

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 / Uwe Mandel

**Zentrum
60plus+**

STADT
ESSEN

Diakoniewerk Essen



Ragnhild Geck / Uwe Mandel
Zentrum 60plus+
Dellwig, Frintrop, Gerschede
Frintroper Straße 411. 3, 45359 Essen
Telefon: 0201 37999782
zentrum60+@diakoniewerk-essen.de

Öffnungszeiten:

montags 10 - 13 Uhr
mittwochs 10 - 16 Uhr
donnerstags 10 - 12 & 14 - 16 Uhr

Begegnung Impulse Beratung
Vernetzung Gemeinsamkeit

Weil das Leben bunt
ist

Zentrum 60plus+
Frintroper Straße

**Zentrum
60plus+**

STADT
ESSEN

Diakoniewerk Essen



März / April
2022

Wir Mitarbeiterinnen im **Zentrum 60plus** sind für alle Fragen rund um das Thema Älterwerden beratend zuständig. Außerdem unterstützen wir Sie dabei Ihren Stadtteil für Sie mitzugestalten. Wir sammeln Ideen und Wünsche für **Frintrop, Dellwig und Gerschede** und setzen sie um. Was wollten sie schon immer mal ausprobieren? Haben Sie Anregungen für ihren Stadtteil?



So kann das Neue anfangen:

Zwei Männer verabreden sich zum ersten Mal zum Gitarre spielen und Kennenlernen. Ab sofort treffen sie sich bei einem der beiden zu Hause im Wohnzimmer. Wer hat Lust sich anzuschließen?

Kreatives ist voll im Trend! Am letzten Freitag im Monat, von 10-13 Uhr, Peddigrohr steht beim nächsten Mal auf dem Programm, Anmeldung bei den Wollmäusen, Freitag, 18.03.2022, 15 – 17 Uhr.
Nächste Treffen: 25.03., 22.04.2022

Spielegruppen

Jeden Donnerstag um 16 Uhr werden im Zentrum 60plus verschiedene Gesellschaftsspiele ausprobiert.

Spielangebot auch für Berufstätige

„Mensch ärgere dich nicht“ und andere Spiele, monatlich am 1. Sonntag von 15-18 Uhr im Zentrum.

Ein **weiteres neues Angebot** für alle **Skatspieler*innen** am letzten Freitag im Monat, 18 – 21 Uhr. **1. Treffen am 26.03.2022**

Seniorenkino in der Lichtburg

Gemeinsam 14 tägig in die Lichtburg gehen und anschließend darüber austauschen. Weitere Informationen zum Programm und Anmeldung bei uns im Zentrum.

Leseinteressierte gesucht für eine Literaturgruppe gesucht ab April.

Wollmäuse“- Stricken, Häkeln, alles rund um Wolle

Jeden Freitag von 15-17 Uhr dreht sich`s im Zentrum um die Wolle. Aktuell ist die Gruppe voll. Eine Warteliste ist geschaltet.

Fahradgruppe – haben Sie Lust gemeinsam mit dem E – Bike unterwegs sein? **Jeden Mittwoch, um 11 Uhr Treffpunkt an der Friedenseiche**

Wandergruppe Rucksack trifft sich immer am letzten Samstag im Monat, 13 Uhr zu einer Wanderung von ca. 10 km am Zentrum 60plus.
Nächsten Termine: 26. März, 29. April 2022

Linedance- Tanzen in der Reihe aber nicht aus der Reihe☺

Tanzen verbindet, Tanzen macht Spaß. In Kooperation mit **Tanz in Glück. Jede Woche montags, 19 Uhr und sonntags 14 Uhr. Kosten: 40 € im Monat.**

Gemeinsam Singen startet hoffentlich wieder im April!

Die nächste **Ideenwerkstatt** findet am Montag, **21. März, 15 –16.30 Uhr statt.**

Parlez vous francais? Französische Konversation

Den nächsten Urlaub in Frankreich planen und französisch sprechen können? **Ab Februar jeden 2. Montag im Monat, 11-12 Uhr.**

Vortragsreihe

Vortrag „Betreuungsrecht“ mit der Juristin Gislinda Spiller in Kooperation mit Wiese e.V., **Montag, 14. März, 15 – 16.30 Uhr. Nur mit Anmeldung.**

Pflegestützpunkt- 1. Montag im Monat, 9-12 Uhr

Die Mitarbeiter*innen der Stadt Essen beraten Sie kostenlos und unabhängig rund um die Pflege, **7. März, 4. April 2022**

Wichtig!!!! Bitte melden Sie sich für alle Informations- und Gruppenveranstaltungen telefonisch bei uns an. Aktuelle Coronabestimmungen: 10 Personen/ Maske, 2 G Regel, Impf- oder Genesenennachweis bereithalten.
Herzlichen Dank!