



„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 Montag von 14 – 17 Uhr geöffnet:

KlatschMohn-Frühstück

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 10 - 12 Uhr

16. Jan.

20. Feb. Karnevalsfrühstück

20. März.

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.

02. Jan. Spaziergang fällt aus wegen Urlaub

06. Feb. Kino Film: 3 Tage in Quiberon (Eintritt 6,00 € inkl. Kaffee und Kuchen)

06. März. Decksteiner Mühle ?

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: **09.01.2019 13.02.2019 13.03.2019**

Beginn 16:00 Uhr

Ort: Café KlatschMohn, Berg. Gladbacher Str.499

Wer möchte kann gerne noch zusätzlich vorbeikommen.

Gedächtnistraining

Wenn Sie gerne Gedächtnistraining in entspannter Atmosphäre ausprobieren möchten, dann kommen Sie vorbei. **Freitags von 10.00 – 11.30 Uhr Unkostenbeitrag**

Termine: 11.01.2019 26.01.2019 08.02.2019 22.02.2019 08.03.2019 22.03.2019

Kontakt: Frau Steinhoff Tel: 5505372

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

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:

11.03.2019 08.04.2019 13.05.2019 03.06.2019 12.08.2019 09.09.2019

14.10.2019 11.11.2019

Ort: Café KlatschMohn Berg, Gladbacher Straße 499 17 Uhr

Termine in Holweide

16.02.2019 Sitzung Lachendes Holweide Gesamtschule 14:10 Uhr

24.02.2019 Joddesdeens op Kölsch Versöhnungskirche 10:00 Uhr

24.02.2019 Karnevalistischer Frühschoppen Versöhnungskirche 11:11 Uhr

03.03.2019 Veedelszoch 13:00 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

1	9					6	
2			1	5	4	9	
			2		9		3
	1			3		7	
			7		1		
		7		2			5
4			6		3		
		1	4	8	2		7
	8					3	6

6	3		4			1	2	
		7	6			5	3	
2			3		7		8	
9					5			6
		2				4		
5			8					3
	2		5		4			1
	9	6			3	8		
	5	3			8		4	2