

MÄRZ + APRIL 2026

im SeniorenNetzwerk

NEUEHRENFELD



Bewegung

Wanderungen

Freitag, der 20.03.2026

Wanderung im Siebengebirge ca. 12 km mit 250 Höhenmeter. Fahrt nach Königswinter um 10.03 mit RE 8. Treffpunkt Hauptbahnhof um 9.45 am Infopoint.

Donnerstag, der 16.04.2026

Wanderung im Naturschutzgebiet Rheinbach ca 12 km und relativ flach. Fahrt nach Rheinbach um 9.56 Uhr mit RB 26. Treffpunkt Hauptbahnhof um 9.40 Uhr am Infopoint.

Spaziergänge **Neu**

Freitag, 27.03.2026

Treffpunkt: 13.00 Uhr Haltestelle Nußbaumerstraße, Linie 13, 5
Fragen und Anmeldung gerne bei Irene 0173 9298368

Donnerstag, 30.04. 2026

Treffpunkt: 13.00 Uhr Haltestelle Nußbaumerstraße Linie 13, 5
Fragen und Anmeldung gerne bei Irene 0173 9298368

Tanzen

Dienstag, 17.03.2026 15:00 – 16:30 Uhr

Dienstag, 21.04.2026 15:00 – 16:30 Uhr

Wir tanzen gemeinsam in der Gruppe mit einem ausgebildeten Tanzlehrer. Das Tanzen ist auch für mobilitätseingeschränkte Personen möglich. Kosten: 3,- Euro pro Tanznachmittag. Wohncafé Nebenan, Vastersstr. 2, 50825 Köln KVB Linie 5, Haltestelle Ittisstraße. Gefördert durch den Förderverein der Sparkasse KölnBonn.

Gymnastik vom Stuhl - Bewegung hält fit

jeden Mittwoch 10:00 – 11:00 Uhr

Es kann für jeden eine Freude sein, sich etwas zu bewegen und dadurch etwas für die Gesundheit zu tun. Kostenbeitrag. 3,00 € pro Person. Wohncafé Nebenan, Vastersstr. 2, 50825 Köln. KVB Linie 5, Haltestelle Ittisstraße.

Spiele

Spiele im Wohncafé nebenan

**Alle zwei Wochen. Montag, 02.03.26 / 16.03.26 / 30.03.2026 /
13.04.2026 / 27.04.2026**

14:00 - 15:30 Uhr

Rummikub, Kniffel, Skyo - spielen, erzählen und lachen - Bringen Sie Freund*innen und Bekannte mit.

Wohncafé Nebenan, Vastersstr. 2, 50825 Köln. KVB Linie 5, Haltestelle Ittisstraße

Spiele im Garten des Theo-Burauen-Hauses

Jeden 3. Donnerstag im Monat 15:00 – 16:30 Uhr

Donnerstag, 19.03.2026 - Pavillon

Donnerstag, 16.04.2026 - Blickwinkel

Es wird bei Kaffee und guter Laune Rummikub gespielt.

Theo-Burauen-Haus, Raum: Blickwinkel im Garten,

Peter-Bauer-Str. 2, 50823 Köln. Nur mit Anmeldung über Frau Tillmann

0221-5733257

Digitales

Digitaltreff

Jeden Montag 10:30 – 12:00 Uhr, rund um ihr Android Handy. Bringen Sie ihr Gerät mit. Bei Interesse bei Frau Tillmann 0221-5733257 anmelden! 3,- Euro.
Nachbarschaftshaus Ansgarstr. 5, 50825 Köln.

Smartphone - Workshop für Fortgeschrittene -

Jeden Mittwoch vom 08.04.2026 – 27.05.2026 16:00 – 17:30 Uhr

Theo-Burauen-Haus, Raum: Blickwinkel, Peter-Bauer-Str. 2, 50823 Köln

Digitale Sprechstunde im Café Thea Neu

Mittwoch, 18.03.2026 von 14:00 – 15:00 Uhr

Mittwoch, 01.04.2026 von 14:00 – 15:00 Uhr

Theo-Burauen-Haus, Peter-Bauer-Str. 2, 50823 Köln

**Monatliche Kurzzeit-Sprechstunde der Digitalpaten in der
Stadtbibliothek Ehrenfeld**

Freitag, 06.03.2026 11:30 Uhr – 12:30 Uhr

Freitag, 10.04.2026 11:30 Uhr – 12:30 Uhr

Haben Sie Interesse an einem

Digitalpaten, der Ihnen persönlich und individuell Ihr Handy erklärt? Kontaktieren Sie Frau Tillmann. Ihnen wird auf Anfrage ein Digitalpate vermittelt. Kostenlos.

