



TEAM:

Mittwoch, 09.09.2026 – 09.45 Uhr

Mittwoch, 23.09.2026 – 09.45 Uhr



Redaktionsschluss für die September -Ausgabe: 10.09.2026

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

und 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 Carell, Monika Machulla,

Andrea Skroch -Druck: Glock-Druck, Köln -



**Senioren
Netzwerk
Höhenberg**

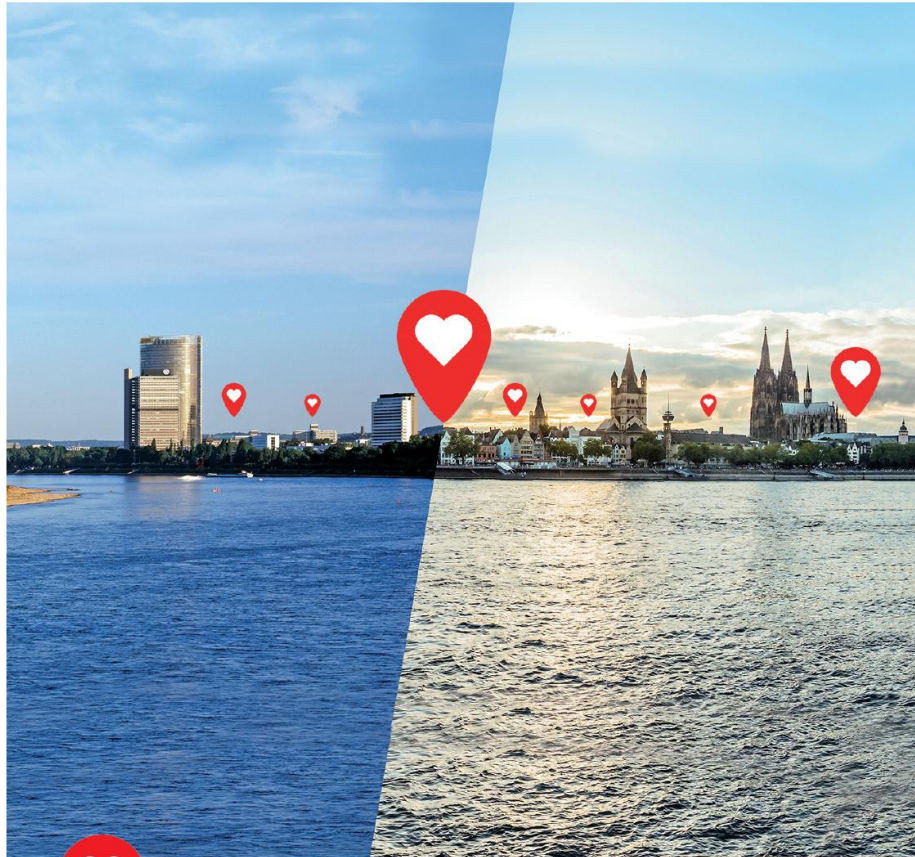


Wat läuf?

September 2026 (Nr. 529)

€ 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?“,



Im September können Sie viel unternehmen:

Direkt zu Anfang des Monats feiern die Schützen ihren Krönungsball im Schützenheim und laden herzlich dazu ein.

Im Rheinauhafen findet der Ehrenamtstag statt, mit einem bunten Programm und vielen Informationen.

Beim Tag des offenen Denkmals haben wir extra eine Führung für Höhenberger*innen geplant, zu der Sie sich anmelden können und im Anschluss gibt es einen Mittagssnack.

Auch gibt es wieder eine Vernissage. Oder vielleicht mögen Sie unter der Leitung von Sylvia Oferath mit uns durch das PSH tanzen?

Zu allen Angeboten finden Sie weitere Details in dieser Ausgabe. Wir freuen uns über Ihr Kommen.

