



Triff
sich gut.
Senioren
Netzwerk
Braunsfeld

SeniorenNetzwerk Braunsfeld

Treffpunkt der Generationen

Infoheft 35

Januar - März 2025



*Die Tür geschlossen
Was verbirgt sich dahinter?
Sesam öffne dich*

Foto und Haiku: Amelie Deutgen





Liebe Seniorinnen und Senioren,

ein neues Jahr steht vor der Tür, und wir möchten Ihnen von Herzen alles Gute für 2025 wünschen! Möge das neue Jahr Ihnen Gesundheit, Freude und viele schöne Momente bringen.

Dazu möchten wir gerne beitragen und Ihnen unsere Kurse und Veranstaltungen ans Herz legen. Hier haben Sie die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen und Ihre Interessen zu vertiefen.

Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie die vielen Möglichkeiten. Ganz im Sinne von Wilhelm Busch, der dieses Gedicht schrieb:

Zu Neujahr

Will das Glück nach seinem Sinn
Dir was Gutes schenken,
Sage Dank und nimm es hin
Ohne viel Bedenken.
Jede Gabe sei begrüßt,
Doch vor allen Dingen:
Das, worum du dich bemühst,
Möge dir gelingen.

Ihr Team vom SeniorenNetzwerk Braunsfeld

Literaturkreis I

Buchbesprechung

13.02.2025: Caroline Wahl „22 Bahnen“ (TB-Ausgabe)

Ort und Zeit haben sich nicht geändert.

Kontakt: Renate Becker-Barthold, Tel: 9472954

Literaturkreis II

Das waren spannende Gespräche zwischen ernsthafter Kontroverse und freundlichem Streit über Sulzer „Aus den Fugen“, in dem der plötzliche Abbruch eines Klavierkonzerts das Leben einiger Zuhörer aus den Fugen geraten lässt. Auch die Frage nach dem Heldentum der französischen Widerstandskämpferin Anne Beaumanoir in „Annette - ein Heldinnenepos“ von Anne Weber hat uns intensiv beschäftigt. Und wir haben uns wieder viel vorgenommen.

Nachdem zum ersten Mal eine Schriftstellerin aus Südkorea mit dem Nobelpreis für Literatur geehrt wurde, lesen wir bis zum

07.01.2025 „Die Vegetarierin“ von Han Kang und bis zum

04.02.2025 „Besser allein als in schlechter Gesellschaft:

Meine eigensinnige Tante“ von Adriana Altares,

wovon wir uns ein heiteres Lesevergnügen erhoffen.

Dorothea Minderop, Tel: 0173 9057327

„49er op Jöck“

„Äd und Himmel“ in Bochum

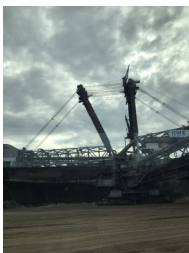


In Bochum besuchten wir in 20 Metern Tiefe ein **Anschauungsbergwerk**. Es wurde einem realen Bergwerk nachgebildet. Auf ca. 1,2 km Streckennetz konnten wir neben imposanten Maschinen auch den mühevollen Arbeitsalltag der Bergleute nachvollziehen. Eine Fahrt im Seilfahrtsimulator rundete den Besuch anschauungsvoll ab.

Danach spazierten wir zum **Planetarium**. Dort erwartete uns eine atemberaubende Reise durch den Kosmos, die von der Erde bis zum Rand des beobachtbaren Universums führt. Wir tauchten in farbige Gasnebel ein, in deren Innerem noch heute neue Sterne entstehen, und durchquerten riesige Sternstädte, Sternhaufen, die vor Milliarden von Jahren entstanden. Unser Blick reichte nicht nur tief in den Raum, sondern auch zurück bis beinahe zum Anbeginn der Zeit.



Besichtigungstour ins Braunkohle-Revier



Im September nahmen wir an einer von RWE organisierten Tour in den Tagebau Garzweiler teil. In den drei Tagebauen Garzweiler, Hambach und Inden wird ein Großteil der deutschen Braunkohle gefördert. Zu den Folgen des Braunkohleabbaus gehört auch die Umsiedlung, land- und forstwirtschaftliche Rekultivierung und die Entwicklung von regenerativen Energien.

Übrigens: Vier Zehntel des Stadtgebietes von Bedburg wurden abgebaggert, 15 Ortschaften von zum Teil beträchtlicher Größe umgesiedelt, mehrere Gehöfte, Straßen, das Bett der Erft und Eisenbahnlinien verlegt. Und 7000 Menschen mussten umgesiedelt werden.

