

# RiehlerTreff

Veranstaltungen und Programm  
für Menschen ab 55 Jahren



## OKTOBER 2021



Sozial-Betriebe-Köln  
gemeinnützige GmbH



# Inhaltsverzeichnis

---

Inhalt	Seite
Wöchentliche Angebote	3 – 11
Das Frühstückscafé kehrt zurück!	3
Die Brettspiel-Gruppe spielt wieder!	5
Modeverkauf im Festsaal	9
Raumänderung: Singen für `n Spaß	11
Kaffeenachmittag der EhrenGarde	12
Bayrischer Tag der Riehler Schützen	13
Reparatur-Café: Rollator Spezial	13
Ehrenamtliche Unterstützung gesucht	14
Endlich wieder: Café im Festsaal	14
Silberdistel TV	15

## Zum Titelbild

---

Beim Rollator-Spezial des Reparatur-Cafés dreht sich am 18. Oktober zwischen 14 und 16 Uhr alles um den beliebten Alltagshelfer. Weitere Informationen hierzu finden Sie auf Seite 13.

# Wöchentliche Angebote

---

## Freitag, 1. Oktober 2021

09.00 – 10.00	Fit im Alltag
12.00 – 13.00	Tanzen im Sitzen
14.30 – 16.00	Bleib fit, tanz mit

## Samstag, 2. Oktober 2021

Ab 10.00	<b>Ausflug der Radfahr-Gruppe</b>	S. 14
	Abfahrt an der Pforte	

### Das Frühstückscafé kehrt zurück!

Ab Oktober wird mittwochs wieder gemeinsam im Riehler Treff gefrühstückt. Zu kleinen Preisen erhalten Sie leckeren Kaffee und frisch belegte Brötchen – außerdem natürlich nette Gesellschaft und interessante Gespräche!

**Jeden Mittwoch von 9.00 bis 10.00 Uhr  
im Riehler Treff.**

Bitte tragen Sie eine medizinische Maske (außer am Platz) und bringen Sie einen 3G-Nachweis (geimpft, genesen, getestet) mit.

Wir danken unseren Ehrenamtlichen, die das Frühstückscafé möglich machen!



# Wöchentliche Angebote

---

## Montag, 4. Oktober 2021

10.00 – 12.00	<b>Reparatur-Café</b>	
14.00 – 15.00	Treffen der Kreativgruppe	
Ab 16.00	<b>Brettspiel-Gruppe</b> in Haus H	S. 5

## Dienstag, 5. Oktober 2021

08.45 – 09.45	Fit im Alltag	
09.00 – 11.00	Bücherei, Untergeschoss Haus P8	
09.30	Gemeinsam wandern (fällt bei starkem Regen aus)	
10.00 – 11.00	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
10.15 – 11.15	Fit im Alltag	
11.30 – 12.30	Fit im Alltag	
Ab 17.00	Später Mausclick in der Bauernstube	

## Mittwoch, 6. Oktober 2021

09.00 – 10.00	<b>Frühstückscafé</b>	S. 3
09.30 – 10.30	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
10.45 – 11.45	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
	<b>Stuhl-Yoga fällt aus!</b>	
16.00	Schach-Gruppe in der Bauernstube	

## **Donnerstag, 7. Oktober 2021**

09.00 – 11.00	Bücherei, Untergeschoss Haus P8	
09.00 – 10.00	Fit im Alltag	
10.15 – 11.15	Fit im Alltag	
14.00 – 15.00	Fit für 100	
14.30 – 15.00	<b>Café im Festsaal</b>	S. 14
Ab 15.00	<b>Krönungs-Bingo</b> im Festsaal	

## **Freitag, 8. Oktober 2021**

09.00 – 10.00	Fit im Alltag	
12.00 – 13.00	Tanzen im Sitzen	
14.30 – 16.00	Bleib fit, tanz mit	

### **Die Brettspiel-Gruppe spielt wieder!**

Sie lieben Spiele? Dann sind Sie in unserer Brettspiel-Gruppe genau richtig!

**Die Gruppe trifft sich jeden Montag ab 16 Uhr in Haus H.  
Kommen Sie vorbei und spielen Sie mit!**

Bitte bringen Sie einen 3G-Nachweis (geimpft, genesen, getestet) sowie eine medizinische Maske mit. Auch eigene Spiele dürfen natürlich gerne mitgebracht werden.

