

Ausflüge, Führungen, Besichtigungen, Wanderungen

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

Führungen:

Do. 15. März Römisch-Germanisches Museum
Referentin: Frau Esser-Danzeglocke

Do. 19. April Busführung Köln-Innenstadt
Referent: Herr Esser

Besonders geeignet für Senioren mit Mobilitätseinschränkung!

Do. 31. Mai Westfriedhof, Begleitung: Herr Esser

Wanderungen:

Fr. 30. März Jacobsweg Wermelskirchen bis Altenberg
Begleitung: Frau Kemper-Conradi

Fr. 27. April Bärlauchwanderung, Begleitung: Herr Müller

Fr. 11. Mai Nachtigallental, Königswinter – Rhöndorf
Begleitung: Frau Kemper-Conradi

Fr. 15. Juni Lampertstal, Begleitung: Frau Kemper-Conradi

Ausflug:

Fr. 29. Juni Schifffahrt Rüdesheim – Koblenz
Begleitung: Herr Müller

Sonderveranstaltungen im Café „Treffpunkt“

Karnevalsfrühstück mit Programm

Weiberfastnacht, 16. Februar 2012

9.30 – 12.00 Uhr; Beitrag: 5,00 € (Kölnpass 3,00 €)

Fischessen – Aschermittwoch, 22. Februar 2012

12.30 Uhr; Beitrag: 5,00 € (Kölnpass 3,00 €)

Osterbrunch Gründonnerstag, 05. April 2012

10.30 Uhr; Beitrag: 6,00 € (Kölnpass 4,00 €)

Stadtteilfest auf dem Pariser Platz

So. 3. Juni 2012, 11.00 – 18.00 Uhr, Café-Öffnung

Besondere Projekte

Nähere Informationen unter:

Tel. 0221-221-96411, Herr Gruner

Gruppen

„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

Türkische Männergruppe

Jeden Dienstag von 14.00 – 18.00 Uhr

ZwAR-Gruppen

„Zwischen Arbeit und Ruhestand“ – mehrere Gruppen von 50- bis 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.

Ehrenamtliche Mitarbeit / Soziales Engagement

Soziales Engagement bedeutet, Menschen zu geselligen, sportlichen und kulturellen Aktivitäten und Bildungsangeboten 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.

Ansprechpartnerin: Frau Abram, Tel. 0221-221-96 168

Schließungszeiten Café „Treffpunkt“:

Winterferien 2011: Do., 22.12.2011 bis Do., 05.01.2012;
Sommerferien 2012: Mo., 09.07. bis Do., 02.08.2012

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



Unsere Lage:

Das Café „Treffpunkt“ befindet sich in unmittelbarer Nähe des CityCenters, im Bezirksrathaus Chorweiler.

Zentrale Autobahnanbindung:

An der **A1** und **A 57** gelegen, Ausfahrt Chorweiler
Zieladresse für Navi-Eingabe: Liverpooler Platz
Parkplätze ausreichend vorhanden

Öffentliche Verkehrsmittel:

S-Bahn Linie 11:

Nur 15 Min. von Köln Hbf bis Haltestelle Chorweiler

U-Bahn Linie 15:

30 Min. von Kölner Innenstadt bis Haltestelle Chorweiler,
Ausgang jeweils Richtung Bezirksrathaus, 1 Min. Fußweg



Das Café „Treffpunkt“ – mit Herz vorübergehend im Jugendcafé Pegasus am Pariser Platz



Zentral gelegen, direkt am Pariser Platz (Eingang rechts neben dem Bezirksratshaus), 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. Bei schönem Wetter ist die Terrasse geöffnet.

Tel. Café „Treffpunkt“: 0221-221-96 301

Öffnungszeiten Café „Treffpunkt“:

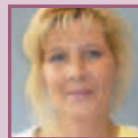
Montag	8.15 – 16.30 Uhr
Dienstag	8.15 – 14.00 Uhr, anschließend Tanz im Saal
Mittwoch	8.15 – 16.30 Uhr
Donnerstag	8.15 – 16.30 Uhr
Freitag	geschlossen

8.15 – 10.30 Uhr: Frühstück ab 2,50 €

12.30 – 13.30 Uhr: Mittagessen – täglich frisch zubereitet – **4,00 € (ermäßigt 2,50 €); Vorsuppe, Dessert je 0,60 € (ermäßigt 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



Pädagogische Mitarbeiter/innen:

Heidi Abram

Tel.: 0221-221-96 168

Sprechzeit: Do. 14.00 – 15.30 Uhr



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. 15.	April 01., 15.	Juli 01., 15.
Feb. 05., 19.	Mai 06., 20.	
März 04., 18.	Juni 03., 17.	

