



SeniorenNetzwerk Braunsfeld

Treffpunkt der Generationen

Infoblatt 9

Juli - September 2018



Auf dem Braunsfelder Wochenmarkt – Foto von Helga Helbig

Geschenk an Braunsfeld

Ein Wochenmarkt im Stadtwald

Mit Flair des Südens

Haiku von Amelie Deutgen



Vortrag: Erlebnisse auf dem Jakobsweg

Kalle Schröder erzählt über seine Wanderung

Am Freitag, den 13. Juli 2018 um 19 Uhr
im **ZeitGeist Kulturzentrum**

Was braucht es, um nach Santiago de Compostella zu gehen....?

Weder „Hals über Kopf“ noch, „Ich bin dann mal weg“, sind das Zeitmaß für Wege.

Zumal, wenn diese scheinbar kaum zu schaffen scheinen, jedoch endlich lang sind.

Selbstbetrachtung, Einschätzung, Planung, Zuversicht, gediegenes Handeln, Mut, Lust. Viel mehr noch. ...sollte es sein.

Diesen Weg macht man allein. Ohne Zwang. Ohne Eile. Den frohen Blick nach vorn gerichtet.

So wurden dann 79 Tage daraus.



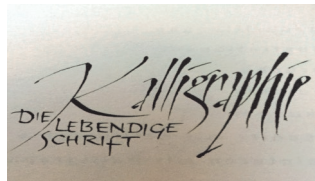
Kalligraphie

Die Kalligraphie bietet mehrere Möglichkeiten des **Schreibens**, um eine künstlerische Handschrift zu entwickeln. Es ist eine lebendige Schrift, die für jeden erlernbar ist. In diesem Kursus soll die Kunst vermittelt werden, mit Pinsel und Feder die verschiedenen Schriftarten und Gestaltungsmöglichkeiten auszuführen.

Helga Helbig Tel: 0151-50619500

Mail: helbighelga@web.de

ZeitGeist - Kulturzentrum
dienstags 17:00 - 18:00 Uhr





SeniorenNetzwerk - Vollversammlung und Grillfest, 14.6.2018

von Ingrid Westbrock

„Ich bin gekommen, um zu gehen...“, mit diesem Grußwort eröffnete die hauptamtliche Koordinatorin Sabine Kistner-Bahr vom Diakonischen Werk Köln und Region die Versammlung. Sie gab zunächst einen Rückblick auf die Geschichte des SeniorenNetzwerks Braunfeld. Doch nicht der Rückblick, sondern der Blick in die Zukunft, stand an diesem Tag auf dem Programm. Dazu gehörte die Frage, wie es **weiter gehen soll**.

Soll „ZeitGeist“ der Kooperationspartner vor Ort werden?

Hier war eine eindeutige Mehrheit dafür.

Soll bis auf Weiteres das Diakonische Werk die Verwaltung von Zuschüssen der Stadt Köln übernehmen?

Diese Frage wurde von den Teilnehmern einstimmig mit ja beantwortet.

Wer ist bereit, bei der Selbstorganisation mitzuarbeiten?

Hier steht die bereits arbeitende Planungsgruppe des Senioren Netzwerkes in der Verantwortung.

Dass das **Miteinander in Netzwerk und Verein** funktioniert, zeigte sich auch daran, dass viele der Teilnehmer für das anschließende Grillfest für das leibliche Wohl gesorgt hatten. Salate, Würstchen und andere Leckerbissen. Nur das Wetter spielte leider nicht mit. Die gute Laune ließen sich alle davon jedoch nicht verderben.

Kunst-Kultur Veranstaltungen

Samstag, 18.08.2018

Führung durch die Ausstellung

„Die Kraft des Mythos“ - Deutsche Legenden seit 1945

Haus der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland

Weitere Informationen werden rechtzeitig Im Schaukasten vor ZEITGEIST-Kulturzentrum bekannt gegeben.

Verbindliche Anmeldung telefonisch bei: Ingrid Bröking, Tel.: 0221/ 42 75 80

MO	Computerkurs für Anfänger Jede Woche nachmittags	Hermann Neukirchen Tel: 96267040 h.neukirchen@gmx.de	ZeitGeist Kulturzentrum
	Schreibwerkstatt Autobiographisches Schreiben 1 x monatlich 14:30 - 16:30 Uhr	Michael Krupp Tel: 4715936 mikrupp@gmx.de	Anne-Frank-Haus
	Qi Gong 16.30 - 17:30 Uhr	Ilse Thal Tel: 4971606 hans.thal@gmx.de	Pfarrzentrum St. Joseph
DI	Netzwerk-Sprechstunde Jede Woche 15:00 - 17:00 Uhr	Sabine Kistner-Bahr Tel: 16038-50 sabine.kistner-bahr@diakonie-koeln.de	ZeitGeist Kulturzentrum
	Bücherstube 15:00 - 17:00 Uhr	Winfried Geisselbrecht, Tel: 493771	ZeitGeist Kulturzentrum
	Kalligraphie 17:00 - 18:00 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	ZeitGeist Kulturzentrum
	Tanzen für Singles 17:30 - 18:30 Uhr	Helga Schütte Tel: 4060905 helgaschuette@googlemail.com	Pfarrzentrum St. Joseph
MI	Schreibwerkstatt Kreatives Schreiben 1 x monatlich, 10:00 - 12:00 Uhr	Michael Krupp Tel: 4715936 mikrupp@gmx.de	Anne-Frank-Haus
	Wandern Alle 14 Tage um 10:00 Uhr	Hedi Krumm Tel: 494732 hedi.krumm@t-online.de	Vor dem Pfarrzentrum St. Joseph
	YOGA für Senioren Jede Woche 16:30 - 17:30 Uhr	Mareike Gerlach mail@yogalaune.com Sabine Kistner-Bahr Tel: 16038-50	ZeitGeist Kulturzentrum

