

# RIEHLER TREFF

Veranstaltungen und Programm für  
Menschen ab 55 Jahren



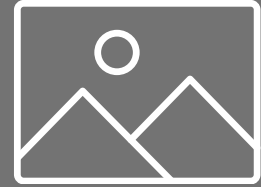
## Mai 2025



Wir l(i)eben  
Toleranz &  
Vielfalt



# Titelbild



## Posterprojekt für den Diversity Day

Das Titelbild entstand in einem Projekt, bei dem Bewohner\*innen und Mitarbeitende von Haus 5 gemeinsam mit der Künstlerin Stephanie Trost das Plakat für unseren Diversity Day anfertigten.

Die Idee stammt von Alexander Gatzen, der ebenfalls bei der Gestaltung involviert war. Das entstandene Plakat können Sie gerne am Diversity Day im Festsaal begutachten.

## Bitte beachten!

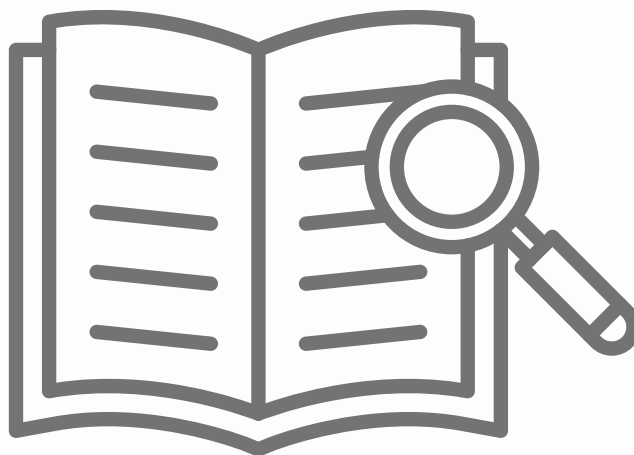


- **An den Donnerstagen, 1. und 29. Mai**, bleibt der Riehler Treff aufgrund von Feiertagen geschlossen.
- Ab sofort können Kronkorken nur noch im Riehler Treff abgegeben werden. **Die Sammelstelle bei Köln Vital im Gebäude P8 entfällt.**
- **Die Yoga Montags-Gruppe** findet ab sofort jeden Donnerstag statt. Bitte den Mai-Urlaub der Kursleiterin beachten!
- **Am Sonntag, 11. Mai**, ist Muttertag!



# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Bitte beachten!</b>	<b>2</b>
<b>Wöchentliche Angebote</b>	<b>4-5</b>
<b>Monatliche Angebote</b>	<b>6-9</b>
<b>Besondere Angebote im Mai</b>	<b>10-18</b>
<b>Vorankündigungen Juni</b>	<b>19-21</b>
<b>Im Mai nicht verpassen!</b>	<b>22</b>
<b>Silberdistel TV</b>	<b>23</b>



# WÖCHENTLICHE

## Montag

13.45 - 15.15 Treffen der Kreativgruppe BS

---

Ab 16.00 Brettspielgruppe H

## Dienstag

8.45 - 9.45 Fit im Alltag RT

---

9.00 - 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

9.00 - 10.00 Frühstückscafé RT

---

9.30 - 10.30 Gedächtnistraining BS

---

10.00 - 11.00 Malgruppe (pausiert) RT

---

10.45 - 11.45 Gedächtnistraining BS

---

ab 13.30 Nordic Walking RT

---

14.30 & 15.45 Yoga im Sitzen RT

---

# ANGEBOTE

## Donnerstag

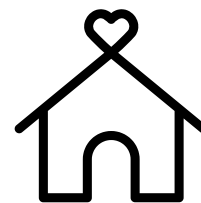
9.00 - 11.00	Bücherei	P8
9.00 & 10.15	Fit im Alltag	RT
14.00 - 15.00	Fit für 100	RT
14.30 - 15.00	Café im Festsaal	FS
Ab 15.00	Bingo	FS
Ab 15.00	Schach- und Skat-Gruppe	H
15.30 - 16.30	Yoga im Sitzen	RT

