

Herbsttag

Herr: es ist Zeit. Der Sommer war sehr groß.
Leg deinen Schatten auf die Sonnenuhren,
und auf den Fluren laß die Winde los.

Befiehl den letzten Früchten voll zu sein;
gib ihnen noch zwei südlichere Tage,
dränge sie zur Vollendung hin und jage
die letzte Süße in den schweren Wein.

Wer jetzt kein Haus hat, baut sich keines mehr.
Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben,
wird wachen, lesen, lange Briefe schreiben
und wird in den Alleen hin und her
unruhig wandern, wenn die Blätter treiben.

Rainer Maria Rilke (1875-1926)

Inhalt

Abschied und Neuanfang	3
Liebe Leser,...	
Verabschiedung Ellen Spiegel	
Verabschiedung Werner Hubl	
Philosophie in der KSG	
NEUES aus dem Verein	6
Sommerfest	
Der Verein - das sind WIR	
Mitgliedsbeitrag, Seite 12 / 13	
Soziales Leben in Köln.....	10
Ehrenamtspreisträger	
Portrait.....	14
Margot Käßmann	
Peter Marth - Ein Ausnahmekünstler	
Generationen.....	16
Interview mit dem Zeitgeist	
Zum Thema 'Jugend und Freiheit'	
Umwelt.....	17
K.R.A.K.E	
OP KÖLSCH!	20
Texte, Gedichte un "Kölsche Verzällscher us em Levve"	
von Dieter Steudter	
Veranstaltungen.....	26
KSG intern.....	30
Geburtstage	
Leserbriefe	31
Impressum	31

Kurse und Veranstaltungen im Gesamtüberblick

Kurse.....	22 - 25
KSG-Angebote im Gesamt-Überblick	
Fitness & Gymnastik	
Entspannung	
Tanzen	
Tischtennis	
Aquafitness	
Gespräche	
Kreativ	
Singen	
Karten- & Brettspiele	
Bridge	
Sprachen: Englisch / Italienisch / Spanisch	
Computer	
Veranstaltungen	



Titelseite: Herbst am Decksteiner Weiher
Foto: I.P.

Liebe Leser,

"Niemand geht man so ganz, ein Stück von DIR bleibt immer hier!"

Mit diesem Lied wurde Trude Herr beim Ausscheiden aus dem Kölner Millowitsch-Theater von ihren Kollegen geehrt. Trude Herr war das weibliche Herz des Kölner Volkstheaters, so wie unser leitender Redakteur Lothar Geisler die treibende Kraft war, der mit Herz und Sachverstand 14 Jahre unser Vereinsheft gestaltet hat und der sich in der letzten Ausgabe der KSG aktuell mit humorig bewegenden Worten von Ihnen, liebe Leser, verabschiedet hatte, um seine wohlverdiente zweite Altersruhezeit anzutreten. Seit zweieinhalb Jahren durfte ich dieses wunderbare Vereinsheft als Redakteurin mitgestalten, weitere Redakteur(e)innen kamen hinzu und sind ein Garant für die Vielfalt der Beiträge.

"Niemand geht man so ganz ..." auch Lothar Geisler wird in vielfältigen Positionen der KSG erhalten bleiben und vielleicht hin und wieder mit seinen wunderbaren "Geschichten aus dem Leben" einen redaktionellen Beitrag leisten. Danke für Dein großes Engagement und Deinen unermüdlichen Schaffensdrang.

Lothar Geisler legt also den führenden redaktionellen "Griffel" aus der Hand; wir nehmen diesen als TEAM wieder in die Hand und werden uns bemühen, Sie mit zeitgemäßen Beiträgen aus unserem Verein, Politik, Psychologie, Medizin, Kunst und Kultur, Kölner Historie, sowie aktuellen Veranstaltungen in Köln und um Köln herum zu unterhalten und hoffentlich auch zu begeistern.

Besonderen Wert legen wir auf die übersichtliche Gestaltung der vielen Angebote und Veranstaltungen, die der Verein Ihnen als Anregung zum Mitmachen anbietet. Im Focus haben wir natürlich besonders die "Nachwuchs-Senioren" und sind sicher, dass es ein lebendiges Miteinander im regen Austausch auf der Zielgeraden unseres Lebens geben wird.

Wir freuen uns auf ein entsprechendes Feedback von Ihnen als Leser und bieten Ihnen unter der Rubrik: "LESERBRIEFE" eine Möglichkeit, hin und wieder zu

dem einen oder anderen Beitrag Stellung zu nehmen. Das stärkt das Gemeinschafts-WIR-Gefühl, denn wie heißt es so schön:

"Zusammen ist man weniger allein!"

Das gesamte Redaktionsteam freut sich auf regen und kreativen Austausch.

Herzlichst



Marion Gierlich,



sowie Harald S. Prütz, Dieter Steudter, Kathrin Köhl, Ilse Patet



Harald S. Prütz
Redakteur,
Layout



Marion Gierlich
Redakteurin



Ilse Patet
Satz & Layout



Dieter Steudter
Redakteur

Verabschiedung einer sehr verehrten Nachtigall

Auf der Weihnachtsfeier 2016 leitete Ellen Spiegel den KSG-Chor erst wenige Monate. Was ich da an vielstimmiger Klangfülle, Stimmungen und unterschiedlichen Liedern hörte, es waren, glaube ich, 5 oder 6, hatte richtig Schwung. Das hatte Biss, ich biss zu und wurde begeistertes Chormitglied.

Ellen ist ganz Stimme und ganz Chorleiterin. Beides in Aktion zu erleben ist für mich sehr beglückend. Ihr versteckter Humor, mit dem es ihr gelingt, dem Chor auf die Sprünge zu helfen, genau die richtigen Töne und Rhythmen zu singen, hat was Liebevoll-dompteurhaftes an sich. Mit Leichtigkeit, aufmunterndem Lächeln und Präzision wandelt sie stockende Passagen in flüssigen Gesang. Sie tanzt regelrecht mit den Noten und ihren Tönen. Am liebsten dreistimmig, wenn das denn ginge.

In meiner Schulzeit war es das letzte Mal, dass ich mich lernend mit Liedertexten und Noten singend plagte. Ich spielte lieber Flöte und Klarinette. In den letzten fast 40 Jahren vertiefte ich das ganze Gegenteil von festen Tonfolgen mit Obertongesang und intuitivem Tönen. Beides entsteht aus dem Moment, ist immer wieder neu und unwiederholbar. Ja und dann kam Ellen! Welch ein Wechsel!

Die Auswahl ihrer Lieder ist ein multikultureller Sprachmix, mit teils sehr ungewohnten Intervallen und Rhythmen. Das ist echtes Hirn- und Gefühlsfutter. Eine Herausforderung der erfreulichen Art. In diesen knapp zwei Jahren lernte ich 39 Lieder singen, davon nur drei bekannte in Deutsch und 23 mehrstimmige Kanons in acht verschiedenen Sprachen: Englisch, Latein, Schwedisch, Israelisch, Afrikanisch, Spanisch, Indisch, Kölsch. In manchen Proben sind wir tatsächlich in diesem babylonischen Sprachgewirr hin und her gesprungen, haben gesungen, geklungen, geschwungen von liturgisch bis schamanisch, von lieblich bis jazzig synkopisch.

Und weil ich nun so begeistert bin, obwohl ihr Ausscheiden ein großes sympathisches Loch bei mir hinterlässt, dachte ich, es wäre gut, wenn auch andere Chormitglieder zu Worte kämen. Hier sind sie:

Lorenz Ellen hat sehr interessante Liedertexte gefunden mit den Schwerpunkten: Glauben, Lebensklugheit und Naturerfahrung. Ganz dominant ist die Mehrstimmigkeit. Damit hat sie den Chor herausgefordert und zugleich begeistert. Fassungslos macht mich immer die Sicherheit, mit der sie – wenn einzelne Liedpassagen eingeübt werden müssen – an beliebigen Stellen des Liedes den vier Stimmlagen den jeweils richtigen Anfangston vorgeben kann. Ihre freundlich be-

stimmte Art ist eine Ermutigung für alle Sänger. Ihr Lächeln ist eine Belohnung für das eigene Bemühen der Sänger, auch wenn das mit dem Lernen von Rhythmus und/oder Tonlage mal nicht richtig klappt, hat sie ermutigende Bemerkungen, die den Mut in Zukunft nicht sinken lassen sollen.

Rosi Als ich völlig chorunerfahren die ersten Male an den Proben teilgenommen hatte, war ich mit mir gar nicht zufrieden und hatte totale Angst, mich zu blamieren. Ellen hat das gut durchschaut und mir mit dem Spruch "Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht" meine Unsicherheit ge-

nommen. Diese kleine Lebensweisheit hat mir nicht nur im Chor geholfen, sondern auch in vielen schwierigen Situationen, bedingt durch Erkrankungen, immer wenn ich ungeduldig werden wollte.

Barbara Beschwingt ging ich aus jeder Chorprobe, und das war zum allergrößten Teil Ellen's Verdienst. Danke, sagt Barbara.

Helga Bewundernswert war die Energie und Ausdauer, mit der Ellen die Sänger und Sängerin in alle Stilrichtungen und den mehrstimmigen Gesang (ohne Noten) herangeführt hat. Ein Abschied der traurig macht.

Renate Schade, nach nur zwei Jahren verlässt Ellen unseren Chor wieder. Mit ihrem großartigen Können, ihrem Charme, viel Geduld und Fingerspitzengefühl hat sie uns dorthin gebracht, wo wir nun sind. Für mich persönlich war jede Übungsstunde eine große Freude. Danke Ellen und viel Glück weiterhin.

Christa Die Zeit mit Dir, liebe Ellen, als kompetente Chorleiterin der "GlücksSinger" war intensiv und inspirierend in der Fülle der uns bekannten, aber auch unbekanntem Liedtexte, die wir einübten bis zu farbiger Klangfülle. Welch ein Geschenk! Du hast es geschafft, einfühlsam, mit viel Geduld, den Chor dafür zu begeistern. Das hätten wir gern auf gemeinsamem Weg fortgesetzt!

Für Deinen unbedingten Einsatz, für bereichernde Anregungen im Bereich der Musik dir einen sehr herzlichen Dank, liebe Ellen, und eine gute Zeit mit überraschenden, neuen Begegnungen wünscht Dir die "GlücksSingerin" Christa.

Marlene Ellen hat mit ihrer freundlichen, rücksichtsvollen und dennoch durchsetzungsfähigen Art erreicht, dass wir inzwischen vierstimmige Lieder in verschiedenen Sprachen singen können. Ich schätze insbesondere ihre positive Ausstrahlung, die wohl auch dazu beigetragen hat, uns durch so manch schwierige Passagen durchzubeißen. Schade, dass sie nicht bei uns bleiben kann!

Harald S. Prütz



Das Leben ist ein Kommen und Gehen, so sagen wir Willkommen, Adieu oder auf Wiedersehen!



Abschied nehmen müssen wir leider auch von WERNER HUBL, der vor vierzehn Jahren als EDV-Administrator die Aufgabe übernommen hatte, unseren wunderbaren Verein EDV-mässig auf "Vordermann" zu bringen.

"Am Anfang war es äusserst mühsam, das veraltete Netzwerk zu modernisieren. Doch hatte ich

M.G. entsprechende berufliche Erfahrung als Administrator eines grossen EDV-Netzwerkes der SPD-NRW", so Herr Hubl.

Ich fragte Herrn Hubl, auf welche Art und Weise er denn ausgerechnet zur KSG gekommen ist, um hier eine so anspruchsvolle Ehrenamtstätigkeit im technisch-digitalen Bereich zu übernehmen.

"Ich ging 2004 in Altersteilzeit und wurde von dem mir bekannten, damaligen Vorsitzenden Horst

Winkler gefragt, ob ich denn nicht Lust hätte, hier

sinnvoll meine Fähigkeiten als EDV-Fachmann einzusetzen, und nun läuft das Netzwerk seit 14 Jahren problemlos, wobei ich bei zwei Umzügen der KSG (von der Antweiler- in die Zülpicher Straße und dann hier ins Uni-Center) mitgeholfen habe, das gesamte technische Equipment ab- und wieder aufzubauen. Das war alles, auch als Spezialist auf diesem Gebiet, für mich eine große Herausforderung. Körperlicher und geistiger Einsatz war gefragt; regelmässig jeden Montag war ich hier zur Überprüfung und bemüht, die Netzwerktätigkeit auszubauen, ohne die eine digitale Information über die riesige Angebots- und Kurspalette der KSG an die Mitglieder nicht gewährleistet worden wäre".

"Doch jetzt ist die Zeit gekommen, um mich von allen Ehrenamtstätigkeiten zu verabschieden, auch von dem hier in der KSG, denn Familie, Kinder und besonders die Enkel brauchen jetzt meine tatkräftige Unterstützung."

Herr Werner Hubl wünschte der KSG und ihren Mitgliedern alles Gute.

Wir nun wieder sagen: Danke Herr Hubl für Ihren grossen Einsatz in der KSG "Adieu" und genießen Sie die kostbare Zeit, die bleibt, mit Ihrer Familie!

