

# Förderverein Höhenberg

Verein zur Förderung paritätischer Altenhilfe und Gemeinwesenarbeit Köln-Höhenberg e.V.



## TEAM:

Mittwoch, 10.06.2026 – 09.45 Uhr

Mittwoch, 24.06.2026 – 09.45 Uhr

Redaktionsschluss für die Juli/August -Ausgabe: 10.06.2026



## IMPRESSUM:

Förderverein Höhenberg e.V. Weimarer Str. 15, 51103 Köln

Tel.: 0221 / 87 21 10 - E-Mail: psh@fvh.koeln

### Bürozeiten:

montags 09.00 – 13.00 Uhr

donnerstags 11.00 – 15.00 Uhr

Andrea Skroch mobil Di- Do 01590 6182094

Weitere Infos unter: [www.seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de)

und [www.hoevi.info](http://www.hoevi.info)

**Werden Sie Mitglied oder Sponsor im Förderverein!**

**"Kleiner Beitrag - große Wirkung"**

Sparkasse KölnBonn - IBAN: DE 50 3705 0198 0005 0422 54

Swift-BIC: COLSDE33

St.-Nr. 218/5769/0038 Finanzamt Köln-Ost

1. Vorsitzende: Brigitte Wicharz 2. Vorsitzende: Sylvia Oferath

### Redaktion und Mitarbeit:

Sylvia Oferath, Brigitte Wicharz, Brigitte Carell, Andrea Skroch

-Druck: Glock-Druck, Köln-



Senioren  
Netzwerk

Höhenberg

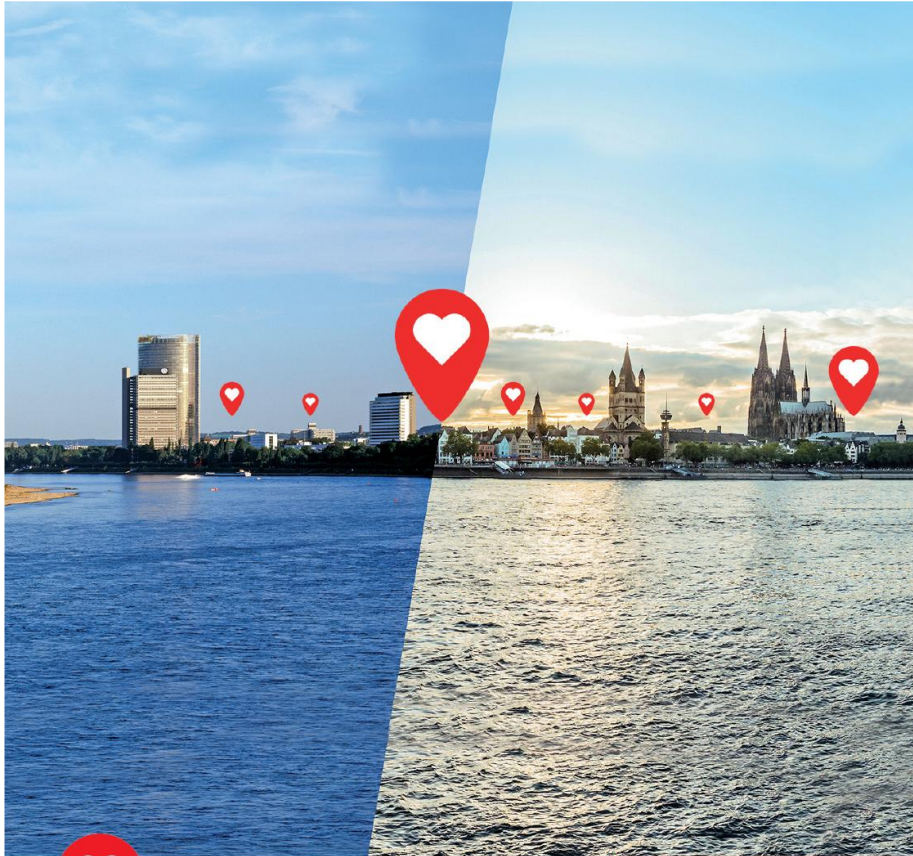


# Wat läuf?

Juni 2026 (Nr. 527)

€ 1,50





## #hiermitherz

**Die Vereine der Region geben Menschen Perspektiven – wir geben ihnen das passende Spendenportal.**

Einfach Projekt anmelden und unterstützen lassen.  
Oder gleich für das Lieblingsprojekt spenden:

**hiermitherz.de**



**Sparkasse  
KölnBonn**

### ***In eigener Sache:***

*Liebe Lesende der „Wat läuf?“,*



Haben Sie auch mit Stirnrünzeln über dem Frühlingsrätsel gesessen und es ergab keinen Sinn? Das konnte es auch nicht, weil Nr. 4 um 1 nach links gesetzt werden hätte sollen und Nr. 3 hatte ein Kästchen zu viel. Da bitte ich Sie vielmals um Entschuldigung. Ich kann nicht einfach etwas aus dem Internet kopieren und in den Druck geben, daher erstelle ich die Rätsel derzeit selbst und da ist mir dieser Fehler unterlaufen.

