



Trifft
sich gut.
Senioren
Netzwerk
Braunsfeld

SeniorenNetzwerk Braunsfeld

Treffpunkt der Generationen

Infoheft 39

Januar - März 2026



*Tierwohl
Keine halben Sachen machen
Zum Wohl von Tier und Mensch*

Foto und Text: Amelie Deutgen



Liebe Seniorinnen und Senioren!

Vor uns liegt das neue Jahr voller Möglichkeiten.

Stellen Sie sich vor,
am Meer zu stehen,
Wind in den Haaren,
das Fernglas fest in der Hand,
bereit, neue Horizonte zu entdecken,
kleine Abenteuer zu genießen,
jeden Tag bewusst zu erleben.



Wir freuen uns auf ein weiteres gemeinsames Jahr mit Ihnen im SeniorenNetzwerk. Stöbern Sie in unserem neuen Heft oder auf unserer Homepage und finden Sie die Angebote, die zu Ihnen passen. Zögern Sie nicht, Ihre Ideen einzubringen und nicht zu-letzt: Bleiben Sie zuversichtlich!

*Ihr Team vom
SeniorenNetzwerk Braunschfeld*

Alle, die mit uns das neue Jahr begrüßen möchten, heißen wir herzlich willkommen zu einem kleinen Sektumtrunk.



Sonntag, den 11. Januar 2026 um 11:00 Uhr
in der Wiethasestraße 54

In der Neujahrsnacht

Die Kirchturmglocke schlägt zwölfmal Bumm.
Das alte Jahr ist wieder mal um.
Die Menschen können sich in den Gassen
vor lauter Übermut gar nicht mehr fassen.
Sie singen und springen umher wie die Flöhe
und werfen die Mützen in die Höhe.
Der Schornsteinfegergeselle Schwerzlich
küsst Konditor Krause recht herzlich.
Der alte Gendarm brummt heute sogar
ein freundliches: Prosit zum neuen Jahr.

Joachim Ringelnatz



Computer- und Smartphone-Sprechstunde

Ab diesem Jahr findet der Computerkurs nicht mehr als abgeschlossener Kurs statt.



Stattdessen gibt es jetzt eine Computer- und Smartphone-**Sprechstunde**, in der im Einzelgespräch oder in kleinen Gruppen Probleme mit Windows-Notebooks und Smartphones angesprochen und gelöst werden.

Die Sprechstunde findet mittwochs von 11:00 Uhr bis 12:30 Uhr statt.
Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Ort: SeniorenNetzwerk, Wiethasestr. 54, 50933 Köln

Wann: Mittwochs 11:00 - 12:30 Uhr

Infos und Anmeldung bei: Hermann Neukirchen,
Tel: 0221 96267040

[mailto: h.neukirchen@gmx.de](mailto:h.neukirchen@gmx.de)

„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



Literaturkreis I

Buchbesprechung

15.01.2026: Anne Rabe „Die Möglichkeit von Glück“, TB

19.02.2026: Arno Frank „Ginsterburg“

12.03.2026: Wolf Haas „Wackelkontakt“, TB

Ort und Zeit haben sich nicht geändert.

Renate Becker-Barthold, Tel: 0221 9472954

Literaturkreis II

Das war ein spannendes Lesevierteljahr. In Joachim Meyerhoffs „Man kann auch in die Höhe fallen“ konnten wir dem Weg des Erzählers aus einer tiefen Lebens- und Schreibkrise folgen. Mit Olga Tokarczuks „Empusion“ ließen wir uns dann auf eine unheimliche Geschichte um einen polnischen Hermaphroditen auf Geister- und Identitätssuche in einem schlesischen Lungensanatorium Anfang des 20. Jahrhunderts ein. Schließlich haben wir uns am 2. Dezember neben Jndl-Gedichten auch mit Robert Seethalers „Das Feld“ beschäftigt - ein Text, der uns zum Nachdenken über unsere eigenen „Felder“ führte.

Unsere Vorhaben für das erste Vierteljahr 2026:

06. Januar: Toni Morrison, Gott hilf dem Kind

03. Februar: Ferdinand von Schirach, Der Fall Collini

03. März: Charles Lewinsky, Der Stotterer

Dorothea Minderop, Tel: 0173 9057327

MO	Gemeinsames Frühstück 9:30 - 11:00 Uhr	Carola Mölich 0176 50983433 Kostenbeitrag: 6,00 €	Pfarrzentrum St. Joseph Wiethasestr. 54
	Schreibwerkstatt Autobiograf. Schreiben I Dritter 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	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 54
	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. 54
	Bücher- und Spielestube Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat	Ingeborg Steck Tel: 01575 1334702 Karin Lingen Tel: 0152 33529910	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 54
	Literaturkreis II 1. Dienstag im Monat 16:00 Uhr	Dorothea Minderop Tel: 0173 9057327	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 54
	Tanzen für Singles 17:15 - 18:15 Uhr	Helga Schütte Tel: 4060905 helgaschuette @googlemail.com	Pfarrzentrum St. Joseph Wiethasestr. 54
MI	Offenes Treffen + Sprechstunde 10:00 - 12:00 Uhr	Ingeborg Steck Tel: 01575 1334702 Karin Lingen Tel: 0152 33529910	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

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

MI	Computer- und Smartphone Sprechstunde 11:00 - 12:30 Uhr	Hermann Neukirchen Tel: 96267040 h.neukirchen@gmx.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 54
	Kalligraphie 14:00 - 16:00 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 54
	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	Stadtwald-spaziergänge 11:00 - 12:30 Uhr	Annelie Radermacher Tel: 4911741 annelie_radermacher @yahoo.de	Christian-Gau-Str. Ecke Voigtelstr. (altes Gemeindehaus)
	Mal-Atelier 12:30 - 14:30 Uhr	Helga Helbig Tel: 0151-50619500 helbighelga@web.de	Senioren-Netzwerk Wiethasestr. 54
	Literaturkreis I 19:00 Uhr	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		

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.

