

# Veranstaltungskalender

für Senior\*innen in Recklinghausen



Bitte **erkundigen Sie sich ausreichend vorher, ob ein in diesem Kalender abgedruckter Termin wirklich stattfindet.** Wenden Sie sich hierzu an den Veranstalter.

Die Stadt Recklinghausen übernimmt keine Verantwortung bezüglich der Richtigkeit und der Durchführbarkeit von Angeboten und Terminen.

**Ausgabe**  
01/2024

**Bildung | Geselligkeit | Konzerte | Lesungen | Sport**



**Ruhrfestspielstadt  
RECKLINGHAUSEN**



*Oliver Jendhoff und sein Team wird Sie vor Ort beraten – wenn gewünscht – auch bei Ihnen zu Hause.*

### *Ihr eigenes Heim*

Das Haus der Begegnung bietet alle Annehmlichkeiten einer modernen Pflegeeinrichtung – kompetente Pflege und Betreuung verbunden mit anspruchsvollem Wohnkomfort und geselligem Leben in freundlicher Umgebung. Aufmerksame Mitarbeiter und die übersichtlich gestaltete Anlage tragen dazu bei, dass unsere Bewohner sich schnell einleben und wohlfühlen. Wir bieten eine Vielzahl von Möglichkeiten, den Tag angenehm zu gestalten. Ihre Wünsche und Bedürfnisse stehen dabei stets im Vordergrund und unsere Mitarbeiter stehen jederzeit hilfreich zur Seite.

Individuelle Lebensfreude und die Sicherheit unseres Hauses bieten Ihnen die Möglichkeit auch außerhalb der eigenen vier Wände ein schönes, ausgefülltes Leben zu führen. Bei uns dürfen Sie in Würde alt werden.

### *In Recklinghausen*

Das Haus der Begegnung in Hillen liegt in der Nähe des Erlbruchparkes an der Hubertusstraße. Das Haus der Begegnung bietet achtzig Bewohnern ein neues, behagliches Zuhause. Die in verschiedenen Stilrichtungen liebevoll eingerichteten Einzel-Zimmer verfügen über Telefon- und Fernsehanschluss und ein modern und funktionell ausgestattetes Bad. Selbstverständlich kann die Einrichtung durch eigene Möbel ergänzt werden.

### *Haus der Begegnung an der Hubertusstrasse Recklinghausen GmbH*

Castroper Str. 88  
45665 Recklinghausen  
Tel.: 02361 – 30660 | Fax: 02361 – 3066499  
info@seniorenheim-recklinghausen.de

# Vorwort



„Wer nicht neugierig ist, erfährt nichts.“

*Johann Wolfgang von Goethe*

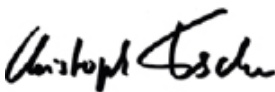
## Liebe Recklinghäuser Senior\*innen,

unsere Stadt zeichnet sich durch Vielfalt aus. So ist Recklinghausen neben vielem anderen eine Sportstadt, eine Kulturstadt und eine Bildungsstadt. Wir haben zahlreiche Vereine, Verbände und Ehrenamtliche, die verschiedene Veranstaltungen anbieten, und all das spiegelt sich in diesem Veranstaltungskalender für Senior\*innen wider.

Vielleicht möchten Sie sich fit halten bei Gymnastik oder Tanz, vielleicht haben Sie mal Lust auf Kunst, Theater oder Konzerte oder auf den Besuch einer Lesung. Vielleicht möchten Sie hier und da auch einfach einen geselligen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen verbringen – auch die „gemütlichen“ Treffen sind in unserem Veranstaltungskalender aufgelistet. Denn auch das Zusammensein und der Austausch sind wichtig und unersetzlich.

Kurzum: Es ist ein Leben lang wichtig, aktiv zu sein, aktiv zu bleiben und Neugierde zu zeigen. Es ist nie zu spät, damit anzufangen. Wir hoffen daher, dass Sie in diesem Kalender eine Menge Angebote finden, die Ihnen zusagen.

Wir wünschen Ihnen gute Begegnungen,  
eine tolle Zeit und viel Freude beim Lesen.



Christoph Tesche  
Bürgermeister der Stadt  
Recklinghausen



Dr. jur. Bernhard-Sebastian Sanders  
Beigeordneter  
Sozialdezernent

# Lückenotto

SANITÄTSHAUS - MIT UNS GEHT'S WEITER

## 5x in RECKLINGHAUSEN

Gemeinsam mit Ihnen treffen wir die Entscheidung der richtigen Versorgung.

Unser Ziel ist es, Ihnen ein möglichst hohes Maß an Lebensqualität zurückzugeben, dauerhafte Handicaps zu lindern oder zu heilen. Zu unseren Fachkompetenzen zählen Bandagen & Orthesen, Einlagen & Kompressionsstrümpfe, Rehabilitationshilfsmittel, Alltagshilfen und die statische & dynamische Bewegungsanalyse.

Weitere Informationen rund um unsere Sanitätshäuser finden Sie auf [www.sanitaetshaus-lueckenotto.de](http://www.sanitaetshaus-lueckenotto.de)



Th. Lückenotto Sanitätshaus  
Reha-Abteilung  
Tiroler Straße 1  
45659 Recklinghausen

Th. Lückenotto Sanitätshaus  
Bochumer Straße 107  
45663 Recklinghausen

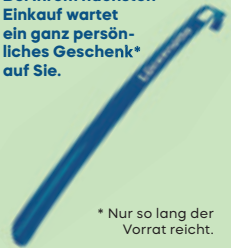
Th. Lückenotto Sanitätshaus  
Caspesgäßchen 9-10  
45657 Recklinghausen

Th. Lückenotto Sanitätshaus  
Klünnum Vest  
Dorstener Straße 153  
45657 Recklinghausen

Th. Lückenotto  
Orthopädie-Werkstatt  
Mühlenstraße 29  
45659 Recklinghausen

## GUTSCHEIN

Bei Ihrem nächsten Einkauf wartet ein ganz persönliches Geschenk\* auf Sie.



