



## „Aktiv Leben“

etwas für **sich** tun – etwas für **andere** tun – etwas **mit** anderen tun

„Café KlatschMohn“ Berg. Gladbacher Str. 499

### Öffnungszeiten für die Winterzeit

Vom 1. Oktober bis 31. März ist das Café Montag und Donnerstag von 14 – 17 Uhr geöffnet.

### **KlatschMohn-Frühstück**

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 10 - 12 Uhr

20. Okt. Ab 11.00 Uhr Gehirngerechtes Gedächtnistraining

17. Nov. Ab 11.00 Uhr Apotheker Herr Fredriksen

15. Dez. Ab 10.00 Uhr Weihnachtliche Frühstück

mit leckerem Frühstücks-Büfett, Unkostenbeitrag 5.- Euro

Ort: „Café KlatschMohn“, Berg. Gladbacher Str. 499

Kontakt: Erika Bey Tel: 63 22 01

### **Spazieren gehen**

In Gemeinschaft spazieren macht Freude, jeden 1. Mittwoch im Monat.

06. Okt. Skulpturenpark Köln

03. Nov. Waffelstube Dellbrück **Anmeldung erforderlich**

01. Dez. Weihnachtsmarkt am Schokoladenmuseum

Treffpunkt: 13.00 Uhr Haltestelle Maria Himmelfahrt

Kontakt: Kathi Kirfel Tel: 69 14 58

### **Kreativkreis**

#### **Häkeln und stricken mit verschiedenen Garnen**

Falttechniken erlernen z.B. Föbel- und Bascetta Stern

**montags, den 04.10. – 18.10. – 15.11. – 29.11. – 13.12. von 10 – 12 Uhr**

Ort: Café KlatschMohn, Berg. Gladbacher Str. 499 Kontakt: Renate Feldmann Tel: 68 83 55

### **Workshop Digitalkamera**

**Unkostenbeitrag 20,00€**

Sind Sie kein blutiger Anfänger mehr? Dann sind Sie richtig im Workshop Digitalkamera.

Fotos nach Themen erstellen. Archivieren bearbeiten mit Picasa. Montagen erstellen mit Corel Paint.

Ein gemeinsames Buch kreieren.

**Montags, den 11.10. – 25.10. – 08.11. – 22.11. – 06.12. von 10.30 – 12.30 Uhr**

Ort: Café Klatschmohn, Berg. Gladbacher Str. 499 Kontakt: Renate Feldmann Tel: 68 83 55

### **Holweide liest**

**Freitag, den 29. Oktober 2010 um 19.30 Uhr**

#### **Oh, wie schön ist Parkhaus 4 – Reisen um die Ecke**

##### **Autorenlesung mit Lars Weisbrod**

Sind Sie schon einmal in der Waschanlage im Wagen sitzen geblieben, wenn dort all die Wischer, Wäscher

und Wachser ihre Arbeit aufnehmen? Lars Weisbrod, hat diese und viele weitere Orte besucht und dabei den ganz besonderen Reiz der „Reisen um die Ecke“ kennengelernt. So sind seine Reiseerlebnisse aus dem Alltag eine Einladung für uns alle – zur Entdeckungsreise in die eigene Nachbarschaft.

Ort: Café Klatschmohn, Berg. Gladbacher Str. 499 51067 Köln (Holweide)

**Freitag, den 10. Dezember 2010 um 19.30 Uhr**

#### **Die Odyssee – Die Menschen werden zum Spielball der Götter**

Dem Namen nach kennt wohl jeder die Geschichten des altgriechischen Dichters Homer, der Ilias- die Belagerung Trojas – und die Odyssee – die gefährvolle Rückkehr Odysseus` in die Heimat. Mit ihnen beginnt die europäische Literatur.

Nach einer kurzen Zusammenfassung der Ilias nimmt das Team von „Holweide liest“ Sie rhetorisch mit auf die Odyssee – frei nach Walter Jens.

Ort: Café Klatschmohn, Berg. Gladbacher Str. 499 51067 Köln (Holweide)

Eintritt frei.

Über Spenden freuen wir uns.

## Vermietung

Sie suchen einen Raum bis ca. 60 Personen in dem Sie feiern oder Seminare veranstalten können?

Wir haben ihn. Auch für regelmäßige Kurse ist noch Platz!!!

Mieten sie doch unser Café zu einem kleinen Preis.