Zwei Persönlichkeiten aus Höhenberg sind im August in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedet worden. Auch aus dem Paul-Schwellenbach-Haus ein **Dankeschön für Ihre vielen Jahre des Engagements für Höhenberg Vingst an Jörg Wolke und Franz Meurer!**

Mit herzlichen Grüßen, Ihre

Ihre Andrea Skroch

KVB Training mit und ohne Rollatoren in der Straßenbahn

Die KVB Kölner Verkehrs Betriebe bieten kostenlose Mobilitätstrainings für Seniorengruppen an. Die Schulung beinhaltet eine Fahrt in der Straßenbahn der Linie 9, ausschließlich reserviert für die Gruppe. Die Fahrt geht vom Neumarkt zum Königsforst und zurück, unterwegs wird viel erklärt. Das SeniorenNetzwerk Humboldt-Gremberg hatte im Juni noch Plätze frei und da sind interessierte Höhenberger Senior*innen mitgefahren und haben das wichtigste für Sie aufgeschrieben.

Wichtige Verhaltensregeln mit Rollatoren:

- In die ersten zwei Türen einsteigen, damit Sie sichtbar sind für den Fahrer.
- Immer nur stehend oder auf einem Platz sitzend.
- Niemals auf dem Rollator sitzen, wegen der hohen Unfallgefahr.
- Sollte es sehr voll in der Bahn sein, einen Gast bitten sich in die Tür zu stellen um genug Zeit zum Aussteigen zu haben (sich laut bemerkbar machen).

Jede Bahn hat eine sichtbare Notbremse und Notrufstelle:

Wenn die Notbremse gezogen werden muss, zuerst den Knopf drücken und mit dem Satz beginnen: Können Sie mich verstehen? Dann hat man Kontakt zum Fahrer oder der Fahrerin. Dann kann man vortragen worum es geht, denn die Bahn bleibt nicht direkt stehen und der Fahrer entscheidet den Punkt, wo er anhalten kann um Hilfe anzufordern.

Es war für uns sehr lehrreich und haben es gerne zum Weitergeben aufgeschrieben.

Monika Machulla und Brigitte Carell



Abenteuer Deutsche Bahn

von Sylvia Oferath

Heute berichte ich einmal von einer Zugfahrt der etwas anderen Art. Eigentlich fahre ich gerne mit der Eisenbahn, vielleicht auch, weil man es so selten macht.

Am 20.06. machten sich 8 gut gelaunte Seniorinnen (davon 3 mit Rollator) auf die Reise nach Stralsund. Von dort hatten wir eine Ostsee-Flusskreuzfahrt gebucht, wobei wir die Anreise nach Stralsund in Eigenregie bewerkstelligen mussten.

Schon sehr früh hatten wir eine wunderbare Zugverbindung über Hamburg für die An- und Rückreise gefunden und gebucht.

Etwa eine Woche vor Abreise wurde ich per Mail informiert, dass die Rückreise leider nicht über Hamburg stattfinden könnte. Bitte suchen Sie sich eine andere Verbindung. Haben wir gemacht und es gab eine Verbindung über Berlin, aber die Sitzplatzreservierung musste neu gemacht werden. Das war leider online nicht möglich, aber über eine Adresse bei der DB hat es noch vor unserer Abreise funktioniert.

Überpünktlich um 3.30 Uhr waren wir am Abreisetag auf dem Bahnsteig für den ICE nach Hamburg, Abfahrt: 4.00 Uhr. Laut Wagenstandanzeiger waren unsere Sitzplätze im Bereich E zu finden. Dann kam die Ansage, dass der Zug etwas Verspätung hatte und die Wagen geändert worden sind. Unsere Sitzplätze waren jetzt im Bereich A. Also duckelten wir den Bahnsteig entlang nach A. Letztendlich hatte der Zug 55 Minuten Verspätung und damit war unser Anschlusszug in Hamburg auch nicht mehr zu erreichen.

Unsere Sitzplätze waren wieder im Bereich E und wir waren wieder auf Wanderschaft.

Dann endlich kam der Zug und wir konnten einsteigen. Unsere Nachfrage beim Zugführer ergab, dass der ICE bestimmt noch die Verspätung etwas aufholen und man in Hamburg dann auch sicherlich den Anschluss bekommen könne. Beruhigt genossen wir erst einmal die Zugfahrt. Aber es sollte nicht lange dauern, bis neue Probleme auftauchten. Vor Essen stand der Zug und es ging erst einmal gar nichts mehr, weil vor uns auf dem Gleis ein defekter Regionalzug stand und es kamen nochmal 50 min. Verspätung dazu.

