



Gefördert durch



Monatlicher Infobrief

für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock

*Gemeinsam kreativ sein in verschiedensten Techniken, voneinander lernen, gemütlich plaudern und lecker Kaffee trinken –
der Club der Kreativen sucht Verstärkung (siehe Seite 6)*

In dieser Ausgabe:

**Seite 2 und 3
Ausgewählte
Termine**

**Seite 4
Allgemeines und
Besonderes
Impressum**

**Seite 5 und 6
Regelmäßige
Treffen im
SeniorenNetzwerk**

Herzliche Einladung zu
Aktiv in Zollstock
Dem monatlichen Treffen des SeniorenNetzwerks Zollstock
**Neues aus SeniorenNetzwerk und Stadtteil
Informations- und Ideenaustausch und
Zur Planung von Aktivitäten ab Mai 2026
Und
Austausch zum Thema
„Singen in Zollstock – wo gibt es Angebote,
wie kann ich mich beteiligen?“**
Im persönlichen Miteinander und mit allen Interessierten
Keine Anmeldung – keine Kosten
gemeinsam - aktiv - engagiert
am Montag, 04. Mai 2026, 10 Uhr, im Bürgerhaus Zollstock
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock, Rosenzweigweg 1, Zollstock

*Traditionelles Maibaumstellen in Zollstock am 30. April 2026:
Wer hat Lust, sich an der Dekoration des Baumes zu beteiligen?
Bitte melden Sie sich im SeniorenNetzwerk Zollstock*

VORANKÜNDIGUNG
Neuer Bewegungskurs im Bürgerhaus Zollstock
„Bewegung für ALLE“ ...
.. die sich gerne in Gemeinschaft bewegen“
Start des Kurses am 26. Mai 2026 (bis 14. Juli 2026)
Dienstags von 16:00-17:00 Uhr
Kursgebühr € 49,00
Kostenfreie Schnupperstunde vorab:
am 12. Mai 2026 16:00-17:00 Uhr
Im Bürgerhaus Zollstock
Weitere Infos und Anmeldung (auch für die Schnupperstunde) beim
**Veranstalter: Bildungswerk der AWO Köln e.V., Rubensstraße 7-13, 50676
Köln, Tel 0221 20407 12 oder per Mail bildungswerk@awo-koeln.de**
Kurs und Schnupperstunde finden im Bürgerhaus Zollstock statt.

Der Infobrief des SeniorenNetzwerks Zollstock erscheint in der Regel 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 05 / 2026 DES SENIORENNETZWERKS ZOLLSTOCK
ERSCHEINT AM 07. MAI 2026.**

Ausgewählte Termine im April 2026

12.04.2026 (So) 8:00-18:00 Uhr
Trödelmarkt am Rhein
 Trödel- und Sammlermarkt unter der Südbrücke in Bayenthal
Veranstalter: Cölln Konzept

☺ **Montagstreff im Bürgerhaus Zollstock ☺**
Nur noch ganz wenige Plätze frei!!!

13.04.2026 (Mo) 15:00-17:00 Uhr
WDR-Hausführung in den Produktionsstudios für Radio und Fernsehen und im Funkhaus ***
14:45 Uhr Treff am WDR-Besucherzentrum An der Rechtschule 2, 50667 Köln (Nähe KVB-Haltestelle „Appellhofplatz“ oder „Dom-Hbf“)
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

13.04.2026 (Mo) 20:00 Uhr
Konzert mit Kammerchor Cantamo
 Unter Leitung von Jonas Dickopf
 Spende erbeten
Veranstalter/ Ort: Evangelische Kirchengemeinde Philippus, Albert-Schweitzer-Straße 3-5, Raderthal

15.04.2026 (Mi) 15:00-17:00 Uhr
Frauen im Dialog: Omas gegen rechts KölnSüd
 laden ein zum Kennenlernen bei Kaffee und Kuchen
 Ort: Villa AWO, Walter-Rathenau-Straße 9, Rodenkirchen
Veranstalter: Omas gegen rechts