Aus unserer „Schreibwerkstatt“

Der Weg



Etwas ist anders in dieser Nacht,
möglich es liegt an der weißen Pracht.
Von Schnee bedeckt liegt die Straße vor mir,
da erspähe ich sie von weitem, die vier.

Allmählich erkenne ich sie und denke,
drei halten in ihren Händen Geschenke.
Der vierte hat ein Schäfchen im Arm,
er ist ein Hirte und er hält es warm.

Ich frage mich, wer wohl die Anderen sind,
Sie nähern sich eilig, schreiten geschwind.
In schönen Gewändern kommen sie daher,
ein Licht umgibt sie und es leuchtet sehr.

Ich spüre Wärme je näher sie kommen,
etwas Wunderbares macht mich benommen.
Gefühle von Frieden und Glück kann ich spüren,
als würden sich Himmel und Erde berühren.

Etwas ist anders in dieser Nacht,
drei Könige haben sich auf den Weg gemacht.
Unzählige Sterne am Himmelszelt
und der, der sie leitet, erleuchtet die Welt.

Roswitha Henrich



Wir haben etwas für Sie!



Bücher ausleihen



Spiele spielen



Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat
15:00 bis 16:30 Uhr

in der Wiethasestr. 54

Ingeborg Steck, Tel: 01575-1334702
Karin Lingen, Tel: 0152-33529910

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

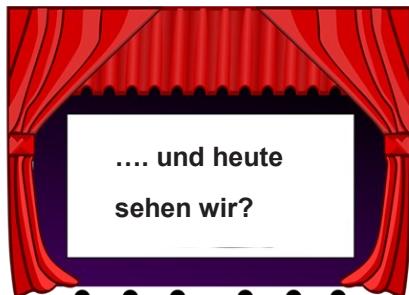


Kino und Kaffee

im SeniorenNetzwerk Braunsfeld

Freitag, den 30.01.2026 um 15:00 Uhr
in der Wiethasestraße 54

Wir schauen uns einen Filmklassiker an.



Ingeborg Steck
Karin Lingen
Amelie Deutgen

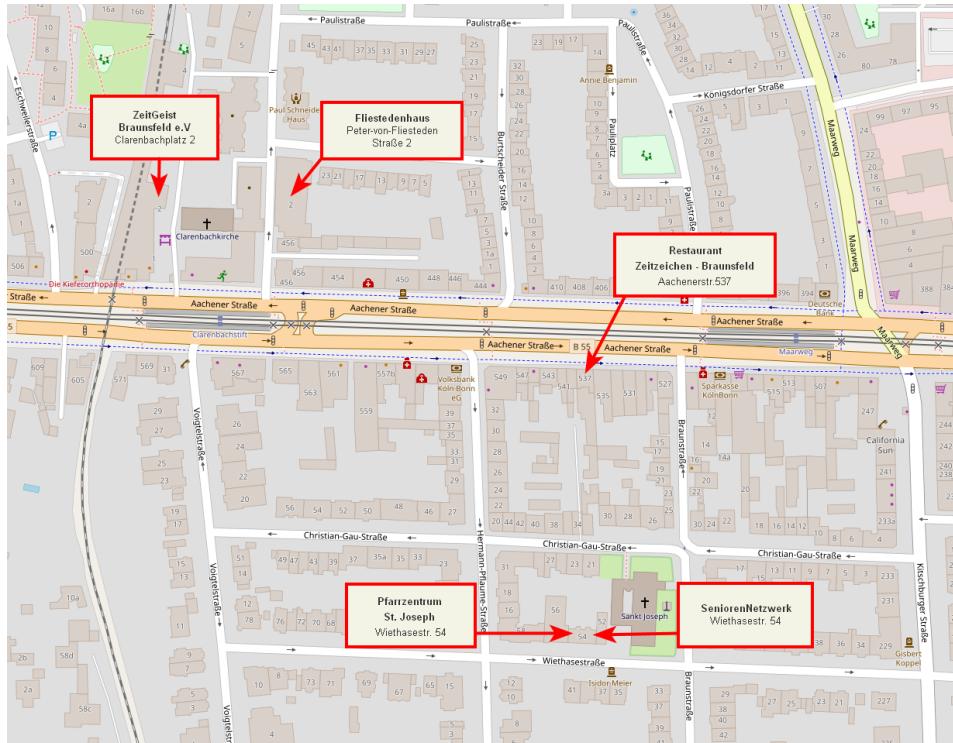
In Kooperation mit ZeitGeist – Braunsfeld e.V.



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

Trifft
sich gut.
Senioren
Netzwerk
Braunsfeld

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



Königlich
Diakonie

Köln und Region



Synagogen-Gemeinde
Köln



Stadt Köln