

# Angebote im SeniorenNetzwerk Ehrenfeld

Aktivität	Wann & Rhythmus	Ort & Details
<b>Offener-Treff</b>	Jeden letzten Montag im Monat, 10:30–12:00 Uhr.	Im Ernst-Flatow-Haus, Vogelsanger Str. 153. Kennenlernen, Austausch, Planung. Wir frühstücken gemeinsam alle 2 Monate.
<b>Nordic Walking</b>	Jeden Donnerstag um 10:00 Uhr.	Treffpunkt nach Anmeldung; Walkingstöcke können im SeniorenNetzwerk ausgeliehen werden.
<b>Wandern</b>	Jeden 1. Mittwoch im Monat (vormittags) Touren durch das Bergische Land (ca. 10 km).	Nächste Wanderung geht nach Bedburg.
<b>Spielen &amp; Stricken</b>	Jeden 1. bis 3. Montag im Monat.	10:30–12:00 Uhr im Ernst-Flatow-Haus.
<b>Digital-Café</b>	Jeden 3. Montag im Monat, 15:00–17:00 Uhr.	Ernst-Flatow-Haus, Vogelsanger Str. 153. Hilfe bei Handy & Tablet.
<b>Kultur&amp; Ausflug</b>	Jeden letzten Mittwoch im Monat.	Nächster Ausflug am 25.03.2026 am Skulpturenpark am Stammheimer-Schloss mit Picknick vor Ort.
<b>Sonntagsspaziergang</b>	Jeden zweiten Sonntag im Monat.	Nächster Spaziergang am 08.03.2026 durch das Agnesviertel.
<b>Treff für türkische Seniorinnen und Senioren</b>	Mittwochs 15.04. / 20.05. / 17.06. / 07.10. (11:00–13:00 Uhr)	DRK Oskar-Jäger-Str.101-103, 50825 Köln. Austausch, Info-Vorträge, Ausflüge, gemeinsam singen und mehr...

Kontakt & Anmeldung

**Yaylagül Gönen** (Koordinatorin)

- **Telefon:** 0175 1179561 (Mo–Do 9:00–14:00 Uhr)
- **E-Mail:** seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de
- **Adresse:** DRK, Oskar-Jäger-Straße 42, 50825 Köln-Ehrenfeld

**Deutsches Rotes Kreuz**   
Kreisverband Köln e. V.

