

# Was ist los

Trifft  
sich gut.  
Senioren  
Netzwerke  
Köln

beim SeniorenNetzwerk Neustadt-Süd?

Winterkalender 2024/2025 des  
SeniorenNetzwerks Neustadt-Süd



Dezember 2024  
Januar & Februar 2025

**Liebe Netzwerkerinnen,  
liebe Netzwerker in Neustadt-  
Süd, liebe Interessenten,**

es ist Winter und in dieser dunklen, kalten und meist trüben Jahreszeit neigt man leicht dazu, die Wohnung nicht zu verlassen, weil es zu unangenehm ist. Aber in jeder Jahreszeit kann man etwas Gutes für sich tun, indem man spazieren geht oder sich mit Freunden zum Kaffeeklatsch trifft. Mit den Angeboten, die in unserem Veranstaltungskalender aufgeführt sind, wollen wir Ihnen helfen, gut durch den Winter zu kommen, um einige schöne Stunden in netter Gesellschaft zu verbringen.

Wir freuen uns sehr, dass wieder ein Sponsor gefunden werden konnte, um den Druck dieses Kalenders zu finanzieren. Wir bedanken uns bei der Firma **Oton Hörgeräte** auf der Severinstraße ganz herzlich.

Außerdem gibt es immer mal wieder kurzfristig Termine, die jetzt noch nicht bekannt sind. Wir raten Ihnen deshalb, sich bei den angegebenen Kontaktstellen darüber zu informieren.

Natürlich ist es für uns wichtig, auch Ihre Ideen und Wünsche zu erfahren, damit wir unsere Arbeit auch weiterhin zu Ihrer Zufriedenheit durchführen können. (GS)

## **Offener Treff „Bin dabei“**

Der letzte Montag im Monat ist fest reserviert für unseren wichtigsten Termin, den „Offenen Treff“, immer um **14.30 Uhr im Pfarrheim St. Maternus, Alteburger Str. 74, 50678 Köln.**



Gemeinsam diskutieren wir geplante Aktionen, tauschen Erfahrungen aus und reden über alles, was uns bewegt.

Die Termine im Winter sind:  
am **27. Januar und 24. Februar 2025.**  
Im Dezember 2024 fällt der Offene Treff wegen der Weihnachtsferien aus.

## **Sprechstunde**

Individuelle Informationen zu Angeboten des SeniorenNetzwerks, persönliche Fragen und Probleme zu Dingen, die auf der Seele brennen.  
**Jeweils montags von 10.00 bis 11.30 Uhr, beim I.D.L (Initiative Dritte Lebensphase) Saarstr. 22, 50677 Köln**

**am 16. Dezember 2024, 20. Januar und 17. Februar 2025.**

Anmeldung und Infos zum Offenen  
Treff und zur Sprechstunde bei:  
Margret Schürmann, 0221 9319032

## **Zu Tisch! Zu Tisch! Tischgespräche führen...**

### **Mittwochs zusammen frühstücken**

Am **11. Dezember 2024**,  
**08. Januar und 05. Februar 2025**,  
stets 10.00 Uhr, im Café „Armer  
Ritter“, Merowinger Str. 33, ohne  
Anmeldung.



## **Südstadt-Lunch**

Gemeinsam Mittagessen im Veedel,  
sich unterhalten, neue und nette  
Menschen treffen...

Donnerstags,

jeweils um 12.30 Uhr

ab 2025 am 23. Januar und  
20. Februar 2025

Im „Kurfürstenhof“ Bonner Straße 21,  
50678 Köln



*Foto © Maria Spreen-Rauscher*

Anmeldung nicht erforderlich!

Alle Interessierten sind herzlich  
willkommen!

Informationen bei:

Edeltraud Stecher 0151/22832526,

Maria Spreen-Rauscher 0221 3100163

## Donnerstags zum Kaffee-Klatsch

am **16. Januar und 20. Februar 2025**  
jeweils 14.30 Uhr in den Räumen des  
I.D.L. Saarstr. 22, 50677 Köln.