\* Nur so lang der Vorrat reicht.

The advertisement features a large photograph of a smiling elderly woman with white hair and a young girl with blonde hair, both smiling warmly. The background is a soft, out-of-focus indoor setting.

# Vitakt®

Hausnotruf

## SICHER IST ES ZUHAUSE AM SCHÖNSTEN

Rückhalt und Hilfe auf Knopfdruck

- monatliche Miete 25,50 €, zum Monatsende kündbar
- Kostenübernahme durch die Pflegekasse möglich

UNVERBINDLICH INFORMIEREN

☎ 0 59 71 - 93 43 53 | [vitakt.com](http://vitakt.com)

# Inhalt

<b><u>Vorwort</u></b>	3
<b><u>Bericht des Seniorenbeirates</u></b>	6
<b><u>Regelmäßige Veranstaltungen</u></b>	8
<b><u>Januar 2024</u></b>	12
<b><u>Februar</u></b>	20
<b><u>März</u></b>	24
<b><u>April</u></b>	27
<b><u>Mai</u></b>	35
<b><u>Juni</u></b>	37
<b><u>Seniorentreffpunkte</u></b>	39
<b><u>Beratungsangebote</u></b>	40
<b><u>Impressum</u></b>	41
<b><u>Veranstaltungsorte</u></b>	42

# Bericht des Seniorenbeirates

## Der Seniorenbeirat und seine Helfer: EIN STARKES TEAM

Über 80 Ehrenamtliche im Seniorenbeirat der Stadt Recklinghausen und in den angegliederten Arbeitskreisen engagieren sich für ein seniorenfreundliches Recklinghausen. In Recklinghausen sollen auch Senioren und Seniorinnen eine Stimme haben. Es ist uns ein großes Anliegen, unsere Stadt so zu gestalten, dass sich auch ältere Menschen mitgenommen und gut aufgehoben fühlen. Um dieses Ziel zu erreichen, stellen ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter täglich ihre Freizeit zur Verfügung. Natürlich ist der Seniorenbeirat nicht die einzige Kraft in Recklinghausen, die für Senioreninteressen eintritt. Hierzu gehören sicherlich auch Sozialverbände, Sportverbände und die im Rathaus vertretenen Parteien. Aber was häufig vergessen wird: Der Seniorenbeirat unterstützt Rat und Verwaltung bei der Umsetzung der vom Rat der Stadt Recklinghausen verabschiedeten Leitsätze „Seniorenfreundliche Stadt Recklinghausen“ und dies auch unparteiisch.

Es würde zu weit führen, die zehn Leitsätze hier zu zitieren. Aber eins ist sicher und sehr klar definiert: Die Interessenvertretung der Seniorinnen und Senioren der Stadt Recklinghausen ist der Seniorenbeirat. Und unsere Stadt kann sehr stolz auf diesen Beirat sein. Äußerst motiviert stellt sich ein großes Team von Helfern immer neuen Aufgaben.

Ein Redaktionsteam arbeitet unermüdlich an den vier Ausgaben unserer Resolut, die stets innerhalb kürzester Zeit vergriffen ist.

Auf das Jahr verteilt mehr als 20 Veranstaltungen und Fahrten vorzubereiten und durchzuführen. Mit mehr als 500 Teilnehmern ist das nicht gerade eine einfache Aufgabe.

Stadtteile zu durchforsten, um unebene Bürgersteige und fehlende Absenkungen auszumachen oder auch auf alternative Wohnformen für Seniorinnen und Senioren aufmerksam zu machen, erfordert einen erheblichen Zeitaufwand.

Und nicht zuletzt sind „Hitzeprävention“ und der „digitaler Lotsendienst“, Hausbesuche von älteren, alleinstehende Menschen, ebenfalls äußerst wichtige Aufgaben, mit welchen sich der Seniorenbeirat befasst.

Die Stadt Recklinghausen hat ein starkes und sehr motiviertes Team. Ein Vertreter dieses Teams, Herr Norbert Jandt, wurde in diesem Jahr mit der Samariternadel der Stadt Recklinghausen ausgezeichnet. Die Auszeichnung ist hoch verdient. Herzlichen Glückwunsch auch noch mal an dieser Stelle.

Das Gremium und dessen Helfer leben auch in erster Linie von der öffentlichen Anerkennung ihrer Leistungen. Anerkennung und Wertschätzung sind die Antriebsfedern unseres Engagements für die in unserer Stadt lebenden Seniorinnen und Senioren. Es macht aber auch große Freude, andere Menschen glücklich und zufrieden zu sehen. Und dieses Feedback bekommt man täglich. Wir freuen uns immer auf weitere Unterstützer, die uns bei unseren vielfältigen Aufgaben helfen.



Es ist eben nicht so wie ein politischer Vertreter meinte: „Werbematerial benötigt der Beirat doch nicht. Ihr seid doch keine Partei.“ Der Beirat ist in stetigem Wandel. Nach der Wahl ist vor der Wahl. Es sollte im ureigenen Interesse der Stadt Recklinghausen stehen einen gut organisierten, strukturierten und vor allen Dingen funktionierenden Beirat an der Seite zu wissen. Wir müssen uns daher stets darum bemühen, neue Kräfte zu finden, die Spaß daran haben, bei uns mitzuarbeiten.

Wir werben nicht um Stimmen für Programme, sondern um Menschen für die soziales Engagement nicht nur ein Lippenbekenntnis ist.

Glückauf

**Der Vorstand des Seniorenbeirates der Stadt Recklinghausen**

Eva Maria Werth

Jörg Fleck

Norbert Jandt



**Ihr Partner in sozialen Fragen!**

Reha abgelehnt? Ärger mit der Rentenversicherung? Ihnen steht ein höherer Pflegegrad oder Grad der Behinderung zu?

Wir prüfen Ihre Ansprüche, legen Widerspruch ein und vertreten Sie – wenn nötig, auch vor Gericht.

