# RIEHLER TREFF

## Veranstaltungen und Programm für Menschen ab 55 Jahren

# November 2026

SBK

wir l(i)eben Toleranz & Vielfalt

Senioren Netzwerke Köln

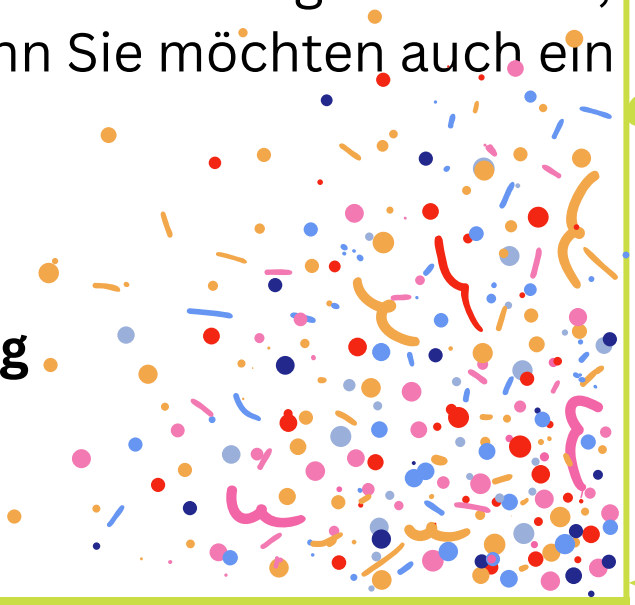
# 17.11. SBK-Sitzung

Nach langer Zeit ist es endlich wieder soweit: Die langersehnte “Fünfte Jahreszeit” beginnt, in diesem Jahr schon zum 51. Mal mit der SBK-Sitzung!

Gemeinsam bringen wir bei unserer traditionellen SBK-Sitzung den Festsaal zum beben und verwandeln ihn in eine Karnevalshochburg.

Für Unterhaltung und gute Stimmung ist gesorgt. Das einzige was Sie mitbringen müssen, sind gute Laune und wenn Sie möchten auch ein Kostüm.

**Wir freuen uns auf einen jecken Nachmittag mit Ihnen!**



**Abfahrt: 14.30 Uhr** **Festsaal der SBK**

Beginn: 15.00 Uhr

**Karten erhalten Mieter*innen ab dem 01.11.**

# Inhaltsverzeichnis


| | |
|---|---|
| Tipp des Monats | 2 |
| Der Riehler Treff | 4 |
| Aktuelle Hinweise | 5 |
| Wöchentliche Angebote | 6 |
| Weitere Gruppen | 8 |
| Vorgestellt | 9 |
| Besondere Angebote | 10 |
| Vorschau Dezember | 18 |
| Adventskalender SBK + daheim-in-riehl | 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

- Der Englisch-Kurs findet **jeden Donnerstag** von 10-11.30 Uhr, in der Zeit vom 01.10. bis 03.12. statt. **Aktuell ist der Kurs leider voll.**
- Die nächste **Sprechstunde** des Riehler Treffs ist am Donnerstag, den **19.11.**, 12.00 - 13.00 Uhr**.**

## 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** |
| **F** | **Gemeinschaftsraum im Gebäude F** |

# 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 | F |
| 14.45 - 15.45 | Nordic Walking | Café Culutra |
| 14.30 - 16.00 | Bleib fit, tanz mit! | F |

## 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 |

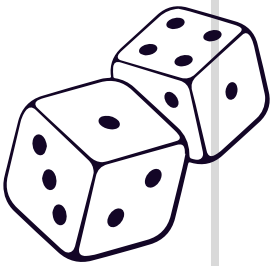
# Weitere Gruppen

| | | |
|---|---|---|
| **02.11.**<br>Montag | **10.00 - 12.00 Uhr**<br>Konf. am Festsaal | **Reparatur-Café** |
| **Winter pause** | **geht im Frühling wieder los** 🙂 | **Bauerngarten - AG** |
| **04.11.**<br>Mittwoch | **15.00 - 16.30 Uhr**<br>Service 3 | **Frühreif 2.0**<br>**ImproTheater** |
| **09.11**<br>Montag | **14.30 - 16.00 Uhr**<br>Coachingraum | **Singen für`n Spaß** |
| **10.11.**<br>Dienstag. | **15.00 - 16.30 Uhr**<br>Coachingraum | **Spielenachmittag (Silvergaming)** |
| **10.11. + 24.11**<br>Dienstag. | **13.00 - 15.00 Uhr**<br>Festplatz SBK | **Rikschafahrten** |
| **19.11.**<br>Donnerst. | **12.30 Uhr**<br>Konf. am Festsaal | **Redaktionstreffen daheim-in-Riehl.de** |
| **23.11.**<br>Montag | **14.30 - 16.00 Uhr**<br>Coachingraum | **Singen für`n Spaß** |
| **25.11.**<br>Mittwoch | **15.00 - 16.30 Uhr**<br>Service 3 | **Frühreif 2.0**<br>**Impro-Theater** |
| **30.11.**<br>Montag | **ab 15.00 Uhr**<br>Haus H | **Planungstreffen der Kultur-Gruppe** |

# Vorgestellt

## Spielenachmittag mit Silvergaming

Silvergaming ist ein Projekt für Kinder, Jugendliche und Senior*innen - wir spielen gemeinsam, unterhalten uns und haben Spaß.
Es stehen Brettspiele, aber auch digitale Spiele bereit. Zudem laden wir zu Kaffee und Keksen ein.



