

SENIOREN- INFONACHMITTAG

„Gekonnt altern – Unterstützung und Wege

für ein selbstbestimmtes Leben“

Mittwoch
29.10.2025
14.00 – 18.00 Uhr

im Bezirksrathaus Mülheim
(VHS-Saal, Foyer und Rathausbistro)
Wiener Platz 2a – 4, 51065 Köln

Info-Börse & Vorträge rund um
Beratung, Wohnen und Pflege,
Teilhabe und Hilfen für Senior*innen
und pflegende Angehörige

Veranstalter:
Runder Tisch Seniorenarbeit
im Stadtbezirk Mülheim

Schirmherr:
Bezirksbürgermeister Norbert Fuchs

INFOBÖRSE 29.10.2025

- Arbeiterwohlfahrt Ortsverein Köln-Dellbrück
Caritasverband für die Stadt Köln e.V.
- ambulante Pflege Mülheim
Deutsches Rotes Kreuz Köln e.V.
- ambulante Pflege und Hilfen
Endlich e.V.
- Buddy-Projekt Köln
FEE e.V.
- Seniorinnentreff
Home Instead
- Home Instead zuhause leben S.D.GmbH
Hospizverein Köln-Mülheim e.V.
Interkultur e. V. Köln-Mülheim & Mülheimer
Bürgerhaus Müze
- Migration und Interkulturelle Frauenarbeit,
Seniorentreff
Kölsch Hätz, Caritas Köln e.V.
- Nachbarschaftshilfen und Engagement
Sozialbetriebe Köln gGmbH
- SBK SenioAss
- SBK Köln-Dellbrück mit Seniorenzentrum, amb.
Pflege und Soziale Betreuung
- Senioren- u. Behindertenzentrum Köln-
Mülheim, Haus 1 mit Soziale Betreuung“
Seniorenvertretung Mülheim
SeniorenNetzwerke Stadtbezirk Mülheim
mit AWO Köln, DRK Köln e.V.
Seniorenberatung mit ASB Köln Mülheim,
DRK Köln e.V.
- Beratung und Hilfen für das Alter
Wohnkonzepte Schneider gGmbH
- Wohngemeinschaften für Menschen
mit Demenz, Beistand
Zick für mich – Benim Zamanım, Stadtteilmütter,
CSH Köln gGmbH
- Gesundheitsförderung für türkischsprachige
pflegende Angehörige

Seniorenkoordination im Stadtbezirk

Runder Tisch
Seniorenarbeit im
Stadtbezirk Mülheim



SENIOREN-AKTIONSMONAT

„Gekonnt altern –

Unterstützung und Wege

für ein selbstbestimmtes Leben“

Bezirksweite kostenfreie Angebote
für Senior*innen in Köln-Mülheim



SENIOREN- AKTIONSMONAT

„Gekonnt altern –

Unterstützung und Wege

für ein selbstbestimmtes Leben“

Freitag, 26.09.25, 18.30 – 20.00 Uhr

Wo bleibe ich dabei?
Gesellschaft im Umbruch –
Austausch für Senior*innen
Café Mittendrin,
Berliner Str. 944, 51069 Köln

Sonntag, 28.09.25, 14.00 – 17.00 Uhr

Tag der offenen Tür
Caritas-Altenzentrum St. Josef-Elisabeth,
Elisabeth-Breuer-Str. 57, 51065 Köln-Mülheim

Dienstag, 30.09.25, 16.00 Uhr

Reden wir über Geld
– Schuldenfrei im Alter!
Veedelsbüro Holweide,
Piccoloministr. 435, 51067 Köln

Dienstag, 07.10.25, 14.00 – 17.00 Uhr

„Entdecken, informieren, genießen –
Gesundheitstag in Dellbrück“
Städtisches Seniorenzentrum-Köln-Dellbrück,
Dellbrücker Hauptstraße 100a, 51069 Köln

Donnerstag, 09.10.25, 17.00 Uhr

Gemeinschaftliches Wohnen
– Perspektiven für ein gutes Älterwerden
Pfarrzentrum St. Mariä Himmelfahrt,
Maria-Himmelfahrt-Str. 8, 51067 Köln

Mittwoch, 22.10.25, 10.00 – 12.00 Uhr

Offene Sprechstunde
Kölsch Hätz, Büro für den Standort Mülheim /
Buchheim / Buchforst, Adamsstraße 21, 51063
Köln (Liebfrauenhaus) 1.Etage, Aufzug vorhanden

Dienstag, 28.10.25, 14.00 – 16.30 Uhr

Tag des offenen Nachmittags
im SBK Mülheim Haus 1
SBK Mülheim Haus 1, Erdgeschoss
Tiefentalstraße 68 – 70, 51063 Köln

Mittwoch, 29.10.25, 14.00 – 18.00 Uhr

Senioren-Informationstag (Infos Rückseite)
Bezirksrathaus Mülheim (VHS-Saal, Foyer und
Rathausbistro), Wiener Platz 2a – 4, 51065 Köln

30.09.2025
bis
31.10.2025



Jeden Dienstag von 14.00 – 16.00 Uhr

Seniorenberatung im Café Mittendrin
rund um Anträge, Hilfen & Pflege
Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei.
Stephan Hauser, Seniorenberater Caritas Köln e.V.,
Berliner Str. 944, 51069 Köln

Jeden 3. Mittwoch, 10.00 – ca. 15.00 Uhr

Frischluft & Bewegung.
Von Zoch`s Biergarten machen wir uns dann
gemeinsam auf in die nähere Umgebung.
SeniorenNetzwerk Mülheim, Zoch`s Biergarten
am Wiener Platz

Jeden Mittwoch, 10.00 – 11.00 Uhr

Nordic-Walking-Treff in Flittard am Deich
bei Wind und Wetter – keine Anmeldung
erforderlich!
SeniorenNetzwerk Flittard, Parkplatz am Deich /
Hubertustr. in 51061 Köln-Flittard

Jeden Mittwoch, 14.00 – 17.00 Uhr

Frischgebackener Kuchen und lecker Kaffee.
Dazu nette Menschen von Jung bis Alt.
Jeder ist herzlich Willkommen.
AWO Köln, August Bebel Haus, Krahenstr. 1,
51063 Köln