

Infoheft

April - Juni 2026



Wenn der Frühling kommt, lächelt die Welt ein
bisschen heller.

Hofflohmärkte im Viertel



Hofflohmärkte laden zu einem entspannten Bummel im Viertel ein. Hausbewohner*innen verkaufen ihre alten Lieblingsstücke auf ihrem Privatgrund.

Termin: Weiden / Lövenich 27. Juni 10 -16 Uhr

Weitere Termine gibt es auf: www.hofflohmaerkte.de

Ute Tiby

Virtuell durchs Museum Schnütgen

Das Museum Schnütgen in Köln lässt sich jetzt auch bequem von zuhause aus erkunden: Ein 360-Grad-Rundgang führt durch die beeindruckenden Räume und zeigt ausgewählte Kunstwerke des Mittelalters.



Zu vielen Objekten gibt es Texte, Bilder und Audios, die spannende Hintergründe vermitteln. Die digitale Präsentation „Kunst erzählt“ ist ebenfalls kostenlos abrufbar.

Der virtuelle Rundgang eignet sich ideal für alle, die Kunst barrierefrei und in ihrem eigenen Tempo erleben möchten.

Ingrid Walden

Inside Stadt Köln – der neue Podcast

Inside Stadt Köln ist ein neues Podcast-Format der Stadt Köln, das verständliche Einblicke in aktuelle Themen und Projekte bietet. Menschen aus Verwaltung, Kultur und Stadtleben erzählen, was Köln bewegt und wie Entscheidungen entstehen. Die Folgen sind kurz, informativ und leicht zugänglich.

Für Seniorinnen und Senioren ist der Podcast eine angenehme Möglichkeit, gut auf dem Laufenden zu bleiben – bequem von zuhause und jederzeit abrufbar. Zu finden ist er unter anderem auf www.stadt-koeln.de/podcast

Ingrid Walden

Das Römergrab Weiden



An der Aachener Straße 1328, an der früheren Fernstraße Via Belgica von Tongeren nach Köln, bestattete eine wohlhabende, römische Gutsbesitzerfamilie mehrere Generationen. Diese unterirdische römische Grabkammer in Weiden aus dem 2. Jahrhundert wurde 1843 zufällig bei Ausschachtungsarbeiten entdeckt.

Den Schutzbau und das Wärterhaus an der Straße ließ der Dombaumeister Oberrat E. F. Zwirner im Namen des Eigentümers (Königreich Preußen) Mitte des 19. Jahrhunderts errichten. Sie laden den Besucher ein, die von ihm rekonstruierte, sechs Meter unter der Erdoberfläche liegende Grabkammer über eine Treppe aufzusuchen.

Die 3,60 m x 4,40 m große Grabstätte mit einer Höhe von 4,06 m unter dem Scheitel der Tonnendecke vermittelt Einblick in Leben und Sterben zur Römerzeit. An den beiden Seitenwänden befinden sich u.a. in der Mitte Ruheliegen und in den Wänden kleinere Nischen für Ascheurnen und Opfergaben. Wegen seiner Ausstattung zählt das Römergrab Weiden zu den wichtigsten römischen Grabbauten nördlich der Alpen. Je ein aus Kalkstein nachgebildeter Korbstuhl steht vor den Ruheliegen. Ihr Zusammenspiel vermittelt den Eindruck eines Speiseraums. Der vornehme Römer nahm lagernd das Essen ein, seine Frau dagegen speiste sitzend am Fußende des Mannes. Der Wannensarkophag aus Carrara-Marmor mit figürlichen Reliefdarstellungen ist das markanteste Museumsstück. Drei Porträtbüsten dekorieren die Ruheliegen, die eines Mannes, einer Frau und eines Mädchens, die vermutlich Mitglieder der Gutsbesitzerfamilie waren.

