RIEHLER TREFF

Veranstaltungen und Programm für Menschen ab 55 Jahren

September 2026

SBK
wir l(i)eben Toleranz & Vielfalt

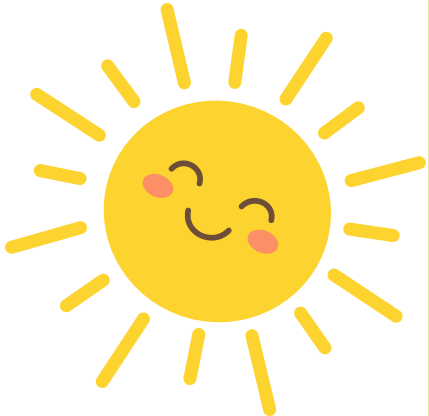
Senioren Netzwerke Köln

06.09. SBK-Sommerfest

Endlich ist es wieder soweit, unser Sommerfest steht vor der Tür!

Wir freuen uns schon jetzt auf einen bunten Nachmittag, mit Musik und Unterhaltung, Verkaufs- und Trödelständen sowie leckeren Speisen und Getränken.

Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!



Beginn: 13.00 Uhr
Ende: 18.00 Uhr
keine Anmeldung nötig

Festplatz der SBK

Inhaltsverzeichnis

Tipp des Monats	2
Der Riehler Treff	4
Aktuelle Hinweise	5
Wöchentliche Angebote	6
Weitere Gruppen	8
Vorgestellt	9
Besondere Angebote	10
Vorschau Oktober	18
Silberdistel TV	19

Der Riehler Treff

Begegnung, Austausch, Kultur - das alles und mehr bieten die Angebote des Riehler Treffs. Neben regelmäßigen Kursen und Gruppen bieten wir Ihnen jeden Monat auch abwechslungsreiche Konzerte, Feste und andere Höhepunkte.

Machen Sie gerne mit - als Teilnehmer*in, als ehrenamtliche Unterstützung oder durch die Umsetzung Ihrer eigenen Ideen!
Wir freuen uns auf Sie!

Das Team:
Susanne Aeckerlein - Veranstaltungen
Lisa Langhammer - Kurs- und Gruppenangebote
Andreas Gröbbels - Orga und Kartenausgabe
Felix Palten - Orga und Kartenausgabe

Unsere Öffnungszeiten:
Montag bis Donnerstag von 9.00 bis 12.00 Uhr
oder nach Vereinbarung

Sprechstunde:
3. Donnerstag im Monat von 12.00 bis 13.00 Uhr

☎ **0221 7775-8531** ✉ **riehlertreff@sbk-koeln.de**

Aktuelle Hinweise

- Im **September** findet kein **Tanzen im Sitzen** und **Bleib fit, tanz mit** statt.
- Am **14.09., 28.09** findet **kein Singen für´n Spaß** statt.
- Während den **Umbauarbeiten ab September** findet **kein Mittwochsfrühstück** statt.
- Am **17.09.** fällt das Bingo aus.
- **Ab Oktober** liegt das **Riehler Treff-Heft** nur noch an zentralen Stellen aus und wird nicht mehr in die einzelnen Briefkästen verteilt!

Unsere Räume

FS	**Festsaal, Großer Saal im Gebäude gegenüber des Riehler Treffs**
G	**Gemeinschaftsraum im Gebäude G**
H	**Gemeinschaftsraum im Gebäude H, Zugang über die Terrasse im Erdgeschoss**
S3	**Haus Service 3 - ehemals Haus Ahorn**
KT	**Konferenztrakt neben dem Festsaal**
CR	**Coachingraum im Konferenztrakt - ehem. Internetcafe**
KAF	**Konferenzraum am Festsaal**

Wöchentliche Angebote

Es ist immer viel los im Riehler Treff und wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen!
Wenn Sie Lust haben, an unseren Kursen teilzunehmen, sprechen Sie uns gerne an.
Zu unseren offenen Angeboten können Sie gerne immer ohne Voranmeldung kommen!