*Der unverwechselbare Eingangsbereich zum I.D.L.*

Informationen. Anne Dustmann,  
Tel: 0221 384797

## Unser Senioren-Stammtisch

Am **27. Dezember 2024,**  
**10. Januar und 14. Februar 2025** von  
**15.00 Uhr bis 16.30 Uhr** in den  
Räumen der Bürgergemeinschaft  
Rathenauplatz (Rathenauplatz 30)  
Infos: Horst Lemmen,  
Tel: 0221 230312



## Gedächtnistraining

Mit der Bürgergemeinschaft Rathenauplatz bieten wir einen kostenlosen Kurs „Gedächtnistraining“ an.

Am 06. und 20. Dezember 2024,  
17. und 31. Januar,  
07. und 21. Februar 2025,  
Rathenauplatz 30, 50674 Köln  
Info: Horst Lemmen,  
Tel: 0221 230312

## Gespräche führen beim Wandern oder Radeln

Kurzfristig je nach Wetterlage am späten  
Vormittag am Wochenende,  
Info bei **Horst Lemmen**  
Tel.-Nr.: 0221 230312

\*\*\*\*\*

Wanderungen bietet auch die **Initiative Dritte Lebensphase (I.D.L.)** durch **Herrn Kissel** an – Tel.: 0221 137964.

**Mittwoch, 11. Dezember 2024,**  
Westhovener Aue, ca. 2 Std.  
Treffpunkt: 13.00 Uhr, Linie 7,  
H Westhoven Kölner Straße  
Einkehr: Café in Porz-Ensen

**Sonntag, 22. Dezember, 10.25 Uhr**  
Strecke: Wahner Heide, ca. 3 Std.  
Einkehr Café in Troisdorf  
Treffpunkt: Briefkasten im Hbf Köln  
um 10.25 Uhr,  
Abfahrt mit S 19 um 10:41 Uhr.

**Radtouren** je nach Wetterlage, auch mit E-Bikes.

Infos durch **Christoph Wieman**

Tel: 0175 8220468.

## **Spieletreff „Würfel und Brett“**

Unser Programm zum Entspannen, zum Lachen, sich Freuen oder auch etwas Ärgern!

Wöchentlich immer **mittwochs von 14.00 bis 17.00 Uhr**, abwechselnd an zwei verschiedenen Orten!

Beim SeniorenNetzwerk Vringsveedel (Altstadt Süd),

Karl-Berbuer-Platz 1, 50678 Köln, und bei der Initiative Dritte Lebensphase (I.D.L.)

Saarstr. 22, 50677 Köln.

Ansprechpartnerin ist

Frau Talbi, Tel: 0221 8698946



## **Spieltermine**

Saarstr.	Karl-Berbuer-Platz
11. 12. 24	04.12. 24
	18. 12. 24
08. 01. 25	15. 01. 25
22. 01. 25	29. 01. 25
05. 02. 25	12. 02. 25
19. 02. 25	26. 02. 25

Vorschau März 2025

05. 03. 25                      12. 03. 25

## **Smartphone-Sprechstunde**

Probleme mit dem Handy? Wir helfen bei Schwierigkeiten im Umgang mit dem Handy.

Ehrenamtlich Engagierte und erfahrene Nutzende helfen.

Donnerstags ab 16.15 Uhr im SPZ Innenstadt, Loreleyst. 7, 50677 Köln.

**Am 16. Januar und 20. Februar 2025.**

**Unbedingt erforderlich** ist eine **vorherige Anmeldung** bei Margret Schürmann, Tel: 0221 9319032 oder 0151 42265577.

## **Kulturkreis**

Es gibt immer wieder etwas Neues zu entdecken, sehen oder hören.

Wer Ideen hat, kann sich gerne bei mir melden.

Ansprechpartnerin ist: Frau A. Simons, Tel: 0221 2408322

## Filmschätzchen

zur Kölner Vergangenheit zeigen  
A. Simons und P. Schreier  
dienstags am **10. Dezember 2024,**  
**14. Januar und 11. Februar 2025**  
jeweils um **15.30 Uhr** in den  
Räumen des SeniorenNetzwerks  
Vringsveedel, Karl-Berbuer-Platz  
1, 50678 Köln.

