



TEAM:

Mittwoch, 04.02.2026 – 09.45 Uhr



Redaktionsschluss für die Februar.-Ausgabe: 06.02.2026

IMPRESSUM:

Förderverein Höhenberg e.V. Weimarer Str. 15, 51103 Köln

Tel.: 0221 / 87 21 10 - E-Mail: psh@fvh.koeln

Bürozeiten:

montags 09.00 – 13.00 Uhr

donnerstags 11.00 – 15.00 Uhr

Weitere Infos unter: www.seniorennetzwerke-koeln.de

und www.hoevi.info

Werden Sie Mitglied oder Sponsor im Förderverein!
"Kleiner Beitrag - große Wirkung"

Sparkasse KölnBonn - IBAN: DE 50 3705 0198 0005 0422 54

Swift-BIC: COLSDE33

St.-Nr. 218/5769/0038 Finanzamt Köln-Ost

1. Vorsitzende: Brigitte Wicharz 2. Vorsitzende: Sylvia Oferath

Redaktion und Mitarbeit:

Sylvia Oferath, Brigitte Carell, Monika Machulla Ingrid Färber,

Andrea Skroch, Anita Huber-Gierlich

-Druck: Glock-Druck, Köln-



Senioren
Netzwerk
Höhenberg

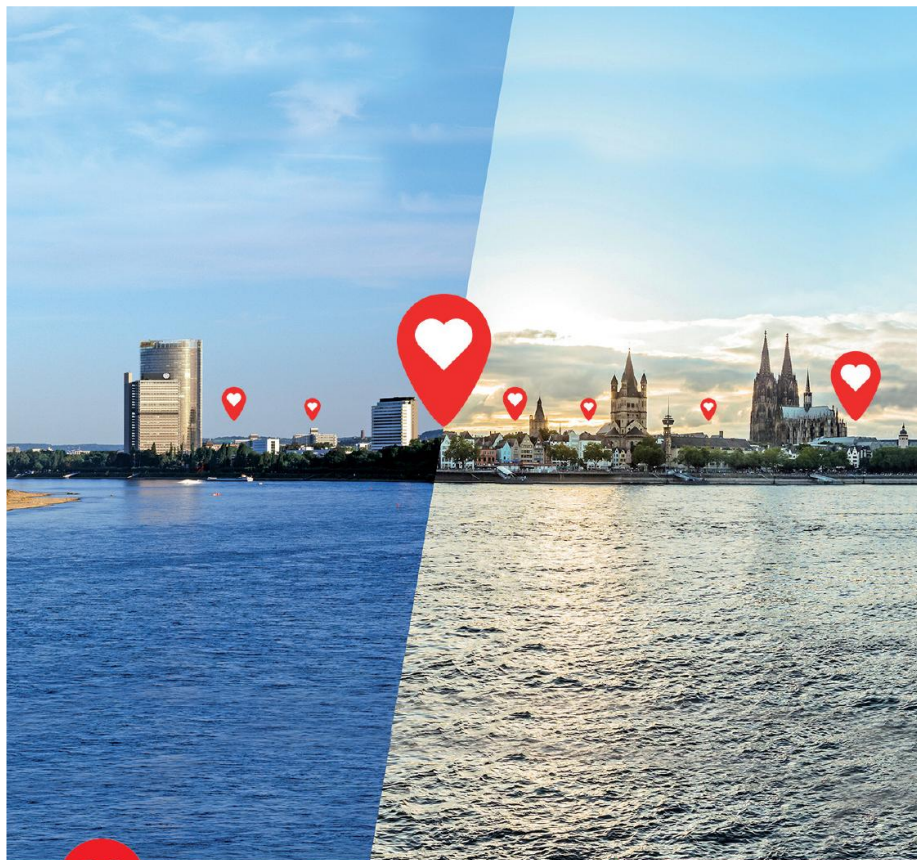


Wat läuf?

Februar 2026 (Nr. 523)

€ 1,50





#hiermitherz

Die Vereine der Region geben Menschen Perspektiven – wir geben ihnen das passende Spendenportal.

