

Monatlicher Infobrief

für Zollstocker Seniorinnen und Senioren



SeniorenNetzwerk Zollstock



Tipps für Ausflüge

(Auszug aus unserer Sammlung im Treff Aktiv im Veedel am 02.07.2018):

o Forstbotanischer Garten

Die Idee, im Jahr 1964 den Forstbotanischen Garten anzulegen, kam vom damaligen Kölner Stadtdirektor Hans Berge, ein bekannter Dendrologe und großer Pflanzenliebhaber. Er wollte eine Grünanlage schaffen, die den Menschen im damals weitgehend waldfreien Kölner Süden Naherholung in einer wald- und parkartigen Landschaft ermöglicht. Wie sich die Anlage und ihr Gehölzbestand seitdem entwickelt haben, erfahren Sie bei verschiedenen thematischen Führungen.

Führungen: am 1. Mittwoch im Monat um 14:30 Uhr und 3. Samstag im Monat um 15 Uhr mit Ulrich Hensel, Forstverwaltung Kontakt: Telefon: 0221/35 43 25

Treffpunkt: Am Unterstellpilz im Zentrum des Forstbotanischen Gartens, Schillingsrotter Straße 100, 50996 Köln-Rodenkirchen

Haltestellen: Schillingsrotter Straße (KVB-Linie 135), Konrad-Adenauer-Straße (KVB-Linie 131), Rodenkirchen Bf (KVB-Linie 16)

o Wildpark Dünnwald

Dam-, Schwarz- und Muffelwild – Wie erkennt man die verschiedenen Arten, was zeichnet ihr Verhalten aus und welche Besonderheiten gibt es?

Führungen mit Jonas Schreibweis, Meinolf Zavelberg, Rolf Everhartz (Forstverwaltung, Tel 0221/6013 07) am 2. Mittwoch im Monat um 14 Uhr

Treffpunkt: Schutzhütte Ecke Kalkweg/ Mausepfad in Dünnwald am Wildpark

Haltestellen: Wildpark (KVB-Linie 154), Leuchterstraße (KVB-Linien 4, 154, 155, 157)

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Veranstalter: Stadt Köln, Amt für Landschaftspflege und Grünflächen

• Außerhalb Kölns:

LVR-Freilichtmuseum Lindlar –

Natur und Kultur wie vor hundert Jahren

Die meisten Museumsgebäude auf dem 25 Hektar großen Gelände sind detailgetreu, zum Teil mit ihrer vollständigen Ausstattung ins Museum versetzt worden, selbst der Ruß in der Schmiede ist original...

Öffnungszeiten bis 31.10.2018 Di-So 10-18 Uhr (montags geschlossen)

Eintrittspreis für Erwachsene € 6,- / Personen mit Schwerbehindertenausweis € 4,-

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln: KVB-Linie 1 bis Bensberg, Bergisch-Gladbach, weiter mit Bus 421 Haltestelle Lingenbach, zirka 500 M auf dem Museumswanderweg M5 (nicht barrierefrei). Nach den Fahrzeiten erkundigen Sie sich bitte bei der KVB.

Veranstalter: LVR-Freilichtmuseum Lindlar, 51789 Lindlar Tel 02266 9010 0

Hören ist Kopfsache
Vortrag über Schwierigkeiten beim Hören/Verstehen und die Möglichkeiten, sich das Leben zu erleichtern
19.07.2018
16 Uhr
im Bürgerhaus Zollstock
(vgl. Seite 2 Mitte)

In dieser Ausgabe:

Seite 2 + 3
Termine Juli und
Anfang August 2018

Seite 3
Neuigkeiten aus
Zollstock und
Umgebung

Seite 4
Impressum
Allgemeine
Informationen

Beilage
Gruppen im
SeniorenNetzwerk

Herzliche Einladung zum nächsten offenen Treff Aktiv im Veedel

Am Montag, 06. August 2018, ab 10 Uhr

**im SeniorenNetzwerk Zollstock im Bürgerhaus Zollstock, Rosenzweigweg 1
10 bis 12 Uhr**

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

(Vorschlag: „Aktive Bürgerschaft“ - Ergebnisse der Umfrage „Leben in Köln“ von 2016)