Die Teilnahme ist kostenlos und man braucht keine Vorkenntnisse.

## Rikschafahrten auch im Winter!

Genießen Sie auch in der kalten Jahreszeit, warm eingepackt, eine gemütliche Rikschafahrt an der frischen Luft. Für Senior*innen besteht die Möglichkeit, zweimal im Monat eine einstündige Fahrt zu unternehmen.

Die Anmeldung erfolgt im Riehler Treff.
Wir freuen uns auf Sie!

# 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

Dienstag 03.11.

## Mitsingkonzert

Freuen Sie sich auf Kerstin Kallewege & Steve Nobles, die mit Ihnen einen musikalischen Nachmittag im Festsaal verbringen möchten. Singen Sie die schönsten Lieder aus den 50er- bis 70er Jahren mit und bringen Sie den Festsaal zum beben!

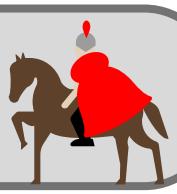
Beginn: 15.00 Uhr
Ende: 14.30 Uhr

Festsaal der SBK

Karten erhalten Sie im Riehler Treff.

Freitag
06.11.

## St. Martin-Feier



D`r hellije Zinter Mätes (Kölsch) kommt zu uns nach Riehl! Es erwartet Sie am Festplatz ein kleines Martinsfeuer, gemeinsames Singen, Weckmänner, Glühwein & Punsch und natürlich der berittene St. Martin mit musikalischer Begleitung.

**Beginn: 17.00 Uhr** **Festplatz der SBK**

**Es ist keine Anmeldung nötig.**

## Ehrenamtstreffen

Dienstag
10.11.

Beim Ehrenamtstreffen kommen ehrenamtlich Engagierte und hauptamtliche Mitarbeitende zusammen. Wir informieren über kommende Veranstaltungen, besprechen aktuelle Themen und planen die nächsten Einsätze. Interessierte sind herzlich eingeladen!

**Beginn: 13.00 Uhr** **Konf. am Festsaal**

**Es ist keine Anmeldung nötig.**

Dienstag.
10.11.

## Musikalische Kreuzfahrt

Das Konzertprogramm “Musikalische Kreuz-fahrt” mit Violine und Klavier nimmt Sie mit auf eine faszinierende Reise durch die Vielfalt der musikalischen Welten. In diesem Programm des Kölner Alzheimer Forums werden Werke von verschiedenen Komponisten präsentiert.

**Beginn: 15.00 Uhr** **Festsaal der SBK**

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

## Kunst im Waagehaus

ab
12.11.

Die Kölner Künstlerin Andrea Strünker-Nieth zeigt Acrylmalerei und mehr unter dem Titel "Novembertraum".

**Vernissage: 15.11., 14.00-16.00 Uhr**

Die Ausstellung ist jederzeit bis 28. November im Fenster des Waagehauses zu sehen.

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

Montag
16.11.

## Infoveranstaltung: Köln erkennt Sepsis!

Alle 6 Minuten stirbt in Deutschland ein Mensch an einer Sepsis (Blutvergiftung). Der Großteil der Erkrankungen und Todesfälle wäre vermeidbar. Bei unserer Infoveranstaltung mit Fachvortrag erfahren Sie alles rund um die Symptome und Behandlungsmöglichkeiten.

**Beginn: 14.00 Uhr** **Festsaal**
Ende: 17.00 Uhr

**Es ist keine Anmeldung nötig!**

## Patronatsfest der Riehler Schützen

Mittwoch
21.11.

Tradition verpflichtet - die Riehler Schützen feiern mit uns ihr alljähriges Patronatsfest!

Gefeiert wird mit einer großen Auswahl an Getränken und Speisen zu zivilen Preisen, einer großen Tombola und Live-Musik.

**Beginn: 14.30 Uhr** **Festsaal der SBK**

**Es ist keine Anmeldung nötig.**

Sonntag
22.11.

# Weihnachtsbasar

In diesem Jahr findet unser Weihnachtsbasar, pünktlich vor dem ersten Advent im Festsaal statt. Wir hoffen, dass Sie sich in unseren weihnachtlich geschmückten Räumen auf die vorweihnachtliche Zeit einstimmen können.