Einfach Projekt anmelden und unterstützen lassen.
Oder gleich für das Lieblingsprojekt spenden:

hiermitherz.de



**Sparkasse
KölnBonn**

In eigener Sache:

Liebe Lesende der „Wat läuf?“,



willkommen im neuen Jahr, in dem fröhliche Begegnungen und gemeinsame Erlebnisse auf uns warten. Viele Veranstaltungen stehen schon fest, andere werden noch geplant und haben auch Sie eine Idee oder einen Vorschlag, dann teilen Sie uns diesen gerne mit. Ob für einen fröhlichen Nachmittag, eine Bastelidee, Ausflug oder Vortrag. Lassen Sie uns gemeinsam aktiv bleiben! Ihre Teilnahme macht alles erst lebendig.

Kennen Sie den Förderkreis der Kölner SeniorenNetzwerke e.V.? Dieser wurde 2013 u. a. mit dem Ziel gegründet, die SeniorenNetzwerke zu unterstützen und die Teilhabe unabhängig von der persönlichen Finanzlage zu ermöglichen. So besteht die Möglichkeit der Kostenübernahme bei einigen kostenpflichtigen Veranstaltungen durch den Förderkreis für bedürftige Senior*innen (ab 60 Jahren, z.B. mit KölnPass, für Grundsicherungsempfänger*innen, Menschen in besonderer Notlage etc.). Bitte sprechen Sie mich gern in einem vertraulichen Gespräch an!

Nun steht der Karneval vor der Tür und wir freuen uns auf buntes Treiben, Lachen und gute Stimmung. Wir freuen uns auf Sie!

Auf ein gesundes Jahr 2026!

Mit herzlichen Grüßen und Kölle Alaaf

Ihre Andrea Skroch



Wieverfastelovend 2026

Donnerstag, 12.02.2026

Ab 11.11 Uhr „jeit et loss“

Einlass: 10:45 Uhr

Kosten: € 8,88 (darin enthalten sind

Suppe, Wasser, Kaffee und Berliner)

Eintritt ist bei Anmeldung zu zahlen –



Höhenberger Zoch

***Un wenn dat
Trömmelche jeiht; dann ston
mer all parat***

.....

Karnevalssamstag, 14. Februar 2026

Paul-Schwellenbach-Haus geöffnet ab:

12.00 Uhr

Et jitt jet zo süffele un zo müffele.

Jahresausklang

von Sylvia Oferath

Nach 2 Monaten halten wir heute wieder eine neue Ausgabe der Wat läuf in den Händen. In den letzten Wochen des Jahres haben wir noch viel erlebt im Paul-Schwellenbach-Haus.



Ein besonderes Erlebnis war sicherlich unsere Weihnachtsfeier mit 60 Personen im Restaurant Kaneo in Köln-Merheim. Rückmeldungen, die uns erreichten, waren positiv und wir freuen uns, dass der Nachmittag so harmonisch verlaufen ist.

Beim Weihnachtsfrühstück am 17.12. wurde Brigitte und mir ein großartiges Dankeschön von den Senioren und Seniorinnen überreicht. Wir haben uns sehr darüber gefreut



und sagen an dieser Stelle nochmals herzlichen Dank. Wir freuen uns jetzt schon, die Gutscheine im neuen Jahr einlösen zu dürfen.

Vom Adventszauber im November gibt es ein paar schöne Bilder und wir hatten viel Spaß.



Neben unserem Musiker Frank hatten wir um die Mittagszeit noch einen neuen Alleinunterhalter, der mit altbekannten Liedern für viel Stimmung gesorgt hat.



Zum dritten Mal haben wir eine Adventsfahrt auf dem Rhein gemacht. Die Stimmung war bes-

tens. Es gab leckere Waffel mit heißen Kirschen und Sahne mit einer Tasse Kaffee.

Der Nikolaus war ebenfalls an Bord und hat sich viel Zeit gelassen, um mit den Senioren zu sprechen und so wurden viele Fotos mit ihm gemacht. Ein kleines Gedicht von mir hat ihn auch hoch erfreut.



Das Rheinpanorama am Abend – immer wieder schön!

Nach dem Anlegen haben einige Seniorinnen sich auf den Weg in die Salz-

gasse gemacht.



Dort gibt es an einer kleinen „Rievkooche-Bud“ die besten Reibekuchen in Köln. Es war sehr lecker.

Ein kleiner Besuch auf dem Weihnachtsmarkt mit einem Tässchen Glühwein ist obligatorisch und dann ging es gut gelaunt wieder heimwärts. Es war ein schöner Ausflug.



Auch schon Tradition ist das Benefiz-Café, welches zum Jahresausklang an einem Sonntag angeboten wird.