Möchten Sie auch mal einen Artikel für die Wat läuf schreiben oder ein Rätsel erstellen? Ich freue mich über Ihre Beiträge.

In dieser Wat läuf können Sie etwas über den Förderkreis Senioren lesen und wie dieser bedürftige Senior\*innen finanziell unterstützen kann.

Wie immer gibt es viel Programm und Veranstaltungen in Höhenberg, bei denen wir Sie gerne begrüßen.

Mit herzlichen Grüßen, Ihre

*Ihre Andrea Skroch*

## **Tanz in den Mai**

von Sylvia Oferath

Unser wöchentliches Donnerstags-Café zum „Klaafen und Klönen“ fiel Ende April auf den 30.4. Schnell war die Idee geboren, einen Tanz in den Mai zu veranstalten. Früh haben wir über die Gestaltung des Nachmittages nachgedacht und siehe da, es ist etwas Neues und Großartiges entstanden.

Die Zubereitung der obligatorischen Maibowle stellte uns erst einmal vor eine Herausforderung. Niemand konnte sich genau vorstellen, wie diese mit Waldmeister angesetzt werden musste. Das Internet gab auch nur vage Vorschläge und es war Vorsicht geboten, da es schnell zu einer Überdosierung kommen konnte.

Aber siehe da, es gab eine sehr elegante Lösung. Unser Winzer in Hammerstein bot fertige Maibowle an und nachdem Brigitte sie vor Ort gekostet und für gut befunden hatte, stand dem Kauf nichts mehr im Wege und das größte Problem war gelöst.

Frau Steen – unsere Top-Näherin – fertigte eine schöne Schärpe an und Frau Skroch stellte ein kleines Diadem zur Verfügung.

Ebenfalls von Frau Skroch wurden ein paar schöne Birkenzweige zur Verfügung gestellt, die wir an der Regenrinne vor dem Haus befestigten.

Alle Vorbereitungen waren getroffen und um 14.00 Uhr wurde der „Tanz“ eröffnet.



Zuerst wurden die Birkenzweige vor der Tür mit hübschen Schleifen in allen Farben dekoriert.



Zur Belohnung gab es danach Kaffee und Kuchen.

Schon kurz nachdem die ersten Gläser mit der Waldmeister-Bowle geleert waren, ging es auf die Tanzfläche.

Die Wahl der Maikönigin lief erst einmal nicht wie geplant. Brigitte hatte Muffins gebacken und in einem war ein Mon Cheri versteckt. Keiner hat die Kirsche identifiziert und wahrscheinlich ganz mit runtergeschluckt.

Jetzt war guter Rat teuer, aber wir sind ja kreativ. Schnell wurden vorhandene Garderobenmarken als Bons umfunktioniert. Jeder bekam ein solches Los und Frau Gräff durfte dann die Gewinnerin ermitteln.



Frau Gronau war die Glückliche und hat sich sehr gefreut. Schärpe und Diadem standen ihr sehr gut und sie hat direkt ein kleines Tänzchen aufs Parkett gezaubert.

Die Stimmung war bestens und dann haben wir noch gemeinsam ein Line Dance Programm hingezaubert; erst mit Trockenübungen und dann mit Musik. Es war richtig was los und die Stimmung auf dem Höhepunkt.

Ich glaube, allen hat es gefallen und das können wir nächstes Jahr wiederholen.



Brigitte und ich mussten die Veranstaltung dann verlassen, weil wir noch in Hammerstein am Rhein den Maibaum aufstellen mussten. Auch dort hatten wir noch viel Spaß.

# SOMMER FEST

**Samstag 04. Juli 2026**  
**11.30 Uhr - 17.00 Uhr**

- 12.00 - 13.00 Uhr Mittagssnack
- 14.00 Uhr Kaffee und Kuchen
- Kaltgetränke
- Musikprogramm

**IM PAUL-SCHWELLENBACH-HAUS**

WEIMARER STR. 15  
HÖHENBERG

gefördert durch die  
Bezirksvertretung Kalk  
**Stadt Köln**

Bitte anmelden  
unter 0221-872110

Veranstalterin: Förderverein Höhenberg e. V.

