



*Ein neues Jahr heißt
neue Hoffnung, neues
Licht, neue Gedanken
und neue Wege
zum Ziel...
Einen guten Start ins
Jahr 2020 wünscht
Ihnen und Ihren
Lieben.*

Ihre Marita Scheeres
Koordinatorin des
SeniorenNetzwerks
Zollstock

In dieser Ausgabe:

Seite 2
Termine Januar und
Anfang Februar
2020

Seite 3
Karneval in und um
Zollstock und
Neuigkeiten aus
Zollstock und
Umgebung

Seite 4
Impressum
Allgemeine
Informationen

Beilage
Gruppen Aktiv
SeniorenNetzwerk

„Freiwilliges Engagement in Deutschland“ Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Die Ergebnisse des Deutschen Freiwilligensurveys 2014 zeigen, dass sich heute ein großer Anteil der Wohnbevölkerung Deutschlands im Alter ab 14 Jahren freiwillig engagiert. Der Anteil Engagierter ist in den letzten 15 Jahren deutlich angestiegen, um insgesamt knapp zehn Prozentpunkte von 34,0 auf 43,6 Prozent.

... Freiwilliges Engagement wird in der öffentlichen und wissenschaftlichen Debatte häufig mit Blick auf seine gesellschaftlichen Funktionen diskutiert. Freiwilliges Engagement dient jedoch nicht allein dem Wohl der Gesellschaft, sondern kann auch den engagierten Menschen selbst nutzen. Menschen, die sich freiwillig engagieren, ... lernen andere Freiwillige kennen, erweitern ihr soziales Netzwerk und haben Freude an gemeinschaftlichen Aktivitäten, sie tauschen sich mit anderen Freiwilligen aus und bilden sich im Rahmen ihres Engagements weiter. ... Sich freiwillig zu engagieren[,] kann positiv auf Lebenszufriedenheit und Gesundheit wirken. ...

Freiwilliges Engagement möglichst vieler Menschen nützt aber vor allem der Gesellschaft, deren Zusammenhalt vom Engagement der Freiwilligen gestärkt wird."

Zitiert aus: Deutscher Freiwilligensurvey 2014, eine repräsentative telefonische Befragung zum freiwilligen Engagement in Deutschland, Zusammenfassung zentraler Ergebnisse

Im Internet veröffentlicht unter:
<https://www.bmfsfj.de/blob/113702/53d7fdc57ed97e4124ffec0ef5562a1/vierter-freiwilligensurvey-monitor-data.pdf>

Auch in Zollstock gibt es zahlreiche und vielfältige Möglichkeiten, für sich und andere aktiv zu werden. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die

Herzliche Einladung zu

Aktiv in Zollstock

Montag, 03. Februar 2020 ab 10 Uhr

**Offener Treff des SeniorenNetzwerks Zollstock
zum Informationsaustausch und zur Planung gemeinsamer Aktivitäten
mit kleiner Kaffeepause**

Zu Aktiv im Veedel sind alle Interessierten herzlich willkommen.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich – Neugier genügt...

Das **SeniorenNetzwerk Zollstock** lädt ein
ins Bürgerhaus Zollstock, Rosenzweigweg 1, 50969 Köln-Zollstock

Der Infobrief des SeniorenNetzwerks Zollstock erscheint am Donnerstag nach Veedel und liegt dann zur Abholung im Bürgerhaus Zollstock aus. Er kann

auch per Mail zugeschickt werden. Der Infobrief 02/2020 erscheint am 06. Februar
Ausgewählte Termine im Januar 2020 in und um Zollstock

14.01.2020 (Di) 20 Uhr

4. Raderbergkonzert

Mit Werken von Johann Sebastian Bach und Charles-Valentin Alkan
 Eintritt € 15,00, Karten bei KölnTicket und an der Abendkasse

Veranstalter: Deutschlandfunk, Kammermusiksaal, Raderberggürtel 40, Raderthal

15.01.2020 (Mi) 18:30 bis zirka 19:30 Uhr

Gran Canaria – Filmvorführung

Leitung: Ilse Patet
 Anmeldung erforderlich unter Tel 0221 42 10 23 30
 Hutspende erwünscht

Veranstalter: Sülzer Treff 60+ im Uni-Center, Luxemburger Straße 136, 1. Stock

15.01.2020 (Mi) 19:30 Uhr

„Georg Friedrich Händels Auferstehung“

aus dem Buch „Sternen der Menschheit“ von Stefan Zweig, gelesen von Peter Tonger mit musikalischer Begleitung
 Karten € 8,-, Vorverkauf ab dem 19.01.2020 im Teekesselchen Rodenkirchen

Veranstalter: Stadtteilbibliothek Rodenkirchen, Schillingsrotter Straße 38a, 50996 Köln

16.01.2020 (Do) 17:30-19 Uhr

Patientenvortrag: Hüftschmerzen

Veranstalter: Severinsklösterchen, Krankenhaus der Augustinerinnen, Jakobstraße 27-31, 50678 Köln

16.01.2020 (Do) 19 Uhr

Altes und Neues aus dem Bildarchiv

Alle Zollstockerinnen und Zollstocker sind herzlich eingeladen in den Pfarrsaal St. Pius

Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock e.V.

