

Seniorennetzwerk Rodenkirchen/Info **Okt. 2026**

50+ aktiv und engagiert in Rodenkirchen

Liebe Leserin, lieber Leser,
liebe Teilnehmer des monatlichen Senioren Stammtisch Rodenkirchen

Die letzten Spätsommertage wollen nicht enden, und doch bald heißt es:
„willkommen im kühlen Herbst!“ (hoffentlich mit Regen, auch wenn wir ihn nicht
lieben) Genießen wir diese wundervoll farbenfrohe Jahreszeit.

Warum denn in die Ferne schweifen, wenn das Schöne liegt so nah.
Lassen Sie sich inspirieren von den folgenden zahlreichen Anregungen:

Regelmäßige Aktivitäten

Schritt für Schritt gesünder, klüger und glücklicher ? das „geht“ wirklich.
Die Wandergruppe trifft sich **wöchentlich jeden Dienstag**,
Treffen um 10.00 Uhr Bahnhof Köln-Rodenkirchen,

Anmeldung erforderlich:

Franz-Josef Dreyer, Tel. 01577 1778972 oder Franz-Josef.Dreyer@gmx.de

Mittwoch, 07.10.2026 15.00 Uhr Das SeniorenNetzwerk lädt ein zu Spielen
und gemütlichem Beisammensein bei Kaffee und Keksen, bringen Sie evtl. ihr
Lieblingsspiel mit

Gisela Linke freut sich auf Euer Kommen Tel. 0221-394755

Wo: Evangelische Kirche, Sürther Strasse 34, Rodenkirchen

(Nebeneingang - am Übergang zum Gymnasium -

Donnerstag, 08.10.2026 15.00 Uhr Das **SeniorenNetzwerk Rodenkirchen** lädt zum **Stammtisch** am **8. Oktober 2026**, unter dem Motto:

„Goldener Herbst“

wie gewohnt ins **Hotel Begardenhof**, **Brückenstr. 41**, **Köln-Rodenkirchen**, ein.
Neben kulinarischen Leckerbissen gibt es frisch gezapftes Kölsch

Teilnahmegebühr : **€ 10,00**

Der guten Ordnung halber machen wir darauf aufmerksam, sobald wir die Anzahl der Anmeldungen am Montag, den **05.10.2026** dem **Begardenhof** genannt haben, müssen wir diese auch zahlen!

Anmeldung bei: Angelika Christmann

Tel. 0171-9516521 oder angelika-christmann@gmx.de

Zwei Personen von der **Seniorenvertretung** des Kölner Südens, möchten uns besuchen und bei der Gelegenheit bereits auf den Termin : **27.10.2026** im **Hotel Begardenhof - 15.00 Uhr** , zu dem wir alle eingeladen sind,- aufmerksam machen.

„Vorstellung der Kandidaten“ für die neue Wahl im November 2026.

Außerdem wird **Hildegard Härtel** bereits an diesem Donnerstag mit ihren angekündigten Portraitfotos beginnen.

Freuen wir uns auf einen ereignisreichen Nachmittag.

Donnerstag, 22.10.2026 16.00 Uhr „Singkreis“ im **Brauhaus Quetsch**, **Hauptstr. 7**, **50996 Köln**

Frau Kükenshöner macht darauf aufmerksam, dass aktuell keine weiteren Sängerinnen/Sänger aufgenommen werden können. Die Räumlichkeiten in der **Quetsch** lassen dies leider nicht zu.

Information: **Frau Kükenshöner** b.w.k@posteo.de oder **0176-96006952**

Gemeinsames Essen (Datum und Uhrzeit nach Absprache)

Lokalitäten werden kurzfristig mitgeteilt.

Nur auf Anmeldung : **Info Petronella Pistor-Rossmanith** **0151-28870540**

Wie wär's zum letzten Treffen am letzten Dienstag im Monat **27.10.2026** beim Schlemmer & Abendmarkt auf dem Maternusplatz ???