Abenteuerlich nach Venlo

Dieses Mal begaben wir uns auf eine abenteuerliche Reise nach Venlo, bei der uns die Deutsche Bahn durch eine Signalstörung und Zugausfällen mehr als einmal im Stich ließ.

Trotz aller Hindernisse kamen wir ans Ziel, wo wir uns zunächst mit Speis und Trank stärkten. Dann bummelten wir durch die Straßen, in denen wir viele schöne kleine Geschäfte fanden, die alle zum Kaufen einluden. Unser Ziel war allerdings der große Markt und ein Besuch im Kaufhaus „Zwei Brüder“, wo wir nach Herzenslust recht preiswert eingekauft haben. Kein Wunder, dass halb NRW sich dort einfindet!



Besuch bei Karl dem Großen



Auch in Aachen - wohin wir uns im Weihnachtsmonat auf den Weg machten - begannen wir unseren Aufenthalt in einem kleinen, aber feinen Café, um uns mit einem späten Frühstück zu stärken.

Ein Aachen-Besuch ohne Dombesichtigung geht aber auf keinen Fall. Um dieses beeindruckende Bauwerk zu besichtigen, meldeten wir uns zu einer Führung an, denn nur bei dieser gelangt man in die Chorhalle mit dem Karl- und Marienschrein und hinauf auf die Empore, wo sich der Thron Karl des Großen befindet und noch etliche weitere Könige gekrönt wurden.

Kleine Anekdote: Hier erfuhren wir, dass Karl der Große nur für die Dauer des Vaterunsers auf diesem Thron saß, dann nie wieder!

Natürlich durfte auch ein Besuch auf dem Öcher Weihnachtsmarkt nicht fehlen. Hier rundeten wir unseren Besuch mit einem leckeren Glühwein ab und machten uns dann auf den - fast reibungslosen - Rückweg.

Text und Fotos: Sabine Schulz

MO	Computerkurs für Anfänger 15:30 - 17:00 Uhr	Hermann Neukirchen Tel: 96267040 h.neukirchen@gmx.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Gemeinsames Frühstück 9:30 - 11:00 Uhr	Carola Mölich 0176 50983433 Kostenbeitrag: 6,00 €	Pfarrzentrum St. Joseph Wiethasestr. 54
	Schreibwerkstatt Autobiograf. Schreiben I Letzter Montag im Monat 10:00 - 12:00 Uhr Kreatives Schreiben Erster Montag im Monat 10:00 - 12:00 Uhr	Michael Krupp Tel: 4715936 mikrupp@gmx.de	ZeitGeist Braunsfeld e.V. Clarenbachplatz 2
	Qi Gong 1. Kurs 16:30 - 17:30 Uhr 2. Kurs 17:45 - 18:45 Uhr	Ilse Thal Tel: 4971606 hans.thal@gmx.de	Pfarrzentrum St. Joseph Wiethasestr. 54
DI	Schreibwerkstatt Autobiograf. Schreiben II Erster Dienstag im Monat 10:00 - 12:00 Uhr	Michael Krupp Tel: 4715936 mikrupp@gmx.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Netzwerk-Sprechstunde 15:00 bis 16:00 Uhr		Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Bücherstube 15:00 - 16:00 Uhr	Ingeborg Steck Tel: 01575-1334702 isteck@freenet.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Literaturkreis II 1. Dienstag im Monat 16:00 Uhr	Dorothea Minderop Tel: 0173 9057327	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 52
	Tanzen für Singles 17:15 - 18:15 Uhr	Helga Schütte Tel: 4060905 helgaschuette@goolemail.com	Pfarrzentrum St. Joseph Wiethasestr. 54
MI	Offenes Treffen 10:00 - 12:00 Uhr	Zwangloses Treffen im Kulturraum am Clarenbachplatz 2	ZeitGeist Braunsfeld e.V. Clarenbachplatz 2
	Wandern Alle 14 Tage 10:00 Uhr	Hedi Krumm Tel: 494732 hedi.krumm@t-online.de	Vor dem Pfarrzentrum St. Joseph

MI	Kalligraphie Alle 14 Tage 14:30 - 16:00 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	Geselliges Treffen mit Kaffee, Kuchen und Spielen Alle 14 Tage 15:00 Uhr	Helga Schütte Tel: 4060905 helgaschuette @googlemail.com	Pfarrzentrum St. Joseph Wiethasestr. 54
DO	Mal-Atelier Kurs I: 14:00 - 16:00 Uhr Kurs II: 16:00 - 18:00 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	Senioren- Netzwerk Wiethasestr. 52
	Stadtwald- spaziergänge 11:00 - 12:30 Uhr	Annelie Radermacher Tel: 4911741 annelie_radermacher @yahoo.de	Christian-Gau-Str. Ecke Voigtelstr. (altes Gemeinde- haus)
	Literaturkreis I Termine: siehe Ev. Gemeindeblatt	Renate Becker-Barthold Tel: 9472954	Fliestedenhaus (neues Ev. Gemeindehaus)
	Stammtisch 1. Donnerstag im Monat 18:30 Uhr	Ingeborg Steck Tel: 01575-1334702 isteck@freenet.de	Restaurant „Zeit Zeichen - Braunsfeld“ Aachener Str. 537
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	ZeitGeist Braunsfeld e.V Clarenbachplatz 2