Interview: Marion Gierlich

PHILOSOPHIE in der KSG

In der PHILOSOPHIE: altgriechisch und latinisiert= philosophia: wörtlich "LIEBE ZUR WEISHEIT" wird versucht, die WELT und die menschliche EXISTENZ zu ergründen, zu deuten und zu verstehen. Philosophie steht für WELTANSCHAUUNG; sie anzuschauen und zu begreifen ist der schwersten einer.

Der Philosophie-Kurs, unter der Leitung von Herrn H.W. Weber, findet dienstags hier in unseren Veranstaltungsräumen im Uni-Center statt und ist einer der beliebtesten und konstant stark frequentierten Kurse. Eine ältere Dame erzählte mir mit leuchtenden Augen, dass sie schon um die 20 Jahre hier für ihre "geistige" Beweglichkeit sorgt, zum Ausgleich für die Abnahme der körperlichen Unversehrtheit wäre das einfach ideal, nicht zu vergessen den sozialen Kontakt untereinander.

Herr Weber erklärte mir, dass oft kontrovers, der heutigen Situation und dem Zeitgeist entsprechend



diskutiert würde, mit lebenspraktischem Bezug.

"Hart aber fair" würde sich hier eine positive Denkkultur entwickeln, wobei der Bezug auf die historischen Dichter und Denker wie Kant, Plato, etc. natürlich nicht zu kurz kämen!

Ich war beeindruckt und fühlte mich verführt, auch weiterhin etwas für meine geistige Beweglichkeit zu tun, indem auch ich in diesem Kurs versuchen möchte, die Welt zu verstehen und meinen Horizont zu erweitern.

Marion Gierlich

Unser Sommerfest 2018



"Jubel, Trubel, Heiterkeit" !

Liebe Mitglieder,

am Samstag, dem 25. August 2018 war es mal wieder soweit. Die KSG hatte keine Kosten und Mühen gescheut und den zahlreich erschienenen Mitgliedern ein wunderbares Fest ausgerichtet.

Frau Gneipelt, unsere Vorsitzende, hielt eine launige Eröffnungsrede, dankte allen Ehrenamtlichen herzlich für ihren nimmermüden Einsatz, ohne deren Engagement solche wunderbaren Veranstaltungen gar nicht möglich wären.

Frau Kathrin Köhl, Koordinatorin der KSG, hatte eine tolle Auswahl getroffen, indem sie bekannte Künstler-Gruppen engagierte, die uns mit ihren musikalischen Darbietungen doch fast glatt vom Hocker rissen, zumindest uns zum Mitsingen bekannter Evergreens verführten.

Danke liebe Kathrin! Auch Dein leckerer Kartoffelsalat war eine absolute Gau-

menfreude und bekommt die Bestnote 1 !!!

Das Sommerfest eröffnet hat aber unser heimischer Chor "Die GlücksSinger" unter der Leitung von Ellen Spiegel, der unsere Herzen im wahrsten Sinne des Wortes zum Klingen brachte. Man stelle sich vor, dass Ellen Spiegel innerhalb von zwei Jahren die sangesfreudigen Mitglieder zu einem harmonischen Klangkörper formte, der es mit manch



professionellem Chor aufnehmen könnte.

Danke auch an alle Chormitglieder, die mit ihrer Begeisterung und ihrem Einsatz ein solches WIR-Gefühl erzeugten und uns mal wieder vermittelten: "Alles ist möglich!"

Kommt zahlreich, und vielleicht wird der eine oder andere von Ihnen angesteckt von der Begeisterung und traut sich, in den Chor einzutreten.

Da uns für die weitere Zukunft Frau Spiegel als Chorleiterin leider nicht mehr zur Verfügung steht, da sie nach Herrmann Hesse: "Auf zu neuen Ufern" strebt, suchen wir eine(n) neue(n) Chorleiter(in). Vielleicht fühlt sich ja einer von Ihnen, liebe Leser, angesprochen.

Wir danken Ellen Spiegel für ihren tollen Einsatz und wünschen ihr für die Zukunft alles Gute.

Weiter ging es mit einer interessanten Musik-Gruppe "TANTE TRUDES KELLER CONVENTION": Zwei Damen am Saxophon, 1 Gitarrist und 1 Bassist brachten mit ihren heißen Rhythmen aus aller Welt die Stimmung zum Kochen. Eine der Musikerinnen stellte uns ein interessantes, traditionelles brasilianisches Streichinstrument (Cavaquinho) Beerenbaum vor, mit dessen Bogen ein ganz ungewöhnlicher Klang erzeugt wurde.

Wir labten uns an leckerer Bowle, süßem Kuchen, etc. und in so wohliger, warmer, fröhlicher Stimmung kamen wir uns untereinander näher, bzw. miteinander ins Gespräch.

Frau Gneipelt machte mich bekannt mit einem langjährigen Mitglied der KSG, Frau Teresa Schirmer aus Sülz. Ich wollte wissen, wie sie denn zur KSG gefunden hat, und was sie hier an dem Vereinsleben begeistert.

Frau Teresa (ohne h), gebürtige Spanierin aus Barcelona und 2. Vorsitzende der Städte-Partnerschaft Köln-Barcelona, lebt seit 49 Jahren in Sülz. Vor rund 12 Jahren fragte sie eine Nachbarin nach einem Sportverein in der Nähe, um sich auch im fortgeschrittenen Alter fit zu halten. Besagte Nachbarin,



selbst Mitglied der KSG, erzählte begeistert von den vielen Kursangeboten der KSG im sportlichen Bereich, wie Aqua-Fitness und "Fit für 100", etc. "Seitdem bin ich hier im Club aktiv, erfreue mich an den vielfältigen Veranstaltungen und fühle mich aufgehoben und inspiriert", so Frau Teresa, "ohne h" fügte Frau Schirmer zwinkernd hinzu. Vielleicht besuchen wir sie mal am 2. September 2018 zur Ehrenamtspreisverleihung auf dem Heumarkt, wo sie als 2. Vorsitzende der Städtepartnerschaft Köln-Barcelona an einem speziellen Stand präsent ist, und wo sie uns möglicherweise mit einigen Köstlichkeiten aus Barcelona verwöhnen wird! Schau'n wir mal.

Nun, alles hat einmal ein Ende, und doch waren wir alle hochzufrieden, wenn auch leicht erschöpft. Es war mal wieder ein besonders schönes, gelungenes Sommerfest, bemerkte Frau Gneipelt, und wir stimmten ihr zu.

Doch beim Aufräumen, wo alle mit anpackten, stellten wir fest, dass wir dringend noch ein paar liebevolle Ehrenamtler benötigen, die die kommenden Feste mitgestalten möchten.

Vielleicht, liebe Mitglieder, fühlt sich der eine oder andere beim Lesen dieser Zeilen angesprochen und inspiriert, diese Feste mit uns zu gestalten und so ein Teil dieser wundervollen Gemeinschaft zu werden.

Nochmals ein grosses DANKESCHÖN an alle "helfenden Hände!"

Marion Gierlich / Fotos: Ilse Patet

"Der Verein - das sind WIR!"

Dieses **WIR** - das ist der Verein! Das ist die KSG! Mit 40 Jahren Erfahrung, 1977 gegründet und damit ältester Seniorenverein Kölns. Aktiv, ungebunden, innovativ, mental Barrierefrei - das hat schon fast Tradition. Die KSG ist an drei Schwerpunkten im Stadtgebiet mit Kursen & Aktivitäten vertreten. In 78 Angeboten werden im Schnitt wöchentlich 800 Teilnahmen belegt. 25 Honorarkräfte und ca. 25 ehrenamtliche Mitarbeiter halten den Verein zurzeit am Laufen.

Alle "Ü 60er" können dem Verein beitreten, um sich selbst zu verwirklichen. Denn nur die Tat erzeugt Wirklichkeit und Wandel. Im Hauptsitz in Sülz nehmen wir uns gerne Zeit für ein Gespräch. Egal ob für ein passendes Angebot oder wo in unserem Verein sich ihr Engagement am besten verwirklichen ließe.

Unsere Mitglieder sind nicht nur zum Teilnehmen an Kursen und Angeboten da, sondern auch untereinander für einander da. Wir, die Redaktion und die KSG-Leitung, möchten zukünftig verstärkt darauf hinwirken und anregen, gemeinsam für diese Einstellung ein befruchtendes Klima zu erzeugen. Denn gerade im Alter ist die zwischenmenschliche Begegnung von besonderer Bedeutung. Da macht es Sinn, sich umeinander zu kümmern. Schon allein das Leben bis heute, hat ähnliche Lebenserfahrungen erzeugt, die miteinander verbindenden.

Aus dieser Perspektive werden Bildung und Herkunft weniger wichtig. Dafür sind wir in Freude und Leid, in Glück und Trauer dann wieder alle vereint. Da kann das Ego ruhig ein wenig schrumpfen und etwas Weisheit sprießen lassen, das macht vieles erträglicher. 'Geben ist seliger als nehmen', ein guter, alter Gedanke, ein anderer, wie es in einem Chorliedes heißt: 'brauchst nur so viel geben wie nehmen'.

Es gibt so viel Gerede über 'Barrierefreiheit', dabei geht es aber nicht nur um rollatorfreundliche Zugänge, sondern auch um innere Barrieren. Das sind die, die einsam machen, die andere bewertend ausgrenzen. 'Wo Licht ist, ist auch Schatten', das ist nicht nur ein Gemeinplatz, sondern auch eine Wahrheit. Aber auch eine Frage der Position, denn, stehe ich in meinem Licht, sehe ich meinen Schatten nicht und sitze ich im eigenen Schatten, kann ich mein Licht nicht sehen. Wir alle können uns jederzeit entscheiden, von wo wir unser Leben betrachten möchten. Oft braucht es Mut, sein eigenes Licht zu zeigen. Es macht einen so sichtbar, ne? Aber, 'Jeder ist seines Glückes Schmied', ist auch ein guter Tipp, sein

Schicksal immer wieder mutig in die Hand zu nehmen.

Also auf zu neuen Taten. In der KSG ist im Prinzip alles machbar. Dazu sagt Frau Köhl, unsere Verantwortliche für Veranstaltungen, sehr ermunternd: "Ihr könnt machen was ihr wollt, wenn der Raum dafür frei ist. Wenn sich für die Initiative auch ehrenamtliche Mitglieder finden, die sie planen und veranstalten, die Räume gestalten und wieder aufräumen und das Ganze in unseren Veranstaltungsrahmen passt".

Also grüner geht das Licht doch nicht. Aber zuerst möchten wir eure Meinungen zu diesem neuen WIR sammeln und was daraus werden könnte, möchte, soll. Hier haben wir einige Anregungen, die sicherlich alle schon mal gedacht waren, aber meist noch nicht gemacht waren. Hinter den drei Sternchen *** steht Motivierendes zum Engagement.

Mitglieder für Mitglieder

*** In diesem Teil stehen einige Möglichkeiten, sich für das Vereinsleben zu engagieren. Damit möchten wir gerne herausfinden, was unsere Mitglieder sich wünschen. Wir bitten um rege Beteiligung mit viel Für und Wider, Änderung und eigenen Ideen.

Lebenssignale: Telefonketten / Wer wünscht sich Gesellschaft / Wer braucht kurzfristige Hilfe / Besuche im Krankenhaus oder krank zu Hause - bitte besucht mich, Zuwendung wirkt heilsam.

Zwei Kreativmärkte pro Jahr: Anfang Dezember der Weihnachtsmarkt und Anfang Juni der Sommermarkt. Kreative Mitglieder zeigen im UC was sie drauf haben und verkaufen es selber: Marmelade, Gedichte, Gedrucktes, Gestricktes, Gemaltes, Fotos, Videos und und und.

Medien & Gespräch

Bücher & Texte: Einen Dichterkreis gründen - selber schreiben und eigene Texte vorlesen / Lesung im Haus organisieren / anspruchsvolle Leseempfehlung im Magazin schreiben.

Videorunde auf der großen Projektionswand alte Schinken ansehen oder Leihvideos anschauen und hinterher darüber reden. Quellen könnten DVD's, Mediatheken von TV-Sendern oder YouTube sein.

*** Hier sind Titel- und Themenvorschläge erwünscht und wer es tun möchte,

Gruppen gründen

*** Gemeinsam etwas inszenieren, miteinander was

erfinden, teilen, anstellen & darüber in Text & Bild berichten.

Lokale Kultur erobern. "Alte Herren gehen in den Untergrund": Dom, Römer, Wasseranlage.

Bühnenclub - 'ne schrille Show gefällig? / Experimentelles wagen / Klassiker mal wieder mit Stola, Schlips & Weste / Opernbesuch und mit Opernkieker ganz genau hinsehen und verstehen / und und und.
*** Wer will, kann sich organisatorisch und kulturell verwirklichen oder sogar einen kleinen Kulturkreis bilden?

Aufklärung & was steckt dahinter?

Altersrelevante Zusammenhänge, die ruhig etwas anspruchsvoll sein können z. B.: **Um- & Mitwelt:** Der ökologische Fußabdruck / Was sind Huckepack-Kosten? / Klima - brauch ich bald Sonnenschirm & Fächer? / Konsum - weniger ist mehr! **Gesundheit:** Sport tut gut - welcher eignet sich für mich? / Stoffwechsel - was ändert sich im Alter? / Womit kann ich ausgleichen, zu Verhaltensänderungen anregen? / Einfache & gehaltvolle Rezepte für Alleinstehende & Kochmuffels / Wann bin ich körperlich am fittesten. / Wann tickt mein Gehirn am besten? / Biorhythmen. **Mental:** Für was ist Gedächtnistraining wichtig? / Erinnerung - eine trügerische Wahrheit!? / Warum biografische Inhalte aufschreiben inneren Frieden bringt. / Gehirnhälften & ihre unterschiedlichen Jobs.

