

Senioren Netzwerk  
Altstadt-Nord  
Im Deutschen Roten Kreuz 



# Senioren Netzwerk Altstadt - Nord

## Aktivitäten

**10**                      **Oktober**                      **2024**

**11**                      **November**                      **2024**

## SeniorenNetzwerk Altstadt - Nord

c/o Kölsch Hätz Nachbarschaftshilfe  
Krefelder Str. 57, 50670 Köln

[www.veedelnetz.de](http://www.veedelnetz.de)

**E-Mail:** [seniorennetzwerk.nord@gmail.com](mailto:seniorennetzwerk.nord@gmail.com)

**Redaktionsteam** Herausgabe und v.i.S.d.P.  
B. Cramer, D. Gehenzig, K. Stallmann, K. Wegerich

### Kontakt Redaktionsteam

[redaktion.seniorennetzwerk.nord@googlemail.com](mailto:redaktion.seniorennetzwerk.nord@googlemail.com)

**Eine Änderung der eingereichten Texte bleibt vorbehalten.**

**Druck:** Hundt Druck GmbH

**Informationen aller SeniorenNetzwerke Kölns erhalten Sie unter [www.seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de)**



Wir empfehlen einen Roman von Alex Capus, „Eine Frage der Zeit“, dtv Taschenbuch 11,95 €. Das Buch beginnt im Jahr 1913 auf Meyer-Werft in Papenburg und befasst sich mit der deutschen Kolonialgeschichte. Kaiser Wilhelm II. beauftragt die Werft, ein Dampfschiff in Einzelteile zu zerlegen und es südlich des Kilimandscharo wieder aufzubauen. Neben dem Abenteuer dreier Werftarbeiter, die den Auftrag ausführen, können Sie die Tragik dieser Zeit um den Ausbruch des Ersten Weltkriegs, fesselnd geschildert, erleben. Bei Ausbruch des Krieges 1914 liegen sich am Tanganikasee Deutsche und Briten gegenüber, und die Geschichte nimmt ihren Lauf. Dennoch kommen Humor, Leichtigkeit und Situationskomik nicht zu kurz.

Freuen Sie sich auf spannende Lektüre !

R. Walter

**Sponsor** Lions-Hilfswerk Köln-Caligula e.V.



# Gruppen des SeniorenNetzwerks

Die Teilnahme erfolgt immer auf eigene Gefahr.

## Wandergruppe

**Angebot SeniorenNetzwerk Rodenkirchen:  
Wandern mit Einkehr – bitte unbedingt anmelden!**

**jeden Dienstag, 10:00 Uhr**

**Treffpunkt** Bahnhof Rodenkirchen

**Info:** Herr Dreyer, Tel. 0157 – 71778972

**Franz-Josef.Dreyer@gmx.de**

---

## Singkreis

Singkreis in der Christuskirche, Dorothee-Sölle-Platz 1

**jeden 2. und 4. Freitag von 10:30 – 11:30 Uhr**

**Freitag, 11. 10.2024**

**Freitag, 08. und 22.11.2024**

**Info** Frau Seredszus, Tel. 0221 - 859923

---

## Veedel - Stammtisch

**am 2. Freitag im Monat um 17:00 Uhr**

**Freitag, 11.10.2024; Freitag, 08.11.2024**

„Die Weißenburg“, Weißenburgstr. 66

**Info** Herr Stallmann, Tel. 0221 – 6907070

**k.stallmann@veedelnetz.de**

---

## Spielegruppe

**jeden vierten Montag im Monat um 14:30 Uhr**

**Montag, 28.10.2024; 25.11.2024 – bitte anmelden!**

Seniorenwohnhaus der GAG, Brabanter Str. 32, Köln

**Info** Frau Probst 0221 - 731287

---

## Literaturkreis „Lesen macht glücklich“

**Info** Frau Walter, Tel. 0221-245829

---

## **Kulturgruppe**

**Di., 15.10.2024 Straßenbahnmuseum Thielenbruch**  
**Treffpunkt Neumarkt Gleis 2 / Linie 3, Richt. Thielenbr.**  
Eintritt 2 €

**Mittwoch, 20. November 2024**

**200 Jahre Leben & Sterben in Köln – Ein Rundgang über den Melaten-Friedhof**

**Treffpunkt Haltestelle Melaten (Aachener Straße), Linie 1 und 7; Zeit: 13:45 Uhr; Teilnahme kostenlos.**

Der Name des Friedhofes geht auf den Hof zu Melaten zurück, ein ehemaliges Leprosenasyl. Mit der Gestaltung des Friedhofs wurde Ferdinand Franz Wallraf beauftragt. Der von Anfang an auch als Erholungsstätte und als öffentliche Grünanlage geplante Friedhof wurde am 29. Juni 1810 eingeweiht.