Der Erlös ist in unsere Spendenkasse geflossen und so ist wieder ein schöner Betrag zusammengekommen. Sobald wir wissen, wie und wem wir in unserem Veedel helfen können, werden wir die Spende gerne weitergeben und die Leser*innen der Wat läuf werden darüber selbstverständlich informiert.

Das war noch einmal ein kleiner Rückblick auf die Aktivitäten in den letzten 2 Monaten des vergangenen Jahres. Starten wir gut gelaunt in das neue Jahr und freuen uns auf neue Veranstaltungen, über die wir auch im Jahr 2026 berichten können.



Weihnachtsfeier der PariSozial gGmbH Mitarbeiter*innen mit Besuch vom OB zum Fototermin vor dem PSH im Dezember.

NEUJAHRSEMPFANG



Oh du schöne Weihnachtszeit



von Monika Machulla



Auch wenn wir jetzt schon im Monat Februar 2026 angekommen sind, gibt es noch Erinnerungen an Veranstaltungen des PSH im Dezember 2025.

Im Laufe des letzten Jahres war es wieder soweit - Gedanken an die jährliche wiederkehrende Weihnachtszeit.

Wir wollten uns und anderen eine Freude machen und dazu gehörte die Planung der Weihnachtsfeier des Fördervereins. Zuerst natürlich die Überlegung, in welchem Lokal könnten wir sie ausrichten. Für 60 Personen musste richtig geplant werden. Der Weg der Teilnehmer durfte nicht zu weit und beschwerlich sein. Eine große Anzahl ist mit Rollatoren unterwegs.



Brigitte Wicharz und Sylvia Oferath nahmen zuerst einmal Kontakt mit der Spendenplattform „Hier mit Herz“ der Sparkasse Köln-Bonn auf, um für das anstehende Fest einen Zuschuss zu bekommen. Dies ist im Internet über Crowdfunding möglich.



Einen großen Dank dafür. Wir erhielten einen Betrag, der uns die Möglichkeit bot, die Kosten für die Weihnachtsfeier und damit den Eintrittspreis für die Teilnehmer erschwinglich zu machen.

Im Laufe des Jahres wurden viele Geschenke im Paul-Schwellenbach-Haus liebevoll eingepackt wurden, so dass wieder eine schöne Tombola stattfinden konnte. Die Freude war bei vielen groß, wenn ihnen das Glück hold war.



Die Weihnachtsfeier war sehr schön und das Gedränge um den vermeintlich schönsten Platz blieb aus, da Brigitte und Sylvia Platznummern ausgegeben hatten. Gute Idee! So möchten wir heute Danke sagen für die gute Vorbereitung, die eine Menge Zeit in Anspruch nahm und freuen uns auf alle anstehenden Aktion 2026 im PSH.





1, 2, 3 im Sauseschritt

Von Ingrid Färber

1, 2, 3 im Sauseschritt
Eilt die Zeit, wir eilen mit.
Und was haben wir empfangen?

Es gab Frühstück und Mittagessen
Und vor allem die Feste nicht vergessen.
Auch Fahrten wurden unternommen
Und wir sind auch stets zurückgekommen.

Doch, wer hat das alles arrangiert, geplant und organisiert?

Ganz ohne Zweifel, das waren zwei Damen
-Brigitte und Sylvia- sind ihre Namen.
Sie haben mit Power, Ideen und Elan
umgesetzt so manchen Plan.

Doch für all diese Dinge braucht man Geld;
Denn Geld regiert die Welt.

Woher aber nehmen, wollen wir`s nicht stehlen!
Es müssen Sponsoren her, es ist nicht zu verhehlen.
Die Sparkasse KölnBonn ist so ein Klient,
Brigitte nicht bange, sie fackelt nicht lange
Meldet sich bei der Kasse an und fragt ganz ungeniert:
Wie sieht es aus mit einer Spende für die
Senioren im Paul-Schwellenbach-Haus?
Eine Spende ist möglich, doch wofür soll sie sein?
Begründe dies auf diesem Schein.
Die Bürokratie fordert ihr Recht
Und wir sind nach wie vor ihr Knecht.

Noch 2 Personen seien genannt
Frau Skroch und Frau Gräff uns allen bekannt.
Die still und leise dazu beigetragen
Wollen wir heute einmal „danke“ sagen.
Danke, für alle Mühe und Plagen,
die sie das ganze Jahr ertragen.
Wir haben gesammelt und uns gedacht
Ein Gutschein für jede, das wär doch ´ne Pracht,
da kann sich jede erfüllen
einen Wunsch nach eigenem Willen.

