

Geselligkeit:

„Netzwerk Frühstück“

im Gruppenraum Carlswerk-Quartier der GAG
Caumannsstr. 21 / Ecke Alte Wipperfürther Straße

Einmal im Monat normal **1. Dienstag von 09:30 – 11:30**
Einlass 09:15



Frühstücksbuffet in geselliger Runde

07. Oktober 1. Dienstag im Monat
04. November 1. Dienstag im Monat
**02. Dezember geänderte Zeit anderer Ort.-
Anmeldung hierfür erforderlich!**

Kontakt: Herr Thiel Tel.: (o 17 2) 2 01 76 74
Selbstkostenpreis € 5,00.

**Wir danken unseren Kooperationspartnern für die
Nutzungsmöglichkeit ihrer Räume und danken für die gute
Zusammenarbeit!**

* in Kooperation mit der GAG

SeniorenNetzwerk Buchheim, c/o Carlswerk-Quartier der GAG
Caumannsstr. 21, / Eingang Alte Wipperfürther Straße 59,
51065 Köln – Buchheim

**Für Druckfehler, Terminverschiebungen, Preise u. ä. kann nicht gehaftet
werden.**

www.seniorennetzwerke-koeln.de oder
<http://www.seniorennetzwerke-koeln.de/stadtteile/buchheim/>

SeniorenNetzwerk Buchheim im Deutschen Roten Kreuz



Netzwerk-Termine Oktober - Dezember 2025

Änderungen beachten!

Sprechzeiten:

im Gemeinschaftsraum des Carlswerkquartiers der GAG,
Caumannsstr. 21 / Alte Wipperfürther Straße, 51065 Köln - Buchheim
Sprechstunde nach Vereinbarung Tel. 63 46 43

Gesundheit und Bewegungen

Spazierengehen oder **Museum besuchen**

um 13 Uhr, Treffpunkt: unter der Platane

Ecke Frankfurter Str. und Guilleaumestraße

Vor Ort wird meist besprochen, wohin es geht.

Normalerweise jeden 3. Mittwoch im Monat spazieren

Mi 15. Oktober 3. Mittwoch im November Spazierengehen

Do 06. November !. Donnerstag in November KölnTag im Museum

Bitte Personalausweis mitnehmen!

Mi 17. Dezember 3. Mittwoch **Besuch eines Weihnachtsmarktes**

Für alle Wanderungen gilt: Je nach Witterung und anschließender Einkehr

Kontakt: Herr Thiel Tel.: (o 17 2) 2 01 76 74

In eigener Sache des Seniorennetzwerks

Buchheim:

Da alle Ehrenamtler, die sich im Seniorennetzwerk engagieren schon Ende siebzig sind, einige schon die achtzig erreicht haben, suchen wir dringend jüngere interessierte Mitarbeiter. Sie sollten nicht älter als fünfundsiebzig Jahre alt sein.

Kontakt: Tel.: 63 46 43

Sie melden sich? Wir würden uns freuen!

Kultur

Literaturkreis* *Krimis, Romane, Erzählungen, ...*



am 2. Dienstag im Monat 10.00-11.30 Uhr:

*im Gruppenraum Carlswerk-Quartier der GAG
Caumannsstr. 21 Ecke Alte Wipperfürther Straße*

14. Oktober „und Großvater atmet mit den Wellen“
von Trude Teige

11. November **noch offen wird am 14.10.**

9. Dezember **noch offen wird am 14.10.**

*Kontakt: Frau Basch - Rakowski Tel. 63 46 43
Herrn Engelhardt Tel. 89 45 60*

SeniorenKino im Filmpalst, Hohenzollernring 22 - 24

jeden Monat am 1. Mittwoch um 14:30 (Kino 1) und 15:30 Uhr (Kino 2).

Eintritt: € 7,- Einlass 1 Stunde vor Beginn, mit Kaffee / Kuchen

Treffpunkt Kino – Rabattgutschein in KölnerLeben

o1.10. „Gas große Los“ Komödie

o5. 11. „Maria“- Drama Biografie

o3. 12. „Frohes Fest-Weihnachten retten wir die Welt“ -

<https://www.cineplex.de/filmreihe/senioren-kino/2130/koeln/>

SeniorenKino im Odeon, Severinstraße 81

jeden Monat am 2. Mittwoch um 14.30 Uhr, Eintritt € 7,00

o8.10. „Amrum“ Frühjahr 1945

12.11 und 10.12. *Titel stehen noch nicht fest*

<https://www.odeon-koeln.de/inhalt/vorschau>

Treffpunkt: im Kino.