Und dann kam Hamburg. Um den nächsten Zug nach Stralsund zu bekommen, erst einmal Treppen bzw. Aufzug rauf und am nächsten Gleis wieder runter. Auf dem völlig überfüllten Bahnsteig wurde zuerst noch ein Zug nach Kopenhagen abgefertigt, der mit über 2 Stunden Verspätung endlich kam.

Danach kurzes Aufatmen, bis die Anzeige erschien, dass der Zug nach Stralsund auf einem anderen Gleis einfährt. Noch 10 Minuten Zeit! Und wieder Treppen bzw. Aufzug rauf und wieder Treppen und Aufzug runter. Beim Einlaufen des Zuges hatten wir es endlich auf das Gleis geschafft. Obwohl wir keine Sitzplatzreservierung mehr hatten, saßen wir endlich im Zug und haben es pünktlich zur Anlegestelle unseres Schiffes in Stralsund geschafft.

Die Kreuzfahrt war wunderschön und wir haben es sehr genossen.

Die Rückfahrt würde doch sicherlich besser werden, das war unsere große Hoffnung.

Leider kommt es immer anders, als man denkt.

Am Abreisetag wurde ich morgens per Mail informiert, dass der Zug ab Berlin eine andere Wagenreihung hat und auch hier wieder unsere gebuchte Sitzplatzreservierung wegfällt. Online war es wieder nicht möglich, eine neue Reservierung zu bekommen und in Stralsund im Reisecenter konnten uns die Damen (die übrigens alles versucht haben und sehr hilfsbereit und freundlich waren) nicht weiterhelfen. Da wir in Berlin etwas Zeit hatten, wurde uns empfohlen, dort das Reisecenter aufzusuchen.

Pünktlich kam der ICE und wir haben unsere Plätze eingenommen. Mittlerweile war auch im Norden die große Hitze angekommen und wir waren froh, im klimatisierten Zug zu sitzen. Kurz vor Berlin – in Eberswalde – erfuhren wir, dass der ICE leider nicht bis Frankfurt fahren könne, da im Lokführerabteil die Klimaanlage ausgefallen sei und der Lokführer nur noch bis Berlin fährt. Na ja, wir wollten ja sowieso nur bis Berlin. Mittlerweile hatte aber auch der Zug Verspätung, so dass die Zeit in Berlin zu knapp würde, um sich um eine neue Sitzplatzreservierung zu kümmern.

Den Bahnsteig in Berlin konnten wir weder über die defekte Rolltreppe noch den defekten Aufzug erreichen; also Treppe runter, aber auch das haben wir geschafft. Auf dem Bahnsteig stand ein Zug nach Köln und wir hatten schon mit dem Zugpersonal Kontakt aufgenommen, ob wir da nicht einfach schon mitfahren könnten. Aber der Zug war überfüllt und die Leute saßen schon auf dem Boden. Also

lieber nicht und warten, ob unser gebuchter Zug irgendwann dann auch kommen würde.

Rund um Berlin waren aufgrund der Hitze viele Verspätungen und der Zugverkehr lief alles andere als normal. Irgendwann wurde uns dann auch gesagt, dass die Sitzplatzreservierungen aufgehoben seien. Gott sei Dank kam dann auch endlich der Zug und die Menschenmassen stürzten sich auf die Sitzplätze, wir natürlich auch und ich hatte gerade die 3 Rollatoren im Gepäckfach verstaut, als einige Leute kamen, die sehr wohl eine Sitzplatzreservierung hatten. Das große Chaos brach aus, aber der Zug hatte sich wenigstens schon mal Richtung Köln in Bewegung gesetzt. Es war ein langer Zug mit 10 Waggonen. Wir saßen und standen im 7. Waggon. Irgendwann war Brigitte Wicharz verschwunden und ich machte mich auf den Weg, sie zu suchen. Im letzten, völlig leeren Wagen stand sie in Verhandlungen mit einem Zugbegleiter. Die Hälfte des Wagens war für Fahrradmitnahme und die andere Hälfte mit sogenannten Vorzugssitzplätzen ausgestattet, die aber nicht besetzt waren. Sie hat es geschafft, dass der Zugbegleiter uns diese Sitze freigegeben hat. Also nix wie hin zum Wagen 7, alle Seniorinnen und Rollatoren einsammeln und endlich konnten wir die Fahrt im klimatisierten Wagen etwas genießen.