Der 2017 gegründete Förderverein Römergrab Weiden e. V. baute das Wärterhaus in einen Lernort mit modernen Informationsmöglichkeiten um. Hier lernt der Besucher die Entdeckungsgeschichte des Grabes, das Römische Reich, die Grabkunst, Jenseitsvorstellungen u.a.m. kennen.

Näheres: www.roemergrab.de

Karin Steinhäuser

Regelmäßige Aktivitäten

Stamm-tisch 1	montags 13:30 bis 16:00 Uhr	müllers garten café Ignenstr. 93-95, K-Weiden Dagmar Freye Tel: 02234-72464 dagmarfrey@gmx.de
Stamm-tisch 2	montags 14:00 bis 16:00 Uhr	Bäckerei Kraus Brauweilerstr. 60, K-Lövenich 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. Montag im Monat 18:30 Uhr	Brauhaus „Reissdorf em Keuchhof“, Braugasse12- 14, K-Lövenich Walter Fröhling Tel: 02234-72820 walter.froehling@ t-online.de
Kultur-kreis	jeden 2. Dienstag im Monat 15:00 Uhr Jeden 4. Dienstag im Monat 15:00 Uhr Kaffeekränzchen	Bibliothek der Weidenhof- Residenz, Kronstädter Str.63, K-Weiden müllers garten café Ignenstr. 93-95, K-Weiden Margret Schmidt Tel: 0173-2609815 mag.schmidt@arcor.de
Kreativ-kreis	alle 14 Tage	Absprache erforderlich bei Brigitte Unverhau Tel: 02234-498519
Fun-Walker	freitags 11:00 Uhr wechselnde Treffpunkte	Absprache erforderlich Vera Meurer Tel: 0178-5842435

Trifft
sich gut.
Senioren
Netzwerke
Köln

Jour Fixe (gesellschafts- politischer Ge- sprächskreis)	jeden 3. Dienstag im Monat 14:00 Uhr	Café Voosen Goethestraße 4, K-Weiden Ilse-Marie Post Tel: 02234-77810 ilse-mariep@web.de
---	---	--

Vorträge von Herrn Nispel:

jeden **letzten Montag im Monat 14:00 Uhr** in der Weidenhof-Residenz, Kronstädter Str.63, 50858 Köln

Literaturkreis

Der Literaturkreis trifft sich alle 6 Wochen im Hause Fröhling, Arndtstraße 6.

Wir lesen und besprechen Bücher auch abseits der Bestsellerlisten.
Bei Interesse Info bei u.froehling@posteo.de oder 02234-72820

Ursula Fröhling



Seniorenkino-Köln im Filmpalast, Hohenzollernring 22-24

Der Filmpalast zeigt saisonale Filme an jedem 1. Mittwoch im Monat 14:30 Uhr und 15:30 Uhr (Einlass 1 Std. vorher).

- 01. April: Die Rosenschlacht (Tragikomödie)**
- 13. Mai: 22 Bahnen (Drama/Kömödie)**
- 03. Juni: Immer wieder Dienstags (Komödie/Drama)**

Eintritt inkl. Kaffee und Kuchen 8 Euro, mit KölnerLeben-Coupon 7 Euro.
Tickets entweder telefonisch unter 0221-27257717 (täglich ab 14:00 Uhr) oder vor Ort reservieren bzw. kaufen: www.cineplex.de/koeln



Informationen zu den Arbeitskreisen

Kinder- und Jugendprojekte

Aus dem SNW Weiden sind auch Netzwerker*innen im Jugendzentrum Weiden aktiv. Sie helfen und engagieren sich in unterschiedlichen Projekten, z. B. in einer Gartenwerkstatt am JuZe.

