

Programm SeniorenNetzwerk Weidenpesch



2.Quartal 2026

Gefördert durch



Stadt Köln

Allgemeine Infos

Kontaktdaten:

E-Mail: seniorennetzwerk-weidenpesch@gmx.de

Postadresse: SeniorenNetzwerk Weidenpesch
c/o Haus Mobile e.V.
Hohenfriedbergstr. 9
50737 Köln

Informationen für Neuinteressierte und bei Fragen: **Jeden 1. Donnerstag im Monat, 10:30 – 11:00 Uhr**, im Café Mobile (Hohenfriedbergstr. 9).

Machen Sie mit!

Das Planungsteam des selbstorganisierten SeniorenNetzwerks Weidenpesch trifft sich an **jedem 4. Donnerstag um 9:30 Uhr** im Café Mobile.

Wir freuen uns über weitere Unterstützung!

Email: seniorennetzwerk-weidenpesch@gmx.de

Programm- oder Terminänderungen vorbehalten.

Die Veranstaltungen sind überwiegend kostenlos. Wenn es einen Kostenbeitrag gibt, versuchen wir ihn niedrig zu halten. Sollte der Kostenbeitrag für Sie zu hoch sein, sprechen Sie uns im Vertrauen an. Wir werden eine Lösung finden.





Aktuelle Informationen rund um das Seniorennetzwerk Weidenpesch:

<https://seniorennetzwerke-koeln.de/weidenpesch/>



Besondere Termine & Veranstaltungen

Nachbarschaftsfest	Samstag, 25.04.2026, 14 -18 Uhr, Erlöserkirche, Derfflingerstr. 9
ASTRO für DUMMIES (Andre Bolga)	Montag, 27.04.2026, 17 Uhr , Café Mobile, Hohenfriedbergstr. 9 Hier dürft Ihr fragen was Ihr Euch sonst nicht traut. ALLE gehen schlauer als sie gekommen sind. Es geht um unser Sonnensystem... warum gibt es Sommer und Winter, was ist ein Stern, wie finde ich Sternbilder usw. wie Eure Fragen sind.
Neu: Feldenkrais (Anke Hartmann)	Mittwochs, 16:30 – 18:00 Uhr, Café Mobile, 80 € für 10 Einheiten, Info u. Anmeldung: anke.heide.hartmann@gmx.de
Nippes bewegt	01.07.2026, 13:00 – 17:00 Uhr, Altenberger Hof

Regelmäßige Aktivitäten		
 Geselliges 		
Kölscher Klaaf	Jeden 1. Donnerstag im Monat ab 9:00 Uhr, Café Mobile (Hohenfriedbergstr. 9)	Jede*r bringt sich das eigene Frühstück mit, Kaffee/Tee gibt es vor Ort.
Kölscher Klaaf em Backes Schmitz	Jeden 3. Donnerstag im Monat um 9:30 Uhr Bäckerei „Schmitz & Nittenwilm“ (Sebastianstr. 87)	
Stammtisch am Montag	Jeden 4. Montag im Monat um 13:00 Uhr Lokal „Em Tattersall“	
Offenes Nachbarschaftscafé	Jeden Freitag ab 16:00 Uhr Café Mobile (Hohenfriedbergstr. 9)	
 Bewegung 		
Nordic Walking & Gymnastik	Jeden Dienstag um 11:00 Uhr Treffpunkt auf der grünen Wiese rechts neben der Feuerwehr an der Scheibenstraße.	Für Anfänger*innen geeignet. 40 € für 10 Einheiten mit Trainerin. Anmeldung beim 1. Mal erforderlich. Ingrid Menke, walking- weidenpesch@web.de
Spaziergang „Latschen & Tratschen“	14-tägig montags um 10:00 Uhr Treffpunkt vor Rewe an der (H) Scheibenstr.	Im Winter / bei schlechtem Wetter: Einkehr in Bäckerei Anmeldung beim 1. Mal erforderlich.
Spaziergang „Fit durch's Veedel“	Jeden 3. Dienstag im Monat um 10:00 Uhr Treffpunkt: Bäckerei Newzella (Neusser Str. / Gürtel)	Längere Spaziergänge in und um Köln (die Ausflugsziele variieren) Anmeldung erforderlich.