Unterwegs kamen noch unzählige Durchsagen, dass der Zug hoffnungslos überfüllt sei und es gab sogar im Bistro Wasser kostenlos abzuholen. Das Bistro war im Wagen 1 und wir hatten einstimmig beschlossen, dass wir uns das nicht antun würden.

Das erledigte dann freundlicherweise eine mitfahrende DB-Angestellte und wir waren ihr sehr dankbar. Letztendlich kamen wir mit 2 Stunden Verspätung in Köln an. Nur noch rein in die Taxen und ab nach Hause.

Anzumerken sei noch, dass wir in weiser Voraussicht unsere Koffer von Haus zu Haus geschickt hatten. Ich habe einmal unterwegs gesagt: Wenn wir jetzt noch Koffer hätten, wäre ich in Berlin zur Bahnhofsmission gegangen und hätte um ein Feldbett für die Nacht gebeten.

Von der Deutschen Bahn haben wir nach unserer Antrags-einreichung eine Erstattung des Fahrpreises erhalten. Jetzt mit etwas Abstand können wir auch wieder über diese denkwürdige Eisenbahnfahrt lachen und danken, dass wir alle es gut überstanden haben.

Fahren wir nochmal mit der Deutschen Bahn? Aber ja, schlimmer kann es nicht kommen!



**Die „Top-Themen“ der Trickdiebstahls- und Betrugsmaschen
am Telefon und an der Haustür
Die Polizei Köln warnt vor Betrügern, die
mit Trickdiebstahls- und Betrugsmaschen
am Telefon und an der Haustür versuchen,
an Geld und Wertgegenstände ihrer Opfer
zu gelangen.**

Alte Tricks und neue Varianten – die Polizei Köln warnt vor Kriminalitätsformen, denen ältere Menschen besonders häufig ausgesetzt sind, stets mit dem Ziel, Geld und Wertsachen ihrer Opfer, überwiegend älterer Menschen zu erlangen:

An der Haustür

- [Angebliche Handwerker, Wasserwerker, Mitarbeitende von Energie-, Telekommunikationsunternehmen,](#)
- [betrügerische Haustürgeschäfte,](#)
- [die neue Masche mit dem Kabelanschluss.](#)

Am Telefon

- [Schockanrufe mit Unfall-Legende eines Angehörigen,](#)
- [Enkeltricks,](#)
- [falsche Amtspersonen \(Polizei, Banken, Behörden\),](#)
- [betrügerische Messenger-Nachrichten,](#)
- [Gewinnversprechen.](#)

So schützen Sie sich!

- **Die Tür bleibt zu!** Vertrauenspersonen hinzuziehen.
- Ausweis zeigen lassen und telefonisch bei der entsprechenden Behörde/ dem entsprechenden Unternehmen nachfragen.
- Dienstleister nur reinlassen, die Sie selbst bestellt haben – bei Hausverwaltung/Vermieter/ Unternehmen nachfragen. Misstrauisch sein bei Anrufen – im Zweifel: Auflegen!
- Eigenen Kontakt aus dem Telefonbuch löschen lassen.
- Familienkennwort vereinbaren.
- Anrufbeantworter/ Mobilbox einrichten.

Sprechen Sie als Angehörige mit Ihren Eltern oder Großeltern über diese Maschen, damit diese nicht in eine perfide Falle tapen. Informieren im Verdachtsfall die Polizei unter der 110.

Kriminalkommissariat Kriminalprävention/Opferschutz

Tel. 0221 229 8655

E-Mail Kriminalpraevention.Koeln@polizei.nrw.de

Adresse:

Walter-Pauli-Ring 2-6
51103 Köln

Sprechzeiten

Seniorentelefon:

