

# Angebote im SeniorenNetzwerk Ehrenfeld



## Offener Treff im Ernst-Flatow-Haus

Hier treffen sich Senior\*innen zum Austausch und zur Planung von Aktivitäten in Ehrenfeld.

Jeden letzten Montag im Monat von 10:30–12:00 Uhr in der Vogelsanger Straße 153, 50825 Köln.



## Nordic Walking

Regelmäßig donnerstags um 10:00 Uhr. Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Stöcke können im SeniorenNetzwerk ausgeliehen werden.



## Ehrenfelder Wandergruppe

Jeden ersten Mittwoch im Monat vormittags. Schöne Touren durch das Bergische, ca. 10 km.



## Gemeinsam spielen & Stricken

Jeden 1. bis 3. Montag im Monat.

Von 10:30–12:00 Uhr im Ernst-Flatow-Haus, Vogelsanger Straße 153, 50825 Köln.



## Digital-Café

Hilfe bei Handy, Smartphone, Tablet & Co. Jeden 3. Montag im Monat von 15:00–17:00 Uhr im Ernst-Flatow-Haus.

Vogelsanger Straße 153, 50825 Köln.



## Sonntagsspaziergang

Gemeinsame Spaziergänge und kleine Ausflüge. Jeden zweiten Sonntag im Monat.



## Kultur- & Ausflüge

Gemeinsame kulturelle Aktivitäten und Ausflüge. Immer jeden letzten Mittwoch im Monat.



## Konzertbesuche/Einzelveranstaltungen

Im SeniorenNetzwerk erfahren sie über aktuelle Konzerte und Veranstaltungen, um sich gemeinsam zu verabreden und hinzugehen.

**Sie möchten in Ihrem Stadtteil aktiv werden, neue Menschen kennenlernen und Kontakte knüpfen?**

**Melden Sie sich gerne bei mir.**

**Kontakt & Anmeldung:**

**Yaylagül Gönen**

**Deutsches Rotes Kreuz  
Oskar-Jäger-Straße 42,**

**50825 Köln-Ehrenfeld**

**Tel.: 0175 1179561 (Mo–Do 9–14:00 Uhr)**

**E-Mail:**

**[seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de](mailto:seniorennetzwerk-ehrenfeld@drk-koeln.de)**