



„Aktiv Leben“

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

„Café KlatschMohn“ Berg. Gladbacher Str. 499

Öffnungszeiten für die Sommerzeit

Vom **1. April bis 30. September** ist das Café **Montag und Donnerstag von 15 – 18 Uhr** geöffnet.

KlatschMohn-Frühstück

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 10 - 12 Uhr

21. Juli. kein Vortrag

18. Aug. kein Vortrag

15. Sep. ab 11.00 Uhr „Sicherheit durch gute Sichtbarkeit“

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.

07. Juli. zur Flora

04. Aug. Königsforst / Bambi

01. Sep. Spaziergang zur Waldschenke in Dünwald

Treffpunkt: 13.00 Uhr Haltestelle Maria Himmelfahrt

Kontakt: Kathi Kirfel Tel: 69 14 58

Digitale Kamera für Anfänger

Unkostenbeitrag 20,00€

Wir lernen die Möglichkeiten kennen, die eine digitale Kamera bietet.

Wie bekomme ich die Fotos auf den Computer?

Sortieren und archivieren Bildbearbeitung mit Picasa

freitags, den 10.09. – 17.09. – 24.09. – 01.10. – 08.10. – 15.10.

von 10.30 – 12.30 Uhr

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

Anmeldung bis 01.09.2010 unter Tel: 68 83 55

Oder E-Mail: rennfelti@aol.com

Kreativkreis

Häkeln und stricken mit verschiedenen Garnen

Falttechniken erlernen z.B. Föbel- und Bascetta Stern

montags, den 23.08. – 06.09. – 20.09. – 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 30.08. – 13.09. – 27.09. – 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

Anmeldung bis 01.08.2010 unter 68 83 55 oder E-Mail: rennfelti@aol.com

Holweide liest

Freitag, den 03. September 2010 um 19.30 Uhr

Zum 200. Geburtstag von Robert Schumann (1810 – 1856)

...und meine Seele spannte weit ihre Flügel aus...

Robert Schumann, einer der bedeutendsten Komponisten der deutschen Hochromantik, ist Thema dieses Abends.

Gesang: Katrin Bössow **Klavier:** Eleonore Klauser **Lesung:** Team „Holweide liest“

Ort: Altenheim St.Anno, Piccoloministr.291, 51067 Köln (Holweide)

Der Eintritt ist 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

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

Veranstaltung des Aktionskreis 3.Welt Holweide

Aktionstag am 05.09.2010 von 12 – 18 Uhr um die alte Bücherei Maria Himmelfahrtstr.

Es gibt Essen, Trinken, Infos, Verkaufsstände, eine Dampflok mit der man rund um die Isenburg fahren kann.

Freitag, 24.09.2010 20.00 Uhr Gesamtschule Holweide Konzert: Tommy Engel

Kontakt: Tel. 0221- 63 14 93 Info: www.aktionskreis-holweide.de

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

Fahrrad - Touren

Sonntag, 04.Juli 2010, 11.00 Uhr

Durch den Dünwald Wald, vorbei am Hornpottsee fahren wir zum Sportflugplatz Leverkusen.
Dort Einkehr. Ca 25 km.

Sonntag, 08. August 2010, 11.00 Uhr

Wir fahren in und durch die Wahner Heide. Einkehr. Ca 25 km

Kontakt: Gerhard Weber Tel: 63 34 25

Lesewerkstatt

„ Tauchen Sie ein in Gedichte die jeder kennt oder auch nicht. Zu immer wechselnden Themen werden Gedicht- und Kurzprosa-Programme zusammengestellt, die dann auch zu verschiedenen Anlässen vor Publikum vorgetragen werden.

Schauen Sie doch einfach mal rein.

von 10-11.30 Uhr

22.07. – 29.07. – 05.08.- 12.08. – 19.08. – 26.08. – 02.09. – 09.09.

Auskunft erteilt: Ulrike Wittmann Tel: 680 67 13

Der Diabetiker - Kreis Köln – Dellbrück/Holweide

lädt alle Interessierten herzlich ein:

07.07.10 19.00 Uhr Notwendiges Basiswissen für jeden Diabetiker. Referentin Dr. Christa Hornung DDG

01.09.10 19.00 Uhr

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

Änderung im Vorstand vom SeniorenNetzwerk Holweide e.V.

Frau Brigitte Fleischer ist aus gesundheitlichen Gründen aus dem Vorstand ausgeschieden. Für ihre Arbeit sagen wir herzlichen Dank.

Für Sie wurde Ulrich Kirfel Tel: 69 14 58 von den Mitgliedern neu in den Vorstand gewählt.

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 diese Infoblätter erscheinen alle drei Monate – Auflage: 1.000 – alle Daten ohne Gewähr –

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 15.09.2010, Mail: vorstand@seniorennetzwerk-holweide.de