



Trifft
sich gut.
Senioren
Netzwerke
Köln

SeniorenNetzwerk Braunsfeld

Treffpunkt der Generationen

Infoheft 17

Juli - September 2020

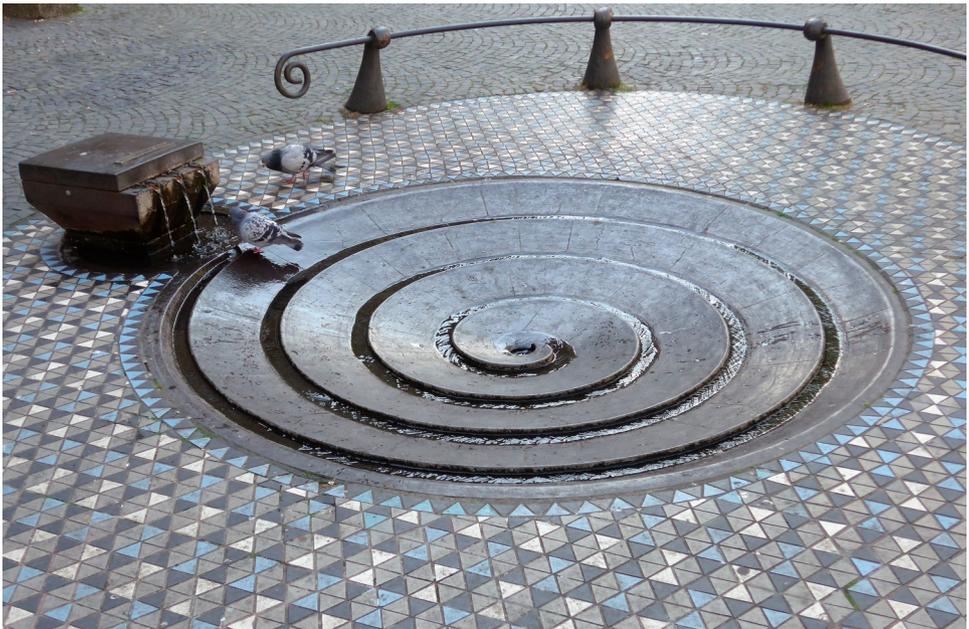


Foto von Ingrid Sternberg

*Gedanken kreisen
nach innen oder außen
suchen Zuversicht*

Haiku von Amelie Deutgen



Liebe Seniorinnen und Senioren,

die bisherigen Einschränkungen während der Corona-Krise werden ja zum Glück immer mehr gelockert, allerdings dürfen nur Kurse mit einer kleineren Teilnehmerzahl mit dem nötigen Abstand wieder stattfinden. Die schon feststehenden Änderungen bezüglich Zeit und Ort sind in der Tabelle im Mittelteil dieses Heftes rot markiert. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die entsprechenden KursleiterInnen.

Aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Homepage „www.unser-quartier.de/braunfeld“ und im Schaukasten vor der Kita „Liebevolle Kinderzeit“ in der Wiethasestraße 52.

Zukünftig möchten wir Ihnen in jedem Heft Anregungen zum „Nachmachen“ geben, sei es kulturell oder kulinarisch. Lassen Sie sich überraschen!

Wir wünschen Ihnen eine gute Zeit und freuen uns darauf, Sie bald alle gesund wiederzusehen.

Liebe Kunst-Kultur Freunde!

Leider war es uns aufgrund Corona nicht möglich, die Beethoven-Ausstellung in Bonn zu besuchen!

Als Vorabinformation möchte ich mitteilen, dass ich, sobald es möglich sein wird, das „**Willy Brandt Forum Unkel / Museum zur Zeitgeschichte**“ in der Planung habe. Anschließend haben wir die Möglichkeit zu einer Einkehr in einem urigen Weinlokal in Unkel!

Nun hoffe und wünsche ich sehr, dass ihr/Sie alle noch vom Virus verschont seid und freue mich schon heute auf ein hoffentlich gesundes Wiedersehen.

