

Freitag

Ausflüge, Führungen, Besichtigungen, Wanderungen

Organisiert und begleitet von engagierten Ehrenamtlern.
Bei Anmeldung ist direkte Bezahlung notwendig.

Wanderung:

- 26. März Wanderung im Eifgenbachtal**
Begleitung: Frau Kemper-Conradi
- 30. April Bärlauch-Wanderung**
Begleitung: Wolfgang Müller
- 28. Mai Obstwieseweg „Gut Ophoven“**
Begleitung: Frau Kemper-Conradi
- 25. Juni Rheinsteig-Wanderung**
Begleitung: Wolfgang Müller

Ausflug:

- 17. Aug. Grillfahrt nach Wiehl im Bergischen Land**
Begleitung: Frau Abram, Frau Henke, Herr Anhalt

Führungen:

- 26. Febr. Kölner Geschichte von den Römern bis heute**
Begleitung: Frau Esser
- 06. Mai Friedhof Melaten, Führung auf Kölsch**
Begleitung: Herr Esser
- 11. Juni Dinosaurier Ausstellung, Museum König in Bonn**
Begleitung: Karl Dröge

Achten Sie bitte auf aktuelle Aushänge!

Sonderveranstaltungen im Café Treffpunkt

Osterbrunch

Termin: Gründonnerstag, 01. April, 10:30 Uhr,
Beitrag: 7,00 € (Kölnpassinhaber 5,00 €)

Stadtteilstift auf dem Pariser Platz

Termin: Sonntag, 13. Juni, 11-18.00 Uhr Café-Öffnung

Besondere Projekte

Nähere Informationen unter:
Tel. 0221 - 221-96 411

„Klub aktiv“ – Netzwerkgruppe Kölner Norden

**Offenes Treffen jeden 1. und 3. Montag im Monat
16.00 – 18.00 Uhr, Ort: Café „Treffpunkt“**

In dieser Gruppe treffen sich Menschen, die ihr
Alter gemeinsam aktiv gestalten wollen und sich
ggf. bürgerschaftlich engagieren wollen.

Türkische Frauengruppe

Jeden Freitag von 14.00 – 18.00 Uhr

Ort: Café „Treffpunkt“

Neue Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen.

Türkische Männergruppe

Jeden Dienstag von 14.00 – 18.00 Uhr

Ort: Café „Treffpunkt“

Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen.

Ehrenamtliche Mitarbeit / Soziales Engagement

Soziales Engagement bedeutet, Menschen zu geselligen,
sportlichen und kulturellen Aktivitäten und Bildungs-
angeboten zusammenzubringen. – Wenn Sie sich
ehrenamtlich engagieren oder neue Ideen für Angebote
einbringen möchten, können Sie sich telefonisch melden
oder persönlich Kontakt aufnehmen.

Für die Planung und Organisation von Führungen,
Besichtigungen und Wanderungen werden zur Zeit neue
ehrenamtliche MitarbeiterInnen gesucht. Für unser
Projekt „Ehrenamtlicher Fahrdienst“ werden noch Fahrer,
Begleiter und Helfer für die Büroarbeiten gesucht.

ZwAR-Gruppen

„Zwischen Arbeit und Ruhestand“ – mehrere Gruppen
von 50-65-Jährigen, die aktiv bleiben wollen, Kontakte
suchen und ihre Freizeit gemeinsam gestalten möchten.
Es gibt Gruppen in Esch, Pesch und Chorweiler.
Die TeilnehmerInnen treffen sich alle 14 Tage.

Interkulturelle ZwAR-Gruppe – Offener Treff

**jeden 1., 3. und 5. Montag im Monat,
17.00 – 20.00 Uhr**

Ort: Café „Treffpunkt“

Frauen und Männer ab 45 Jahren, aus verschiedenen
Kulturkreisen, treffen sich für gemeinsame Aktivitäten
und zum gegenseitigen Kennenlernen.

Sommerpause Café Treffpunkt:

Das Seniorencafé ist in den Sommerferien geschlossen von:
Montag, 2.08. bis Freitag, den 27.08.2010
Wir sind ab Montag, den 30.08.2010 wieder für Sie da.