Wissenswertes:

Deutsch als Fremdsprache

Wird zurzeit nicht angeboten. *ehrenamtliche Mitarbeiter*innen gesucht*

Info: B. Basch – Rakowski



Englisch für Senioren

Englisch, verschiedene Level: --

wöchentlich Donnerstagvormittag

Wer mitmachen möchten, meldet sich bitte bei:

B. Basch – Rakowski

Informationen über die Seniorenetzwerke Köln

gibt es hier: <https://seniorenetzwerke-koeln.de/die-netzwerke/>
oder für den Stadtbezirk Mülheim bei:

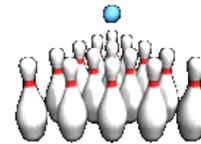
Cilli Brandt, servicestelle-snw-muelheim@caritas-koeln.de ,

Tel.: (o 17 2) 1 39 75 07, Adamsstraße 15, 51 063 Köln-Mülheim

Geselligkeit

Kegelgruppen

vorherige Anmeldung erforderlich!



Gruppe: ? – ? Uhr

Gemischte (?) Gruppe alle vier Wochen.

Wer eine Kegelgruppe **organisieren** möchte kann sich bei mir melden:

E – Mail: guenter.proehl@t-online.de

Ganzheitliches Gedächtnstraining*

Das Gehirn mit seinen grauen Zellen soll sich bewegen und „wachturmen“, damit es wieder in Fahrt kommt und beweglicher wird.

Jeden Montag 10:00 – 11:30 Uhr

im Gruppenraum Carlswerk-Quartier der GAG

Caumannsstr. 21 / Ecke Alte Wipperfürther Straße 59

Neue Teilnehmer sind immer willkommen.

Leitung: Frau Anna Grill

Teilnehmergebühr zum Selbstkostenpreis

Auskunft und

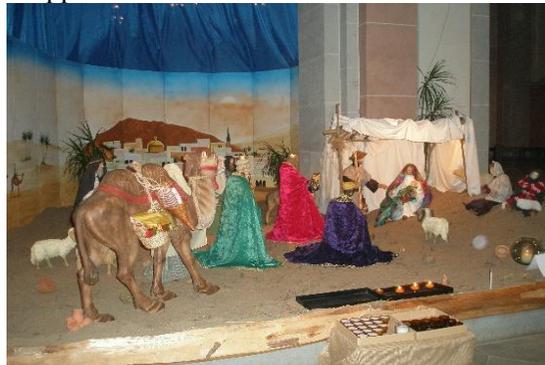
Anmeldung: Anna Grill Tel. (o2 21) 30 19 94 50

oder (o 15 7) 52 49 96 06



Rechts der Eingang Alte Wipperfürther Straße 59 zum GAG - Gemeinschaftsraum. Behindertengerechter Eingang Caumannsstr. 21. Rechts im roten Schaukasten stehen verschiedene Informationen. – Links der Bücherschrank. Ab- und Ausgabeplatz für Romane und Kinderbücher.

Krippenbild aus der römisch – katholischen Mauritiuskirche



Der Sprecherrat vom Seniorennetzwerk wünscht Allen eine **gesegnete Advents- und Weihnachtszeit, sowie alles Gute für das Neue Jahr.**

Bitte nutzen Sie auch in 2026 unsere Angebote.

Geselligkeit

Gemütlicher Klönkaffee



Normalerweise jeden **3. Dienstag** im Monat ab 14:30 Uhr statt:
(Einlass 14:15 Uhr)

21. Oktober

18. November

16. Dezember fällt aus!

im Gruppenraum Carlswerk-Quartier der GAG
Caumannsstr. 21 / Alte Wipperfürther Straße 59

Anmeldung mindestens 2 Tage vorher.

Wer **Kuchen spenden möchte, bitte auch zwei Tage vorher mit** Herrn Werner Thiel, Tel.: (o 17 2) 2 01 76 74 **absprechen.**