

Programm April

Zentrum 60plus Heckstraße

Zentrum
60plus⁺



Tag	Uhrzeit	Thema	Lehrer	Datum
Montag	10.00 Uhr	Radgruppe*	mit Michael Kraft	
	10.00-12.00 Uhr	Tourist Information	mit Thomas Schmiegelt	
	11.00-12.30 Uhr	„Vertellekes“ am Montag (Plauderrunde)	mit Christiane Beindorf	
	13.00-14.30 Uhr	Origami falten*	mit Reisetsu Farber	14.04.2025
	13.00-14.30 Uhr	offener Strick- und Handarbeitskreis		07.04.2025
	15.00-16.00 Uhr	Kastagnetenkurs*	mit Prof. Alberto Alarcón	
Dienstag	09.00-12.00 Uhr	Pflegestützpunkt		01.04.2025
	09.00-12.00 Uhr	Seniorenberatung	mit Doris Knierim	08.04.2025
	10.00-12.00 Uhr	Frühstückstreff*		
	15.00-16.00 Uhr	Stuhl-Yoga*	mit Bettina Vogt	01.04., 08.04., 15.04. & 29.04.2025
	16.15-17.15 Uhr	Stuhl-Yoga*	mit Bettina Vogt	01.04., 08.04., 15.04. & 29.04.2025
Mittwoch	09.30-11.00 Uhr	Hatha Yoga auf der Matte*	mit Bettina Vogt	02.04., 09.04., 16.04. & 30.04.2025
	09.30-12.30 Uhr	Digitale Sprechstunde*	mit Ehrenamtlichen aus dem Zentrum	
	10.00 Uhr	Nordic-Walking*	mit Anne Breilmann	
	10.00-12.00 Uhr	Beratung rund ums Älterwerden		
	12.00-14.00 Uhr	Tourist Information	mit Rolf Sachtleben	
	13.00-15.00 Uhr	Bastelatelier*	mit Marion Tigges	
	14.00-16.00 Uhr	Gesprächsbank in der Luciuskirche	mit Ehrenamtlichen aus dem Zentrum	
	14.00-15.00 Uhr	Englischkurs Anfänger/innen*	mit Karin Gatzweiler	
	15.30-16.30 Uhr	Englischkurs Anfänger/innen*	mit Karin Gatzweiler	
	17.30-20.00 Uhr	Nähkurs*	mit Vera Tolxdorff	
Donnerstag	10.00-13.00 Uhr	Kochkurs*	mit Wolfgang Eggert	03.04. & 10.04.2025
	10.30-11.30 Uhr	Englisch Konversationsgruppe*		
	11.00-12.30 Uhr	Literatur- und Leseclub*	mit Claudia Erdmann	24.04.2025
	12.30-13.30 Uhr	Englisch Konversationsgruppe*	mit Hans Peter Nitzsche	
	13.45-15.45 Uhr	offener Spieletreff		
	16.00-17.00 Uhr	Englischgruppe Anfänger/innen*	mit Christiane Wittmann	
	17.15-18.15 Uhr	Englischgruppe Fortgeschrittene*	mit Christiane Wittmann	
	16.30-18.00 Uhr	Italienisch Konversationsgruppe*	mit Margherita Acquabella	10.04. & 27.04.2025
	18.30-21.00 Uhr	Nähkurs*	mit Vera Tolxdorff	
Freitag	10.00-12.00 Uhr	Tourist Information		
	11.45-13.45 Uhr	Aquarellkurs*	mit Ewa Raulin	11.04. & 25.04.2025
	14.00-16.00 Uhr	Aquarellkurs*	mit Ewa Raulin	
	16.15-18.15 Uhr	Aquarellkurs*	mit Ewa Raulin	04.04.2025
	17.30-19.15 Uhr	offene Trauergruppe für Witwen & Witwer*	mit Stefanie Westermann	04.04.2025
Samstag	10.00-13.00 Uhr	Samstagsöffnung		05.04. & 19.04.2025
	11.00-13.00 Uhr	Digitale Sprechstunde*		05.04. & 19.04.2025
Sonntag	14.00-16.30 Uhr	Komm-Omend (Waddisch-Club)	mit Marc Real	13.04.2025
Veranstaltungen/ Ausflüge	19.30 Uhr	Konzert der Werdener Coverband Chat 5*		01.04.2025
	13-15 Uhr	Zentrum geöffnet am deutsch-holländischen Stoffmarkt		06.04.2025
	09.30 Uhr	Wanderung von der Margarethenhöhe zum Halbachhammer*		10.04.2025
	18.00 Uhr	Golden Years Party (Ü-60 Rockparty) im Zentrum 60plus Isenbergtreff*		25.04.2025
	18.00 Uhr	Speed Dating 60plus*		28.04.2025
	10.00-13.00 Uhr	chinesisch Kochen mit Petra-Anete Mucha*		17.04. & 24.04. 2025

Das Zentrum ist vom 02.04.-04.04. durch Ehrenamtliche besetzt. Geänderte Öffnungszeiten: **02.04:** 9-14 Uhr & **04.04:** 10-12 Uhr

Am Karfreitag (18.04.) und Ostermontag (21.04.) bleibt unser Zentrum geschlossen und es finden keine Kurse oder Veranstaltungen statt.
Am Karsamstag (19.04.) ist unser Zentrum von 10.00-13.00 Uhr mit Ehrenamtlichen besetzt. Wir wünschen Ihnen frohe Ostern!

*vorherige Anmeldung erforderlich

Die Angebote, hinter denen kein Datum steht, finden wöchentlich statt
Anmeldungen bitte telefonisch oder per E-Mail unter:
Weitere Informationen & Anmeldung zum monatlichen Newsletter unter:

(0201) 84 74 – 270 oder merle.muehlenbeck@drk-essen.de
drk-essen/zentrum60plus