**Tel. 02361 24836**



**Sozialverband Deutschland**

Kreisverband Recklinghausen

Auf dem Graben 2, 45657 Recklinghausen



# Regelmäßige Veranstaltungen

**Jeden Mo., 10:00 bis 11:30 Uhr**

## **Ganzheitliches Gedächtnistraining für Menschen mit Demenz im Frühstadium**

In den Kursen werden diverse Hirnleistungen trainiert, z.B. die Konzentration, die Kreativität, die Merkfähigkeit, die Wortfindung und das logische Denken. Eine Anmeldung ist erforderlich.

*Treffpunkt: Selbsthilfe-Kontaktstelle, Oerweg 38, 45657 Recklinghausen*

*Alzheimer Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V.*

*Ansprechpartnerin: Melanie Hippe*

*Tel.: 02361 / 485 80 88*

**Jeden Mo., 16:00 -17:00 Uhr;  
17:30 -18:30 Uhr**

## **Life Kinetik**

*Ort: Matthäushaus, Holthoffstr. 22*

*Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,*

*Ansprechpartnerin: Grit Ohler*

*Tel. 02361- 10 20 10*

**Jeden 1. Mo., 14:30-15:45 Uhr  
"Spaziergang mit Köpfchen"**

Ganzheitliches Gehirntraining mit Bewegung

*Kosten: 2,50 Euro pro Person.*

*Ort: Haupteingang Festspielhaus, vor der "Liegenden"*

*Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,*

*Ansprechpartnerin: Grit Ohler*

*Tel. 02361 / 10 20 10*

**Mo., 14-tägig, 15:30-17:00 Uhr**

## **"Vergissmeinnicht" Chor für Seniorinnen und Senioren**

Wir singen Volkslieder und alte Schlager

*Ort: Gustav-Adolph Kirchengemeinde, Herner Str. 6*

*Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,*

*Ansprechpartnerin: Grit Ohler*

*Tel. 02361 / 10 20 10*

**Jeden Di., 10:00 Uhr**

## **Tanzen im Sitzen**

Wenn die Füße nicht mehr flitzen, tanzen wir vergnügt im Sitzen

*Leitung: Annette Katter Tel. 0157 / 377 56 460*

*Kosten 2.50 €*

*August-Mäteling-Haus, Hl. Kreuz,*

*Behringstr. 7, Tel. 652910*

**Jeden 1. u. 3. Di. im Monat Gruppe 1**

**Jeden 2. u. 4. Di. im Monat Gruppe 2**

## **"Grips, pass auf!"**

Gedächtnistraining mit Bewegung und Entspannung.

*Leitung: Frau Schröter*

*Kosten pro Nachmittag 1.50 €*

*August-Mäteling-Haus, Hl. Kreuz,*

*Behringstr.7, Tel. 652910*

**Jeden Mi., 10:00 -11:30 Uhr**

## **„ganzheitliches Gedächtnistraining für Seniorinnen und Senioren“**

anspruchsvolles Gehirntraining mit leichten Koordinationsübungen zur Förderung von Konzentration- und Merkfähigkeit, Wortfindung und Kreativität

*Ort: Beethovenstr. 31*

*im ehemaligen Café Denk mal*

*Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,*

*Ansprechpartnerin: Grit Ohler*

*Tel. 02361 / 10 20 10*



# Regelmäßige Veranstaltungen

## Jeden Mi., 11:00 bis 12:30 Uhr Ganzheitliches Gedächtnistraining für Menschen mit Demenz im Frühstadium

In den Kursen werden diverse Hirnleistungen trainiert, z.B. die Konzentration, die Kreativität, die Merkfähigkeit, die Wortfindung und das logische Denken. Eine Anmeldung ist erforderlich.

*Treffpunkt: Selbsthilfe-Kontaktstelle,  
Oerweg 38, 45657 Recklinghausen  
Alzheimer Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V.  
Ansprechpartnerin: Melanie Hippe  
Tel.: 02361 / 485 80 88*

## Jeden Mi., 14:00 Uhr "Spiel mal wieder!"

Karten- und Gesellschaftsspiele in geselliger Runde.

*August-Mäteling-Haus, Hl. Kreuz,  
Behringstr.7, Tel. 652910*

## Jeden 2. Mi., 15:00 Uhr Komm mit, wir wandern

Das Angebot richtet sich an alle die "Freude am Wandern" haben, aber keine langen Strecken schaffen.

Geeignet auch für Menschen mit Demenz  
*Treffpunkt: Parkplatz Café Herzlich  
Das Angebot ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.*

*Alzheimer Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V.  
Ansprechpartnerin: Melanie Hippe  
Tel.: 02361 / 485 80 88*



**Mit Senft<sup>(t)</sup> im Ohr HÖRT es sich besser!**

Tel. 02361-3880959 Holzmarkt 13 RE-Innenstadt

Nähe Stadtbücherei,  
Parkhaus gegenüber Boente

**Senft**  
**HÖRAKUSTIK**  
Fachkompetenz-Zentrum

# Regelmäßige Veranstaltungen

**Jeden 2.u. 4.Mi., 15:00 Uhr**

## Seniorentreff mit Programm

Begegnung, Austausch, Spiel und Spaß  
in froher Runde.

Leitung: Frau Schröter

August-Mäteling-Haus, Hl. Kreuz,

Tel. 652910

**Jeden Do., 10:00 -11:00 Uhr**

## „Fit für 100“ Ein Bewegungsprogramm für Personen ab 70 Jahren

zur Förderung der Kraft und Mobilität,  
entwickelt von der  
Deutschen Sporthochschule in Köln.

Ort: Matthäushaus, Holthoffstr. 22.

Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,

Ansprechpartnerin: Grit Ohler

Tel. 02361 /10 20 10

**Jeden Do., 10:00 Uhr**

## Gymnastik

Bewegung für Körper, Geist und Seele.