Unser Magazin "KSG aktuell" auf neuem Kurs

Ein paar Gedanken zu unseren Zielen

Wir möchten das Magazin "KSG aktuell" zu einem starken Bindeglied zwischen Verein, Mitgliedern und Kursleitungen werden zu lassen. / Das Miteinander im Vereinsleben in Angeboten, Aktionen & Projekten stärker als bisher mit journalistischen Beiträgen zu betonen. / Mitglieder nachdrücklich zur Mitgestaltung der Angebote & Mitsprache in Text & Bild zu motivieren und einzuladen, den 'WIR-Gedanke' zu stärken. / In jedem Heft sollten sich unsere Mitglieder wiedererkennen können. Es ist ihr Blatt zum Mitmachen in Wort & Bild. Zum Vorzeigen woran sie teilnehmen, auch um andere dazu zu bewegen, den Verein mit ihrer Kraft mit zu gestalten. / Auf die neue Generation von möglichen Mitgliedern sollte unser Angebot ausgesprochen bedarfsgerecht, flexibel, reizvoll und interaktiv ausgerichtet sein. / Die Zeitschrift bekommt ein festes Verteilernetz, um die Vielfalt und lokale Verfügbarkeit der KSG-Angebote in der Öffentlichkeit positiver zu positionieren.

"KSG aktuell" - für Junggebliebene,

wird in Artikeln, Berichten und Interviews zeigen, was sogenannte 'alte Menschen' noch so alles auf die Beine stellen. Gedacht ist an fortlaufende Serien, die Anregungen enthalten, etwas zu erleben, erfahren, sich für etwas begeistern. Z. B. 'Urenkel', da gibt es vieles zu berichten, von der Geburt, zu originellen Sprachschöpfungen, bis zur ersten Sechsen in Mathe und danach.

Der Verein hat Bedarf & freut sich über Netzfreunde & -innen

Internet wer hat Lust am Recherchieren, es geht um die Vernetzung unseres Vereins mit anderen Seiten.

Unsere KSG Seite soll dringend modernisiert werden: leicht aktualisierbar, lesefreundlichere Menüführung, barrierefrei, übersichtlicher mit optimierter Navigation.

*** Diese Netz-Baustellen sind echt was für Mitglieder mit Sinn für's Digitale-Detail.

"KSG aktuell" - die Öffentlichkeit ist wichtig für uns, stärkt unsere Präsenz & hilft unser Vereinsmagazin zu verteilen.

Es erscheint alle 3 Monate gedruckt und auf der Internetseite. Bisherige Druckauflage 1.000, seit dieser Ausgabe 750 Exemplare. Davon gehen 600 an Mitglieder, die übrigen Exemplare wurden früher **leider** nur unregelmäßig verteilt. Die meisten Hefte werden an den drei Standorten mitgenommen oder netzaffine Mitglieder lesen aktuelle und ältere Ausgaben auf unserer Netzseite.

Unser Magazin ist primär als Werbeträger in eigener Sache zu betrachten. Daher ist die Verteilung in der Öffentlichkeit eine ganz große Hilfe den Verein zu stärken und zu fördern.

*** Bitte - wer mag mit wenig Aufwand persönlich ein paar Magazine bei bekannten Ärzten, Apothekern, netten Bäckern auslegen. / oder, regelmäßig an öffentliche Orte 10 bis 20 Magazine bringen, eine sehr gute Nutzung des Fahrrads.

Begeisterte, nachdenkliche & konstruktive Zuschriften bitte an den Hauptsitz in Sülz richten. Die Adresse steht im Impressum. Wir werden über Beteiligung, Vorschläge & Meinungen im Magazin berichten.

Zukünftig wird der "KSG Newsletter" als weitere Informations-Quelle eingerichtet, ebenso auf unserer Netzseite eine Rubrik "Das Neueste in Kürze".

***** Bitte teilt eure E-Mail-Adressen mit, damit wir euch auf Wunsch den Newsletter zusenden können.**

EHRENAMTSPREISTRÄGER 2018 von "Köln Engagiert" ausgezeichnet

Am Sonntag, dem 2. September 2018 war es wieder einmal soweit :



Oberbürgermeisterin Henriette Reker und die vier ehrenamtlichen Bürgermeister(innen) wie Elfi Scho-Antwerpes, sowie die Ehrenamtspatin Sabine Heinrich dankten den engagierten Kölnern für ihr ehrenamtliches Engagement in dieser Stadt.

Aus 144 Bewerbungen hat eine unabhängige Jury elf Preisträger(innen) von "KÖLN ENGAGIERT" für den Ehrenamtspreis der Stadt Köln ausgewählt. Kein leichtes Unterfangen, sagte WDR-Moderatorin und Ehrenamtspatin Sabine Heinrich, selber engagiert in mehreren sozialen Projekten, wie Botschafterin der Kindernothilfe, Unterstützerin des Arbeitersamariterbundes und einiges mehr. Doch wir haben uns bemüht, den Anträgen der verschiedensten Gruppierungen gerecht zu werden und somit vier Einzelpersonen, drei Gruppen, zwei Schulen, ein Unternehmen und einen Sonderpreis für "Jung und engagiert" nominiert.

Die Preisträger(innen) kamen mit einer weissen Rose in der Hand auf die große Bühne, wurden in kleinen Filmbeiträgen von Sabine Heinrich vorgestellt und anschließend übergaben Oberbürgermeisterin Henriette Reker und die vier ehrenamtlichen Bürgermeister(innen) den Nominierten ihre Urkunden, Auszeichnungen und Preisgelder.

Da gab es viele Emotionen, manches Freudentränenchen floß und auch die vielen hundert Zuschauer konnten hin und wieder ihre Ergriffenheit kaum verbergen.

"In Köln helfen wir uns gegenseitig und treten füreinander ein" so OB Henriette Reker. Mit diesem

Preis wollen wir die Leistungen, die Eigeninitiative der Ehrenamtlichen an die Öffentlichkeit bringen. Man kann es kaum glauben, doch allein in Köln engagieren sich rd. 200.000 Menschen ehrenamtlich in den verschiedensten Bereichen. Da können wir stolz drauf sein. Auch die vielen Jugendlichen, die mit Feuereifer dabei sind, erwecken Hoffnung für die Zukunft; denn wer schon jung ein Gespür für die Bedürfnisse anderer Menschen entwickelt, der wird wohl auch in der Zukunft, als Erwachsener, Engagement und Herz zeigen.

DIE PREISTRÄGER

EINZELPERSONEN: Sharif Abujabir: ist mehrsprachiger Palästinenser, schon lange in Köln und engagiert sich in der Flüchtlingshilfe.

Karin Voigt ist seit vielen Jahren Patientenführerin im Alexianer-Krankenhaus in Porz

Richard Zeranski arbeitet bei der Comedia und bei der Notschlafstelle des SKM für Drogenabhängige.

GRUPPEN: Die Kölner Community der Wikipedia erstellte fast 8000 Artikel für das Internet-Lexikon.

Der Förderverein für krebskranke Kinder gewährt betroffenen Eltern und Familien ein Zuhause auf Zeit.

Der "Runde Tisch" für Integration kümmert sich um ein friedliches Zusammenleben aller in Köln lebender Nationen.

SCHULEN: Die Finkenberger Gemeinschaftsschule musiziert mit alten Menschen in Seniorenheimen.

Die Elly-Heuss-Knapp-Realschule in Mülheim engagiert sich für die Volksgruppe der Rohingya.

UNTERNEHMEN: Die IT-Firma Cologne Intelligence unterstützt bei einem Freiwilligentag seit 10 Jahren verschiedene Projekte in Köln.

SONDERPREIS: Jung und engagiert: Die Kontinent-Leiter des HöVi-Landes organisieren das Programm für die Ferienzeit für Kinder aus Höhenberg und Vingst.

Nach der offiziellen Preisverleihung gab es viele musikalische Darbietungen. Der Chor der Katholischen Hauptschule sang sich das Herz aus dem Leib. Wunderschön, das Kinder- und Musiktheater legte eine musikalische Pantomime auf die Bretter: Toll! Die Tanzgruppe die Kammerkätzchen und Kammerdiener von de "Schnüsse Tring" warfen ihre Beinchen, aber Hallo! Das große Blechmusikerensemble der rheinischen Musikschule Köln blies was das Zeug hielt und die Alegría-Axé-Sambaband rissen uns alle glatt von den Stühlen.

Auf dem Heumarkt präsentierten sich viele Hilfseinrichtungen in ihren Buden, und bei dem guten Wet-



ter und der tollen Musik gab es "Gute Laune" pur!

Backstage, also hinter der Bühne, interviewte ich als Redakteurin der KSG OB Henriette Reker, die mich bzw. die KSG gut kennt. Hatten wir doch schon einmal ein langes Interview mit ihr vor längerer Zeit hier in unserer Vereinszeitschrift veröffentlicht, und ich gab meiner Bewunderung Ausdruck, dass sie trotz aller Querelen im Kölner Rat ihren Weg geht und sich für

ein offenes Miteinander einsetzt.

Dann kam die erste Bürgermeisterin Elfi Scho-Antwerpes (SPD) hinzu. Auch wir kannten uns von verschiedensten Veranstaltungen, und sie war zu unserem 40-jährigen Jubiläum Gast bei der KSG, hatte sie doch eine bewegende Ansprache gehalten, die mich sehr beeindruckte.



Als dann noch Sabine Heinrich zu uns stieß, da war das lachende vierblättrige KLEEBLATT komplett, und wir waren uns alle einig, dass diese Auszeichnung der Ehrenamtspreisträger eine wundervolle und bewegende Veranstaltung war und statuierten:

"ES GIBT EBEN NIX GUTES, AUSSER MAN TUT ES"

Marion Gierlich

Mitgliedsbeitrags- und Kursgebühren-System in der KSG

Ab Januar 2019 werden die Mitgliedsbeitragszahlung und die Gebühren für die Kurse neu festgelegt. Dabei bleibt die Beitragshöhe gleich, während die Gebühren für die bisherigen Blockkurse minimal erhöht werden. Das hat die Mitgliederversammlung im März 2018 beschlossen. Die Änderung des bisherigen Systems war notwendig, u.a. weil viele Interessenten und Mitglieder immer wieder Schwierigkeiten hatten, die Kosten für einen von ihnen gewählten Kurs zu ermitteln. Auch für unsere Vereinsverwaltung ist es besser, wenn die Mitgliedsbeiträge getrennt von den Kursgebühren eingezogen und Barzahlungen vermieden werden.

Die neuen Regeln für Mitgliedsbeiträge und Kursgebühren werden hier im KSG aktuell Heft 4 / 2018 abgedruckt und auch auf unserer Website für Jedermann vorgestellt. Ein kurzer Anruf bei unseren Mitarbeiterinnen in der KSG genügt, um aus dem Gesamtprogramm zu erfahren, wieviel ein bestimmter Kurs für Sie kostet.

Die neue Festlegung der Kursgebühren und der Mitgliedsbeiträge soll auch dazu beitragen, dass die KSG steigende finanzielle Herausforderungen bewältigen kann sowohl 2018 als auch in den Folgejahren. Eine kräftige Mieterhöhung im Unicenter und gestiegene Personalkosten haben

dazu geführt, dass unsere Rücklagen weitgehend aufgebraucht sind, und dass wir uns gemeinsam bemühen müssen, die Einnahmen für die KSG durch mehr Mitglieder und Kursteilnehmer zu erhöhen. Die beste Werbung ist es, wenn unsere Mitglieder neue Mitglieder und Kursteilnehmer gewinnen.

Das Ziel des Vorstandes ist es, dass mit dem neuen Mitglieds- und Kursgebührensysteem die Zahl der Mitglieder und der Kursteilnehmer gesteigert werden kann. Dadurch kann die Attraktivität und die Bedarfsgerechtigkeit unserer Angebote und Kurse in vielen Themenbereichen gesteigert werden.

Dem Vorstand ist es ein wichtiges Anliegen, den Kontakt zu den Mitgliedern intensiver zu gestalten und sie direkter über unsere Kurse und Veranstaltungen zu informieren. Das soll vor allem durch den neuen monatlichen Newsletter und die Veranstaltungshinweise am Schwarzen Brett im Uni-Center, sowie in den Gesprächen beim monatlichen Stammtisch an jedem zweiten Dienstagabend im Monat erfolgen. Am einfachsten können wir Sie regelmäßig informieren, wenn Sie uns Ihre E-Mail-Adresse zur Verfügung stellen.

Joachim Braun



*Unser Vorstand:
v.l. Joachim Braun,
Wolfgang Maskos,
Alice Gneipelt,
Franz H. Eschmann*

KSG Mitgliedsbeitrag und Kursgebühren ab Januar 2019

1. Mitgliedsbeitrag

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 37,50 € pro Quartal. (= 3 Monate). Er wird im ersten Monat des Quartals eingezogen. Monatlicher Einzug erfolgt nur in begründeten Ausnahmefällen, z.B. bei Eintritt im laufenden Quartal. Barzahlung und Daueraufträge sollen vermieden werden. Der Mitgliedsbeitrag berechtigt u.a. zur kostenlosen Nutzung der selbstorganisierten Kurse und Angebote.

