



Trifft  
sich gut.  
Senioren  
Netzwerke  
Köln

# SeniorenNetzwerk Braunsfeld

## Treffpunkt der Generationen

Infoblatt 16

April - Juni 2020

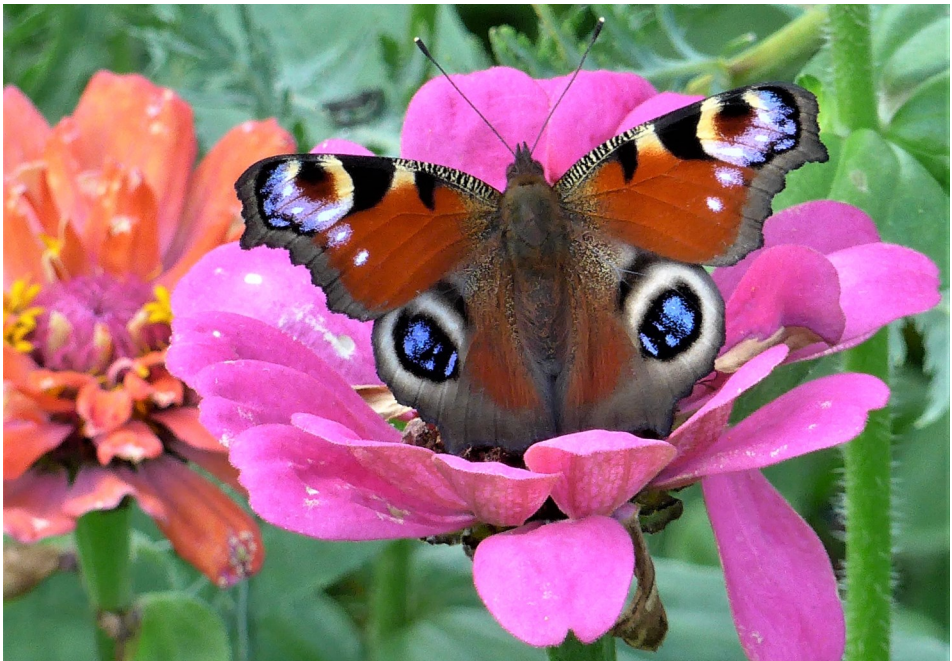


Foto: Ingrid Sternberg

*Tagpfauenauge  
Erwacht aus einem Kokon  
Frühling erwartend*

Haiku von Sabine Schulz



## „Elfchen“ aus dem Kurs „Kreatives Schreiben“

*Elfchen sind Kurzgedichte, die aus 11 Worten bestehen.*

*1. Zeile ein Wort, 2. Zeile zwei Worte usw.*

*Das 11. Wort in der letzten Zeile ergibt das Fazit der vorherigen.*

Schneeglöckchen  
jungfräulich zart  
das erste Grün  
ein Fremdkörper im Vorgarten  
Erwachen

**Ulla Michovius**



Blumen  
erblühen neu  
überall im Grünen  
ich erwache zum Leben  
Sehnsucht

**Sabine Kulik-Kechlok**



Sylt  
Sonne, Wind  
gute Meeresluft genießen  
durch den Sand laufen  
Nordsee-Erholung

**Beate Bernecker**



Sommer  
weiße Wolkenschiffe  
schweben am Himmel  
ich schaue ihnen hinterher  
Sehnsucht

**Elisabeth Meiners**



**Liebe Seniorinnen und Senioren,**

**aufgrund der Entwicklung der Corona-Pandemie möchten wir Sie darüber informieren, dass bis auf weiteres sämtliche Angebote des SeniorenNetzwerks ausfallen, auch Tagesfahrten und andere Angebote, die außerhalb der Räumlichkeiten des SeniorenNetzwerks stattfinden.**

**Aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Homepage [www.unser-quartier.de/braunsfeld](http://www.unser-quartier.de/braunsfeld) und im Schaukasten vor der Kita „Liebevolle Kinderzeit“ in der Wiethasestraße 52.**

**Wir wünschen Ihnen allen eine gute Zeit, passen Sie auf sich auf und kommen Sie gesund durch diese ungewöhnlichen nächsten Wochen.**

### **Veranstaltungen der Buchhandlung Klinski**

**Lesung am Mittwoch, 6. Mai 2020 um 20 Uhr**

**Pierre Jarawan  
„Ein Lied für die Vermissten“**

Pierre Jarawan, Autor, Bühnenliterat und Poetry Slammer, ist an diesem Abend mit seinem neuen Roman zu Gast.

\*\*\*\*\*

**2. Kölner Literaturnacht am Samstag, 9. Mai 2020  
um 17 Uhr und 19 Uhr (Dauer jeweils ca. 1 Std.)**

**„Do simmer dabei. Aber ist es auch prima?“  
Andreas Rossmann und Knut Pries  
über Kölner Ansichten und Aussichten**

Mit Andreas Rossmann (»Das kann nur Köln sein. Ein Glossar«) und Knut Pries (»klatsch! Klartext für Köln«).