Leitung: Marianne Albrecht

August-Mäteling-Haus, Hl. Kreuz,

Tel. 652910

**Jeden 1. u. 3. So. im Monat.,**

**15:00 –17:00 Uhr**

## Trauercafe im August-Mäteling-Haus

Leitung: Hospiz zum Hl. Franziskus

Tel. 60930

August-Mäteling-Haus, Hl. Kreuz,

Tel. 652910

Ihr Partner für Komplettlösungen

Elektro

Sanitär

Bäder

Heizung

Fliesen



Ideen fürs Haus auf über  
400m<sup>2</sup> Ausstellungsfläche

### 20 Jahre Erfahrung

Komplette barrierefreie Bäder und  
seniorengerechtes Wohnen mit einem Unternehmen

Am Stadion 7 • 45659 Recklinghausen

Tel.: 02361/3 77 00 • Fax 0 23 61/37 70 70

E-Mail: [info@jakob-haustechnik.de](mailto:info@jakob-haustechnik.de) • [www.jakob-haustechnik.de](http://www.jakob-haustechnik.de)

In den eigenen vier Wänden fühlen wir uns wohl -  
Vor allem im Alter. Mit dem **Malteser Hausnotruf** und  
**Menüservice in Recklinghausen**, möchten wir Ihr  
sorgenfreies Leben zu Hause unterstützen:



**Gestürzt, gedrückt,  
geholfen.**

**Malteser Hausnotruf**

**Hilfe auf Knopfdruck:**

- Bereitschaftsdienst rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr
- Beratung durch Experten
- Fixpreis ohne versteckte Kosten
- monatlich kündbar



 **0800 99 660 23** (kostenfrei)  
 **malteser-hausnotruf.de**

**Lust auf gutes Essen?**  
Wir bringen es Ihnen mit  
einem Lächeln!

- Frisches und gesundes Essen von Profiköchen zubereitet
- Vielfältige Auswahl, jeden Tag
- Ganz mühelos gut essen: Kein einkaufen, kochen und spülen
- Ohne Lieferkosten, Mindestabnahme und Vertragsbindung
- monatlich kündbar

**Vielfältig, lecker und  
frisch auf Ihren Tisch**

**Malteser Menüservice**



**EXKLUSIV  
FÜR SIE**

**5 BESTELLEN  
+ 2 GESCHENKT**



 **0800 30 20 10 3** (kostenfrei)  
 **malteser-menueservice.de**

**Di., 02.01.2024, 19:30 Uhr**

**So., 07.01.2024, 19:30 Uhr**

Neujahrskonzert

„Tänze aus aller Welt“

Markus Wallrafen, Moderation • Alexand-  
er Merzyn, Leitung

Ruhrfestspielhaus, Recklinghausen,

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Bensusweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 / 50 18 86

**Mo., 08.01.2024, 09:45 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Auf die Stühle, fertig, los! Gymnastik für  
Frauen und Männer ab 60 "**

Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit lassen  
sich in jedem Lebensalter trainieren, und  
Bewegung steigert körperliches Wohlbe-  
finden sowie geistige Leistungsfähigkeit  
und Lebensfreude.

Der Kurs ist so konzipiert, dass viele  
Übungen im Sitzen ausgeführt werden.

Kurs 33-328, 11 x, Pfarrheim Herz Jesu, Nieder-  
str. 29, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mo., 08.01.2024, 11:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Leichte Aufbaugymnastik ab 50"**

für alle Teilnehmenden, die lange keinen  
Sport getrieben haben oder/und die nach  
längerer Krankheit wieder aktiv wer-  
den möchten. Leichtes, aber effektives  
Muskelaufbautraining mit wohltuenden  
Körper- und Atemübungen sowie kleinen  
Meditationen zum Entspannen.

Kurs 33-332, 11 x, Pfarrheim Herz Jesu, Nieder-  
str. 29, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

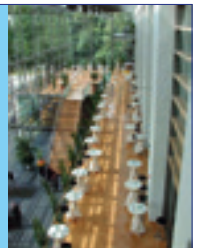
[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)



## Räume für Ihre Ideen

- Tagungen • Seminare
- Kongresse • Ausstellungen
- Empfänge • Messen

Was Sie auch planen,  
wir haben die Räumlichkeiten.



Otto-Burrmeister-Allee 1 | 45657 Recklinghausen | Tel. 02361/91 84 01  
Fax 02361/91 84 13 | Mail: [info@vccre.de](mailto:info@vccre.de) | [www.vccre.de](http://www.vccre.de)

# Eli die Fee Seniorendienst

- ✓ Hauswirtschaft
- ✓ Einkauf
- ✓ Unterhaltung

Kostenfrei  
mit  
Pflegegrad!

Jetzt Kunde werden!  
**0 23 61-970 22 30**



## Typisch Genossenschaften GUT SICHER SELBSTBESTIMMT WOHNEN



Limperstraße 21  
45657 Recklinghausen

(02361) 93 69 36 | [www.wbg-ketteler.de](http://www.wbg-ketteler.de)



Limperstraße 19a  
45657 Recklinghausen

(02361) 10 50-0 | [www.b-g-r.de](http://www.b-g-r.de)

Mitglieder einer Genossenschaft sind geschützt vor Ausverkauf  
und Eigenbedarfskündigungen!

13

## Erlebnis- halde Hoheward

REGIONALVERBAND  
**RUHR**

Bei uns gibt es Segway-Touren,  
E-Bike-Verleih, Haldenfahrten,  
Wanderungen und vieles mehr!

[hoheward.rvr.ruhr](http://hoheward.rvr.ruhr) / T 02366 1811-60

Ludger Staudinger

# Januar

**Mo., 08.01.2024, 18:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## "Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer"

Dehnungs- und Kräftigungsübungen der Muskulatur des gesamten Bewegungsapparates, insbesondere der Wirbelsäule. Die Stunde endet mit einer abschließenden Entspannung.

Kurs 33-101, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Anmeldung erforderlich

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mo., 08.01.2024, 18:30 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## "Gymnastik für Frauen"

Kurs 33-313, 10 x, Turnhalle Maybachstr.,

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mo., 08.01.2024, 18:50 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## "Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer"

Beschreibung › 08.01.24, 18:00 Uhr

Kurs 33-104, 8 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.01.2024, 9:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## "Gymnastik mit Entspannung für Frauen"

Gymnastik heißt: Aufwärmarbeit, Dehn- und Kräftigungsübungen, Atemtechnik und Entspannung. Körperliches Wohlbefinden soll verbessert und das Leistungsvermögen gesteigert werden.