0221 229 2299 - Anrufbeantworter

Monatsprogramm des Paul-Schwellenbach-Hauses

Di	01.09	09.30 Uhr 14.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <i>bitte anmelden!</i>
Mi	02.09		
Do	03.09	10.00 Uhr 14.00 Uhr	KölnTag im Museum, kostenloser Eintritt – <i>bitte anmelden!</i> Heute: Museum für angewandte Kunst Geburtstagscafé– <i>bitte anmelden!</i>
Fr	04.09		
So	06.09	13.00 - 17.00Uhr	Ehrenamtstag im Rheinauhafen
Mo	07.09	09.30 Uhr 10.00 Uhr 11.00 Uhr 12.00 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Kurs I Sitzgym, Germaniastr. 96 Kurs II Funktionsgym, Germania 96 Kurs III Funktionsgym, Nürnbn. Str. 39 Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	08.09	09.30 Uhr 14.00 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <i>bitte anmelden!</i> DRK-Seniorenberatung b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 20h
Mi	09.09	09.45 Uhr 14.00 Uhr 19.30 Uhr	Team Vorstandssitzung Fidele Höhenberger
Do	10.09	13.30 Uhr 17.00 Uhr 19.30 Uhr	Vernissage, Kaffee und Kuchen– <i>bitte anmelden!</i> Lernförderung mit Coach e.V. b. SPD Ortsverein – Vorstandssitzung
Fr	11.09	14.00 Uhr 16.00 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 h
Sa	12.09	11.00 Uhr	Tag des offenen Denkmals
Mo	14.09	09.30 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	15.09	09.30 Uhr 14.00 Uhr 17.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <i>bitte anmelden!</i> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 h
Mi	16.09	12.00 Uhr	Suppentag – <i>bitte anmelden!</i>
Do	17.09	14.00 Uhr 17.00 Uhr	NEU: Line Dance Café– <i>bitte anmelden!</i> Lernförderung mit Coach e.V. b. 20 h
Fr	18.09	14.00 Uhr 16.00 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 h
So	20.09	14.00 Uhr	Sonntagscafé – <i>bitte anmelden!</i> <i>Museumswohnung auf Anfrage</i>

Monatsprogramm des Paul-Schwellenbach-Hauses

Mo	21.09	09.30 Uhr 17.00 Uhr	Kreativkreis Coach e.V. „Gruppenprojekte“
Di	22.09	09.30 Uhr 14.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <i>bitte anmelden!</i>
23.09 – 27.09.2026 Team Tagung / Jahresplanung Das Büro ist am Donnerstag 24.09.2026 besetzt.			
Do	24.09	17.00 Uhr	Lernförderung mit Coach e.V. b. 20h
Fr	25.09	14.00 Uhr 16.00 Uhr	Deutschkurs mit Coach e.V. b. 16 Uhr Lernförderung mit Coach e.V. b. 19 h
Mo	28.09	09.30 Uhr	Kreativkreis
Di	29.09	09.30 Uhr 14.00 Uhr	Gedächtnistraining - in eigener Regie! Rummykub – <i>bitte anmelden!</i>
Mi	30.09	09.00 Uhr	Stadtteilfrühstück – <i>bitte anmelden!</i>

25. Kölner Ehrenamtstag

Gemeinsam auf Kurs für unsere Stadt
6. September 2026, 13 bis 17 Uhr
Rheinauhafen, Elisabeth-Treskow-Platz



**Vital Apotheke**

Sabine Happersberger e.Kfr.
Olperer 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.