# Wöchentliche Angebote

---

## Montag, 11. Oktober 2021

14.00 – 15.00	Treffen der Kreativgruppe	
15.00	<b>Kaffeenachmittag der Ehrengarde</b> im Festsaal	S. 12
Ab 16.00	<b>Brettspiel-Gruppe</b> in Haus H	S. 5

## Dienstag, 12. Oktober 2021

08.45 – 09.45	Fit im Alltag	
09.00 – 11.00	Bücherei, Untergeschoss Haus P8	
09.30	Gemeinsam wandern (fällt bei starkem Regen aus)	
10.00 – 11.00	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
10.15 – 11.15	Fit im Alltag	
11.30 – 12.30	Fit im Alltag	
Ab 17.00	Später Mausclick in der Bauernstube	

## Mittwoch, 13. Oktober 2021

09.00 – 10.00	<b>Frühstückscafé</b>	S. 3
09.30 – 10.30	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
10.45 – 11.45	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
	<b>Stuhl-Yoga fällt aus!</b>	
16.00	Schach-Gruppe in der Bauernstube	

## **Donnerstag, 14. Oktober 2021**

09.00 – 11.00	Bücherei, Untergeschoss Haus P8	
09.00 – 10.00	Fit im Alltag	
10.15 – 11.15	Fit im Alltag	
14.00 – 15.00	Fit für 100	
14.30 – 15.00	<b>Café im Festsaal</b>	S. 14
Ab 15.00	Bingo im Festsaal	

## **Freitag, 15. Oktober 2021**

09.00 – 10.00	Fit im Alltag	
12.00 – 13.00	Tanzen im Sitzen	
14.30 – 16.00	Bleib fit, tanz mit	

## **Samstag, 16. Oktober 2021**

Ab 10.00	<b>Ausflug der Radfahr-Gruppe</b> Abfahrt an der Pforte	
Ab 14.30	<b>Bayrischer Tag der Riehler Schützen</b> im Festsaal	S. 13

# Wöchentliche Angebote

---

## Montag, 18. Oktober 2021

14.00 – 15.00	Treffen der Kreativgruppe	
14.00 – 16.00	<b>Reparatur-Café: Rollator Spezial</b>	S. 13
14.30 – 17.00	<b>Modeverkauf im Festsaal</b>	S. 9
Ab 16.00	<b>Brettspiel-Gruppe</b> in Haus H	S. 5

## Dienstag, 19. Oktober 2021

08.45 – 09.45	Fit im Alltag	
09.00 – 11.00	Bücherei, Untergeschoss Haus P8	
09.30	Gemeinsam wandern (fällt bei starkem Regen aus)	
10.00 – 11.00	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
10.15 – 11.15	Fit im Alltag	
11.30 – 12.30	Fit im Alltag	
Ab 17.00	Später Mausclick in der Bauernstube	

## Mittwoch, 20. Oktober 2021

09.00 – 10.00	<b>Frühstückscafé</b>	S. 3
09.30 – 10.30	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
10.45 – 11.45	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
	<b>Stuhl-Yoga fällt aus!</b>	
16.00	Schach-Gruppe in der Bauernstube	



## Donnerstag, 21. Oktober 2021

09.00 – 11.00	Bücherei, Untergeschoss Haus P8	
09.00 – 10.00	Fit im Alltag	
10.15 – 11.15	Fit im Alltag	
14.00 – 15.00	Fit für 100	
14.30 – 15.00	<b>Café im Festsaal</b>	S. 14
Ab 15.00	Bingo im Festsaal	

## Freitag, 22. Oktober 2021

09.00 – 10.00	Fit im Alltag	
12.00 – 13.00	Tanzen im Sitzen	
14.30 – 16.00	Bleib fit, tanz mit	

### Modeverkauf im Festsaal

Die Firma Senior Mode präsentiert im Festsaal ihre aktuelle Herbst- und Winter-Kollektion.

**Am Montag, 18. Oktober  
von 14.30 bis 17 Uhr im Festsaal**

Bitte tragen Sie eine medizinische Maske und halten Sie 1,5 Meter Abstand zu anderen Personen.