Montag

8.45 - 9.45	**Fit im Alltag**	**S3**
10.00 - 12.00	**Boulegruppe**	**Café Culutra**
10.15 - 11.15	**Fit im Alltag**	**S3**
11.30 - 12.30	**Fit im Alltag**	**S3**
Ab 14.00	**Treffen der Kreativgruppe**	**G**
Ab 16.00	**Gesellschaftsspiele**	**H**

Dienstag

9.00 - 11.00	**Bücherei**	**S3**
10.00 - 11.00	**Gedächtnistraining**	**KAF**
Ab 16.30	**Später Mausklick**	**KT, CR**

Mittwoch

09.00 - 10.00	Frühstückscafé	entfällt
9.30 - 10.30	Gedächtnistraining	KAF
10.00 - 12.00	Boulegruppe	Café Culutra
10.45 - 11.45	Gedächtnistraining	KAF
13.00 - 14.00	Tanzen im Sitzen	entfällt
14.45 - 15.45	Nordic Walking	Café Culutra
14.30 - 16.00	Bleib fit, tanz mit!	entfällt

Donnerstag

9.00 - 11.00	Bücherei	S3
9.30 - 10.30	Fit im Alltag	S3
10.45 - 11.45	Fit im Alltag	S3
13.45 - 14.45	Fit für 100	P8
14.30 - 15.00	Café im Festsaal	FS
Ab 15.00	Bingo	FS
Ab 15.00	Schach- und Skat-Gruppe	H

Freitag

9.00 - 10.00	Fit im Alltag	S3
10.00 - 12.00	Boulegruppe	Café Cultura

Weitere Gruppen

02.09. Mittwoch	**15.00 - 16.30 Uhr** Service 3	**Frühreif 2.0** **ImproTheater**
07.09. Montag	**10.00 - 12.00 Uhr** Konf. am Festsaal	**Reparatur-Café**
01.09. Dienstag	**13.30 - 14.30 Uhr** Bauergarten	**Bauerngarten - AG**
entfällt	**entfällt**	**Singen für`n Spaß**
01.09. + 15.09 + 29.09.	**15.00 - 17.00 Uhr** Festplatz SBK	**Rikschafahrten**
15.09. Dienstag	**15.00 - 16.30 Uhr** Coachingraum	**Digitaler** **Spielenachmittag**
17.09. Donnerst.	**12.30 Uhr** kl. Konf. im Konferenztrakt	**Redaktionstreffen** **daheim-in-Riehl.de**
23.09. Mittwoch	**15.00 - 16.30 Uhr** Service 3	**Frühreif 2.0** **Impro-Theater**
entfällt	**entfällt**	**Singen für`n Spaß**
28.09. Montag	**ab 15.00 Uhr** Haus H	**Planungstreffen der** **Kultur-Gruppe**

Wichtige Mitteilung

Umbau des Riehler Treff

Im Riehler Treff stehen in den kommenden Monaten einige Veränderungen an und deshalb heißt es jetzt: Kartons packen! Der Grund ist ein sehr schöner: Der Riehler Treff wird renoviert!

Das bedeutet, dass wir für mehrere Monate schließen müssen. Wir möchten diese Zeit jedoch bestmöglich überbrücken und versuchen, möglichst viele unserer Angebote an anderen Orten stattfinden zu lassen. Nichtsdestotrotz wird nicht alles im gewohnten Rahmen stattfinden können.

Bitte beachten Sie hierzu die entsprechenden Aushänge und Informationen vor Ort.
Wir halten Sie über die weiteren Entwicklungen auf dem Laufenden und freuen uns darauf, Sie nach der Renovierung wieder im Riehler Treff begrüßen zu dürfen!

Besondere Angebote

In diesem Monat haben wir wieder ein buntes und abwechslungsreiches Programm für Sie zusammengestellt. Wenn nichts anderes angegeben ist, sind unsere Veranstaltungen kostenlos und jede*r ist willkommen!