## Ne Besuch om Spargelhof Juppi

von Brigitte Wicharz

Am 6. Mai war es wieder soweit: die diesjährige Spargelfahrt ging um 9.45 Uhr mit 50 gut gelaunten Seniorinnen und Senioren trotz trüben Wetters los.

Frau Skroch hatte für jeden Teilnehmer die Sitzplatznummer auf ein Päckchen Taschentücher geklebt und es gab kein großes Chaos beim Einstieg.

Natürlich waren alle Straßen rund um Köln dicht, aber unser Fahrer hat uns sicher

nach Havert/Selkant zum Spargel Hof Juppi gebracht.



Dort wurden wir sehr herzlich empfangen.

Nach der Getränkebestellung konnte das Buffet gestürmt werden.

Es gab eine sehr leckere Spargelcremesuppe mit Spargelstückchen, verschiedene Spargelsalate, gekochten Schinken und gemischten Salat.



Beim warmen Essen gab es außer Omas Spargeltopf noch Stangenspargel „satt“ mit verschiedenen Saucen, Schnitzel, Putenfleisch und Kartoffeln (Butterkartoffeln und „Pommes Parisienne“).



Als Nachtisch rundete auch noch ein leckerer Vanillepudding mit Erdbeeren das gute Essen ab.



Im Hofladen konnte noch etwas eingekauft werden und schon ging die Fahrt weiter bis zur westlichen Landespitze. Im Regen wollte aber keine noch bis zur Grenze laufen, um einen Blick in die Niederlande zu werfen.



Im Landcafé Haus Immendorf/Geilenkirchen hatten wir dann Gelegenheit noch Kaffee und Kuchen oder Eis zu genießen. Das sehr gemütliche

Café war ein ehemaliger Kartoffelhof. Seit 20 Jahren ist es eine Bäckerei, Konditorei und Café. Die Auswahl an Kuchen war sehr beeindruckend.

Viele Seniorinnen und Senioren haben noch Brot und etwas „Süßes“ mitgenommen.



Trotz des trüben Wetters war es eine sehr schöne Fahrt. Es wurde viel erzählt und gelacht. Ein großes Dankeschön auch noch an Frau Skroch für die Organisation der Fahrt. In Höhenberg angekommen waren wir der Meinung, die Fahrt kann nächstes Jahr wiederholt werden.



# Gedächtnistraining

jeden Dienstag von  
09.30 -11.00 Uhr

Ort : Paul-Schwellenbach-Haus  
Weimarer Str. 15  
Köln Höhenberg



Bei Interesse und Rückfragen  
Tel.: 0221 - 872110

## Die AG Zukunft und Alter

Die Arbeitsgemeinschaft Zukunft und Alter des Paritätischen Köln unter der Leitung von Christof Wild ist ein Zusammenschluss von über 25 gemeinnützigen Organisationen, die sich unter dem Dach des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes für Senior\*innen engagieren. Die AG trifft sich mehrmals im Jahr und einmal im Jahr wird eine Sonderveranstaltung organisiert. Dieses Jahr im April, unter anderem vor dem Hintergrund der Kürzungen im sozialen Bereich, wurde die Veranstaltung größer geplant als sonst. Ziel der Veranstaltung war ein fachlicher Austausch, um die Vielfalt und Relevanz der Paritätischen Angebote sichtbar zu machen. Z. B. welche viele, gute Arbeit von ehrenamtlichen Senior\*innen geleistet wird. Zu der Veranstaltung waren Vertreter\*innen aus Politik und Verwaltung geladen, damit sie die Wichtigkeit der Angebote erleben können. In der aktuellen Kürzungspolitik ist die Sicherung und Stärkung der bestehenden Förderstrukturen besonders zu unterstreichen.

Der Förderverein Höhenberg e. V. war ebenfalls vertreten und auf der nebenstehenden Seite sehen Sie das Plakat, mit dem sich der Förderverein Höhenberg e. V. präsentiert hat. Zum fachlichen Austausch gehörten 5 Thementische an denen die Ehrenamtlichen und Hauptberuflichen mit Politik und Stadtverwaltung ins Gespräch kamen. Die Veranstaltung war sehr lebhaft und ich hoffe, sie hat Wirkung bei der Stadtpolitik gezeigt.

