koordination SeniorenNetzwerk Dünnwald: Nicole Scherer

Offene Sprechstunde: Mittwoch von 09.00 – 12.00 Uhr (Amselstraße 22 Gemeindehaus Tersteegenkirche)

Telefon: 0163 – 333 10 22 E-Mail: nicole.scherer@csh-koeln.de

Gefördert durch Stadt Köln