Herzliche Grüße
Ingrid Bröking
Netzwerkerin Kunst/Kultur

Literaturkreis im SeniorenNetzwerk

Buchbesprechungen

25.06.2020, 19:00 Uhr: Laetitia Colombani „Der Zopf“
Termin noch offen: Mariana Leky „Was man von hier aus
sehen kann“

Der Termin für den 2. Text wird beim nächsten Treffen abgestimmt und per Aushang bekannt gegeben.

Wegen der notwendigen Abstandshaltung findet der Literaturkreis zurzeit im SeniorenNetzwerk Wiethasestr. 52 statt.

Kontakt: Renate Becker-Barthold, Tel: 9472954

Unser Tipp

Graffiti-Tour durch Ehrenfeld

Köln ist heute eine der deutschen Street-Art-Hochburgen. Insbesondere im **Stadtteil Ehrenfeld** gehören die großflächigen Murals zum Stadtbild. Bemerkenswert ist, dass gute Graffiti nicht von anderen „Künstlern“ übermalt werden - da wird Qualität in der Szene geschätzt und geschützt!



Eine Graffiti-Tour in Ehrenfeld kann man problemlos zu Fuß bestreiten. Rund um den Ehrenfelder Bahnhof gibt es schon so vieles zu sehen, dass man für Stunden Corona vergessen kann und aus dem Staunen nicht mehr herauskommt.

Auf folgender Internetseite findet Ihr die Beschreibungen zu interessanten Murals: <https://koeln.mitvergnuegen.com/2018/11-murals-in-ehrenfeld-die-ihr-kennen-solltet/>

MO	Computerkurs für Anfänger Nachmittags	Hermann Neukirchen Tel: 96267040 h.neukirchen@gmx.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Schreibwerkstatt Autobiografisches Schreiben 1x im Monat 11:00 - 13:00 Uhr	Michael Krupp Tel: 4715936 mikrupp@gmx.de	Rest. Napoli, Friedrich-Schmidt-Str. 99
	Qi Gong 16:30 - 17:30 Uhr	Ilse Thal Tel: 4971606 hans.thal@gmx.de	Pfarrzentrum St. Joseph
DI	Netzwerk-Sprechstunde Zurzeit nur telefonisch	Kontakt: Tel: 0178-3032122 seniorenbraunsfeld@gmx.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Bücherstube 16:00 - 17:00 Uhr	Ingeborg Steck Tel: 01575-1334702 isteck@freenet.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Kalligraphie 17:00 - 18:00 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Tanzen für Singles 17:30 - 18:30 Uhr	Helga Schütte Tel: 4060905 helgaschuette@googlemail.com	Pfarrzentrum St. Joseph
MI	Schreibwerkstatt Kreatives Schreiben 1x im Monat 11:00 - 13:00 Uhr	Michael Krupp Tel: 4715936 mikrupp@gmx.de	Rest. Napoli, Friedrich-Schmidt-Str. 99
	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 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.

DO	Spiele Café Brett- und Kartenspiele ab 15:30 Uhr	Annelie Radermacher Tel: 4911741 annelie_radermacher @yahoo.de	Ev. Gemeinde- haus
	Mal-Atelier 16:00 - 18:00 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	„Aktive Männer“ Letzter Donnerstag im ungeraden Monat 19:30 Uhr	Gemeindebüro Tel: 494926	Ev. Gemeinde- haus
	Literaturkreis Termine: siehe Vorschau im Heft	Renate Becker-Barthold Tel: 9472954	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	Stammtisch 18:00 Uhr	Marlena Baehr Tel: 517539 marlena.baehr @gmail.com	Rest. Braunsfeld
FR	Singkreis 1. Freitag im Monat 15:00 Uhr	Barbara Vorbrodt Tel: 494691 Irene Heutz Tel: 4971474	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
SA		Sonderveranstaltungen werden aktuell bekannt gegeben	
SO	Filmcafé 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

Neues aus unserem „Malstudio“

Passend zur aktuellen Situation möchten wir Ihnen gerne ein weiteres Bild aus unserem Malstudio vorstellen, welches zum Thema „Ausgegrenzt“ entstanden ist.



Unser Tipp

Corona-Salat

Dieser köstliche Salat hat natürlich nichts mit dem grässlichen C-Virus zu tun, sondern mit der antiken Göttin Corona, weshalb er zur Stärkung des Immunsystems beiträgt.

