

Zentrum 60plus+

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

Programm Januar 2026

Angebote des Zentrum 60plus Hövelstraße

Offene Beratung

mittwochs von 10:00 - 12:00 Uhr

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

Bewegtes Sitzen

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

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

Anmeldung (Warteliste) unter: 0201 84 32 05 45.

Am 13.01. geht es wieder los !

Handarbeitswerkstatt

Mittwoch, 07.01., von 09:00 - 12:00 Uhr

Unterstützung bei Nähprojekten für Jung und Alt - bitte melden Sie sich an unter: 0201 84 32 05 45.

Sprechstunde des Seniorenbeauftragten

Montag, 12.01. von 14:00 - 15:00 Uhr

hat Gerd Maschun, Seniorenbeauftragter im Bezirk V, ein offenes Ohr für Ihre Anliegen.

Bingo-Nachmittag

Montag, 12.01. von 15:00 - 17:00 Uhr

Lust auf Bingo? Kommen Sie vorbei!

Basisgruppentreffen SeniorenNetzwerk Vogelheim

jeden 1. und 4. Dienstag im Monat,

am 06.01. das erste Mal in 2026 treffen sich um 18:00 Uhr, Interessierte zum Austausch und zur Planung von gemeinsamen Aktivitäten

Ort: Markushaus, Forststraße 17, 45356 Essen

Kommen Sie gerne ohne Anmeldung vorbei!

Tanzprojekt „Sinne tanzen“

macht Winterpause. Im Februar geht es weiter

Informationen und Anmeldung: 0201 84 32 05 45.

Spiele-Nachmittag

Sonntag, 11.01. 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 12.01. 09:00 - 12:00 Uhr

Kostenlose, trägerunabhängige Beratung rund um Unterstützung im Alter, zu Leistungen der gesetzlichen Kranken- u. Pflegeversicherung und Wohnen im Alter.

Basteln: Ketten und Armbänder gestalten

Mittwoch, 14.01. und Mittwoch, 28.01. von 9:00-12:00 Uhr. Material bitte selbst mitbringen - melden Sie sich an unter: 0201 84 32 05 45.

STADT
ESSEN



Zentrum 60plus Hövelstraße

Hövelstr. 71 · 45326 Essen · 0201 84 32 05 45 · Zentrum60plus-hoevelstr@ekir.de

www.zentrum60plus-essen-nord.de

Träger: Ev. Kirchengemeinde Altenessen-Karnap

Gefördert von der Stadt Essen



Das Team vom Zentrum 60plus Hövelstraße
wünscht einen guten Start ins Jahr 2026!

Wir sind ab dem 05.01.2026 wieder für Sie da.