**Anmeldung zu allen Terminen erforderlich.**

### **Info**

Frau Elisabeth Schläger, Tel. 0151 / 42862252  
[e.schlaeger@veedelnetz.de](mailto:e.schlaeger@veedelnetz.de)

---

## **Kegelgruppe**

**„Keine ruhige Kugel schieben!“**

**jeden dritten Mittwoch des Monats um 16:00 Uhr;**  
**Mi., 16.10. 2024; 20.11. 2024; bitte anmelden.**

**Kosten: 3.- € Umlage für die Kegelbahn erbeten**  
**Info Frau Probst, Tel. 0221 – 731287**

---

### **Besonderer Hinweis**

**Falls Sie sich finanziell nicht an allen Aktivitäten beteiligen können, stehen wir Ihnen möglicherweise zur Seite. Bitte besprechen Sie dies mit der Gruppenleiterin oder dem Gruppenleiter.**

---

## **Bald reitet St. Martin wieder durch Schnee und Wind**

Am 11.11. ist es wieder soweit: Dann startet in Köln nicht nur die jecke fünfte Jahreszeit, sondern vor allem der traditionelle Laternenumzug zu Ehren des Bischofs Martin von Tours, der am 11. November 397 nach Christus zu Grabe gelegt wurde. Martin von Tours, lateinisch Martinus, war der dritte Bischof von Tours. In der Tradition der katholischen Kirche ist er einer der bekanntesten Heiligen, obwohl er nie heiliggesprochen wurde. Er ist der erste, dem diese Würde nicht als Märtyrer, sondern als Bekenner zugesprochen wurde. (Quelle: wikipedia.org)

Berühmt wurde der heilige Martin durch seine barmherzige Tat, als er seinen Mantel mit einem frierenden Bettler teilte und ihm dadurch das Leben rettete. Diese Geste der Güte und des Teilens ist zentral in der Erinnerung an Sankt Martin.

Bis heute finden die überlieferten Schul- und Kindergartenumzüge rund um den 11. November statt, in protestantisch geprägten Regionen schon am 10. November, um auch Martin Luther zu ehren, der an dem Tag geboren wurde. Die heutige Form des Martinszuges, bei welcher der heilige Martin als Soldat oder als Bischof mitreitet, entstand um die Wende zum 20. Jahrhundert im Rheinland. Nicht fehlen dürfen die vielen Kinder mit Laternen, die das Teilen von Licht und Wärme in der Dunkelheit eindrucksvoll symbolisieren. Zum Abschluss gibt es häufig ein großes Martinsfeuer – und natürlich die im Rheinland beliebten Weckmänner, ob mit oder ohne Tonpfeife.

Im Anschluss an den Martinszug oder auch an einem leicht abweichenden Termin wird vielerorts auch das Martinssingen praktiziert, bei dem die Kinder mit ihren Laternen und Lampions von Haus zu Haus ziehen und mit Gesang Süßigkeiten und andere Gaben erbitten. Wenn also die Liedzeile „Hier wohnt ein guter Mann, der uns was geben kann...“ vor der Haustür erklingt, empfiehlt es sich,

vorbereitet zu sein und die phantasievollen Laternen, Kostüme und Gesänge zu belohnen.

Wer selber „mit seiner Laterne gehen möchte“, findet im Internet zahlreiche Bastelvorlagen und Anregungen zum Ausdrucken, beispielsweise auf [geo.de/geolino](http://geo.de/geolino) – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.



Foto privat

Durch Schnee wird der St. Martin zumindest in Köln wohl nicht reiten, dafür aber (hoffentlich!) mit viel Sonne, Mond und Sternen!