Informationen: Tel: 02234-942201, info@juze-weiden.jugz.de

Redaktionsgruppe

Es wird die Homepage des SeniorenNetzwerks Weiden gepflegt und dieses Infoheft entwickelt. Kontakt: Dagmar Hellriegel, Tel: 02234-9499688 oder dhellriegel@gmx.de

Kostenlos zu 59 Trauerorten in Köln, rechts- und linksrheinisch

Wer aus Mobilitäts- oder anderen Gründen seine verstorbenen Angehörigen nicht mehr alleine auf dem Friedhof besuchen kann:

Montag - Freitag, von 9 - 17 Uhr, werden Fahrgäste, **auch Rollstuhlfahrer**, zu Hause abgeholt und bis zum Grab gebracht, beim Blumenkauf bzw. der Aufstellung einer Kerze unterstützt und nach **30 Minuten Verweildauer** wieder zurückbefördert.

Terminvereinbarung: 0221-5691048-17 / Montag-Freitag 9 - 12 Uhr
Uschi Böllecke

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 *Name und Anschrift* angeben.

Trifft
sich gut.
Senioren
Netzwerke
Köln

Die Freiluga wird 101 Jahre

Die Freiluga (Städtische Freiluft- und Gartenarbeitsschule) in Müngersdorf zählt zu den ältesten Einrichtungen der Umweltbildung in Köln. In diesem Jahr feiert sie ihr 101-jähriges Bestehen.



Gegründet von Konrad Adenauer ist das Gelände mit seinem schulbiologischen Zentrum vor allem als außerschulischer Lernort gefragt.

Kindergartenkinder und Schüler*innen können hier Naturerfahrungen mit allen Sinnen erleben. Sie lernen dabei praxisnah am Objekt Zusammenhänge der Natur kennen und verstehen. Damit setzt die Freiluga einen wichtigen Gegenpol zur zunehmenden Digitalisierung.

Auf dem Gelände können vielfältige Biotope erkundet werden, so z.B. Erntegärten, Waldflächen, Teiche und sogar Nutztiere (Hühner und Kaninchen). Zur Freiluga gehören ebenfalls die angrenzende Waldschule und die Streuobstwiese an der Belvedere Straße.

Die Freiluga steht nach Absprache allen Bürgern zur Verfügung. Zum Kennenlernen eignet sich ebenfalls das mannigfache Programm, das vom Förderverein in jedem Jahr zusammengestellt wird.

Das sind die kommenden Termine:

8. Mai, 18 Uhr, Lesung aus „Dreieinhalb Leben“, Biografie zu Ehren des 150. Geburtstags von Konrad Adenauer.

13. Juni, 11 bis 16 Uhr, Tag der Offenen Tür.

Weitere Informationen: <https://www.freiluga-ev-koeln.de/>

Dagmar Hellriegel

Trifft
sich gut.
Senioren
Netzwerke
Köln

Ansprechpartner*innen

Stammtisch 1 - Dagmar Freye

Tel: 02234-72464

dagmarfrey@gmx.de

Stammtisch 2 - Ute Tiby

Tel: 02234-498364

utiby1945@gmail.com

Walking - Vera Meurer

Tel: 0178-5842435

Kreativkreis - Brigitte Unverhau

Tel: 02234-498519

Kulturkreis - Margret Schmidt

Tel: 0173-2609815

mag.schmidt@arcor.de

Männerstammtisch - Walter Fröhling

Tel: 02234-72820

walter.froehling@t-online.de

Jour Fixe - Ilse-Marie Post

Tel: 02234-77810

ilse-mari@web.de

Boule - Ernst Theis

Tel: 02234-6882878

ernst@theis.net

Redaktion ViSDP

Dagmar Hellriegel

Tel: 02234-9499688

dhellriegel@gmx.de

Literaturkreis Ursula Fröhling

Tel: 02234-72820

u.froehling@posteo.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

Jugendzentrum Weiden

Tel: 02234-942201

info@juze-weiden.jugz.de

Kölsch Hätz

Büro: Tel: 02234-2004042

info@koelschhaetz.de



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

**Redaktionsschluss
für das nächste Heft:
1. Juni 2026**

**Veranstaltungen des SeniorenNetz-
werks finden auf eigene Verantwortung
statt.**

