SeniorenNetzwerk Weiden

Trifft sich gut. Senioren Netzwerke Köln

Infoheft

April - Juni 2022

Im Frühling ist die Natur eine Augenweide zum Sattsehen.

Siegfried Wache

Senioren Netzwerke Köln

Homepage des SeniorenNetzwerkes Weiden:
https://seniorennetzwerkweiden.de

Zur Beachtung:

Bei Drucklegung dieses Heftes werden Lockerungen der Corona -Einschränkungen in Aussicht gestellt. Bitte informieren Sie sich über die aktuelle Corona-Schutzverordnung aus den Medien.

Bleiben Sie gesund.

Redaktionsteam

Sonderausgabe in diesem Infoheft

In dieser Ausgabe möchten wir den kreativen Kräften in unserem SeniorenNetzwerk einige zusätzliche Seiten widmen. Hier finden Sie eine Darstellung der Werke von Walter Fröhling und die handwerklichen Arbeiten des Kreativkreises.

Vielleicht möchte noch jemand aus unserem SeniorenNetzwerk, der ein interessantes Hobby hat, dieses einer breiteren Öffentlichkeit vorstellen. Melden Sie sich gerne per E-Mail bei:
dhellriegel@gmx.de

Redaktionsteam

Agentur für Haushaltshilfe

Agentur für Haushaltshilfe

Die Agentur für Haushaltshilfe (AfH) hat das Ziel, behinderte, alte oder kranke Menschen, die kurzfristig oder dauerhaft Hilfe im Alltag benötigen, zu unterstützen.

Anspruch auf eine kostenlose Haushaltshilfe hat jede pflegebedürftige Person mit mindestens Pflegegrad 1, Personen während einer Erkrankung oder nach einer Operation. Bei fehlendem Pflegegrad werden Sie von der Agentur gerne bei der Antragstellung unterstützt.

Für weitere Information kontaktieren Sie bitte die AfH,
Tel: 0221-71597930, www.afh-nrw.de.

Teamleitung Yvonne Muth, Rhein-Erft-Kreis, Neusser Str. 592 b,
50737 Köln, Öffnungszeiten Mo-Fr. 08:00 bis 13:00 Uhr

Ingrid Walden

Trifft sich gut.
Senioren Netzwerke Köln

Mobilität im Alter

Weltweit werden Senioren mobiler und nehmen auf unterschiedliche Weise, teils bis ins hohe Alter, aktiv am Straßenverkehr teil. Damit verknüpft ist ein deutlich erhöhtes Unfallrisiko im Vergleich zu jüngeren Menschen. Um es zu reduzieren und die Mobilität älterer Menschen zu erhalten, analysiert der DEKRA (Deutscher-Kraftfahrzeug-Überwachungs-Verein e.V.) im Verkehrssicherheitsreport 2021 die Mobilität im Alter (https://www.dekra.de/media/dekra-evs-report-2021-de-final.pdf) und empfiehlt, verschiedene Lösungsansätze zu bündeln.

Abnehmende Leistungsfähigkeit kann bei älteren Kraftfahrern Fahrfehler verursachen. Nachlassende Beweglichkeit wie eingeschränkte Rotationsfähigkeit von Nacken und Oberkörper können zu Problemen beim Abbiegen und an Kreuzungen führen. Verlangsamte Reaktion und nachlassende Konzentration erfordern für die Bewältigung der gleichen Fahraufgabe vermehrte Anstrengung, was Ermüdung und Stress bewirken kann. Dies erschwert situationsadäquates Verkehrsverhalten an komplexen Knotenpunkten. Bei chronisch mehrfach Erkrankten steigert sich das Unfallrisiko. Spezifische Fahrtrainings durch Fahrlehrer und qualifizierte Rückmeldefahrten können im höheren Alter sichere Fahrweise unterstützen.

Die Verkehrssicherheit von Älteren lässt sich verbessern, indem Fahrzeuge mit Assistenz-, Informations- und Komfortsystemen ausgestattet sind. Befragte Senioren sind vom Nutzen elektronischer Hilfen - vor allem der Einparkhilfe, des (Fern-)Lichtassistenten und des Abstandsregeltempomaten - überzeugt. Bei der Infrastrukturplanung,-gestaltung und -unterhaltung ist es wichtig, die Belange der alternden Gesellschaft mehr zu berücksichtigen. Der Erhalt sicherer individueller Mobilität auch im Alter ist laut DEKRA eine gesellschaftliche Verpflichtung.