Kursangebote auch für Senioren finden Sie im Faltblatt „Kurse“!

z.B. Theater, Pilates, Wassergymnastik, Wirbelsäulengymnastik,
Aqua-Jogging, Funktionale Gymnastik, Nordic Walking

Bürgerzentrum Chorweiler

Pariser Platz
50765 Köln
Tel. 0221-221-96 379
www.buergerzentrum-chorweiler.de
info@buergerzentrum-chorweiler.de

Unsere Lage:

Im Herzen von Chorweiler direkt am City Center
Chorweiler mit zahlreichen Geschäften.

Zentrale Autobahnanbindung:

An der A1 und A 57 gelegen, Ausfahrt
Chorweiler – Parkplätze ausreichend vorhanden



S-Bahn Linie 11:

Nur 15 Min. von
Köln Hbf bis Halte-
stelle Chorweiler

U-Bahn Linie 15:

30 Min. von
Kölner Innenstadt
bis Haltestelle
Chorweiler



Der Oberbürgermeister

Amt für Soziales und Senioren

Der Oberbürgermeister



Bürgerzentrum Chorweiler



Senioren 55+

Januar – Juli

2010

Café „Treffpunkt“
Tanz
Ausflüge
Ehrenamt
Vorträge
ZwAR-Gruppen

Das Café „Treffpunkt“ – mit Herz am Pariser Platz



Zentral gelegen, direkt am Pariser Platz (Eingang rechts neben dem Bezirksrathaus), finden Sie das Café „Treffpunkt“. Das Café steht allen Menschen offen, die sich von der Atmosphäre und dem Programm angesprochen fühlen. Sie können hier von Montag bis Donnerstag

frühstücken, preiswert zu Mittag essen, sich nachmittags zum Kaffee treffen und an den zahlreichen Angeboten teilnehmen.

Öffnungszeiten Café „Treffpunkt“:

Montag	8.15 – 16.30 Uhr
Dienstag	8.15 – 14.00 Uhr, anschließend Tanz im Saal
Mittwoch	8.15 – 16.30 Uhr
Donnerstag	8.15 – 16.30 Uhr
Freitag	geschlossen

8.15 – 10.30 Uhr: Frühstück ab 2,50 €

12.30 – 13.30 Uhr: Mittagessen – täglich frisch zubereitet – 4.50€ (mit Kölnpass 3,20 €); **Vorsuppe, Dessert je 0,50 €**
Anmeldung am Vortag erforderlich: Tel. 0221-221-96 301

14.00 – 16.30 Uhr: Kaffee, Kuchen und kleine Leckereien



Die Mitarbeiterinnen des Cafés:
Nicole Sdunek und Gabi Haas

Hauptamtliche Mitarbeiter/innen



Heidi Abram
Tel.: 0221-221-96 168
Sprechzeit: Do. 14.00 – 15.30 Uhr



Angelika Henke
Thomas Gruner
Tel.: 0221-221-96 411



Sonntag

Sonntagscafé

14.00 – 17.00 Uhr

An jedem 1. und 3. Sonntag im Monat öffnen Ehrenamtler das Café für Senioren, die Lust auf selbstgebackenen Kuchen, Waffeln und natürlich Gesellschaft haben!

Jan. 03., 17.	April 18.	Juli 04., 18.
Feb. 07., 21.	Mai 02., 16.	Aug. 01., 15.
März 07., 21.	Juni 06., 20.	

Montag

Geburtstagsfrühstück

10.00 – 12.00 Uhr

Die „Geburtstagskinder“, deren Geburtstage uns bekannt sind, laden wir zu einem Frühstück ein, das alle zwei Monate stattfindet. Je Geburtstagskind kann ein Gast mitgebracht werden. (Gedeck 3,50 €)

Eine Anmeldung ist erforderlich bei Nicole Sdunek,
Tel. 0221-221-96 301.

1. Feb. | 15. März | 26. April | 28. Juni

Frauenfrühstück und Männerfrühstück

Angebot für Gruppen und Einzelpersonen: Gemeinsam frühstücken, miteinander reden, Aktuelles und Zeitloses an- und besprechen, einander zuhören, sich mit Neuem auseinandersetzen.