17.01.2020 (Fr) 15:30 Uhr

Tanztee – tanz mit!

Infos bei Mechthild Lauf, SNW Raderthal unter Tel 0163 6938433 und Silke Kievernagel Tel 0221 82820489.

Ort.: Evangelische Kirchengemeinde Philippus, Albert-Schweitzer-Straße 3-5, Raderthal

Veranstalter: RADERBERG und -THAL e.V. und SeniorenNetzwerk Raderthal

17.01.2020 (Fr) 19 Uhr

Zinema Zollstock:

„You'll never walk alone – Die Geschichte eines Songs“

Ort: Pfarrheim Zum Heiligen Geist, Zollstockgürtel 33, Zollstock

Veranstalter: Katholisches Bildungswerk Köln, Seelsorgebereich Köln Am Südkreuz, Ortsausschuss Zollstock

20.01.2020 (Mo) 16 Uhr

Kunst-Diavortrag

„Das Rätsel Rembrandt – der Meister von Licht und Schatten“

Referentin: Dr. Gudrun Pamme-Vogelsang
 Im Clubraum 2, 1. Etage

Veranstalter: Maternus-Seniorencentrum Köln-

21.01.2020 (Di) 15 Uhr

Senioren-Kino:

„Made in China“ ***

Eintritt € 6,- (für Kaffee, Kuchen, Film)

Sitzplatzreservierung unter Tel 27 25 77 17

Veranstalter: Filmpalast, Hohenzollernring 22-24

21.01.2020 (Di) 18 Uhr

Musikalisches Tanzcafé

„Hinter jedem Lieblingslied steckt eine Geschichte“

Mit Ralf Schlossmacher

Im Restaurant, 1. Etage

Veranstalter: Maternus-Seniorencentrum Köln-Rodenkirchen, Hauptstraße 128, Rodenkirchen

21.01.2020 (Mi) 19 Uhr

Buch & Brot

Einladung zu Semestereröffnung

Studienleiter/innen der Akademie stellen ausgewählte Bücher vor.

Anmeldung nicht erforderlich, Eintritt frei

Veranstalter/ Ort: Melanchthon-Akademie, Kartäuserwall 24b, 50678 Köln (Nähe Haltestelle Ulrepforte)

24.01.2020 (Fr) 15-17 Uhr

Tanz-Café 60+

An jedem 4. Freitag im Monat

Eintritt € 6,-

Veranstalter: KSG Kölner Seniorengemeinschaft in Kooperation mit dem Tanzentrum Weißhausstraße 21, 50939 Köln

26.01.2020 (Mi) 11:15 Uhr

31. Kölner Talkgottesdienst:

„Die Klimakatastrophe – Ursachen und Lösungsansätze“

Mit Karsten Schwanke, Metereologe

Moderation: Pfarrer Hans Mörtter

Veranstalter: Lutherkirche, Martin-Luther-Platz 2-4, 50677 Köln

26.01.2020 (So) 14:30-17:30 Uhr

Tanzkaffee

Tanzanimation und Kaffee und Kuchen...

Am letzten Sonntag im Monat

Infos bei Sonja Schlegel Tel 0221 31 40 79

Veranstalter/ Ort: „Herbstgold“ in der Kartäuserkirche, Kartäusergasse 7, 50678 Köln

04.02.2020 (Di) 20 Uhr

5. Raderbergkonzert

Mit Werken von Richard Strauss, Sergej Rachmanninow und Henri Duparc

Eintritt € 15,00

Karten bei KölnTicket und an der Abendkasse

Veranstalter: Deutschlandfunk, Kammermusiksaal, Raderberggürtel 40, Raderthal

05.02.2020 (Mi) 15 Uhr

Senioren-Kino:

„Ein Gauner & Gentleman“ ***

Eintritt € 6,- (für Kaffee, Kuchen, Film)

Sitzplatzreservierung unter Tel 27 25 77 17

Veranstalter: Filmpalast, Hohenzollernring 22-24

Karneval in und um Zollstock im Januar und im Februar 2020

30.01.2020 (Do)

1. Pfarrsitzung St. Pius ***

Im Pfarrsaal

Veranstalter: Kirche am Südkreuz, Katholische Kirchengemeinde St. Pius

Ab 01.02.2020 11-16 Uhr

Karnevalsmarkt

(nicht nur,) wenn Sie ein neues Kostüm für die kommende Session benötigen...

