



Gefördert durch



Haben Sie sich vorgenommen, im neuen Jahr mehr Sport zu treiben?

Dann schauen Sie doch bitte mal auf die Seiten 5 und 6 in diesem Infobrief!

## In dieser Ausgabe:

Seite 2 und 3  
Ausgewählte  
Termine

Seite 4  
Allgemeines und  
Besonderes  
Impressum

Seite 5 und 6  
Regelmäßige  
Treffen im  
SeniorenNetzwerk

# Monatlicher Infobrief

## für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock

Herzliche Einladung zu

### Aktiv in Zollstock

Dem monatlichen Treffen des SeniorenNetzwerks Zollstock

#### Informations- und Ideenaustausch und Zur Planung von Aktivitäten ab Februar 2023

Im persönlichen Miteinander und mit allen Interessierten

Keine Anmeldung – keine Kosten

gemeinsam - aktiv - engagiert

am Montag, 02. Februar 2026, 10 Uhr, im Bürgerhaus Zollstock

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock, Rosenzweigweg 1, Zollstock



#### Termine für den Montagstreff

|        |           | Film                        | Treffpunkt           |
|--------|-----------|-----------------------------|----------------------|
| 11.01. | um 14 Uhr | Bewegung für Körper + Geist | Bürgerhaus Zollstock |
| 26.01. | um 14 Uhr | Karnevalseinstimmung        | Rosenzweigweg 1      |
| 09.02. | um 14 Uhr | Vortrag                     | 50969 Köln           |
| 23.02. | um 14 Uhr | Ausflug                     |                      |
| 09.03. | um 14 Uhr | Gespräch mit Suppe          |                      |
| 23.03. | um 13 Uhr |                             |                      |

Einfach vorbeikommen. Ohne Anmeldung, kostenfrei.  
Allein oder in Begleitung. Wir freuen uns!

Fragen und Anregungen an  
Marita Scheeres, Koordinatorin SeniorenNetzwerk Zollstock  
E-Mail [awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de](mailto:awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de)  
Telefon 0221 379 68 03



Gefördert durch  
Stadt Köln

### „Wir probieren was Neues!“

Möchten Sie das SeniorenNetzwerk Zollstock mitgestalten?

Gemeinsam mit anderen und mit mir?

Dann kommen Sie zu unserem Planungstreffen am

Montag, 02. Februar 2026, um 14:00 Uhr Bürgerhaus Zollstock.

„Lassen Sie sich überraschen und inspirieren und bestimmen Sie mit!“  
Weitere Infos im SeniorenNetzwerk Zollstock

Ihre Marita Scheeres

Der Infobrief des SeniorenNetzwerks Zollstock erscheint stets am Donnerstag nach Aktiv in Zollstock und liegt dann zur Abholung im Bürgerhaus Zollstock aus.

Ich sende ihn Ihnen auch gerne per E-Mail zu. - Bitte melden Sie sich dafür im SeniorenNetzwerk Zollstock. (Die Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf Seite 4.)

**DER INFOBRIEF NUMMER 02 / 2026 DES SENIORENNETZWERKS ZOLLSTOCK  
ERSCHEINT AM 05. FEBRUAR 2026.**

**Ausgewählte Termine im Januar 2026****09.01.2026 (Fr) 19:00 Uhr****Zinema Zollstock: „Contra“**

D 2021, 99 Min., FSK 12

Ort: Pfarrzentrum Zum Heiligen Geist, Zollstockgürtel 33, Zollstock

**Veranstalter: Katholisches Bildungswerk Köln, Kirche am Südkreuz, Gemeinde Zum Heiligen Geist****11.01.2026 (So) 14:00-17:00 Uhr****Karnevals-Flohmarkt**

Kostüme, Accessoires, Orden u.v.m. tauschen, verschenken, verkaufen (Zum Verkauf ist eine Anmeldung im Gemeindebüro erforderlich)

**Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Zollstock, Bornheimer Straße 1a, Zollstock****☺ Montagstreff im Bürgerhaus Zollstock ☺****12.01.2026 (Mo) 14:00 Uhr****Film****Bei Kaffee und Keksen****Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock, Rosenzweigweg 1, Zollstock****13.01.2026 (Di) 20:00 Uhr****Raderbergkonzerte:****Schlagzeugensemble TrioColores**

mit Werken von Saint-Saens, Ravel, Debussy und Milhaud, Gershwin u.a.