Der Infobrief des SeniorenNetzwerks Zollstock erscheint am Donnerstag nach Aktiv im Veedel und liegt dann zur Abholung im Bürgerhaus Zollstock aus. Er kann auch per Mail zugeschickt werden. **Der Infobrief 08/2018 erscheint am 09. August 2018.**

Ausgewählte Termine im Juli 2018 in und um Zollstock

06.07.2018 (Fr) 19-20 Uhr
Klangbilder der portugiesischen und brasilianischen Moderne
 Veranstaltung im Rahmen des portugiesischen Kulturkreises der VHS Köln
 Leitung Dr. Sebastiao Iken
Veranstalter/Ort: FORUM Volkshochschule im Museum am Neumarkt, Cäcilienstraße 29-33, 50667 Köln

07.07.-08.07.2018 (Sa ab 14 Uhr/So ab 11 Uhr)
Raderberg feiert – großes Straßenfest
 in der Gerhard-vom-Rath-Straße
 Auftritt der SNW-Gruppe Curumba am Sonntag gegen 15 Uhr
Veranstalter: Raderberg Be-Leben e.V.

08.07.2018 (So) 13 Uhr
Kultursommer 2018 am Kalscheurer Weiher: Eli Thoböll
 Romantische Walzer und fetzige Balkanrhythmen
Veranstalter/Ort: Unser Kalscheurer Weiher e.V.

08.07.2018 (So) ab 14:30 Uhr
Edelweißpiratenfestival
 Mit Zeitzeugencafé, Ausstellung und zahlreichen Künstler/innen
 Im Friedenspark, Oberländer Wall/ Ecke Titusstraße
Veranstalter: Edelweißpiratenclub e.V., NS-Dokumentationszentrum, Humba e.V., Südstadtleben e.V.

08.07.2018 (So) 15-19 Uhr
Vernissage:
„verlieren und finden im Strom der Unendlichkeit“
 Ausstellung von Burga Schmitz-Stautner mit Klaviermusik
 (Dauer der Ausstellung bis 30.09.2018)
Ort/Veranstalter: Kölner SeniorenGemeinschaft, KSG, Luxemburger Straße 101/Uni-Center

10.07.2018 (Di) 19-20 Uhr
Strategische Stadtentwicklung Kölner Perspektiven 2010 – wie geht es weiter?
 Brigitte Scholz, Leiterin des Amtes für Stadtentwicklung und Statistik der Stadt Köln, stellt Ziele und Arbeitsweise der Stadtentwicklung vor.
 Moderation Regina Stottrop und Burkard Dewey
Ort/Veranstalter: Haus der Architektur Köln, Josef-Haubrich-Hof 2, 50676 Köln

10.07.2018 (Di) 19 Uhr
Autorenabend mit Reinhard Merke ***
 Filmische Reise durch Bella Italia
 Auch Nichtmitglieder sind willkommen.
Veranstalter: Club Kölner Filmer e.V. im Bürgerhaus Zollstock

11.07.2018 (Mi) 14:30 Uhr
Kino im Odeon: „Am Strand“ ***
 Eintritt für Senioren/innen € 4,-, bitte melden Sie sich rechtzeitig telefonisch an unter Tel 0221 31 31 10!
Veranstalter: Odeon-Kino in Kooperation mit dem Kölner Leben

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei, wenn nicht anders angegeben.

12.07.2018 (Do) 9:30 Uhr
Frühstückstreff im SeniorenNetzwerk Zollstock
 Anmeldung bitte bis zum 09.07.2018 im SeniorenNetzwerk
 Tel 379 68 03
 Umlage der Kosten
Veranstalter: SeniorenNetzwerk Zollstock

12.07.2018 (Do) 18:30-22 Uhr
Open Air-Mitsingkonzert mit Björn Heuser & Band
 Spende erbeten
 Ort: Park von Michaelshoven, Pfarrer-te-Reh-Straße, 50999 Köln
 Einlass 18 Uhr
Veranstalter: Diakonie Michaelshoven e.V.