Die Aufnahmegebühr beträgt 10 €.

Die Kündigung der Mitgliedschaft muss lt. §3 der Satzung schriftlich sechs Wochen vor Quartalsende erfolgen.

2. Kursgebühren

Die Anmeldung zu einem Kurs erfolgt durch Ausfüllen des entsprechenden Formulars.

Die Gebühren für kostenpflichtige Kurse werden vom Vorstand festgelegt und übersichtlich gestaltet. Ein Kurs umfasst 10 Termine pro Quartal bzw. 40 Termine im Jahr.

Es gibt vier Gebührengruppen (KG1 - KG4):

	Mitglieder	Nichtmitglieder
KG1-Kurse (Sport, Aquafitness, Chor)	20 €	94,50 €
KG2-Kurse (Sprachen, Philosophie)	40 €	94,50 €
KG3- Kurse (Qi Gong, Fit für 100 2x wöchentlich, Krieler Welle)	50 €	94,50 €
KG4 -Kurse (Bridge, PC)	75 €	119.50 €

Die Kursgebühren werden im zweiten Quartalsmonat eingezogen. Die Kosten für zwei oder mehr Kurse ergeben sich aus der Addition der Gebühren für jeden Kurs. Quereinsteiger in die Kurse (ab 6 Termine) bezahlen 50 % der Kursgebühren.

Mitglieder, die gleichzeitig an drei und mehr KG1-Kursen teilnehmen, zahlen lediglich für zwei KG1-Kurse die Kursgebühr (40 €).

Wird ein Kurs im nächsten Quartal fortgesetzt, verlängert sich die Kursteilnahme automatisch, sollte sie nicht zwei Wochen vor Quartalsende schriftlich oder per E-Mail gekündigt werden.

Die Preise für alle Kurse und Veranstaltungen sind im Gesamtveranstaltungsprogramm der KSG aufgeführt.

3. Informationen

Mit Angabe der E-Mail Adresse erklären sich Mitglieder bzw. Kursteilnehmer damit einverstanden, dass die KSG diese verwenden darf, um über ihre Arbeit zu informieren und zu Veranstaltungen und Kursen einzuladen. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Der Datenschutz wird beachtet.

MARGOT KÄSSMANN WIRD 60!

Die ehemalige evangelische Bischöfin der hannoverschen Landeskirche geht mit 60 in den Ruhestand.

Ein modernes Frauenbild in einer christlichen Kirche

Margot Käßmann, Jahrgang 1958, bekleidete seit 1999 über Jahrzehnte hinweg das Amt einer evangelisch-lutherischen Landesbischöfin der hannoverschen Landeskirche. Und dieses (Amts)Kleid stand ihr gut! Zehn Jahre später wurde sie Ratsvorsitzende der EKD. (Evangelische Kirche Deutschland) Zuletzt präsentierte sie sich als Botschafterin des EKD für den Reformationstag im Jahre 2017. Anlässlich ihres 60. Geburtstages und ihrem damit verbundenen Rücktritt von allen Kirchenämtern, war sie am 4. September Gast im ZDF Morgenmagazin und plauderte beschwingt und augenscheinlich im "Reinen" mit sich selber, aus ihrem Leben.



ZDF - Volle Karne

M a r g o t Käßmann ist das beste Beispiel dafür, dass Job (hier Kirchenamt) und Familie (4 Töchter, 6 Enkel) sehr gut miteinander zu vereinbaren sind. "Alles eine Sache der Organisation!" so Käßmann, "Diese Aufgabe stellt sich jeder berufstätigen Frau!"

Heiß diskutierte sie dieses Thema, wie Kirchenamt und Familie zusammen passe, mit einigen aufgeschlossenen katholischen Kollegen!! Über Aufhebung des Zölibats könne man ja nachdenken, so der katholische Kirchenvertreter, doch "FRAUEN IN DER KATHOLISCHEN KIRCHE????!!" Das würde doch das festgetackerte Weltbild der katholischen Kirche zu sehr in seinen Grundfesten erschüttern. Oh je, sagte da die rebellische Lutherin, doch vornehmlich treibe sie ein gemeinsames "christliches Miteinander an wie z.B. einen gemeinsam gestalteten Gottesdienst."

Familie gäbe ihr Halt und Rückendeckung, um sich hundertprozentig im Berufsleben einbringen zu können.

Natürlich wurde sie vom Moderator des ZDF zu ihrem Rücktritt als Landesbischöfin befragt und ja, freimütig erzählte sie, dass sie einen "Fehler" gemacht habe (Alkohol am Steuer), doch da sie ein

Mensch der Öffentlichkeit sei, so, wie jeder Politiker auch, habe man VORBILDFUNKTION und so wollte sie vermeiden, dass das Amt beschädigt würde.

Margot Käßmann verschaffte sich durch diesen Schritt höchsten Respekt vieler Menschen in diesem

Land. Doch verschwand sie nicht einfach von der K i r c h e n - bühne, sondern predigte engagiert und weltoffen weiter von der



Kanzel und vertrat, wie schon erwähnt, als Botschafterin der EVK die Belange der lutherischen Kirche. Bis zum Juni dieses Jahres, wo sie nicht nur 60 Jahre wurde, sondern auch in "Rente" ging und sich von ihrem Amtsleben verabschiedet hatte.

ÄLTERWERDEN UND GLÜCKLICHSEIN? wie soll das gehen?

In ihrem neuen Buch "IM FLUSS DER ZEIT" erzählt Käßmann, wie der sogenannte Ruhestand "befreiend" wirken kann, allein deshalb diese Wortwahl, weil FREI zu sein für das, was einem am Herzen liegt und frei zu sein, zu TUN oder auch zu LASSEN, wozu man gerade Lust hat, ohne Druck und Erfolgszwang, eine wirklich POSITIVE AUSSICHT AUF EIN LEBEN IN RUHE JENSEITS DER 60 ist!

Diese Einstellung macht uns doch wohl neugierig auf ihr gerade erschienenenes Buch, indem es heißt "ÄLTERWERDEN UND GLÜCKLICHSEIN!!!" das sollte unser neues Mantra sein!

(Vielleicht machen wir einmal eine Lesestunde im Verein und stellen uns gegenseitig neue, interessante Bücher vor) das wär doch was!

In diesem Sinne Ihre

Marion Gierlich

Peter Marth - Ein Ausnahmekünstler



*Die Wa(r)tenden, 2013, Betonplastik von Stephanie Schröter & Peter Marth, Schlosspark, Köln-Stammheim
www.peter-marth.de*

Der Bildhauer Peter Marth hat erst spät in seinem Leben zu seiner künstlerischen Berufung gefunden. Vor vielen Jahren schloss er sein Unternehmen, um sich ganz der Kunst zu widmen und ist heute ein bekannter Künstler, der eindrucksvolle Plastiken aus Holz, Marmor, Bronze, Gips und geschäumtem Kunststoff fertigt und sie in bekannten Kunsträumen ausstellt.

Im Schlosspark Stammheim in Köln ist ein Skulpturen-Trio -aus Beton gefertigt- zu sehen und zu bewundern.

Menschen, die sich an den Händen halten und

durch das Laub zu waten scheinen und die von ihm und seiner Kollegin als "Die Wa(r)tenden" bezeichnet werden.

Kurzfristig werden wir im "goldenen" Oktober eine Führung durch den Skulpturenpark in Stammheim veranstalten. Der Termin wird in dem monatlichen "Newsletter" zu finden sein.

Peter Marth wird uns freundlicherweise auch in der nächsten Ausgabe der KSG aktuell mit neuen und alten Werken überraschen und erfreuen.

Marion Gierlich

Kaum ist die Künstlerin **Ebby Lewandowski** neues Mitglied der KSG geworden, schon stellt sie ihre beleuchteten Engelskulpturen zur Weihnachtsfeier am 01. Dezember 2018 zur Verfügung, um so unsere Räumlichkeiten erhellend zu schmücken.



Interview mit dem Zeitgeist



Aufbruchstimmung: Gott Merkur lenkt in's Maschinenzeitalter mit Industrialisierung, Eisenbahnbau, Kolonialisierung und weltweitem Handel.

Es war dieser letzte unglaublich heiÙe, trockene Sommer. Alle hingen rum und suchten Erfrischung am großen Fluss. Wenigstens ein kleines bisschen. Und da saÙ er auch, eigentlich lümmelte er mehr, scheinbar genervt vom Leben, so gar kein bisschen aktiv. Naja bei der Hitze - hingen ja alle nur so rum. Irgendwas an ihm war aber anders. als an den anderen. Von Zeit zu Zeit wechselte er fast unmerklich seine Farbe. Manchmal größere und kleinere Flecken. Voller Neugier setzte ich mich zu ihm, unter dem Kneipenschirm war noch Platz, und bestellte mir einen 'Fjutscher-Punsch mit Eis'. Dabei bemerkte ich sein verstecktes, verächtliches Lächeln und fragte:

Stimmt was nicht?

Nein, nein ist schon recht - meinte er.

Was hat das mit Recht zu tun?

Garnichts - aber mit 'Fjutscher', mit Zukunft - das

nervt mich.

Oh pardon, wollte nicht nerven. Die nächste Runde geht auf mich. Was darf's sein?

Oh ja gerne - für mich ein 'Früher-Kölsch'.

Unsere Getränkewünsche sind ja ganz schön konträr, ich 'Fjutscher', Sie 'Früher' - gefällt mir.

Mir nicht so, bin eher konservativ. Darf ich mich vorstellen 'Zeitgeist'.

Wie - der richtige?

Ja - mit allem drum und dran.

Wieso nervt Sie dann die Zukunft?

Sie beunruhigt mich ganz einfach. Mein Enkelchen ist gerade im Trend-Alter. Da weiß man nie, was daraus wird.

Sie haben doch auch so angefangen - oder nicht?

Ja - hab' ich auch. Hab mindestens fünf verschiedene Ansätze gemacht. Bis ich dahinter kam, dass ich machen kann, was ich will. Es sind die Men-

schen, die einen Trend setzen. Erst dadurch, dass sie aus den vielen Angeboten eins besonders mögen, setzen sie ihn ja erst.

Und wie wird aus einem Trend ein erwachsener Zeitgeist? Gibt's da auch sowas wie 'Flegel-Jahre'?

Klar - früher in den 50er-60ern nannte man das 'Halbstarke', die heutigen Urgroßväter. Und die Mädchen waren 'Backfische'. Urgroßmütter sind das heute. Der Sammelbegriff für beide war 'Teenager' und 'Twen', wenn sie über 20 wurden. Na ja - die amerikanische Besatzung hat bis heute ihre deng- lischen Sprachspuren hinterlassen.

Schau an, der Zeitgeist erinnert sich an seine Jugend. - Prost!

Ja - zum Wohl! - Das trifft es nicht genau. Denn ich kann viele Jugenderinnerungen haben. Zum Bei- spiel den 'Hurra-Patriotismus' mit dem die Alten die Jungen in mörderische Kriege lockten oder schick- ten oder moralisch dazu zwangen. Dabei haben sie das Leben ihrer Jungen von einer Idee fressen zu- lassen.

Warum gerade dieses Beispiel?

Weil daran gut sichtbar wird, wie verhängnisvoll der Zeitgeist wirken kann. Bei allen Kriegen benutzen mich die Gegner auf beiden Seiten. Jede rekla-

mierte mich für sich. Jeder für seine Sache. Das ist jedes mal ein irrer Spagat für mich. Die Gegner füt- tern sich gegenseitig mit ihrer Feindschaft. Aus die- ser Doppelrolle entsteht erst die Kraft zur gegenseitigen Vernichtung.

Und hinterher triumphieren die Sieger über die Verlierer und die sind dann die Schuldigen.

Auch das ist Zeitgeist abhängig. Also man schiebt mir schon eine ganze Menge historischen Schrott in die Schuhe.

Ach Sie ärmster. Ist es nur historischer Müll oder auch noch anderer?

Bleiben wir noch kurz bei der Geschichte. Die wird ja auch immer gerade zeitgeistgerecht neu verpackt. Fast jede zweite Generation schreibt die alten Ge- schichten neu. Es ist zum Verzweifeln - Wirklichkeit und Wahrheit haben ausgedient. Sie sind Makulatur. Bis zum nächsten Widerkäuen. - Zum Wohl!

Ja - Prost! Auf den Frieden.

Nu nu - so einfach geht der nicht.

Was fehlt? Warum geht Frieden nicht?

Er ginge schon, wenn ihn alle wollten. Denn ich - der Zeitgeist - bin ein Produkt der Mehrheit. Darüber sollten sich alle klar sein. Ob sie für etwas sind oder gegen etwas. Suchen sie die Mehrheit für etwas, dann orientieren sie sich möglichst nicht am Gegner, der will sie ja auch nur für sich.

Auf Ihre Empfehlung bin ich ge- spannt.

Das können Sie auch ruhig sein. Denn der Knaller liegt bei jedem einzelnen Menschen. Da entsteht der Zeitgeist. Da bin ich zuhause. Das ...

...und wo entsteht die Mehrheit, die- ses merkwürdige demokratische Moment?