### Zielgruppe:

- Senior\*innen aus dem Veedel

### Angebote

- Gesellige, vielfältige Veranstaltungen:
  - Suppentag, Stadtteilfrühstück
  - Filmnachmittag, Klaafen und Klönen, Sonntagscafé
  - saisonale Feste, Geburtstagsfeiern
  - Tagesfahrten und Ausflüge
- 3 Bewegungskurse
- Information und Prävention
- soziale Kontakte gegen Einsamkeit
- Kooperation mit SNW Höhenberg:
  - geöffnet an 4 - 5 Tagen in der Woche
  - 110 regelmäßige Besucher\*innen in der Woche



## Förderverein Höhenberg

Verein zur Förderung paritätischer Altenhilfe  
und Gemeinwesenarbeit Köln Höhenberg e. V.



## Monatsprogramm des Paul-Schwellenbach-Hauses

Mo	01.06.	09.30 Uhr 10.00 Uhr 11.00 Uhr 12.00 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Kurs I Sitzgym, Germaniastr. 96 Kurs II Funktionsgym, Germaniastr. 96 Kurs III Funktionsgym, Nürn. Str. 39 Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	02.06.	09.30 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <b>bitte anmelden!</b> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Mi	03.06.		
Do	04.06.		<i>Fronleichnam</i>
So	07.06.	14.00 Uhr	Sonntagscafé – <b>bitte anmelden!</b> <b>Museumswohnung geöffnet</b>
Mo	08.06.	09.30 Uhr 10.00 Uhr 11.00 Uhr 12.00 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Kurs I Sitzgym, Germaniastr. 96 Kurs II Funktionsgym, Germaniastr. 96 Kurs III Funktionsgym, Nürn. Str. 39 Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	09.06.	09.30 Uhr 14.00 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! DRK-Seniorenberatung b. 16 Uhr Rummykub – <b>bitte anmelden!</b> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Mi	10.06.	09.45 Uhr	Team
Do	11.06.	14.00 Uhr 17.00 Uhr 19.30 Uhr	Geburtstagscafé – <b>bitte anmelden!</b> Lernförderung mit Coach e.V. b. 19.30h SPD Ortsverein - Vorstandssitzung
Fr	15.05.	14.00 Uhr 16.00 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 Uhr
Sa	13.06.	12.00 – 17.00 Uhr	Mittsommerfest Schulgelände Adalbert Str.
Mo	15.06.	09.30 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	16.06.	09.30 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <b>bitte anmelden!</b> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Mi	17.06.	12.00 Uhr	Suppentag – <b>bitte anmelden!</b>
Do	18.06.	14.00 Uhr 14.30 Uhr 17.00 Uhr	Kaffee und Kuchen; Jahreshauptver- sammlung des Förderverein Höhenberg e. V. – <b>bitte anmelden!</b> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr

## Monatsprogramm des Paul-Schwellenbach-Hauses

Fr	19.06	14.00 Uhr 16.00 Uhr 19.15 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 Uhr Fidele Höhenberger
Mo	22.06	09.30 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	23.06.	09.30 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <b>bitte anmelden!</b> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Mi	24.06.	09.45 Uhr	TEAM
Do	25.06.	14.00 Uhr 17.00 Uhr	Mitsingnachmittag ein Angebot der GAG – <b>bitte anmelden!</b> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr
Fr	26.06.	14.00 Uhr 16.00 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 Uhr
Mo	29.06	09.30 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	30.06	09.30 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <b>bitte anmelden!</b> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 Uhr



## Ausflug in den Kölner Zoo

Dank der Einladung der Sparkasse KölnBonn  
beim SocialDay hatten wir einen schönen  
Nachmittag bei bestem Wetter im Zoo.



Die „Junge Seite“ informiert:

Jugendeinrichtung HB51  
 Im Paul-Schwellenbach-Haus  
 Öffnungszeiten:  
 Montag, Mittwoch, Donnerstag: 15 – 20 Uhr  
 Dienstag: 14 -21 Uhr  
 Freitag: 14 – 20 Uhr  
 Kontakt: [janek.toelle@kja-koeln.de](mailto:janek.toelle@kja-koeln.de) Tel.: 0176/19213564



**Vital Apotheke**  
 Sabine Happersberger e.Kfr.  
 Olpener Str. 120  
 51103 Köln  
 Tel: 0221-49 29 39 0  
 info@vital-apotheke-koeln.de  
 Whatsapp: 0178 328 17 97



**Kostenlose Lieferung**

Bis 16.00 Uhr bestellt, erfolgt die Lieferung noch am selben Tag.



