

Programm Juni 2026

Angebote des Zentrum 60plus Hövelstraße

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.

Basteln von Ketten und Armbändern

Mittwoch, 03.06., von 09:00 - 12:00 Uhr
In gemütlicher Runde können
einzigartige Schmuckstücke entstehen.
Bitte melden Sie sich an unter: 0201 84 32 05 45.

Handarbeitswerkstatt

Mittwoch, 10.06. und 17.06., 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, d. 01.06. von 14:00 - 15:00 Uhr
hat Gerd Maschun, Seniorenbeauftragter im
Bezirk V, ein offenes Ohr für Ihre Anliegen.

Bingo-Nachmittag

Bingo fällt im Juni aus, findet sonst jeden 1. Montag
von 15:00 - 17:00 Uhr statt.

Basisgruppentreffen SeniorenNetzwerk Vogelheim

jeden 1. und 4. Dienstag im Monat, 18:00 Uhr,
Treffen zum Austausch und zur Planung von
gemeinsamen Aktivitäten
Ort: Markushaus, Forststraße 17, 45356 Essen
Kommen Sie gerne ohne Anmeldung vorbei!

Tanzprojekt „Sinne tanzen“

Jeden Donnerstag, von 10:00-12:00 Uhr
Erleben Sie Sinneserfahrungen
als Auslöser von Bewegung.
Informationen und Anmeldung: 0201 84 32 05 45.

Spiele-Nachmittag

Sonntag, 14.06., von 14:30 - 17:00 Uhr
Schnappen Sie sich Ihr Lieblingsspiel und
kommen Sie vorbei! Spiele gibt es auch vor Ort.

RepairCafé

jeden 2. Dienstag im Monat, 10:00 - 13:00 Uhr
Irgendetwas ist mit meinem Kleingerät, Fahrrad ...
nicht mehr in Ordnung - krieg' ich es wieder in Gang?
Mit (0201 84 32 05 45) und ohne Anmeldung.

Fahrradtouren

Infos und Anmeldung unter:
Radtouren60plus@gmx.de oder: 0157 52 66 75 56.

Fahrradtouren-Stammtisch

Der Fahrradstammtisch trifft sich an jeden 2.
Mittwoch, um 18:00 Uhr bei ‚Da Boticelli‘ in der
Philippstr. Bitte melden Sie sich an unter
Radtouren60plus@gmx.de

Pflegestützpunkt der Stadt Essen

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

Beratung rund um das Thema Rente

am Mittwoch, d. 03.06. von 13:00 - 15:00 Uhr
Haben Sie Fragen zur Renten-,
Kranken- und Pflegeversicherung?
Herr Detlef Schliffke, Versichertenberater,
berät Sie gerne in seiner Sprechstunde.

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 per Nachricht auf der Mailbox
von Anika Behrendt: 0157 32 52 68 04.