17.07.2018 (Di) 18 Uhr
„Schwarze Seele des hiligen Kölle“ – Das sündige Hafenviertel in der Nachkriegszeit
 Vortrag von Dr. Mario Kramp, Direktor des Kölnischen Stadtmuseums
 Im Rahmen der Ausstellung „einFLUSSreich, Köln und seine Häfen“
 Infos unter Tel 0221 221 22327
Ort/Veranstalter: Historisches Archiv der Stadt Köln, Heumarkt 14, 50667 Köln

19.07.2018 (Do) 16 Uhr
Hören ist Kopsache
 Viele Menschen hören zwar gut, aber das deutliche Verstehen von Sprache fällt schwer, besonders bei lauten Hintergrundgeräuschen.
Vortrag über die Schwierigkeiten beim Hören/Verstehen und die Möglichkeiten, sich das Leben zu erleichtern.
 Eine Anmeldung ist nicht erforderlich
 Ort: Bürgerhaus Zollstock
Veranstalter: Hörgeräte Lorsbach Filiale Zollstock in Kooperation mit dem SeniorenNetzwerk Zollstock

19.07.2018 (Do) 18 Uhr
Zollstocker Feierabendtour
 Am 1. und 3. Donnerstag im Monat, Mai bis September
 Treffpunkt: Haupteingang Südfriedhof
 Kostenbeitrag € 2,- für Nichtmitglieder
Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock, Kalscheurer Weg 25, 50969 Köln

20.07.2018 (Fr) 16-18 Uhr
Trauercafé der Johanniter in Zollstock
 Jeden 3. Freitag im Monat in den Räumen der Seniorenberatung, Höninger Weg 286, Zollstock
 Info bei Frau Fischer unter Tel 0221 89009 312
Veranstalter: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Ambulanter Hospizdienst

22.07.2018 (So) 11-18 Uhr
„Loss mer spille!“
 Aktionstag mit vielen ungewöhnlichen Spielen für die ganze Familie im Rahmen der Sonderausstellung „Bretter, die die Welt bedeuten“
Veranstalter/Ort: Kölnisches Stadtmuseum, Zeughausstraße 1-3, 50667 Köln, in Kooperation mit dem Spiegleclub BrettspieleN.koeln

**** Veranstaltung eventuell bereits ausgebucht.*

Ausgewählte Termine im Juli und Anfang August 2018 in und um Zollstock

22.07.2018 (So) 16 Uhr
Kultursommer 2018 am Kalscheurer Weiher:
Freio Spezial
 Musik am Kalscheurer Weiher
Veranstalter/Ort: Unser Kalscheurer Weiher e.V.

25.07.2018 (Mi) 11 Uhr
Café Impuls
 Führung in Finkens Garten
 Infos und Anmeldung unter Tel 991108-14 bzw. per Mail an ulrike.mertens-steck@stadt-koeln.de
Veranstalter: Bürgerhaus Stollwerck, Dreikönigenstraße 23, 50678 Köln, R 003

27.07.2018 (Fr) 19 Uhr
Kabarett – Äujelskess
 (auch am 28.07.2018 15 Uhr + 19 Uhr bzw. 29.07.2018 11 Uhr + 16 Uhr)
 Kölsche Wahrheiten zu Alltagssituationen und Gesellschaft
 Karten unter Tel 0221 521025, per Mail an altermarktspielkreis@web.de oder an der Abendkasse
 Eintritt € 10,-
Veranstalter/Ort: Altermarktspielkreis Köln im Pfarrsaal St. Pius, Irmgardstraße 13, Zollstock

01.08.2018 (Di) 14/15 Uhr
„Dieses bescheuerte Herz“ ***
 Einlass bereits um 14 Uhr, da vor Filmbeginn Kaffee und Kuchen angeboten wird
 Eintritt € 6,- (für Kaffee, Kuchen, Film)
Sitzplatzreservierung unter Tel 27 25 77 17
Veranstalter: Filmpalast, Hohenzollernring 22-24

02.08.2018 (Do) 18 Uhr
Zollstocker Feierabendtour
 Am 1. und 3. Donnerstag im Monat, Mai bis September
 Treffpunkt: Haupteingang Südfriedhof
 Kostenbeitrag € 2,- für Nichtmitglieder
Veranstalter: Allgemeiner Bürgerverein Köln-Zollstock, Kalscheurer Weg 25, 50969 Köln

03.08.2018 (Fr) 19 Uhr
Stammtisch für Interessierte, Mitglieder und solche, die es werden wollen
 Ort: Brauhaus am Kloster, Brühler Straße 108, Raderberg
Veranstalter: Raderberg Be-Leben e.V.