**MITT SOMMERFEST**  
 Höhenberg / Vingst  
**13. Juni 2026**  
**Samstag**  
 12-17 Uhr

**Großes Veedels- und Mitmachfest**

**AUF DEM GELÄNDE DER KATHARINA- HENOTH GESAMTSCHULE**  
**!ACHTUNG NEUER STANDORT! ADALBERTSTR./LUSTHEIDER STR**

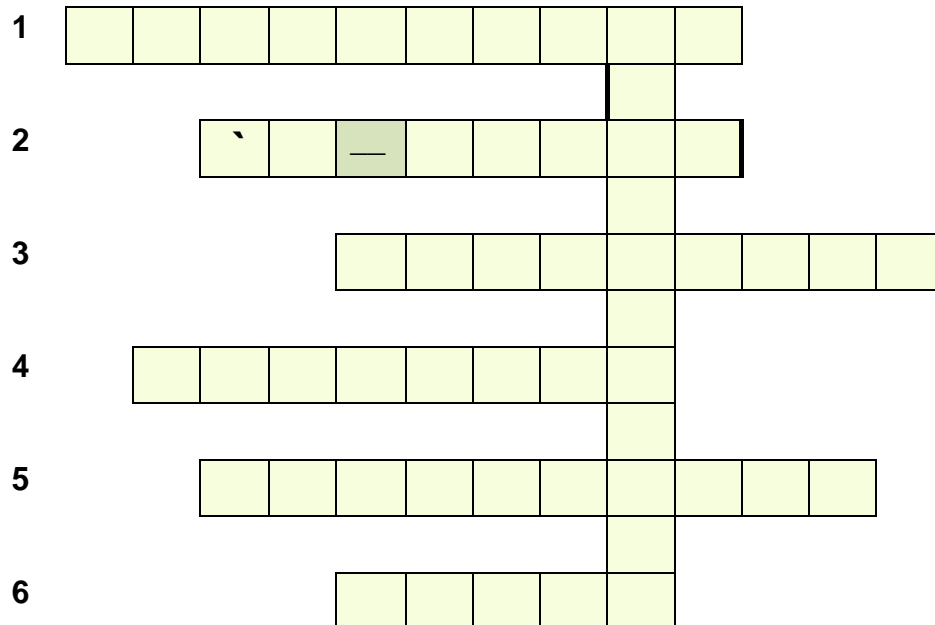
Bühnenprogramm  
 Essen und Getränke  
 Mitmach Angebote  
 Im Veedel für Alle  
 Spiel und Spaß

Gemeinschaftlich organisiert durch:

V.i.S.d.P. Sozialraumkoordination Höhenberg/Vingst, An St. Elisabeth 5, 51103 Köln

## Kammrätzel

Ergänzen Sie nach dem Ausfüllen der waagerechten Zeilen, die senkrechte Reihe mit Buchstaben und Sie erhalten ein Lösungswort.



- 1 Fröhliche Feier bei gutem Wetter im PSH Garten
- 2 Kölscher Mundart Sänger aus Höhenberg
- 3 Süße, kalte Erfrischung zum Löffeln im Gefäß
- 4 Behälter für Backwaren
- 5 leckeres mit Feuer zubereitet
- 6 fruchtiges, alkoholisches Getränk

## EIN INFO-NACHMITTAG MIT DER SENIORENVERTRETUNG



**FREITAG, 12.06.26**

**15.30 - 17UHR**

**Vingster Treff, Würzburger Str. 11a, 51103 Köln**

Wie kann ich mitmachen in meiner Nachbarschaft?

Was macht die Seniorenvertretung?

Austausch & Informationen

### Anmeldung:

Servicestelle selbstorganisierte SeniorenNetzwerke Bezirk Kalk  
 Julius Lang und Julia Althof  
 0157 504 940 39 | servicestelle-snw-kalk@parisozial-koeln.de

Hier anmelden:



## UNTERSTÜTZUNG DURCH DEN FÖRDERKREIS KÖLNER SENIORENNETZWERKE E.V.

Möchten Sie an einem Ausflug oder Tagesfahrt mit dem SeniorenNetzwerk Höhenberg teilnehmen und haben eine geringe Rente oder z. B. einen KölnPass?

Dann besteht die Möglichkeit eine finanzielle Unterstützung über den Förderkreis zu erhalten.

### Ziel des Förderkreis Senioren

Allen Seniorinnen und Senioren – unabhängig von ihrer Finanzlage – soll die Teilnahme an Veranstaltungen und Maßnahmen der Netzwerke möglich sein; dafür werden mit Unterstützung einer städtischen Stiftung für Menschen mit geringem Einkommen Hilfen zur Verfügung gestellt.

**Bei Fragen  
kommen Sie bitte  
auf uns zu und wir  
informieren Sie.**

**Wo können Sie einen Antrag  
stellen, bzw wer stellt für Sie den  
Antrag? Hier im Büro des Paul-  
Schwellenbach-Hauses.  
Dieser wird nicht automatisch  
gestellt.**

### Der Förderkreis

Im Jahr 2013 hat sich der Förderkreis Kölner SeniorenNetzwerke e.V. mit dem Ziel gegründet, die SeniorenNetzwerke bei ihrer wichtigen Arbeit zu unterstützen.

