Liebe Sürther Senioren Netzwerker*innen

November: „Gemeinschaft ist der Ort, an dem aus vielen Menschen ein Wir wird."

Der November zeigt uns, wie wichtig Licht, Wärme und Gemeinschaft sind. Während die Natur sich auf den Winter vorbereitet, möchten wir die Gelegenheit nutzen, Ihnen wieder Neuigkeiten und Angebote aus unserem SeniorenNetzwerk vorzustellen.

Wir wünschen Ihnen viele schöne Augenblicke, beste Gesundheit und eine gemütliche Novemberzeit.
Herzliche Grüße, Tanja Gast

Kontakt für Anmeldungen und weitere Infos (auch zu den Signal-Gruppen*):
Tanja Gast: 0173 61 44 794
seniorennetzwerk-suerth@caritas-koeln.de

* Wer mit dem Messenger Signal noch nicht vertraut ist und sich eine kleine Einführung wünscht oder Fragen hat, kann sich an die Digitale Sprechstunde (s.u.) wenden.

Sie möchten sich gerne engagieren oder mitmachen?

Sie wandern gerne und haben Freude daran, kleine Wanderungen zu planen und mögen nicht alleine wandern? Sie könnten hier eine Wandergruppe anbieten oder anderes, wofür Sie sich begeistern können und es gerne mit anderen gemeinsam teilen / erleben möchten?

Melden Sie sich gerne bei mir. 0173-6144794



Link zum digitalen Kalender:
SNW Sürth | Kalender.digital
… oder QR-Code mit dem Handy scannen

In diesem Monat gibt es einige Ankündigungen:

1. **Spieletreff:** startet wieder im Oktober: nächster Termin: **24.11.26 von 15 – 16:30 Uhr** in der OKKS
2. **Spanischkurs für Anfänger*innen**: Start am **05.11.26 von 10-11 Uhr** in der OKKS
3. **Deutsch als Fremdsprache:** wir freuen uns, dass sich eine ehemalige Lehrerin am Goetheinstitut bei uns gemeldet hat, die gerne Deutsch als Fremdsprache für Senior*innen anbieten möchte. Geplant ist, jeden 3. Dienstag Vormittag im Monat von 10-11 Uhr. Bitte melden Sie sich bei Interesse bei mir für weitere Informationen.
4. **Wahl der Seniorenvertretung der Stadt Köln:** 23. November

Hier alle Termine des Seniorennetzwerks Sürth im November auf einen Blick

1. **jeden 1. Freitag im Monat: Mitbring-Frühstück, 06.11. von 11-12:30 Uhr**
   Kostenlos (bitte vorher anmelden, bevor Sie das 1. Mal dazukommen)
   Kaffee, Tee und Brötchen werden gestellt. Den Rest bringt jede/r für sich selbst mit.
   Wo: LiZ (Neubau zwischen der Sporthalle TVS und dem Jugendhaus Sürth, Fronhoferstr. 42)

2. **Offener Markttreff:**
   Sich gemütlich bei einem gemeinsamen Kaffee/Tee und Gebäck begegnen.
   Wann: jeden Freitag von 11:00-12:30 Uhr, 13.11., 20.11., 27.11.
   Wo: LiZ (Neubau zwischen der Sporthalle TVS und dem Jugendhaus Sürth, Fronhoferstr. 42)

3. **Digitale Sprechstunde:**
   Für Fragen rund um Handy, Tablet und PC. Bitte **bis spätestens 12 Uhr kommen**, damit wir ausreichend Zeit für Ihr Anliegen haben!
   Wann: jeden 2. und 4. Di im Monat; 10.11. und 24.11. von 11:00-12:30 Uhr
   Wo: Offene Kunstwerkstatt Köln Süd (OKKS), Sürther Hauptstr. 56
   Kostenlos und ohne Anmeldung
   Manche Fragen können auch außerhalb der Termine in der **Digital-Signal-Gruppe** geklärt werden. Für die Aufnahme in die Gruppe bitte an Tanja wenden oder in die SNW-Sürth-Gruppe schreiben.