Konzerteinführung um 18:45 Uhr

Eintritt € 15,00 über KölnTicket online oder 0221 2801

**Veranstalter: Deutschlandfunk, Raderberggürtel 40, Raderthal im Kammermusiksaal****14.01.2026 (Mi) 14:30 Uhr****Odeon-Seniorenkino:****Überraschungsfilm \*\*\***

Eintritt € 7,00

Kartenreservierung unter Tel 31 31 10 (ab 16:00 Uhr)

**Veranstalter: Odeon-Kino, Severinstraße 81, Altstadt-Süd****14.01.2026 (Mi) Uhrzeit bitte erfragen****Trauercafé der Johanniter****Bitte beachten:****neuer Ort!**

(bis voraussichtlich April d.J.)

Johanniter, Höninger Weg 247, Zollstock

(direkt an der KVB-Haltestelle Gottesweg)

Infos bei Frau Jakob, Ambulanter Hospizdienst der Johanniter Unfallhilfe e.V. unter Tel 0221 89009 312

**Veranstalter: Johanniter Unfall Hilfe e.V.****15.01.2026 (Do) 15:00 Uhr****Vorlese-Nachmittag im Café Veedelsgeist**

Am 3. Donnerstagnachmittag im Monat

Alte Märchen, Gedichte und Geschichten werden zum Leben erweckt.

**Veranstalter: Katholische Kirchengemeinden am Südkreuz, Gemeinde Zum Heiligen Geist, Zollstockgürtel 33, Zollstock****15.01.2026 (Do) 18:30 Uhr**

(Einlass 18:00 Uhr)

**Archivpräsentation**

Tauchen Sie ein in die lebhafte Zollstocker Geschichte!

Ort: Pfarrsaal St. Pius, Irmgardstraße 13, Zollstock

Spenden sind willkommen.

**Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock e.V.****16.01.2026 (Fr) 14:30-15:45 Uhr****Tanztee – tanz mit!**

Infos und Anmeldung bei Inna Achmatow (SeniorenNetzwerk Raderthal) unter Tel 01520 909 26 12 oder Jan Gudorf (RADERBERG und -THAL e.V.) unter Tel 0163 444 66 69

Spende erbeten

**Veranstalter/ Ort: RADERBERG und -THAL e.V. und SeniorenNetzwerk Raderthal in der Evangelischen Kirchengemeinde, Raderthal****17.01.2026 (Sa) ab 16:00 Uhr****Große Karnevalsparty \*\*\***

Programm u.a. mit Mätropolis, King Loui, Raderdoll und den Veedelsgängern

Eintritt € 20,00 + VV-Gebühr € 1,58

Karten online über <https://raderbergundthal.de/category/veranstaltungen/>

Ort: Gemeindesaal St. Mariä Empfängnis, Raderberger Straße 199, Raderberg

**Veranstalter: RADERBERG und -THAL e.V.****23.01.2026 (Fr) 14:30-16:30 Uhr****Trauercafé in St. Pius**Ansprechpartnerin: Gemeindereferentin Pia Odenhausen Tel 02232 48953 oder per Mail [pia.odenhausen@erzbistum-koeln.de](mailto:pia.odenhausen@erzbistum-koeln.de)

