

Datum	Tag	Zeit	Programm
07.04.	Dienstag	15:00-18:00 Uhr	<b>„Skat, Rummikub und andere Spiele“</b> Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
07.04.	Dienstag	15:30 – 17:30 Uhr	<b>Externe Veranstaltung !</b> <b>Osterklaaf für Senioren mit Kaffee und Kuchen im Bistro des Bezirksrathauses Köln-Mülheim</b> Veranstalter: Seniorenvertretung Köln-Mülheim, die Veranstaltung es gratis, es ist keine Anmeldung erforderlich.
14.04.	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	<b>„Handarbeiten und mehr“</b> Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Frau Carnot, Tel. 0173 3858817
20.04.	Montag	Beginn: 15:00 Uhr	<b>„Kaffee oder Tee“</b> <i>Unsere Netzwerkerin Ingrid Molitor liest heute ein paar Geschichten vor.</i> Gemütliches Beisammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Unkostenbeitrag: 4 € Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis <b>15.04.</b> bei Frau Steiner Tel. 661744
21.04.	Dienstag	15:00-18:00 Uhr	<b>„Skat, Rummikub und andere Spiele“</b> Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag: 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
23.04	Donnerstag	TP. 12:00 Uhr Haltestelle Moses-Hess- Straße, Bus 153 Richtung Köln	<b>Wir gehen essen!</b> Ins Kroatische Restaurant „Zagreb“ in der Bergisch-Gladbacher-Straße 580 in Köln-Holweide. Anmeldungen bis zum 17.04. bei Frau Gerhards Tel. 628661 (ab 16:00 Uhr)

Wer hat Spaß daran, die neu angelegte Boule-Bahn im Schlosspark zu testen?  
Bei entsprechendem Interesse entweder am 17.04. oder am 24.04. (jeweils freitags) nach  
unserer Walking-Runde. Treffpunkt: 10:30 Uhr an der Boule-Bahn.  
Kugeln sind vorhanden, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, bitte anmelden bei  
Frau Thom-Worzewski 0173 4071851 oder montags im Stadtteilbüro zu den angegebenen  
Öffnungszeiten.

<b>28.04.</b>	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	<b>„Handarbeiten und mehr“</b> Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Frau Carnot, Tel. 0173 3858817
<b>05.05.</b>	Dienstag	15:00 – 18:00 Uhr	<b>„Skat, Rummikub und andere Spiele“</b> Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
<b>11.05.</b>	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	<b>„Handarbeiten und mehr“</b> Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Frau Carnot, Tel. 0173 3858817
<b>14.05.</b>	Donnerstag (Christi Himmelfahrt)	Abfahrt 11:00 Uhr Rückkehr 18:00 Uhr	<b>Externe Veranstaltung !</b> <b>Das SNW Köln-Flittard</b> veranstaltet eine Busfahrt nach Linz zum Drehorgelfest. Interessenten aus Stammheim können sich in eine Warteliste im Stadtteilbüro eintragen. Wenn am 05.05. noch freie Plätze vorhanden sind, werden Sie von uns informiert. Kosten: 20:00€ p.P.
<b>18.05.</b>	Montag	Begin: 15:00 Uhr	<b>„Kaffee oder Tee“</b> Gemütliches Beisammensein im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Unkostenbeitrag: 4 € Teilnahme nur mit telefonischer Anmeldung bis <b>13.05.</b> bei Frau Steiner, Tel.: 661744