## Wir sind wieder dabei: Veedelshütte auf dem Adventsmarkt Chlodwigplatz

Wir „bespielen“ die Veedelshütte  
am  
**Donnerstag, 05. Dezember 2025**  
ab ca. 12.00 Uhr und sammeln  
Spenden gegen Selbstgebackenes für  
einen guten Zweck

## Unsere Adventsfeier

Wir feiern den Advent und bereiten  
uns auf Weihnachten vor  
am Montag, 09. Dezember 2024  
um 15.00 Uhr im Pfarrsaal St.  
Maternus, Alteburger Str. 74, 50678  
Köln.  
Musik ist auch dabei.  
Information und Anmeldung bei  
Frau Schürmann 0221 9319032

## Doppelkopp

Lust auf Doppelkopp? **Wir suchen**  
Spielerinnen und Spieler für eine zu  
gründende Doppelkopp-Runde.  
Interesse? Infos bei  
Frau Schürmann: 0221 9319032

## Besichtigung der Ford Werke

Am **Mittwoch, 29. Januar 2025**  
wollen wir die Ford Werke besichtigen.  
Kostenbeitrag: 15,00 €.  
Anmeldung bis 15. Dezember 2024 bei  
Frau Margret Schürmann,  
Tel: 0221 9319032  
Infos gibt es hier:  
<https://werkfuehrungkoeln.fordmedia.eu>

## Krippenbesichtigung

Der 29. Kölner Krippenweg findet  
vom 25. November 2024 bis zum  
6. Januar 2025 statt. Wir planen einen  
gemeinsamen Ausflug.  
Informationen und Anmeldung bei:  
Horst Lemmen, 0221 230312

## Angebote des SeniorenNetzwerks Altstadt-Süd-Vringsveedel



Direkt in unserer Nachbarschaft halten wir engen Kontakt mit dem SeniorenNetzwerk Vringsveedel. Seine Räumlichkeiten sind auf dem Karl-Berbuer-Platz 1, 50678 Köln. Gemeinsame Veranstaltungen z. B. der Spieletreff, die Vorführung der Filmschätzchen werden ergänzt durch verschiedene Aktionen und anregende Aktivitäten

**Boule** wird gespielt in 14-tägigem Rhythmus donnerstags von 14.00 bis 16.00 Uhr. Termine erfragen bei Anita Gomolak, Tel.: 0221 814223.



Kontakt zum SeniorenNetzwerk Vringsveedel: Tel.: 0151 67579054.

## Angebote des Senioren- Netzwerks Altstadt-Süd-Waidmarkt

Auch dieses befreundete Senioren-Netzwerk bietet viel an. Zum Beispiel ein **Interkulturelles Stadtteilfrühstück** jeden 2. Dienstag im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr. Anmeldung eine Woche vor geplanter Teilnahme bei Tanja Gast, 0178 9094710.

## Seniorenclub Maternus

Im Seniorenclub Maternus treffen sich Menschen ab 70 Jahre zum gemütlichen Beisammensein, zu Gespräch und Austausch bei Kaffee und Kuchen. Neben den wöchentlichen Treffen gibt es Unternehmungen und Ausflüge. Der Seniorenclub trifft sich jede Woche donnerstags von 15.00 bis 17.30 Uhr im Pfarrheim an St. Maternus.

Ansprechpartnerin:  
Franziska Menzel 0221 375899

Wir planen, am

### **Dienstagszug**

in der Südstadt teilzunehmen.

Kosten ca. 40,00 €

Wer Interesse hat, melde sich zur Vorbereitung bei Christoph Wieman, 0175 822 0468.



## **Bürgerhaus Stollwerck**

In unmittelbarer Nachbarschaft liegt das Bürgerhaus Stollwerck mit seinen vielfältigen Angeboten für Jung und Alt und alle, die dazwischen sind.

Für Seniorinnen und Senioren **Doppelkopf, mittwochs alle zwei Wochen von 17.00 bis 19.00 Uhr im Seniorenbereich**, kostenlos, Spielkarten sind vorhanden.