Kosten: ab 2,50 €

Offene Karten- und Spielerunde

Ab 14.00 Uhr

Es wird Skat, Rommé, Doppelkopf, Canasta und anderes gespielt!



Café:
Tel. 0221-221-96 301
Bitte achten Sie auf
aktuelle Aushänge!

Dienstag



Dienstagstanz 55+

14.00 – 16.30 Uhr

Ort: Großer Saal

Eintritt: 4,00 € je Teilnehmer,
(Kölnpassinhaber 3,00 €)

Tanzen ist beschwingtes Training, von dem man nie genug bekommt. Jeder kann es und es macht in jeder Form und in jedem Alter Freude, Lebensfreude. Damen und Herren ab 55 Jahren sind herzlich eingeladen nach Live Musik von Standard über Latein bis modernen Tänzen- alles, was gefällt, aufs Parkett zu legen. Ob als Paar oder Solist, jeder kann mitmachen und neu dazu kommen, Geselligkeit ist garantiert, ebenso wie kleine Erfrischungen zu kleinen Preisen. Bei besonderen Brauchtumsfesten bieten wir Ihnen ein abwechslungsreiches Zusatzprogramm. Beachten Sie hierzu bitte unsere Ankündigungen im Cafe Treffpunkt.

Feb. 02. Karnevalstanz, 23.	Juni 01., 08., 15., 22., 29.
März 02., 23., 30.	Juli 06., 13., 20., 27.
April 06., 13., 20., 27.	Aug. 03., 10., 17., 24., 31.
Mai 04. Maitanz, 18., 25.	

Mittwoch

Gedächtnistraining mit Ute Schwab

1. Gruppe: 9.30 – 11.00 Uhr

2. Gruppe: 11.00 – 12.30 Uhr

Ort: Café „Treffpunkt“ | Kosten: 1,- € je Teilnehmer

Auf spielerische Art können Sie unter fachkundiger Anleitung in entspannter Atmosphäre und ohne Leistungsdruck Ihr Gedächtnis trainieren.

Info-Nachmittage

Ort: Café „Treffpunkt“ | beitragsfrei
Termine? Aushänge beachten!

- Muss ich als Rentner eine Steuererklärung abgeben? Das Finanzamt informiert und gibt Hilfen. 22. April, 10.00-16.00 Uhr, Foyer des Bürgerzentrum Chorweiler
- Wie erhalte ich einen Kölnpass? Hilfe bei Antragstellung
- Wie schütze ich mich vor Gewalt und Betrug?
- Wie funktioniert (m)ein Handy? – Praktische Hilfe und Anleitung
- Wie ziehe ich die richtige Fahrkarte bei KVB oder Bundesbahn?

Richtig atmen und entspannen mit Margret Korecky

11.30 - 12.30 Uhr

Ort: Sportraum | Kosten: 1,50 €

Atemtechniken, Meditationen, Phantasie Reisen u. ä. dienen der Entspannung und der Erhaltung der Gesundheit. Diese Übungen sind auch für Menschen mit körperlichen Einschränkungen geeignet. Einstieg jederzeit möglich.

Donnerstag

Nostalgie-Touren

11.00 Uhr

Treff: Café „Treffpunkt“

Ausflüge á la „Da war ich schon lange nicht mehr!“ – Besonders für körperlich eingeschränkte Senioren geeignet! Geplant und begleitet von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen.

01. Feb.	Museum- Odysseum
04. März	Sportmuseum
01. April	Rheinauhafen-Friedenspark/ Römerpark
06. Mai	Rheinpark
17. Juni	Öko-Erlebnispfad mit Führung im Park

Begleitung:

Renate Lemanczik, Pauline Heisterbach, Karl Dröge.
Ansprechpartnerin: Angelika Henke, Tel.: 221-96411

„Handarbeitskreis“

14.30 Uhr

Frauen treffen sich zum Reden und Feiern. Früher wurde auch handgearbeitet.

Fröhliche Runde

14.30 Uhr

Frauen und Männer treffen sich zum Reden, zur gegenseitigen Unterstützung und zur Planung gemeinsamer Unternehmungen!