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

Rückblick auf unser Herbstfest



Unser alljährliches Herbstfest fand - wie bewährt - wieder im Pfarrsaal von St. Joseph statt. Dieser war passend zur Jahreszeit liebevoll mit herbstlichen Dekorationen geschmückt, warmes Kerzenlicht schuf eine einladende Atmosphäre. Duftender Kaffee und selbstgebackene Kuchen empfing die Gäste. Im Laufe des Nachmittags waren diese Köstlichkeiten aber schnell verspeist.

Zu Beginn des Nachmittags unterhielten uns Renate Becker-Barthold und Rudolf Capelli mit dem Sketch „Das Frühstücksei“ von Loriot: „Das Ei ist hart, genau 4 1/2 Minuten“ - einfach köstlich.



Das gemeinsame Singen von bekannten Herbstliedern - zusammen mit den Damen vom Singkreis von Barbara Vorbrodt - weckte sicher schöne Erinnerungen und sorgte für ein Gefühl der Gemeinschaft. Diese Gemeinsamkeit möchten wir mit unseren Veranstaltungen festigen.

Zwischendurch erfreute uns Georg Mölich mit Gedichten von Theodor Storm („Herbst“) und Friedrich Hebbel („Herbstbild“).



Es war ein schöner Nachmittag. Und deshalb freuen wir uns auf ein Wiedersehen beim Frühlingsfest im Mai 2025.

Fotos: Sabine Schulz

Wintertage

Eisblumen an den Fenstern, draußen der Geruch von fallendem Schnee,
die kleinen Hände blau gefroren, sie tun nicht weh!
Handschuhe nein, dann kann ich sie nicht spüren, die Kälte da draußen.
Ich bin doch ein Kind, ich will mit ihm spielen, mit dem Winter, dem Schnee,
ich muss sie auch fühlen.

Ich will mich erinnern, wenn in späteren Jahren,
die Vernunft sagt, das darf man nicht, das kann man nicht wagen,
Erwachsensein Dir Regeln aufzwingt.

Wenn die Leichtigkeit des Seins ist vergangen,
nur noch Pflichtbewusstsein Dein Leben bestimmt
und die besten Jahre Dir rennen davon.

Dann fällt wieder Schnee im Winter Deines Lebens
und ein letztes Mal berührt er eisig Deine Hand.
Dann lächelst Du und schließt glücklich die Augen,
denn Du erinnerst Dich an die Wintertage Deiner Kindheit.

Roswitha Hentrich aus unserer „Schreibwerkstatt“

„49er op Jöck“

Reiseziel und Datum mit Uhrzeit werden
über die WhatsApp-Gruppe bekanntgegeben
Treffpunkt: Hauptbahnhof Köln vor dem „Body Shop“
Sabine Schulz - Tel: 0176-43442975



Stammtisch

Jeden 1. Donnerstag im Monat um 18:30 Uhr treffen
wir uns zum Gedankenaustausch, Plaudern,
einem kleinen Imbiss und Getränken.

Wir freuen uns auf eine lockere Runde im Lokal
„Zeit Zeichen - Braunsfeld“ in der Aachener Str. 537.

Senioren-Beratung im Stadtbezirk Lindenthal



DIE KÖLNER
SENIOREN
BERATUNG
Gemeinsam Wege finden!

- Was kann ich tun, wenn ich nicht mehr ohne fremde Hilfe zu Recht komme?
- Wer kann mich zu Hause beraten?
- Die Pflege meiner Mutter überfordert mich. Wer kann mich unterstützen?
- Ich möchte mich ehrenamtlich engagieren, aber wo?
- Ich habe finanzielle Sorgen, an wen kann ich mich wenden?
- Wer hilft mir, eine Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht zu erstellen?

Unter anderem mit all diesen Fragen können Sie sich an die Seniorenberatung wenden, die im Auftrag der Stadt Köln tätig ist. Die Beratung ist trägerunabhängig, kostenlos und die Seniorenberater*innen unterliegen der Schweigepflicht.