Die größte Mehrheit sind heute die Konsumenten. Und Konsum wandelt sich in Politik. Jeder Kauf ist ein demo- kratisches Votum und entsteht aus einer bestimmten Geisteshaltung.

Wow - das trifft's. Das hat geses- sen. - Prost!

Ja- zum Wohle! Hat mich sehr gefreut. Bleiben Sie wach, es lohnt sich.

Ich versuch's. Tschüss - bis zum nächsten Mal.

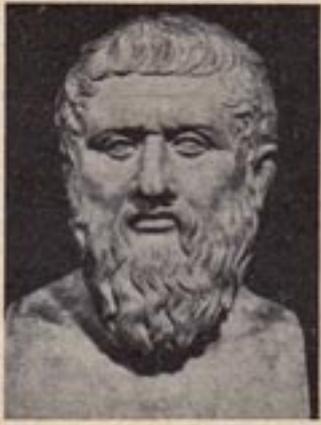


Harald S. Prütz

Ein Zeitgeist wurde zerbombt. Die Welt wollte nicht "am deutschen Wesen genesen". Dafür stieg ein anderer auf "das Wirtschaftswunder" und vertrieb vorerst den "braunen Geist".

Zum Thema 'Jugend und Freiheit'

...ist überliefert von Plato (427 bis 347 v. Chr.)



Plato - römische Kopie,
Vatikan, Quelle dtv.

"Wohlan, mein lieber Freund, wie steht es mit der Diktatur? Ist es nicht so, dass sich die Demokratie selber auflöst durch eine gewisse Unersättlichkeit in der Freiheit?

Wenn sich die Väter daran gewöhnen, ihre Kinder einfach gewähren und laufen zu lassen, wie sie wollen, und sich vor ihren erwachsenen Kindern geradezu fürchten, ein Wort zu reden. Oder wenn die Söhne so sein wollen wie die Väter. Also ihre Eltern weder scheuen, noch sich um ihre Worte kümmern, sich nichts mehr sagen lassen wollen, um ja recht erwachsen und selbständig zu erscheinen.

Und auch die Lehrer zittern bei solchen Verhältnissen vor ihren Schülern und schmeicheln ihnen lieber, statt sie sicher und mit starker Hand auf einen

geraden Weg zu führen, so dass die Schüler sich nichts mehr aus solchen Lehrern machen.

Überhaupt sind wir schon so weit, dass sich die Jüngeren den Älteren gleich stellen, ja gegen sie auftreten in Wort und Tat. Die Alten aber setzen sich nur unter die Jungen und suchen sich ihnen gefällig zu machen, indem sie ihre Albernheiten und Ungehörigkeiten übersehen oder gar daran teilnehmen. Damit sie ja nicht den Anschein erwecken, als seien sie Spielverderber oder auf Autorität versessen.

Auf diese Weise wird die Seele und die Widerstandskraft aller Jungen allmählich mürbe. Sie werden aufsässig und können es schließlich nicht ertragen, wenn man nur ein klein wenig Unterordnung von ihnen verlangt. Am Ende verachten sie dann auch die Gesetze, weil sie nichts und niemand mehr als Herrn über sich anerkennen wollen.

Und das ist der schöne, jugendfrohe Anfang der Tyrannei."

Plato

Jugend kann auch anders, wie auf der nächsten Seite zu lesen ist.

Doch vorher ein paar Vergleiche zu damals und heute.

Der erste: Aus dem Text von Plato ergibt sich die Rollenverteilung, hier Jugend, dort Lehrer, Väter, Eltern, Alte. Die Verteilung ist heute noch so. Im genannten Begriff - Eltern - wurde wohl die Rolle der Frauen versteckt. Sie erhielten erst ca. 2.000 Jahr später, 1958 per Gesetz die Gleichberechtigung. Per Gesetz, wohlgemerkt, nicht selbstverständlich also!

Der zweite: Der Umweltdreck von damals ist verrottet. Funde erhaltener Bruchstücke, Gebrauchsgegenstände und Artefakte sind in Museen zu bewundern und in Nachschlagewerken millionenfach abgebildet. Immerhin ist es gut zu wissen, wie es mal war, und schade, dass viele nicht wissen wollen, wie es mal wird. Eine Museumskarriere hat ein Joghurtbecher in 2000 Jahren wohl nicht zu erwarten. Die Dreckprobleme von heute erzeugen eine sehr ungewisse Zukunft.

Der dritte: Die im Text enthaltene Meinung vermittelt einen Konflikt der antiken Oberschicht mit ihren Sprösslingen. Es ist nicht überliefert, ob sich die damalige Jugend für ökologische und soziale Themen engagiert hat. Aber die Heutige tut es. Da wird das Ufer von Vater Rhein vom Konsumdreck befreit. Und das länderübergreifend. "Wohlan, ihr Mitmenschen, das nenne ich - zukunfts-fähige Kultur".



M.G.

K.R.A.K.E.

Kölner Rhein-Aufräum-Kommando-Einheit

Super! Ein Umdenken - ein neues Umweltbewusstsein scheint bei den Menschen angekommen zu sein.

Anlässlich des Rhine-Clean-Up-Day wurde am Samstag, dem 15. September 2018 in 59 Städten in vier Ländern, von der Quelle des Rheins in der Schweiz in Chur, bis zur Mündung in den Niederlanden in Rotterdam, von mehr als 10.000 Menschen bis zu 100 Tonnen Müll entlang unseres Stroms eingesammelt.

Hinter der tollen Aufräumaktion "Rhine-Clean-Up-Day" steckt eine Düsseldorfer Initiative, die von vielen Privat-Aktivisten übernommen wurde. Einer davon ist der bekannte Schauspieler Christian Stock, der über seine Facebook-Gruppe K.R.A.K.E. regelmäßig zur Aufräumaktion in Rheinnähe aufruft und auch diese Aktion am Samstag organisierte.

Hier in Köln kamen mehr als 300 engagierte Menschen seinem Aufruf nach. Vormittags linksrheinisch von der Mülheimerbrücke bis zum Zoo und nachmittags rechtsrheinisch, vom Tanzbrunnen in Richtung Zoostraße waren Alt und Jung begeistert



M.G.



Foto: Christian Stock

dabei, Tonnen von Müll in die von der Kölner Abfallwirtschaft bereit gestellten Müllsäcke zu sammeln, die von der ABW auch abtransportiert wurden.

In der Nähe des Tanzbrunnens sprach ich mit einigen eifrigen Sammlern und fragte sie, was sie zu dieser mühseligen Arbeit getrieben habe, oder besser gefragt, inwieweit sie sich verantwortlich fühlten, den "Dreck anderer Menschen" wegzuräumen. Übereinstimmend erklärten sie mir lachend, dass es eben nicht reicht, sich über andere und deren dreckige Hinterlassenschaften aufzuregen, sondern dass man Farbe bekennen sollte etwas tun, um andere zum Mitmachen zu motivieren!

Im Interview mit Christian Stock erklärte mir dieser mit blitzenden Augen, dass sich in der Tat immer mehr Menschen ihrer Eigenverantwortung bewusst werden und in Sachen Umweltschutz selber anpacken wollen. Nicht alles der Politik überlassen, ein Zeichen setzen, denn wir sind die "Wähler" von morgen, so lautete das Credo.

Wir sind stolz auf diese Menschen, gerade auch auf die vielen Jugendlichen, die so Hoffnungsträger werden für eine bessere bzw. sauberere Welt - so wie sie uns dann gefällt!

Und das passiert auch hier in unserer schönen Stadt, die Stadt der Vielfalt, ja, dann "Viva Colonia"!

Marion Gierlich



M.G.

Englisch im Karneval:

Ein junger Mann kam damals in den Sartory und meinte: Das Catering findet heute im Backstagebereich statt.

Da hab ich mir auf einmal vorgestellt, wie das auf einmal alles auf englisch wäre:

Der Elferrat hiesse dann - The crazy eleven Boys
Tanzoffizier - Dancing Officer
Funkenmariechen - Firemary
Stippeföttche - Backside Stipping Rubbeldance
Schnüsse Tring - Kathring Mouth
Entsetzlich - Niemals!

Darauf meinte ich zu dem jungem Mann:

Jung sach et doch op Kölsch:

Esse jitt et hinger d'r Bühn

Eimol Prinz zo sin:

Es gab in Holland einmal 2 etwas übergewichtige Damen, „die pummeligen Polder Pussys“.

Die wollten das Lied

„Eimol Prinz zo sin“ auf holländisch singen.

Und das klang so:

Der eine es ne Matjesfan,
der andere drink Jenever jähn,
doch jeder echte hollandsche Stropp,
dä weed em Wohnwage beklopp!

Eimol Prinz de sein, bei de Beukelaer, en ne Rolle
drin dat wör wunderbar.

Schon em Draum han ich jemacht ne kleine Knicks,
mit de Prinzenrolle bei de Beatrix

Und sollt ich im Leben ein Mädél mal frein,
dann muss es am Rhein wohl geboren sein?

Das ist Schnee von gestern:

Und triffst Du em Leben die Frau Deiner Wahl,
dann muss die vill Jeld hann, dä Fluss is ejal.

Leev jeden Daach als wör et dinge letzte

Refrain: Leev jeden Daach als wör et dinge letzte.

Dun laache, dun dich freue un treck kei lang jeseech un maach nit immer eine op jehetzte.
Woanders do ess Hunger Leid un Kreech

Vers 1 Manche Minsche wesse janit mieh wat Hunger ess, künne nur noch lamentiere, alles ess nur
Dress. Kennen alles, wesse alles, künne nix mieh sinn.
Denne die für nix mieh Zick han, sagen ich: HALT INN !

Vers 2 Weißt du noch, wann du zoletz e Booch jelesse häss?
Weiss du noch, wie du doheim als Panz jewese bes?
Domols kunnst do dräume un hatts noch Phantasie.
Halt endlich ens die Levve ahn, suns änders do dich nie

Text und Musik: Dieter Steudter

Häschen kommt in die Apotheke:

Hattu Möhrchen?

Der Apotheker verneint,
wir haben hier keine Möhrchen.

Das wiederholt sich dreimal.

Der Apotheker verzweifelt und stellt ein Schild
in das Fenster: - HEUTE KEINE MÖHRCHEN -

Jetzt kommt das Häschen wieder in den Laden und
brüllt: Hattu doch Möhrchen jehabbt!!

Wenn dä Düvel eine usjitt,
dann freu Dich nit zo fröh!

Warum ist kölsch so schwer?

Ein quirliger Junge

es ne Wibbelstätz

Ein Schnapstrinker

es ne Schruppsüffer

Wer vorne ne Glatze hat,

hätt och hingen en Pläät

Ein unsympathischer Mann

es ne Driessbüggel

Ein zu dickgeratener Mann

hät ne decke Buch

Einer, der ständig sich mit Frauen beschäftigt

es ne Fummelbroder

Ein Dauerredner

es ne Schwaadlappe

Ein alter Mann,

es ne ahle Büggel

Ein Strohwitwer

es ne Kää, dä och ens no Huss kütt

Un wä nit hierode will

dä hätt Jeld jespaat !!!



Texte: Dieter Steudter

Der 11. im 11. und die Jeckenzahl 11

Karneval, der Beginn eines Freudenfestes im November, dem Monat der Besinnung auf Tod und Vergänglichkeit, wie passt das zusammen? Und wieso wurde die 11 als Jeckenzahl der Kölner erkorren?

Dieser Frage wollte ich doch unbedingt einmal nachgehen, insbesondere da ich, als aktiver Karnevalist der "3 Colonias" mit zahlreichen Auftritten, gerade an diesem 11. im 11. in der Vergangenheit den Karneval mit eingeläutet hatte.

Das "Festkomitee Kölner Karneval" hat eine historische Recherche veröffentlicht, aus der ich hier in komprimierter Form zitieren möchte:

Es fehlt dem 11. im 11. also nicht an einer geschichtlichen Grundlage.

Der Beginn des Karnevals im düsteren November klingt für ein Freudenfest unlogisch, geht jedoch zurück auf die gefühlsbedingte und zeitliche Abfolge griechischer, römischer und germanischer Traditionen, denen man teilweise auch heute noch folgt. Im November dankte man den Göttern mit einem Fest für die Erntegaben des Herbstes, vornehmlich dem Weine...., da mag es schon hoch hergegangen sein!!

In der gallischen Kirche bereitete der Advent sich nicht auf Weihnachten, sondern auf das Hauptfest Epiphanie vor, und der Advent war eine Fastenzeit, die am 11. im 11. (dem Martinstag) begann.

Später übernahmen die Christen zum Teil die heidnischen Bräuche. Die vorösterliche Fastenzeit wurde dann mit der Fast(en) Nacht eingeläutet bzw. dem Karneval (carne-vale = Fleisch lebe wohl), wobei der Geist wohl willig, doch das "Fleisch oft schwach war". Ich denke, damals so wie heute auch!!

Die 11 als JECKENZAHLE entstand erst später, hat aber durch den 11. im 11. eine Verbindung von der heidnischen zur christlichen Zeit geschaffen.

Die Zahl ELF ist das Symbol der Narretei. Sie symbolisiert die Einheit im Karneval. Sie stellt also die EINS neben die EINS als Zeichen der Gleichheit aller

Narren. Jeder Jeck unter der Narrenkappe sollte eine selbstständige und gleichberechtigte Person sein. Doch die Elf hat auch einen politischen Bezug. Seit der französischen Revolution steht die ELF für (E= Egalité, L= Liberté und F= Fraternité) Gleichheit, Freiheit, Brüderlichkeit.