Hinweis: je nach Aktivität werden die Kosten auf die Teilnehmer umgelegt. Bitte bei den Ansprechpartnern nachfragen.



DO	Planungsgruppe 11:00 - 13:00 Uhr alle 4 - 6 Wochen	Sabine Kistner-Bahr Tel: 16038-50 sabine.kistner-bahr @diakonie-koeln.de	ZeitGeist Kulturzentrum
	Spiele Café Brett- und Kartenspiele ab 15:30 Uhr	Annelie Radermacher Tel: 4911741 annelie_radermacher @yahoo.de	Ev. Gemeinde- haus
	Mal-Atelier Jeden Donnerstag 15:30 - 17:30 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	ZeitGeist Kulturzentrum
	„Aktive Männer“ Letzter Donnerstag im ungeraden Monat 19:30 Uhr	Gemeindebüro Tel: 494926	Ev. Gemeinde- haus
	Qi Gong 17:45 - 18:45 Uhr	Ilse Thal Tel: 4971606 hans.thal@gmx.de	ZeitGeist Kulturzentrum
	Stammtisch Jede Woche 18:00 Uhr	Marlena Baehr Tel: 517539 marlena.baehr @gmail.com	Gaststätte Zirkel
FR	Singkreis 1. Freitag im Monat 15:00 Uhr	Barbara Vorbrodt Tel: 494691 Irene Heutz Tel: 4971474	ZeitGeist Kulturzentrum
SA		Sonderveranstaltungen werden aktuell bekannt gegeben	
SO	FILMCAFÉ i.d.R. jeden 1. Sonntag im Monat 18:00 - 21:00 Uhr	Dr. Hildegard Böhmer Tel: 411502 hildegard.boehmer @t-online.de	ZeitGeist Kulturzentrum

Ev. Gemeindehaus	→	Christian-Gau-Straße 51
Pfarrzentrum St. Joseph	→	Wiethasestraße 54
Zeitgeist - Kulturzentrum	→	Wiethasestraße 52
Gemeinschaftsraum Clarenbachstift	→	Peter-von-Fliesteden-Str. 1
Anne-Frank-Haus	→	Peter-von-Fliesteden-Str. 4
Gaststätte Zirkel	→	Braunstraße 20

Professionelle kostenlose Beratung bei Veränderungen

Die Lebensmitte - aktiv, kreativ, selbstbestimmt und gesund gestalten

Entscheidungen stehen über die Zukunft an, Ziele werden neu justiert:

- Berufliche Aufgaben und Projekte
- Ausstieg aus dem Berufsleben, Wechsel in Altersteilzeit oder Rente
- Private Neuorientierung
- Gesünder leben , aber wie?

Kennenlernen, Themen – und Auftragsklärung und ein einstündiges Coaching mit Felix Brode (Berater, Coach, Trainer), Termine nach Vereinbarung.

Infos und Kontakt: Felix Brode, Tel: 0179 3290309, hansfelixbrode@me.com; www.felixbrode.de



Bücherstube im ZeitGeist Kulturzentrum

Was Sie schon immer lesen wollten
Belletristik
Krimis aus Ihrer Urlaubsregion
Bildbände....

Schauen Sie einfach mal bei uns rein:
Dienstags geöffnet (außer dem 1. Di im Monat)
von 15:00 - 17:00 Uhr

Kontakt: Winfried Geisselbrecht, Tel: 493771



Literaturkreis - Buchbesprechungen

19. Juli: Siri Hustvedt, Gleißende Welt

Kontakt: Renate Becker-Barthold, Tel: 9472954



Stammtisch

Klönen, planen, feiern...
 Für Menschen die Spaß an Gesprächen
 und Geselligkeit haben.
 Jeden Donnerstag um 18 Uhr
 in der Gaststätte „Zirkel“, Braunstraße 20
 Kontakt: Marlena Baehr Tel: 517539,
 Email: marlena.baehr@gmail.com



Weitere Informationen zu allen Aktivitäten und Veranstaltungen erhalten Sie auf unserer Homepage

www.unser-quartier.de/braunsfeld

Hier können Sie auch unseren Newsletter abonnieren und erhalten so Informationen zu neuen Aktivitäten oder aktuellen Veranstaltungen.