16.04.2026 (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

17.04.2026 (Fr) 19:30 Uhr
 (Einlass 19:00 Uhr)
Harfenkonzert
 Mit Zainab Lax (Harfe) und Arezoo Rezvani (Santur)
 Spende erbeten
Veranstalter/ Ort: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock e.V. im Pfarrsaal St Pius, Irmgardstraße 13 in Zollstock

18.04.2026 (Sa) 20:00 Uhr
 (Einlass 19:30 Uhr)
„Into the green“
 Konzert der Old-Sheep-Street-Band
 Irische Folklore mit einer Mischung aus gefühlvollen Songs und mitreißenden Tune-Sets

Spenden willkommen
Veranstalter/ Ort: Kartäuserkirche, Kartäusergasse 7, 50678 Köln

20.04.2026 (Mo) 15:30-zirka 17:00 Uhr
Gemeinsamer Besuch des Klosters der Benediktinerinnen in Raderberg
 Was verbirgt sich hinter den Backsteinmauern?Lernen Sie das (heutige) Klosterleben kennen!
 Spende ans Kloster erbeten.
Treff: 15:20 Uhr vor dem Haupteingang, Brühler Straße 74 in Raderberg
 Weitere Infos und Anmeldung beim
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock in Kooperation mit den Benediktinerinnen Köln

21.04.2026 (Di) 19:00 Uhr
 Filme der Clubmitglieder zum Themenabend:
„Aus meinem Ort, Stadt, Land, Fluss“
 Gäste willkommen
Veranstalter/ Ort: Club Kölner Filmer e.V. im Bürgerhaus Zollstock

23.04.2026 (Do) 15:00 Uhr
Die Boulespielsaison beginnt wieder: Bouletreff im Vorgebirgspark
 An der Boulebahn auf dem Spielplatz Neuenahrer Straße. Ortsunkundige kommen bitte bis 14:45 Uhr zum Bürgerhaus Zollstock.
 Die Boulekugeln werden gestellt.
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

23.04.2026 (Do) 19:30 Uhr
Im Rahmen der Zollstockgespräche: „Reden über Gott und die Welt“
 Mit Schwester Dr. Lioba Fau vom Orden der Benediktinerinnen
 Ort: Pfarrzentrum Zum Heiligen Geist, Zollstockgürtel 33, Zollstock
Veranstalter: Katholisches Bildungswerk in Kooperation mit den Katholischen Kirchengemeinden am Südkreuz, Gemeinde Zum Heiligen Geist

24.04.2026 (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

Ausgewählte Termine im April bis Anfang Mai 2026

25.04.2026 (Sa) 10:00 Uhr

Forst: Weißer Rheinbogen

Auenwälder schützen vor Hochwasser, dienen als Trinkwasserreservoir und bieten einen Lebensraum für Flora und Fauna.

Führung mit Dennis Remiger, städtische Forstverwaltung, Tel 0221 352575 oder forstrevier-rodenkirchen@stadt-koeln.de

Treff: Uferstraße, Parkplatz am Minigolfplatz, Rodenkirchen, KVB-Haltestelle „Rodenkirchen Uferstraße“ (Bus 135)

Anmeldung erforderlich bis zum 24.04.2026

Veranstalter: Stadt Köln, Amt für Landschaftspflege und Grünflächen

26.04.2026 (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

26.04.2026 (So) 16:00 Uhr

(Einlass ab 15:30 Uhr)

Geschichten, die das Leben schrieb

Gäste aus verschiedenen Generationen tragen Nachdenkliches und Heiteres vor

Pause mit Kaffee und Kuchen

Eintritt € 5,00-10,00

Veranstalter/ Ort: Kölner SeniorenGemeinschaft im Uni-Center, 1. Etage, Luxemburger Straße, Sülz

☺ **Montagstreff im Bürgerhaus Zollstock** ☺

27.04.2026 (Mo) 15:00 Uhr

Spieleparcours

Gemeinsam Spielen und Spaß haben...

