

# RIEHLER TREFF

Veranstaltungen und Programm für  
Menschen ab 55 Jahren



## Dezember 2023



Wir l(i)eben  
Toleranz &  
Vielfalt



Senioren  
Netzwerke  
Köln



# Das Riehler Treff-Team wünscht...

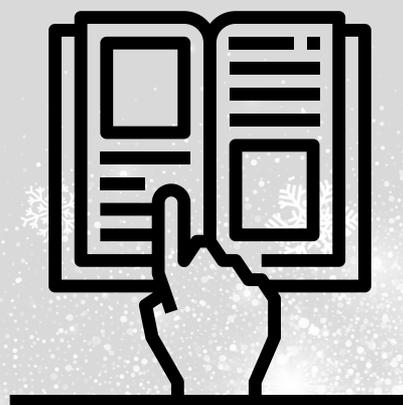
...eine wundervolle Vorweihnachtszeit, frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins Jahr 2024! Wir freuen uns, Sie im Januar wieder bei uns begrüßen und gemeinsam viele schöne Momente erleben zu dürfen!

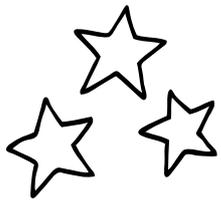
Ihr Riehler Treff-Team:

*Brigitte Wojtinnik-Pick, Susanne Aeckerlein,  
Alexander, Gatzel, Andreas Gröbbels und Piotr Falke*

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Wöchentliche Angebote</b>	<b>4-5</b>
<b>Monatliche Angebote</b>	<b>6-9</b>
<b>Besondere Angebote im Dezember</b>	<b>10-18</b>
<b>Bitte beachten!</b>	<b>19</b>
<b>Vorankündigungen Januar</b>	<b>20-21</b>
<b>Im Dezember nicht verpassen!</b>	<b>22</b>
<b>Silberdistel TV</b>	<b>23</b>





# WÖCHENTLICHE

## Montag

14:00 - 15:30	Treffen der Kreativgruppe	RT
Ab 16:00	Brettspielgruppe	H

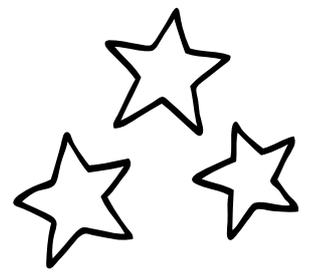
## Dienstag

08:45 - 09:45	Fit im Alltag	RT
09:00 - 11:00	Bücherei	P8
10:00 - 11:00	Gedächtnistraining	BS
10:15 & 11:30	Fit im Alltag	RT
Ab 16:30	Später Mausclick	RT,BS

## Mittwoch

09:00 - 10:00	Frühstückscafé	RT
09:30 - 10:30	Gedächtnistraining	BS
10:00 - 11:00	Malgruppe wieder Neu!	RT
10:45 - 11:45	Gedächtnistraining	BS
14:30 & 15:45	Yoga im Sitzen	RT
15:00 - 16:00	Skat-Gruppe	H
16:00 - 17:00	Schach-Gruppe	H

# Angebote



## Donnerstag

09:00 - 11:00	Bücherei	P8
09:00 & 10:15	Fit im Alltag	RT
14:00 - 15:00	Fit für 100	RT
Ab 14:00	Nordic Walking	RT
14:30 - 15:00	Café im Festsaal	FS
Ab 15:00	Bingo	FS

## Freitag

09:00 - 10:00	Fit im Alltag	RT
11:45 - 12:45	Tanzen im Sitzen	RT
14:30 - 16:00	Bleib fit, tanz mit!	RT

## Unsere Räume

**BS** Bauernstube, hinterer Raum des Riehler Treffs

**FS** Festsaal, Großer Saal im Gebäude gegenüber des Riehler Treffs

**H** Gemeinschaftsraum im Gebäude H, Zugang über die Terrasse oder den Flur im Erdgeschoss

**P8** Untergeschoss des Gebäudes P8

**RT** Hauptraum des Riehler Treffs



# MONATLICHE



## Reparatur Café

**Nächster Termin:  
Montag, 04.12.  
10:00 - 12:00 Uhr  
im Riehler Treff**

*Gemeinsam reparieren  
statt wegwerfen!*

In geselliger Runde wird gemeinsam beraten, geschraubt, genäht und gehämmert. Ob Fahrrad, CD-Spieler, Rollator oder der alte Lieblingspulli – es gibt kaum etwas, an das sich die rund zehn Ehrenamtlichen nicht herantrauen.