Anmeldung und Information bei:  
Antonia Pfirrmann, 0221 99110814  
E-Mail:  
Antonia.pfirrmann@stadt.koeln.de



## **Seniorenkino**

Im **Weisshaus-Kino**

auf der Luxemburger Str. 253 gibt es jeden 1. Dienstag im Monat ausgewählte Filme. Mehr unter:  
[www.weisshaus-kino.de/reihe/S20/Seniorenkino](http://www.weisshaus-kino.de/reihe/S20/Seniorenkino)

Das

## **Odeon**

auf der Severinstraße zeigt beim Seniorentreff besondere Filme bei einem Eintritt von 6,00 €. Mehr zum Seniorentreff unter:  
<https://www.odeon-koeln.de/>

**Für Sie in der Politik tätig, die**

## **Seniorenvertretung**

Sprechstunde der Seniorenvertretung Innenstadt ist jeden 2. und 4. Dienstag in der Ludwigstraße 8, 50667 Köln und am 3. Mittwoch im Monat im Bürgerhaus Stollwerck von 11.00 bis 13.00 Uhr.

## **45. Rotkreuz-Matinee Benefizkonzert der Oper Köln Hilfe für Menschen in Not**

Am

**08. Dezember 2024, 11.00 Uhr**  
Oper Köln, Staatenhaus Auenweg,  
Bühnenprogramm, Tombola,  
Kostümverkauf  
Eintritt: 30.00 €/23.00 €  
Tel: 0221 5487333  
Mail: [benefiz@drk-koeln.de](mailto:benefiz@drk-koeln.de)

## **Radeln ohne Alter Veedels-Rikscha Südstadt**

Sie wohnen in der Südstadt oder einem der benachbarten Veedel und sind interessiert an einer **kostenlosen Rikschafahrt?**

Mit der Veedel-Rikscha Südstadt fahren wir Sie in den Volksgarten, durch die Altstadt, zum Dom, an den Rhein und/oder zu ihrem Wunschziel. Dahinter steht die Organisation „Radeln ohne Alter“ mit dem Motto „Recht auf Wind in den Haaren“

Wenn sie eine Fahrt buchen wollen, rufen Sie an unter:

**0151 74575904** oder schreiben sie eine Mail an:

**[suedstadt@radelnohnealter.koeln](mailto:suedstadt@radelnohnealter.koeln)**



Foto. © Radeln ohne Alter

## **Angebote von Herbstgold an der Luther-Kirche**

Gut befreundet sind wir mit der Organisation „Herbstgold“ an der Luther-Kirche, die mit einem umfangreichen Programm aufwartet.

Anmeldungen immer bei Sonja Schlegel, Tel: 0151 64129097 oder [sonja.schlegel@ekir.de](mailto:sonja.schlegel@ekir.de)

So auch zum **Neujahrsempfang** am **Freitag, 24. Januar 2025** von 15.00 bis 17.30 Uhr in der **Kartäuserkirche**.

## **Seniorinnen- Tanzkreis**

Dienstags um 10.00 Uhr treffen sich im Pfarrheim an St. Severin die Damen des Seniorentanzkreises, dem Frauen zwischen 60 und 80 Jahren angehören.

Neben dem Tanzen gibt es auch gemeinsame Unternehmungen.

Monatlicher Beitrag: 5,00 €

Leitung und Kontakt:

Katharina Biermann, 0221 3103350

## Unser besonderer Hinweis:

### Vortragsreihe „Globale Ernährungssicherung“

Immer dienstags  
von 18.00 bis 19.30 Uhr im  
Hörsaal 0.024 im Institut für  
Pflanzenwissenschaften (Biozentrum)  
Zülpicher Str. 47 b, 50674 Köln.

03. Dezember 2024:  
„Lebensmittelrettung im Kontext  
globaler Ernährungssicherung“

17. Dezember 2024:  
„Saatgut-Innovationen als Treiber  
einer nachhaltigen Landwirtschaft“

07. Januar 2025:  
„Frauen ernähren die Welt –  
aber unter welchen Bedingungen?“

Weltweit sind Frauen für die Ernährung  
ihrer Familien verant-  
wortlich. Sie arbeiten in allen Bereichen  
der Lebensmittelproduktion. Dennoch  
sind sie überdurchschnittlich von Hunger  
betroffen. Was sind die Ursachen für  
diese widersprüchliche Situation und wie  
lassen sich diese verbessern?