4. **Ideenwerkstatt/Planungstreffen:**
   Gemeinsames Ideensammeln und Planen von Aktivitäten im Netzwerk.
   Wann: jeden 2. Di im Monat: **10.11. 15:00-16:30 Uhr**
   Wo: OKKS, Sürther Hauptstr. 56
   Für neue Interessenten: bitte vorher anmelden bei Tanja

5. **Englisch Konversation**
   Wann: jeden 2.und 4. Do im Monat: **12.11. und 26.11., 14:00 – 15:00 Uhr**
   Wo: OKKS, Sürther Hauptsr.56
   Kostenlos, ohne Anmeldung

6. **Lesezeit mit Renate**
   Wann: jeden 3. Di im Monat: **17.11., 15 – 16:30 Uhr**
   Wo: Offene Kunstwerkstatt, Sürther Hauptstr. 56
   Kostenlos; ohne Anmeldung

7. **Kinogruppe**
   Wann: jeden 2. Mittwoch im Monat: **04.11. um 14:30 Uhr: Ein Talent für's Morden**
   Wo: Seniorenkino im Odeon Severinstr. 81,
   Bei Interesse setzen wir uns im Anschluss noch in einem Brauhaus oder Café zusammen und diskutieren über den Film.
   Eintritt 7€, Tickets werden selbstständig gekauft
   Zum Online-Ticketverkauf: Kinoprogramm Odeon Kino Köln:

Trailer zum Film: EIN TALENT FÜRS MORDEN | Offizieller Trailer | Ab 5. November im Kino!

8. **Kreatives Schreiben:**
   Wann: jeden 3. Donnerstag im Monat **19.11., 17:00 – 18:00 Uhr**
   Wo: **Achtung: dieses Mal im Bäckerei-Cafè VOOSEN am Bahnhof Sürth**
   Kostenlos, ohne Anmeldung
   (Getränke werden selbst gezahlt. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, im Restaurant noch gemeinsam eine Kleinigkeit oder auch etwas Größeres zu essen. Auch hier gilt: jede/r zahlt selbst.)

9. **Boule**
   Wann: nach Absprache jeden Freitag im Anschluss an den Markttreff um 12:30 Uhr
   Wo: Boule-Bahn vor der OKKS
   Bei Interesse bitte bis zum Donnerstag davor per Signal/Mail/auf einem anderen Weg Bescheid geben. Winterpause ab Dezember

10. **Spielenachmittag:**
    Wann: jeden 4. Dienstag im Monat, **24.11., 15 – 16:30 Uhr**
    Wo: OKKS

11. **Spanisch für Anfänger*innen:**
    Wann: jeden Donnerstag von 10:00 – 11:00 Uhr, **Start am 05.11.2026**
    Wo: OKKS

Aktivitäten anderer Akteure im Bezirk:

Kunst und Kultur: Angebote der Offenen Kunstwerkstatt Köln Süd:
Voranmeldung unter okks@palmina-madeo.com

- **Nähstube:**
  Wann? Montag, 16:30-19:00 Uhr
  Es können eigene Projekte mitgebracht werden und ihr bekommt dabei Unterstützung von Anne
- **Intuitives Malen:**
  Wann? Mittwoch, 16:00-18:00 Uhr anmelden bei: marion.langenberg@gmx.net
- **Töpfern:**
  Wann? Freitags, 15:00-18 Uhr
  Ohne Anmeldung, einfach dazukommen 😊

LiZ (Fronhoferstr. 42)

- **Tanz, Theater und Bewegung**

  Wann? jeden Dienstag ab 15:30 Uhr
  Für alle die Freude am Ausprobieren und Spaß an Bewegung und Musik haben
  Bitte um Anmeldung an Katharina per Mail an **blamberg@miteinander-leben.com**

- **TanzZeit im LiZ**

Wann? jeden letzten Freitag im Monat, 15:00 - 17:00Uhr
Ein geselliger Nachmittag mit Musik und Bewegung – auch im Sitzen möglich!
Findet künftig einmal im Monat statt
Bitte um Anmeldung an Katharina per Mail an **blamberg@miteinander-leben.com**

- **O-Ton-Süd am 24.11.2026 um 20 Uhr im LiZ, kostenlos, mit Spendenhut**
  Der im Kölner Süden beheimatete gemischte Chor lädt zu einer musikalischen Stunde mit Songs aus aller Welt und allen (Jahres-) Zeiten ein.