## Bauerngarten- AG

**Nächster Termin:  
Februar 2024  
am Bauerngarten**

Die Bauerngarten-AG pflegt gemeinsam den neuen Garten neben Haus 5. Zusammen wird gesät, gepflanzt, gejätet und geerntet! So entsteht dort eine kleine Oase für Tier und Mensch.

**Jede\*r ist willkommen!**

# ANGEBOTE



## Frühreif 2.0 Impro-Theater

**Nächste Termine:**  
**Mittwoch, 06.12. & 20.12.**  
**15:30 - 17:30 Uhr**  
**im Festsaal**

Improvisationstheater  
für Senior\*innen

Treffpunkt alle 14 Tage  
im **Festsaal**.

Sie haben Lust mitzu-  
machen? Melden Sie sich  
gerne im Riehler Treff!



## Umwelt- Stammtisch

**Nächster Termin:**  
**Mittwoch, 13.12.**  
**10:00 - 11:00 Uhr**  
**im Riehler Treff**

Wie kann jede\*r einzelne  
einen Beitrag dazu  
leisten, die **Umwelt** zu  
schützen? Was können  
wir im Alltag konkret  
umsetzen? Welche **Tipps**  
und **Tricks** im Haushalt  
oder auf dem eigenen  
Balkon kennen Sie?

Hierzu tauschen wir uns  
aus!

**Jede\*r ist willkommen!**

# MONATLICHE



## Redaktions- Treffen

**Nächster Termin:  
Donnerstag, 14.12.  
12:00 - 13:00 Uhr  
im Riehler Treff**

Auf der Veedels-Seite  
**[www.daheim-in-riehl.de](http://www.daheim-in-riehl.de)**  
finden Sie viele  
Informationen rund um  
den Stadtteil Riehl und  
das Älterwerden im  
Veedel.  
Die Inhalte werden von  
einem ehrenamtlichen  
Redaktionsteam  
zusammengestellt.

**Mitstreiter\*innen sind  
herzlich willkommen!**



## Singen für 'n Spaß

**Nächste Termine:  
Montag nur am 11.12.  
14:30 - 16:00 Uhr  
im Riehler Treff**

Singen macht Spaß und  
glücklich!

Kommen Sie gerne  
vorbei und singen mit!  
Es sind keinerlei Vor-  
kenntnisse erforderlich.  
Hier wird nur zum Spaß  
gesungen!

**Jede\*r ist willkommen!**

# ANGEBOTE



## Planungstreffen Kultur-Gruppe

**Nächster Termin 2024**  
**Montag, 29.01.**  
**ab 15:00 Uhr**  
**in Haus H**

Die Gruppe plant gemeinsam Ausflüge in Köln und Umgebung - z.B. zu Ausstellungen, Museumsbesuche oder Werksbesichtigungen.

**Weitere  
Kulturliebhaber\*innen  
sind herzlich  
willkommen!**



## Boule-Gruppe

**Wetterabhängig**

An schönen Tagen trifft sich die Boule-Gruppe um gemeinsam auf dem Gelände Boule zu spielen.



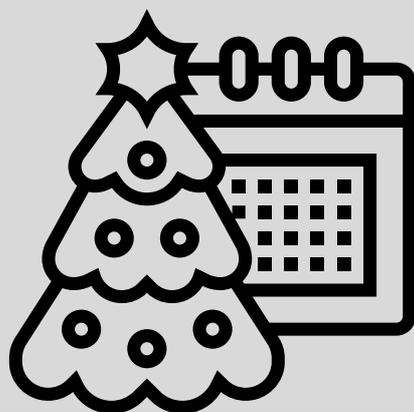
## Radfahr-Gruppe

***Aktuell keine Termine!***

Die Radfahrgruppe pausiert aktuell. Interessierte können sich gerne im Riehler Treff melden!



