



„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

15. Jan.

19. Feb. Karnevalsfrühstück

18. 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.

01. Jan. entfällt

04. Feb. Wildpark Dünnwald ?

03. 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 schrammi@web.de oder telefonisch 0221/634536

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

Singkreis Neu immer am 1. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr Neu

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

Unter diesem Motto wird 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: **06.02. und 05.03.2020. jeweils 15:00 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 Uhr – 11.30 Uhr. Ein Unkostenbeitrag wird erhoben.**

Termine: 10.01.2020 24.01.2020 07.02.2020 21.02.2020 06.03.2020 20.03.2020

Kontakt: Frau Steinhoff Tel: 5505372

1. Montag im Monat von 10.00 – 12.00Uhr.

Japanische Papierfalttechnik, Basteln mit unterschiedlichen Materialien

Unkostenbeitrag : 2,00€ Termine: 06.01.2020 03.02.2020 02.03.2020 04.05.2020

08.06.2020 03.08.2020 07.09.2020 05.10.2020 02.11.2020 07.12.2020

Kontakt:01734184963 oder 0221-631895

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: Termine: 09.03.2020 06.04.2020 11.05.2020

08.06.2020 10.08.2020 14.09.2020 12.10.2020 09.11.2020

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

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

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