Ort: Im Pfarrheim Irmgardstraße

**Veranstalter: Kirche am Südkreuz Köln, Gemeinde St. Pius****24.01.2026 (Sa) 11:00-16:00 Uhr****Karnevalsmarkt**Auch am 31.01. und 07.02.2026, gleiche Uhrzeit  
Bunte Vielfalt an Kostümen, auch selbst geschniederte Unikate, und Accessoires

Infos unter Tel 0221 376 29 90

**Veranstalter/ Ort: Lutherkirche, Martin-Luther-Platz 2-4, 50677 Köln**

**Ausgewählte Termine im Januar bis Anfang Februar 2026****25.01.2026 (So) 14:30-17:00 Uhr****Tanzcafé: Tanz mit – aber bitte mit Sahne!**Anmeldung bei Sonja Schlegel Tel 0221 31 40 79  
oder per E-Mail sonja.schlegel@ev.gemeinde-koeln.de / Spende erwünscht**Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde  
Kartäuserkirche, Kartäusergasse 7, Altstadt-Süd****☺ Montagstreff im Bürgerhaus Zollstock ☺****26.01.2026 (Mo) 14:00 Uhr****Bewegung für Körper und Geist****Bei Kaffee und Keksen****Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock****27.01.2026 (Di) 19:00 Uhr****Der Club Kölner Filmer zeigt Filme,  
die am Wettbewerb des Landesfilmwettbewerbs  
BDFA NRW teilnehmen**

Gäste sind willkommen.

**Veranstalter: Club Kölner Filmer e.V. im  
Bürgerhaus Zollstock****29.01.2026 (18:00-20:00 Uhr)****MOVING SOUND**

Markus Stockhausen und Tara Bouman nehmen Sie mit auf eine musikalische Entdeckungsreise.

**Veranstalter/ Ort: Erzengel-Michael-Kirche,  
Pfarrer-te-Reh-Straße 5, 50999 Köln****29.01.2026 (Do) 19:30 Uhr****Zollstock-Gespräche:****Haltung zeigen im Dialog**

Referentin: Uschi Kellermann, Sonderschuldirektorin i.R. und Demokratiepromoterin

Anmeldung erforderlich wegen begrenzter Plätze unter service@am-suedkreuz-koeln.de

Ort: Pfarrzentrum Zum Heiligen Geist, Zollstockgürtel 33, Zollstock

**Veranstalter: Katholisches Bildungswerk Köln,  
Kirche am Südkreuz, Gemeinde Zum Heiligen Geist****02.02.2026 (Mo) 10:00 Uhr****Aktiv in Zollstock****Und „Wir probieren was Neues!“ um 14:00 Uhr****Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock****05.02.2026 (Mi) 18:00-20:00 Uhr****Repair-Initiative der Philippusgemeinde**

Anmeldung erbeten auf dem Kontaktformular unter www.kirche-raderthal.de

**Veranstalter: Evangelische Philippus-Kirchengemeinde, Albert-Schweitzer-Straße 3-5, Raderthal****06.02.2026 (Fr) 18:00-23:00 Uhr****Kult-Karnevals-Party \*\*\***

Mit Live-Musik, Dreigestirn, Tanzgruppen und vielem mehr

Karten-Vorverkauf freitags im Gemeindebüro

**Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde  
Zollstock, Bornheimer Straße 1a, Zollstock****08.02.2026 (So) 10:45 Uhr (Einlass 9:45 Uhr)****Karnevalistischer Frühstücksparty \*\*\***

Im Pfarrsaal St. Pius, Irmgardstraße 13

Eintritt € 15,00

Vorverkauf: Die Crepe Buden, Augenoptik Henning oder unter info@freundedeszollstocherdienstagszugs.de

**Veranstalter: Freunde des Zollstocker Dienstagszugs e.V.****☺ Montagstreff im Bürgerhaus Zollstock ☺****09.02.2026 (Mo) 14:00-16:00 Uhr****Karnevalseinstimmung****Singen mit Hermann-Josef Ley und Kaffee und  
Kuchen/Gebäck in gemütlicher Atmosphäre****Spenden werden gerne entgegengenommen****Bitte melden Sie sich im SeniorenNetzwerk an,  
z.B. bei Aktiv in Zollstock am 02.02.2026****Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock**

Die Veranstaltungen sind kostenfrei, wenn nicht anders angegeben.

