

Newsletter SeniorenNetzwerk Eil-Finkenberg

Unsere Termine im Dezember 2025

Datum	Wochentag	Uhrzeit	Programm
02.12.2025	Dienstag	11:00	Sprechstunde mit der Rechtsanwältin Frau Jutta Komorowski Anmeldung erforderlich
03.12.2025	Mittwoch	11:30	Sprechtreff mit Frau Ursula Hermann „Miteinander lernen, Deutsch üben“ Anmeldung erwünscht
03.12.2025	Mittwoch	15:30	Film „ Frohes Fest - Weihnachten retten wir die Welt!“ Filmpalast Köln (Cineplex) Hohenzollernring 22-24 Kosten: 3 Euro Anmeldung nicht erforderlich
16.12.2025	Dienstag	14:00	Sprechstunde mit der Rechtsanwältin Frau Jutta Komorowski Anmeldung erforderlich
17.12.2025	Mittwoch	11:30	Sprechtreff mit Frau Ursula Hermann „Miteinander lernen, Deutsch üben“ Anmeldung erwünscht
17.12.2025	Mittwoch	15:00	Musikalischer Entspannungsabend Anmeldung erforderlich
22.12.2025	Montag	15:00	Verbesserung des Gedächtnisses mit Hilfe der Beschreibung von Kunstwerken mit Sofia Nerian
	montags	15:00-17:00	Einzelberatung „Handy, Computer und Co.“ mit Herrn Matvij Trakhtenberg

Unsere Kontaktdaten:

Begegnungszentrum (BGZ) Porz
der Synagogen-Gemeinde Köln
Koordinatorin: Anna Ainbinder
Theodor-Heuss-Str. 43-45
51149 Köln

Tel: 02203/201554
Mobil: 0162/7598060
Fax: 02203/201555
E-Mail: seniorennetz.porz-eil@sgk.de



	montags	12:00-14:00	Malkurs für Senior*innen mit Herrn Arkadij Trubnikov
	montags	09:30-10:30	Hallen- und Bewegungstherapie als Rehabilitationssport in Zusammenarbeit mit dem Verein für Sport und Gesundheit Porz am Rhein e. V.
		nach Vereinbarung	Russisch - Einzeltraining
	dienstags	11:00 - 13:00	Strickkreis mit Frau Galina Pogibko
	dienstags	15:00-16:30	Englisch-Konversationskurs mit Frau Tatjana Pereslavl'tseva
	dienstags donnerstags	11:00 – 18:00	Spielgruppe Preference
	mittwochs	14:30 -17:30	Schachclub für Senioren Anmeldung erforderlich
	mittwochs	16:45 -17:45	Tanzgruppe „Hora“ mit Frau Oksana Nekhayenko
	donnerstags freitags	11:00-12:15 9:45-11:00	Yoga für Senioren ab 65+ mit Frau Natalia Korscheva
	freitags	12:00 - 14:00	Literarisch – musikalischer Club „Shalom Chaverim“ für russischsprachige Senioren
	montags dienstags	10:00 -13:00	Sprechstunde mit Koordinatorin Anna Ainbinder

Unsere Kontaktdaten:

Begegnungszentrum (BGZ) Porz
der Synagogen-Gemeinde Köln
Koordinatorin: Anna Ainbinder
Theodor-Heuss-Str. 43-45
51149 Köln

Tel: 02203/201554
Mobil: 0162/7598060
Fax: 02203/201555
E-Mail: seniorennetz.porz-eil@sgk.de