Kurs 33-310, 11 x, Pfarrheim St. Barbara, Eu-

lenstr.16, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.01.2024, 09:45 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## "Gymnastik für Frauen und Männer ab 65"

Jeder kann so gut er kann, ohne Zwang und Muss.

Gymnastik heißt: Aufwärmarbeit, Dehn- und Kräftigungsübungen, Geh- und Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik und Entspannung. Personen mit Gehbeeinträchtigungen sind herzlich willkommen.

Kurs 33-340 11 x, St. Antonius, Pfarrheim,

Antoniusstr. 14, Anmeldung bei der FBS

erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.01.2024, 10:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## "Fitnesstraining fürs Gehirn ab 60"

Kurs 23-201, 6 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Anmeldung erforderlich

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.01.2024, 10:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## "Fit und beweglich durch den Alltag"

Kurs 31-336, 13 x, Pfarrheim St. Pius, Brunostr.

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)



**Di., 09.01.2024, 11:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Gymnastik für Frauen und Männer ab 65"**

– Beschreibung › 09.01.24, 09:45 Uhr  
Kurs 33-344, 7 x, St. Antonius, Pfarrheim,  
Antoniusstr. 14, Anmeldung bei der FBS  
erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.01.2024, 15:30 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**„Qigong“**

Sanfte, runde und harmonisch fließende Bewegungen, Entspannungs- und Atemübungen fördern Gesundheit, innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Die Bewegungen sind unabhängig vom Alter leicht zu lernen, stärken den Kreislauf und verbessern die Atmung.

Kurs 32-001, 12 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.01.2024, 16:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Gymnastik für Frauen und Männer ab 70"**

Jeder kann so gut er kann, ohne Zwang und Muss.

Gymnastik heißt: Aufwärmarbeit, Dehn- und Kräftigungsübungen, Geh- und Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik und Entspannung. Personen mit Gehbeeinträchtigungen sind herzlich willkommen. Kurs 33-348, 11 x, Pfarrheim, Liebfrauenstr. 1, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mi., 10.01.2024, 09:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-316, 13 x, Pfarrheim St. Suitbert,  
St. Suitbert- Platz, Anmeldung bei der FBS  
erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mi., 10.01.2024 10:15 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-319, 13 x, Pfarrheim St. Suitbert,  
St. Suitbert- Platz, Anmeldung bei der FBS  
erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mi., 10.01.2024, 16:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz-Trainingsgeräten"**

Das ganzheitliche Training fördert alle Ebenen der Motorik: Tiefensensibilität, reflektorische Stabilisierungsfähigkeit, bewusste Ausführung komplexer Bewegungsmuster, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit und schützt so vor Verletzungen im Alltag.

Kurs 33-401, 10 x, Prosper-Hospital, Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mi., 10.01.2024, 17:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz- Trainingsgeräten"**

Beschreibung › 10.01.24, 16:00 Uhr

# Januar

Kurs 33-404, 10 x, Prosper- Hospital, Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 11.01.2023, 09:30 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Wirbelsäulengymnastik für Frauen ab 60"**

Mobilitätsübungen für die Beweglichkeit der Wirbelsäule, Kräftigungsübungen für die gesamte Muskulatur, Dehn- und Entspannungsübungen.

Kurs 33-116, 13x, Pfarheim Liebfrauenstr.1,

Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 11.01.2024, 16:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz- Trainingsgeräten"**

Beschreibung › 10.01.24, 16:00 Uhr

Kurs 33-407, 11 x, Prosper- Hospital, Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 11.01.2024, 17:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz- Trainingsgeräten"**

Beschreibung › 10.01.24, 16:00 Uhr

Kurs 33-410, 11 x, Prosper- Hospital, Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der FBS erforderlich; Veranstalter: Familienbildungs-

stätte; Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 11.01.2024, 18:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**„Qigong Yangsheng nach Prof. Jiao"**

Qigong-Übungen stellen einen zentralen Bestandteil der chinesischen Medizin dar und fördern die körperliche und geistige Gesundheit.

Kurs 32-004, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 11.01.2024, 18:15 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Zumba Gold - Für ältere aktive Menschen und Einsteiger"**

Zumba Gold ist auf die Bedürfnisse von Zumba- Einsteigern, älteren Menschen sowie auf verschiedene Probleme mit dem Bewegungsapparat ausgerichtet. Trotzdem müssen die Teilnehmenden bei dieser gelenkschonenden Variante nicht auf die typischen Tanzelemente und Rhythmen verzichten.

Kurs 33-007, 12 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 11.01.2024, 19:30 Uhr**

Komödie

**„Drei Frauen im Schnee"**

Komödie von Angela Burmeister, Komödie am Altstadtmarkt Braunschweig, in einer Hauptrolle: Nicole Belstler-Boettcher  
Veranstalter: Stadt Recklinghausen, Bürgerhaus Süd

**Fr., 12.01.2024, 16:45 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Yoga 50 plus für Frauen mit Yogaerfahrung"**

Kurs 32-148, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte, Tel.:

02361 4064020, [www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Fr., 12.01.2024, 17:00 Uhr**

Digitaler Online-Stammtisch

„Digitaler Nachlass“

**Genutzt wird die Meeting-Software Zoom**

Referent: Edmund Gerdes

Dauer: ca. 90 Minuten

Kosten: Keine

Veranstalter: RE-MEDIEN

Anmeldung: [info@re-medien.org](mailto:info@re-medien.org)

**Mo., 15.01.2024, 18:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene"**

Kurs 52-001, 9 x, St. Petrus Canisius- Pfarrheim, Canisiusstr. 2, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 16.01.2024, 09:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene"**

Kurs 52-005, 10 x, St. Petrus Canisius- Pfarrheim, Canisiusstr. 2, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 16.01.2024, 19:30 Uhr**

5. Sinfoniekonzert

„Rückblick“

Thorsten Johanns, Klarinette • Hendrik Vestmann, Leitung

Ruhrfestspielhaus, Recklinghausen

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de> Frau Larissa Bentszuweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 / 50 18 86

**Mi., 17.01.2024, 11:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**„Orientalischer Tanz für Frauen ab 50“**

In dem Kurs geht es darum, gemeinsames Tanzen und Musik in eigene Bewegung umzusetzen: eine Kombination aus Herz- Kreislauf- und Muskeltraining und Förderung der Körperwahrnehmung.