In diesem Sinne ein schönes Fest
Und für`s neue Jahr das Allerbest`
Das wünschen die Senioren aus dem PSH.

Kleines Brückenrätsel

Konfetti wolke

Scherz zeichen

Luft grube

Schmink haar

Zauber ablage

Clown flügel

Masken spiel

Feen mixer

Monatsprogramm des Paul-Schwellenbach-Hauses

Mo	02.02.	09.30 Uhr 10.00 Uhr 11.00 Uhr 12.00 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Kurs I Sitzgym, Germaniastr. 96 Kurs II Funktionsgym, Germaniastr. 96 Kurs III Funktionsgym, Nürn. Str. 39 Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	03.02.	09.30 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – bitte anmelden! Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Mi	04.02.	09.45 Uhr	TEAM
Do	05.02.	10.30 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr 19.30 Uhr	„Fit d. d. Winter“ – Merh. Heide Geburtsstagsfeier der im Januar-Gebo- renen - bitte anmelden! Lernförder. mit Coach e.V. b. 19.30 Uhr SPD-Ortsverein - Vorstandssitzung
Fr	06.02.	14.00 Uhr 16.00 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 Uhr
So	08.02.		
Mo	09.02.	09.30 Uhr 10.00 Uhr 11.00 Uhr 12.00 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Kurs I Sitzgym, Germaniastr. 96 Kurs II Funktionsgym, Germaniastr. 96 Kurs III Funktionsgym, Nürn. Str. 39 Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	10.02.	09.30 Uhr 14.00 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – bitte anmelden! DRK-Seniorenberatung b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Mi	11.02.	09.00 Uhr 19.30 Uhr	Stadtteilfrühstück – Preis s. Aushang bitte anmelden! Fidele Höhenberger e.V. Gruppentreffen
Do	12.02.	10.30 Uhr 10.45 Uhr	„Fit d. d. Winter“ – Merh. Heide ab „11.11 Uhr jeit et loss“ – Wieverfastelovend im PSH
Fr	13.02.		
Sa	14.02.	12.00 Uhr	„de Zoch kütt – Et jitt jet zo süffele un zo müffele!“
Mo	16.02.		Rosenmontag – PSH geschlossen!
Di	17.02.		Veilchendienstag
Mi	18.02.	12.00 Uhr	„Fischessen“ – bitte anmelden!

Monatsprogramm des Paul-Schwellenbach-Hauses

Do	19.02.	10.30 Uhr 17.00 Uhr	„Fit d. d. Winter“ – Merh. Heide Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Fr	20.02.	14.00 Uhr 16.00 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 Uhr
So	22.02.		
Mo	23.02.	09.30 Uhr 10.00 Uhr 11.00 Uhr 12.00 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Kurs I Sitzgym, Germaniastr. 96 Kurs II Funktionsgym, Germaniastr. 96 Kurs III Funktionsgym, Nürn. Str. 39 Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	24.02.	09.30 Uhr 14.00 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – bitte anmelden! DRK-Seniorenberatung b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Mi	25.02.	14.00 Uhr	Vorstandssitzung Förderverein
Do	26.02.	10.30 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	„Fit d. d. Winter“ – Merh. Heide „Klaafen u. Klönen“ – bitte anmelden! Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Fr	27.02.	14.00 Uhr 16.00 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 Uhr





Die „Junge Seite“ informiert:

Jugendeinrichtung HB51
Im Paul-Schwellenbach-Haus
Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch, Donnerstag: 15 – 20 Uhr

Dienstag: 14 -21 Uhr

Freitag: 14 – 20 Uhr

Kontakt: janek.toelle@kja-koeln.de Tel.: 0176/19213564



Vital Apotheke

Sabine Happersberger e.Kfr.

Olpener Str. 120

51103 Köln

Tel: 0221-49 29 39 0

info@vital-apotheke-koeln.de

Whatsapp: 0178 328 17 97



Kostenlose Lieferung

Bis 16.00 Uhr bestellt,
 erfolgt die Lieferung
 noch am selben Tag.