Die Ziele des Vereins sind, für die bürgerschaftliche Idee der Netzwerke werben und Menschen dafür gewinnen. Sowie die Stärkung bestehender Netzwerke durch das Einwerben von Spenden sowie Gewinnung neuer Fördermitglieder.

Allen Seniorinnen und Senioren – unabhängig von ihrer Finanzlage – soll die Teilnahme an Veranstaltungen und Maßnahmen der Netzwerke möglich sein; dafür werden mit Unterstützung einer städtischen Stiftung für Menschen mit geringem Einkommen Hilfen zur Verfügung gestellt. Das gilt für verschiedene Kosten wie Frühstück oder Tagesfahrt.

Die Botschaft des Vereins: Es ist wichtig, die Kompetenz und das Engagement der älteren Generation zu erhalten und einzusetzen. Dabei soll nicht nur die Solidarität Dritter eingefordert, sondern auch in Eigeninitiative für einander eingetreten werden. Es lohnt sich mitzumachen. Das können Sie tun: durch Ihr persönliches Engagement in Netzwerken, durch Spenden und durch Eintritt in unseren Förderverein.

*(Textpassagen von der Homepage der SeniorenNetzwerke Köln [www.seniorennetzwerke-koeln.de/der-foerderkreis.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de/der-foerderkreis.de))*



**Museumswohnung  
im Paul-Schwellenbach-Haus  
Weimarer Str. 15, 51103 Köln-Höhenberg  
Tel.: 0221 / 87 2 110 - E-Mail: psh@fvh.koeln**

### Öffnungszeiten:

**Besichtigungen ohne Führungen sind in der Regel donnerstags zwischen 11:00 und 13:00 Uhr -mit bestätigter Anmeldung - (nicht an Ferien- und Feiertagen) und sonntags auf Anfrage zwischen 14:30 Uhr und 16:00 Uhr möglich.**

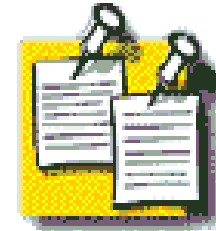
**Kontakt: siehe oben!**

Weitere Öffnungszeiten nach Absprache. Führungen können auch über den Museumsdienst der Stadt Köln Tel.: 0221/221-27380 oder [www.koelnisches-stadtmuseum.de](http://www.koelnisches-stadtmuseum.de) gebucht werden.

**Besuchen Sie die Museumswohnung digital unter:  
[www.gag-koeln.de/wir-fur-koln/museumswohnung/](http://www.gag-koeln.de/wir-fur-koln/museumswohnung/)**



**Persönliche Gespräche mit den Mitarbeitenden in der Hauptverwaltung und in den Kundencentern sind *nur noch nach vorheriger Terminvereinbarung* möglich. Telefonisch erreichen Sie uns zu den angegebenen Servicezeiten. Tel.:0221/2011-2011 – E-Mail: [kundenservice@gag-koeln.de](mailto:kundenservice@gag-koeln.de)  
[www.gag-koeln.de](http://www.gag-koeln.de)**



**Termine und Kontakte  
von weiteren Einrichtungen  
in Höhenberg-Vingst  
Juni 2026  
(Wenn nicht anders angegeben gilt die PLZ 51103)**

**Bitte nehmen Sie -falls sie an diesen Programmen interessiert sind- telefonisch oder per E-Mail mit der jeweiligen Einrichtung Kontakt auf. Wir danken für Ihr Verständnis!**

#### Antoniter Siedlungsgesellschaft, Germaniastr. 96

- Kontakt: Heike Kohr – Tel.: 0221 / 931211-92  
E-Mail: [kohr@antoniter.de](mailto:kohr@antoniter.de)

#### Bürgerverein Höhenberg

- Kontakt: Elke Mück – Tel.: 0221 / 89 44 67  
E-Mail: [BuengerVerein@aol.com](mailto:BuengerVerein@aol.com)

#### DRK Seniorenberatung Weimarer Str. 15

- Kontakt: Astrid Caspers – Tel.: 0221/83 00 80 12 / auch Hausbesuche  
E-Mail: [beratung.kalk@drk-koeln.de](mailto:beratung.kalk@drk-koeln.de)

#### Coach e.V. Lernförderung

- Kontakt: Sükriye Celikkol (Höhenberg) Tel.: mobil 0157/74101760  
E-Mail: [scelikkol@coach-koeln.de](mailto:scelikkol@coach-koeln.de)