Bei Kaffee und Keksen

Bei Fragen melden Sie sich beim

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

28.04.2026 (Di) 11:00 Uhr

Vortrag: Patientenverfügung

Informationen zu Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Kosten € 5,00

Anmeldung unter Tel 0221 221 25990

Veranstalter: VHS Köln im Bezirksrathaus Lindenthal, Aachener Straße 220, Lindenthal www.vhs-koeln.de

28.04.2026 (Di) 14:30 Uhr

Seniorencafé

im Pfarrheim St. Pius

Veranstalter: Kirche am Südkreuz Köln, Gemeinde St. Pius, Irmgardstraße 13a, Zollstock

30.04.2026 Do) 15:30 und 19:15 Uhr

Maibaumsetzen

Mit bunten Bändern geschmückt steht der Maibaum schon traditionell als Zeichen für Gemeinschaft und Frühlingsfreude im Veedel.

Gemeinsame Vorbereitung (voraussichtlich ab 15:30 Uhr) und gemeinsame Feier (19:15 Uhr) auf dem Vorplatz von St. Pius am Gottesweg

Wer hat Lust, mit zu schmücken?

Bitte melden Sie sich im SeniorenNetzwerk!

Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock e.V./ SeniorenNetzwerk Zollstock

30.04.2026 (Do) 19:30 Uhr

„Feuer“

Orgelkonzert in Trinitatis

Mit Martin Herchenröder

Werke u.a. von Johann Sebastian Bach, Olivier Messiaen, Nicolaus Bruhns und William Albright

Spende erbeten

Veranstalter: Evangelischer Kirchenverband Köln und Region in der Trinitatiskirche, Filzengraben 4, 50676 Köln

04.05.2026 (Mo) 10:00 Uhr

Aktiv in Zollstock

(Details siehe Seite 1)

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

07.05.2026 (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

08.05.2026 (Fr) 14:00-18:00 Uhr

„Game over?“

Journalismus zwischen Umbruch und Aufbruch Im Rahmen des Projekts „Das Recht des Stärkeren: Wie Machthaber die Welt neu ordnen“

Live Übertragung - daher Einlass ab 13:15 Uhr

Für Rückfragen und Anmeldung: veranstaltung@deutschlandfunk.de

kostenfrei

Veranstalter: Deutschlandradio im Kammermusiksaal, Raderberggürtel 40 in Raderthal

12.05.2026 (Di) 16:00-17:00 Uhr

Schnupperstunde: Bewegung für ALLE

Die Schnupperstunde ist kostenfrei.

Weitere Infos und Anmeldung beim

Veranstalter: AWO Bildungswerk

Details siehe Seite 1

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
scheeres@awo-koeln.de
 www.seniorennetzwerke-koeln.de
 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: 16.04. + 18.05.2026

**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

Vielleicht noch Plätze frei:

ASB-Tagesfahrt am 28.05.2026 (Do) Kölner Skyline Tour

90 Minuten Entspannung und Genuss auf dem
 Rhein

Im Preis von € 49,00 sind enthalten: Hin- und Rückfahrt
 im Luxus Bus / Eintritt für die 90-minütige Panoramafahrt
 mit KölnTourist

Abfahrt 13:45 Uhr gegenüber ASB Seniorenzentrum
 Zollstockhöfe, Gottesweg

Rückfahrt um zirka 16:30 Uhr

Weitere Infos und Anmeldung unter Tel 0221 66007
 700 (Mo-Do 9:00-15:00 Uhr) oder per Mail
 busreisen@asb-koeln.de

Veranstalter: ASB Köln e.V.

12.04.2026 (So) 14:00-17:00 Uhr

Vernissage zur Saisoneroöffnung im Malerwinkel

Das ehemalige „Torfhaus“ der BUGA 1971 ist heute der
 Malerwinkel:

von April bis Oktober stellen Kölner Künstler*innen dort
 ihre Werke aus.

