

Ausflüge, Veranstaltungen und Co.:

Neu:

Die Kreativgruppe hat Plätze frei für Näher*innen, Bastler*innen und andere kreative Techniken. Neuzugänge sind herzlich willkommen jeden 1. Donnerstag 13:30 Uhr bis 16:30 Uhr.

Die Kegelgruppe sucht Mitkegler*innen. Die Kegelbahn der Glashütte wird genutzt. In geselliger Runde bei Kaffee und Kaltgetränken ist jeder herzlich willkommen. Jeden 1. Mittwoch im Monat 14.00 – 16.30 Uhr.

Montags, 5 Wochen Kurs: „Yoga auf dem Stuhl“, von 14:00 bis 15:00 Uhr, AWO Ortsverein Porz. Referentin: Barbara Gemnich.

Anmeldung erforderlich. Infos zu Startterminen bei Susanne Dax. Büro Glashüttenstr. 20.

NEU!! Boule Ab sofort kann die Boulebahn genutzt werden. Erste Interessent*innen treffen sich Dienstags zur gemeinsamen Partie. Wetterabhängig! Nähere Infos beim Stammtisch oder beim Offenen Treff.

- **Die Bergische Kaffeetafel findet am 1.11.19 statt. Bitte mit Anmeldung***
- **Die Weihnachtsfahrt des SeniorenNetzwerk Porz geht nach Hattingen. Nähere Infos gibt es beim Stammtisch. Nur mit Anmeldung* bei G. Süsterhenn.**
- **Barrierefreie Disco „All you can dance“ in der Glashütte am 29.11.19 um 19 Uhr. Eintritt frei.**
- **TanzTee in der Glashütte für Junggebliebene am 18.10./15.11./13.12. jeweils 15 – 18 Uhr.**

Seniorenberatung im SeniorenNetzwerk Porz:

nach dem Stammtisch und nach dem Veedelsfrühstück

Ansprechpartnerin: Ute Schmidt- Schell

Info: SeniorenNetzwerk Porz, Koordinatorin Susanne Dax

AWO Kreisverband Porz

c/o AWO Ortsverein Porz e.V., Glashüttenstr. 18, 51143 Köln

Büro im Jugend- und Gemeinschaftszentrum Glashütte, 2. Stock, Raum 405, Glashüttenstr. 20, 51143 Köln

Sprechzeiten: montags 09:30 Uhr – 13:00 Uhr und

donnerstags von 11:30 Uhr – 15:00 Uhr

Tel. 02203 / 183 55 38 E-Mail: awo.seniorennetz-porz@gmx.de



**Aktiv, gesellig und engagiert
im SeniorenNetzwerk Porz
Herzlich willkommen!**

Sie möchten aktiv und unter Menschen sein? Ob bei Freizeitgestaltung, Besuch von Veranstaltungen, Engagement für andere, kulturelle oder sportliche Aktivitäten? Dann sind Sie im SeniorenNetzwerk Porz genau richtig! Oder Sie möchten Ihre Ideen umsetzen, Ihr Wissen und Ihre Fähigkeiten einbringen oder sich engagieren? Sie suchen Hilfe und Unterstützung? Besuchen Sie uns doch einfach mal!

Unsere NetzwerkGruppen und Projekte sind vielfältig:

- **VeedelsFrühstück** - jd. 3. Montag im Monat 10.00 - 12.00 Uhr
- **Stammtisch** - jd. 2. + 4. Montag im Monat 10.00 - 12.00 Uhr
- **Kreativgruppe** – jd. 1. Donnerstag ab 13.30 Uhr
- **Spieletreff "Die Zocker"** – jd. 2. + 4. Donnerstag 13.30 – ca. 16.30 Uhr
- **Offener Treff** im SNW Porz – jd. 3. Donnerstag ab 14.00 Uhr
- **Boulegruppe** im Aufbau
- **Wandergruppe** - jd. 3. Samstag im Monat
- **Sonntagsspaziergang** - jd. 1. Sonntag im Monat mit Einkehr
- **Ausflüge, Besichtigungen, Vorträge** - siehe Programm
- **Kegelgruppe im SNW** - jd. 1. Mittwoch 14.00 - 16.30 Uhr
- **Fahrradgruppe im SNW** - nach Info beim Stammtisch/VeedelsFrühstück
- **Singkreis im SNW** – jd 1. und 3. Donnerstag im Monat, 11.00 Uhr
- **Helfende Hände Porz** - ehrenamtliche Hilfen für Jung und Alt!