#### Erlöserkirche Höhenberg Vingst Burgstr. 75

- Kontakt: Pfarrbüro Tel.: Tel.: 0221/9337662
- E-Mail: [vingst-neubrueck-hoehenberg@ekir.de](mailto:vingst-neubrueck-hoehenberg@ekir.de)

#### Förderkreis Rechtsrheinisches Köln e.V., Pfarrer – Moll - Str. 52 51105 Köln Humboldt - Gremberg

Kontakt: E-Mail: [info@foerderkreisrrhkoeln.de](mailto:info@foerderkreisrrhkoeln.de)  
[www.foerderkreisrrhkoeln.de](http://www.foerderkreisrrhkoeln.de)

#### GAG Bewohner-Café, Frankfurter Str. 310-312

- Verkaufswagen nur auf Anfrage!

#### Integrationsagentur Arbeiterwohlfahrt- Tel.: 0221/32 00 85 33 Rösrather Str. 2-16, 51107 Köln-Ostheim (Rundbau)

- Kontakt: Frau Nuran Kancok Tel.: 0221/ 32008533 o. 0221/84642701  
E-Mail: [nuran.kancok@awo-mittelrhein.de](mailto:nuran.kancok@awo-mittelrhein.de)  
[www.integrationsagentur-awo.de](http://www.integrationsagentur-awo.de)

#### Jugendwohnen St. Gereon, An St. Elisabeth 5

- Tel.: 0221 / 47 45 25 10 – [info-gereon@kja.de](mailto:info-gereon@kja.de)  
Das Bistro bietet Mo. bis Fr. einen Mittagstisch von 12.15 – 13.00 Uhr an.  
Dieser steht auch Gästen von außerhalb zur Verfügung!

**Palliativ Team SAPV Köln, Frankfurter Str. 312**

- ☐ Kontakt: Tel.: 0221 / 888 45 678 -E-Mail: info@palliativteam-koeln.de  
www.palliativteam-koeln.de

**Pfarrsaal St. Theodor, Lustheider Str. 25**

- ☐ Leitung: Ilse Dorn - Tel.: 0221 / 87 21 76 (siehe auch St. Elisabeth)

**Pro HöVi Stiftung, Jan Meyer,  
Saarbrücker Str. 19a, 51107 Köln-Ostheim**

- ☐ Tel.: 0221 / 89 64 87, Fax 0221 / 89 64 85 - http://www.pro-hoevi.de  
E-Mail: info@pro-hoevi.de

**St. Elisabeth, An St. Elisabeth 11 - Pfarrbüro**

- ☐ Kontakt: Tel.: 0221/87 21 76 (siehe auch St. Theodor)  
Kontakt: Kita St. Elisabeth - Tel.: 0221 / 874599 – Andrea Hertwig

**SeniorenNetzwerk Köln-Vingst, Würzburger Str. 11 a**

- ☐ Kontakt: Julia Althoff - Tel.: 0221 / 87 54 85  
E-Mail: vingstertreff@bz-vingst.de

**Seniorenheim Oranienhof GmbH, Olpener Str. 60**

- ☐ Kontakt: Herr Said Ahmadi u. Frau Verena Fuchs  
Tel.: 0221 / 820056-0 E-Mail: info@oranienhof-koeln.de

**Kontakte zur Seniorenvertretung**

- ☐ Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 15.30 – 17.00 Uhr Sprech-  
stunde im Bürgeramt Köln-Kalk

**Service-Wohnen-Höhenberg, Frankfurter Str. 400**

- ☐ Kontakt: Tel.: 0221 / 2781694  
E-Mail: [info@servicewohnen-hoehenberg.de](mailto:info@servicewohnen-hoehenberg.de)  
www.service-wohnen-hoehenberg.de

**fairstore - Stadtteilkaufhaus Köln-Kalk, Kalker Hauptstr. 177**

Öffnungszeiten: Mo – Fr. 10 – 18 Uhr / Sa. 10 – 15 Uhr

- ☐ Erreichbar: KVB-Linie 1 + 9 (Kalk Kapelle)

**Sozialraumkoordination Höhenberg-Vingst, Burgstr. 42**

- ☐ Sabine Wiegelmann – Tel. 0221/26 18 34 95  
[sabine.wiegelmann@kja-koeln.de](mailto:sabine.wiegelmann@kja-koeln.de) und Kerstin Stangier – Tel.  
0221/57004664 [kerstin.stangier@kja-koeln.de](mailto:kerstin.stangier@kja-koeln.de) Mobil: 0176/19 213 495