Diese Deutung ist für Köln, das lange unter französischer Besatzung lebte, maßgebend. So wurde die Elf schon fast zu einer magischen Zahl in Köln und im Karneval.

Auch das Wappen der Stadt Köln weist die elf Flammen auf, die allerdings auf die elftausend Jungfrauen zurückgehen. Das wiederum ist nun eine andere Geschichte.

Der Kölner Karneval ist fast so alt wie die Geschichte dieser Stadt selbst, allerdings so organisiert wie heute feiert man hier jedoch erst seit ca. 178 Jahren.

Ob der Beginn des Freudenfestes (Karneval) am 11. im 11. begann und auf griechischer, römischer, germanischer oder christlicher Tradition beruht, das ist uns Kölnern und zugereisten Jecken völlig egal. Wir läuten am 11. im 11. den Karneval ein und überbrücken so mit zahlreichen "Sitzungen" mit Büttendrednern und Liedersängern die lange dunkle Winterzeit bis zum Höhepunkt, dem Rosenmontag.

Liebe Mitglieder der KSG, wie letztes Jahr wollen wir Sie am 11. im 11. in unseren Veranstaltungsräumen in der Luxemburger Straße mit karnevalistischen Beiträgen, Liedscher un Krätzjer ungerhalde, et jit och wat zu müffele un zo süffele. Kütt also zahlreich met ühre Fründe und fiert mit mir, dem Liedermacher

Dieter Stuedter, den Beginn der Karnevalssession

Kölle Alaaf

Dieter Stuedter



Bild: Gerda Laufenberg

Im neuen Gewand: Alle KSG-Angebote im Gesamtüberblick

Wir zeigen diese Tabelle nicht nur, weil wir meinen, unser Programm kann sich sehen lassen, sondern auch zur schnelleren Übersicht, wo in Köln wir wann, was anbieten. Unser Hauptsitz ist in Sülz im Unicenter, mit Dependancen in Vogelsang / Ehrenfeld, Porz / Poll und Angeboten in einigen anderen Stadtteilen. Die regelmäßigen Angebote sind geordnet nach den Rubriken: **Fitness & Gymnastik / Entspannung / Tanzen / Tischtennis / Aquafitness / Gespräche / Kreativ / Singen / Karten- & Brettspiele / Bridge / Sprachen / Computer / Stammtisch / Wandern.**

Das **Wanderprogramm** wird ausführlich in einem separaten Prospekt beschrieben, den es im Hauptsitz in Sülz gibt. Die Wanderungen finden immer donnerstags in die nähere und weitere Umgebung statt mit leichterem und mittlerem Schwierigkeitsgrad.

Führungen / Veranstaltungen / Vorträge sind unregelmäßige Angebote, für sie gibt es ebenfalls zusätzlich, ausführliche Flyer.

Kursgebühren sind in dieser Tabelle nicht aufgeführt. Ab Januar gilt eine neue Beitragsordnung. Nachzulesen im Artikel: KSG Mitgliedsbeitrag und Kursgebühren ab Jan. 2019, auf den Seiten 12/13.

Interessierte bitten wir, sich mit Fragen zu aktuellen Kursgebühren an den Hauptsitz Sülz zu wenden. Für Mitglieder bleiben die Kursgebühren im letzten Quartal wie bekannt.

Regelmäßige Kurse finden 10 mal pro Quartal statt. Ausnahmen sind angegeben.

Probestunde: In allen Kursen ihrer Wahl können sie einmal **kostenfrei** schnuppern. Testen sie wie es ist, etwas Neues anzufangen. Am besten sie melden sich vorher an. Sie sind in allen Kursen gern gesehen.

Für zusätzliche Auskünfte und Informationen wenden sie sich bitte telefonisch an die Geschäftsstelle im Hauptsitz **0221 - 42 10 23 30** oder per **E-Mail: info@koelner-senioren.de** oder besuchen sie unsere Seite im Internet: **www.koelner-senioren.de**. Dort finden sie auch die aktuelle Ausgabe und frühere, sowie das Gesamtprogramm und den zukünftigen Newsletter für kurzfristige Ankündigungen.

Veranstaltungsprogramm Oktober bis Dezember 2018

FITNESS & GYMNASTIK

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
D330203	WS-Gymnastik	Sülz UC Raum 2	MO	11:30	12:30	Daniela Polacek
D330701	Fit für 100 Mo	Sülz UC Raum 6	MO	10:15	11:15	Daniela Polacek
D330107	Gymnastik	Sülz UC Raum 6	DIE	09:30	10:30	Kathrin Köhl
D330303	Sitzgymnastik	Sülz UC Raum 6	DIE	10:30	11:30	Kathrin Köhl
D330702	Fit für 100	Sülz UC Raum 6	MI	15:00	16:00	Ingrid Czieczor
D330206	Fit u.Vital i.d.Tag	Sülz UC Raum 6	FR	09:15	10:15	Ingrid Czieczor
D330205	Fit u.Vital i.d.Tag	Sülz UC Raum 6	FR	10:20	11:20	Ingrid Czieczor
D330501	Fit am Feierabend	Sülz UC Raum 6	DIE	17:00	18:00	Inge Krause
D410401	Venengymnastik	Vogelsang Gymn.raum	MO	15:00	16:00	Daniela Polacek
D410202	WS-Gymnastik	Vogelsang Saal 3	MO	16:00	17:00	Daniela Polacek
D410203	WS-Gymnastik	Vogelsang Saal 3	DO	09:45	10:45	Daniela Polacek
D410301	Sitzgymnastik	Vogelsang Saal 3	DO	11:00	12:00	Daniela Polacek
D770101	Gymnastik	Tanzzentrum Porz	MO	13:30	15:00	Inge Krause
D770701	Fit für 100 -	Porz Gymnastikraum	DIE	14:15	15:15	Ingrid Czieczor
D771001	Fit u.Vital i.d.Tag	Porz Gymnastikraum	DO	09:00	10:30	Inge Krause
D770702	Fit für 100	Porz Gymnastikraum	FR	09:00	10:00	Harald Lob
D770704	Fit für 100	Porz Gymnastikraum	FR	10:15	11:15	Harald Lob
D300101	Gymnastik	Sportpark Müngersdorf	MO	10:30	11:30	Friedrich Lessenich
D800301	Sitzgymnastik	Bürgerhaus Kalk	DIE	10:00	11:00	Ingrid Czieczor
D800302	Sitzgymnastik	Bürgerhaus Kalk	DIE	11:00	12:00	Ingrid Czieczor
D500701	Fit für 100	Haus Mobile Weidenpesch	DIE	09:30	10:30	Harald Lob
D100101	Gymnastik	TH Gilbachstr. Innenstadt	MI	16:00	17:00	Thomas Baller
D500702	Fit für 100	Haus Mobile Weidenpesch	DO	09:30	10:30	Harald Lob
D200101	Gymnastik	Sportanlage Süd Zollstock	DO	10:00	11:00	Friedrich Lessenich

ENTSPANNUNG

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
D773901	Qi Gong	Porz Gymnastikraum	MO	11:30	13:00	Elsa Broicher-Wachter
D333202	Yoga	Sülz UC Raum 6	DIE	18:15	19:30	Sita Mueller Iben
D331302	Pilates	Sülz UC Raum 6	MI	16:15	17:15	Ingrid Czieczor
D331301	Pilates	Sülz UC Raum 6	MI	17:30	18:30	Ingrid Czieczor
D333203	Yoga	Sülz UC Raum 6	DO	09:30	10:30	Sita Mueller Iben
D333201	Yoga	Sülz UC Raum 6	FR	11:30	12:30	Sita Mueller Iben

TANZEN

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
D331801	Intern.Tänze	Sülz UC Raum 6	MO	19:00	20:30	Nicole Eßer
D771401	Seniorentanz	Porz Gymnastikraum	DIE	09:30	11:00	Gisela Hersel
D771501	Tanz im Sitzen	Porz Jugendraum	MI	10:00	11:30	Gisela Hersel

TISCHTENNIS

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
G332001	Aufnahmestopp	Sülz UC Raum 6	DIE	13:30	16:30	Eugen Nardin
G412001	Tischtennis	Vogelsang Gymn.raum	DIE	09:30	12:30	Angela Schmitten
G332002	Tischtennis	Sülz UC Raum 6	MI	09:30	11:15	Dieter Schumann
G332003	Tischtennis	Sülz UC Raum 6	DO	13:30	16:30	Rolf Brackmann
G412002	Tischtennis	Vogelsang Gymn.raum	DO	09:00	12:00	Eugen Nardin

AQUAFITNESS

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
D383806	Aquafitness	Krieler Welle warm	MO	08:30	09:30	Bettina Klinnert
D383801	Aquafitness	Krieler Welle warm	MO	09:30	10:30	Bettina Klinnert
D383804	Aquafitness	Krieler Welle warm	MO	10:30	11:30	Bettina Klinnert
D213601	Aquajogging	Hallenbad Zollstock	MO	10:00	11:00	Kathrin Köhl
D211201	Aquafitness	Hallenbad Zollstock	MO	11:00	12:00	Kathrin Köhl
D741201	Aquafitness	Hallenbad Wahn	MO	13:30	15:00	Gabi Seiffert-Schroeder
D421201	Aquafitness	Ossendorfbad	MO	13:30	14:15	Ingrid Czieczor
D421204	Aquafitness	Ossendorfbad	MO	14:15	15:00	Ingrid Czieczor
D341201	Aquafitness	LZ Junkersdorf	DIE	10:00	12:00	Bettina Klinnert
D421202	Aquafitness	Ossendorfbad	MI	10:00	11:00	Daniela Polacek
D421203	Aquafitness	Ossendorfbad	MI	11:00	12:00	Daniela Polacek
D421205	Aquafitness	Ossendorfbad	MI	12:00	13:00	Daniela Polacek
D223602	Aquajogging	Hallenbad Rodenkirchen	MI	12:00	12:45	Ruediger Klein
D221201	Aquafitness	Hallenbad Rodenkirchen	MI	12:45	13:30	Ruediger Klein
D383802	Aquafitness	Krieler Welle warm	DO	08:30	09:30	Bettina Klinnert
D383805	Aquafitness	Krieler Welle warm	DO	09:30	10:30	Bettina Klinnert
D383803	Aquafitness	Krieler Welle warm	DO	18:30	19:30	Thomas Baller
D741202	Aquafitness	Hallenbad Wahn	DO	14:40	16:00	Gabi Seiffert-Schroeder
D751201	Aquafitness	Kombibad Zündorf	FR	10:00	11:30	Gabi Seiffert-Schroeder

GESPRÄCHE

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
D335001	Gedächtnistraining	Sülz UC Raum 4	MO	09:30	11:00	Toni Lane
D335002	Gedächtnistraining	Sülz UC Raum 4	MO	11:00	12:30	Toni Lane
D338701	Philosophie	Sülz UC Raum 4	DIE	15:30	17:00	Hans-Wolfgang Weber

KREATIV

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
G336001	Handarbeiten	Sülz UC Raum 2	MO	14:00	16:00	Dorothea Haepf
D338901	kreatives Malen	Sülz UC Raum 3	MO	16:00	19:00	Bey Rima Mardam

SINGEN

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
D336401	Chorgesang	Sülz UC Raum 6	DO	18:00	19:30	N.N.
G416301	Singkreis	Cafeteria Ehrenfeld	FR	12:00	13:30	N.N.