08.08.2018 (Mi) 14:30 Uhr
Kino im Odeon: „Grüner wird's nicht, sagte der Gärtner und flog davon“ ***
 Eintritt für Senioren/innen € 4,-, bitte melden Sie sich rechtzeitig telefonisch an unter Tel 0221 31 31 10!
Veranstalter: Odeon-Kino in Kooperation mit dem Kölner Leben

08.08.2018 (Mi) 15-17 Uhr
HerbstGold Erzählcafé
Mit dem Kabarettisten und Autor Konrad Beikircher
 Um Geld- und Kuchenspenden wird gebeten.
 Info bei Frau Schlegel und Tel 0221 314079 und per Mail an sonja.schlegel@ev-gemeinde-koeln.de
Veranstalter: HerbstGold in der Lutherkirche Köln, Martin-Luther-Platz, 50677 Köln

*** Veranstaltung eventuell bereits ausgebucht.
 Alle Veranstaltungen sind kostenfrei, wenn nicht anders angegeben.

Gut zu wissen: ZQP-Ratgeber „Rollator – Tipps zum sicheren Umgang“

Mit praktischen Tipps zur Nutzung, z.B. Rollator individuell anpassen, Hindernisse überwinden, Busfahren
 Mit Tipps für Unterstützung und Hilfen, z.B. Wie bleibt der Rollator funktionstüchtig? Wie wird die Wohnung fit für den Rollator? Wer übernimmt die Kosten?

Den Ratgeber gibt's im Internet unter https://www.zqp.de/wp-content/uploads/ZQP_Ratgeber_Rollator.pdf oder als Ausdruck im SeniorenNetzwerk Zollstock.

Herausgeber des kostenfreien Ratgebers: Zentrum für Qualität in der Pflege, gemeinnützige Stiftung in Berlin in Kooperation mit Sportwissenschaftlern, Physiotherapeuten und dem Robert-Bosch-Krankenhaus in Stuttgart

Neuigkeiten aus Zollstock und Umgebung

Start der neuen DUO-Schulung im September – Infoveranstaltungen im Juli, August und September

Über DUO besuchen Freiwillige ein- oder zweimal die Wochen einen Menschen mit Demenz zu Hause. Sie teilen mit ihm Erinnerungen, erzählen, lachen, spielen oder gehen spazieren und entlasten damit die betreuenden Angehörigen.
 DUO bietet vorbereitende Schulungen, eine professionelle Begleitung der Einsätze und Erfahrungsaustausch sowie eine Aufwandsentschädigung. Die nächsten Schulungen starten im September.

Infoveranstaltungen:

25.07.2018 18 Uhr (Kölner Freiwilligen Agentur, Clemensstraße 7, 50676 Köln) oder

30.08.2018 10 Uhr bzw. 19.09.2018 11 Uhr (ASB Köln, Ringstraße 28, 50996 Köln)

Kontakt: Kölner Freiwilligen Agentur e.V., Martina Thomas Tel 0221 888 278 21 duo@koeln-freiwillig.de

Veranstalter: DUO - eine Kooperation von ASB Köln und Kölner Freiwilligen Agentur e.V.

Onlinespaziergänge im SeniorenNetzwerk Zollstock: Am 28.06.2018 beantworteten Studierende der enactus-Gruppe an der Hochschule Fresenius allgemeine und spezielle Fragen zur Nutzung von Smartphones, Laptops und Tablets. Viele, aber noch nicht alle Fragen konnten beantwortet werden...