# Wöchentliche Angebote

---

## Montag, 25. Oktober 2021

14.00 – 15.00	Treffen der Kreativgruppe	
Ab 14.30	„Singen für 'n Spaß“ im Riehler Treff	S. 11
15.00 – 16.00	<b>Kulturgruppe</b> in Haus H	
Ab 16.00	<b>Brettspiel-Gruppe</b> in Haus H	S. 5

## Dienstag, 26. Oktober 2021

08.45 – 09.45	Fit im Alltag	
09.00 – 11.00	Bücherei, Untergeschoss Haus P8	
Ab 09.30	Gemeinsam wandern (fällt bei starkem Regen aus)	
10.00 – 11.00	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
10.15 – 11.15	Fit im Alltag	
11.30 – 12.30	Fit im Alltag	
Ab 17.00	Später Mausclick in der Bauernstube	

## Mittwoch, 27. Oktober 2021

09.00 – 10.00	<b>Frühstückscafé</b>	S. 3
09.30 – 10.30	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
10.45 – 11.45	Gedächtnistraining in der Bauernstube	
14.30 – 15.30	Stuhl-Yoga	
15.45 – 16.45	Stuhl-Yoga	
Ab 16.00	Schach-Gruppe in der Bauernstube	

## Donnerstag, 28. Oktober 2021

09.00 – 11.00	Bücherei, Untergeschoss Haus P8	
09.00 – 10.00	Fit im Alltag	
10.15 – 11.15	Fit im Alltag	
14.00 – 15.00	Fit für 100	
14.30 – 15.00	<b>Café im Festsaal</b>	S. 14
Ab 15.00	Bingo im Festsaal	

## Freitag, 29. Oktober 2021

09.00 – 10.00	Fit im Alltag	
12.00 – 13.00	Tanzen im Sitzen	
14.30 – 16.00	Bleib fit, tanz mit	

## Samstag, 30. Oktober 2021

Ab 10.00            **Ausflug der Radfahr-Gruppe**  
Abfahrt an der Pforte

### **Raumänderung: Singen für `n Spaß**

Bitte beachten Sie: Die Gruppe „Singen für `n“ Spaß trifft sich **ab Oktober** nicht mehr auf der Terrasse des Festsaals, sondern im Riehler Treff!

Ungeimpfte Personen müssen zudem ein negatives PCR-Testergebnis mitbringen. Ein Schnelltest ist nicht zulässig.

# Kaffeenachmittag der EhrenGarde

---

Traditionell veranstaltet der Senat der EhrenGarde der Stadt Köln 1902 e.V. in jedem Jahr eine Kaffeefahrt für die Mieter\*innen der SBK.

Da die Fahrt in diesem Jahr coronabedingt nicht möglich ist, hat sich die EhrenGarde etwas Anderes einfallen lassen: Sie lädt kurzerhand zu einem gemütlichen Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und Unterhaltung in den Festsaal ein.



**Montag, 11. Oktober, im Festsaal**

**Einlass: 14.30 Uhr**

**Beginn: 15.00 Uhr**

**Eintrittskarten sind für Mieter\*innen der SBK ab sofort montags bis donnerstags zwischen 9 und 12 Uhr im Riehler Treff erhältlich.** Bitte bringen Sie Ihren Impf- oder Genesenen-Nachweis sowie Ihren Personalausweis mit. Die Anzahl der Plätze ist begrenzt.

# Bayrischer Tag der Riehler Schützen

---

Die St. Engelbertus Schützenbruderschaft  
Köln-Riehl e.V. lädt zum Bayrischen Tag ein!

**Samstag, 16. Oktober**  
**ab 14.30 Uhr im Festsaal**

Zu kleinen Preisen können Sie bayrische  
Spezialitäten verkosten und im Festsaal ein  
gemütliches Beisammensein genießen.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Der Zutritt ist nur mit 3G-  
Nachweis (geimpft, genesen oder getestet) möglich.



## Reparatur-Café: Rollator-Spezial

---

Wir machen Rollatoren fit für Herbst und Winter! Kommen Sie in  
unser Reparatur-Café und lassen Sie Ihren Rollator durchchecken.  
Ob Bremsen nachziehen, Höhe einstellen oder Räder ölen – unsere  
handwerklich begabten Ehrenamtlichen helfen Ihnen gerne!