Öfter mal was Neues –

diesmal mit einem neuen Headsets bei unseren Veranstaltungen. Dank einer Sachspende können Sie uns nun besser verstehen, drinnen und draußen. Die Headsets helfen beim Reden, Zuhören und Verstehen, damit jeder aktiv dabei bleiben kann. Freuen Sie sich auf humorvolle Momente, klare Ansagen und mehr Spaß!

**Eintritt
Frei!**



Aktionstag Senior*innen

"Unterwegs im Alter – aber sicher!"

Samstag 21. März 2026, 11.00 -15.00 Uhr
Straßenbahn-Museum Thienenbruch



**Ab dem 02. März 2026 geht es weiter
mit der „Bewegung“
für alle 3 Kurse
für die nächsten 10 Stunden!**

Die 10 Termine sind wie folgt:

02.03.2026

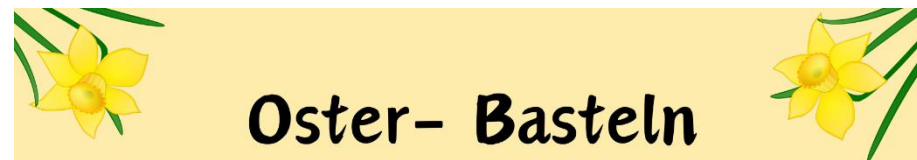
**09.03. / 16.03. / 13.04. / 20.04. / 27.04.2026
04.05. / 11.05. / 18.05. / 01.06.2026**

**Die Kurskosten betragen € 40,--.
Der Förderverein fördert dieses Angebot.**

**Ihr Eigenanteil von € 20,--
kann beglichen werden:
bis 09.03.2026 per Überweisung**

bis 09.03.2026 in der Geschäftsstelle (PSH)

*Änderungen krankheits- oder urlaubsbedingt sind möglich.
Sie werden möglichst rechtzeitig darüber informiert.*



Oster- Basteln

Donnerstag

12.03.2026

**Beginn 13.30 Uhr Basteln
ab 15.00 Uhr Waffeln**



Modenschau

Mittwoch 25.03.2026

09.00Uhr Frühstück

ab 10.30 Uhr Modenschau



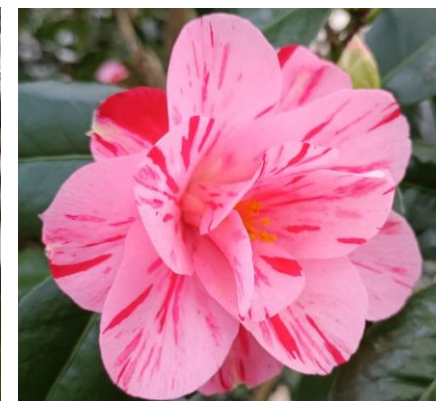
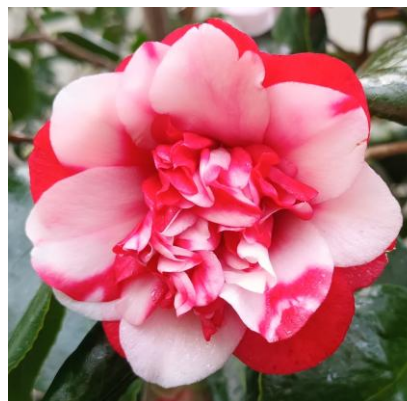
Ausgrenzung

Von Sylvia Oferath

Seit vielen Jahren haben meine Freundin und ich (beide 76 Jahre alt) ein Abo für das Theater am Dom. Um abends den Weg im Dunkeln zu den öffentlichen Verkehrsmitteln nicht machen zu müssen, haben wir die Parkmöglichkeit im dortigen Parkhaus sehr geschätzt. Der angebotene Theatertarif lag im letzten Jahr bei € 5,-- und bezahlen konnte man vor Beginn an einem der beiden Parkautomaten. Ein Automat war für Barzahlung und ein Automat für Kartenzahlung. Im März 2025 stieg der Preis auf € 10,-- und wir waren sehr überrascht. Aber auch das haben wir hingenommen. Im Januar dieses Jahres stand unser nächster Termin an. Die Auffahrt im Parkhaus ist sehr steil und als wir vor der Schranke standen, wies uns ein kleines Schild darauf hin, dass nur noch Kartenzahlung möglich ist. Gott sei Dank hatten wir unsere EC-Karten neben Bargeld eingesteckt. Wenn nicht, wäre es eine Meisterleistung geworden, dass Parkhaus wieder rückwärts zu verlassen, da auch schon die nächsten Besucher hinter uns standen. Der Theatertarif lag mittlerweile bei € 7,50, was uns noch positiv überraschte. Beide Automaten waren jetzt nur noch auf Kartenzahlung ausgelegt. Kein Problem, so dachten wir, aber die EC-Karte wurde nicht angenommen. Zahlung war nur mit Kreditkarte möglich. Wir haben die Welt nicht mehr verstanden. Wo leben wir hier in Köln. Überall im Ausland kann man mit der EC-Karte zahlen, nur in Köln im Parkhaus ist das nicht mehr möglich. Da wir noch zu der Generation gehören,