Karten erhalten Sie montags bis donnerstags von 9.00 bis 12.00 Uhr im Büro des Riehler Treffs.

☎ 0221 7775-8531

✉ riehlertreff@sbk-koeln.de

Donnerst. 03.09.

Mode-Mobil im Festsaal

Mode, die zu Ihnen passt!
Entdecken Sie aktuelle Mode direkt bei uns im Festsaal! Beim Mode Mobil können Sie in entspannter Atmosphäre stöbern, anprobieren und sich beraten lassen. Vielleicht finden Sie dabei Ihr neues Lieblingsstück!

Beginn: 09.00 Uhr
Ende: 11.30 Uhr

Festsaal der SBK

Es ist keine Anmeldung nötig

Freitag
04.09.

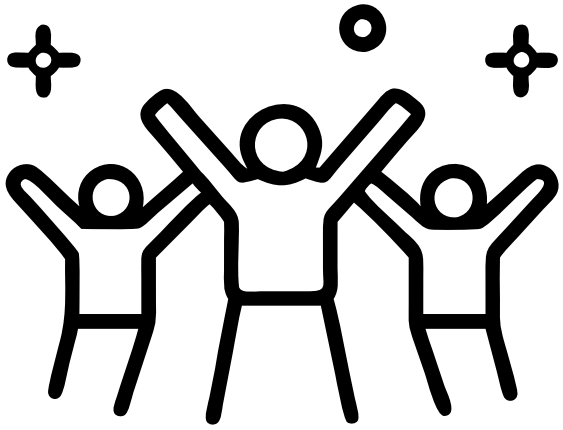
Rheinischer Nommedach

Auch in diesem Jahr lädt die Senioren-vertretung Nippes gemeinsam mit den „Muuzemändelcher“ zu einem bunten und geselligen Nachmittag für die Senior*innen des Stadtbezirks ein.

Im Festsaal der SBK erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm mit Musik, Unterhaltung und guter Stimmung.

Freuen Sie sich auf einen schönen Nachmittag in geselliger Runde, bei dem natürlich auch Zeit für Begegnungen und nette Gespräche bleibt.

Preis pro Karte: 10 €



Beginn: 16.00 Uhr
Einlass: 15.00 Uhr

Festsaal der SBK

Die Karten erhalten Sie im Riehler Treff.

ab
10.09.

Kunst im Waagehaus

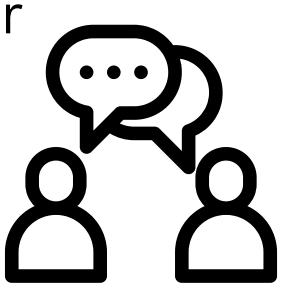
Der Fotograf Hans-Dieter Hey zeigt Porträts unter dem Titel "Sie hat Stil, die junge Frau...".
I.d.R. täglich geöffnet von 14 bis 17 Uhr.
Die Ausstellung ist jederzeit bis 29. September im Fenster des Waagehauses zu sehen.

Waagehaus, Hertha-Kraus-Str./ Slabystr. gegenüber von Haus 6

Sprechstunde

Donnerst
10.09.

Sie hatten eine gute Zeit bei unseren Veranstaltungen, Kursen oder Gruppen? Sie haben Vorschläge, wie es noch besser laufen kann oder waren nicht zufrieden? Dann sagen Sie es uns!



Beginn: 12.00 Uhr

Konferenzraum am Festsaal

Es ist keine Anmeldung nötig

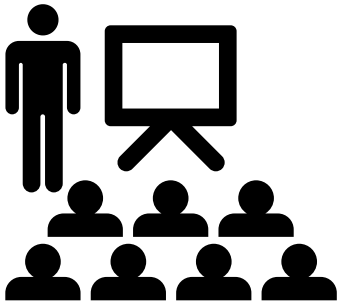
Freitag
11.09.