Kurs 32-018, 11 x, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 18.01.2024, 19:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Nähwerkstatt kreativ- für Einsteigende und Fortgeschrittene"**

Kurs 52-011, 10 x, Familienzentrum St. Christophorus, Christophorusweg 3, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Fr., 19.01.2024, 14:00 - 16:00 Uhr**

DRK Seniorennachmittag beim DRK Kreisverband RE

**„Geselliger Seniorennachmittag“ - Thema "Quiznachmittag"**

Wir möchten interessierten Damen und Herren im Rahmen unseres geselligen

# Januar

Nachmittages ein unterhaltsames Programm mit unterschiedlicher Thematik anbieten. Im Januar dreht sich alles um das Thema fitmachen mit einem guten „Quiz“. Es wird mit Sicherheit nicht langweilig werden an diesem Seniorennachmittag.

DRK Kreisverband *Kosten: 4,50 €*  
telefonische Anmeldung in der Zeit von circa 9:00 Uhr bis 13:00 Uhr unter der zentralen Rufnummer: 02361-9393131.  
Ansprechpartnerin: Leonie Fischer / Sabine Kozlik-Noack

**Fr., 19.01.2024, 18:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-322, 10 x, Turnhalle Ortlohstr. /Klarastr., Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Fr., 19.01.2024 19:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-325, 10 x, Turnhalle Ortlohstr. /Klarastr., Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 23.01.2024, 17:50 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**„Gymnastik mit Anleitung zum autogenen Training“**

Kurs 33-301, 9 x, Anmeldung erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 23.01.2024, 19:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**„Gymnastik mit Anleitung zum autogenen Training“**

Kurs 33-304, 9 x, Anmeldung erforderlich  
Veranstalter:  
Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Mi., 24.01.2024, 09:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Wirbelsäulengymnastik für Frauen"**

Mobilitätsübungen, die die Bewegung der Wirbelsäule erhalten oder verbessern; spezielle Kräftigungsübungen zur Stärkung der gesamten Muskulatur sowie Dehn- und Entspannungsübungen.  
Kurs 33-113, 9 x, Anmeldung erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Mi., 24.01.2024, ca. 10:00 h**

Kulturveranstaltung

**Dortmunder U**

Museum „Am Ostwall“ im Dortmunder U  
Ausstellung „Expressionismus hier und jetzt“  
Die Sammlung Horn zu Gast in Dortmund mit mehr als 20 zentralen Werken des Expressionismus mit Führung durch die Ausstellung  
Kosten ca. 45 €  
Anmeldung: Frau Wuttke (Tel. 487635) oder Frau Werth (Tel. 62262)  
Veranstalter: Seniorenbeirat Recklinghausen, Rathausplatz 3, 45657 Recklinghausen  
Abfahrt ab Wickingplatz und Theodor-Körner-Platz

**Do., 25.01.2024, 09:10 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## **"Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer"**

Beschreibung › 24.01.24, 09:00 Uhr

Kurs 33-110, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 25.01.2024, 10:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

## **„Bewegung - Freude - Wohlbefinden"**

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren  
Wirbelsäulen- und gelenkschonende  
Gymnastik mit Entspannung für Seniorinnen.

Kurs 33-307, 9 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**ab Mo., 29.01.2024, 16:30 Uhr-18.00 Uhr,**

6 Treffen

## **„Mehr Kontakt“**

Folgetermine:

**Mo., 05.02.2024**

**Mo., 19.02.2024**

**Mo., 26.02.2024**

**Mo., 04.03.2024**

**Mo., 11.03.2024**

Die Gruppe richtet sich an Menschen ab etwa 60 Jahre, die ausprobieren möchten, wieder mehr auf andere zuzugehen.

Veranstalter: Ehe-, Familien- und Lebensberatung

02361/59929,

[efl-recklinghausen@bistum-muenster.de](mailto:efl-recklinghausen@bistum-muenster.de)

**Di., 30.01.2024 10:00-13:00 Uhr**

Einzelveranstaltung

## **"Zusammen kochen und genießen, Menschen kennen lernen - klönen, kochen, genießen..."**

Kurs 34-101, 1 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Anmeldung erforderlich

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)



**BIRGIT HÖHNISCH-TEMPEL**

**MED FUSSPFLEGE  
UND PODOLOGIN**

Kassenzulassung  
Mitglied im ZFD

Herzogswall 46  
45657 Recklinghausen  
**☎ 02361-9 79 20 20**

**Ab Di., 06.02.2024 (15 Termine), 14:30 Uhr**

Grundkurs

„Tanz mit - bleib fit“

(Kursnr. 24A-3214)

Entgelt: 75,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Ab Di., 06.02.2024 (12 Termine), 17:30 Uhr**

Grundkurs

„Hatha-Yoga zur Unterstützung des Immunsystems für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene“

(Kursnr. 24A-3114)

Entgelt: 77,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Di., 06.02.2024, 19:30 Uhr**

6. Sinfoniekonzert

„Symphonic Jazz“

Thorsten Drücker, E-Gitarre • Eckehard Stier, Leitung

Ruhrfestspielhaus, Recklinghausenweitere

Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Bensusweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 | 50 18 86

**Ab Fr., 09.02.2024 (4 Termine), 10:00 Uhr**

Grundkurs

„Senior\*innen gehen ins Internet“

Eine schrittweise Einführung in die Welt der Internets (Kursnr. 24A-5300)

