

Spieletreff – Montag und Dienstag von 14 – 16 Uhr

Der Spieletreff ist mit durchschnittlich 9-11 Teilnehmern ein sehr gut besuchtes Angebot. Der Spieletreff ist ein offenes Angebot, an dem jeder spontan teilnehmen kann.

(Kosten: 2,- Euro)

Gedächtnistraining – Donnerstag von 10 – 11 Uhr

Das offene Angebot findet einmal wöchentlich vormittags für eine Stunde statt. Es wird von durchschnittlich 4-6 Personen besucht. (Kosten: 2,50 Euro)

Hockergymnastik – Freitag von 10 – 11 Uhr

Die Hockergymnastik ermöglicht auch Menschen mit Mobilitätseinschränkungen sich beweglich zu halten. Grundsätzlich kann jeder spontan hinzukommen. Hier hat sich jedoch bewährt im Vorfeld oder nach der ersten Übungsstunde mit der Übungsleiterin ins Gespräch zu kommen und die individuellen Möglichkeiten und Grenzen auszuloten. Dieses Angebot wird in Kooperation mit der Sportgemeinschaft MTG Steele durchführt.

Café Samowar – Dienstag von 9 – 12 Uhr

Das Café Samowar wurde im Rahmen des vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge geförderten Projekt SamikÖ (Samariter interkulturelle Öffnung) ins Leben gerufen. Hier können sich bei Gebäck und Getränken Menschen unterschiedlichster Herkunft und Alters zu einem zwanglosen Austausch zusammenfinden.

Ziel dieses Angebotes ist neben der interkulturellen Öffnung, vor allem die Nachbarschaft und unterschiedliche Generationen, Biographien und Ressourcen zusammenzubringen.

(Kosten: 2,- Euro)

Rollatoren-Spaziergänge „Kolonie Rollator“

Bei diesem Angebot handelt es sich um betreute Spaziergänge, die insbesondere auch für mobilitätseingeschränkte Menschen geeignet sind. In angemessenem Tempo kann auf kurzen Strecken die Umgebung erkundet werden. Die Seniorenbegegnungsstätte Steele bietet hier einen optimalen Ausgangspunkt: Stadterkundungen, von geschichtlich bis bummelnd, sind ebenso möglich wie naturnahe Spaziergänge in den Stadtgarten Steele oder an

der Ruhr entlang. Dieses Angebot soll wöchentlich angeboten werden, ist aber auch wetter- und jahreszeitenabhängig und kann in der Häufigkeit über das Jahr hinweg variieren.

Englisch- und Spanischkurs ab April 2019 (Jeweils Donnerstag und Freitag)

Der Englischkurs ist zu einem festen Bestandteil der Seniorenbegegnungsstätte geworden, manche Teilnehmer bleiben diesem über Jahre treu. Aktuell laufen zwei Kurse: Ein Englischkurs für Anfänger (Konversation) sowie ein Kurs für leicht Fortgeschrittene, jeweils einmal wöchentlich über zwei Stunden. In der jüngsten Vergangenheit hat sich Bedarf nach einem Spanischkurs für Seniorinnen und Senioren gezeigt, der nun ebenfalls einmal wöchentlich stattfindet. (Kosten 95,- Euro für 12 Einheiten á 2 Stunden) – Beginn:04.04.19

ASB IT – das Schulungsangebote für Senioren

Smartphone, Laptop, PC, Android, Internet und Anbieter

Info über Herrn Ingo Scheuer Tel.: 02041 – 375 44-14 oder – 17

Zeichenkurs 50+ - Mittwoch von 12 – 14 Uhr

In diesem Kurs sollen in gemütlicher Runde mit Hilfe von Bleistiften Linien, Kreise, Kritzeleien und Striche auf Papier geübt werden. Aus den Übungen entstehen verschiedene Strukturen, die die Beschaffenheit der Gegenstände wiedergeben. Zum Zeichnen benötigen wir nur Bleistifte. Die Bleistifte werden vielseitig eingesetzt und die Handhabung geübt.

(Kosten: 50,- Euro für 12 Einheiten á 2 Stunden)-
Beginn: 03.04.19

Gesprächskreis „Komma Quatschen“ Mittwoch von 15 – 17 Uhr

Es ist ein offenes Angebot für alle die spontan quatschen und neue Menschen kennenlernen wollen. Die Themen werden gesammelt und für jedes Treffen aus dem Pool gezogen.

(Kosten: 2,- Euro)

Ort und Kontakt:

**ASB Begegnungsstätte „Zum Glück“
Dreiringplatz 1
45276 Essen-Steele
Tel.: 0201 / 180 59 71
yaksen@asb-ruhr.info**