Der Termin für den nächsten Onlinespaziergang II steht noch nicht sicher fest – die Angemeldeten werden informiert. Wer ebenfalls Fragen zu Internet und internetfähigen Geräten hat und teilnehmen möchte, meldet sich bitte im **SeniorenNetzwerk Zollstock – Veranstaltungen in Kooperation mit enactus HS Fresenius.**

SeniorenNetzwerk Zollstock

Frau Marita Scheeres
Rosenzweigweg 1

50969 Köln

Träger:

AWO Köln

Telefon: 0221- 379 68 03

Mail:

awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de

www.seniorennetzwerke-koeln.de

www.awo-koeln.de

Bürozeiten:

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

Abwesenheit: 09.07.2018

**I
m
p
r
e
s
s
u
m**

SeniorenNetzwerke verbinden

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

Dahlienpracht im Botanischen Garten

Mit mehr als 1.200 Pflanzen und über 330 Sorten, auch mit der Neuschöpfung „Flora Köln“

Zeitraum Ende Juli bis circa Ende September 2018

Öffnungszeiten des Gartens täglich 8 bis 18 Uhr

Haltestellen: Zoo/Flora (KVB-Linien 18, Bus 140)

Veranstalter: Amt für Landschaftspflege und Grünflächen der Stadt Köln und Flora Köln

Tanz im Domforum:

09.07.2018 (Mo) 19:30 Uhr

Mambo

16.07.2018 (Mo) 19:30 Uhr

Salsa

Der ungarische Tanzchampion Kriszti Eisolt vermittelt die richtigen Schritte und die wichtigsten Elemente der Tänze. Ein Tanzpartner ist nicht erforderlich – Solo choreographien.

Veranstalter/Ort: Domforum Köln

Festliche Chormusik am 14.07.2018 (Sa) 17 Uhr

W.A. Mozart: Missa Brevis D-Dur KV 194 und Misericordias Domini KV 222

Im Rahmen der Vorabendmesse

Mit dem Madrigalchor der HfMT Köln und Vokal- und Instrumentalsolisten unter Leitung von Prof. R. Schuhenn

Veranstalter/ Ort: Hochschule für Musik und Tanz Köln in St. Andreas, Komödienstraße 6-8, 50667 Köln

Boulevard de Cologne

Fotoausstellung mit Werken des Fotojournalisten von **Bernd Kollmann** (1946-2017) aus den 60er- und 70er Jahren mit bekannten und unbekanntem Gesicherten aus Medien, Politik, Sport, Wirtschaft, Karneval und mehr.

Eintritt frei

06.07.-09.07.2018 10-18 Uhr (evtl. länger)

Veranstalter /Ort: DuMont Carré, Breite Straße 72, 50667 Köln

Textproben

Die Autorenwerkstatt der Uni Köln stellt Kurzprosa, Lyrik, Auszüge aus Romanen, Essays und ähnliches vor.

12.07.2018 (Do) 20 Uhr

Eintritt frei

Veranstalter: Stadtbibliothek Köln in der Stadtbibliothek Sülz, Wichterichstraße 1, Köln-Sülz

Zu Wein und Musik:

Good feeling – Reggae und Karibik

15.07.2018 (So) 16-18:30 Uhr

Veranstalter /Ort: Thomaskirche, Neusser Wall / Ecke Lentstraße, 50670 Köln

Neues Internetportal zu Beratungs- / Hilfsangeboten

Im Internetportal www.pflegewegweiser-nrw.de können sich Pflegebedürftige und Angehörige einen Überblick über passende Beratungsangebote in der Nähe verschaffen.

Unter der Rufnummer 0800 404 00 44 können Ratsuchende werktags von montags bis freitags 9-19 Uhr und samstags 9-14 Uhr gebührenfrei anrufen.

Projekt KoNAP – KompetenzNetz Angehörigenunterstützung und Pflegeberatung NRW – vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW, von den Landesverbänden der Pflegekassen und dem Verband der Privaten Krankenversicherung

Domforum:

Friedensmeditation im Raum der Stille

Hier können sich Menschen von der Hektik der Stadt und dem Lärm der Straße zurückziehen und zur Ruhe kommen.

Meditationsanleitung wird angeboten.

Montags 18-18:30 Uhr

Dienstags 16:30-17 Uhr

(anschließend Zeit für Fragen und Erklärungen)

Donnerstags 18-19:30 Uhr

Veranstalter /Ort: Domforum

Monatlicher Infobrief

für Zollstocker Seniorinnen und Senioren

SeniorenNetzwerk Zollstock



R
e
g
e
l
m
ä
ß
i
g
e

T
r
e
f
f
e
n

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

Bitte erkundigen Sie sich bei Frau Scheeres im SeniorenNetzwerk Zollstock
Tel 379 68 03

Gesucht werden:

Backgammon-
spieler und –
spielerinnen

Rummikubspieler
und -spielerinnen
(neue Gruppe
mittwochs)

Schachspieler und
–spielerinnen

Bitte melden Sie sich im SeniorenNetzwerk Zollstock!

