



„Aktiv Leben“

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

„Café KlatschMohn“ Berg. Gladbacher Str. 499

Neue Öffnungszeiten

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

KlatschMohn-Frühstück

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 10 - 12 Uhr

17. Okt. Oktoberfestfrühstück

21. Nov.

12. Dez. Weihnachtsfrühstück (geänderten Termin beachten)

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.

03. Okt. Spaziergang fällt aus wegen Feiertag

07. Nov. Flora oder Thielenbruch

05. Dez. Dingers

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 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: **10.10.2018 14.11.2018**

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

08.10.2018 22.10.2018 12.11.2018 26.11.2018 10.12.2018

Ansprechpartnerin: Renate Feldmann Tel.:0221 688355

E-Mail: rennfelti@aol.com

Netzwerkinformation

Reibekuchenessen 11.10.2018

14.00Uhr

Mitgliederversammlung 24.10.2018

17.00 Uhr

Unsere Weihnachtsfeier findet am 01.12.2018 in der Schützenhalle Holweide um 14.00Uhr statt

Das Seniorennetzwerk ist vom 18.12.2018 – 06.01.2019 in Weihnachtsferien.

Erster Cafenachmittag im neuen Jahr am 07.01.2019

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

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

Freitags von 10.00 – 11.30 Uhr

Ein Unkostenbeitrag wird erhoben

Termine: 05.10.2018 19.10.2018 02.11.2018 16.11.2018 30.11.2018 07.12.2018

Kontakt: Frau Steinhoff Tel: 5505372

Computerbetreuung im Café des Netzwerkes Holweide

Montags während der Öffnungszeit des Cafés

14.00 – 17.00 Uhr

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.

BITTE ANMELDEN

Kontakt: Renate Feldmann Tel.: 0221 688355 oder email: rennfelti@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

und nach telefonischer Vereinbarung

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

Der Diabetiker – Kreis Köln-Dellbrück/Holweide

Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes Landesverband NRW e.V.

Lädt alle Interessierten herzlich ein:

08.10.2018 12.11.2018

Ort: Café KlatschMohn Berg, Gladbacher Straße 499 17 Uhr

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: 26139363

Herausgeber: SeniorenNetzwerk Holweide e.V. Berg, Gladbacher Str. 499, 51067 Köln, Tel: 26139363 – 69 14 58

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

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 15.09.2018 Mail: vorstand@seniorennetzwerk-holweide.de