\*\*\* Veranstaltung ist vielleicht schon ausgebucht.

Vielleicht noch einige Plätze frei

**Pfarrsitzung St. Pius****05.02.2026 (Do) 19:30 Uhr**

Einlass 18:30 Uhr

Programm u.a. mit Planschemalöör, Handwerker Peters, Philipp Godart, Räuber und den Winzern und Winzerinnen von der Bottmühl

Ort: Irmgardstraße 13, Zollstock

Eintritt € 32,00

Tickets per Mail unter piuskirche@gmail.com

**Veranstalter: Kirche am Südkreuz Köln,  
Katholische Kirchengemeinde St. Pius**

Vielleicht noch einige Plätze frei

Vielleicht noch einige Plätze frei

**„Sturzprophylaxe – Bleiben Sie standhaft!“**

Referentin: Mareike Boy, Dipl.-Sportwissenschaftlerin

**15.01.2026 (Do) 15:30-17:00 Uhr**

Im Mietercafé KBG, Bliesheimer Straße (gegenüber Hausnummer 3-7), Raderthal

Kostenfrei

Anmeldung bei Inna Achmatow Tel 0152 090 926 12  
oder seniorennetzwerk.raderthal@gmx.de oder

Stephanie Kraus unter stephanie.kraus@t-online.de

**Veranstalter: SeniorenNetzwerk Raderthal**

Vielleicht noch einige Plätze frei

**SeniorenNetzwerk Zollstock**

Marita Scheeres  
Rosenzweigweg 1  
50969 Köln  
Träger: AWO Kreisverband Köln e.V.

Tel 0221 379 68 03  
Telefon mobil 0152 090 59 807

E-Mail-Adressen:  
[awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de](mailto:awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de)  
[scheeres@awo-koeln.de](mailto:scheeres@awo-koeln.de)

[www.seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de)  
[www.awo-koeln.de](http://www.awo-koeln.de)

**Persönlich/ telefonisch erreichbar:**

Mo 9:00 bis 15:00 Uhr, Di + Mi 10:00 bis 14:00 Uhr, Do 9:30 bis 15:00 Uhr  
Und wie stets –  
auch nach Vereinbarung  
Abwesend: 17.02.+19.02.2026

I  
m  
p  
r  
e  
s  
s  
u  
m

**Aktivität ist keine Frage des Alters**

Die Kölner SeniorenNetzwerke bieten allen Kölner Bürgerinnen und Bürgern ab 60 ein Forum, sich nach ihren Interessen und Möglichkeiten zusammenzufinden. Ob Kontakte knüpfen, Gleichgesinnte finden, Gruppen initiieren: wer für sich selbst oder andere aktiv werden möchte, soll selbst etwas davon haben.

**Warum nicht das tun,  
wozu man immer schon Lust hatte?  
Machen Sie mit im  
SeniorenNetzwerk Zollstock!**

Hier finden Sie die Möglichkeit, Zukunft aktiv mit zu gestalten, ganz gleich, ob Sie sich nur für kurze Zeit oder langfristig engagieren möchten, Ob Sie bei einer Gruppe dabei sein, den Sonntagsspaziertreff organisieren oder Ihr Smartphone besser nutzen wollen –

**Ihren Ideen und Ihrem Engagement  
sind keine Grenzen gesetzt.**

**Allgemeines und Besonderes****Führung durch den Kölner Hauptbahnhof**

**17.01.2026 (Sa) 10:00 Uhr**

Kostenlose Führung der Bahnhofsmision für Senior\*innen Lernen Sie die Gegebenheiten vor Ort kennen und informieren Sie sich über eventuelle Hürden und Lösungsmöglichkeiten im Reiseverkehr.