# **BESONDERE ANGEBOTE IM DEZEMBER**



# Freitag, 01.12.

## Weihnachtsmarkt im Festsaal

Der Weihnachtsmarkt im Festsaal wird dieses Jahr wieder ein besonderes Ereignis. An verschiedenen Ständen können Sie liebevoll gestaltete Weihnachtsgeschenke für Ihre Liebsten erwerben. Und natürlich ist auch für das leibliche Wohl gesorgt.

Wir freuen uns mit Ihnen einen schönen Tag in weihnachtlicher Atmosphäre zu verbringen.

**Ab 15 Uhr im Festsaal der SBK**



# Samstag, 02.12.

## Weihnachtskaffee der Schützen

Die Riehler Schützen laden zum Weihnachtskaffee ein. Neben kostenlosem Kaffee und Gebäck, gibt es wieder musikalische Unterhaltung sowie Weihnachtslieder zum Mitsingen.

**Ab 15 Uhr im Festsaal der SBK**

Es werden keine Karten vergeben, der Einlass ist möglich, bis alle Plätze gefüllt sind.



# Ab Sonntag, 03.12.

## **Adventszeit im Waagehaus**

Es wird weihnachtlich in Kölns kleinster Galerie!  
Mit Lichterglanz und reichlich Weihnachtsdekoration zaubern die Riehlerinnen Birgit Schneider und Anne Krick eine festliche Stimmung, an der sich jede\*r am Fenster des Waagehauses erfreuen kann.

**Ganztägig vom 03.12.2023 bis zum 02.01.2024**  
**Im Waagehaus Hertha-Kraus-Str. , Übergang Slabustr.**

# Mittwoch, 06.12.

## **Vortrag: Demenziell erkrankt – Möglichkeiten der Wohnraumgestaltung**

Christine Bles und Iris Dockter-Kausen von der Wohnberatungsstelle *wohn mobil* stellen in ihrem Vortrag Möglichkeiten vor, die den Alltag und die Pflege mit und ohne Demenz erleichtern und die „erlebte Wohnzufriedenheit“ steigern.

**Mittwoch, 6. Dezember, um 18 Uhr im Riehler Treff**

Bitte anmelden unter Tel. 0221 / 7775-5105.

# Freitag, 08.12.



## Weihnachtskino

### **Santa Clause - Eine schöne Bescherung**

Als Werbefachmann Scott Calvin auf der Straße von Rentieren verfolgt wird, sein Bauchumfang zunehmend wächst, sein Bart länger wird und sein Herz im Rhythmus von "Jingle Bells" zu schlagen beginnt, muss er einsehen, dass er wirklich Santa Clause ist... Eine fantastische Weihnachts-Komödie.

**Um 15 Uhr im Festsaal, Einlass 14:30 Uhr.**

# Sonntag, 24.12.

## Heiligabend im Festsaal

Auch in diesem Jahr veranstalten die SBK wieder eine Heiligabend-Feier für Senior\*innen, die diesen besonderen Tag gerne in Gemeinschaft verbringen möchten. Wir freuen uns auf ein besinnliches und fröhliches Beisammensein mit Kaffee & Kuchen am Nachmittag und mit Würstchen & Kartoffelsalat am Abend. Peter Lange sorgt mit Live-Musik für weihnachtliche Stimmung und animiert zum Mitsingen.

**Von 15 bis 19 Uhr im Festsaal der SBK**

**Karten erhalten Sie bis zum 14.12. im Riehler Treff.**

# Bitte beachten!



## **Weihnachtspause:**

Der Riehler Treff bleibt vom 18. Dezember bis einschließlich 1. Januar geschlossen.

Ab dem 2. Januar sind wir wieder wie gewohnt für Sie da!

## **Folgende Angebote finden im Dezember nicht statt:**

Tanzkurse am 08.12., 22.12., 29.12.

Yoga im Sitzen am 29.11. & 06.12.



## **Malgruppe wieder neu belebt!**

Wer Spaß am Malen hat, kann lernen Farben fließen zu lassen.

Wer Interesse hat, kann sich gerne melden!

wöchentlich am Mittwoch 10.00 - 11:00 Uhr im RT



# **Vorankündigungen Januar**



## Loss mer Singe

Seit 2001 zieht das ehrenamtlich arbeitende und feiernde „Loss mer singe“-Team durch das Rheinland wo mit Textzetteln als Mitsinghilfe Neuvorstellungen präsentiert und gesungen werden.