Entgeltstaffelung: ab 9 TN: 35,00 €, 7-8 TN: 42,00 €, 5 -6 TN: 53,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Di., 13.02.2024, 19:30 Uhr**

Boulevard-Komödie

„Toc Toc“

Komödie von Laurent Baffie, in den Hauptrollen: Alexandra Kamp, Karsten Speck

Veranstalter: Stadt Recklinghausen,

Ruhrfestspielhaus

**Do., 15.02.2024, 08:45 Uhr**

Veranstaltungsreihe

„Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene“

Kurs 52-009, 11 x, St. Marien, Pfarrheim, Sedanstr. 21, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 15.02.2024, 19:30 Uhr**

NPW goes KLEZMER

„Kolsimcha – Stimme der Freunde“

Kolsimcha • GMD Rasmus Baumann, Leitung

Ruhrfestspielhaus, Recklinghausen,

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Bensusweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 | 50 18 86

**Fr., 16.02.2024, 17:00 Uhr**

Digitaler Online-Stammtisch

„Ein Google-Konto und seine Möglichkeiten“

Genutzt wird die Meeting-Software Zoom

Referent: Edmund Gerdes

Dauer: ca. 90 Minuten

Kosten: Keine

Veranstalter: RE-MEDIEN

Anmeldung: [info@re-medien.org](mailto:info@re-medien.org)



**Fr., 16.02.2024, 14:00 - 16:00 Uhr**

DRK Seniorennachmittag beim DRK Kreisverband RE

Kooperationsveranstaltung mit dem Seniorenbeirat der Stadt Recklinghausen

**„Geselliger Seniorennachmittag“ - Thema Musik**

Wir möchten interessierten Damen und Herren im Rahmen unseres geselligen Senioren Nachmittages verschiedene Thematiken anbieten. Singen kann man immer. Ob in der Dusche, alleine oder im Chor. Musik ist ein guter Begleiter. Singen Sie doch einfach mit.

*DRK Kreisverband*

*Kosten: 4,50 €*

*telefonische Anmeldung in der Zeit von circa 9:00 Uhr bis 13:00 Uhr unter der zentralen*

*Rufnummer: 02361-9393131.*

*Ansprechpartnerin: Leonie Fischer / Sabine Kozlik-Noack*

**Do., 22.02.2024, 15:00 Uhr**

Redewendungen am Objekt erklärt

**„Für Hinz und Kunz“**

Was hat die RETRO STATION mit bekannten Redewendungen zu tun? Beim Rundgang durch das stadtgeschichtliche Museum werden bekannte Sprichwörter und Redewendungen direkt am historischen Objekt erklärt und deren ursprüngliche Bedeutung offengelegt. Die Veranstaltungsdauer beträgt ca. 1,5 Stunden, die Teilnahme ist kostenfrei. Eine vorherige Anmeldung unter der Email-Adresse [stadtgeschichte@recklinghausen.de](mailto:stadtgeschichte@recklinghausen.de) ist erforderlich.

*Veranstalter:*

*Institut für Stadtgeschichte/RETRO STATION*

**Do., 22.02.2024, 19:00 Uhr**

Dr. Anneliese Schröder (1924-2013)

**„Ein Frauenleben für die Kunst“**

Der Arbeitskreis Recklinghäuser Frauengeschichte hat sich intensiv mit dem Leben und Wirken von Dr. Anneliese Schröder beschäftigt. Durch Gespräche und Recherchen konnte ein plastisches Bild dieser ungewöhnlichen Frau entstehen.

Vortrag von Dr. Karin Derichs-Kunstmann  
Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine vorherige Anmeldung unter der Email-Adresse [stadtgeschichte@recklinghausen.de](mailto:stadtgeschichte@recklinghausen.de) ist erforderlich.

*Veranstalter:*

*Institut für Stadtgeschichte/RETRO STATION*

**Samstag, 24.02.2024, 11:00 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Heilfasten im Frühjahr" (verschiedene Vetranstaltungstage)**

*Kurs 31-001, 7 x, Anmeldung erforderlich*

*Veranstalter: Familienbildungsstätte*

*Tel.: 02361 4064020,*

*[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)*

**So., 25.02.2024, 11:00 Uhr**

3. Klassik-Dialog

**„Mozart zwischen West und Ost“**

Tomo Keller, Violine und Leitung

*Sparkasse Vest, Recklinghausen*

*weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>*

*Frau Ute Fischdick*

*Telefon: 02361 | 20 51 486*

# Februar

**Di., 27.02.2024 10:00-13:00 Uhr**

Einzelveranstaltung

**"Zusammen kochen und genießen, Menschen kennen lernen - klönen, kochen, genießen..."**

Kurs 34-102, 1 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020, [www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Do., 29.02.2024, 19:30 Uhr**

Oper

**„Don Giovanni“**

Oper von Wolfgang Amadeus Mozart,  
Landestheater Detmold

Veranstalter: Stadt Recklinghausen,  
Ruhrfestspielhaus

**Do., 29.02.2024, ca. 09:00 Uhr**

Kulturveranstaltung

**LWL-Museum Münster**

Ausstellung „Nude – Aktmalerei“  
mit Führung durch die Ausstellung  
Stadtbummel in Münster

Kosten ca. 45 €

Anmeldung: Frau Brigitte Wuttke (Tel. 487635) und Frau Eva-Maria Werth (Tel. 62262)

Veranstalter: Seniorenbeirat Recklinghausen  
Rathausplatz 3, 45657 Recklinghausen  
Abfahrt ab Wickingplatz und Theodor-Körner-Platz

22



Wir sind an Ihrer Seite, wann immer Sie uns brauchen!