**Nähere Informationen und Tickets erhalten Sie in der Buchhandlung Klinski in Braunsfeld, Aachener Str. 529, 50933 Köln  
Tel. 0221-9416527 - [www.buchhandlung-in-braunsfeld.de](http://www.buchhandlung-in-braunsfeld.de)**

<b>MO</b>	<b>Computerkurs für Anfänger</b> Nachmittags	Hermann Neukirchen Tel: 96267040 h.neukirchen@gmx.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	<b>Schreibwerkstatt</b> Autobiografisches Schreiben 1x im Monat 10:00 - 12:00 Uhr	Michael Krupp Tel: 4715936 mikrupp@gmx.de	Anne-Frank- Haus
	<b>Qi Gong</b> 16:30 - 17:30 Uhr	Ilse Thal Tel: 4971606 hans.thal@gmx.de	Pfarrzentrum St. Joseph
<b>DI</b>	<b>Netzwerk-Sprechstunde</b> 15:00 - 17:00 Uhr	Kontakt: Tel: 0178-3032122 seniorenbraunsfeld @gmx.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	<b>Bücherstube</b> 15:00 - 17:00 Uhr	Ingeborg Steck Tel: 01575-1334702 isteck@freenet.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	<b>Kalligraphie</b> 17:00 - 18:00 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	<b>Tanzen für Singles</b> 17:30 - 18:30 Uhr	Helga Schütte Tel: 4060905 helgaschuette @googlemail.com	Pfarrzentrum St. Joseph
<b>MI</b>	<b>Schreibwerkstatt</b> Kreatives Schreiben 1x im Monat 10:00 - 12:00 Uhr	Michael Krupp Tel: 4715936 mikrupp@gmx.de	Anne-Frank- Haus
	<b>Wandern</b> Alle 14 Tage um 10:00 Uhr	Hedi Krumm Tel: 494732 hedi.krumm@t-online.de	Vor dem Pfarrzentrum St. Joseph
	<b>YOGA für Senioren</b> 16:30 - 17:30 Uhr	Mareike Gerlach mail@yogalaune.com Tel: 0176-56984644	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52

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

<b>DO</b>	<b>Spiele Café</b> Brett- und Kartenspiele ab 15:30 Uhr	Annelie Radermacher Tel: 4911741 annelie_radermacher @yahoo.de	Ev. Gemeinde- haus
	<b>Mal-Atelier</b> 15:30 - 17:30 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	<b>„Aktive Männer“</b> Letzter Donnerstag im ungeraden Monat 19:30 Uhr	Gemeindebüro Tel: 494926	Ev. Gemeinde- haus
	<b>Literaturkreis</b> Termine: siehe Vorschau im Heft	Renate Becker-Barthold Tel: 9472954	Ev. Gemeinde- haus
	<b>Stammtisch</b> 18:00 Uhr	Marlena Baehr Tel: 517539 marlena.baehr @gmail.com	Rest. Braunsfeld
<b>FR</b>	<b>Singkreis</b> 1. Freitag im Monat 15:00 Uhr	Barbara Vorbrodt Tel: 494691 Irene Heutz Tel: 4971474	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
<b>SA</b>		Sonderveranstaltungen werden aktuell bekannt gegeben	
<b>SO</b>	<b>Filmcafé</b> i.d.R. jeden 1. Sonntag im Monat von 18:00 - 21:00 Uhr	Dr. Hildegard Böhmer Tel: 411502 hildegard.boehmer @t-online.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52

Ev. Gemeindehaus  
Pfarrzentrum St. Joseph  
SeniorenNetzwerk Braunsfeld  
Gemeinschaftsraum Clarenbachstift  
Anne-Frank-Haus  
Restaurant Braunsfeld

→ Christian-Gau-Straße 51  
→ Wiethasestraße 54  
→ Wiethasestraße 52  
→ Peter-von-Fliesteden-Straße 1  
→ Peter-von-Fliesteden-Straße 4  
→ Aachener Straße 537

## Orangenkuchen von Margaretha Serrano

### Zutaten:

200 g Mehl	2 Orangen
200 g Zucker	1 TL Backpulver
200 g Butter	1 Prise Salz
4 Eier	2 EL Cointreau
150 g Mandeln	



### Für die Glasur:

150 g Puderzucker  
2 - 3 EL Cointreau

Butter weich schlagen, Zucker zugeben, schaumig schlagen, Salz und Eier zufügen, weiter schaumig schlagen, geraspelte Mandeln, Orangensaft und -schale, Cointreau zufügen, nach und nach Mehl mit Backpulver einrühren, ca. 50 Min unterste Stufe 180°