Kultur

KINONACHMITTAG - im Filmpalast Köln

Wir gehen jeden ersten Mittwoch im Monat zusammen ins Kino.
Treffpunkt 13:40 h vor dem Kino.

Mittwoch, 04.03.2026 **„Der Salzpfad“**

Mittwoch, 01.04.2026 **„Die Rosenschlacht“**

Filmpalast - Hohenzollernring 22, 50672 Köln. Haltestelle Friesenplatz
Kosten: 7,- Euro. Es sind 8 Plätze für das SNW Neuehrenfeld in der Reihe 7 reserviert. Reservierungsnummer 122 für März. Reservierungsnummer 125 für April. Einfach diese Nummern an der Kasse nennen für die Nutzung der reservierten Plätze.

Museum

Herzliche Einladung zur geführten Museumsbesichtigung!

Donnerstag, 26.03.26 **Museum für Angewandte Kunst**

„Von Luise Bourgeois bis Yoko Ono – Schmuck von Künstlerinnen“

Treffpunkt: 14:45 Uhr im Museum

Donnerstag, 30.04.26 **Wallraf-Richartz-Museum**

„Im Labor des Museums“

Treffpunkt: 14:45 Uhr im Museum

Beide Führungen sind kostenpflichtig.

Auskunft bei Frau Schonhoff: Telefon 0171/3800073

Singen

Vergnügtes singen am Nachmittag mit Akkordeon

Dienstag, 03.03.26 **15:00 – 16:30 Uhr**

Dienstag, 07.04.26 **15:00 – 16:30 Uhr**

Wohncafé Nebenan, Vastersstr. 2, 50825 Köln. KVB Linie 5, Haltestelle Ittisstraße

Geselliges und Nachhaltiges

Repair-Café trifft Café Klärchen

Mittwoch, 25.03.2026 immer 15:00 – 17:30 Uhr

Mittwoch, 29.04.2026

In Kooperation mit der evangelischen Kirchengemeinde Ehrenfeld. **Wir reparieren das was möglich ist** 😊 und was Sie tragen können. Dabei genießen wir Waffeln und Kaffee. Zum Klönen bleibt auch noch Zeit. Das Repair Café findet einmal im Monat statt. Gemeindezentrum Stephanus, Subbelrather Str. 206, 50823 Köln

Herzenssprechstunde

Freitag, 06.03.2026

15:00 – 16:30 Uhr

Freitag, 10.04.2026

Andrea Stanke, Referentin für Biografiearbeit, gestaltet gesellige Gesprächsrunden, bei denen die Lebensfreude im Mittelpunkt steht. Gemeinsam schwelgen wir in Erinnerungen und schmieden Pläne für neue Herzensprojekte in unserem Veedel. Material-Spende von 3 Euro pro Termin willkommen. Melden Sie sich bei Interesse bei Fr. Tillmann. 0221 5733 257

Wohncafé Nebenan, Vastersstr. 2, 50825 Köln. KVB Linie 5, Haltestelle Iltisstraße

Tea-Time Stricken **Neu**



Freitag, 20.03.26

15:00-18:00 Uhr

Freitag, 10.04.26

Jeden dritten Freitag im Monat im Pavillon des Zentrums für Senioren Theo-Burauen-Haus, Peter-Bauer-Str.2, 50823 Köln. Bitte mitbringen: Wolle, Nadeln, das aktuelle Projekt.

Gehirnjogging **Neu**

Jeden ersten Donnerstag im Monat von 14:40 – 16:00 Uhr.

Donnerstag, 09.04.2026

Das Gehirn als "Organ" des Körpers ist jederzeit lernwillig und in der Lage, neue Verknüpfungen zu bauen. Der Kurs "bewegtes Gehirnjogging" umfasst daher auch koordinierende und sonstige leichte Körperübungen, sowie Assoziations- und Wahrnehmungsübungen und Training des räumlichen Gefühls und Vorstellungsvermögens. Am Ende singen wir gemeinsam.

Kontaktdaten Sandra Klaas: mobil 01577 1414451 mail S.klaas@bueze.de

Nur mit verbindlicher Anmeldung bei Frau Klaas. 4,- Euro pro Treffen.