KARTEN- & BRETTSPIELE

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
G337402	Skat	Sülz UC Raum 2 + 3a/b	MO	13:30	17:30	Horst Junkes
G417301	Rommé, Canasta	Sülz UC Raum 2	DIE	14:00	17:00	Frau Thelemann
G337601	Bridge	Sülz UC Raum 2	DIE	14:00	18:00	Frau Scheer
G337401	Skat	Sülz UC Raum 2 + 3a/b	MI	13:00	17:00	Horst Junkes
G337501	Mah-Jong	Sülz UC Raum 2	MI	17:00	19:00	Hedi Kuipers
G337701	Bridgeturnier	Sülz UC Raum 3a/b	DO	10:00	13:00	Jasna Müller-Stanicic
G337101	Doppelkopf	Sülz UC Raum 2	DO	14:00	17:00	Horst Junkes
G337201	Schach	Sülz UC Raum 2	FR	13:30	17:00	Horst Junkes

BRIDGE

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
D338502	Bridge	Sülz UC Raum 3	MO	10:15	12:15	Jasna Müller-Stanicic
D338501	Bridge	Sülz UC Raum 3	DIE	16:00	18:00	Jasna Müller-Stanicic

SPRACHEN

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Tag	von	bis	Leitung
	ENGLISCH					
D778101	Englisch	Porz Gymn. Raum	MO	09:30	11:00	Gabriele Frank
D338104	Aufbau 1	Sülz UC Raum 4	MO	15:00	16:30	Hannelore Schmolke
D338102	Mittelstufe	Sülz UC Raum 4	MO	16:30	18:00	Hannelore Schmolke
D338105	Anfänger fortgeschr.	Sülz UC Raum 4	MO	18:00	19:30	Hannelore Schmolke
D338101	Konversation	Sülz UC Raum 4	MI	15:00	16:30	Hannelore Schmolke
D338103	Aufbau 2	Sülz UC Raum 4	MI	16:30	18:00	Hannelore Schmolke
D338106	Anfänger	Sülz UC Raum 4	MI	18:00	19:30	Hannelore Schmolke
	ITALIENISCH					
D338302	Einsteiger	Sülz UC Raum 4	DO	09:00	10:30	Paola Rosenfeld
D338301	Konversation	Sülz UC Raum 4	DO	10:30	12:00	Paola Rosenfeld
	SPANISCH					
D338403	Anfänger	Sülz UC Raum 4	DO	13:45	15:15	Anne Morach
D338402	Aufbau	Sülz UC Raum 4	DO	17:00	18:30	Anne Morach
D338401	Mittelstufe	Sülz UC Raum 4	DO	15:15	16:45	Anne Morach

COMPUTER

Kurs-Nr.	Angebot	Ort	Zeitraum	Tag	von	bis	Leitung
D339802	PC-Internet	Sülz UC Raum 3 b	09.10.-11.12.	DIE	10:00	12:00	Wolfgang Kurth
D339301	PC-Word Aufbau	Sülz UC Raum 3 a/b	31.10.-21.11.	MI	15:30	18:00	Pascale Rudolph
D339101	PC-Anfänger	Sülz UC Raum 4	05.10.-26.10.	FR	10:00	12:30	Richard Priester
D339201	PC-Aufbau	Sülz UC Raum 4	07.09.-28.10.	FR	10:00	12:30	Richard Priester
D339201	PC-Aufbau	Sülz UC Raum 4	09.11.-30.11.	FR	10:00	12:30	Richard Priester

VERANSTALTUNGEN

Thema		Ort	Datum	Tag	Zeit	Leitung
Museumsführung	Römisch German.	Köln	04.10.2018	MO	15:00	Ulla Mende
Geburtstagsfeier	Anzeige Seite 30	Sülz UC	08.10.2018	MO	15:00	Alice Gneipelt
Stammtisch 60+		Sülz UC	09.10.2018	DIE	18:30	Joachim Braun
Uni-Center tanzt	Anzeige Seite 26	Sülz UC	19.10.2018	FR	19:00	DJ Walumm
Rheinromantik	Anzeige Seite 28	Remagen	20.10.2018	SA	8:50	Wolfgang Wegener
Fotoausstellung	Anzeige Seite 29	Sülz UC	29.10.2018	MO	9:30	Ulla Mende
Workshop	Anzeige Seite 27	Sülz UC	04.11.2018	SO	10:00-17:00	Burga Schmitz-Stautner
Karneval	Anzeige Seite 27	Sülz UC	11.11.2018	SO	11:11	Dieter Steudter
Stammtisch 60+		Sülz UC	13.11.2018	DIE	18:30	Joachim Braun
Spaziergang	Anzeige Seite 28	Zollstock	13.11.2018	DIE	15:00	Wolfgang Wegener
Uni-Center tanzt	Anzeige Seite 26	Sülz UC	16.11.2018	FR	19:00	DJ Walumm
Uni-Center singt		Sülz UC	18.11.2018	SO	16:00	Winfried Bode
Weihnachtsfeier	Anzeige Seite 26	Sülz UC	01.12.2018	SA	14:30	Vorstand
Tanzworkshop	Anzeige Seite 26	Sülz UC	09.12.2018	SO	14.30-18.00	Nicole Eßer
Stammtisch 60+		Sülz UC	11.12.2018	DIE	18:30	Joachim Braun
Uni-Center tanzt	Anzeige Seite 44	Sülz UC	21.12.2018	FR	19:00	DJ Walumm
Jahresrückblick	Anzeige Seite 26	Sülz UC	27.01.2019	SO	15:00	St. Reusch / G. Schinkel

WANDERN donnerstags

Wann	Leitung	Wanderweg
04.10.2018	Wolfgang Maskos	Kürten-Hutserweg-Große Dhünn-Hammesrostringhausen-Neuhaus-(Eink.)-Dhünn
11.10.2018	Otto Steinhoff	Dernau-Rotweinwanderweg-Altenwegshof-(Einkehr)-Mariental-Ahrweiler
18.10.2018	Angelika Henke	Bad Breisig-Rheinhöhenweg-Märchenweg-Sinzig-(Einkehr)-Bad Bodendorf
25.10.2018	Peter Jäger	Ippendorf-Dollendorfer Allee-Flerzheimer Allee-Bf.Kottenforst(Eink.)-Witterschlick
08.11.2018	Angelika Henke	Bonn-Mehlem-Rodderberg-Rolandseck(Einkehr)-Bad Honnef-Rheinuferweg
15.11.2018	Otto Steinhoff	Iversheim-um den Giersberg-Bad Münstereifel(Einkehr)-Iversheim
22.11.2018	Wolfgang Maskos	Solingen-Krahenhöhe-Bertramsmühler-Bach-Glüder-Wupperhof-Obenrüden (Einkehr)-Friedrichsaue-Dierath
29.11.2018	Peter Jäger	Holtorf-Ennert-Paffelsberg-Dollendorfer Hardt-Kloster Heisterbach (Einkehr)-Königswinter
06.12.2018	Angelika Henke	Saaler Mühle-Thielenbruch-(Einkehr)-Dellbrück
13.12.2018	Peter Jäger	Erfstadt/Liblar-Ville Seengebiet-Liblar (Einkehr "Alt Liblar")
20.12.2018	Wolfgang Maskos	Hilgen-Nüxhausen-Bechhausen-Eifgenbachtal-Altenberg (Einkehr)-Odenthal

Das ausführliche Wanderprogramm erhalten Sie im Hauptsitz Sülz.

UC Tanzt!

die kultige Partyreihe

MIT DJ WALUMM

VON OKTOBER BIS FEBRUAR
JEDEN 3. FREITAG IM MONAT

Eintritt: 4,00 C/ Beginn 19:00 Uhr
im Sülzer Treff der KSG, UniCenter 1. Stock
Luxemburgerstr. 136, 50939 Köln
Musik: Oldies bis Charts

aktuelle Termine unter: www.dj-walumm.de
oder www.koelner-senioren.de

© Noemi Muthen



1.12.2018
14:30 Uhr

KSG Weihnachtsfeier

bei Kaffee und Kuchen,
sowie einem kleinen, aber
feinen weihnachtlichen
Programm

Umlage für Kaffee und
Kuchen, Kaltgetränke,
sowie ein Glas
Sekt
pauschal 5,- EUR

Kölner
Senioren-gemeinschaft
Luxemburger Str. 136,
Uni- Center, 1. Stock,




**REUSCH RETTET
DIE WELT**

**Gerd
Schinkel**
an der Gitarre
hilft retten

2018

Ein kabarettistischer Jahresrückblick

Sonntag, 21. Januar 2019, 15:00

Der Eintritt ist frei.
Eine angemessene Spende
sollte Ihnen der Nachmittag
jedoch wert sein.

Kaffee und Kuchen
werden angeboten

Sülzer Treff 60+ Luxemburger Straße 136 Uni-Center 1. Stock 50939 Köln,
Tel.: 42102330, info@koelner-senioren.de, www.koelner-senioren.de

Tanzen Sie mit

*“O Mensch, lerne tanzen, sonst wissen die Engel
im Himmel mit Dir nichts anzufangen.”*

Meditation des Tanzes

Wir tanzen Kreistänze zu Musiken ganz unterschiedlicher Qualitäten. Das Repertoire reicht von Klassik, über traditionelle Musik verschiedener Länder bis hin zu Chormusiken in deutscher Sprache. Mantren uvm. Die Tänze sind mal schwungvoll und lebhaft, mal ruhig und besonnen. Die Meditation liegt hier nicht in der Geschwindigkeit der Musik und der Schritte, sondern darin, sich beim Tanzen ganz einzulassen auf die Bewegung; sich ganz der Gegenwart des Augenblickes zu widmen.

Willkommen sind alle Menschen -ob jung ob alt -
die Freude an Bewegung, Musik und Tanz haben.
Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kursleitung: Nicole Eßer / nicoleesser69@web.de
Kursort: Sülzer Treff 60+, Uni-Center, 1. Stock
Luxemburger Str. 136
Kurszeit: **Sonntag, 09.12.2018 / 14:30-18:00 h**
Kursgebühr: Mitglied € 10,00 / Nichtmitglied € 20,00
Information u. Anmeldung: Telefon 0221 - 42 10 23 30 oder
info@koelner-senioren.de



Unser
Tanzhighlight
im
Herbst



Workshop

Bildende Kunst – Farben erleben

Die Welt der Farben ist faszinierend. Wer hat nicht schon einmal daran gedacht, Bilder aus unserem Inneren auf die weiße Fläche fließen zu lassen? Lassen Sie sich von den vielen Farbtönen inspirieren und malen Sie ihr eigenes Kunstwerk.

Entdecken Sie die eigene Kreativität und lassen Sie Ihre Vielseitigkeit in der Gruppe entwickeln.

Das Betrachten und Besprechen des Bildes in der Gruppe lässt neue Ideen und Betrachtungsweisen entstehen.

Im Workshop arbeiten wir mit verschiedensten Materialien und Techniken unter individueller Betreuung.

Zeit: **Sonntag, 10:00 – 17:00 Uhr**
 Start: **04. November 2018**
 Ort: Sülzer Treff 60+:
 Luxemburger Str. 136, 50939 Köln
 (Uni-Center, 1. Stock)
 Leitung: Burga Schmitz - Stautner,
 Diplom Pädagogin /
 freischaffende Künstlerin
 Kosten: 88,00 € / erm.: 38,50 €
 Weitere
 Informationen: Montag – Freitag 09:30 – 16:30 Uhr,
 Telefon 0221 - 42 10 23 30 oder
 info@koelner-senioren.de,
 www.koelner-senioren.de



Chorleitung

Ab Oktober 2018

ist in einem gemischten Chor 60+ die Chorleitung neu zu vergeben.

Es ist ein langjährig gewachsener, experimentierfreudiger Chor
 - gewohnt ohne Noten zu singen,
 der Spaß am Singen hat - steht im Vordergrund –
 der sich auf eine engagierte, motivierte neue Chorleitung freut.

Die Bewerber/-innen sollten aus dem Bereich Gesang kommen. Chorleitungserfahrung erwünscht.

Anfragen bitte unter:

info@koelner-senioren.de
 oder Telefon 0221 - 42 10 23 30
 Ansprechpartnerin: Frau Kathrin Köhl

Helfende Hände für unser Karnevalsfest gesucht!

Unser Fest "11. im 11." (s.u.) kann nur stattfinden, wenn sich noch einige "helfende Hände" melden, die vielleicht Röggelsche mit Kies vorbereiten un Kölsch ausschenken sowie beim Auf- und Abbau der Deko mithelfen.

Nachfrage bei Kathrin Köhl: 0221/ 42 10 23 30,
 Mail: kathrin.koehl@koelner-senioren.de

Unser Fest "11. im 11."

Wie im letzten Jahr, wollen wir Sie am 11. im 11. in unseren Veranstaltungsräumen mit karnevalistischen Beiträgen, Liedscher un Krätzjer ungerhalde. Et jit och wat zu müffele un zo süffele.

Kütt also zahlreich met ühre Fründe und fiert mit mir, dem Liedermacher Dieter Steudter, den Beginn der Karnevalssession.

Zeit: **Sonntag, 11.11 Uhr - Frühschoppen**
 Start: **11. November 2018**
 Ort: **Sülzer Treff 60+:**
 Luxemburger Str. 136, 50939 Köln (Uni-Center, 1. Stock)
 Interpret: **Dieter Steudter**
 Informationen: Montag – Freitag 09:30 – 16:30 Uhr,
 Telefon 0221 - 42 10 23 30 oder info@koelner-senioren.de



Spaziergang auf dem Südfriedhof, Köln-Zollstock

Thema:

Kriegsgräber auf dem Südfriedhof - Eine Geschichte zur ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts.

Wie auf keinem anderen Friedhof in Köln und wohl auch sonst in der Bundesrepublik Deutschland, finden sich auf dem Kölner Südfriedhof zahlreiche Grab- oder Erinnerungssteine, die über die Kriege in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts berichten. Es sind deutsche Soldatengräber, Denkmäler für die Luftkriegstoten beider Weltkriege, sowie ein englischer und italienischer Soldatenfriedhof. Aus Anlass -Hundert Jahre Kriegsende Erster Weltkrieg- soll die Geschichte dieses Friedhofes und seinen Kriegsgräbern erzählt werden.



Foto: W. Wegener

Zeit: **Dienstag, 15.00 Uhr**

Start: **13. November 2018**

Ort: **Treffpunkt Haupteingang Südfriedhof**

Führung: Wolfgang Wegener

Kosten: Mitglied 7,00 € / Nichtmitglied € 12,00

Teilnehmerzahl: min. 10 Pers. - max. 25 Pers.