Ort: Malerwinkel, Nähe Auenweg im Rheinpark

Veranstalter: Förderverein Kölner Rheinpark e.V.
www.rheinpark-koeln.de

Einbruchschutzberatung

23.04.2026 (Do) 14:00-16:00 Uhr

(Termin unter Vorbehalt,
 nächster Termin: 21.05.2026)

Anmeldung erbeten unter Tel 0221 229 8008

Ort: Digitales Präventions- und Beratungszentrum
 der Polizei NRW im Polizeipräsidium, Walter-Pauli-
 Ring 2-6, 51103 Köln-Kalk

Veranstalter: Polizei Köln

Fit mit dem Fahrrad

Kostenloses Fahrradtraining für Kölner Senior*innen
 Zwei einwöchige Fahrradtrainingskurse bieten
 jeweils 15 Senior*innen die Gelegenheit, ihre
 Sicherheit im Sattel zu stärken.

Termine:

04.05.–08.05.2026 (Mo-Fr)

18.05.–22.05.2026 (Mo-Fr)

**Jeweils täglich 15:30-17:30 Uhr in der
 Jugendverkehrsschule (Neusser Straße 164) in
 Nippes**

Der Kurs ist ein gezieltes Auffrischungstraining (nicht
 für Anfänger*innen). Bringen Sie Ihr eigenes Rad
 und Ihren helm mit.

Anmeldung und Information bei Sabine Bongenberg,
 Amt für Verkehrsmanagement der Stadt Köln, unter
 Tel 0221 221 27816 oder per Mail
 sabine.bongenberg@stadt-koeln.de

Veranstalter: Stadt Köln





Gefördert durch



Monatlicher Infobrief

für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock

Regelmäßige Treffen im SeniorenNetzwerk Zollstock Montag bis Mittwoch

| Welche Gruppe? | Wann? | Wo? Besonderes? |
|--|--|--|
| Aktiv in Zollstock Ideenwerkstatt und Treff für alle Interessierten | Am 1. Montag im Monat, 04. Mai 2026 10:00 Uhr | Im Bürgerhaus Zollstock |
| Montagstreff im Bürgerhaus Zollstock <i>am 2. und 4. Montagnachmittag in der Regel um 15:00 Uhr</i> <i>mit wechselnden Themen</i> <i>(siehe Seite 1 und Kalender)</i> | | |
| Radtouren „Zollstock und Umgebung“ Mit Manfred Braun – Termine für Treffen werden demnächst mitgeteilt | | |
| Kurs „Grundlagen der und Smartphone- und Tabletnutzung“ | <i>Dienstags 10:00 Uhr</i> | <i>Im Bürgerhaus Zollstock</i> <i>Infos im SeniorenNetzwerk</i> |
| Smartphone-Sprechstunde „Mein Handy richtig nutzen!“ Und | Bitte melden Sie sich bei Herrn Kröger: Tel 0160 944 26 814 | <i>Die Sprechstunde erfolgt in Einzelberatung.</i> |
| Hilfen im Umgang mit Laptop, Tablet und Rechner | | |
| Spieletreff / Rummikub | <i>Dienstags 14:00 Uhr</i> | <i>Im Bürgerhaus Zollstock</i> |
| Schachclub | <i>Dienstags 15:00 Uhr</i> | <i>Im Bürgerhaus Zollstock</i> |
| Spieletreff | <i>Mittwochs 10:00-13:30 Uhr</i> | <i>Im Bürgerhaus Zollstock</i> |
| Wandergruppe <i>Leichter Schwierigkeitsgrad, zirka 10-14 km Wegstrecke</i> <i>Details werden mit den Anwesenden abgesprochen.</i> <i>Alle 14 Tage in den ungeraden Kalenderwochen des Jahres</i> | <i>Mittwochs 10:00 Uhr</i> <i>22.04. + 06.05.2026</i> | <i>Treff: Höninger Platz, Eingang Südfriedhof (bei den Bänken)</i> |
| Ehrenamtliche gesucht für Digitalprojekt im SeniorenNetzwerk Zollstock Bitte melden Sie sich bei uns (Kontakt siehe Seite 4) | | |
| Regelmäßige Treffen im SeniorenNetzwerk Zollstock Siehe auch Seite 6 | | |

R
e
g
e
l
m
ä
ß
i
g
e

T
r
e
f
f
e
n

i
m

S
N
W

Z
o
l
l
s
t
o
c
k

Immer gut zu wissen:

Der Botanische Garten und die Flora haben neue, vereinfachte Öffnungszeiten:

Von April bis September von 8 bis 20 Uhr, im Juni und Juli sogar bis 21 Uhr.