Eine Anmeldung ist erforderlich unter Tel 0157 36 60 02 91 oder per Mail an [senioren.bahnhofsmision@web.de](mailto:senioren.bahnhofsmision@web.de)

**Veranstalter: Bahnhofsmision Köln, Gleis 1E, Trankgasse 11, 50667 Köln**

**Best 60 Plus: Der Charme des Älterwerdens**  
**Kostenlos für Menschen 60+, die ihr Wohlbefinden fördern möchten**

Termine:

27.01. / 03.02. / 10.02.2026 jeweils 9:30-12:45 Uhr  
Kursort: VHS im Bezirksrathaus Nippes, 1.16, Neusser Str. 140, 5077 Köln („Neusser Str./Gürtel“ Haltestelle der Linie 12)

Weitere Infos nur per Mail unter [vhs-bell@stadt-koeln.de](mailto:vhs-bell@stadt-koeln.de)

**Veranstalter: VHS Köln**

Mehr Infos auch unter: <https://www.koelner-vhs.de/kurssuche/kurs/BEST-60Plus-Der-Charme-des-AElterwerdens/26N712004>

**Nicht mit mir!****Selbstbehauptungstraining für Senior\*innen**

Wie verhalte ich mich am besten, wenn ich in eine gefährliche Situation gerate?

**29.01.2026 (Do) Uhrzeit bitte erfragen**

Weitere Info und Anmeldung unter Tel 0221 229 8655

**Veranstalter/ Ort: Polizei Köln im Polizeipräsidium Köln, Walter-Pauli-Ring 2-6, 51103 Köln-Kalk**

**Lunchtime-Konzert**

**An jedem Dienstagmittag um 13:30 Uhr**

(außer vermutlich an den Karnevalstagen): Studierende zeigen die klangliche und stilistische Vielfalt der Orgelmusik in nur 25 Minuten.

Weitere Infos unter Tel 0221 283 80 0

**Ort/ Veranstalter: Hochschule für Musik und Tanz Köln in der Kirche St. Kunibert, Kunibertskloster 2, 50668 Köln**

**„Sprechen & Zuhören – Offen reden. Echt zuhören. Einander verstehen.“**

**29.01.2026 17:00-19:00 Uhr**

Moderierte Gespräche in kleinen Gruppen zum Thema Digitalisierung und Social Media. Das Dialogformat „Sprechen und Zuhören“ wird zu Beginn erklärt.

Kostenfrei, Anmeldung erwünscht unter [www.stib-koeln.de/buchung](http://www.stib-koeln.de/buchung)

**Veranstalter/ Ort: Stadtteilbibliothek Rodenkirchen, Schillingsrotter Straße 38, Rodenkirchen**

Nur noch bis zum 18. Januar 2026:

**Fotoausstellung „Finding Margarita Neiteler.****Die fotografierende Nonne**

„wahrscheinlich die einzige Kölner Fotografin, die rund um das Kriegsende am und im Dom fotografierte“ sagt Manfred Linke, Kurator.

34 teils großformatige Bilder über Zerstörung und Wiederaufbau des Doms

Öffnungszeiten: Mittwochs und freitags 15:30-18:30 Uhr, sonntags 11:00-14:00 Uhr

**Veranstalter/ Ort: Michael Horbach Stiftung, Wormser Straße 23, 50677 Köln**



Köln



Gefördert durch



Bewegung in  
Zollstock

#### **Yoga für Senioren**

Yoga kennt kein Alter und keine Vergesslichkeit  
Mittwochs 10:00-11:00 Uhr

**Nächster Kursabschnitt 04.02.-08.07.2026**

Kursgebühr  
Dozentin: Manuela Kohn  
Veranstaltungsort:  
Bürgerhaus Zollstock,  
Rosenzweigweg 1,  
Zollstock

