



„Aktiv Leben“

etwas **für sich tun** – etwas **für Andere tun** – etwas **mit Anderen tun**

„Café KlatschMohn“ Berg. Gladbacher Str. 499
Öffnungszeiten

Vom 1. Januar – 31. Dezember ist das Café Montag und Donnerstag von 14 – 17 Uhr geöffnet:

KlatschMohn-Frühstück

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 10 - 12 Uhr

19. Juli. Urlaub

16. Aug.

20. Sep.

mit leckerem Frühstücks-Büfett, Unkostenbeitrag 5.- Euro

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

Kontakt: Kathi Kirfel Tel: 69 14 58

Spazieren gehen

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

05.Juli. Urlaub

02.Aug. Stammheimer Schlosspark

06.Sep. Decksteiner Weiher

Treffpunkt: 13.00 Uhr Haltestelle Maria Himmelfahrt

Kontakt: Kathi Kirfel Tel: 69 14 58

Medien Heute

monatlicher Arbeitskreis zu jeweils abgeschlossenen Themen im *Café KlatschMohn*

jeden 3. Donnerstag im Monat von 11 bis 13 Uhr.

ohne Voraussetzungen für alle Interessierte

Themen werden jeweils von den Anwesenden für den nächsten Monat festgelegt.

E-Mail schrammii@web.de oder telefonisch 0221/634536

Ort: *Café KlatschMohn*, Berg. Gladbacher Str.499

Singkreis

Da wo man singt, da lass dich ruhig nieder, denn böse Menschen kennen keine Lieder.

Unter diesem Motto wurde der neugegründete Singkreis im Seniorennetzwerk Holweide sehr gut angenommen.

Mittlerweile treffen sich bis zu 25 Personen, um in gemütlicher Runde zusammen

die alten Volkslieder oder auch alte Klassiker, aus der Jugendzeit, zusammen zu singen.

Die nächsten Termine zum fröhlichen Singen sind: **09.08.2017 13.09.2017 16.00 Uhr**

Ort: *Café KlatschMohn*, Berg. Gladbacher Str.499

Wer möchte kann gerne noch zusätzlich vorbeikommen.

Kreativkreis

Handarbeits- und Bastelstammtisch

Jeden 2. Montag im Monat im Café Klatschmohn

des SeniorenNetzwerkes Holweide

Bergisch-Gladbacher Str. 499

von 10.30 – 12.30 Uhr

Handarbeiten; Stricken, Häkeln, Basteln, für Anfänger und Fortgeschrittene.

Jeder ist herzlich willkommen

Unsere Termine 14.08.2017 28.08.2017 11.09.2017 25.09.2017

09.10.2017 23.10.2017 13.11.2017 27.11.2017

11.12.2017

Ansprechpartnerin: Renate Feldmann Tel.:0221 688355

E-Mail: rennfelti@aol.com

Holiday on Ice Sonderveranstaltung am Sonntag 25.02.2018 11:00 Uhr

Die ermäßigten Karten kosten 6,50 €. Sind ab sofort ausschließlich am Ticket-Schalter der LANXESS arena, Willy-Brandt-Platz 2 gegen Vorlage eines Rentenausweises oder Schwerbehindertenausweises erhältlich.

Der Schalter ist montags bis freitags von 9:00 bis 18:00 Uhr geöffnet.

Weitere Nachfragen beantwortet Ihnen gerne das Callcenter der LANXESS arena 0221-8020

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

Gedächtnistraining

Neu freitags

Neu freitags

Wenn Sie gerne Gedächtnistraining in entspannter Atmosphäre ausprobieren möchten, dann kommen Sie vorbei.

Freitags von 10.00 – 11.30 Uhr

Unkostenbeitrag

Termine: 04.08.2017 18.08.2017 01.09.2017 15.09.2017 29.09.2017

Kontakt: Frau Steinhoff Tel: 5505372

Computerbetreuung im Café des Netzwerkes Holweide

Montags während der Öffnungszeit des Cafés

14.00 – 17.00 Uhr

Ab Januar 2017

Von 14.00 -16.00 bin ich für Sie da, um Ihre persönlichen Computer- und Smartphonprobleme anzusprechen und wir werden gemeinsam versuchen Lösungen zu finden.

Sie bekommen Softwareprogramme soweit mir bekannt erklärt. Sie können sie an unseren Computer ausprobieren und dadurch Ihr Wissen weiterentwickeln.

Ihre eigenen Geräte Laptop oder Smartphon können gerne mitgebracht werden. Vor Ort können wir versuchen Ihre Probleme zu lösen und ich möchte auch Ihre Fragen bestens beantworten. Als Unterstützerin stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung und freue mich über fleißige Nutzung, die von mir Ehrenamtlich geleistet wird.

Kontakt: Renate Feldmann Tel.: 0221 688355 oder email: rennelti@aol.com

Hospizdienst Dellbrück-Holweide

Wenn Sie mehr über die Arbeit des Hospizverein wissen möchten, Interesse an unserem Besuch haben oder Bestimmte Fragen loswerden möchten, kommen Sie einfach zur Sprechstunde. Frau Ulrike Lenhart steht Gerne für ein unverbindliches und kostenfreies Gespräch zur Verfügung.

wöchentlich dienstags von 10:00-12:00 Uhr in Dellbrück Thurner Str. 105a [Tel:0221-16906488](tel:0221-16906488)

monatlich jeweils donnerstags,18:00-19:00 Uhr im Altenzentrum St. Anno Piccoloministr.291 b Holweide

11.05.2017 22.06.2017 13.07.2017 17.08.2017 21.09.2017 19.10.2017 16.11.2017

Und nach telefonischer Vereinbarung

Mobil: 0152-03699407 Mail: Hospizdienst-Koeln-Dellbrueck@web.de

Netzwerk-Informationen

Das Seniorennetzwerk macht Urlaub vom 01.07.2017 – 31.07.2017

Arbeiterwohlfahrt (AWO)

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

Ort: *Café KlatschMohn* Berg. Gladbacher Str. 499 – Kontakt: Dienstags von 13 -18 Uhr Tel: 63 67 738

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

www.seniorennetzwerk-holweide.de diese Infoblätter erscheinen alle drei Monate – alle Daten ohne Gewähr –

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 01.09.2017 Mail: vorstand@seniorennetzwerk-holweide.de