Karin Steinhäuser

Regelmäßige Aktivitäten

Stamm-tisch 1	montags 14:00 bis 16:00 Uhr	müllers garten café Ignystr. 93-95, K-Weiden Dagmar Freye Tel: 02234-72464 dagmarfreye@gmx.de
Stamm-tisch 2	montags 14:00 bis 16:00 Uhr	Café Voosen Goethestraße 4, K-Weiden Ute Tiby Tel: 02234-498364 utiby1945@gmail.com
Boule	donnerstags 15:00 Uhr Je nach Witterung	Emil-Schreiterer-Platz, K-Weiden Ernst Theis Tel: 02234-6882878 ernst@theis.net
Männer-stamm-tisch	jeden 1. Mittwoch im Monat 18:30 Uhr	Hotel Triton, Aachener Straße 1128, K-Weiden Walter Fröhling Tel: 02234-72820 walter.froehling@ t-online.de
Kultur-kreis	jeden 2. Dienstag im Monat 10:00 Uhr	müllers garten café Ignystraße 93-95, K-Weiden Hans-Werner Fuchs Tel: 02234-47160 hans-wernerFuchs@ gmx.de
Kreativ-kreis	mittwochs 15:30 bis 17:30 Uhr 06. und 20. April 04. und 18. Mai 01.,15. und 29. Juni	Sozialraum Römer-Apotheke, Bunzlauer Str. 4, 4. Etage, K-Weiden Brigitte Unverhau Tel: 02234-498519 brigitte.unverhau@gmx.de
Fun-Walker	freitags 11:00 Uhr wechselnde Treffpunkte	Absprache erforderlich Vera Meurer Tel: 0178-5842435

Trifft sich gut.
Senioren Netzwerke Köln

Jour Fixe	jeden 1. und 3. Dienstag im Monat 15:00 Uhr	Café Voosen Goethestraße 4, K-Weiden Ilse-Marie Post Tel: 02234-77810 ilse-mariep@web.de

Literaturkreis

Der Literaturkreis trifft sich etwa alle 2 Monate und spricht über Literatur auch abseits der Bestsellerlisten, so dass überraschende Entdeckungen möglich sind.

Ab April werden wir uns voraussichtlich wieder treffen, abhängig von der Corona-Lage. Neue Interessenten in begrenzter Zahl sind willkommen.

Ursula Fröhling, Arndtstr. 6, 50858 Köln
Tel: 0172-8062010 und 02234-72820

Ursula Fröhling

Stadtführungen „metjon“

Mein Name ist Wolfgang Meyer. Einige Damen und Herren kennen mich von einer Führung im Oberlandesgericht. Ich biete Ihnen kostenlose Stadtführungen an.

Zum Beispiel: Treffpunkt an der Kreuzblume am Dom zu einer üblichen Stadtführung, Tour Neustadt in die Altstadt, Treffpunkt im Agnesviertel bis zum Dom oder der Rheinauhafen. Themen- und Abendführungen gehören ebenfalls zu meinem Programm. Ich freue mich auf Sie.

Interessierte wenden sich bitte an Ursel Hladina, Tel: 02234-4303354

Wolfgang Meyer

Informationen zu den Arbeitskreisen

Kinder- und Jugendprojekte

Aus dem SNW Weiden sind auch Netzwerker*innen im Jugendzentrum Weiden aktiv. Sie helfen im Jugendcafé mit und engagieren sich in unterschiedlichen Projekten. Informationen: Tel: 02234-942201, info@juze-weiden.jugz.de

Öffentlichkeitsarbeit und Redaktionsgruppe

Es werden Pressemitteilungen herausgegeben, die Homepage gepflegt und dieses Infoheft entwickelt. Kontakt: Öffentlichkeitsarbeit Heinzpeter Wagner, Tel: 0221-508236, fami.wagner@t-online.de, Kontakt: Redaktionsgruppe Dagmar Hellriegel, Tel: 02234-9499688, dhellriegel@gmx.de

Wohnumfeld

Gesucht werden Vorschläge für neue Projekte und tatkräftige Mitstreiter*innen. Info und Kontakt: Ursel Hladina, Tel: 02234-4303354, uhladina@aol.com

Grünzug West - Bankspende

Das freie Gelände von Königsdorf bis Junkersdorf längs der A4 gehört zum „Grünzug West“. Das Gelände soll als Weidener Parkanlage gestaltet werden. Im Bereich hinter dem Lärmschutzwall kann man schon durch ein Stück dieses Parks schlendern. Was fehlt, sind Bänke zum Verweilen.

