



„Aktiv Leben“

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

„Café KlatschMohn“ Berg. Gladbacher Str. 499

Öffnungszeiten

Vom **1. Oktober – 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. Okt. Kölsches Oktoberfestfrühstück
- 16. Nov. Ab 11 Uhr Gedanken zur Bestattung
- 21. Dez. Weihnachtliches Frühstück

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.

- 05. Okt. KVB Thielenbruch, Schulung für Senioren, Praxistest
- 02. Nov. Müngersdorf, Adenauer Weiher
- 07. Dez. Waffelstube Dellbrück

Anmeldung bis 30.11.2011

Treffpunkt: 13.00 Uhr Haltestelle Maria Himmelfahrt

Kontakt: Kathi Kirfel Tel: 69 14 58

Kreativkreis

Rund um Wolle und Papier Techniken aller Art.

In fröhlicher Rund treffen wir uns immer **montags von 10.30 – 12.30 Uhr**

17.10.2011 – 31.10.2011 – 14.11.2011 – 28.11.2011 – 12.12.2011

Ort: Café KlatschMohn, Berg. Gladbacher Str. 499

Kontakt: Renate Feldmann Tel: 68 83 55

Digitale Kamera für Anfänger 2

Unkostenbeitrag 20,00 €

Meine Fotos sollen noch schöner werden. Alles zur Bildbearbeitung. Erstellen eines Fotoalbums.

Wir treffen uns immer **freitags, von 10.30 – 12.30 Uhr**

Termine: 14.10.2011 – 28.10.2011 – 11.11.2011 – 25.11.2011 – 09.12.2011- 13.01.2012

Ort: Café Klatschmohn, Berg. Gladbacher Str. 499

Kontakt: Renate Feldmann Tel: 68 83 55

E- Mail: rennfelti@aol.com

Holweide liest

Freitag, 18. November 2011 um 19.30 Uhr

Maarten ´t Hart: Unterm Scheffel

Lesung mit dem Übersetzer Gregor Seferens

Wie ein Blitz schlägt die Liebe bei Alexander Goudveyl ein: Als die junge Frau sein Haus betritt, lässt er jeden Ehelichen Vorsatz fallen, um sie zu besitzen.

Glänzend beschreibt Maarten ´t Hart den donquichottesken Kampf um die große Liebe.

Ort: Café KlatschMohn, Berg. Gladbacher Str. 499 51067 Köln / Holweide)

Freitag, den 09. Dezember 2011 um 19.30 Uhr

Alle Jahre wieder- Heiteres und Besinnliches zur Adventszeit

Kurt Zirpins

Mitten im Advent hat Kurt Zirpins für uns eine Lesung zusammengestellt: Die Texte über das bevorstehende Weihnachtsfest sind teils heiter, teils satirisch, und teils lustig. Sie sparen auch Deutschlands dunkle Zeit nicht aus.

Kurt Zirpins liest auf hochdeutsch und in rheinischer Mundart.

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

**Über Spenden freuen wir uns.
Der Eintritt ist frei**

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: Erika Bey 63 22 01 Ulrich Kirfel 69 14 58

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

Freitag, 25. November 2011, 20.00 Uhr, Krankenhaus Holweide, Hörsaal

Wanninger & Rixmann „Das neue Programm“

Kartenvorbestellungen: Tel: 0221 – 63 14 93 e-mail: bgenau@t-online.de

Informationen über diesen Verein und **aktuelle** Veranstaltungen erhalten Sie auch im Internet unter www.aktionskreis-holweide.de

Demenz Beratung für pflegende Angehörige

Jeden **1. Mittwoch im Monat von 15 – 16 Uhr im Café KlatschMohn** Berg. Gladbacher Straße 499

Frau Krämer und Frau Marohn beraten in Pflegefragen und in sozialen, finanziellen Bereichen.

Kontakt: Frau Krämer Tel 68 02 892

Der Diabetiker – Kreis Köln-Dellbrück/Holweide

Lädt alle Interessierten herzlich ein:

05.10.2011 Magen und Darm – Beim Diabetiker von besonderem Interesse!

Referent: Dr. Reinhard Künstler, Diabetologe DDG

07.12.2011 Mögliche Schilddrüsenerkrankungen bei Diabetes Mellitus

Referentin: Dr. Mechtild Hülst von Schlabrendorff, Fachärztin für Endokrinologie

Ort: Café KlatschMohn Berg. Gladbacher Straße 499 19 Uhr Auskunft erteilt: Ursula Breitbach Tel: 68 30 64

Workshop Digitalkamera

Unkostenbeitrag 20.00 €

Fotos und Videos erstellen und bearbeiten. Open Office Zeichnung weiter kennenlernen. Das Fotobuch erarbeiten.

Wir treffen uns **montags, von 10.30 – 12.30 Uhr**

Termine: 10.10.2011 – 24.10.2011 – 07.11.2011 – 21.11.2011 – 05.12.2011 – 19.12.2011

Ort: *Café KlatschMohn* Berg. Gladbacher Straße 499

Ansprechpartnerin: Renate Feldmann Tel.: 68 83 55 oder E-Mail: rennfelti@aol.com

Kölsch schwaade mit Senioren

Wir wollen op kölsch schwaade und uns unterhalten und auch Imis für die Sprache erwärmen.

Stadtgeschichte, Originale, Brauchtum

Machen Sie mit! Kölsche und Imis. Jeder ist willkommen.

10.30 – 12.30 Uhr

Treffen: 12.10. – 09.11. – 14.12.

Ort: Café KlatschMohn Berg. Gladbacher Str. 499

Renate Feldmann Te.: 68 83 55

Ökumenischer Hospitzdienst

Köln Dellbrück/ Holweide

Wir sind da für Schwerstkranke, Sterbende und deren Angehörige. Wir informieren über Möglichkeiten der Schmerztherapie. Wir stehen Trauernden bei. Wir informieren und unterstützen Sie, um Sterben zuhause möglich zu machen.

Ulrike Lehnert Tel: 0221-16 90 64 88 auch AB

Handy: 0152-03 69 94 07

Sprechstunde: Di – 10 – 12 Uhr

oder Diakoniebüro der Paulskirche

0221-68 43 30 auch AB

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 – alle Daten ohne Gewähr –

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 15.12.2011, Mail: vorstand@seniorennetzwerk-holweide.de