Mit Mandelblättchen und glasierten Orangenscheiben garnieren



## Rezept für die Spargelzeit empfohlen von Ingrid Sternberg

Ungeschälten grünen und/oder geschälten weißen Spargel in 3 - 4 cm lange Stücke schneiden. Olivenöl in einer ausreichend großen Pfanne erhitzen. Den Spargel hinzufügen und unter ständigem Wenden so lange anbraten, bis er von allen Seiten gebräunt ist. Das dauert etwa 20 Minuten. Anschließend schwarze Kalamata-Oliven und kleine Cocktailtomaten hinzugeben, nicht zu sparsam salzen, pfeffern und das Ganze weiter unter ständigem Wenden in der Pfanne anbraten lassen. Einen Teelöffel Zucker hinzufügen. Zum Schluss einen guten Schluck Olivenöl darüber gießen und sofort servieren. Am besten schmeckt dazu Baguette oder Ciabatta. Guten Appetit!

## Bücherstube im SeniorenNetzwerk

### Lesen Sie gerne?

Die Bücherstube im **SeniorenNetzwerk** Wiethasestr. 52 hat bestimmt etwas für Sie: Belletristik, Krimis, Bildbände ....

Dienstags geöffnet: 15:00 - 17:00 Uhr

**Kontakt: Ingeborg Steck, Tel: 01575-1334702**



## Literaturkreis im Ev. Gemeindehaus

### Buchbesprechungen

23.04.2020, 19 Uhr: Laetitia Colombani „Der Zopf“

28.05.2020, 19 Uhr: Mariana Leky „Was man von hier aus sehen kann“

**Infos bei Renate Becker-Barthold, Tel: 9472954**



Unter dem Motto „Weggeworfen“ ein Beispiel aus unserer **Malgruppe**, demnächst mehr Bilder auf unserer Homepage

[www.unser-quartier.de/braunfeld](http://www.unser-quartier.de/braunfeld)

## Kunst-Kultur-Veranstaltungen

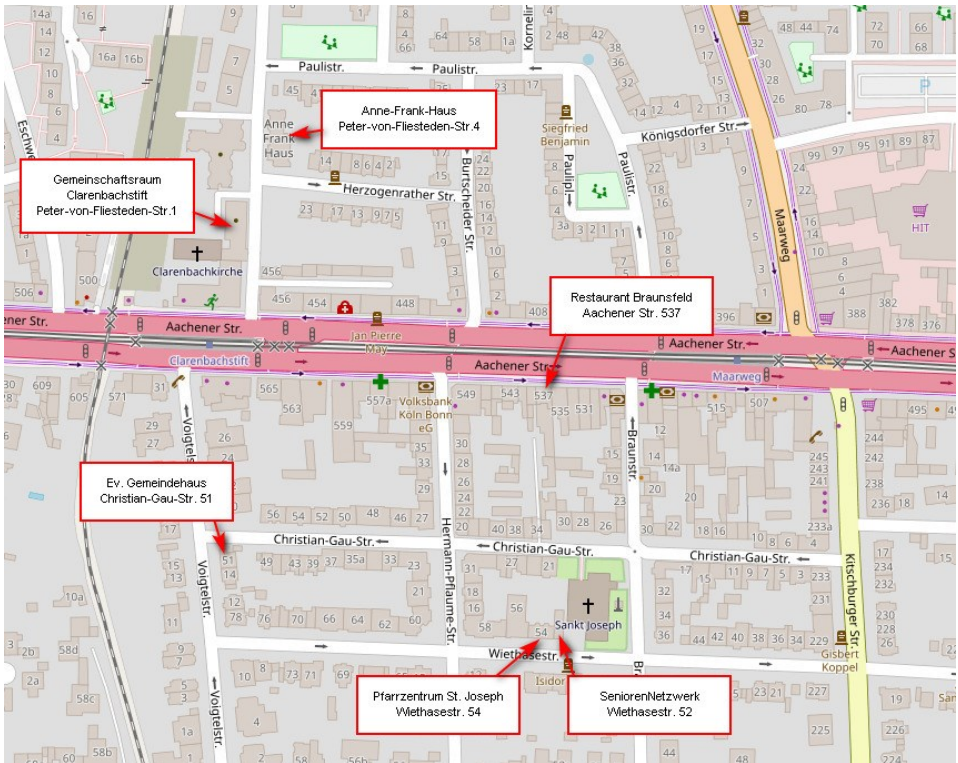
**25.04.2020** Führung durch die „**Beethovenausstellung**“  
**12:00 Uhr** Bundeskunsthalle, Bonn  
Die Führung dauert 90 Minuten

Weitere Informationen werden rechtzeitig im Schaukasten vor der Wiethasestr. 52 bekannt gegeben.

**Verbindliche Anmeldung bei I. Bröking, Tel: 0221-427580**



Hier finden die Veranstaltungen des SeniorenNetzwerkes Braunsfeld statt:



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

Aktuelle Informationen unter:

[www.unser-quartier.de/braunsfeld](http://www.unser-quartier.de/braunsfeld)