## Freitag

9.00 - 10.00	Fit im Alltag	RT
11.00 - 12.00	Tanzen im Sitzen	RT
12.30 - 14.00	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 im Erdgeschoss
P8	Untergeschoss des Gebäudes P8
RT	Hauptraum des Riehler Treffs



# MONATLICHE



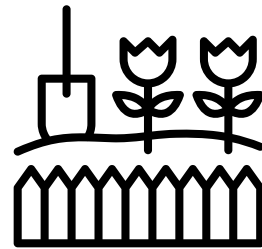
## Reparatur Café

**Nächster Termin:  
Montag, 5.5.,  
10 - 12 Uhr  
im Riehler Treff**

*Gemeinsam reparieren  
statt wegwerfen!*

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

**Darüber hinaus können hier alte Handys für ein Artenschutzprojekt des Zoos abgegeben werden.**



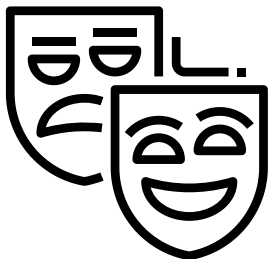
## Bauerngarten- AG

**Nächster Termin:  
Dienstag, 6.5.,  
13.30 - 14.30 Uhr  
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.

**Wir brauchen Ihre  
Unterstützung!  
Wir freuen uns auf neue  
Helfer\*innen!**

# ANGEBOTE



## Frühreif 2.0 Impro-Theater

**Nächste Termine:**  
**Mittwoch, 14.5., 21.5.,**  
**15.30 - 17.30 Uhr**  
**im Festsaal**

Improvisationstheater für  
Senior\*innen.

Treffpunkt alle 14 Tage im  
**Festsaal.**

Zur Zeit ist die Gruppe voll  
besetzt und es können  
leider keine weiteren  
Mitspieler\*innen aufge-  
nommen werden!



## Umwelt- Stammtisch

**Nächster Termin:**  
***Pausiert aktuell***  
**10 - 11 Uhr**  
**im Riehler Treff**

**Neu**



## Digitaler Spielemittwoch

**Nächster Termin:**  
**Dienstag, 20.5.,**  
**15.00 - 16.30 Uhr**

Digitale und analoge  
Spiele mit Jugendlichen  
aus dem Jugendzentrum  
F2 im Riehler Treff.

**Jede\*r ist willkommen!**

# MONATLICHE



## Redaktions- Treffen

**Nächster Termin:  
Donnerstag, 26.6.,  
12 Uhr,  
Mai Termin entfällt!  
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, 12.5., 26.5.,  
14.30 - 16.00 Uhr  
im Riehler Treff**

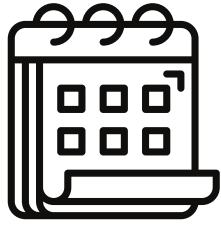
Singen macht Spaß und  
glücklich!

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

**Jede\*r ist willkommen!**



# ANGEBOTE



## Planungstreffen Kultur-Gruppe

**Nächster Termin:  
Montag, 26.5.,  
ab 15 Uhr  
in Haus H**

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

**Weitere Kultur-Fans sind herzlich willkommen!**



## Boule-Gruppe

**Wetterabhängig**

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

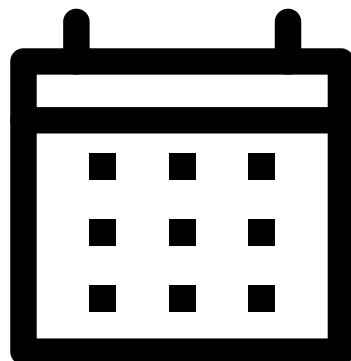


## “Freudig den Alltag gestalten”

**Nächste Termine:  
Montag, 12.5., 26.5.,  
10.00 - 11.30 Uhr  
im Riehler Treff**

Ziel des Kurses ist es, eine Methode für mehr Glück, innere Stärke und mutigen Umgang mit Herausforderungen zu erlernen. Anmeldung im Riehler Treff.

# **BESONDERE ANGEBOTE IM MAI**



# Dienstag, 6.5.

## Schlagerparty mit Jenny Budek

Jenny Budek kommt in den Festsaal und singt für Sie gute Laune Schlager. Freuen Sie sich auf eine ausgelassene Feier-Atmosphäre. Tanzen und singen Sie zu deutschen Liedern von großen Schlagerstars mit.