die immer etwas im Bargeld im Portemonnaie haben, hat eine freundliche Dame für uns das Parkticket mit ihrer Kreditkarte bezahlt und wir haben ihr den Betrag in bar gegeben. Was erwartet uns bei unserem nächsten Besuch dort. Vielleicht steht dann an der Schranke ein kleines Schild mit dem Hinweis, nur noch online im Voraus buchen und bezahlen zu können. Die Konsequenz wird sein, dass wir überlegen, in der nächsten Spielsaison das Abo im Theater nicht mehr zu verlängern. Es würde uns sehr leidtun. Vor allem die ältere Generation wird mit diesen Maßnahmen ausgegrenzt und ist ein Fall von Alters-Diskriminierung. Ich möchte noch anmerken, dass ich grundsätzlich nicht abgeneigt bin, auch die Vorteile der Digitalisierung zu erkennen. Ich mache online-banking und habe auch eine Kreditkarte. Aber ich bin nicht gewillt, alle Maßnahmen sang- und klanglos hinzunehmen.

(Dieser Leserbrief wurde auch an den Kölner Stadtanzeiger gesandt.)



Flora im Januar 2026



**Museumswohnung
im Paul-Schwellenbach-Haus
Weimarer Str. 15, 51103 Köln-Höhenberg
Tel.: 0221 / 87 2 110 - E-Mail: psh@fvh.koeln**

Öffnungszeiten:

Besichtigungen ohne Führungen sind in der Regel donnerstags zwischen 11:00 und 13:00 Uhr -mit bestätigter Anmeldung - (nicht an Ferien- und Feiertagen) und sonntags auf Anfrage zwischen 14:30 Uhr und 16:00 Uhr möglich.

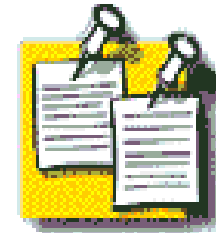
Kontakt: siehe oben!

Weitere Öffnungszeiten nach Absprache. Führungen können auch über den Museumsdienst der Stadt Köln Tel.: 0221/221-27380 oder www.koelnisches-stadtmuseum.de gebucht werden.

**Besuchen Sie die Museumswohnung digital unter:
www.gag-koeln.de/wir-fur-koln/museumswohnung/**



Persönliche Gespräche mit den Mitarbeitenden in der Hauptverwaltung und in den Kundencentern sind **nur noch nach vorheriger Terminvereinbarung** möglich. Telefonisch erreichen Sie uns zu den angegebenen Servicezeiten. Tel.: 0221/2011-2011 – E-Mail: kundenservice@gag-koeln.de
www.gag-koeln.de



**Termine und Kontakte
von weiteren Einrichtungen
in Höhenberg-Vingst
November 2025**
(Wenn nicht anders angegeben gilt die PLZ 51103)

Bitte nehmen Sie -falls sie an diesen Programmen interessiert sind- telefonisch oder per E-Mail mit der jeweiligen Einrichtung Kontakt auf. Wir danken für Ihr Verständnis!

Antoniter Siedlungsgesellschaft, Germaniastr. 96

- ☐ Kontakt: Heike Kohr – Tel.: 0221 / 931211-92
E-Mail: kohr@antoniter.de

Bürgerverein Höhenberg

- ☐ Kontakt: Elke Mück – Tel.: 0221 / 89 44 67
E-Mail: BuergerVerein@aol.com

DRK Seniorenberatung Weimarer Str. 15

- ☐ Kontakt: Astrid Caspers – Tel.: 0221/83 00 80 12 / auch Hausbesuche
E-Mail: beratung.kalk@drk-koeln.de

