„Miteinander-Füreinander im Veedel!“

Sie möchten:

- neue Kontakte knüpfen, gemeinsam wandern, turnen, spielen, singen, ...
- an unseren Angeboten teilnehmen,
- sich selbst mit Ihren Ideen und Talenten aktiv im Veedel einbringen?
- Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Dann sind Sie bei uns genau richtig! Werden Sie Teil des Netzwerks!

Kommen Sie vorbei, rufen Sie an oder schicken Sie uns eine E-Mail.

Wir freuen uns auf Sie!

Christoph Tacken
Koordinator SeniorenNetzwerk Niehl

Kontakt

SeniorenNetzwerk Niehl
Christoph Tacken
Pohlmanstr.13
50735 Köln

Träger:
Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Köln e.V.

Telefon: 0221 - 97 114 61
Fax: 0221 - 2004 557

Mail:
seniorennetzwerk-niehl@drk-koeln.de
www.ehrenamtler-pohlmanstr.de

Sprechstunde SeniorenNetzwerk
Freitags, 9:30 – 12:00 Uhr oder nach Vereinbarung (02. – 13.10. Urlaub)

Sprechstunde Seniorenberatung
Donnerstags, 9.00 – 12.00 Uhr oder nach Vereinbarung

Seniorennetzwerke Köln

Deutsches Rotes Kreuz
Aus Liebe zum Menschen.

SeniorenNetzwerk Niehl

November 2026

Museumsausflug
Donnerstag, 05.11.2026, 14 Uhr
Diesen Monat gehen wir ins Museum Ludwig und lassen uns durch die Ausstellung „Along the Colour Line“ führen.
Weitere Informationen: hier

Stadtteilfrühstück
Freitag, 20.11.2026, 9:45 Uhr
Lernen Sie bei einem reichhaltigen Frühstück Seniorinnen und Senioren aus dem Veedel kennen.
Ort: Pohlmanstraße 13, 50735 Köln
(Kosten: 5,- / um Anmeldung wird gebeten)

Don Tango Club:
Hier finden Sie die aktuellen Angebote und Veranstaltung unseres Kooperationspartners:
https://www.ehrenamtler-pohlmanstr.de/Don-Tango-Club-e-V

Programmübersicht

(Die Veranstaltungen finden in der DRK Begegnungsstätte, Pohlmanstr. 13, 50735 Köln-Niehl statt.)

Fit für 100-Gymnastik Kooperation mit dem TK Nippes 1903 e.V.
Montag, 9:30 - 10:30 Uhr
Freitag, 9:30 - 10:30 Uhr
Preis auf Anfrage

Bingo (14-tägig)
Montag, 14:00 - 15:30 Uhr
in den geraden Kalenderwochen
Um Anmeldung wird gebeten!

Tanztheater
Montag, 17:00 - 18:30 Uhr
Preis auf Anfrage

Tangokurs Ü60
Montag, 18:30 – 19:30 Uhr
Preis auf Anfrage

Gedächtnistraining
Dienstag, 10:30 - 11:30 Uhr
Preis auf Anfrage

Digitalsprechstunde
Dienstag, 13:30 Uhr (14-tägig)

Spielenachmittag
Dienstag, 14:00 Uhr

Näh- und Handarbeitsgruppe
Dienstag, 16 - 19 Uhr
Um Anmeldung wird gebeten

„Latschen und tratschen“ spazieren in Niehl
An jedem 1. Dienstag im Monat, 14 Uhr
Um Anmeldung wird gebeten

Gymnastik mit Stuhl-Yoga-Elementen
Mittwoch, 10 - 11 Uhr
Preis auf Anfrage

Chorprobe-Swinging Sixties
Mittwoch, 15:00 – 17:00 Uhr

Filmabend
An jedem 1. Mittwoch im Monat um 16 Uhr

Präventionskurs Qi Gong (es gibt FREIE Plätze)
DJK Wiking Köln 1965 e.V.
Donnerstag, 9:00 - 10:00 Uhr
10:00 - 11:00 Uhr
Preis auf Anfrage

GAG-Projekt „Schreibwerkstatt“ (14-tägig)
Donnerstag, 11:00 - 13:00 Uhr
Um Anmeldung wird gebeten!

Kaffeenachmittag
jeden Donnerstag, 14 - 16 Uhr
- 1.Do. im Monat ab 15 Uhr mit **Quiz!**
Kaffee und Kuchen zum Selbstkostenpreis
Anmeldung ist nicht erforderlich.

Reha Sport Orthopädie
DJK Wiking Köln 1965 e.V.
Donnerstag, 16 - 17 Uhr & 17 - 18 Uhr

Stadtteilfrühstück
jeden 3. Freitag im Monat 9:45
Um Anmeldung wird gebeten!
Kostenbeitrag: 5,00€

Sie können jederzeit zu einer kostenlosen Schnupperstunde bei unseren Sportkursen vorbeikommen!

Täglicher Mittagstisch
Montag bis Freitag ab 12 Uhr
Kosten: 6 bzw. 7 €
Nähere Informationen bei unserer FSJlerin!

Ehrenamtliche Helfer gesucht!!

Wir suchen **Ehrenamtliche**
für die Organisation und Hilfe bei
Veranstaltungen und Festen
sowie als neue
Gruppenleitungen.
Wir freuen uns über neue
„NetzwerkerInnen“!

Bei Interesse, Ideen oder Fragen nehmen Sie gerne jederzeit Kontakt mit uns auf.
Wir freuen uns auf Sie!

Kontakt:
seniorennetzwerk-niehl@drk-koeln.de
0221 – 971 114 61

www.seniorennetzwerke-koeln.de