Wir freuen uns auf Sie!



**Einlass: 14.30 Uhr**

**Beginn: 15.00 Uhr**

**Ort: im Festsaal der SBK**

**Eventuelle Restkarten sind im Riehler Treff erhältlich:**

**Mo. - Do. 9 - 12 Uhr**

# Mittwoch, 7.5.

## Busreise zum Spargelessen

Frischen Spargel direkt vom Feld gibt es bei unserer diesjährigen Spargel-Fahrt zum Bauernhof Moll in Kerpen. Neben leckerem Essen locken hier ein kleiner Hofladen und die Tiere des Hofes.

Im Anschluss geht es noch gemeinsam zum Schloss Paffendorf in Bergheim, wo wir den Ausflug mit einem Rundgang durch den Schlosspark oder bei einer Tasse Kaffee im Schlosscafé ausklingen lassen.

### Kosten:

Die Fahrtkosten betragen 29,10 €.

Hinzu kommen die Kosten für das Essen Ihrer Wahl:

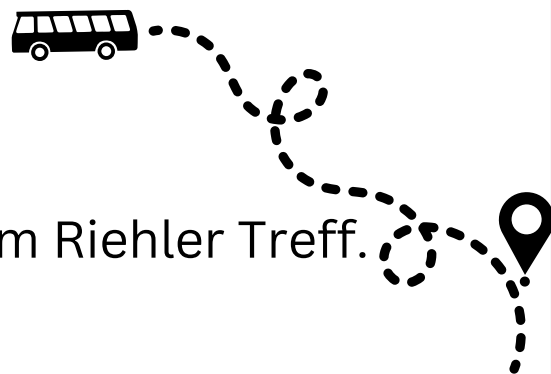
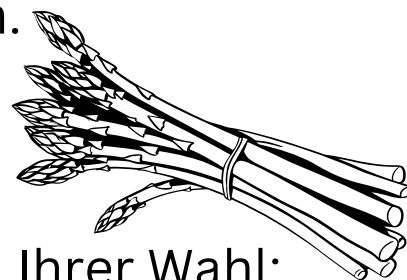
- Frischer Spargel mit Petersilienkartoffeln: 13,90 €
- Frischer Spargel mit Petersilienkartoffeln und Schinken: 18,90 €
- Spargelpfannkuchen: 13,90 €

Die Getränke sind nicht im Preis enthalten.

**Abfahrt: 11 Uhr an der Zentrale**

**Rückkehr: ca. 17 Uhr**

Eventuelle Restkarten erhalten Sie im Riehler Treff.



# 9.5 - 14.5.

## Schützen und Volksfest in Köln Riehl

### Freitag, 09. Mai

**18.30 Uhr** Treffen der Schützen  
an der Gaststätte Em Stüffje  
**19.00 Uhr** Abmarsch zum  
Königshaus  
**20.00 Uhr** Abmarsch zur Kirche  
St. Engelbert  
**20.30 Uhr** Fackelzug durch Riehl  
**21.00 Uhr** Ausklang im Festsaal  
und Proklamation der  
Würdenträger 2025/2026

### Samstag, 10. Mai

**15.00 Uhr** Bürgerkönigs-  
schießen mit der  
Lichtpunktanlage im Festsaal  
**17.00 Uhr** Treffen der Schützen  
an der Gaststätte Em Stüffje  
**17.30 Uhr** Abholen des neuen  
Königs  
**18.00 Uhr** Krönungsabend im  
Festsaal der SBK-Riehl  
**20.15 Uhr** Marita Köllner Live

### Sonntag, 11. Mai

**11.00 Uhr** Hl. Messe in der  
Pfarrkirche St. Engelbert  
**12.30 Uhr** Gemeinsames  
Mittagessen der Schützen  
**14.00 Uhr** Treffen der  
auswärtigen Vereine an der  
Gaststätte Em Stüffje  
**15.00 Uhr** Großer Festzug  
durch die Straßen von  
Riehl.  
Anschl. Zugpreisschiessen  
und Ausklang am und im  
Festsaal der SBK-Riehl

### Montag, 12. Mai

**11 Uhr** Königsfrühstück im  
Festsaal (Nur für geladene  
Gäste)

### Mittwoch, 14. Mai

**15.00 Uhr** Kostenloser  
Seniorenkaffee im Festsaal  
der SBK-Riehl

# Dienstag, 13.5.

## Generationen im Gespräch

Wir laden herzlich zu einem Workshop ein, der Jung und Alt zusammenbringt. In offener Runde tauschen wir Erfahrungen aus, entdecken persönliche Stärken und lernen mit- und voneinander – bei Kaffee und Kuchen.