Weitere

Informationen: Montag – Freitag 09:30 – 16:30 Uhr

Telefon 0221 - 42 10 23 30 oder

info@koelner-senioren.de

www.koelner-senioren.de

Rheinromantik – Mit Bahn und Schiff nach Remagen

Termin: **Samstag, den 20.10.2018**

Treffpunkt: **08.50 Uhr Köln - Südbahnhof**

Führung: Wolfgang Wegener

Kosten: Mitglied € 17,00 / Nichtmitglied € 24,00

zuzüglich Bahn- und Schifffahrt

Teilnehmerzahl: mind. 10 Personen

Ablauf: Bahnfahrt nach Bonn, Spaziergang durch die Stadt zum Schiffsanleger - 10.30 Uhr Fahrt mit der KD nach Remagen. Ankunft Remagen 12.20 Uhr, Stadtrundgang bis 13.00 Uhr, 15.00 Abfahrt Remagen, 16.20 Uhr in Bonn.



Foto: W. Wegener

Der Rhein zwischen Bonn und Bingen zählt zu den schönsten Landschaften Deutschlands und wurde seit Ende des 18. Jahrhunderts von zahlreichen Dichtern und Malern gepriesen.

Die KSG möchte zum Abschluss der Rheinschifffahrtssaison ein kleines Stück des Rheins befahren. Auf der Strecke von Bonn bis Remagen gibt es viele historische Orte, interessante Bauwerke und mit dem Siebengebirge ein herausragendes Naturmonument. Deren Geschichte und Geschichten werden vom Reiseleiter Wolfgang Wegener erzählt und erklärt. Mit dem Zug fahren wir nach Bonn und beim Spaziergang durch Bonn gibt es einiges zu dieser Stadt zu erzählen.

In Remagen machen wir einen 40minütigen Stadtrundgang durch die 2000 Jahre alte Stadt. Anschließend verbleibt noch genügend Zeit zur Einkehr oder auf eigene Faust die Stadt zu erkunden und zu genießen. Ab 14.50 Uhr warten wir dann auf das KD-Schiff, das uns zurück nach Bonn bringt, wo wir um 16.20 Uhr ankommen.

Fotoausstellung - "Unterwegs..."



*Foto:
Ulla Mende, im schottischen Hoch-
land im September 2017*

Auf der Suche nach Farben und Formen, Kuriositäten und Strukturen, Schönheit und Harmonie versuche ich meine Umwelt mit der Kamera einzufangen. Das mache ich als Seniorin seit etwa zwei Jahren mit Leidenschaft. Schauen Sie doch mal rein!

Ulla Mende

**Die Ausstellung ist ab dem
29.10.2018 zu sehen,
während der offiziellen Öffnungszeiten im Sülzer Treff
Montag - Freitag von 9:30 - 17:00 Uhr.**

Im Rahmen unserer Weihnachtsfeier, am 01.12.18 ab 14:30 Uhr wird Frau Mende persönlich anwesend sein und Fragen zu Motiven und Blickwinkeln beantworten.



Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag

Foto: I.P.

Oktober

01.10 Hildegard Ehrhardt, Vera Hensch,
Elisabeth Schösser, Heinz Zimmermann
04.10 Karin Butt
05.10 Hannelore Brüncker, Lisa Mai,
Elisabeth Peitsch, Marie Luise Vormschlag
06.10 Gerda Leyendecker
07.10 Regina Blum, Monika Hoferer
08.10 Maria Antoniadis, Maria Wendeler
09.10 Doris Kather, Heidi Stephany
10.10 Joachim Kokott, Hildegard Frieser
11.10 Irene Herrmann
12. 10 Anita Heinze, Agnes Henrichs,
Renate Mikolajczyk
13.10 Rita Kudler, Lore Naudszus
15.10 Walter Enkel
16.10 Anni Bendig
17.10 Ellen Bruch
18.10 Sebastiano Destra
20.10 Martina Schinkel, Marielouise Zimmer
21.10 Fried Schulze-Berge
25.10 Lina Harrer
27.10 Eva Scheer
28.10 Hedi Kuipers, Rosemarie Meichsner
29.10 Evelyne Neitzke
30.10 Gertrud Jansen, Beate Müller-Bley,
Ursula Sasse
31.10 Gisela Ibach

November

01.11 Veronika Standke, Sigrid Wendler
02.11 Karin Gröning
03.11 Edith Ehleben
04.11 Helga Edelmann
07.11 Annemarie Linden, Margot Losse
08.11 Claus Cämmerer
09.11 Georg Winkler
10.11 Helga Fishedick, Christa Lipps
11.11 Dorothea Häpp

12.11 Elisabeth Heimig
14.11 Winulf Behrend
15.11 Franziska Brüggemann,
Liselotte Zander
16.11 Eleonore Gross, Brunhild Winkler,
Horst Lesky
18.11 Paul Schrader, Renate Weidemann
19.11 Marlies Becher, Susanne Kalter-Wirsel,
Ursula Schneider, Helga Quirbach
21.11 Heinz Kollmann, Bärbel Lankau,
Barbara Laubert, Renate Matthaei
22.11 Angelika Maith
25.11 Hildegard Kautz
26.11 Margarete Klimmer, Heiko Neuhaus
28.11 Margarete Geurts
29.11 Anneliese Speckmann, Meral Dräger,
Maria Grote

Dezember

.01.12 Katharina Braun
09.12 Eugen Nardin
10.12 Emil Leyendecker, Monika Thelemann
12.12 Lore Wasser, Rita Margareta Kaltenbach
14.12 Gisela Martens, Dorothea Nitz,
Ursula Rehermann
15.12 Anette Ilarda
18.12 Brigitte Mende
19.12 Henriette Scheideler, Christel Tiedke
20.12 Marlene Hamm
21.12 Christel Delker
22.12 Sencan Akpınar
23.12 Franziska Leben, Susanna Peil
27.12 Louise Kasper
30.12 Inge Broda
31.12 Peter Frieser, Maria Güdelhöfer, Peter Jäger

Die im 4. Quartal 2018 geborenen Jubilare mit einem runden Geburtstag (60, 65, 70 Jahre und älter) laden wir hiermit herzlich zu der am Montag, 08. Januar 2019, um 15:00 Uhr stattfindenden Geburtstagsfeier ein. Damit wir besser vorbereiten können, bitten wir Sie, ihre Teilnahme eine Woche vorher mitzuteilen (Telefon 0221 42 10 23 30)

Leserbriefkasten - Briefe an die KSG



Impressum

KSG aktuell

Jahrgang 27

Ausgabe 4 / 2018

Auflage: 750

Herausgeber:

Kölner Seniorengemeinschaft für Sport und Freizeitgestaltung e.V.

Sitz von Herausgeber und Redaktion:

Kölner Seniorengemeinschaft e.V.

Luxemburger Str. 136

50939 Köln

Telefon: 0221 42 10 23 30

Telefax: 0221 42 10 23 32

E-Mail: info@koelner-senioren.de

Redaktionsteam:

Marion Gierlich (M.G.), Harald S. Prütz

(SHP), Dieter Steudter (D.S.),

Satz & Layout: Ilse Patet (I.P.) und

Harald S. Prütz

Korrektur gelesen hat unser Mitglied:

Frau Dr. Gerlinde van Thiel

E-Mail: info@koelner-senioren.de

Druck:

Druckdienstleister Karl Welbers

Alarichstraße 21, 50679 Köln

Sitz des Vereins:

Hauptsitz:

Sülzer Treff 60+

Luxemburger Str. 136 (Uni-Center)

50939 Köln

Telefon: 0221 42 10 23 30

Telefax: 0221 42 10 23 32

E-Mail: info@koelner-senioren.de

www.koelner-senioren.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 09:30 - 17:00 h

Dependancen:

- Ehrenfeld / Vogelsang

Venloer Straße 1031

50827 Köln

Telefon: 0221 42 10 23 30

- Porz / Poll

Fauststraße 90

51145 Köln

Telefon: 0221 42 10 23 30

Vereinsvorstand:

Vorsitzende: Alice Gneipelt

Stellvertreter: Wolfgang Maskos,

Joachim Braun

Schatzmeister: Franz Heinz Eschmann

Bankverbindung:

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN: DE06 3702 0500 0007 0333 00

BIC: BFS WDE 33XXX

Sparkasse KölnBonn

IBAN: DE08 3705 0198 0001 3324 69

BIC: COL SDE 33XXX

"Ihre Meinung ist gefragt!"



Liebe Leser(innen),

wir freuen uns über Ihre Meinungen und Kommentare auf unsere Beiträge, denn wir möchten wissen, was hat Ihnen gefallen oder auch nicht, was hat Sie gerührt bzw. berührt und motiviert, sich hier mit Lob oder Kritik einzubringen. *Bitte dazu angeben: Ausgabe, Artikel und Name des Redaktionsmitgliedes.*

Oder vielleicht möchten Sie zu dem einen oder anderen Thema auch mit einer kurzen Geschichte aus Ihrem Leben beitragen, um ein lebendiges Miteinander zu gestalten.

Jeder Brief wird beantwortet, doch haben Sie Verständnis dafür, dass nur eine kleine Auswahl Ihrer Leserbriefe veröffentlicht werden kann.

In diesem Sinne: "Es gibt nix GUTES außer man TUT es!"
Das wusste schon Albert Schweizer.

Herzlich, Ihr KSG-Redaktions-Team

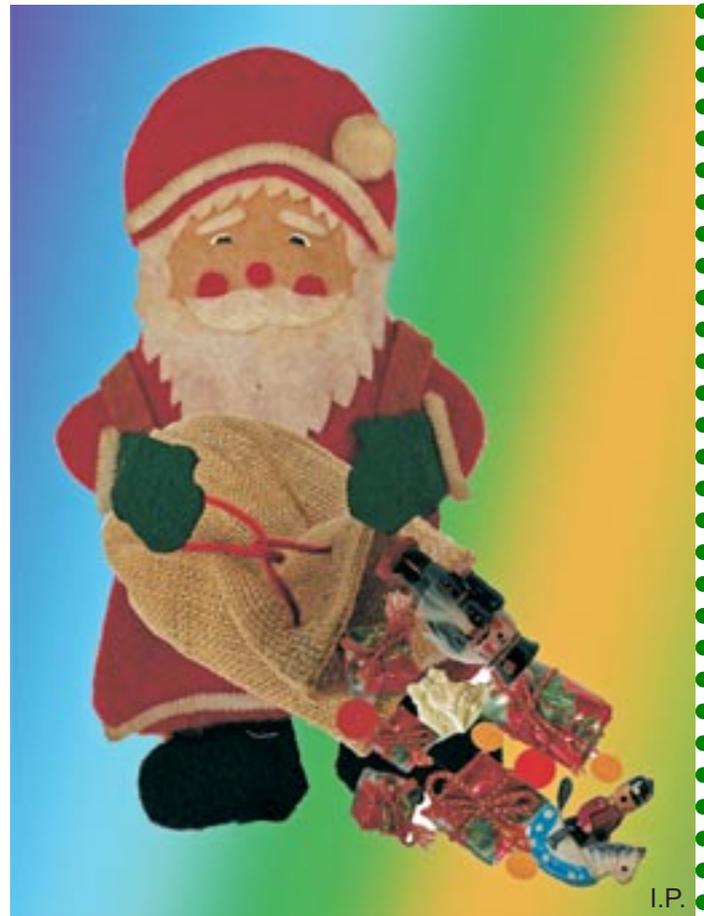


STEUDTER'S Mandelplätzchen nach Dieter Steudter

250 g Butter,
140 g Zucker,
10 g Vanillezucker,
320 g Mehl,
140 g Mandeln, weiß fein gemahlen
10 g Eiweiß (1/2 Eiweiß),
Salz, Zitrone

Butter, Zucker und Gewürze mit dem Eiweiß glatt verarbeiten. Das gesiebte Mehl und die Mandeln untermischen. Den Teig mindestens 30 Minuten kaltstellen, dann auf ca. 8 mm (so dick wie der kleine Finger) ausrollen, in die Oberfläche mit einem Teigschaber Rillen eingravieren. Mit Formen dann die Plätzchen ausstechen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech bei ca. 170 Grad langsam backen. Wenn die Plätzchen am Rand braun werden, herausnehmen und mit Puderzucker bestäuben, erkalten lassen. GUTEN APPETIT!!!

★ **Wir wünschen Ihnen ein
gesegnetes Weihnachtsfest und
ein gesundes Neues Jahr** ★



'D'r hillige Mann, dat künnt d'r Papa sinn

Refrain:

D'r hillige Mann, dat künnt d'r Papa sinn
dat hätt mieh Schwesterche ald vürjes Joahr jesaht
un d'r Hans Muff, dat ess d'r Onkel Pitter
die decke Naas, die hätt dä immer schon jehatt.

Vers 1:

Als m'r noch vill kleiner wore hätt dat jetz jenutz.
Wenn et heeß, d'r Nikolaus kütt, hatte m'r voll die Botz,
wenn et dann dät schelle, wore m'r wieß wie'n Wand,
nur dä Fuss, dat Judula, dat hatt ald jet jespant.

Bridge:

Ich hann do ne Verdaach, wenn dat ruskütt, jitt et
Kraach.

Vers 2:

Als d'r Nikolaus ovens kom, do hatte mir nit mieh
Schess
Hilligemann un d'r Hans Muff, wä gläuv dann su ne
Mess?
Drusse dät et bimmele, dä Papp dä wor noch do
selvs dat Judula jetz nit mieh janz su secher wor

Bridge:

Ich bin jetz janz verwirrt, han ich mich doch jeirrt?

Text und Musik: Dieter Steudter

