

Was es im SeniorenNetzwerk Bayenthal gibt

➤ **Politischer Gesprächskreis**

In überschaubarer Runde aktuelle Alltags- und politische Themen diskutieren, Meinungen austauschen und neue Erkenntnisse gewinnen.

Ort: Bonner Str. 288c, AWO-Raum (im Untergeschoß)

Termin: jeden ersten Montag im Monat, 10.00 – 12.00 Uhr. Wegen des Feiertags findet der Gesprächskreis diesmal am 10. Oktober statt.

Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung ist notwendig.
Ansprechpartnerin ist Frau Gobelius, ☎ 16 85 00 10

➤ **Gymnastik 60plus**

Mobilisation / Kräftigung / Entspannung: Mit einem sanften Bewegungsprogramm die Beweglichkeit und das Wohlbefinden steigern.

Ort: In den Räumen von Tajet Garden, Alteburger Str. 250, 50968 Köln-Bayenthal

Für dieses Angebot gibt es keine Plätze mehr. Sie können sich auf eine Interessensliste setzen lassen. Weitere Infos: SeniorenNetzwerk, ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter)

➤ **Yoga 60+**

Körper-, Atem- und Entspannungsübungen kräftigen auf sanfte Weise und helfen, die Beweglichkeit und die Vitalität zu erhalten und zu steigern.

Yoga-Lehrerin ist Frau Kerstin Zaunbrecher.

Termin: jeden Montag, 15.00 – 16.00 Uhr. Am 3. Oktober fällt die Yoga-Stunde aus!

Ort: Tajet Garden, Alteburger Straße 250, 50968 Köln-Bayenthal

Kosten: 10,00 € / pro Termin

Wenn Sie Interesse haben, daran teilzunehmen melden Sie sich bitte unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail unter SNW-Bayenthal@web.de.

➤ **"Wer erklärt mir mein Handy?"**

Ein Gemeinschaftsprojekt der SeniorenNetzwerke Raderberg und Bayenthal

Schülerinnen und Schüler helfen Seniorinnen und Senioren bei allen Fragen zum Handy, Tablet und Smartphone. Mit Geduld, Kompetenz und Spaß erklären Ihnen Jugendliche, wie man den digitalen Impfpass nutzen kann, Bilder per WhatsApp verschickt, mit Videotelefonie per Skype und Zoom umgeht oder einfach die ersten Schritte mit dem neuen Smartphone lernt.

Wir treffen uns jeden ersten Montag im Monat (nicht am 3. Oktober) ab 16.15 Uhr. Dann steht nur für Sie eine halbe Stunde lang ein Jugendlicher bereit, Ihre Fragen zu beantworten.

Wenn Sie Interesse an der Veranstaltung haben wenden Sie sich bitte an Frau Wagner, ☎ 0163 1613565. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist notwendig und wenn ein Termin nicht reicht – dann kommen Sie eben noch einmal.

➤ **PC-Sprechstunde:**

Offenes Angebot für alle Interessierten bei Fragen rund um den Laptop - Volker Christ

Wenn Ihr Laptop nicht so will, wie Sie wollen, ist die PC-Sprechstunde das Richtige für Sie. Damit wir für Sie Zeit haben, ist eine Anmeldung notwendig.

Ort: c/o Jugendzentrum Rheinstein, Offene Tür in Raderberg, Rheinsteinstr. 4, 2. OG

Das Angebot ist kostenlos. Eine Anmeldung unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail an SNW-Bayenthal-PC@web.de ist notwendig.

➤ **PC-Onlinehilfe**

Mit einem Laptop können Sie in die PC-Sprechstunde gehen, mit Ihrem PC nicht. Hilfe am Telefon geht zwar, aber wesentlich besser kann man jemandem helfen, wenn man den Bildschirm vor Augen hat und selber eingreifen kann.

Viele, aber nicht alle Probleme sind „Online“ lösbar. In Windows 10 gibt es dafür die „Remotehilfe“. Wie geht das?

Wir nehmen telefonisch Kontakt mit Ihnen auf und bleiben die ganze Zeit mit Ihnen über das Telefon in Verbindung. Parallel dazu bauen wir zwischen Ihrem und unserem Computer über das Internet eine Verbindung auf. Dann können wir Ihren Computer sehen und bedienen. Sie können alle Schritte verfolgen und jederzeit eingreifen. Haben wir Ihr Problem - hoffentlich - gelöst, wird die Verbindung beendet.