Von Oktober bis März ist der Botanische Garten künftig von 8 bis 17 Uhr geöffnet.

Veranstalter:
Stadt Köln



Haben Sie ein Anliegen, dass Sie mit anderen teilen möchten?

Möchten Sie Gleichgesinnte für Ihre Idee finden?

Melden Sie sich im SeniorenNetzwerk Zollstock – ich berate Sie gerne bei der Konkretisierung.

Zudem gibt es im Wochenplan des Gruppenraums im Bürgerhaus Zollstock noch einige Möglichkeiten...

Marita Scheeres,
SeniorenNetzwerk
Zollstock

**Regelmäßige Treffen im SeniorenNetzwerk Zollstock
Mittwoch bis Freitag**

| Welche Gruppe? | Wann? | Wo? Besonderes? |
|--|--|---|
| Club der Kreativen Gemeinsam kreativ sein in verschiedensten Techniken, voneinander lernen, gemütlich plaudern und lecker Kaffee trinken | Am 2.+4. Mittwoch im Monat, ab 14:00 Uhr 22.04. + 13.05.2026 | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk Zollstock |
| Spaziergehgruppe am Mittwoch Eine kurze Wegstrecke von etwa 30 Minuten im Zollstocker Grün und anschließende Einkehr. | Am 4. Mittwoch im Monat, 14:00 Uhr 22.04. + 27.05.2026 | Treff: Höninger Platz, Eingang Südfriedhof (bei den Bänken) |
| Curumba – Tanzfitness 60+ Zwei Gruppen: Gruppe 1: 10:00-11:00 Uhr Gruppe 2: 11:00-12:00 Uhr | Donnerstags Kurse wöchentlich Kurstermine bitte bei Frau Hebestreit erfragen Kursgebühr | Information bei der Kursleitung Frau Hebestreit Tel 0221 550 31 60 und mobil 0174 900 80 61 |
| Englischgruppe am Donnerstag Es werden englische Texte gelesen, ihr Inhalt und auch aktuelle Themen diskutiert. | Am 1.+3. Donnerstag im Monat, 10:00-12:00 Uhr 16.04. + 07.05.2026 Kopierpauschale | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk Zollstock |
| Doppelkopfrunde Kartenspiel für 4-6 Teilnehmende | An allen Donnerstagen, außer am 2. Do im Monat 14:00 Uhr 16.04., 23.04., 29.05. + 07.05.2026 | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk Zollstock |
| Lesekreis Gemeinsame Buchbesprechung Gemeinsam ausgewählte Bücher werden bis zum nächsten Treffen gelesen und dann besprochen. | Am 2. Donnerstag im Monat, 15:00-17:00 Uhr 14.05.2026 u.V. Bitte im SNW erfragen, ob das Treffen auch am Feiertag stattfindet. | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk |
| Boulespiel im Vorgebirgspark | Am 4. Donnerstag im Monat, 15:00 Uhr 23.04.2025 | Treff: Boulebahn auf dem Spielplatz Neuenahrer Straße |
| Curumba – Tanzfitness 60+ Zwei Gruppen: Gruppe 1: 10:00-11:00 Uhr Gruppe 2: 10:00-11:00 Uhr | Freitags Kurse wöchentlich Kurstermine bitte bei Frau Hebestreit erfragen Kursgebühr | Infos siehe auch Curumba am Donnerstag |
| Gedächtnistraining spezieller Art: Fragen zum Allgemeinwissen von heute und gestern Kopierpauschale | Am 1.+3. Freitag im Monat, 10:00 Uhr 17.04. + 15.05.2026 Fällt am 01.05. wegen des Maifeiertags aus. | Im Bürgerhaus Zollstock Infos im SeniorenNetzwerk |

R e g e l m ä ß i g e T r e f f e n i m S N W Z o l l s t o c k

Der nächste Infobrief des SeniorenNetzwerks Zollstock erscheint am 07.05.2026.