

Aktiv im Veedel - im SeniorenNetzwerk Höhenhaus

Das SeniorenNetzwerk Höhenhaus lebt von aktiver und engagierter Mitarbeit. Engagement im SeniorenNetzwerk Höhenhaus bedeutet Begeisterung und Freude beim Tun - getreu dem Ansatz "ich für mich - mit anderen". Engagement im SeniorenNetzwerk Höhenhaus ist auch gelebte Nachbarschaft(shilfe), "ich mit anderen für andere!"

Engagement im SeniorenNetzwerk Höhenhaus steht für "Miteinander - Füreinander im Veedel!"

Die Netzwerkgruppen und ihre Angebote sind vielseitig und offen für alle. Bringen auch Sie Ihre Ideen, Erfahrungen und Begabungen ein! Sie können z.B.

- Freizeitaktivitäten (Ausflüge, Stadtteilführungen, Spaziergänge, Wanderungen) organisieren
- die Öffentlichkeitsarbeit des Netzwerkes gestalten
- kulturelle Aktivitäten (Museum, Kino, Oper, Theater) organisieren
- ein eigenes Projekt entwickeln

und das mit Unterstützung von Gleichgesinnten sowie der Koordinatorin des SeniorenNetzwerkes.

Neues Wohnen im Alter - Mehrgenerationenwohnen in Höhenhaus / Dünnwald:

Die Gruppe sucht nach aktiven Interessierten, die bei diesem Wohnprojekt mitmachen möchten und sich ein „gemeinschaftliches“ Wohnen vorstellen können!

Wohnen vorstellen können!
Info: Brunni Beth, Tel. 630 90 38

Platz für Ihre Notizen / Termine / Kontakte:



Willkommen im SeniorenNetzwerk Höhenhaus!

Menschen treffen aufeinander, lernen sich kennen, bringen ihre Ideen mit, tauschen sich aus, organisieren gemeinsam Aktivitäten im Veedel, engagieren sich, gründen Gruppen, stoßen Projekte an oder beteiligen sich ganz einfach bei den verschiedenen Angeboten und Aktionen im Netzwerk.

Bei uns können Sie:

- an Angeboten teilnehmen, s.u.
- Gleichgesinnte kennen lernen
- Aktiv mitarbeiten, Ideen einbringen
- Angebote und Projekte umsetzen
- Ihre Wünsche / Ideen äußern, z.B. für ein Gruppenangebot

Gruppen und Projekte im SeniorenNetzwerk Höhenhaus:

- "Quartier im Veedel!": "Mittagstisch und "Frühstück im Veedel!"
- Stadteilfrühstück "Neues im Netzwerk"
- Spielertreff
- Stricken - Häkeln - Sticken
- Offener PC-Treff: PC, Internet, E-Mail und auch Handy, digitale Fotografie
- Geschichtswerkstatt Fotos erzählen „Höhenhaus früher und jetzt!“
- Neues Wohnen im Alter: Mehrgenerationenwohnen
- Öffentlichkeitsarbeit: Neu, wir suchen noch Mitmacher/innen

Ideen im SeniorenNetzwerk Höhenhaus:

- Männerkochgruppe
- Erstellung eines Stadteilplans und Seniorenwegweisers
- Kölsch schwade
- KK "Kunst und Kultur"
- Kreativ sein: Dekoration - vom Blumenschmuck, Gesteck bis Serviette

**Machen Sie mit! Einfach Ideen:
mitbringen – mitplanen – mitmachen!**

Termine Dezember 2011 im SeniorenNetzwerk Höhenhaus

(Termine ohne Ortsangabe sind im Jugend- und Gemeinschaftszentrum Salamander,
Johannesweg 5c, 51061 Köln)

Do 14.00 Uhr **SPIELETREFF**
01. u. 15. Dez. **jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat**
Rummy-Cup, Skippo oder Mensch ärgere dich
nicht! Mit Plätzchen, Kaffee, Eierlikör!