Allgemeine Info / Vorschläge

Im Gleichgewicht bleiben:

Jeden Dienstag 11:00 Uhr in der Villa AWO, Walther Rathenau Str. 9, 50996 Köln, Unsicherheit und Angst zu stürzen, das kennen viele. Deswegen bietet die AWO diesen Kurs an und zeigt Übungen, die dies verhindern können. Damit werden die „Höhen und Tiefen des Alltags“ sicherer bewältigt. Anmeldung bei Aleksandra Jasiriska und Janna Schillinger per Mail gemeinsam-sindwirstaerker@awo-koeln.de oder Tel. 0178-1463 796

Donnerstag, 01.10.2026 - 17.00 Uhr (Einlass 16.30 Uhr) Lesung mit Monika von Starck im Loft 22, im Kunstzentrum Wachsfabrik, Industriestr. 170, 50999 Köln

Eine Lesung aus ihrer Autobiographie, die zu einem großen Teil in Rodenkirchen spielt.

Tickets € 10,00, incl. Getränken und Pausensnack [https:// kulturforum-wachsfabrik .koeln/produkt-kategorie/lesung-im-loft-22](https://kulturforum-wachsfabrik.koeln/produkt-kategorie/lesung-im-loft-22)

Sonntag, 04.10.2026 Kunstsonntag in der Wachsfabrik ,ab 14.00 Uhr Offene Ateliers, Industriestr. 170, 50999 Köln

Sonntag, 04.10.2026 16. - 18.00 Uhr „ Ich will tanze“

Tanztee für Single und Paare mit Musik der 60/70/80 er Jahre. Jeden 1. Sonntag im Monat

Wo: im Bürgerzentrum X WISÜ, Eygelshovener Str. 37, 50999 Köln
(an der Ampelanlage Michaelshoven) Eintritt frei

Sonntag, 04.10.2026 Für Liebhaber von Flohmärkten geht das Herz auf
Flohmarkt, Südbrücke von 11 - 17.00 Uhr etwas für jeden Geschmack
Rheinblick / Brücke / Markttreiben und einfach nur sehen und staunen

Samstag, 10.10.2026 Almagtrieb ohne Alm, ja das gibt es wirklich -
Dies ist ein wunderbares Spektakel, man muss es einfach erlebt haben.
Ein Abschied für die mit bunten Kränzen geschmückten Tiere von der
Weidesaison. Es wird gefeiert in zünftigen Lederhosen und Dirndl
Dies ist etwas Besonderes für Groß und Klein
Wo: Köln - Weiß Hof Lorbach - Beginn : ca. ab 12.00 Uhr

Mittwoch, 14.10.2026 Karin Zimny, Dirndlalarm - Ein Kleid packt aus
Wo: 19.30 Uhr in der Stadtteilbibliothek Rodenkirchen, Literamus e.V.
Schillingsrotter Str., Karten zum Preis von € 15,00 Im Teekesselchen, Hauptstr.

Neuigkeiten aus der Diakonie:

Donnerstag, 22.10.2026 14.30 - 16.00 Uhr

Herzliche Einladung zum großen **Liederfest** gemeinsam singen, gemeinsam
erinnern, gemeinsam Momente schaffen.

Die Band „Grenzenlos“ spielt Evergreens zum Mitsingen, Mitschunkeln und
Genießen! Manche Lieder begleiten uns ein Leben lang. Sie wecken Erinnerungen
erzählen Geschichten und verbinden Menschen. Freuen Sie sich auf einen
musikalischen Nachmittag voller bekannter Melodien

Wo: Erzengel-Michael-Kirche, Pfarrer-te-Reh-Str. 7, 50999 Köln
Eintritt frei !!!, Keine Anmeldung notwendig

Zum Schluss noch ein kleiner Spruch des Tages:

Ein Tag ohne Lächeln ist ein verlorener Tag.

Charlie Chaplin.

Herzliche Grüße und auf ein baldiges Wiedersehen

Marlies Marks und das Team vom SeniorenNetzwerk Rodenkirchen

Tel. 0173-3136009

marl.marks@t-online.de