Weitere Infos und Anmeldung beim

**Veranstalter: AWO-Bildungswerk, Rubensstraße 7-13, 50676 Köln**

Tel 0221 20407 12 oder 20407 18 oder E-Mail  
bildungswerk@awo-koeln.de oder

<https://www.awo-bildungswerk-koeln.de/>

# **Monatlicher Infobrief**

## *für Zollstocker Seniorinnen und Senioren*

SeniorenNetzwerk Zollstock

| <b>Regelmäßige Treffen im SeniorenNetzwerk Zollstock</b><br><b>Montag bis Mittwoch</b>  |  |   |
|---|--|---|
| <b>Welche Gruppe?</b>   | <b>Wann?</b>   | <b>Wo? Besonderes?</b>  |
| Aktiv in Zollstock<br>Ideenwerkstatt und Treff für alle Interessierten  | Am 1. Montag im Monat, 02. Februar 2026<br>10:00 Uhr                   | Im Bürgerhaus Zollstock                                       |
| <b>Montagstreff<br/>im Bürgerhaus Zollstock</b><br>am 2. und 4. Montagnachmittag um 14:00 Uhr<br>mit wechselnden Themen<br>(siehe Seite 1 und Kalender)                                     |  |   |
| <b>Radtouren</b><br>„Zollstock und Umgebung“<br>Mit Manfred Braun – In der Winterpause  |  |   |
| <b>Kurs „Grundlagen der Smartphone- und Tabletnutzung“</b>  | Dienstags 10:00 Uhr  | Im Bürgerhaus Zollstock<br>Infos im SeniorenNetzwerk          |
| <b>Smartphone-Sprechstunde „Mein Handy richtig nutzen!“ Und</b>   | <b>Bitte melden Sie sich bei Herrn Kröger:<br/>Tel 0160 944 26 814</b> | Die Sprechstunde erfolgt in Einzelberatung.                   |
| <b>Hilfen im Umgang mit Laptop, Tablet und Rechner</b>  |  |   |
| <b>Spieletreff / Rummikub</b>   | Dienstags 14:00 Uhr  | Im Bürgerhaus Zollstock                                       |
| <b>Schachclub</b>   | Dienstags 15:00 Uhr  | Im Bürgerhaus Zollstock                                       |
| <b>Spieletreff</b>  | Mittwochs 10:00-13:30 Uhr  | Im Bürgerhaus Zollstock                                       |
| <b>Wandergruppe</b><br>Leichter Schwierigkeitsgrad, zirka 10-14 km Wegstrecke<br>Details werden mit den Anwesenden abgesprochen.<br>Alle 14 Tage in den ungeraden Kalenderwochen des Jahres | Mittwochs 10:00 Uhr<br>14.01., 28.01.<br>11.02.2026                    | + Treff: Höninger Platz, Eingang Südfriedhof (bei den Bänken) |
| <b>Ehrenamtliche englische*r Muttersprachler*in für kleine Senior*innengruppe im Netzwerk gesucht.</b>  |  |   |
| <b>Regelmäßige Treffen im SeniorenNetzwerk Zollstock</b><br>Siehe auch Seite 6  |  |   |

Regelmäßige Treffen im SeniorenNetzwerk Zollstock



## Bewegung in Zollstock

### Bewegung und Entspannung 60+

Die Freude an der Bewegung steht hier im Vordergrund!

Dienstags 10:30-11:15 Uhr oder 11:30-12:15 Uhr

Mittwochs 10:30-11:15 Uhr oder 11:30-12:15 Uhr

**Nächster Kursabschnitt: 03.02.-07.07.2026 bzw. 04.02.-08.07.2026**

Kursgebühr

Dozent: Andreas Breitenbach

Veranstaltungsort: 1. Kölner Schwimmverein e.V. (Turnhalle), Fritz-Hecker-Straße 11, Zollstock