Datum	Tag	Zeit	Programm
19.05.	Dienstag	15:00 – 18:00 Uhr	<b>„Skat, Rummikub und andere Spiele“</b> Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74 Unkostenbeitrag 1 € Anmeldungen bei Frau Rohde, Tel.: 644967
19.05.	Dienstag	Zeit und Ort: Beginn: 14 Uhr Ort: VHS Bezirksrathaus Köln – Mülheim	<b>„Wir besuchen ein Theaterstück“</b> der Seniorinnen- Theater-Gruppe Köln Chorweiler über diese Tricks an älteren Menschen mit dem Titel: „Reingelegt und Abgezockt“ Die Teilnahme ist kostenlos, für einen garantierten Platz können Sie im Stadtteilbüro montags während der Öffnungszeiten eine Eintrittskarte bekommen, oder Sie sprechen uns während „Kaffee oder Tee“ bzw. mittwochs beim Seniorensport persönlich an. Sie können sich natürlich auch selber anmelden unter 0221 / 229-8655 oder online.
21.05.	Donnerstag	TP. 12:00 Uhr Haltestelle Moses-Hess- Straße, Bus 153 Richtung Köln	<b>„Heute schlemmen wir italienisch“</b> im Ristorante Fioretto, am Zuckerberg 9. Anmeldungen bis zum 15.05. bei Frau Gerhards Tel. 628661 (ab 16:00 Uhr)
27.05.	Dienstag	14:00 – 16:00 Uhr	<b>„Handarbeiten und mehr“</b> Gemütliches Zusammensein, wer möchte kann Stricken, Häkeln oder Anderes. Utensilien bitte selbst mitbringen! Wir treffen uns im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str.74 Anmeldungen bei Frau Carnot, Tel. 0173 3858817

**Regelmäßig stattfindende Sportveranstaltungen im GAG-Raum, Moses-Hess-Str. 74**

**Mittwochs : „Fit bis ins hohe Alter“**

Kurs 1 10:00 – 11:00 Uhr Kurs 2 11:00 – 12:00 Uhr

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren im Sitzen und Stehen unter autorisierter Leitung, für diese Kurse ist eine Teilnahmegebühr erforderlich.

Informationen : Tel.: 0178 3001475

**Freitags :** Wir treffen uns vormittags nach Absprache (aktuell um 10:00 Uhr) an der Treppe zum Rhein am Ende der Isidor-Caro-Straße zu einer Walking-Runde mit oder ohne Stöcke. Die Teilnahme ist kostenlos. Neue Teilnehmer\*innen kommen einfach zum Treffpunkt, regelmäßige Teilnehmer\*innen verabreden sich telefonisch oder in einer WhatsApp-Gruppe. Wir laufen ca. 1 Stunde, manchmal auch incl. einer kurzen Gymnastikeinlage.

**Ein Blick in den Monat Juni**

**Mit dem Bus zum Spargelhof Hensgens (Juppi's Hof) in Selfkant –**

Spargelbüffet satt, Getränke gehen extra.

Anschließend haben wir Zeit für einen Bummel durch Maastricht.

Abfahrt Moses-Hess-Str. 74, 10:00 Uhr

Rückfahrt: 17:00 Uhr

Ankunft in Stammheim ca. 18:30 Uhr

Kosten für Busfahrt und Büffet: 30€ p.P.



**Stadtteilst**

Am Samstag, 20. Juni findet in Stammheim endlich wieder ein Stadtteilst mit einem bunten Bühnenprogramm, Speisen und Getränken, Trödelmarkt und Mitmachaktionen für Jung und Alt statt. Das SNW Stammheim möchte sich mit einem Stand auf diesem Fest beteiligen. Wir suchen dringend Personen, die bereit sind zu helfen, z.B. Kartoffeln für Kartoffelsalat schälen oder auch für eine Stunde die Standbetreuung übernehmen. Es dürfen sich auch gerne Leute melden, die sich noch nicht zu den Senioren zählen.

Wir sind montags für Sie persönlich im Stadtteilbüro erreichbar.

Bitte informieren Sie sich vorab über die wechselnden Öffnungszeiten.

Zu den angegebenen Öffnungszeiten sind wir auch telefonisch erreichbar

Festnetz Stadtteilbüro : 0221 9337737

Mobil SNW: 0160 91705737 (zusätzlich mittwochs 10:00 – 12:00 Uhr)

Unser Programm liegt an folgenden Stellen für Sie aus:

Stadtteilbüro	Bonhoeffer-Straße 13
Evangelische Kirche	Bonhoeffer-Straße 8
Café Lichtblick	Gisbertstraße 98
Schloß-Apotheke	Gisbertstraße 92
Stammheimer Kiosk	Gisbertstraße 88 - 90
Bäckerei Förster	Gisbertstraße 109
Lotto Bell (Poststelle)	Moses-Heß-Straße 8