Sa 11- 17:00 Uhr **Der kleinste Weihnachtsmarkt „op d'r schäl Sick“**
03. Dez. **unser wunderschöner Weihnachtsmarkt mit**
geselligem Beisammensein in weihnachtlicher
Atmosphäre!

Mit kreativen handgefertigten Geschenken der Strickgruppe: köstliche
Marmeladen, Weihnachtsgebäck, Liköre, Stricksachen (Socken, Schals,
Mützen), Weihnachtskarten....**lassen Sie sich verzaubern bei Waffeln,**
Kaffee, Früchtetee und Glühwein.

Mi 10.00 Uhr **FRÜHSTÜCK IM VEEDEL!**
07. Dez. **jeden 1. Mittwoch im Monat**
im Gemeinschaftsraum der ASG
Dreisamweg 12

Do 14.00 Uhr **BINGO**
08. u. 22. Dez. **jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat**
NEU!! ein Gemeinschaftspiel mit viel Spaß
im Gemeinschaftsraum der ASG
Fixheiderweg 12-14

Do 14.00 Uhr **STRICKEN-HÄKELN-STICKEN**
08. u. 22. Dez. **Ob Socken, Pullover, Tischdecken anfertigen...in**
netter Gesellschaft, mit viel Spaß!

Mo 15.00 Uhr **"Mobil mit Bus und Bahn!"**
12. Dez. **Individuelles Training am stehenden Bus**
der KVB: Wie können Hindernisse für
(geh)behinderte Menschen bewältigt werden?
Mit Informationen rund um Bus- und Bahnfahren.



Termine Dezember 2011 im SeniorenNetzwerk Höhenhaus

(Termine ohne Ortsangabe sind im Jugend- und Gemeinschaftszentrum Salamander,
Johannesweg 5c, 51061 Köln)

Di 10.00 Uhr **PC-TREFF „Ran an die Maus!“**
13. u. 27. Dez. **jeden 2. und 4. Dienstag im Monat**
Offener Treff rund um den PC, Internet, E-Mail,
Handy 1x1 und digitale Fotografie! Mit Kaffee und
praktischer Hilfe!

Mi 15.00 Uhr **FOTOS ERZÄHLEN –**
14. Dez. **Höhenhaus früher und jetzt!“**
jeden 2. Mittwoch im Monat
mit Besuch der Kirche St. Johann Baptist mit Kapelle

So 16.00 Uhr **Traditionelle Jahresabschluss-Feier mit dem Jugend-**
18. Dez. **und Gemeinschaftszentrum Salamander**
unser 3. gemeinsames Jahr in Höhenhaus!!! Mit
lecker Essen, Sekt und Selters, gemeinsamen Verzähl
und Spielen!

Di 15.00 Uhr **TANZNACHMITTAG mit dem BKK Seniorentreff der**
20. Dez. **Carlsruwerker im Naturfreundehaus Honschaftsstraße**
330, Eingang Johannesweg gegenüber Ev. Gemeinde Dreisamweg

Mi 12.30 Uhr **MITTAGSTISCH – EINE STARKE SACHE!**
21. Dez. **jeden 3. Mittwoch im Monat**
im Gemeinschaftsraum der ASG, Dreisamweg 12

Vorschau 2012

Mo 16:00 Uhr **Kölner Krippengang**
09. Jan **nur mit verbindlicher Anmeldung!**
Info Brunni Beth, Tel: 630 90 38

Di 18:00 Uhr **NEUES WOHNEN in Höhenhaus - Dünnwald**
31. Jan **dienstags ca. alle 6 Wochen**
Projektgruppe "MehrGenerationenWohnen"
Info: Brunni Beth, Tel: 630 90 38



Frohe Weihnachten und ein gutes neues 2012
wünscht das SeniorenNetzwerk Höhenhaus!