Wir werden eine Bank stiften und mit einem Hinweisschild auf unser SeniorenNetzwerk versehen.
Bitte helft uns dabei und überweist Eure Spende mit dem Vermerk „Bank“ auf unser in diesem Infoheft angegebenes Konto. Danke!

Walter Fröhling

Das **SeniorenNetzwerk Weiden** ist ein nicht eingetragener, gemeinnütziger Verein, der steuerliche Spendenquittungen ausstellen kann, die beim Finanzamt anerkannt werden. Postanschrift: Altenzentrum St. Josefsheim, c/o SNW, Aachener Str.1312, 50859 Köln

Das Netzwerk ist zur Deckung seiner Kosten für Verwaltung, Infoheft, zur Unterstützung einzelner Aktivitäten und für neue Projekte neben dem öffentlichen Zuschuss der Stadt auf Spenden angewiesen. Für eine finanzielle Unterstützung wären wir Ihnen dankbar.

Ihren Betrag überweisen Sie bitte auf unser Konto:
SeniorenNetzwerk Weiden, IBAN DE73 8306 5408 0004 8736 61
Wird eine Spendenquittung gewünscht, bitte in der Überweisung *Namen und Anschrift* angeben.

Trifft sich gut.
Senioren Netzwerke Köln

Kreativkreis

Aller 14 Tage treffen sich die Damen des Kreativkreises, um gemeinsam bei einer Tasse Kaffee neue Ideen umzusetzen oder Begonnenes fortzuführen. Falls nötig steht man sich mit Rat und Hilfe zur Seite. Die Fotos zeigen, welche tollen Kreationen dabei herausgekommen sind. Dabei kommt auch der Spaß nicht zu kurz. Interessierte melden sich gerne bei Brigitte Unverhau, Tel: 02234-498519.

Die abgebildeten Personen haben der Veröffentlichung zugestimmt.

Altenzentrum St. Josefsheim der MARIENBORN gGmbH
Römer-Apotheke
Bunzlauer Straße 3 · 50858 Köln (Weiden)
BESTATTUNGEN ERKEN GMBH

Hobby: Malerei

Heute möchten wir Gemälde von Walter Fröhling aus unserem Sprecherrat vorstellen. Er ist durch einen Schnupper-Malkurs, der für Senioren aus unserem SeniorenNetzwerk im Jahr 2015 angeboten wurde, zur Malerei gekommen. Zuerst hat er mit Aquarellfarben auf Papier probiert und ab 2016 mit Acryl auf Leinwand gemalt.

2021 stellte er im Rahmen von ART.Lövenich in der Kunsthalle der Bezirksvertretung aus. Sein Motto: Gemälde müssen Farbe zeigen und eine Geschichte erzählen.

Über den Fluten 60x70 2020

Dem Licht entgegen 60x50 2018

Im Wirbel der Sterne 70x60 2020

Im Canyon der sprechenden Wände 60x50 2018

Altenzentrum
St. Josefsheim
der MARIENBORN gGmbH

Römer-Apotheke
Bunzlauer Straße 3 · 50858 Köln (Weiden)

BESTATTUNGEN ERKEN GMBH

Kölsch Hätz geht auf Schatzsuche

Mit Kölsch Hätz das Veedel aktiv erleben & mitgestalten.

Viele ältere Menschen haben Talente, die sie nicht mehr nutzen. Doch gerade diese Schätze gehören ins Veedel, denn sie fördern Nachbarschaft und sind wertvoll für alle.

Wir suchen Sie, mit Ihrem Talent -
teilen Sie dieses mit Interessierten!

Zum Beispiel: ...
...schöne Spazierwege kennen, die man mit dem Rollator gehen kann
...Geschichten von früher erzählen.
... vergessene Ecken im Veedel entdecken.
... nach alten Rezepten backen und kochen.
... musizieren aus Leidenschaft.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen oder weitere Fragen haben, freut sich die Nachbarschaftshilfe Kölsch Hätz für Lövenich, Weiden, Widdersdorf auf Ihren Anruf unter 02234-2004042 oder Sie melden sich per E-Mail unter info@koelschhaetz.de

Kölsch Hätz®
Nachbarschaftshilfen

In Kooperation mit

mensch zu mensch

Trifft sich gut.
Senioren Netzwerke Köln

Forum Seniorenbildung

Das Üsdorfer Wegekreuz

Steht man davor wird es einem feierlich zu Mute, aber was ist es und warum steht es dort?