Regelmäßige Aktivitäten



Spiel & Spaß



Spielenachmittag	Jeden Dienstag um 14:00 Uhr Café Mobile (Hohenfriedbergstr. 9)	
Doppelkopf	Jeden Freitag um 10:00 Uhr Café Mobile (Hohenfriedbergstr. 9)	Anmeldung: doppelkopf.weidenpesch@gmail.com
Gedächtnistraining	Jeden Mittwoch von 10:00 – 11:30 Uhr Jugendzentrum DachloW (Neusser Str. 731)	37 € für 10 Einheiten. Anmeldung erforderlich.
Kegeln im Veedel – die Weidenpescher Fühse	Jeden 1. Montag im Monat um 16:30 Uhr Kegelbahn im Schlütters (Neusser Str. 494)	6 € pro Halbjahr Anmeldung beim 1. Mal erforderlich.



Kultur



Gemeinsamer Museumsbesuch	Jeden 1. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr Treffpunkt variiert je nach Museum	Für kostenlosen Eintritt im Rahmen des Köln-Tages bitte den Personalausweis mitbringen! Anmeldung beim 1. Mal erforderlich.
Buch-Club	Jeden 3. Freitag im Monat von 14:00 – 16:00 Uhr Café Mobile (Hohenfriedbergstr. 9)	Anmeldung beim 1. Mal erforderlich.

Seniorenkino in Köln

Filmpalast	Jeden 1. Mittwoch im Monat um 14:30 Uhr und 15:30 Uhr Hohenzollernring 22, 50672 Köln	8 € (inkl. 1 Kaffee & Gebäck) Ticketbestellung unter 0221 - 27257717
Odeon	Jeden 2. Mittwoch im Monat um 14:30 Uhr Severinstr. 81, 50678 Köln	7 € Ticketbestellung unter 0221 - 313110

Weitere hilfreiche Kontakte	
Seniorenberatung im Stadtbezirk Nippes	<p>Diakonisches Werk Köln & Region Yorckstr. 10, 50733 Köln 0221 / 976 23 - 771 oder 0221 / 976 23 – 772</p> <p>Deutsches Rotes Kreuz Köln Pohlmanstr. 13, 50735 Köln 0221 / 97 11 466</p> <p>Deutsches Rotes Kreuz Köln im Bezirksrathaus Neusser Str. 450, Zimmer 262, 50733 Köln 0221 / 221 – 9 52 57</p>
Seniorenvertretung Nippes	<p>Sprechzeiten jeden 2. Donnerstag im Monat von 10 – 12 Uhr im Bezirksrathaus Nippes, Zimmer 210. 0221 / 221 – 9 54 99</p>
Nachbarschaftshilfe „Kölsch Hätz“	<p>Telefonsprechstunde dienstags 15 – 17 Uhr 0221 / 740 02 30 maunieweill@koelschhaetz.de</p>
Veedelsrikscha	<p>kostenlose Rikscharfahrten für mobilitätseingeschränkte Senior*innen Buchung unter 0221 / 976587-0 oder nippes@radelnohnealter.koeln</p>
Zentrales Beratungstelefon der Stadt Köln	<p>Sprechzeiten Mo – Fr von 9 – 12 Uhr sowie Mo – Do von 14 – 16 Uhr 0221 / 221 - 27 400</p>
Senioren-Telefon der Polizei Köln	<p>0221 / 229 - 2299</p>
Kölner Friedhofsmobil	<p>Senioren Servicedienste Köln e.V. 0221 / 569 10 48 17</p>