**Dienstag, 13.5., um 13.30 - 15 Uhr**

**Freitag, 16.5., um 14.30 - 16 Uhr**

**Anmeldung im Riehler Treff:**

**Mo. - Do. von 9 - 12 Uhr oder unter 0221 7775 8531.**



# Donnerstag, 15.5.

## Neu: Sprechstunde

### ***Ihre Meinung ist uns wichtig!***

Sie hatten eine gute Zeit bei unseren Veranstaltungen, Kursen oder Gruppen? Prima, dann erzählen Sie es gerne weiter!

Sie haben Vorschläge, wie es noch besser laufen kann oder waren nicht zufrieden? Dann sagen Sie es uns!

Kommen Sie in unsere **neue Sprechstunde** an jedem 3. Donnerstag im Monat von **12 bis 13 Uhr** im Riehler Treff!

# ab Freitag, 16.5.

## Kunstaussstellung im Waagehaus

Die Riehlerin **Christine Assmann** zeigt neue Acrylmalereien und ihren beliebten Modeschmuck.

Die Ausstellung kann **ganztägig von Freitag, 16. Mai, bis Dienstag, 10. Juni**, am Fenster des Waagehauses besucht werden.

Noch bis **Donnerstag, 15. Mai**, ist die **Jülicher Doktorandin Shivani Gonde** mit Acryl- und Aquarell-Malerei in Kölns kleinster Galerie zu Besuch.

**Ort:** Waagehaus (Hertha-Kraus-Str./Slabystr.)



# Mittwoch, 21.5.

## Streetfoodfestival

Unser Streetfood-Festival erwartet Sie wieder mit vielen kulinarischen Highlights. Freuen Sie sich auf einen schönen Nachmittag auf dem Festplatz!



**Von 14 Uhr - 17 Uhr**

**Ort: Auf dem Festplatz der SBK**

**Mieter\*innen der SBK erhalten die Karten ab Mai im Riehler Treff von Mo. - Do. 9 - 12 Uhr.**



# Montag, 2.6.

## Kaffeefahrt der EhrenGarde

Sehr geehrte Mieterinnen und Mieter der SBK,

die EhrenGarde der Stadt Köln lädt Sie zur traditionellen Kaffeefahrt ein. Es geht zum Hippodrom an der Pferderennbahn in Köln Weidenpesch.

Freuen Sie sich auf eine herrliche Aussicht auf die Pferderennbahn sowie Kaffee und Kuchen und viele kleine und große Überraschungen.



**Abfahrt um 13.00 Uhr vor dem Festsaal**

**Ankunft in Riehl ca. um 17.30 Uhr**

**Mieter\*innen der SBK erhalten die Karten ab Mai im Riehler Treff von Mo. - Do. 9 - 12 Uhr.**



# Dienstag, 27.5.



## Diversity Day

Der diesjährige Diversity Day steht ganz im Zeichen des Themas „Bildung ohne Grenzen“. Der Zugang zur Bildung steht jeder Person zu, unabhängig von Alter, Geschlecht, Sexualität, Religion und Nationalität. Dies wird an diesem Tag thematisiert und veranschaulicht. Freuen Sie sich auf eine Mischung aus spannenden Vorträgen und einem bunten Unterhaltungsprogramm. Neben einer Ausstellung vom Rubicon finden Sie Infostände im Festsaal, die sich über Ihren Besuch freuen. Pam Pengco führt Sie als Moderatorin durch diesen Nachmittag. Außerdem erwarten Sie tolle Künstler\*innen und eine Band, die eine feste Größe im Kölner Karneval ist.