Im Anschluss können Sie unter Anleitung auf einem Parcours des  
Sanitätshaus rahm den richtigen Umgang mit dem Rollator üben und  
den „Rollator-Führerschein“ machen.

**Montag, 18. Oktober**  
**14.00 bis 16.00 Uhr**  
**im Riehler Treff**

Selbstverständlich sind auch andere Reparaturarbeiten bis hin zu  
kleinen Näharbeiten möglich.

Der Zutritt ist nur mit 3G-Nachweis (geimpft, genesen oder getestet)  
möglich.

# Ehrenamtliche Unterstützung gesucht!

---

Für unser **Reparatur-Café** suchen wir handwerklich begabte Personen, die Lust haben, ein- bis zweimal im Monat gemeinsam zu werkeln und zu schrauben, damit kaputten Gegenständen neues Leben eingehaucht werden kann. Das Reparatur-Café findet an jedem ersten Montag im Monat von 10 bis 12 Uhr und an jedem dritten Montag im Monat von 14 bis 16 Uhr statt.

Unser **Online-Redaktionsteam vom daheim-in-riehl.de** sucht Unterstützung beim Schreiben kleiner Artikel und beim Fotografieren. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich!

Für unseren Haussender **Silberdistel TV** suchen wir Menschen, die Lust haben, hinter der Kamera zu stehen und zu filmen. Weiter Infos auf Seite 15.

Sie haben Interesse? Dann melden Sie sich gerne unter Tel. 7775 5372 im Riehler Treff.

## Endlich wieder: Café im Festsaal

---

Ab Oktober können Besucher\*innen des Bingos bereits **ab 14.30 Uhr** in den Festsaal kommen und in netter Gesellschaft Kaffee und Gebäck zu kleinen Preisen genießen.

Wir danken unseren Ehrenamtlerinnen, die uns hierbei unterstützen!



Auch unser Haussender Silberdistel TV ist weiterhin für Sie da. Noch wird das Programm vor allem aus Archivmaterial zusammengestellt, im Zuge der Lockerungen kann aber auch die Redaktion ihre Arbeit wieder aufnehmen. Und hierbei braucht sie Ihre Unterstützung ...

Gesucht werden

## Kamerafrauen/ Kameramänner.



Fotografieren Sie gerne oder haben Sie vielleicht früher Super 8- oder Videofilme gedreht? Dann sind Sie bei uns richtig! Wir nehmen Veranstaltungen im SBK-Festsaal auf, drehen in Flora und Zoo Videos oder zeichnen in unserem kleinen Studio die Moderationen auf.

Interesse? Dann melden Sie sich bei  
Götz Großhans unter 0221 7775-5696

### Technischer Hinweis

Bitte beachten Sie, dass Silberdistel TV ausschließlich auf dem Riehler SBK-Gelände und hier nur über das hauseigene Kabelnetz empfangen werden kann. Das Programm wird dabei in das digitale und das analoge Netz eingespeist.

Analoges Netz: VHF-Band, Kanal 2 - 48.250MHz

Digitales Netz: Sonderkanal S39 - 450.000MHz

**Die Sendungen laufen täglich zu jeder vollen Stunde**

# Ihr Weg zu uns!

---

## Straßenbahn: Linien 18, 13

---



Von Mülheim oder von der Innenstadt aus fahren Sie bis zu den Haltestellen Boltens Sternstraße oder Slabystraße.

Von dort aus sind Sie zu Fuß in circa 10 Minuten bei uns.

## Bus: Linie 140

---

Vom Ebertplatz aus fahren Sie mit dem Bus bis zur Haltestelle „Seniorenzentrum Riehl“. Die Haltestelle befindet sich am Eingang.

<b>Herausgeber:</b>	<b>Riehler Treff Boltens Sternstraße 16 50735 Köln</b>
<b>Verantwortlich:</b>	<b>Susanne Bokelmann</b>
<b>Redaktion:</b>	<b>Natascha Mark</b>
<b>Telefon:</b>	<b>0221 7775-5372</b>
<b>Öffnungszeiten:</b>	<b>Montag bis Donnerstag 9 Uhr – 12 Uhr</b>

[www.facebook.com/riehlertreff](http://www.facebook.com/riehlertreff)  
[www.daheim-in-riehl.de](http://www.daheim-in-riehl.de)  
[www.sbk-koeln.de](http://www.sbk-koeln.de)