Coach e.V. Lernförderung

- ☐ Kontakt: Sükriye Celikkol (Höhenberg) Tel.: mobil 0157/74101760
E-Mail: scelikkol@coach-koeln.de

Erlöserkirche (Pfarrer Wolke), Burgstr. 75, Tel.: 87 27 57 KGM-Hoehenberg3@kirche-koeln.de/ Seniorentreffs

- ☐ Kontakt: Tel.: 87 15 12 E-Mail: KGM-Hoehenberg2@kirche-koeln.de

Förderkreis Rechtsrheinisches Köln e.V., Olpener Str. 483 51109 Köln-Merheim

- ☐ 1. Vors.: Sebastian Obermeier, 2. Vors.: Andreas Ritter
Kontakt: E-Mail: info@foerderkreisrrhkoeln.de
www.foerderkreisrrhkoeln.de

GAG Bewohner-Café, Frankfurter Str. 310-312

- ☐ Verkaufswagen nur auf Anfrage!

GAG Mieterrat Germaniasiedlung

- ☐ Kontakt: Heike Doetsch -über GAG-Büro- Tel. 0221/ 879707
E-Mail: nc-doetsche@netcologne.de

Integrationsagentur Arbeiterwohlfahrt- Tel.: 0221/32 00 85 33 Rösrather Str. 2-16, 51107 Köln-Ostheim (Rundbau)

- ☐ Kontakt: Frau Nuran Kancok Tel.: 0221/ 32008533 o. 0221/84642701
E-Mail: nuran.kancok@awo-mittelrhein.de
www.integrationsagentur-awo.de

Jugendwohnen St. Gereon, An St. Elisabeth 5

- ☐ Tel.: 0221 / 47 45 25 10 – info-gereon@kja.de
Das Bistro bietet Mo bis Fr einen Mittagstisch von 12.15 – 13.00 Uhr an.
Dieser steht auch Gästen von außerhalb zur Verfügung!

Palliativ Team SAPV Köln, Frankfurter Str. 312

- ☐ Kontakt: Tel.: 0221 / 888 45 678 -E-Mail: info@palliativteam-koeln.de
www.palliativteam-koeln.de

Pfarrsaal St. Theodor, Lustheider Str. 25

- ☐ Leitung: Ilse Dorn - Tel.: 0221 / 87 21 76 (siehe auch St. Elisabeth)

**Pro HöVi Stiftung, Jan Meyer,
Saarbrücker Str. 19a, 51107 Köln-Ostheim**

- ☐ Tel.: 0221 / 89 64 87, Fax 0221 / 89 64 85 - http://www.pro-hoevi.de
E-Mail: info@pro-hoevi.de

St. Elisabeth, An St. Elisabeth 11 - Pfarrbüro

- ☐ Kontakt: Tel.: 0221/87 21 76 (siehe auch St. Theodor)
Kontakt: Kita St. Elisabeth - Tel.: 0221 / 874599 – Andrea Hertwig

SeniorenNetzwerk Köln-Vingst, Würzburger Str. 11 a

- ☐ Ansprechpartner: Beate Mages - Tel.: 0221 / 87 54 85
vingstertreff@soziales-koeln.de

Seniorenheim Oranienhof GmbH, Olpener Str. 60

- ☐ Ansprechpartner*in: Herr Said Ahmadi u. Frau Verena Fuchs
Tel.: 0221 / 820056-0

Kontakte zur Seniorenvertretung

- ☐ Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 10 - 12 Uhr Sprechstunde im
Bürgeramt Köln-Kalk

Service-Wohnen-Höhenberg, Frankfurter Str. 400

- ☐ Kontakt: Tel.: 0221 / 2781694
E-Mail: info@servicewohnen-hoehenberg.de
www.service-wohnen-hoehenberg.de

fairstore - Stadtteilkaufhaus Köln-Kalk, Kalker Hauptstr. 177

Öffnungszeiten: Mo – Fr. 10 – 18 Uhr / Sa. 10 – 15 Uhr

- ☐ Erreichbar: KVB-Linie 1 + 9 (Kalk Kapelle)

Sozialraumkoordination Höhenberg-Vingst, Burgstr. 42

- ☐ Sabine Wiegelmann – Tel. 0221/26 18 34 95 (Burgstr. 42)
Sabine.wiegelmann@kja.de u. Kerstin Stangier – Tel. 0221/57004664
kerstin.stangier@kja.de Mobil: 0176/19 213 495