Neben liebevoll gestalteten Handarbeiten unserer Kreativgruppen gibt es auch einen Bücherflohmarkt, handgefertigten Schmuck, Weihnachtsgestecke und weitere schöne Angebote zum Verschenken oder Behalten.

Sitzgelegenheiten laden bei einem Becher Glühwein und frisch gebackenen Waffeln zum Verweilen oder zu einem kleinen Plausch ein.

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

Dienstag
24.11.

## Tanzen wie ich kann

Dieses Bewegungsangebot verbindet Musik, Bewegung und Gemeinschaft. Ob im Sitzen oder Stehen, alle können nach ihren Möglichkeiten zu der Livemusik mittanzen. Vorkenntnisse sind nicht nötig: Freude und Wohlbefinden stehen im Mittelpunkt!

**Beginn: 15.00 Uhr** **Festsaal der SBK**
Einlass: 14.30 Uhr

**Karten erhalten Sie ab dem 01.11**

## Busfahrt zum Weihnachtsmarkt

Mittwoch
25.11.

Besuchen Sie das zauberhafte Nikolausdorf am Rudolfplatz mit seinen gemütlichen Fachwerkhäuschen, regionalen Spezialitäten und süßen wie herzhaften Köstlichkeiten. Genießen Sie die festliche Atmosphäre und lassen Sie sich verzaubern! **Nur für Mieter*innen!**

**Abfahrt: 13.30 Uhr** **Festsaal der SBK**
Zurück: 17.30 Uhr in Riehl

**Karten erhalten Sie ab dem 01.11.**

Sonntag
29.11.

## Gospel-Chor

Freuen Sie sich auf einen stimmungsvollen Nachmittag mit den Leslie B Harmonies! Der Gospelchor begeistert mit einer abwechslungsreichen Mischung aus schwungvollen Gospelklassikern, gefühlvollen Melodien und mitreißenden Rhythmen.

**Beginn: 15.00 Uhr**
Einlass: 14.30 Uhr

**Festsaal der SBK**

**Karten erhalten Sie ab dem 01.11.**

## Weihnachtsmarkt auf dem Festplatz

Mittwoch
29.11.

Besuchen Sie unseren kleinen Weihnachtsmarkt! Nettes Beisammensein auf dem SBK-Festplatz bei Glühwein und Reibekuchen.

**Termine:**
immer ab 16:30 Uhr
29.11./ 08.12./ 15.12./ 22.12.2026

30.11.
Montag

# offene Gesprächsrunde

## Spüre ich das Geschenk des Lebens noch?

Manchmal verändern Verluste und schwierige Lebensphasen den Blick auf das Leben. In der Gesprächsrunde können Sie erzählen, was Sie bewegt, Erinnerungen teilen und Menschen begegnen, die Ihre Gefühle verstehen.

Gemeinsam nehmen wir uns Zeit zum Zuhören, zum Innehalten und dazu, neue Kraft und Zuversicht zu finden.

Sie sind herzlich willkommen! Ganz so, wie Sie sich gerade fühlen.

**Beginn: 14.00 Uhr** **Konf. am Festsaal**
Ende: 16.00 Uhr
**Es ist keine Anmeldung nötig**

# Vorschau Dezember

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

ab Dez.

## Weihnachtsmarkt auf dem Festplatz

Besuchen Sie unseren Weihnachtsstand auf dem Festplatz und genießen Sie einen warmen Glühwein in weihnachtlicher Atmosphäre.

07.12.

## Dokunachmittag mit Martina Kast

Begleiten Sie einen Schiffsarzt und entdecken Sie spannende Einblicke in seinen Alltag und seine Erlebnisse auf hoher See.

15.12.

## Weihnachtsfeier für Mieter*innen

Genießen Sie bei Kaffee und Kuchen weihnachtliche Stimmung und freuen Sie sich auf klassische Weihnachtslieder.

24.12.

## Heiligabend im Festsaal

Verbringen Sie den Heiligabend in Gemeinschaft bei den SBK. Freuen Sie sich auf Live-Musik, Kaffee, Kuchen und besinnliche Stunden.

ab Dez.

## Adventskalender der SBK

Freuen Sie sich auf unseren SBK-Fenster-Adventskalender! Jeden Tag wird ein liebevoll gestaltetes Adventsfenster einer anderen SBK-Abteilung geöffnet. Entdecken Sie täglich neue kreative Überraschungen und genießen Sie gemeinsam die vorweihnachtliche Stimmung.

**Beginn: 01.12.2026**
**Ende: 24.12.2026**
**Gelände der SBK**

## Adventskalender auf daheim-in-riehl.de

ab Dez.

Entdecken Sie den digitalen Adventskalender auf „daheim-in-riehl“! Hinter jedem Türchen wartet eine kleine Überraschung, die Ihnen die Adventszeit versüßt und die Vorfreude auf Weihnachten wachsen lässt.
**Link: daheim-in-riehl.de**

**Beginn: 01.12.2026**
**Ende: 24.12.2026**

Jetzt scannen

# 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