„Handy und Smartphone 1x1 für Senioren*innen“ (in Kooperation mit den Helfenden Händen Porz), Tel. 02203/1835538

Unsere Kooperationspartner sind Jugend- und Gemeinschaftszentrum Glashütte, AWO Ortsverein Porz e.V. Bürgeramt Porz, Bürgerverein Porz e.V. u.a.

Termine Oktober bis Dezember 2019

im SeniorenNetzwerk Porz (Stand 27.09.19)

VeedelsFrühstück

jeden 3. Montag im Monat um 10.00 Uhr

Unser Frühstück in netter Runde ist lecker und macht Spaß! Ab und zu gibt es einen Vortrag/Workshop zu einem interessanten Thema.

Ort: AWO Ortsverein Porz e.V., Glashüttenstr. 18, 51143 Köln

Termine: 21.10. / 18.11. / 16.12. Weihnachtsfrühstück

Beitrag: 2,50 €

Stammtisch

jeden 2. und 4. Montag im Monat um 10.00 Uhr

Info zu Aktuellem aus dem SNW Porz - auch Sie und Ihre Ideen sind gefragt!

Ort: Bistro der Glashütte, Glashüttenstr. 20, 51143 Köln

Termine: 14.10. / 28.10. / 11.11. / 25.11. / 09.12. / ab 23.12. Weihnachtsferien

Kegel-Gruppe

jeden 1. Mittwoch von 14.00 – 16.30 Uhr in der Glashütte

Termine: 09.10. / 06.11. / 04.12.

Handy, Smartphone & Co Offene Gruppe mit ehrenamtlicher Hilfe der „Helfenden Hände Porz“ **15.10./19.11. – Bitte um Anmeldung! Infoabende finden im Pflegewohnstift CMS, Josefstr. 20 statt.**

Kreativgruppe

jeden 1. Donnerstag ab 13.30 Uhr,

Ort: AWO, Ortsverein Porz e.V., Glashüttenstr. 18, 51143 Köln

Termine: 03.10. Feiertag! Fällt aus / 07.11. / 05.12.

Singkreis

Jeden 1. Und 3. Donnerstag: 11.00 bis 12.00 Uhr,

Ort: AWO, Ortsverein Porz e.V., Glashüttenstr. 18, 51143 Köln

Termine: 03.10. Feiertag! Fällt aus / 17.10. / 07.11. / 21.11. / 05.12. / 19.12.

Termine Oktober bis Dezember 2019

im SeniorenNetzwerk Porz (Stand 27.09.19)

Spieletreff "Die Zocker"

jeden 2. + 4. Donnerstag von 13.30 - 16.30 Uhr (außer an Feiertagen)

Ob Skat, Rummy-Cup, Skip-Bo, Brettspiele, hier sind Sie richtig. Sie können gerne neue (Spiele)Ideen mitbringen oder erfragen, ob sie vorhanden sind.

Ort: AWO Ortsverein Porz e.V., Glashüttenstr. 18, 51143 Köln

Termine: 10.10. / 24.10. / 14.11. / 28.11. / 12.12. / 26.12. fällt aus

Weihnachten

Offener Treff im SeniorenNetzwerk Porz

jeden 3. Donnerstag von 14.00 - 16.00 Uhr

Bei Kaffee, Tee und selbstgebackenem Kuchen lernen Sie nette Menschen aus dem Veedel kennen. Sie können sich austauschen, besprechen, Wissenswertes erfahren, aber auch Fragen, Anregungen einbringen!

Ort: AWO Ortsverein Porz e.V., Glashüttenstr. 18, 51143 Köln

Termine: 17.10. / 21.11. / 19.12.

Wandergruppe

jeden 3. Samstag im Monat

Treffpunkt und Uhrzeit nach Angabe beim Stammtisch.

Wir wandern ca. 3 Std. mit Einkehr. Anfahrt mit Bus oder Bahn in die nähere Umgebung.

Termine: 19.10. / 16.11. / 21.12.

Sonntags-Spaziergang

jeden 1. Sonntag im Monat

Je nach Wetterlage und Planung sind wir unterwegs zu einem schönen Ausflug, häufig auch mit Einkehr! Treffpunkt Haltestelle 7 Porz-Markt oder nach Angabe. Uhrzeit bitte erfragen.

Termine: 06.10. / 03.11. / 01.12.

Fahrradgruppe

Info beim Stammtisch

Treffpunkt, Uhrzeit und Touren nach Angabe beim Stammtisch oder VeedelsFrühstück.