Omas gegen rechts:

- **Offener Gruppentreff:**
  Wann? 26.11. von 10:00 – 12:00 Uhr
  Wo? Gemeindehaus der Auferstehungskirche, Auferstehungskirchweg 7, Sürth
  Kontakt: omasgegenrechts-koelnsued@web.de

Buchtipp: „Unsere Töchter, die Nazinen" von Hermynia ZurMühlen
Unsere Töchter, die Nazinen - Zur Mühlen, Hermynia; Ackermann, Frank - Hugendubel Fachinformationen

Veranstaltungen bei Willkommen in Sürth: (WiSü):
Bürgertreff X, Eygelshovener Str.33, 50999 Köln

- **Nadelkunstwerk– offener Handarbeitstreff**
  Wann? Dienstag 15:00 bis 17:00 Uhr
- **Lachyoga:**
  Wann? Montag 17:00-18:00 Uhr
  Anmeldung unter: info@wisue-koeln.de
- **Offener Freitag – Café Fuga:**
  Wann? Freitag 15:00 – 17 Uhr
- **Atelier X –** Offene Kunstgruppe:
  Wann? Mittwoch 10:00 – 12:00 Uhr
  Mit Voranmeldung unter info@wisue-koeln.de

Wachsfabrik (Industriestr. 170):

- **TANZ MAL – Barnes Crossing, 01.11.26 von 14-18 Uhr** Malerei trifft Tanz, Tanz trifft Malerei
- Kunstsonntag mit offenen Ateliers: **01.11., 14-18 Uhr**
- Mini Designmarkt: **15.11.**

Diakonie Michaelshoven (Pfarrer-te-Reh-Str. 1):

- Zinter-Mätes-Fest (St. Martinszug): **06.11., 17Uhr;** inklusives St. Martins Fest mit Umzug, kostenlos
  Treffpunkt: Erzengel-Michael-Kirche Pfarrer-te-Reh Str. 7 50999 Köln
- Wohnzimmerkirche: 09.11. um 15:30 Uhr, **Kaffeekränzchen bei Klatsch, Tratsch & Lesung**

Evangelische Kirche:

- Fahrdienst für Sonntagsgottesdienste in Sürth, Rondorf, Rodenkirchen

- jeden Sonntag, Beginn 10:30 Uhr – Fyler im Anhang
- bitte **bis donnerstags um 12 Uhr anmelden** bei: Gemeindebüro Alexandra Reichle, Tel.: 02236-389748 oder alexandra.reichle@ekir.de

Seniorenvertretung: organisiert drei Konzerte im November (Flyer im Anhang)

- **13.11.2026, 16:00 Uhr:** „O de Cologne“ Chorkonzert - Gemeindesaal der Auferstehungskirche Sürth-Weiß, Auferstehungskirchweg 7, 50999 Köln-Sürth
- **14.11.2026, 15:30 Uhr:** „DoubleBo“ Gitarren/Gesangs Duo - Caritas-Altenzentrum St. Maternus, Brückenstr. 21, 50996 Köln-Rodenkirchen
- **26.11.2026, 16:00 Uhr:** „Die Seltzams“ Gesang/Geige/Gitarre/Percussion - Bürgerhaus Zollstock, Rosenzweigweg 1, 50969 Köln-Zollstock

Infos von der Seniorenkoordination Rodenkirchen:

- **16.11.2026, 18:00 – 19:30 Uhr im VHS-Studienhaus am Neumarkt oder Online:** Kostenlose Veranstaltung „Geistig fit bleiben – mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen“ des **Gesundheitsamtes** in Kooperation mit **VHS** und **Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz.**

Veedels-Rikscha Sürth:

- Wohnen Sie in Sürth und sind interessiert an einer kostenlosen Rikscha-Fahrt?
- In Sürth fährt Sie die Rikscha des Matthias-Pullem-Haus an den Rhein, in den Weißer
- Rheinbogen, Forstbotanischen Garten und zu Ihrem Wunschziel.
- Oder schreiben Sie eine Email an suerth@radelnohnealter.koeln

RADELN OHNE ALTER KÖLN

Silbernetz: Die Nummer gegen Kummer!

für ältere Menschen: 0800 470 80 90
Täglich von 8 bis 22 Uhr. Anonym, vertraulich und kostenfrei.

Silbernetz

Seniorenberatung
Stadtbezirk Rodenkirchen
Caritas Altenzentrum St. Maternus
Brückenstr. 21
50996 Köln
- Elisabeth Fey
Tel.: 0221 3595 155
Email: seniorenberatung-rodenkirchen@caritas-koeln.de

- für alle Kölner Bürger*innen ab 60 oder Angehörige, Freunde und Nachbarn von Senior*innen, die hilfsbedürftig sind
- berät zu Themen wie Finanzen, Wohnen, Demenz, Schwerbehinderung, Pflegeversicherung, Mahlzeitendienste, Hospizdienste, Hilfsmitteln, Tagespflege, etc.
- **kostenlos, vertraulich, telefonisch, persönlich, auch Hausbesuche möglich**

Herzliche Grüße, Tanja Gast