Weitere Termine: Sa 08.02. 11-16 Uhr, Fr 14.02. 17-21 Uhr, Sa 15.02.2020 11-16 Uhr

Veranstalter: Lutherkirche, Martin-Luther-Platz 2-4, 50677 Köln

01.02.2020 (Sa) 17:30 Uhr (Einlass 16:30 Uhr)

1. Adler Kostümsitzung

Sitzungspräsident Manfred Kaiser

Mit bekannten Kräften des Kölner Karnevals

Getränke und Speisen zu kleinen Preisen

Im Vereinsheim Fritz-Hecker-Straße

Kartenpreis € 20,-, Kartenverkauf bei Lotto Kluth, dem Bürgerverein Köln-Zollstock und im Vereinsheim der Adlerschützen

Veranstalter: Adlerschützen Zollstock

05.02.2020 (Mi) 14-18 Uhr (Einlass 13 Uhr)

„Et Hätz schleiht em Veedel“

50. AWO-Karnevalssitzung mit der Großen Allgemeinen Karnevalsgesellschaft 1900 Köln e.V.

Mit Programm, Kaffee und Kuchen

Karte € 27,00 / Bei Interesse melden Sie sich bitte umgehend im SeniorenNetzwerk Zollstock bis Donnerstagmittag, 16.01.2020

Veranstalter: AWO Köln Kreisverband Köln e.V. im Ostermann-Saal, Sartory-Säle

05.02.2020 (Mi) 19 Uhr

Böcherjecke fiere:

2. Karnevalssitzung von Literamus e.V.

Karte € 20,-, Kartenvorverkauf ab 08.01.2020 im

Teekesselchen Rodenkirchen, keine Abendkasse

Veranstalter: Stadtbibliothek Rodenkirchen, Schillingsrotter Straße 38a, 50996 Köln

14.02.2020 (Fr) 18:30 Uhr (Einlass 18 Uhr)

Karnevalsparty in Melanchthon

Karten im Vorverkauf ab 10. Januar im Pfarrbüro

Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Köln-Zollstock, Breniger Straße 18, Zollstock

14.02.+15.02.2020 (Fr+Sa) 19:30 Uhr

Karneval Oriental ***

Im Deutsch-Spanischen Kulturzentrum, Severinsmühlengasse 1, Südstadt

Anmeldung erbeten bei Juliane Poloczek Tel 0221 42348350

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Bayenthal

16.02.2020 (So) 10:30-16:30 Uhr

Karnevalistischer Frühschoppen ***

Im Pfarrsaal St. Pius, Irmgardstraße 13, Zollstock

Nur noch Restkarten erhältlich!!

Veranstalter: Freunde des Zollstocker Dienstagszugs e.V.

24.02.2020 (Mo) 15-21 Uhr

Rosenmontags-Familienparty

...fiere mit Kind und Kegel

Karte € 7,-, Kartenverkauf online oder ab Anfang Januar in Der andere Buchladen, Ubierring 42

Veranstalter: Lutherkirche, Martin-Luther-Platz 2-4, 50677 Köln

25.02.2020 (Di)

Zollstocker Dienstagszug

Motto: Uns Hätz schlägt in Zollstock“

Veranstalter: Freunde des Zollstocker Dienstagszugs e.V. in den Zollstocker Straßen

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei, wenn nicht anders angegeben.

****Veranstaltung eventuell bereits ausgebucht.*

Neuigkeiten aus dem Stadtteil und dem SeniorenNetzwerk Zollstock

Vorankündigung von Veranstaltungen des Zollstocker Bürgervereins:

- Lotsentour durch die Marienburg am 03.05.2020 Beitrag € 17,- für Nichtmitglieder
- Besichtigung der Kartäuserkirche am 29.03.2020 Beitrag € 5,- für Nichtmitglieder
- Tagesfahrt nach Straelen am 04.06.2020 Beitrag € 45,- für Nichtmitglieder

Die nächsten **Bürgerstammtische** finden statt am 05.03.2020 im Restaurant Höninger Weg 268 und 18.06.2020 in der Gaststätte am Südfriedhof.