Alle weiteren Fragen klären wir am besten telefonisch.

Das Angebot ist kostenlos. Eine Anmeldung unter ☎ 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder per Mail an SNW-Bayenthal-PC@web.de ist notwendig.

Selbstverständlich werden bei unseren Angeboten die Hygienevorschriften der Coronaschutzverordnung eingehalten.

Hier könnte Ihr Angebot stehen!

Vielleicht suchen Sie Gleichgesinnte für eine Skatrunde, eine Wandergruppe, einen gemeinsamen Frühstückstreff, einen Literaturkreis ... oder....

Wenn Sie Interesse haben, sich in Ihrem Stadtteil zu engagieren, können wir Ihnen dabei helfen!

Bitte rufen Sie uns an (☎ 37 93 17 65, bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter) oder schreiben Sie eine Mail an ✉ SNW-Bayenthal@web.de .

Was es sonst noch gibt in und rund um Bayenthal

Bitte beachten Sie: Die weiteren Angebote werden nicht vom SeniorenNetzwerk Bayenthal veranstaltet. Bitte erkundigen Sie sich bei dem Veranstalter über Einzelheiten (z.B. Anmeldung, Bezahlung usw.)

- **Seniorenkino im Cineplex am 05. Oktober, 15.00 Uhr**

Film „Schmetterlinge im Ohr“

Antoine, ein gutaussehender Geschichtslehrer in seinen frühen Fünfzigern ist so gut wie taub.

Und das im besten Alter! Mit dem Einsatz von Hörgeräten eröffnet sich ihm bald eine neue Welt, aber die bringt nicht nur Freude. Dieses Accessoire der Alten passt einfach nicht zu seinem Selbstverständnis als Mann. Noch schlimmer ist für ihn, dass er plötzlich alles mitbekommt, was er sonst entspannt ausblenden konnte. Seine demente Mutter, seine überforderte Schwester, die von ihm jahrelang brüskierte Lehrerschaft - alles prasselt nun ungefiltert auf ihn ein. Nur ein einziger Mensch bedrängt ihn nicht: Violette, die kleine Tochter Claires, die seit dem Tod ihres Vaters nicht mehr spricht.

Plötzlich nimmt er gegen seine Natur Anteil an anderen. Mehr noch: er verliebt sich in ihre Mutter. Aber Hörgeräte sind kein Garant für gute Verständigung. Denn die will gelernt sein...

Der Eintritt kostet 6€.



- **Neue Töpfergruppe in Raderberg ab dem 5. Oktober**

Im AWO SeniorenNetzwerk Raderberg startet ab dem 5. Oktober eine neue Töpfergruppe. Mit den Händen arbeiten, Aufbautechniken erlernen, Brennen, Glasieren – Einsteiger, die Freude am Ausprobieren haben und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Begleitet und angeleitet wird die Gruppe durch eine erfahrene Töpferin.

Das Angebot findet jeden Mittwoch von 14.15 -16.30 Uhr im Gemeindehaus von St. Mariä Empfängnis, Raderberger Str. 205, statt. Eine Anmeldung bis zum 3. Oktober unter Tel. 0163-161 35 65 ist erforderlich, da es eine begrenzte Anzahl an Plätzen gibt. Die Teilnahme ist kostenlos.

- **Hänneschen: „En schäle Biesterei“**

Freitag, 07.10.2022, 15 Uhr im Hänneschen Theater, Eisenmarkt 2 – 4 , 50667 Köln

In Knollendorf wird Schäl mit Hilfe ausländischer Geldgeber zum neuen Bürgermeister gewählt. Doch „nix es ömesöns“ und so verlangen die Investoren von Schäl einen Deal. Er soll den Dorfbewohnern mitteilen, dass die Dorfkasse leer ist und ein Bankrott nur durch die Privatisierung des Wasserwerks zu verhindern ist. Der Lebensmittelkonzern „Pestlé“ macht ein Kaufangebot. Die Knollendorfer möchten den Kauf unbedingt verhindern, ahnen aber nicht, dass es sich um eine schäle Biesterei handelt. Ob Plan A oder Plan B der Knollendorfer gelingt, welche Verwicklungen und Machenschaften wohin führen, erfährt nur, wer sich „En schäle Biesterei“ anschaut.

