

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: Montag, dem 5. September, 10.00 – 12.00 Uhr.

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 – 17.00 Uhr

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 ab 16.15 Uhr. Dann steht nur für Sie eine halbe Stunde lang ein Jugendlicher bereit, Ihre Fragen zu beantworten.

Natürlich werden die Hygieneschutzmaßnahmen eingehalten.

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 Rheinsteinst, 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.

➤ **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.)

- **Comedy in der Lutherkirche** am Freitag, 02. September, 20 Uhr

Lutherkirche Südstadt, Martin-Luther-Platz 2-4, 50677 Köln

Abwechslungsreiche Comedyshow mit bis zu 7 Comedians und ein Überraschungsprogramm mit Lachgarantie.

Karten gibt es an der Theaterkasse Neumarkt, U-Bahn Passage (12€) oder an der Abendkasse (15€). Begrenztes Ticket-Kontingent.

- **Bayenthaler Schützenfest** vom 3.- 5. September

Samstag, 3.9., 18.00 Uhr bis ca. 21.00 Uhr:

18.00 Uhr "Großer Zapfenstreich", Pfarrkirche St. Matthias, Mathiaskirchplatz, Bayenthal, danach Festzug durch Bayenthal bis zum Schützenheim (Bunker), Marktstraße 8, Raderberg. Ab 19.30 Uhr "Schwof im Schützenheim, anschließend großes Feuerwerk.

Sonntag, 4. 9., 14.30 Uhr: Aufstellung zur Parade mit Festzug durch Bayenthal bis zum Vereinsheim, Marktstr. 8. Um 16.00 Uhr Kaffee und Kuchen im Vereinsheim

Montag, 5.9., 19.00 Uhr bis ca. 23.00 Uhr: Großer Krönungsball mit Krönung des Schützenkönigs und der anderen Würdenträger, Vereinsheim, Marktstr. 8.

- **Seniorenkino im Cineplex** am 07. September, 15.00 Uhr

Film „DownTon Abbey II“



Einige Zeit nach dem königlichen Besuch von King George und Queen Mary auf Lord Granthams Anwesen sind die Crawleys wie auch ihre bunte Dienerschaft erneut in Aufruhr, als eine Filmproduktion auf dem Anwesen für reichlich Unruhe sorgt und zusätzlich eine große Reise an die Côte d'Azur ansteht. Die anbrechende neue Ära hält so einige Überraschungen bereit

- **Stammtisch im Begardenhof, Rodenkirchen**

Jeden 2. Donnerstag im Monat (das nächste Mal am 8. September) 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.

- **„Us 200 Jahre Domkranezick“** ...un bes hück bekannte Lück.

Leseführung mit Paula Hiertz am Samstag, 10. September, 14 Uhr

Kosten pro Person 5 €. Begrenzte Teilnehmerzahl, darum ist eine Anmeldung unter Tel. 0221 / 89 24 60 oder Email paula-hiertz@netcologne.de unbedingt notwendig. Treffpunkt: Altermarkt an der Rathaustreppe. Gutes Schuhwerk ist erforderlich.

- **Bal Folk (Mitmachtanz)** am Sonntag, 11. September, 16 Uhr

Alle tanzen mit! In Paaren, im Kreis, in Ketten, in Gruppen aus mehreren Personen oder alleine! Live-Musik, Spaß, Freude an Bewegung und Geselligkeit in einer besonderen Atmosphäre! Das hört sich nicht nach einer verstaubten und rigiden Tanzveranstaltung an – ist es auch nicht. Es ist BAL FOLK!

Zum Tanz spielt heute auf: die Live Band SkALD.

Ort: Lutherkirche Südstadt, Martin-Luther-Platz 2-4, 50677 Köln

Tickets gibt es zum Preis von 13€ unter: <https://lutherkirche.ticket.io/qng1manr/>

- **Seniorenkino im Odeon** am 14. September, 14.30 Uhr, Severinstraße 81, 50678 Köln

Film: „Das Leben ein Tanz“



Die 26-jährige Elise (Marion Barbeau) ist eine großartige Balletttänzerin. Sie verletzt sich während einer Aufführung und erfährt, dass sie nicht mehr tanzen kann. Zwischen Paris und der Bretagne, im Zuge von Begegnungen und Erfahrungen, Enttäuschungen und Hoffnungen, nähert sich Elise einer zeitgenössischen Tanzgruppe an. Diese neue Art zu tanzen wird ihr zu neuem Schwung und auch zu einer neuen Lebensweise verhelfen.

