Zentrum 60plus+

Anlaufstelle für alle ab 60 die
• Begegnung • Impulse • Beratung
• Vernetzung • Gemeinsamkeit
suchen oder anbieten möchten

Programm August 2025

Angebote des Zentrum 60plus Hövelstraße

Offene Beratung
mittwochs von 10:00 - 12:00 Uhr
Beratung rund um die Themen Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit.

Handarbeitswerkstatt
Mittwoch, 06.08. & 20.08., von 09:00 - 12:00 Uhr
Unterstützung bei Nähprojekten für Jung und Alt - bitte melden Sie sich an unter: 0201 84 32 05 45.

Lach-Yoga
Jeden 1. Mittwoch im Monat, am 06.08., 14:00 - 15:00 Uhr
Lust auf Lachen? Lust auf leichte Bewegungen?

Sprechstunde des Seniorenbeauftragten
Montag, 04.08., von 14:00 - 15:00 Uhr
hat Gerd Maschun, Seniorenbeauftragter im Bezirk V, ein offenes Ohr für Ihre Anliegen.

Bingo-Nachmittag
Montag, 04.08., von 15:00 - 17:00 Uhr
Lust auf Bingo? Kommen Sie vorbei!

Spiele-Nachmittag
Sonntag, 10.08., von 14:30 - 17:00 Uhr
Schnappen Sie sich Ihr Lieblingsspiel und kommen Sie vorbei! Spiele gibt es auch vor Ort.

Pflegestützpunkt der Stadt Essen
Jeden 2. Montag im Monat, am 11.08., 09:00 - 12:00 Uhr
Kostenlose, trägerunabhängige Beratung rund um Unterstützung im Alter, zu Leistungen der gesetzlichen Kranken- u. Pflegeversicherung und Wohnen im Alter.

RepairCafé
jeden 2. Dienstag im Monat, am 12.08. von 10:00 - 13:00 Uhr
Irgendetwas ist mit meinem Kleingerät, Fahrrad… nicht mehr in Ordnung - krieg' ich es wieder in Gang?
Anmeldung erforderlich: 0201 84 32 05 45.

Bewegtes Sitzen
Gruppe 1*: dienstags von 13:30 - 14:30 Uhr*
Gruppe 2*: dienstags von 15:00 - 16:00 Uhr*
Anmeldung unter: 0201 84 32 05 45**.**

Karten auffen Tisch
mittwochs ab 18:00 Uhr
Hier treffen sich Skat- u. andere Kartenspiel-Begeisterte.

Mittagstisch im Bunten Raum: zusammen schmeckt et besser
Immer mittwochs und donnerstags ab 12:00 Uhr
Essensausgabe bis 13:00 Uhr, wer mag, bleibt zum Pläuschken… Spenden werden gerne entgegengenommen.
Anmeldung unter: 0201 84 32 05 45
In den Sommerferien ist der Mittagstisch vom 16.07. bis zum 07.08. geschlossen – am 13.08. hat er wieder geöffnet.

Basisgruppentreffen SeniorenNetzwerk Vogelheim
am Dienstag, d. 05.08. und 26.08. um 18:00 Uhr treffen sich Interessierte zum Austausch und zur Planung von gemeinsamen Aktivitäten, Projekten, ...
Ort: Markushaus, Forststraße 17,45356 Essen
Kommen Sie gerne ohne Anmeldung vorbei!

Beratung rund um das Thema Rente
1 x im Monat, am Mittwoch, d. 13.08. von 13:00 - 15:00 Uhr
Haben Sie Fragen zur Renten-, Kranken- und Pflege-versicherung? Herr Detlef Schliffke, Versichertenberater, berät Sie gerne in seiner Sprechstunde.

NEU: Einladung zum Pläuschken: Setz dich mit auf die Bank
Donnerstag, 21.08., von 14:00 - 15:00 Uhr
Wir sind da und haben ein offenes Ohr…

Projektvorstellung „Miteinander Leben": wir feiern erste Ergebnisse und entwickeln weitere Ideen…
Freitag, d. 29.08.'25,
von 15:00 - 18:00 Uhr im Zentrum 60plus Hövelstraße, Hövelstr. 71
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, kommen Sie gerne vorbei - vielleicht bekommen Sie Lust, mitzumachen!

STADT ESSEN

Evangelische Kirchengemeinde Altenessen-Karnap

Zentrum 60plus Hövelstraße
Hövelstr. 71 · 45326 Essen · Tel. 0201 84 32 05 45 · Mail: antje.behnsen@ekir.de
www.zentrum60plus-essen-nord.de
Träger: Ev. Kirchengemeinde Altenessen-Karnap
Gefördert von der Stadt Essen