

## Programm Juni 2022

### Angebote des Zentrum 60plus im Essener Norden

Die Veranstaltungen finden im Rahmen der aktuellen Corona-Schutzbestimmungen statt.  
Denken Sie bitte an Ihren Mund-Nasen-Schutz.

#### Offene Beratung

mittwochs von 10:00 - 12:00 Uhr

Beratung rund um die Themen Alter,  
Gesundheit, Pflege und Freizeit

#### Kaffeetrinken mit Waffelecken im Café Treff

jeden 1. Sonntag im Monat von 15:00 - 17:00 Uhr  
(bitte anmelden unter: 0201 831 53 59)

#### Mittagstisch im Café Treff

mittwochs ab 12:00 Uhr

(bitte anmelden unter: 0201 831 53 59)

#### NEU:

#### Sprechstunde des EnergieSparService und des Stadtteilservice der Neuen Arbeit der Diakonie

Hier werden Fragen zum Energiesparen im Haushalt  
und zur Unterstützung im Alltag beantwortet.

Donnerstag, 02.06. von 13:00 - 15:00 Uhr,

Montag, 13.06. von 10:00 - 12:00 Uhr,

Donnerstag, 30.06. von 13:00 - 15:00 Uhr

#### RepairCafé

Dienstag, 07.06., von 10:00 - 13:00 Uhr

Irgendetwas ist mit meinem Kleingerät, Fahrrad ...  
nicht mehr in Ordnung – krieg' ich es wieder in  
Gang? – um telefonische Anmeldung wird gebeten

#### Sommerfest am Paul Humburg Gemeindehaus „Viele bunte Vögel feiern ein Fest“

Sonntag, 12.06., ab 14:00 Uhr

#### Laptop-Kurs für Anfänger\*innen

Dienstag, 14.06. und 21.06., von 14:00 - 15:30 Uhr

Der Kurs richtet sich ausschließlich an  
Anfänger\*innen. Bitte melden Sie sich an.

#### Bewegtes Sitzen

Gruppe 1: dienstags von 13:30 - 14:30 Uhr

Gruppe 2: dienstags von 15:00 - 16:00 Uhr

#### Smartphone-Sprechstunde

mittwochs von 10:00 - 12:00 Uhr

Telefonische Anmeldung erforderlich.

#### Pflegestützpunkt der Stadt Essen

Jeden 2. Montag im Monat, 09:00 - 12:00 Uhr

Die kostenlose Beratung rund um das Thema Pflege  
erfolgt trägerunabhängig, bürgernah u. kompetent.  
Am 4. Montag im Monat findet der Pflegestütz-  
punkt im SBZ in der Timpestr. 33 in Karnap statt.

#### Quassel-Strippen-Telefon

donnerstags, 13:30 - 15:30 Uhr

Unter 0201 84 32 05 48 kommen Sie über die  
wichtigen und unwichtigen Dinge ins Gespräch...

#### Lesung zum Weltflüchtlingstag am 20.06.2022

Weitere Informationen unter: 0201 84 32 05 45  
und [www.zentrum60plus-essen-nord.de](http://www.zentrum60plus-essen-nord.de)

#### Spiele-Nachmittag

Sonntag, 19.06., von 14:30 - 17:00 Uhr

Schnappen Sie sich Ihr Lieblingsspiel und kommen  
Sie vorbei – Spiele gibt es auch im Zentrum.

#### Handarbeitswerkstatt

Mittwoch, 01.06., 08.06., 22.06., 09:00 - 12:00 Uhr

Unterstützung bei Nähprojekten für Jung und Alt  
- bitte melden Sie sich an.

#### Beratung rund um das Thema Rente

Montag, 27.06., 13:00 - 15:00 Uhr

Haben Sie Fragen zur Renten-, Kranken- und Pflege-  
versicherung? Herr Detlef Schliiffke, Versicherten-  
berater, berät Sie gerne in seiner Sprechstunde.

#### „Einsteigerrunde“, 27.06.'22, 14:00 – 15:30 Uhr

Ich möchte zusammen mit anderen etwas machen,  
Ideen entwickeln ... kommen Sie vorbei!

#### Fahrradtouren:

bitte fordern Sie das aktuelle Programm an.

#### FilmCafé

Donnerstag, 23.06.2022, von 15:00 – 17:00 Uhr

...gemütlicher Filmnachmittag bei Kaffee...

- bitte melden Sie sich an unter: 0201 84 32 05 45