

Sie sind über 60 Jahre?  
Sie möchten wissen, was es Neues in Ihrem Stadtteil gibt? Sie haben Fragen rund um das Thema Älterwerden?  
Sie möchten neue Leute kennenlernen?  
Sie haben Lust auf spannende Themen und Angebote?  
Sie haben Lust, eigene Ideen mit anderen gemeinsam umzusetzen? Sie suchen Anregungen und Impulse für das nachberufliche Leben? Sie sind neugierig?

Dann sind Sie richtig im Zentrum 60plus+, einer neuen Anlaufstelle für alle Bürger und Bürgerinnen zu Fragen des Älterwerdens in jedem Stadtbezirk in Essen.

Rufen Sie an oder kommen Sie einfach vorbei.  
Wir freuen uns auf Sie und sind für Sie da!

Ihr Team vor Ort

Ragnhild Geck / Julia Oberwinster



Ragnhild Geck / Julia Oberwinster  
**Zentrum 60plus+**  
**Fulerum, Haarzopf, Holsterhausen, Margarethenhöhe**  
MelanchthonGemeindeZentrum  
Melanchthonstr. 3, 45417 Essen  
Telefon: 0171 – 5230684  
r.geck@diakoniewerk-essen.de



Diakoniewerk Essen



Das Zentrum 60plus+ ist zentral gelegen am Holsterhauser Platz (U17/Linie 101).

Öffnungszeiten:  
dienstags 13-17 Uhr  
mittwochs 10-15 Uhr  
freitags 10-15 Uhr

Begegnung Impulse Beratung Vernetzung  
Gemeinschaft

Weil das Leben bunt ist!

Zentrum 60plus+  
Melanchthonstraße



Diakoniewerk Essen



# Das ist los!

**Wer wir sind?** Wir Mitarbeiterinnen im Zentrum 60plus sind für alle Fragen rund ums das Thema Älterwerden zuständig und beraten. Wir sammeln weiterhin Ideen und Wünsche für Fulerum, Haarzopf, Holsterhausen und Margarethenhöhe und versuchen, diese mit Ihnen umzusetzen. Was wollten sie schon immer mal ausprobieren? Haben Sie Anregungen für ihren Stadtteil?

## Offener Treff

**1. und 3. Dienstag, 14.00 -15.30 Uhr**

Zeitung lesen, Menschen aus den Stadtteil kennen lernen. Kommen Sie vorbei!

## Stricken und Klönen

Sonntagslangweile gibt es hier nicht. **Jeden 1. und 3. Sonntag 14 – 17 Uhr**

## Spielegruppe

**Jeden 2. und 4. Montag im Monat um 16.30 Uhr.** Was und wie gespielt wird, besprechen Sie in der Gruppe.

**Haben Sie Lust auf Theaterbesuch?** Lieber gemeinsam als alleine? **Erstes Kennenlernen und Planen am Dienstag, 16. November, 15 Uhr.**

## Autogenes Training

**Es startet wieder ein neuer Kurs, am Dienstag, den 2. November, jeweils von 12.30 – 13.30 Uhr. Es sind 5 Termine.** Unter fachlicher Anleitung von Frau Brée erlernen Sie hier diese wunderbare Entspannungstechnik. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, bitte anmelden.

**Interessierte mit Vorerfahrungen treffen sich am 1. Dienstag im Monat, 11.30 – 12.30 Uhr. Hier wird weiter geübt und sich ausgetauscht.**

**Kunstangebot „Jeder ist ein Künstlerin“,** Tiana Otten unterstützt Sie bei Ihren Ideen. **14 tägig, donnerstags von 10-12 Uhr**

**Ein Besuch der Ausstellung Das Verlorene Paradies im Gasometer in Oberhausen ist geplant. Bei Interesse bitte melden.**

## Queeres Freizeitangebot für Lesben und Schwule 60+

1.und 3. Dienstag im Monat, 17-19 Uhr (Gruppentreffen und Spieletreff)  
Kontakt: Astrid Gabb, Tel.: 0201 105 37 00

## Filzworkshop im November im Zentrum 60plus in Frintrop

Passend zur Jahreszeit entstehen gefilzte Lichtschalen und Äpfel. Termin: Donnerstag, 18. November, 10-13 Uhr oder 13- 16 Uhr. Kostenbeitrag 10 €.

**Bitte anmelden.**



## Nordic Walking

Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Probieren Sie es aus. Jeden Mittwoch um **10 Uhr.** Treffpunkt: Zentrum 60plus. Die Gruppe freut sich über Zuwachs!

**Parlez-vous francais?** Französische Konversation für Fortgeschrittene. Jeden ersten Mittwoch im Monat von 15-16 Uhr.

## Pflegestützpunkt- Beratung rund um die Pflege

**jeden 3. Freitag im Monat** beraten die Mitarbeiter\*innen der Stadt Essen sie kostenfrei und neutral zum Thema Pflege.

**Ehrenamtliche Pflegeberatung** ab Dezember am 1. Freitag im Monat von 10 -13 Uhr.

## Digitale Sprechstunde

Wenn Sie Unterstützung und Beratung rund um ihr Smartphone, Tablet suchen, steht Ihnen ein Mitarbeiter der Kath. Pflegehilfe zur Verfügung. Sie können sich für 4 Wochen ein Tablet kostenlos ausleihen und ausprobieren. Terminanfrage im Zentrum 60plus.

**Anmeldung: Bitte melden Sie sich für alle Veranstaltungen vorher telefonisch bei uns an.**

Aktuelle Besuchsregelungen: max. 10 Personen/ Maske/Kontakt Daten angeben ggf. Impfnachweis, Corona-Test, Genesenennachweis) Besuchen Sie uns auch im Internet unter: [www.diakoniewerk-essen.de/senioren](http://www.diakoniewerk-essen.de/senioren) dort finden Sie unser aktuelles Monatsprogramm.

Sie sind über 60 Jahre?  
Sie möchten wissen, was es Neues in Ihrem Stadtteil gibt? Sie haben Fragen rund um das Thema Älterwerden?  
Sie möchten neue Leute kennenlernen?  
Sie haben Lust auf spannende Themen und Angebote?  
Sie haben Lust, eigene Ideen mit anderen gemeinsam umzusetzen? Sie suchen Anregungen und Impulse für das nachberufliche Leben? Sie sind neugierig?

Dann sind Sie richtig im Zentrum 60plus+, einer neuen Anlaufstelle für alle Bürger und Bürgerinnen zu Fragen des Älterwerdens in jedem Stadtbezirk in Essen.  
Rufen Sie an oder kommen Sie einfach vorbei.  
Wir freuen uns auf Sie und sind für Sie da!

Ihr Team vor Ort

Ragnhild Geck / Julia Oberwinster



Ragnhild Geck / Julia Oberwinster  
**Zentrum 60plus+**  
**Fulerum, Haarzopf, Holsterhausen, Margarethenhöhe**  
MelanchthonGemeindeZentrum  
Melanchthonstr. 3, 45417 Essen  
Telefon: 0171 – 5230684  
r.geck@diakoniewerk-essen.de

Das Zentrum 60plus+ ist zentral gelegen am Holsterhauser Platz (U17/Linie 101).

Öffnungszeiten:  
dienstags 13-17 Uhr  
mittwochs 10-15 Uhr  
freitags 10-15 Uhr

Begegnung Impulse Beratung Vernetzung



# Zentrum 60plus+

## Melanchthonstraße



