

## Filmvorführung

Einmal im Monat um 13:30 Uhr (Montags)

startet eine Filmvorführung bei Kaffee und Kuchen.

Die Filme werden vorher abgesprochen.

**Wo:** Gemeinschaftsraum der ASG, Dreisamweg 12.

**Kostenbeitrag für Kaffee und Kuchen 5,00 €.**



## Spiele

Jeden Donnerstag von 14:00 – 16:00 Uhr

wird in gemütlicher Runde bei Kaffee, Kuchen und Eierlikör „Rummy-Cup“, „Mensch ärgere Dich nicht“ usw. gespielt

**Wo:** im Gemeinschaftsraum der ASG, Dreisamweg 12.

**Kostenbeitrag: 2,00 Euro.**



## „Ran an Smartphone & Maus“

In entspannter Atmosphäre werden Tipps und Tricks für Laptops und Smartphones ausgetauscht und gemeinsam Probleme gelöst.

**Wann:** jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 09.30 – 12.00 Uhr

**Wo:** im Dreisamweg 16. **Kostenbeitrag 1,00 €**



## Frühstück im Veedel



## "Mittagstisch! – eine starke Sache"



Patenorganisation: ASG, Antoniter Siedlungsgesellschaft mbH, Dreisamweg 16, 51061 Köln,  
Tel.: 0221/ 931211 190, SeniorenNetzwerk Höhenhaus, Tel.: privat 0221/ 63 64 14

## Willkommen im SeniorenNetzwerk Höhenhaus!

Um die Vielfalt im Veedel rund um ein l(i)ebenswertes Älterwerden zu leben, Angebote und Teilhabe zu unterstützen, sind auch Sie gefragt! Bringen Sie sich ein, machen Sie einfach mit oder engagieren Sie sich aktiv.

Wir informieren Sie gern zu unseren Angeboten im SeniorenNetzwerk Höhenhaus und auch weiteren Möglichkeiten in Höhenhaus.

### NetzwerkGruppen und Projekte im SeniorenNetzwerk Höhenhaus:

- **Spieletreff** - seit 2008



- **Mittagstisch** - eine starke Sache! - seit 2009



- **Frühstück im Veedel!** - seit 2010



- **Offener Treff "Ran an Smartphone & Maus"** - seit 2010



- **Filmvorführung** – seit 2015



Seit Januar 2014 ist das SNW selbstorganisiert: Das ehrenamtliche Team bietet vielfältige Angebote im Veedel und organisiert übergreifende Aktivitäten, Termine (siehe Innen- und Rückseite).

### Unser Netzwerk motto:

**"Gemeinsam in Höhenhaus - Menschen, Ideen und Möglichkeiten verbinden!"**

Patenorganisation: ASG, Antoniter Siedlungsgesellschaft mbH,  
Dreisamweg 16, 51061 Köln,  
Tel.: 0221/ 931211 190,  
SeniorenNetzwerk Höhenhaus, Tel.: privat 0221/ 63 64 14

# 1. Quartal 2026 im Seniorennetzwerk Höhenhaus

Januar		
1 Do	Neujahr	1
2 Fr		
3 Sa		
4 So		
5 Mo		2
6 Di	Heilige Drei Könige	
7 Mi		
8 Do	14:00 Spielen 	
9 Fr		
10 Sa		
11 So		
12 Mo	13:30 Filmvorführung 	3
13 Di	09:30 „Ran an Smartphone & Maus“ 	
14 Mi		
15 Do	14:00 Spielen 	
16 Fr		
17 Sa		
18 So		
19 Mo		4
20 Di		
21 Mi		
22 Do		
23 Fr		
24 Sa		
25 So		
26 Mo		5
27 Di	09:30 „Ran an Smartphone & Maus“ 	
28 Mi		
29 Do	14:00 Spielen 	
30 Fr		
31 Sa		

Februar		
1 So		
2 Mo		6
3 Di		
4 Mi		
5 Do	14:00 Spielen 	
6 Fr		
7 Sa		
8 So		
9 Mo	13:30 Filmvorführung 	7
10 Di	09:30 „Ran an Smartphone & Maus“ 	
11 Mi		
12 Do	14:00 Spielen 	
13 Fr		
14 Sa		
15 So		
16 Mo	Rosenmontag	8
17 Di		
18 Mi		
19 Do	14:00 Spielen 	
20 Fr		
21 Sa		
22 So		
23 Mo		9
24 Di	09:30 „Ran an Smartphone & Maus“ 	
25 Mi		
26 Do	14:00 Spielen 	
27 Fr		
28 Sa		

März		
1 So		
2 Mo		10
3 Di		
4 Mi		
5 Do	14:00 Spielen 	
6 Fr		
7 Sa		
8 So		
9 Mo	13:30 Filmvorführung 	11
10 Di	09:30 „Ran an Smartphone & Maus“ 	
11 Mi		
12 Do	14:00 Spielen 	
13 Fr		
14 Sa		
15 So		
16 Mo		12
17 Di		
18 Mi		
19 Do	14:00 Spielen 	
20 Fr		
21 Sa		
22 So		
23 Mo		13
24 Di	09:30 „Ran an Smartphone & Maus“ 	
25 Mi		
26 Do	14:00 Spielen 	
27 Fr		
28 Sa		
29 So	Beginn der Sommerzeit	
30 Mo		14
31 Di		