Machen Sie mit! Kölsch Hätz sucht Verstärkung

Seit dem Frühjahr 2016 gibt es Kölsch Hätz auch in Zollstock. Ehrenamtliche werden an „Nachbarn“ vermittelt, die sich über ein wenig Unterstützung freuen. Das können sein: Besuche, Spaziergänge, gemeinsame Cafébesuche, oder auch Begleitung bei Einkäufen.

Die Vermittlung und Begleitung wird von einem ehrenamtlichen Team koordiniert, das Hausbesuche macht, Gespräche mit den Ehrenamtlichen führt und eine regelmäßige Sprechstunde anbietet. (dienstags 9-11 Uhr und donnerstags 16-18 Uhr)

Haben Sie Lust, das Team bei seiner Aufgabe zu unterstützen? Der Zeitaufwand liegt bei zirka 4-6 Stunden in der Woche.

SeniorenNetzwerk Zollstock

Marita Scheeres
 Rosenzweigweg 1
 50969 Köln
 Träger:
 AWO Kreisverband Köln e.V.
 Telefon: 0221- **379 68 03**
 Mail:
awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de

www.seniorennetzwerke-koeln.de
www.awo-koeln.de

Erreichbarkeit:

In der Regel montags und donnerstags
 9-17 Uhr, mittwochs 13:30-17 Uhr oder
 nach Vereinbarung

Abwesenheit: 30.01.+31.01.2020

I
m
p
r
e
s
s
u
m

SeniorenNetzwerke verbinden

Jahr 2019 Ausgabe 12 Seite 4
 Der Stadtteil, in dem Sie leben, ist Ihnen
 vertraut und eine gute Nachbarschaft ist
 Ihnen wichtig. Der Beruf liegt hinter Ihnen,
 die Familie lässt Ihnen mehr freie Zeit. Ein
 guter Zeitpunkt, etwas Neues zu beginnen.
 Im Netzwerk knüpfen Sie Kontakte, lernen
 Gleichgesinnte aus Ihrem Stadtteil kennen,
 mit denen Sie etwas unternehmen können.
 Sie bringen gemeinsam Ideen und Projekte
 ins Rollen und entdecken ein
 ehrenamtliches Betätigungsfeld.

**Sie haben Lust, für sich selbst und
 andere im eigenen Stadtteil aktiv zu
 werden:**

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Willkommen im Netzwerk Zollstock.

Allgemeine Informationen

WDR Musik verbindet!

Zu Gast bei den Orchestern des WDR für
 Besucher*innen 55plus

- o **04.02.2020 (Di) 9:30 Uhr (Probe 10-14:30 Uhr)**
 „Wunderschön – Frankreich“
 Mit dem WDR Funkhausorchester
 Im WDR Funkhaus am Wallrafplatz
- o **01.04.2020 (Mi) 9:30 Uhr (Probe 10-14:30 Uhr)**
 Musik von MacMillan, van Beethoven,
 Tschaiowsky
 Mit dem WDR Sinfonieorchester
 In der Kölner Philharmonie

Dauer jeweils zirka 2,5 Stunden, maximale
 Teilnehmendenzahl 40 Personen (mindestens 7 Personen)
 Info und Anmeldung bei der WDR Musikvermittlung unter
 Tel 0221 220 2142 (montags und donnerstags), per E-Mail
musikvermittlung@wdr.de

**Veranstalter: WDR Sinfonieorchester und WDR
 Funkhausorchester**

„Reisen“ und doch zu Hause bleiben:

- „Von der Krim bis nach China – eine Rundreise
 durch Goethes Orient“
23.01.2020 (Do) 19:30-21 Uhr
 Kursnummer A-301111
- „Die französische Riviera, eine Bilderreise zu
 den landschaftlichen und kulturellen
 Schätzen“
04.02.2020 (Di) 18-19:30 Uhr
 Kursnummer A-113019, Kosten € 5,-

Ort bei beiden Veranstaltungen: FORUM VHS im Museum
 am Neumarkt, Gießwarenstraße 20-22, 50667 Köln

„Raumszenario und Lichtwirkung“ – Kirchenfenster von Gottfried Böhm

20.01.2020 (Mo) 17 Uhr

Referentin: Dr. Ulrike Hoffmann-Goswin,
 Kunsthistorikerin

Ort: MAKK – Museum für Angewandte Kunst Köln,
 An der Rechtschule, 50667 Köln

Keine Kosten, keine Anmeldung

**Veranstalter: DOMFORUM, Förderverein
 Romanische Kirchen Köln e.V. und
 Katholisches Bildungswerk Köln**

Wissenschaft im Rathaus:

03.02.2020 (Mo) 18-19:30 Uhr

„Insulin: Schutz vor Darmkrebs“

Referent: Dr. Thomas Wunderlich, Max-Planck-Institut
 für Stoffwechselforschung

Ort: Kölner Rathaus, Spanischer Bau, Ratssaal,
 Rathausplatz, 50667 Köln

Veranstalter: Stadt Köln, Kölner Wissenschaftsrunde

Fortbildungsangebot für Ehrenamtliche und
 Hauptamtliche:

„Einführung in die Pressearbeit“

Eine Einführung in die Zusammenarbeit mit
 Journalist*innen und die Konzeption eigener Medien.