Netzwerkkoordination

Sabine Kistner-Bahr
 Diakonisches Werk Köln und Region-
 Kartäusergasse 9-11, 50678 Köln
 Tel: 0221-16038-50
 Mobil: 0163-7117588
 Email: sabine.kistner-bahr@diakonie-koeln.de
 Sprechstunde: Dienstag 15-17 Uhr
 im **ZeitGeist**-Kulturzentrum

Kölsch Hätz

Wiethasestr. 65
 50933 Köln-Braunsfeld
 Tel. 0221 – 94 96 98 75
 Email: info@koelschhaetz.de

Sprechzeiten:

Montag 17:00 Uhr - 18:30 Uhr
 Mittwoch 10:00 Uhr - 12:00 Uhr

Seniorenvertretung

Uta Grimbach-Schmalfuß
 Aachener Str. 220 (Bezirksrathaus)
 50933 Köln, Zimmer 400
 Tel.: 0221 / 221 -93254
 Email: svk.lindenthal@stadt-koeln.de
 Sprechzeiten:
 1. u. 3. Montag im Monat, 10-12 Uhr

Seniorenberatung

ASB

Andrea Knelangen, Tel:221-93225
 Almut Cammann und Bettina Schloz,
 Tel: 66007-195

Caritasverband

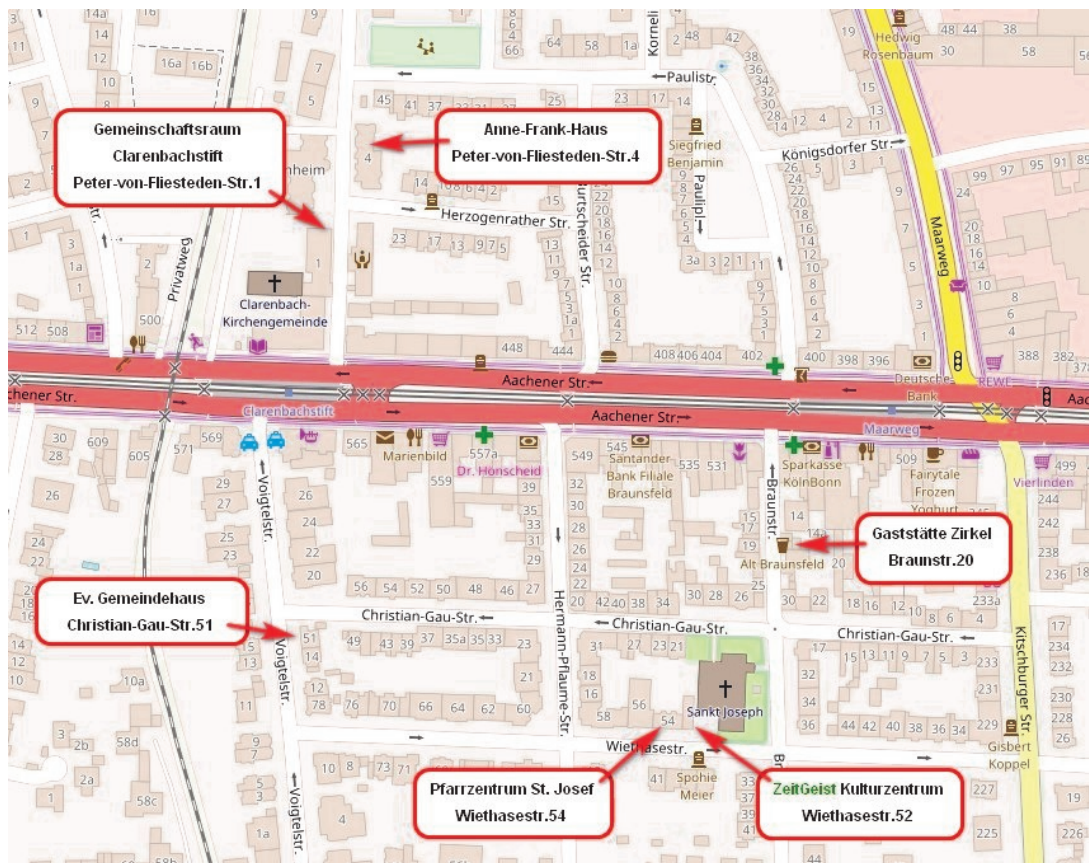
Lisa Lassau, Tel: 94102989

Diakonie Köln und Region

Kerstin Prenzel, Tel: 8601516



Hier finden Veranstaltungen des SeniorenNetzwerkes Braunsfeld statt.



Die Teilnahme an Veranstaltungen des SeniorenNetzwerkes finden auf eigene Verantwortung statt.

Aktuelle Informationen unter:

www.unser-quartier.de/braunsfeld