*Café KlatschMohn, Berg. Gladbacher Straße 499*

**Kontakt: Brigitte Fleischer Tel 63 44 16**

**Fotos und Mietvertrag siehe Webseite.**

**Kommen Sie und schauen sich den Raum an, er ist größer als Sie denken !!!**

## Kochen für Männer

Mit geselligem Beisammensein für Anfänger und Fortgeschrittene, einmal im Monat, dienstags

Ort: Picco – Treff Piccoloministr. 528

Alle Informationen, Fotos und Rezepte im Internet

**Kontakt: Iris Mombartz Tel: 663 95 80** Um Anmeldung wird gebeten! Auslagen werden umgelegt

## Aus den Vereinen (Auswahl)

**02.10. Oktoberfest;** Aula Grundschule Buschfeldstraße. Beginn 18.00 Uhr **Eintritt frei.**

**20.11. Benefizkarnevalsitzung;** SC Holweide in der Gesamtschule Holweide. Beginn 19.00 Uhr

**27.11. Weihnachtsmarkt;** Vorplatz Alte Bücherei ( St. Mariä Himmelfahrt) Beginn 11.00 Uhr

**31.12. Silvesterball;** Schützenheim Beginn 20.00 Uhr

Neu Neu Neu Neu Neu Neu Neu Neu

## Demenz Beratung für pflegende Angehörige

Jeden **1. Mittwoch im Monat von 14 – 15 Uhr im Café Klatschmohn** Berg. Gladbacher Str. 499

Frau Krämer und Frau Marohn beraten Sie in Pflegefragen und in sozialen, finanziellen Bereichen.

**Kontakt: Frau Krämer Tel: 68 02 892**

## Ökumenischer Hospizdienst Köln Dellbrück/Holweide

Wir sind da für Schwerstkranke, Sterbende und deren Angehörige. Wir informieren über Möglichkeiten der Schmerztherapie. Wir stehen Trauernden bei. Wir informieren und unterstützen Sie, um Sterben zuhause möglich zu machen.

**Ulrike Lehnert Tel: 0221-16 90 64 88** auch AB

**Handy: 0152-03 69 94 07**

**Sprechstunde: Di – 10-12 Uhr** oder Diakoniebüro der Pauluskirche **0221-68 43 30** auch AB

## Lesewerkstatt

Die Lesewerkstatt wurde 1990 im Treffpunkt St. Martin gegründet. Zu unterschiedlichen Themen werden Programme zusammengestellt. Von der Bibel bis moderne Autoren finden sich die Texte in den Programmen. Auch das Werk von Erich Kästner oder Eugen Roth kommen nicht zu kurz. Seit kurzem sind wir Dauergast in der Domforum - Veranstaltung „Einfach zuhören“.

Haben Sie Lust mitzumachen?

Wir treffen uns am **14.10.- 21.10.- 28.10.- 04.11.- 11.11.- 18.11.**

**Auskunft erteilt: Ulrike Wittmann Tel: 680 67 13**

**von 10-11.30 Uhr**

## Der Diabetiker - Kreis Köln – Dellbrück/Holweide

lädt alle Interessierten herzlich ein:

**06.10.10 19.00 Uhr 03.11.10 19.00 Uhr 01.12.10 19.00 Uhr**

**Ort: Café KlatschMohn Berg. Gladbacher Straße 499 - Auskunft erteilt: Ursula Breitbach Tel: 68 30 64**

## Mitspieler gesucht

Wir suchen für Donnerstagnachmittag Menschen die gerne spielen.

**Zum Beispiel: Doppelkopf (auch Anfänger) Skat, Rommé oder Gesellschaftsspiele.**

**Wenn Sie Lust haben kommen Sie doch mal vorbei, wir würden uns sehr freuen.**

**Ort: Café KlatschMohn Berg. Gladbacher Straße 499 von 14 – 17 Uhr**

## Arbeiterwohlfahrt (AWO)

jeden Dienstag von 13 – 18 Uhr, Spiele Nachmittag > Rummikup, Skat, Kniffel usw. <

Ort: *Café KlatschMohn* Berg. Gladbacher Str. 499 – Kontakt: Annelore Kirchmeyer Tel: 63 29 42

**Herausgeber:** SeniorenNetzwerk Holweide e.V. Berg. Gladbacher Str. 499, 51067 Köln, Tel: 63 67 738 – 69 14 58

[www.seniorennetzwerk-holweide.de](http://www.seniorennetzwerk-holweide.de) diese Infoblätter erscheinen alle drei Monate – Auflage: 1.000 – alle Daten ohne Gewähr –

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 15.12.2010, Mail: [vorstand@seniorennetzwerk-holweide.de](mailto:vorstand@seniorennetzwerk-holweide.de)