Das fast 3 m hohe Wegekreuz aus unterschiedlichen Steinen besteht aus drei Bauteilen. Die barocke Wappendarstellung auf dem älteren Sockel weist auf einen Grenzstein der einstigen Üsdorfer Johanniter-Ländereien hin. Der Wappenschild ist das des vorletzten Komturs der Johanniterkommende, Franz Otto von Büllingen, um 1774. Daher nennt man es auch „Johanniterkreuz“.

Rechts und links befinden sich einige fromme Sprüche, die wahrscheinlich immer wieder erneuert worden sind, u.a. „Wache und bete!“ oder „Mensch lieb dein Erlöser!“.

Ob der Sockelstein schon immer ein Kreuz trug oder ob der Stein ursprünglich hier stand ist nicht nachweisbar. Wahrscheinlich aber ist, dass Teile eines uralten „Oisttorffer Creutz“, dessen vorheriger Standort unbekannt ist, im heutigen Wegekreuz mit verbaut worden sind.

Der seitlich angebrachte Errichtungshinweis, der mit dem „Jahre des Heiles 1848“ endet, lässt die Frage offen, ob damit die Grundrechteverfassung in der Frankfurter Paulskirche gemeint ist oder der offene Widerstand gegen die Obrigkeiten der preußischen Staatsgewalt?

Ein Denkmal aus seiner Zeit - und wäre heute genauso aussagekräftig wie einst 1848.

Henry Faust

Altenzentrum St. Josefsheim der MARIENBORN gGmbH
Römer-Apotheke
Bunzlauer Straße 3 · 50858 Köln (Weiden)
BESTATTUNGEN ERKEN GMBH

Trifft sich gut.
Senioren Netzwerke Köln

Ansprechpartner*innen

Stammtisch 1 - Dagmar Freye
Tel: 02234-72464
dagmarfreye@gmx.de
Stammtisch 2 - Ute Tiby
Tel: 02234-498364
utiby1945@gmail.com
Singkreis - Heinzpeter Wagner
Tel: 0221-508236
fami.wagner@t-online.de
Walking - Vera Meurer
Tel: 0178-5842435
Kreativkreis - Brigitte Unverhau
Tel: 02234-498519
brigitte.unverhau@gmx.de
Kulturkreis - Hans-Werner Fuchs
Tel: 02234-47160
hans-wernerFuchs@gmx.de
Wohnumfeld - Ursel Hladina
Tel: 02234-4303354
uhladina@aol.com
Männerstammtisch - Walter Fröhling
Tel: 02234-72820
walter.froehling@t-online.de
Jugendzentrum Weiden
Tel: 02234-942201
info@juze-weiden.jugz.de
Boule - Ernst Theis
Tel: 02234-6882878 ernst@theis.net

Öffentlichkeitsarbeit ViSdP
Heinzpeter Wagner
Tel: 0221-508236
fami.wagner@t-online.de
Redaktion ViSdP
Dagmar Hellriegel
Tel: 02234-9499688
dhellriegel@gmx.de
Sprecherrat
seniorennetzwerk.weiden@live.de
Homepage
www.seniorennetzwerkweiden.de
Servicestelle selbstorganisierte SeniorenNetzwerke Köln
Tel: 0221-5603417 oder -16
www.seniorennetzwerke-koeln.de
Seniorenvertretung (Bezirksrathaus)
Sprechst.:1.u.3.Montag i.M.10-12 Uhr
Tel: 0221-22193254
svk.lindenthal@stadt-koeln.de
Seniorenberatung Lindenthal
ASB Tel: 0221-221 93225 oder 0221-66007195
Caritas Tel: 0221-94102989
Diakonie Tel: 0221-94114115
Kölsch Hätz
Büro: Tel: 02234-2004042
info@koelschhaetz.de

Senioren Netzwerke Köln
Ein Programm der Kölner Wohlfahrtsverbände in Zusammenarbeit mit der Stadt Köln.

Redaktionsschluss für das nächste Heft: 1. Juni 2022

Veranstaltungen des SeniorenNetzwerks finden auf eigene Verantwortung statt.

AWO · caritas für Köln · DER PARITÄTISCHE KÖLN · Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Köln e.V. · Diakonie Köln und Region · Synagogen-Gemeinde Köln · Stadt Köln