Weitere Infos und Anmeldung beim

**Veranstalter: AWO-Bildungswerk, Rubensstraße 7-13, 50676 Köln**

Tel 0221 20407 12 oder 20407 18 oder E-Mail bildungswerk@awo-koeln.de oder <https://www.awo-bildungswerk-koeln.de/>

## Regelmäßige Treffen im SeniorenNetzwerk Zollstock Mittwoch bis Freitag

| Welche Gruppe?   | Wann?  | Wo? Besonderes?   |  |
|--|--|---|--|
| <b>Club der Kreativen</b><br>Gemeinsam kreativ sein in verschiedenen Techniken, voneinander lernen, gemütlich plaudern und lecker Kaffee trinken | Am 2.+4. Mittwoch im Monat, ab 14:00 Uhr 14.01. + 28.01.2026   | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk Zollstock                                 | <b>R<br/>e<br/>g<br/>e<br/>l<br/>m<br/>ä<br/>ß<br/>i<br/>g<br/>e</b> |
| <b>Spaziergehgruppe am Mittwoch</b><br>Eine kurze Wegstrecke von etwa 30 Minuten im Zollstocker Grün und anschließende Einkehr.                  | Am 4. Mittwoch im Monat, 14:00 Uhr 28.01. + 25.02.2026   | Treff: Höninger Platz, Eingang Südfriedhof (bei den Bänken)                                 | <b>T<br/>r<br/>e<br/>f<br/>f<br/>e<br/>n</b>                         |
| <b>Curumba – Tanzfitness 60+</b><br>Zwei Gruppen:<br>Gruppe 1: 10:00-11:00 Uhr<br>Gruppe 2: 11:00-12:00 Uhr                                      | Donnerstags Kurse wöchentlich Voraussichtlich wieder ab dem 22.01.2026<br>Kursgebühr                     | Information bei der Kursleitung Frau Hebestreit Tel 0221 550 31 60 und mobil 0174 900 80 61 | <b>i<br/>m</b>   |
| <b>Englischgruppe am Donnerstag</b><br>Es werden englische Texte gelesen, ihr Inhalt und auch aktuelle Themen diskutiert.                        | Am 1.+3. Donnerstag im Monat, 10:00-12:00 Uhr 15.01. + 05.02.2026<br>Kopierpauschale                     | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk Zollstock                                 | <b>S<br/>N<br/>W</b>   |
| <b>Doppelkopfrunde</b><br>Kartenspiel für 4-6 Teilnehmende   | An allen Donnerstagen, außer am 2. Do im Monat 14:00 Uhr 15.01., 22.01., 29.01. + 05.02.2026             | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk Zollstock                                 | <b>Z<br/>o<br/>i<br/>/ /<br/>s<br/>t<br/>o<br/>c<br/>k</b>           |
| <b>Lesekreis</b><br>Gemeinsame Buchbesprechung<br>Gemeinsam ausgewählte Bücher werden bis zum nächsten Treffen gelesen und dann besprochen.      | Am 2. Donnerstag im Monat, 15:00-17:00 Uhr 08.01.2026<br>12.02.2026<br>(Weiberfastnacht) unter Vorbehalt | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk   |  |
| <b>Bouletreff - in der Winterpause</b>   |  |   |  |
| <b>Curumba – Tanzfitness 60+</b><br>Zwei Gruppen:<br>Gruppe 1: 10:00-11:00 Uhr<br>Gruppe 2: 10:00-11:00 Uhr                                      | Freitags Kurse wöchentlich Voraussichtlich wieder ab dem 23.01.2026<br>Kursgebühr                        | Infos siehe Curumba Donnerstag auch am  |  |
| <b>Gedächtnistraining spezieller Art:</b><br>Fragen zum Allgemeinwissen von heute und gestern  | Am 1.+3. Freitag im Monat, 10:00 Uhr 17.10. + 07.11.2025<br>Kopierpauschale                              | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk   |  |

Der nächste Infobrief des SeniorenNetzwerks Zollstock erscheint am 05.02.2026.