Anmeldung: SeniorenNetzwerk Zollstock, Marita Scheeres: 379 68 03
awo.seniorennetz.zollstock@gmx.de

- **Seniorenkino im Odeon** am 12. Oktober, 14.30 Uhr, Severinstraße 81, 50678 Köln

Film: „Da kommt noch was“, 99 Minuten



Spätestens als Helga durch den Boden ihres Wohnzimmers kracht, wird ihr klar, dass sie feststeckt. Zwei Jahre ist es her, dass ihr Ehemann sie für eine andere Frau verlassen hat, aber sie ist immer noch wütend und verletzt. Alles ändert sich, als ihre Putzfrau in den Urlaub fährt und den polnischen Arbeiter Ryszard als Vertretung schickt. Anfangs selbst noch Zielscheibe von Helgas Unmut, wird Ryszard bald ihr Vertrauter. Obwohl sie nicht die gleiche Sprache sprechen, fühlt Helga sich verstanden. Im Schutz der eigenen vier Wände kommen die beiden sich näher. Doch als Helgas Familie und Freunde von ihrem Geheimnis erfahren, fällt es ihr schwer, vor den anderen zu ihren Gefühlen für Ryszard zu stehen, der so gar nicht dem gängigen Männlichkeitsbild ihres Milieus entspricht. Wird Helga ihr junges, spätes Glück gesellschaftlichen Konventionen opfern?

Der Eintritt kostet 6,00 €.

- **Gemeinsamer Stammtisch Bayenthal und Rodenkirchen im Begardenhof, Rodenkirchen**

Jeden 2. Donnerstag im Monat (das nächste Mal am 13. Oktober) findet im „Hotel Begardenhof“, Brückenstraße 41, Rodenkirchen ein Senior*innen Stammtisch statt. Beginn ist um 15.00 Uhr - bei schönem Wetter auf der Terrasse.

Ansprechpartnerin ist Petronella Pistor-Rossmann, ☎ 0151 288 70 540 oder Marlies Marks, ☎ 0221 354031 (AB).

- **Spurensuche: Bauhaus-Architektur von Wilhelm Riphahn**

am 16. Oktober 2022, 10.30 – 12.00 Uhr

Auf die dritte Spurensuche durch die Zollstock-Siedlung zu Gebäuden der Bauhaus-Architektur von Wilhelm Riphahn lädt die Bürgervereinigung ein. Kunsthistorikerin Angelika Lehndorff-Felsko führt die Gruppe am Sonntag, 16. Oktober 2022 um 10:30 Uhr auf vielfachen Wunsch nochmals durch Zollstock. Während der einzelnen Etappen entlang des Zollstockgürtels, der Vorgebirgsstraße und deren Seitenstraßen bis hin zum denkmalgeschützten Rosenzweigpark sehen Gäste, welche Anregungen die Architektur des Bauhaus und die niederländische De Stijl-Bewegung in Köln-Zollstock gab. Die Gruppe schaut sich auch die schönen Bauten von Manfred Faber am Höninger Weg an. Aufgrund seines jüdischen Glaubens wurde Manfred Faber im Dritten Reich verfolgt und starb 1944 im KZ Auschwitz. Manfred Faber war neben Riphahn ein herausragender Vertreter des Neuen Bauens in den 1920er Jahren.

Treffpunkt: 10:15 Uhr an der KVB-Bushaltestelle Zollstockgürtel (130, 131, 134), 50969 Köln. Dauer: 10:30 bis 12:00 Uhr, Kosten: 8 Euro für Mitglieder, 13 Euro für Nichtmitglieder. Maximal 25 Personen. Anmeldung erforderlich auf www.buergervereinigung-rodenkirchen.de

- **„Das persische Köln“ mit Anahita Mehdipor** am Samstag, 22. Oktober, 11.00 – 14.30 Uhr

Kardamom, Zimt und Rosenwasser... Düfte, die unsere Sinne verzaubern.

Persische Dichtung, orientalischer Bauchtanz, Instrumente und Gesang aus dem Morgenland. Auf den Spuren von Sheherazade und 1001 Nacht, aphrodisischen Gerichten mit Granatapfel-

saft und Walnüssen und Klänge eines Tars oder Tombaks. All das ist auch bei uns hier in Köln zu sehen, hören und schmecken. Anahita Mehdipor, in einem persischen Verlagshaus in Köln aufgewachsen, ist mit Kultur und Literatur des Iran von Haus aus vertraut, auch wenn Sie die Heimat ihrer Vorfahren nie selbst besucht hat. Die Journalistin weiß genau, zu wem sie uns führen muss, um den zauberhaften Orient in Köln zu finden. Musikalisch begleitet Syavash Mohammadian Rastani die Reise. Er hat schon in Teheran als Kind Klavier gespielt und zeigt uns in Köln die Klänge der persischen Rythmusinstrumente Tambak und Daf. Im Anschluss zur Tour ist der Besuch eines persischen Restaurants auf eigene Kosten möglich.