Name der Einrichtung	Anschrift + Telefon	Ansprechpartner*innen
ASB Köln	Gottesweg 85a 50969 Köln Tel.: 0221/ 66007-195	Frau Cammann, Frau Schwarz E-Mail: sb-suelz@asb-koeln.de
Caritasverband für die Stadt Köln e.V.	Bachemer Str. 29-33 50931 Köln Tel.: 0221/ 94102989	Herr Szyska, Frau Fey E-Mail: seniorenberatung-lindenthal@caritas-koeln.de
Diakonisches Werk Köln und Region gGmbH	Dürener Str. 83 50931 Köln Tel.: 0221/ 94114115	Frau Prenzel, Frau Drachenberg E-Mail: sb-lindenthal@diakonie-koeln.de
ASB Köln im Bezirksrathaus Lindenthal	Aachener Str. 220 50931 Köln Tel.: 0221/ 221-93225	Frau Knelangen E-Mail: andrea.knelagen@stadt-koeln.de

Wir haben etwas für Sie!

Bücher ausleihen

in unserer Bücherstube, Wiethasestr. 52

Dienstags geöffnet von **15:00 - 16:00 Uhr**

Kontakt: Ingeborg Steck, Tel: 01575-1334702

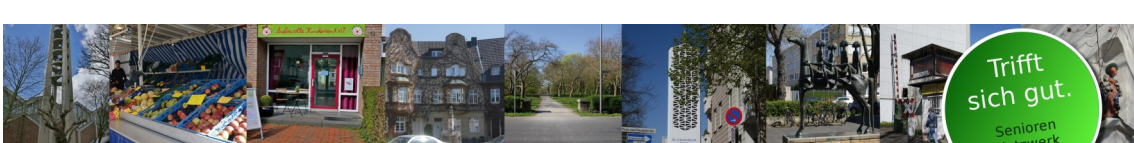


Plaudern im Veedel

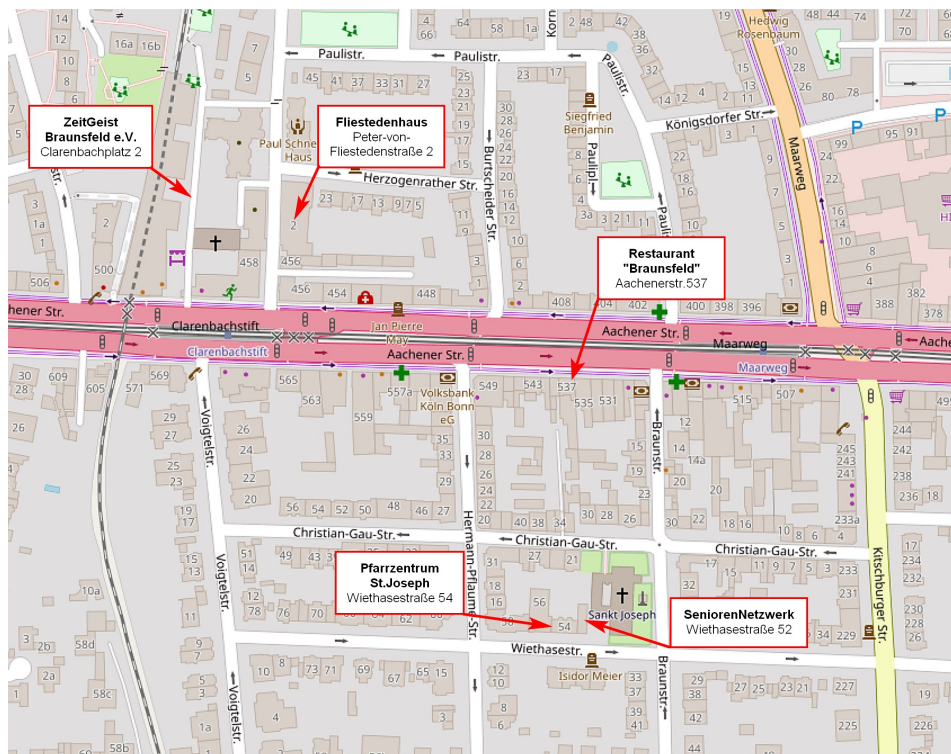
jeden Mittwochvormittag
von 10:00 bis 12:00 Uhr
im Kulturraum am Clarenbachplatz 2

Sprechstunde

Unsere **Sprechstunde** wird ab sofort nicht mehr telefonisch betreut.
Gerne dürfen Sie sich dienstags in der Zeit zwischen **15:00 und 16:00 Uhr** in der Kita in der Wiethasestraße 52 - zeitgleich zu unserer Bücherstube - informieren.



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