Wohncafé Nebenan, Vastersstr. 2, 50825 Köln. KVB Linie 5, Haltestelle Iltisstraße

Offener Treff

– für alle interessierten Senior*innen in Neuehrenfeld –

Donnerstag, 26.03.2026 14:30 – 16:00 Uhr

Donnerstag, 30.04.2026 14:30 – 16:00 Uhr

Sie werden über Neuigkeiten informiert und können Fragen stellen. **Was gibt es Neues? Was hat Bestand im SeniorenNetzwerk Neuehrenfeld?** An welchen Gruppen haben Sie Interesse? Wer möchte mitmachen? Wohncafé nebenan, Vastersstr. 2, 50825 Köln KVB Linie 5, Hst. Iltisstraße. Fr. Tillmann 01520 9059603

Gemeinsames Mittagsessen

Immer Montag – Freitag 12:30 Uhr Kostenbeitrag: 7,- Euro.

Anmeldung spätestens einen Tag vorher 0221-92161914

Wohncafé Nebenan Vastersstr. 2, 50825 Köln

KVB Linie 5, Haltestelle Iltisstraße

Ideenwerkstatt im SeniorenNetzwerk Neuehrenfeld

Einmal im Monat. Wer mitmachen möchte, gerne bei Frau Tillmann melden.

Haben Sie Ideen / Anregungen? Wollen Sie sich selber engagieren?

Kontakt im SeniorenNetzwerk Neuehrenfeld:

Christine Tillmann (Koordinatorin)

Festnetz: 0221 5733 257

mobil: 01520 9059603

mail: tillmann-snw@awo-koeln.de

Führungen, einzelne Veranstaltungen und Ausflug im März

Führungen

von einem kundigen Netzwerker aus Ehrenfeld. Anmeldungen bitte direkt an den Leiter der Führung.

Donnerstag, 16. April 2026 11 Uhr

Besichtigung der Hutfabrik Flemming

Treffpunkt: Marienstr. 69, 50825 Köln

Besichtigung der in Ehrenfeld beheimateten **Hutfabrikation Flemming**, seit 1968 in der Marienstr. 69, 50825 Köln, spezialisiert auf Jagd- und Reitsport, Forst - Hüte/ Baschlik-Mützen, Damen- und Herrenhüte für den Alltag und besondere Anlässe wie Theater, Karnevals-Kopfbedeckungen, für Kölner Traditionskorps. - Vom Filzstumpfen bis zur fertigen Kreation in handwerklicher Verarbeitung werden bei der Führung gezeigt.- Lassen Sie sich überraschen. **Dauer 1,5 Std.** Geplante Durchführung nur bei **mindestens 10 Teilnehmern**, Führungsgebühr 10 €, nur nach vorheriger Anmeldung bei Mail: dieter.hamacher@gmx.net, Handy 0160 91131045, Festnetz 0221- 552272 mit Anrufbeantworter.



Man hilft nur mit dem Herzen gut.



Donnerstag, 19.03.2026 11:11 Uhr

Treffpunkt: Am Blaue Funken Weg 2, Sachsenturm 50677 Köln
Fortsetzung der Reihe mittelalterliche Stadtmauern und Türme der traditionellen Karnevalsvereine:

Besichtigung der Heimat der „**Blauen Funken- Köln von 1870 e.V.**“

Nur nach vorheriger Anmeldung bei Mail: dieter.hamacher@gmx.net,
Handy 0160 91131045, Festnetz 0221- 552272 mit Anrufbeantworter

Die Führungen sollen uns näher an die kölsche Geschichte, den Wandel in unserer Zeit heranführen und sind immer mit einer Schlusseinkehr möglich.

Mittwoch, 25.03.2026 Ausflug nach Aachen ganztägig

Das SeniorenNetzwerk Neuhrenfeld fährt **nach Aachen**, inkl. Führung im Dom.
Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Verbindliche Anmeldung bei Fr. Tillmann.
Begrenzte Teilnehmerzahl. Kosten: 4,- Euro mit Deutschlandticket (o.ä.), 8,- Euro ohne Fahrticket. Kosten für Verpflegung werden nicht übernommen.
Genauer Treffpunkt und Zeit werden nach Anmeldung bekannt gegeben.

mail: tillmann-snw@awo-koeln.de mobil 01520 9059603

Irische Lieder

Freitag, 24.04.2026 19:00 Uhr

Mit Stefan Kuntz und Birgit Zahm.

Speeddating ☘

Dienstag, 28.04.2026 15:00 Uhr

Lernen Sie sich in einem Speeddating Format kennen. Sie finden neue Kontakte, um vielleicht mal was zusammen zu unternehmen oder einfach mal spazieren zu gehen.
Kostenbeitrag 5,- Euro. Pro Person. Anmeldung unter 0178/5655133