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 Tel.: 0176/19213564

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

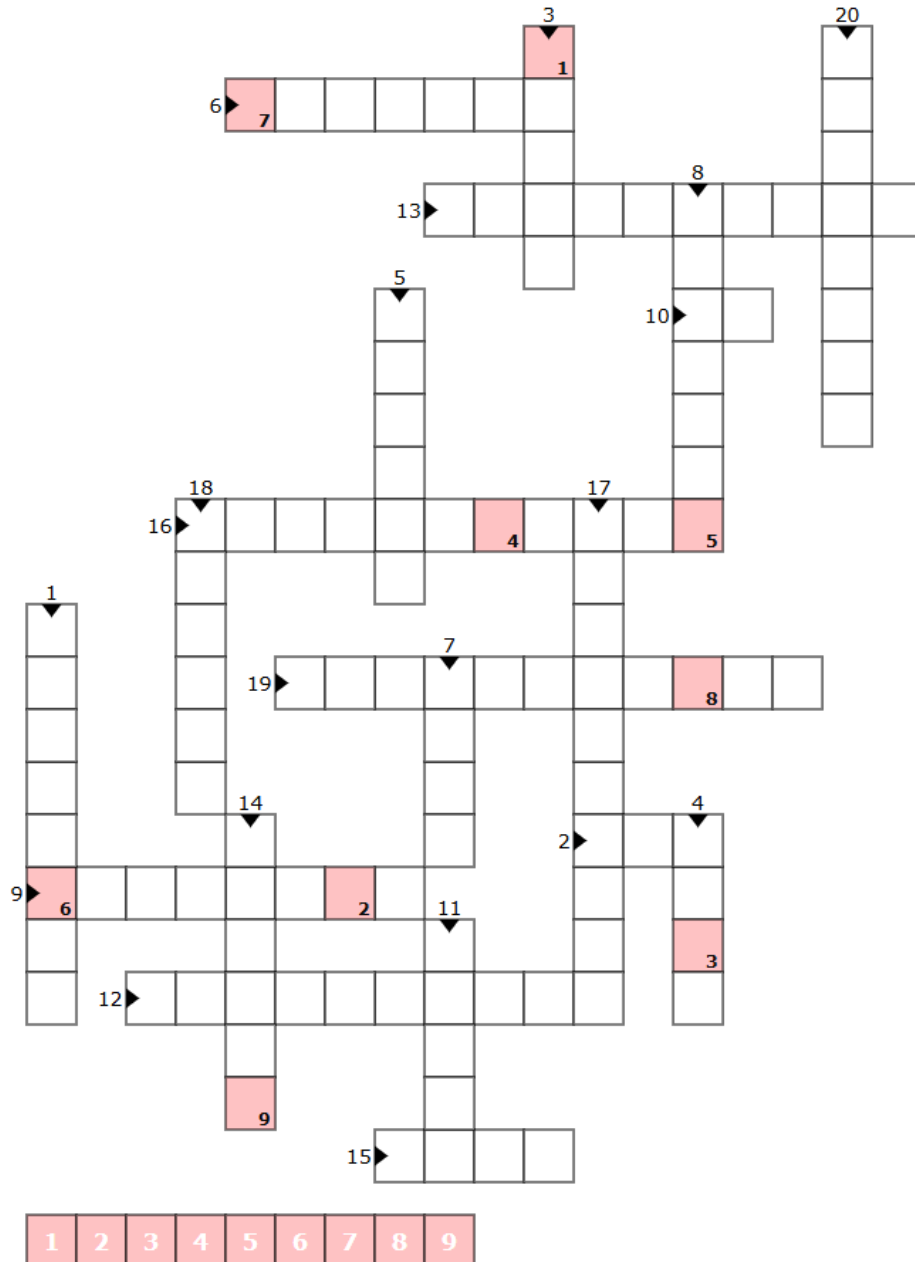
Tim Effenberger - 0221/229-4687, Mobil: 0174/6972203

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** 



Das *Wat läuf* Rätsel

Die Umlaute werden in diesem Rätsel nicht ausgeschrieben, sondern als ä, ö, und ü verwendet. Die rosafarbenen Kästchen ergeben ein Lösungswort, viel Spaß!

1. Hilfe für besseres Verständnis
2. Abkühlung im Sommer
3. Aber bitte mit Sahne...
4. Fenstervorsprung
5. mehr als genug
6. Verlosung
7. Wird aus Trauben gemacht
8. schnelles Insekt mit außergewöhnlichem Flügelpaar
9. Im PSH gibt es dafür ein eigenes Parksysteem
10. Windstoß
11. Häuschen im Garten
12. Altes Gefäß zum Transport von Milch
13. Heute eher ungebräuchlicher Behälter zum Transport von Essen
14. flache Marschinsel
15. Gegenteil von voll
16. Küchengerät mit Kurbel, zum Mahlen geeignet, heute nur zur Dekoration
17. längere Periode mit ungewöhnlich hohen Temperaturen
18. Gibt es donnerstags in Höhenberg
19. beliebtes Reiseziel in Baden-Württemberg
20. fröhliche Jahreszeit



**Ab dem 12.10.2026 geht es weiter
mit der „Bewegung“
für alle 3 Kurse für die nächsten 10
Stunden!**

Die 10 Termine sind wie folgt:

**12.10. / 19.10 / 26.10.2026
02.11 / 09.11 / 16.11 / 23.11 / 30.11.2026
07.12 / 14.12.2026
(10 Stunden)**

Die Kurskosten betragen 40,-€. Der Förderverein Höhenberg fördert dieses Angebot. **Ihr Eigenanteil von 20,-€ kann beglichen werden:**
bis 12.10.2026 per Überweisung
bis 12.10.2026 in der Geschäftsstelle (PSH)

Änderungen krankheits- oder urlaubsbedingt sind möglich.
Sie werden möglichst rechtzeitig darüber informiert.