17.01.2020 (Mo) Zeiten bitte erfragen

Info und Anmeldung unter Tel 0221 20407 51 oder
 20407 17, E-Mail budkova@awo-koeln.de
 (Mindestteilnehmeranzahl 8 Personen)

Monatlicher Infobrief

für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock

Lust auf ein Ehrenamt?
Haben Sie eine Idee für ein Projekt in Zollstock, das Sie gerne entwickeln möchten?
Möchten Sie sich mit anderen zusammenschließen?
Dann melden Sie sich doch einfach mal im SeniorenNetzwerk Zollstock.



Köln



**R
e
g
e
l
m
ä
ß
i
g
e

T
r
e
f
f
e
n**

| <i>Alle Gruppen finden im kleinen oder großen Saal im Bürgerhaus Zollstock statt.</i> | | |
|--|---|--|
| Aktiv im Veedel Treff für alle Interessierten | Am ersten Montag im Monat 03. Februar 2020 10-12 Uhr | Eine Anmeldung ist nicht nötig. |
| Schachclub Job mit 60 plus! Interessengemeinschaft von Rentner*innen | <i>Montags 13:30 Uhr</i> Dienstags 10:30-12 Uhr | Tel. 240 70 63 (Frau Roland) und Tel. 43 73 73 (Frau Paulat) |
| Spieletreff Canasta und andere Spiele | Dienstags 13:30 Uhr | |
| Doppelkopfrunde Qi Gong-Kurs ** www.heilpraxisbecker.de | Dienstags 14 Uhr Mittwochs 9:30-10:30 Uhr Kursgebühr Nächster Kurs 22.01.-01.04.2020 | Kursleitung: Frau Becker Tel 0221 282 36 20 www.heilpraxisbecker.de |
| Canastarunde ** Es sind noch Tische frei! | Mittwochs 10-13:30 Uhr | |
| Englischgruppe am Mittwoch (Ausnahme am 5. Mittwoch im Monat) | Am 1.+3. Mittwoch im Monat 15-16:30 Uhr 15.01.+29.01.2020 | |
| Club der Kreativen ** Das Treffen am 25.12.2019 fällt aus wegen Weihnachten. | Am 2.+4. Mittwoch im Monat, ab 14 Uhr, 08.01.+22.01.2020 | |
| Tänzerische Gymnastik Curumba ** Zwei Gruppen Fällt aus am 20.02.2020 | Donnerstags 10-11 Uhr bzw. 11-12 Uhr Kursgebühr Kurse 09.01.-27.02.2020 | Kursleitung Frau Hebestreit Tel 0221 550 31 60 und mobil 0174 900 8061 |
| Englischgruppe am Donnerstag (Ausnahme am 5. Donnerstag im Monat) | Am 1.+3. Donnerstag im Monat, 10-12 Uhr Materialpauschale 16.01.+30.01.2020 | |
| Frühstückstreffs im Netzwerk Anmeldung bitte bis zum Montag vorher. | Am 2. Donnerstag im Monat 9:30 Uhr 09.01.+13.02.2020 Umlage der Kosten | Anmeldung im SeniorenNetzwerk unter Tel 0221 379 68 03 |
| Literaturkreis Buchbesprechung - und bringen Sie bitte Ihre Neuvorstellungen mit. | Am 2. Donnerstag im Monat 15-17 Uhr 09.01.2020 | Anmeldung im Seniorennetzwerk unter Tel 0221 379 68 03 |
| Tänzerische Gymnastik | Freitags 10-11 Uhr bzw. | Siehe Curumba am |

... und in Zollstock gibt es noch viel mehr regelmäßige Angebote...

Bitte erkundigen Sie sich im SeniorenNetzwerk Zollstock
Tel 379 68 03

Gesucht werden:

Rummikub- und Rummikub-spielerinnen (neue Gruppe möglich am Mittwoch)

Schachspieler und Schach-spielerinnen