

Programm Juni

Zentrum 60plus Heckstraße

Zentrum
60plus⁺



Tag	Uhrzeit	Thema	Mitwirkende	Datum
Montag	10.00 Uhr	Radgruppe (E-Bikes)*	mit Michael Kraft	
	10.00–12.00 Uhr	Tourist Information	mit Thomas Schmiegelt	
	11.00–12.30 Uhr	„Vertellekes“ (offene Plauderrunde)	mit Christiane Beindorf	
	13.00–14.30 Uhr	offener Strick- und Handarbeitskreis		01.06. & 15.06.2026
	13.00–14.30 Uhr	Origami falten*	mit Reisetsu Farber	08.06.2026
	15.00–16.00 Uhr	Kastagnettenkurs*	mit Prof. Alberto Alarcón & Rosa Montes	01.06.2026
	16.30–18.00 Uhr	Sing doch einfach mit! (gemeinsames Singen)*	mit Andrea Heimberg	01.06.2026
	17.00–18.00 Uhr	*neu* Fantasiereisen mit Klangschalen*	mit Claudia Kleinpaß	15.06.2026
	17.30–19.15 Uhr	offene Trauergruppe für Witwen & Witwer*	mit Stefanie Westermann	08.06.2026
Dienstag	09.00–12.00 Uhr	Pflegestützpunkt	Stadt Essen & Kranken- und Pflegekassen	02.06.2026
	09.00–12.00 Uhr	Seniorenberatung	mit Doris Knierim, Seniorenbeauftragte Bezirk IX	09.06.2026
	10.00–12.00 Uhr	Frühstückstreff*		
	11.00–12.30 Uhr	English Book Club* (Stadtteilbibliothek)	mit Karin Nagrotzki	09.06.2026
	15.00–16.00 Uhr	Stuhl-Yoga*	mit Bettina Vogt	02.06., 09.06., 23.06. & 30.06.2026
	16.15–17.15 Uhr	Stuhl-Yoga*	mit Bettina Vogt	02.06., 09.06., 23.06. & 30.06.2026
Mittwoch	09.30–11.00 Uhr	Hatha Yoga auf der Matte* (JuBB)	mit Bettina Vogt (0171 938 1241)	03.06., 10.06., 24.06. & 01.07.2026
	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		
	10.30–12.30 Uhr	Wandern in Werden und Umgebung*	mit Claudia Kleinpaß	03.06. & 17.06.2026
	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/ an 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	27.05.–29.07.2026
	18.00 Uhr	Stammtisch (Pizzeria Amalfi)*		17.06.2026
Donnerstag	10.00–13.00 Uhr	Kochkurs*	mit Wolfgang Eggert	
	10.30–11.30 Uhr	Englisch Konversationsgruppe*	mit Maria Kahrmann	
	11.00–12.30 Uhr	Literatur- und Leseclub* (Stadtteilbibliothek)	mit Claudia Erdmann	25.06.2026
	12.30–13.30 Uhr	Englisch Konversationsgruppe*	mit Hans Peter Nietzsche & Jürgen Hahn	
	13.45–15.45 Uhr	offener Spielertreff		
	15.00–17.00 Uhr	Doppelkopf spielen*		11.06. & 25.06.2026
	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	
	18.30–21.00 Uhr	Nähkurs*	mit Vera Tolxdorff	28.05.–06.08.2026
Freitag	10.00–12.00 Uhr	Tourist Information		
	11.45–13.45 Uhr	Aquarellkurs*	mit Ewa Raulin	12.06. & 26.06.2026
	14.00–16.00 Uhr	Aquarellkurs*	mit Ewa Raulin	
	16.15–18.15 Uhr	Aquarellkurs*	mit Ewa Raulin	05.06. & 19.06.2026
Samstag	10.00–12.00 Uhr	Samstagsöffnung	mit Ehrenamtlichen aus dem Zentrum	06.06. & 20.06.2026
	10.00–12.00 Uhr	Digitale Sprechstunde*	mit Ehrenamtlichen aus dem Zentrum	06.06.2026
Die Termine für das asiatische Kochen mit Petra-Anete Mucha mittwochs oder samstags sind noch nicht bekannt. Melden Sie sich bei Interesse gerne.				
Sonntag	14.00–16.30 Uhr	Komm-Omend (Waddisch-Club)*	mit Marc Real	14.06. & 28.06.2026
Veranstaltungen/ Ausflüge	18.00 Uhr	Workshop Aromatherapie: „Hausapotheke und mehr“ mit Cornelia Grimm*		02.06.2026
	18.30 Uhr	„First Friday“ zum Motto „la dolce vita“: gemütliches Beisammensein bei Musik und Snacks		05.06.2026
	16.00–17.00/ 11.00–12.00 Uhr	Schnupperkurs Kastagnetten spielen mit Prof. Alberto Alarcón & Rosa Montes*		13.06. & 14.06.2026
	08.45 Uhr	Ausflug zum Gasometer Oberhausen in die Ausstellung „Mythos Wald“		16.06.2026
	18.00–19.30 Uhr	KI-Praxis: „alte Fotos restaurieren“ mit Ingo Gansert*		16.06.2026
	10.00–16.00 Uhr	Seniorentag Werden (im Rahmen der Woche der älteren Generation der Stadt Essen)		17.06.2026
	17.00 Uhr	Vernissage der Aquarellkurse – ein „Aquarell-Spaziergang“		20.06.2026
	17.00–18.30 Uhr	Vortrag der Werdener Orthopädie und Unfallchirurgie: „Der Weg zum Knie- und Hüftersatz“*		22.06.2026

An Fronleichnam (04.06.) bleibt das Zentrum geschlossen und es finden keine Veranstaltungen oder Kurse statt.

*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