SPD-Ortsverein

- ☐ Kontakt: Christian Robyns - christian.robyns@gmail.com
☐ .2025 – 19.30 Uhr Vorstandssitzung

SPZ Kalk, Olpener Str. 114

- ☐ Sozialpsychiatrisches Zentrum für den Bezirk Kalk u. Stadtteil Deutz
Tel.: 0221 / 99182-0

**Verbraucherberatung im Quartier Höhenberg/Vingst
Würzburger Str. 11a, Bürgerzentrum Vingst**

- ☐ Kontakt: Dagmar Kautz - Tel.: 0211 / 91380 5013 (Di-Do)
vingst@verbraucherzentrale.nrw www.verbraucherzentrale.nrw

Wichtige Telefonnummern:

- Stadt Köln; Tel.: 115 oder 0221/221-0
- Ärzte-Bereitschaft: Tel.: 116 117 (kostenfrei)
- Beratungstelefon für Senioren: Tel.: 0221/221-27400
- Schnelle Hilfe f. vernachlässigte o. verwirrte Personen:
Tel.: 0221/221-24444
- Köln Pass: Tel.: 115 oder 0221/221-0
- Schwerbehindertenanträge: Tel.: 0221/221-30702 o. 30703
- Zentraler Sperrdienst bei Verlust von EC- o. Kreditkarten:
Tel.: 01805/021 021 bzw. 116 116
(diese auch bei Sperrung des Personalausweises)
- Ordnungsamt Köln – bei Parkvergehen, Ruhestörungen
und sonstigen Störungen: Tel.: 0221/221-32000
- Ampelhotline b. Störungen: Tel.: 115 oder 0221/221-0
- Mängel im Straßenland: Bauhof des Amtes für Straßen-
und Verkehrstechnik: Tel.: 0221/221-38141
- Schlagloch-Hotline: Tel.: 0221 / 221-38141
- Sperrmüllabholung / anmelden Tel.: 0221/9 22 22 22
- Wilden Müll melden: Tel.: 0221/9 22 22 22
- Glascontainer: 0800/1 22 32 55 (kostenfrei)
- Stadtteil-Team AWB - 0800/9 29 22 05 (kostenfrei)
- Friedhofsmobil Köln: Tel.: 0800-789 77 77 (kostenfrei)
- Telefonseelsorge: 0800/111 0 111 evangelisch
(kostenfrei) 0800/111 0 222 katholisch
- Häusliche Gewalt: 0800/116 016 (kostenfrei)

**Feuerwehr- und Notfall: Ruf 112 **
(Schlaganfall ist Notfall)

Hinsehen - Handeln – Hilfe

Polizei Ruf 110!

POLIZEI – Schutzbereich Kalk

Walter Pauli-Ring 2-6, 51103 Köln Wache: Tel.: 229-4630

Bereichsbeamte für Höhenberg

Tim Effenberger - 0221/229-4687, Mobil: 0174/6972203

Zentrale Köln: Tel.: 229-0

Senioren-Info-Telefon der Polizei Köln: 0221/229-2299

Scheuen Sie sich nicht, besondere Beobachtungen zu melden!

Bitte bringen Sie jede Straftat zur Anzeige: Polizei-Ruf 110 



**Wir gratulieren den Geburtstagskindern
des Fördervereins im Monat Nov. 2025**

Name	Datum	Alter
Emmi Böll	01.02.1940	86
Elke Palm	08.02.1942	84
Karin Reischl	12.02.1942	84
Brigitte Carell	15.02.1952	74
Hans-Jürgen Franc	18.02.1942	84
Ehrentraud Laska	25.02.1953	73
Brigitte Wicharz	27.02.1949	77

**Die Geburtstagsfeier für die im Januar-Geborenen findet am
05.02.2026 um 14.00 Uhr statt (bitte anmelden!).**



**IHRE PARTNER BEI ALLEN FRAGEN
RUND UM STEUERN UND WIRTSCHAFT**

Steuerberatung – aktiv und individuell:

- Einkommensteuer
- Erbschaft- und Schenkungsteuer
- Existenzgründung
- Buchführung, Lohn und Gehalt
- Jahresabschluss
- Steuerberatung und -gestaltung

WIR SUCHEN NEUE
MITARBEITER UND
AZUBIS (M/W/D)

Ostmerheimer Straße 272 | 51109 Köln
0221 – 98 93 180 | www.krampsmiddendorf.de