**SPD-Ortsverein**

- ☐ Kontakt: Christian Robyns - christian.robyns@gmail.com

**SPZ Kalk, Olpener Str. 110**

- ☐ Sozialpsychiatrisches Zentrum für den Bezirk Kalk u. Stadtteil Deutz  
Tel.: 0221 / 99182-0

**Verbraucherberatung im Quartier Höhenberg/Vingst  
Würzburger Str. 11a, Bürgerzentrum Vingst**

- ☐ Kontakt: Dagmar Kautz - Tel.: 0211/ 91380 5013 (Mittwoch nach Termin)  
E-Mail: [koeln.quartier@verbraucherzentrale.nrw](mailto:koeln.quartier@verbraucherzentrale.nrw)  
www.verbraucherzentrale.nrw

**Wichtige Telefonnummern:**

- **Stadt Köln** Tel.: 115 oder 0221/221-0
- **Ärzte-Bereitschaft** Tel.: 116 117 (kostenfrei)
- **Beratungstelefon für Senioren** Tel.: 0221/221-27400
- **Hitzetelefon Gesundheitsamt** Tel.: 0221 / 221-34347
- **Schnelle Hilfe f. vernachlässigte o. verwirrte Personen:**  
Tel.: 0221/221-24444
- **Köln Pass** Tel.: 115 oder 0221/221-0
- **Schwerbehindertenanträge** Tel.: 0221/221-30702 o. 30703
- **Zentraler Sperrdienst bei Verlust von EC- o. Kreditkarten**  
Tel.: 01805/021 021 bzw. 116 116  
(diese auch bei Sperrung des Personalausweises)
- **Ordnungsamt Köln – bei Parkvergehen, Ruhestörungen  
und sonstigen Störungen** Tel.: 0221/221-32000
- **Ampelhotline b. Störungen** Tel. 115 oder 0221/221-0
- **Schlagloch-Hotline / Mängel im Straßenland / Amt für Stra-  
ßen- und Verkehrstechnik** Tel.: 0221/221-38141
- **Sperrmüllabholung / anmelden** Tel.: 0221/9 22 22 24
- **Wilden Müll melden** Tel.: 0221/9 22 22 24
- **Glascontainer** 0800/1 22 32 55 (kostenfrei)
- **Stadtteil-Team AWB** 0800/9 29 22 05 (kostenfrei)
- **Friedhofsmobil Köln** Tel.: 0800/789 77 77 (kostenfrei)
- **Telefonseelsorge** 0800/111 0 111 evangelisch  
(kostenfrei) 0800/111 0 222 katholisch
- **Häusliche Gewalt** 0800/116 016 (kostenfrei)

**Feuerwehr- und Notfall: Ruf 112 **  
**(Schlaganfall ist Notfall)**

**Hinsehen - Handeln – Hilfe**

**Polizei Ruf 110!**

**POLIZEI – Schutzbereich Kalk**  
Walter Pauli-Ring 2-6, 51103 Köln Wache: Tel.: 0221-2290  
Bereichsbeamte für Höhenberg  
Tim Effenberger - 0221/229-4687, Mobil: 0174/6972203  
Zentrale Köln: Tel.: 229-0

Senioren-Info-Telefon der Polizei Köln: 0221/229-2299  
Scheuen Sie sich nicht, besondere Beobachtungen zu melden!  
Bitte bringen Sie jede Straftat zur Anzeige: **Polizei-Ruf 110 **



**Wir gratulieren den Geburtstagskindern  
des Fördervereins im Monat Juni 2025**

Name	Datum	Alter
Bettina Bosbach	03.06.1968	58
Resi Brombach	15.06.1931	<b>95</b>
Ursula Schöneweiß	16.06.1943	83
Heinz Heinrichs	29.06.1935	91

**Die Geburtstagsfeier für die im Mai -Geborenen findet am  
11.06.2026 um 14.00 Uhr statt (bitte anmelden!).**

### **Auflösung Buchstabensalat:**

(Mai Ausgabe der *Wat läuf?*)

- 1 Schneeglöckchen
- 2 April
- 3 Drei
- 4 Frühblüher
- 5 Igel
- 6 Insekten
- 7 Zugvögel
- 8 Spaziergang



## IHRE PARTNER BEI ALLEN FRAGEN RUND UM STEUERN UND WIRTSCHAFT

Steuerberatung – aktiv und individuell:

- Einkommensteuer
- Erbschaft- und Schenkungsteuer
- Existenzgründung
- Buchführung, Lohn und Gehalt
- Jahresabschluss
- Steuerberatung und -gestaltung



Ostmerheimer Straße 272 | 51109 Köln  
0221 – 98 93 180 | [www.krampsmiddendorf.de](http://www.krampsmiddendorf.de)