Vortrag zum Thema Demenz

Schwerpunkt: Beschäftigungsmöglichkeiten

Wenn nahe Angehörige an einer Demenz erkrankt sind, beeinflusst das alle Facetten des täglichen Lebens. Gewohnte Aktivitäten sind oft nicht mehr so möglich wie früher, der Bewegungsradius wird kleiner und die Ausgestaltung der gemeinsamen Zeit wird zu einer Herausforderung.

Die Ergotherapeutin Cathrin Michels stellt in ihrem Vortrag anschaulich bewährte Methoden und Materialien vor und gibt alltagsnahe Tipps.



Bitte beachten Sie, dass der Vortrag des Kölner Alzheimer Forums diesmal direkt in den Räumen der Ergotherapie Praxis Cathrin Michels, Longericher Str. 443, 50739 Köln, stattfindet!

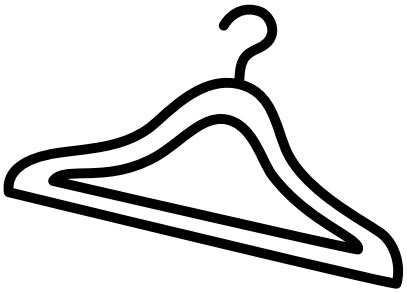
Beginn: 10.00 Uhr

Anmeldung unter 0221 7775-5105 oder alzheimer-forum@sbk-koeln.de

Montag
14.09.

Modeverkauf mit Modenschau

Models des Riehler Treffs stellen die aktuelle Herbst- und Winterkollektion der Firma Senio Mode vor, darunter Pullover, Blusen, Hosen und vieles mehr. Kommen Sie vorbei!



Beginn: 14.00 Uhr
Ende: 17.00 Uhr
Festsaal der SBK
Es ist keine Anmeldung nötig

Spielenachmittag

Dienstag
15.09.

Gemeinsam spielen, Neues entdecken und Generationen verbinden: Beim Spielenachmittag laden der Riehler Treff sowie das Team von Silvergaming zu einem digitalen und analogen Miteinander ein. Neben Videospielen, werden auch klassische Brettspiele gespielt.

Beginn: 15.00 Uhr
Ende: 16.30 Uhr
Coachingraum neben Festsaal
Es ist keine Anmeldung nötig

Samstag
19.09.

Chanson-Konzert

Das Ballroom-Syndikat

Freuen Sie sich auf einen stimmungsvollen musikalischen Nachmittag mit dem Ballroom-Syndikat! Mit großartigen Chansons und bekannten Liedern aus vergangenen Zeiten nimmt Sie die 11-Mann-und-eine-Frau-Formation mit auf eine musikalische Reise voller Charme, Gefühl und Erinnerungen. Lassen Sie sich von den schönen Melodien verzaubern und genießen Sie einen besonderen Nachmittag.

Beginn: 15.00 Uhr **Festsaal der SBK**
Einlass: 14.30 Uhr
Die Karten erhalten Sie ab dem 01.09.

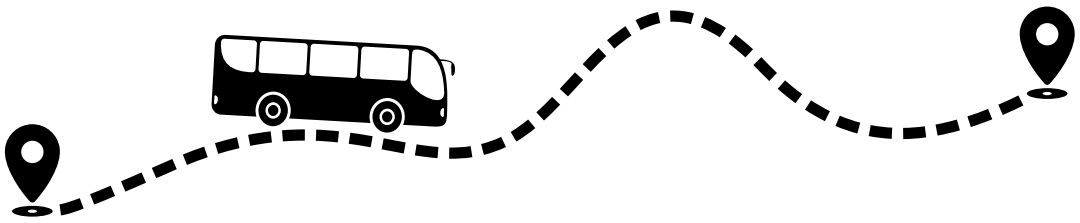
Mittwoch
23.09.

Busfahrt nach Ahrweiler

Begleiten Sie uns auf eine schöne Reise nach Ahrweiler!