Aktiv im Veedel Treff für alle Interessierten **	Am ersten Montag im Monat 06. August 2018, 10-12 Uhr	Bürgerhaus Zollstock
Ganzheitliches Gedächtnstraining **	Am 2.+4. Montag im Monat, 10 Uhr, Materialpauschale 13.07. + 27.07.2018	Bürgerhaus Zollstock Information im SeniorenNetzwerk
Jung begegnet Alt – Alt trifft Jung Senioren/innen des Netzwerks in der Förderschule Rosenzweigweg	<i>Das Projekt ist nach</i> <i>sieben Jahren vorerst</i> <i>beendet.</i>	Treff am Bürgerhaus Zollstock
Schachclub Job mit 60 plus! Interessensgemeinschaft von Rentner/innen	Montags 13:30 Uhr Dienstags 10:30-12 Uhr www.jobs60plus.de	Bürgerhaus Zollstock Bürgerhaus Zollstock Tel. 240 70 63 (Fr. Roland) und Tel. 43 73 73 (Fr. Paulat)
ABC-Club (Skat) ** Spieletreff Canasta und andere Spiele **	Dienstags 13 Uhr Dienstags 13:30 Uhr	Bürgerhaus Zollstock Bürgerhaus Zollstock
Doppelkopfrunde ** Qi Gong-Kurs ** Kursgebühr Kostenfreies Schnupperangebot am 19.09.2018	Dienstags 14 Uhr Mittwochs 9:30-10:30 Uhr Nächster Kurs ab 19.09.2018	Bürgerhaus Zollstock Bürgerhaus Zollstock Kursleitung: Frau Becker Tel 282 36 20 www.heilpraxisbecker.de
Canastarunde ** Es sind noch Tische frei!	Mittwochs 10-13:30 Uhr	Bürgerhaus Zollstock
Englisch: English american conversation club EACC	Am 1.+3. Mittwoch im Monat, 15-16:30 Uhr Materialpauschale 18.07. + 01.08.2018	Bürgerhaus Zollstock Tel. 99 20 56 18 Kursleitung: Herr Thamm
Club der Kreativen **	Am 2.+4. Mittwoch im Monat, ab 14 Uhr, 11.07. + 25.07.2018	Bürgerhaus Zollstock
Wandergruppe **	Am 1.+3. Donnerstag im Monat, Treff 10 Uhr 19.07. + 02.08.2018	Haupteingang Südfriedhof
Englischgruppe: TwogroupE	Am 1.+3. Donnerstag im Monat, 10-12 Uhr Materialpauschale 19.07. + 02.08.2018	Bürgerhaus Zollstock Kursleitung: Herr Thamm S. Englisch am Mittwoch
Frühstückstreff **	Am 2. Donnerstag im Monat, 9:30 Uhr 12.07.2018 Umlage der Kosten	Bürgerhaus Zollstock Anmeldung im SeniorenNetzwerk Tel 379 68 03 bis 09.07.2018
Bowlingspielen mit der Spielkonsole Wii	Nach dem Frühstückstreff	Bürgerhaus Zollstock
Tänzerische Gymnastik Curumba Zwei Gruppen Treffen am 13.07.2018 fällt aus Gedächtnstraining	Freitags 10-11+11-12 Uhr Kursgebühr Bis 27.07.2018	Bürgerhaus Zollstock Siehe Curumba Donnerstag
	Am 1.+3. Freitag im Monat, 10 Uhr, Materialpauschale 20.07. + 03.08.2018	Bürgerhaus Zollstock Information im SeniorenNetzwerk
Gemeinsame Zoobesuche und andere Ausflüge (abhängig vom Wetter)	Am 1. Freitag im Monat 12 Uhr 03.08.2018	Bürgerhaus Zollstock
** Alle Gruppen und Treffen, die fett gedruckt sind, freuen sich ganz besonders über Verstärkung!		
Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich einfach bei den Ansprechpersonen oder im SeniorenNetzwerk bei Frau Scheeres, Tel 0221 379 68 03 oder per Mail unter awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de		