Ausgedacht von Renate Becker-Barthold

Für zwei Personen:

½ Fenchel, ½ Bund Rucola, Radicchio, entsprechend portionieren. Klein schneiden. 1 Orange und 1 Grapefruit heiß abwaschen und filetieren. Direkt über der Schüssel zu den anderen Zutaten. Etwas salzen und pfeffern. 1 Schuss Olivenöl mit Zitrone, mischen.

Gekühlt servieren.

Tipp: welken Rucola in Wasser legen, Stiele nach oben.

Variation: Fenchel, Rucola und Radicchio mit Erdbeeren und/oder den angesagten Früchten der Saison zubereiten. Olivenöl beliebiger Geschmacksrichtung zufügen.

Bücherstube im SeniorenNetzwerk

Lesen Sie gerne?

Die Bücherstube im **SeniorenNetzwerk**

Wiethasestr. 52 hat bestimmt etwas für Sie:

Belletristik, Krimis, Bildbände

Dienstags geöffnet: 16:00 - 17:00 Uhr

Kontakt: Ingeborg Steck, Tel: 01575-1334702



„Elfchen“ aus dem Kurs „Kreatives Schreiben“

*Schwarzwald
dunkle Wälder
Aussicht ins Rheintal
Höhen und Täler erwandern
Vesperpause*

Beate Bernecker



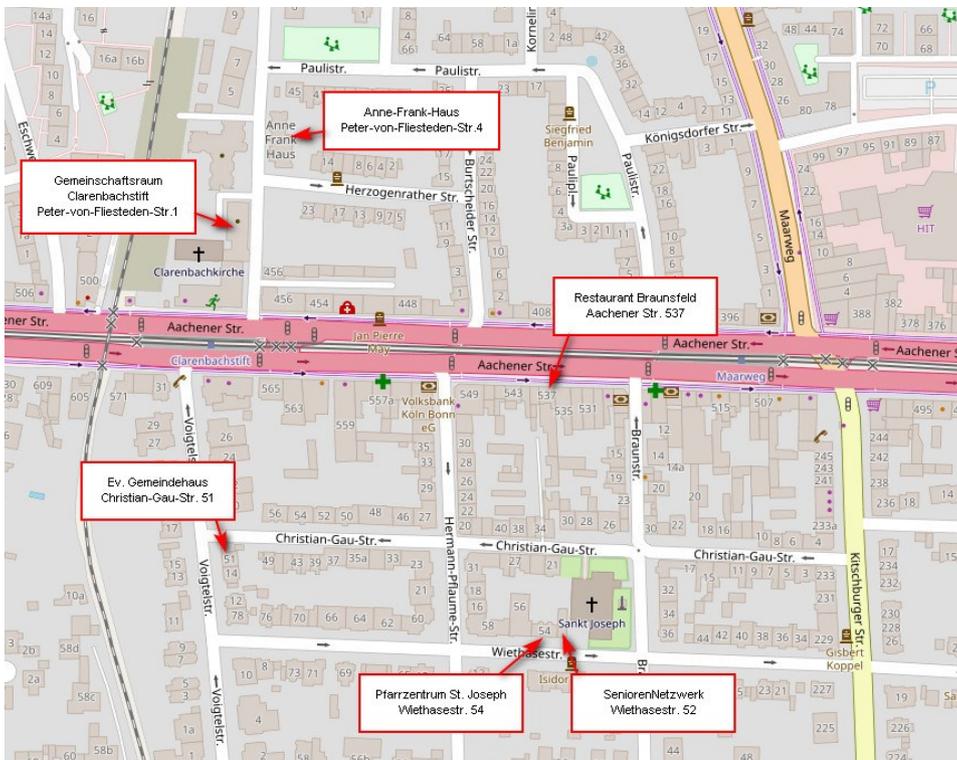
*Blickfang
klare Farben
beleben das Auge
führen in die Weite
Lebensfreude*

Amelie Deutgen





Hier finden die Veranstaltungen des SeniorenNetzwerks Braunsfeld statt:



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

Aktuelle Informationen unter:

www.unser-quartier.de/braunsfeld