Text: Katja Wegerich

## Halloween, das Geisterfest

Am 31. Oktober wird vermehrt auch in Deutschland das Halloweenfest vor allem von Kindern gefeiert, die sich als Hexen, Geister oder ähnlich kostümieren und um die Häuser ziehen, um Süßigkeiten zu sammeln mit dem Schlachtruf „Süßes oder Saures!“ Doch woher stammt das Fest eigentlich?

Viele denken, dass es ein amerikanischer Feiertag ist, da dort bereits seit Jahrzehnten Halloween zelebriert wird. Allerdings hat das Fest des Grauens seinen Ursprung in Irland, wo in vorchristlicher Zeit die Kelten „Samhain“ feierten, die Ernte und den Beginn der kalten Jahreszeit, sowie den Start in ein neues Kalenderjahr.

Die Kelten glaubten, dass sich zu Samhain (31. Oktober) die bösen Geister auf die Suche nach Lebenden machen, die im nächsten Jahr sterben sollten. Zur Abschreckung vor diesen Geistern haben die Menschen deshalb sich selber an dem Tag gruselig verkleidet und große Feuer entfacht, um die Geister fern zu halten. Vor ihren Häusern haben sie

außerdem kleine Gaben („Süßigkeiten“) bereitgestellt, die die Geister besänftigen sollten.

Das Wort Halloween entstand mit der Christianisierung. Die Kirche bezeichnete das heidnische Fest im 9. Jahrhundert zum ersten mal schriftlich als "All Hallows Eve", also den Abend vor Allerheiligen am 1. November. Irische Einwanderer haben den Brauch im 19. Jahrhundert in die USA gebracht. Dort hat das Halloweenfest mit größtenteils Monster/Hexen/ Geister-Kostümen einen ähnlichen Stellenwert wie hierzulande der Karneval.

Auch der Brauch, Laternen aus Kürbissen zu schnitzen, geht auf eine Legende aus Irland zurück:

Als der Geizhals und Trinker Tingley Jack starb, wurde ihm sowohl der Zugang zum Himmel, als auch zur Hölle verweigert, weil er den Teufel übers Ohr gehauen hat. Verärgert warf ihm der Teufel ein Stück glühender Kohle rüber, die Jack in eine Rübe steckte und als Laterne nutzte, um seinen Weg zu beleuchten. Seitdem wandert er ruhelos mit seiner Laterne zwischen den Welten der Lebenden und der Toten. In Irland entwickelte sich deshalb der Brauch, Rüben auszuhöhlen, um gruselige Gesichter zu schnitzen und als Laternen zu verwenden. In den USA war der heimische Kürbis größer und leichter zu bearbeiten als Rüben, und so löste er die Rübe ab als "Jack O'Lantern". So wurde der ausgehöhlte Kürbis fester Bestandteil der Halloween-Kultur.

Text: Dominica Gehenzig



Foto privat

## Stadtteilfrühstück am Mittwochmorgen



Jeden vierten Mittwoch des Monats laden wir Sie zum Frühstück ein. Sie können bei uns interessante Vorträge hören, Gespräche führen, Menschen kennenlernen, unsere Angebote entdecken und mit Gleichgesinnten Verabredungen treffen oder auch Ihre Pläne zu neuen Angeboten im Netzwerk vorstellen.

### Informationsthemen

**Mi., 23 Oktober 2024:**  
Oktoberfest

**Mi., 27. November 2024**  
Adventsfeier

**Ort** Gemeindesaal der Christuskirche  
(barrierefreie Einrichtung)  
Dorothee-Sölle-Platz 5, 50672 Köln

KVB-Linie 3, 4, 5 bis Friesenplatz oder Hans-  
Böckler-Platz  
KVB-Linie 12, 15 bis Christophstr. / Mediapark  
S-Bahn DB Bahnhof West

**Zeit** 10:30 Uhr – 12:30 Uhr (**Einlass 10:20 Uhr**)

**Unkostenbeitrag i.H.v.5 € für das Frühstück erbeten.**

**Ansprechpartner:**

Herr und Frau Stallmann  
k.stallmann@veedelnetz.de