Am Vormittag erfahren wir bei einer interessanten 2 stündigen Führung mehr über den **Wiederaufbau der Stadt nach der Flutkatastrophe**. Anschließend bleibt ausreichend Zeit für einen eigenen Bummel, eine gemütliche Kaffeepause oder zum Genießen der Altstadt.

Preis: 37,00 € pro Karte
(im Preis sind Busfahrt und Führung enthalten, keine Getränke und Speisen!)



Abfahrt: 09.15 Uhr **Zentrale der SBK**
Rückkehr: ca. 16.30 Uhr
Die Karten erhalten Sie ab dem 31.08.

Donnerst.
24.09.

Modeverkauf im Festsaal

Die Firma Remo Mode präsentiert bei einer Modenschau im Festsaal eine Auswahl der aktuellen Herbst- und Winter Kollektion.

Kommen Sie vorbei und shoppen Sie die aktuellen Trends.

Beginn: 09.30 Uhr
Ende: 11.30 Uhr
Festsaal der SBK
Es ist keine Anmeldung nötig

Anfänger-Englischkurs

ab
01.10.

Sie möchten erste Englischkenntnisse erwerben oder auffrischen? In unserem Anfängerkurs lernen Sie in gemütlicher Atmosphäre einfache Wörter, Sätze und Redewendungen für den Alltag und auf Reisen – ganz ohne Vorkenntnisse.
10 Kurseinheiten - 30,00 Euro - immer donnertags

Beginn: 10.00 Uhr
Ende: 11.30 Uhr
Konferenzraum am Festsaal
Anmeldung im Riehler Treff

Vorschau Oktober

Vorfreude ist die schönste Freude! Deswegen gibt es an dieser Stelle schon eine kleine Auswahl als Vorgeschmack auf den nächsten Monat:

07.10.

Die Lebenskünstler vom Rhein

Kölsche Lieder und Stimmungsmusik zum Mitsingen und Mitschunkeln. Und ein Überraschungsgast kommt auch.

14.10.

Busfahrt nach Andernach

Im Oktober können Sie sich auf eine Fahrt in das kleine Städtchen Andernach mit Besuch des höchsten Kaltwassergeysir der Welt freuen.

14.10.

Tanzen wie ich kann

Egal ob im Sitzen oder im Stehen, tanzen Sie gemeinsam mit uns zu wunderbarer Livemusik. **Karten erhalten Sie ab dem 28.09.**

23.10.

Lesung

Freuen Sie sich auf eine gemütliche Lesung mit unterhaltsamen Geschichten und schönen Texten. **Anmeldung im Riehler Treff**

Sinnvolles Ehrenamt
inkl. 7,50€/Stunde Aufwandsentschädigung

Flexibel
die Einsätze richten sich nach Ihrer Zeit

Gut unterstützt
Schulung mit Zertifikat und fachliche Begleitung

Der Unterstützungsdienst SenioAss vermittelt Ehrenamtliche an Senior*innen mit und ohne Demenz.
Die regelmäßigen Besuche zielen darauf ab, Einsamkeit entgegenzuwirken, soziale Teilhabe zu ermöglichen und Angehörige zu entlasten.

Gemeinsam gehen Sie spazieren, trinken Kaffee oder spielen Brettspiele - ganz nach den Vorlieben der betreuten Person.

Sie haben auch Lust auf ein sinnstiftendes Ehrenamt? Dann melden Sie sich jetzt für unsere kostenlose Schulung im Oktober an!

Jetzt anmelden: Gisela Erner und Fabio Iding
0221 7775-5102
senioass@sbk-koeln.de

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,
Lisa Langhammer

Telefon: 0221 7775 - 8531
E-Mail: riehlertreff@sbk-koeln.de
Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag
9 - 12 Uhr

www.facebook.com/riehlertreff
www.daheim-in-riehl.de
www.sbk-koeln.de