14. Januar 2025:  
„Die Rolle der internationalen  
Agrarforschung für die  
Transformation unserer Agrar- und  
Ernährungssysteme“

21. Januar 2025:

„Was unser Essen krank macht –  
die Rolle pflanzenpathogener  
Mikroorganismen in der  
Landwirtschaft“

28. Januar 2025:

„Progressive Agrarwende: messbare  
Nachhaltigkeit & ein Aufräumen mit  
alten Geistern“

04. Februar 2025:

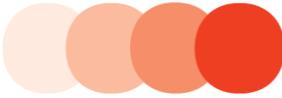
„Landwirtschaft in Deutschland im  
Wandel der Zeit“

### Weihnachten gemeinsam statt einsam

Das Nachbarschaftsatelier  
Schmitzundkuntz lädt zu Heiligabend  
alle ein, die Weihnachten nicht allein  
verbringen wollen. Bei Tanz, Gesang  
und positivem Austausch feiern  
Kölnerinnen und Kölner gemeinsam.  
Es wird Kaffee und Kuchen und am  
Abend Kartoffelsalat mit Würstchen  
geben. Die Feier an Heiligabend findet  
zum zweiten Mal statt.

Wer Lust hat kommt am **Dienstag,  
24. Dezember 2024, ab 15.00 Uhr** in  
die **Richard-Wagner-Straße 8,  
50674 Köln.**

## Wir danken der Firma

**oton** 

DIE HÖRAKUSTIKER  
für die freundliche und großzügige  
Unterstützung dieser Ausgabe.

Seit 2018 bietet das Team des inhabergeführten und unabhängigen Hörakustik-Meisterbetriebs Oton umfassenden Service rund um Ihr Gehör. Von der Hörgeräteversorgung mit modernsten Anpassverfahren über die Nachsorge von Innen- und Mittelohrimplantaten bis hin zur Anpassung von maßgefertigtem Gehörschutz kümmern sich die Inhaberinnen Verena Götze und Nora Wegener mit ihrem Team um Kundinnen und Kunden aus dem Veedel und darüber hinaus. OTON - Die Hörakustiker, Severinstraße 42, 50678 Köln

## Noch ein Wort zu unserem Titelbild

Wild romantisch bietet sich der Rosengarten unterhalb des Forts Paul im Volksgarten nicht nur im Winter dar. Im Frühling und im Sommer liegt ein zarter Rosenduft in der Luft. Hier kann man sich lange aufhalten, entspannen

und der Musik der Vögel und anderen Tieren in der Natur lauschen.

Fort Paul, errichtet 1822 bis 1828, ist benannt nach dem damaligen Erbgroßherzog Paul von Mecklenburg. Nach Aufgabe der Festung wurde es 1887 in den Volksgarten integriert und u.a. der heute noch erhaltene Rosengarten angelegt.

Im Inneren des Forts sind inzwischen Künstlerateliers eingerichtet.

### **Impressum:**

*SeniorenNetzwerk Neustadt-Süd im Deutschen Roten Kreuz,  
An der Bottmühle 2, 50678 Köln,  
Kordinatorin: Margret Schürmann  
Tel.: 0221 9319032 oder  
01514 2265577*

*Mail:*

*[seniorennetzwerk.neustadt@gmail.com](mailto:seniorennetzwerk.neustadt@gmail.com)*

### **Redaktion:**

*Margret Schürmann, Isabell Donath,  
Gunhild Schreiber, Anne Simons,  
Christoph Wieman;*

### **Layout:**

*Anne Simons und Christoph Wieman*

**Druck:** *Mediadruck und Kopier Service,  
Ubierring 28, 50678 Köln;*

**Fotos:** *© Christoph Wieman, soweit nicht anders gekennzeichnet*

**Wir wünschen allen**

**frohe und friedvolle Weihnachten  
und**

**ein glückliches  
Neues Jahr**