Schützenfest

22. August bis 04. September

Festfolge zum 102 Schützenfest:

Samstag, den 22.08.2026

18:00 Uhr → Anmeldung zum Bürgerkönigsschießen
Alle Höhenberger sind eingeladen daran teilzunehmen.

18:30 Uhr → Meldeschluss und Beginn für das
Bürgerkönigsschießen
Ermitteln der Jugendwürdenträger

Anschließend: Beginn des Schießens um die Würde
des Teilkönigs, der Ritter und des
neuen Königs



Freitag, den 04.09.2026



Ab 19:00 Uhr → Schlager mit DJ Rennei – EINTRITT FREI !!!

Samstag, den 05.09.2026

18:00 Uhr Messe zum Schützenfest in der
Pfarrkirche St. Elisabeth

19:00 Uhr Krönungsball im Schützenheim
mit feierlicher Krönung der neuen Würdenträger

**über 100
Jahre
Schützen
Köln-Höhenberg**



Kunst im

PAUL-SCHWELLENBACH-HAUS

Wir stellen aus:
Kunst aus dem Veedel

Kunstgenuss: Kunst, Kaffee und Kuchen



Vernissage

Donnerstag 10. September 2026

13.30 Uhr

ab 14.00 Uhr Kaffee und Kuchen

Samstag 12.09.2026

Tag des
offenen
Denkmals®

Museumswohnung
im Paul-Schwellenbach-Haus
10.30 - 16.00 Uhr

Kaffee und Kuchen

Führung für Höhenberger*innen
durch die Museumswohnung
(nur mit Anmeldung und
Bestätigung)
um **11.15 Uhr**

Besichtigungen sind nur möglich in
den Zeiträumen ohne Führungen:
ca. 11.45 - 12.30 Uhr
ca. 13.00 - 14.00 Uhr
ca. 15.00 - 15.45 Uhr
Anmeldung im PSH unter
0221-872110



DIE MUSEUMSWOHNUNG
DAMALS ZUHAUSE



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 gebucht werden.

Besuchen Sie die Museumswohnung digital unter:
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
www.gag-koeln.de



**Termine und Kontakte
von weiteren Einrichtungen
in Höhenberg-Vingst
September 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

Bürgerverein Höhenberg

- ☐ Kontakt: Elke Mück – Tel.: 0221 / 89 44 67
E-Mail: BuergerVerein@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

Coach e.V. Lernförderung

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

Erlöserkirche Höhenberg Vingst Burgstr. 75

- ☐ Kontakt: Pfarrbüro Tel.: Tel.: 0221/9337662
- ☐ E-Mail: vingst-neubueck-hoehenberg@ekir.de

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

Kontakt: E-Mail: info@foerderkreisrrhkoeln.de
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
www.integrationsagentur-awo.de

Jugendwohnen St. Gereon, An St. Elisabeth 5

- ☐ Tel.: 0221 / 47 45 25 10 – 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: Vingster Treff - 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 Sprechstunde im Bürgeramt Köln-Kalk

Service-Wohnen-Höhenberg, Frankfurter Str. 400

- ☐ Kontakt: Tel.: 0221 / 2781694
E-Mail: 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 Wiegmann – Tel. 0221/26 18 34 95
sabine.wiegmann@kja-koeln.de und Kerstin Stangier – Tel.
0221/57004664 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
www.verbraucherzentrale.nrw



**Wir gratulieren den Geburtstagskindern
des Fördervereins im Monat September 2026**

Name	Datum	Alter
Nachträglich: Therese Ratai	26.08.1950	76
Markus Thiele	08.09.1976	50!
Hildegarda Niezborala	14.09.1931	95
Hannelore Eck	18.09.1942	84
Elke Schierl	18.09.1941	85
Erika Gehlen	26.09.1948	78
Gerda Saidowsky	26.09.1936	90!

**Die Geburtstagsfeier für die im September-Geborenen findet
am 01.10.2026 um 14.00 Uhr statt. (bitte anmelden!)**



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

WIR SUCHEN NEUE
MITARBEITER UND
AZUBIS (M/W/D)

Ostmerheimer Straße 272 | 51109 Köln
0221 – 98 93 180 | www.krampsmiddendorf.de