**Einlass: 14.30 Uhr**

**Beginn: 15.00 Uhr**

**Ende: 17.00 Uhr mit anschließendem Austausch**

**Ort: Im Festsaal der SBK**

**Karten sind im Riehler Treff erhältlich:**

**Mo. - Do. 9 - 12 Uhr**

# **Vorankündigungen Juni**



**Dienstag, 3.6.**

## **Mobilitäts-Training**

Das Straßenbahn-Training der KVB führt mit einer eigenen Bahn zum Königsforst und wird vom Riehler Treff begleitet. Treffpunkt ist entweder um 8.50 Uhr am Riehler Treff (gemeinsame Anfahrt mit den Öffentlichen zum Treffpunkt) oder um 9.50 Uhr direkt am Neumarkt (Nordseite). Rückkehr gegen 13.30 Uhr. **Anmeldung im Riehler Treff von Mo. - Do.**

**Mittwoch, 4.6.**

**Vortrag:**

## **Demenz und (Alters-) Depression**

Das Kölner Alzheimer Forum lädt Jan Schirmer (Neurologe, Psychiater und Psychotherapeut) zu einem spannenden Vortrag um **18 Uhr** in den Riehler Treff ein. **Es wird um Anmeldung unter 0221 7775-5105 gebeten.**

**Dienstag, 17.6.**

## **Konzert der Band Miljö**

Die bekannte Kölner Band Miljö kommt zu Ihnen in den Festsaal. Freuen Sie sich auf einen stimmungsvollen Nachmittag.

**Karten sind ab Juni im Riehler Treff erhältlich:  
Mo. - Do. 9 - 12 Uhr.**

**Dienstag, 17.6.**

## **KVB-Bustraining**

Beim Bustraining mit einem Experten der KVB kann der sichere Umgang mit dem Bus geübt werden - so z.B. der Ein- und Ausstieg mit einem Rollator und vieles mehr!

**Anmeldung im Riehler Treff möglich von**

**Mo. - Do. von 9 - 12 Uhr oder unter 0221 7775 8531.**

**Dienstag, 24.6.**

## **Kommunikation in der digitalen Welt**

Ein Vortrag um **14 Uhr** zu Whatsapp, Videochat, Onlinebanking & Co. – Wie funktioniert das und was Sie schon immer fragen wollten.

**Anmeldung im Riehler Treff von Mo. - Do. von 9 - 12 Uhr oder unter 0221 7775 8531.**

**Sonntag, 29.6.**

## **Konzert des KVB-Orchesters**

Wir freuen uns, auch in diesem Sommer wieder das KVB-Orchester in unserem Festsaal begrüßen zu dürfen!

**Karten sind ab Juni im Riehler Treff erhältlich: Mo. - Do. 9 - 12 Uhr.**



# IM MAI NICHT VERPASSEN!

**Dienstag, 6. Mai**  
**Schlagerparty**  
15 Uhr im Festsaal

**Mittwoch, 7. Mai**  
**Busreise zum Spargelessen**  
11 Uhr an der SBK Zentrale

**Freitag, 9. Mai - Mittwoch, 14. Mai**  
**Schützen- und Volksfest**  
Köln Riehl

**Dienstag, 13. Mai**  
**Generationen im Gespräch**  
13.30 Uhr im Riehler Treff

**Donnerstag, 15. Mai**  
**Sprechstunde**  
12 Uhr im Riehler Treff

**Dienstag, 27. Mai**  
**Diversity Day**  
15 Uhr im Festsaal

Das ehrenamtliche Team der Silberdistel dreht und schneidet weiterhin fleißig neue Videobeiträge, die nach und nach in das wöchentlich wechselnde Programm einfließen.



Das jeweils aktuelle Wochenprogramm finden Sie immer ab montags in den Schaukästen auf dem SBK-Gelände.

## **Technischer Hinweis**

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

Digitales Netz: Sonderkanal S39 - 450.000MHz

## **Infos/Kontakt zur Silberdistel**

Götz Großhans (SBK-Öffentlichkeitsarbeit)

[goetz.grosshans@sbk-koeln.de](mailto:goetz.grosshans@sbk-koeln.de) oder 0221 7775-8131

# 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,  
Brigitte Wojtinnik-Pick

Telefon:

0221 7775 - 8531

E-Mail:

riehlertreff@sbk-koeln.de

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)