Singen Sie mit am **09.01.2024** im Festsaal.

**Karten erhältlich ab Dezember im Riehler Treff.**

## Sitzung der Narren Gilde

„Et Levve es schön, kölsch et Hätz un kölsch de Tön“. Dieses Motto leitet die Kölsche Narren Gilde heute noch durch alle Veranstaltungen. Seit mehr als 50 Jahren feiert die Kölsche Narren Gilde gemeinsam mit den Senior\*innen der Sozial-Betriebe-Köln.

Am **13.01.2024** im Festsaal.

## Sitzung der Ehrengarde

“Rubbedidupp, Gardiste op de Päd!”...ist der Leitsatz der EhrenGarde der Stadt Köln.

Zum 73.-mal findet am **18.01.2024** die legendäre Karnevalssitzung der Kölner EhrenGarde im Festsaal der Sozial-Betriebe-Köln statt.

## Sitzung der Lyskircher Junge

„Wat e Theater wat e Jeckespill“

Mit diesem Sessionsmotto starten die Lyskircher Junge in das Jahr 2024. Freuen Sie sich auf die 70. Sitzung der Lyskircher Junge am **30.01.2024** im Festsaal der SBK.

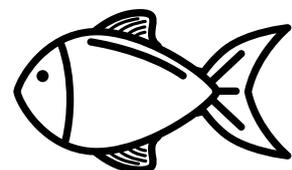


## Sitzung der Muuzemändelcher

Am **05.02.2024** begrüßen Sie die Muuzemändelcher zu ihrer 72. Sitzung im Festsaal. Auch 2024 erwartet Sie ein buntes Programm mit alten und neuen Größen des Kölner Karnevals.

## Traditionelles Fischessen

Es ist Tradition, am Ende der tollen Karnevalszeit freuen wir uns wie jedes Jahr auf das alljährliche Fischessen an **Aschermittwoch, 14.02.2024**, im Riehler Treff.



# IM DEZEMBER NICHT VERPASSEN!

**Freitag, 01. Dezember**  
**Weihnachtsmarkt**  
15:00 Uhr im Festsaal



**Samstag, 02. Dezember**  
**Adventskaffee der Schützen**  
15:00 Uhr im Festsaal

**Mittwoch, 06. Dezember**  
**Vortrag: Demenz & Wohnen**  
18:00 Uhr im Riehler Treff

**Freitag, 08. Dezember**  
**Weihnachtskino**  
15:00 Uhr im Festsaal

**Montag, 11. Dezember**  
**Weihnachtsfeier der Mieter\*innen**  
15:00 Uhr im Festsaal

**Sonntag, 24. Dezember**  
**Heiligabend**  
15:00 Uhr im Festsaal

Das ehrenamtliche Team der Silberdistel freut sich, dass es zuletzt einige engagierte „Neuzugänge“ begrüßen konnte. Nun wird wieder fleißig gedreht und geschnitten und die neuen Videobeiträge fließen nach und nach in das wöchentlich wechselnde Programm ein.



Wenn Sie auch Interesse haben, einmal in die Welt des Fernsehens hineinzuschnuppern, melden Sie sich gerne bei Götz Großhans (SBK-Öffentlichkeitsarbeit) unter 0221 7775-8131 oder [goetz.grosshans@sbk-koeln.de](mailto:goetz.grosshans@sbk-koeln.de)

## **Technischer Hinweis**

Silberdistel TV kann ausschließlich auf dem Riehler SBK-Gelände über das hauseigene Kabelnetz empfangen werden.

Digitales Netz: Sonderkanal S39 - 450.000MHz

# IHR WEG ZU UNS!



## STRAßENBAHN

**Linie 13 / 18**

Haltestellen Slabystraße /  
Boltensternstraße.  
Von dort aus ca. 10  
Minuten zu Fuß



## BUS

**Linie 140**

Haltestelle  
"Seniorenzentrum Riehl".  
Die Haltestelle befindet  
sich am Eingang.



Herausgeber:

Riehler Treff  
Boltensternstraße 16  
50735 Köln

Verantwortlich:

Susanne Aeckerlein, Piotr Falke,  
Brigitte Wojtinnick-Pick

Telefon:

0221 7775 - 8531

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag  
9 - 12 Uhr

[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)