Der Eintritt kostet 6,00 €.

- **Gesellschaftsspiele**, Mittwoch, 14. September, 15 Uhr

Im Internationalen Caritas-Zentrum, Zülpicher Str. 273b, 50937 Köln.

Das SeniorenNetzwerk Sülz trifft sich unter dem Motto „Gesellschaftsspiele“.

Infos: Barbara Bermüller, ☎ 44 26 31

- **Übergewicht**. Vortrag im St. Antonius Krankenhaus am Donnerstag, 15. September, 17.00 Uhr.

Therapiemöglichkeiten zur Erlangung des Wunschgewichts.

Referenten: Prof. Dr. med. Jan Brabender (Chefarzt) und Dr. med. Christine Heidemann (Oberärztin Allgemein- und Visceralchirurgie).

Cafeteria, St. Antonius Krankenhaus, Schillerstr. 23, 50968 Bayenthal.

Eintritt frei, ohne Anmeldung.

- **KiM-Herbstkonzert mit Rafael Cortés** am 15. September, 19.00 – 21.30 Uhr

In der Diakonie Michaelshoven, Erzengel-Michael-Kirche in Köln-Rodenkirchen, Pfarrer-te-Reh-Straße 7, 50999 Köln.



Niemand verkörpert das andalusische Lebensgefühl in deutschen Breiten so authentisch, virtuos und warmherzig wie Flamenco-Gitarrist Rafael Cortés. Rafael Cortés spielt derart außerordentlich die Flamenco-Gitarre, dass ihm schon in jungen Jahren keine Lehrer mehr etwas beibringen konnten. All seine Konzerte enden mit Standing Ovations.

Die Erzengel-Michael-Kirche der Diakonie Michaelshoven wird die wunderbare Akustik von zwei Flamenco-Gitarren und der Cajon voll zur Entfaltung bringen. Freuen Sie sich auf einen Abend voller Emotion und Lebensfreude.

Der Eintritt ist frei. Die Arbeit der Diakonie können Sie gerne mit einer Spende unterstützen.

- **Stunksitzung Unplugged** am Sonntag, 18. September, 18 Uhr.

Die „Stunker“ kommen noch mal ins BÜZE-Ehrenfeld.

Zwölf Ensemble-Mitglieder bieten ein hochkarätiges 2 stündiges Kabarett-Programm der Extra-Klasse. Mit Grill-Spaß und bekömmlichen Gesöff.

28 €, Reservierung über termine@eschkabarett.de

Bürgerzentrum Ehrenfeld, Venloer Straße 429, 50825 Köln , Tel. 02 21 / 16 92 69 49.

- **Führung durch die Kölner Altstadt** am 20. September 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.

- **Tagesfahrt Köln/Monheim am Rhein** am Dienstag, 27. September, 11 Uhr

Unterwegs mit dem SeniorenNetzwerk Neuehrenfeld.

Eine entspannte Rheinfahrt mit Lunchbuffet und einer Führung durch die moderne Altstadt Monheims sowie einem gastronomischen Gutschein – der Tagesausflug von Köln nach Monheim am Rhein vereint Entspannung, Kultur und Genuss. Auf der Hinfahrt wird ein schönes Lunch-Bufferet mit einer Auswahl an warmen und kalten Gerichten angeboten.

Anmeldung bis 20.09.2022: SeniorenNetzwerk Neuehrenfeld, Christine Tillmann: 573 32 57, tillmann-snw@awo-koeln.de

Treffpunkt: Ableger KD ab/an Köln-Altstadt

- **Kölsch im Radio**

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.

Dienstag, 27. September, 20.30 Uhr, Radio Köln auf UKW 107.1

- **„Alt-Köln en der Weetschaff“** am Donnerstag, 29. September, 19.00 Uhr .
Gelegenheit zum „Süffelen“ und „Müffelen“

mit dem „MundartDuo op Kölsch“, Trudi & Franz Josef Knauer als Willi Ostermann Interpreten und einem Überraschungsgast.

Ort: Zum alten Brauhaus, Severinstr. 51, 50678 Köln.

Einlass ist ab 17.00 Uhr, der Eintritt kostet 12€. Eine Anmeldung ist erforderlich bei Petronella Pistor-Rossmann, ☎ 0151 288 70 540.

Veranstalter: Heimatverein Alt-Köln e.V.

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