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.

06. Feb. | 19. März | 14. Mai | 25. Juni

Theaterkurs für alle ab 50

11.00 – 12.30 Uhr | Ort: Foyer des Handwerkerhofes Chorweiler, Athener Ring 3 | Monatsbeitrag: 25,00 €

Unter professioneller Anleitung der Theaterpädagogin erlernen Sie die Grundlagen des Theaterspiels. Stück für Stück, Szene für Szene wird das Schauspiel gemeinsam mit viel Spaß erarbeitet. Zum Abschluss jeder „Spielzeit“ wird das gemeinsam erarbeitete Theaterstück im großen Saal des Bürgerzentrum Chorweiler uraufgeführt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich und der Einstieg ist jederzeit möglich. Vorbeikommen und mitmachen, auch Männer mit Bühnenambitionen sind gerne gesehen.

Offene Karten- und Spielerunde

Ab 14.00 Uhr

Ob Rommé, Skat oder Canasta, ob Anfänger oder Fortgeschrittene, jeder ist in den offenen Karten- und Spielrunden willkommen und kann jederzeit, ohne Anmeldung, einsteigen.

Dienstag



Dienstagstanz 55+

**14.00 – 16.30 Uhr | Ort: Großer Saal
Eintritt: 4,00 € je Teilnehmer,
(ermäßigt 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 zu 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 Festen bieten wir Ihnen ein abwechslungsreiches Zusatzprogramm. Beachten Sie hierzu bitte unsere Ankündigungen im Café Treffpunkt.

Jan. 17., 24., 31.	April 03., 10., 17., 24.
Feb. 07., 14. Karnevalstanz, 28.	Mai 15., 22. Maitanz, 29.
März 06., 13.	Juni 05., 12., 19., 26.

Englisch-Gruppe

10.00 – 11.00 Uhr

Die offene Lerngruppe heißt jede/n neue/n Teilnehmer/in unabhängig von Vorkenntnissen herzlich willkommen.

Mittwoch

Nordic walking mit Magret Korecky

9.00 – 10.00 Uhr | Treffpunkt: Café „Treffpunkt“

Kosten: 20,00 € für 10 Termine

Wer eine sportliche Betätigung sucht, bei der Gelenke und Kreislauf weniger belastet werden als beim Joggen, wer eine Aktivität zwischen Spazieren gehen/Wandern und Joggen sucht, der ist beim Nordic Walking gut aufgehoben. Einstieg jederzeit möglich.

Richtig atmen und entspannen mit Magret Korecky

11.30 – 12.30 Uhr | Ort: Sportraum

Kosten: 1,50 € je Teilnehmer

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.

Info-Nachmittage

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

- 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?

Donnerstag

Nostalgie-Touren 2012

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. März	Rautenstrauch-Jost Museum
12. April	Museum der deutschen Geschichte
03. Mai	Flora Köln
14. Juni	Kölner Zoo

Begleitung: Renate Lemanczik

Offener Spielnachmittag

Ab 14.00 Uhr | Ort: Café „Treffpunkt“

Ob Wii, Brett- oder Kartenspiel – wir knobeln, würfeln und spielen in offener Runde. Jeder ist willkommen.

Fröhliche Runde

Ab 14.00 Uhr

Offenes Treffen zum Austauschen und Reden.

Freitag

Spaziergänge

10.00 – 12.30 Uhr | Ort: Café „Treffpunkt“ | beitragsfrei

10. Februar, 09. März, 20. April, 11. Mai, 22. Juni

Kommen Sie mit uns raus aus der Stadt und rein in die Natur! Spaziergänge in der Natur sorgen für ein besseres Wohlbefinden und helfen gegen kleine Stimmungstiefs. Gemeinsam laufen wir in geselliger Runde an der frischen Luft auf leichten und kurzen Wegen. Die Spaziergänge werden begleitet. Entferntere Ziele werden mit einem Kleinbus erreicht. **Mit Voranmeldung.**