30 €. Karten und weitere Infos: <https://www.grenzgang.de/programm/das-persische-koeln/>
Startpunkt: „Rundes Haus“, Salierring 32, 50667 Köln

- **Offene Führung für Erwachsene in Finkens Garten** am Sonntag, 23. Oktober, 15 Uhr
Finkens Garten, Friedrich-Ebert-Straße 49, 50996 Köln.

Den Herbst mit allen Sinnen genießen – natürlich ist der Garten nicht nur für Kinder spannend!
Gehen Sie mit Gartenleiterin Rebecca Lay durch den Naturerlebnispfad und erleben Sie den farbenfrohen Herbst mit allen Sinnen.

Eintritt ist frei, eine Spende ist gerne gesehen.
Info: ☎ 285 73 64.



- **Kölsch im Radio am Dienstag**, 25. Oktober, 20.30 Uhr
Klaaf un Tratsch op kölsche Aat

Aus dem Studio "Bild und Ton Colonia e.V." über Radio Köln auf UKW 107.1 meldet sich Katharina Petzoldt mit Klaaf un Tratsch op kölsche Aat.

Radio Köln auf UKW 107.1

- **Führung durch die Kölner Altstadt** am 25. Oktober von 11.00 – 12.30 Uhr.

Der Weg vom Heumarkt zum Dom ist kurz, doch durch eine hohe Dichte an Geschichten und Anekdoten gekennzeichnet. Alle KölnerInnen kennen das Viertel, aber es birgt noch Überraschungen: Wie alt sind die Häuser der Altstadt wirklich? Wie ging es zu, als der Alter Markt noch Marktplatz war? Was hatten Könige und Kaiser in einer Metropole der Kaufleute zu suchen?

Führung mit John Sykes, Stadtführer und Autor.

Anmeldung: SeniorenNetzwerk Raderberg, Heike Wagner: ☎ 0163 161 35 65.

Details nach Anmeldung. Die Führung ist kostenfrei.

- **Vortrag Update Radiologie: Moderne MRT-Diagnostik – Mehrwert und Innovationen**

am Samstag dem 29. Oktober, 11.00-12.00 Uhr in der Cafeteria des St. Antonius Krankenhaus, Schillerstr 23, 50968 Köln-Bayenthal

Referent ist Dr. med. Sascha Hammerschlag, Facharzt für Diagnostische Radiologie.

In seinem Vortrag werden weitere Vorteile und Neuigkeiten der MRT-Diagnostik erläutert. Zudem werden Nutzen und Risiko einer Kontrastmittelgabe, sowie Limitationen und Innovationen erörtert. Der Eintritt ist frei.

- **Tanzvideos statt Tanztees**

„Tanztee“ – Tanz mit!

In Kooperation mit dem Bürgerverein RADERBERG-und-THAL e.V. treffen wir uns normalerweise jeden 3. Freitag im Monat im Gemeindesaal Philippus-Kirchengemeinde. Aufgrund der Corona Schutzverordnung können wir im Moment keinen Tanztee anbieten. Stattdessen haben wir eine schöne Alternative gefunden um die Tanzpause zu überbrücken: Kostenlose Tanzvideos statt Tanztee!

Die Tanzlehrerin, Maren Jahnke vom Tanzzentrum Weißhausstraße hat einige Online Videos produziert, die man auch einzeln zuhause sehr gut nachtanzen kann.

Wer Interesse hat, kann auf Anfrage die Anmeldedaten bei der Koordinatorin Mechthild Lauf Tel. 0163 69 38 433 oder beim Bürgerverein, silke.kievernagel@raderbergundthal.de erhalten.

Impressum

SeniorenNetzwerk Bayenthal, Netzwerkteam
c/o St. Antonius Krankenhaus, Schillerstr. 23, 50968 Köln
☎ 0221 – 37 93 17 65 (bitte nutzen Sie den Anrufbeantworter)
✉ SNW-Bayenthal@web.de
www.seniorennetzwerke-koeln.de