BESTATTUNGEN  
**OVERMANN & FROMM e.K.**

Tag & Nacht für Sie erreichbar ☎ 02361/23836

- Eigene klimatisierte Abschieds- & Trauerhalle
- Erledigung sämtlicher Formalitäten weltweit
- Beerdigung auf allen Friedhöfen
- Ratenzahlung möglich
- Bestattungsvorsorge

147 Jahre Bestattungen  
überzeugen!

Castroper Str. 39 · Recklinghausen · [info@bestattungen-overmann.de](mailto:info@bestattungen-overmann.de)

Büro-Center u. Friedhofsgärterei

**Fromm**

Nordseestr. 160 · 45665 RE · Tel. 02361/42188

- Grabpflege
- Neuanlage von Grabstätten
- Grabmale, Einfassungen, Abdeckplatten

# FAMILIENUNTERNEHMEN MIT PERSPEKTIVE

„Wir haben die Weichen für die Zukunft gestellt und freuen uns sehr, uns auch künftig um Ihre Sinne und Ihr gutes Aussehen zu kümmern!“

Klaus, André und Christian Hogrebe  
sowie Geschäftsführer Heinz Sternemann

**In Recklinghausen  
& Oer-Erkenschwick**

3x im Vest für Ihr Sehen –  
und Hören!




23

IGA OPTIC

MUES & STERNEMANN

**Recklinghausen-Altstadt**  
Rochusstraße 7  
02361-10 22 0

**Recklinghausen-Süd**  
Bochumer Straße 139  
02361-65 55 83

**Oer-Erkenschwick**  mit Hörakustik  
Stimbergstraße 98  
02368-15 40

mues-sternemann.de  

**So., 03.03.2024, 11:00 Uhr**

Erlebniskonzert

**„Maestro Jules enthüllt: Die ‚Unvollendete‘ von Franz Schubert“**

Jules van Hessen, Leitung

Bürgerhaus Süd, Recklinghausen,  
Körnerplatz 2, 45661 Recklinghausen

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Bensusweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 | 50 18 86

**Di., 05.03.2024, 19:30 Uhr**

7. Sinfoniekonzert

**„Hörnerschall“**

Arkady Shilkloper, Alphorn • GMD Rasmus Baumann, Leitung

Ruhrfestspielhaus, Recklinghausen,  
Otto-Burrmeister-Allee 1, 45657 Recklinghausen

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Bensusweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 | 50 18 86

**Do., 07.03.2024, 15:00 Uhr**

Kuratorinnenführung

**„Sammlungsgeschichten“**

Vor wenigen Jahren wurde das stadthistorische Museum unter dem Namen RETRO STATION neu eröffnet.

Die Sammlung selbst blickt dabei auf eine weit mehr als 100 Jahre lange und wechselvolle Geschichte zurück. Nicht allein, dass die Ausstellungsstücke zu sehr unterschiedlichen Zeiten in die Sammlung kamen. Häufig sorgten besondere Schenkungen oder Ereignisse im Zusammenhang mit archäologischen Funden für Zuwachs.

Unter anderem geht es um folgende Fragen: Unter welchen Umständen kamen 1927 Mobiliar und Gemälde aus dem Besitz des Herzogs Engelbert-Maria von Arenberg in die Sammlung? Warum besitzt Recklinghausen heute eine der größten Sammlungen Naiver Kunst? Was macht den Baumstammbrunnen zu einem außergewöhnlichen Stück im archäologischen Ausstellungsraum?

Die Veranstaltungsdauer beträgt ca. 1,5 Stunden, die Teilnahme ist kostenfrei.

Eine vorherige Anmeldung unter der Email-Adresse [stadtgeschichte@recklinghausen.de](mailto:stadtgeschichte@recklinghausen.de) ist erforderlich.

Veranstalter: Institut für Stadtgeschichte/  
RETRO STATION in Kooperation mit der FBS  
Recklinghausen

**Do., 07.03.2024, 19:30 Uhr**

Komödie

**„Shtonk!“**

Schauspiel nach dem Film von Helmut Dietl

Veranstalter: Stadt Recklinghausen,  
Ruhrfestspielhaus

**So., 10.03.2024, 11:00 Uhr**

Rathauskonzert

**„Blühen und Vergehen“**

Yu-Chun Lin und Patrick Floris, Violine •  
Sophia Hilger und Howoon Yeom, Viola •  
Juliette Cürlis, Violoncello

Rathaus, Recklinghausen,  
Rathauspl. 3/4, 45657 Recklinghausen

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Bensusweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 | 50 18 86

**So., 10.03.2024, 17:00 Uhr**

Chorkonzert Kammerchor Recklinghausen

**Chormusik aus dem Barock**

Eintritt: 15 Euro (8 Euro ermäßigt)

St. Elisabeth Recklinghausen

Veranstalter: Kammerchor Recklinghausen

[www.kammerchor-recklinghausen.de](http://www.kammerchor-recklinghausen.de)

**Mo., 12.03.2024, 16:15 Uhr**

Veranstaltungsreihe

**"Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer"**

Dehnungs- und Kräftigungsübungen der Muskulatur des gesamten Bewegungsapparates, insbesondere der Wirbelsäule. Die Stunde endet mit einer abschließenden Entspannung.

Kurs 33-107, 11 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mi., 13.03.2024, 10:00 Uhr**

Vortrag

**„Wie man sicher online einkauft“**

(Kursnr. 24A-5301)

Entgelt: 8,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Fr., 15.03.2024, 14:00 - 16:00 Uhr**

DRK Seniorennachmittag beim DRK

Kreisverband RE - geänderter Veranstaltungsort

**„Geselliger Seniorennachmittag“** - Hausnotruf,- wie geht das? / anschließend seniorengerechte Übungen

Wir möchten interessierten Damen und

Herrn im Rahmen unseres geselligen Nachmittages ein unterhaltsames Programm mit unterschiedlicher Thematik anbieten. Im März möchten wir Ihnen das Thema „Hausnotruf,- wie geht das?“ näherbringen. Herr Mund vom DRK zeigt Ihnen den Umgang und den Nutzen eines Hausnotrufgerätes und die einfache Handhabung. – Im Anschluss an diesen kurzweiligen Vortrag wird Frau Pirk leichte Fingerübungen und seniorengerechte Übungen mit uns durchführen.

DRK Kreisverband

Kosten: 4,50 €

Wir bitten freundlichst um eine telefonische Anmeldung in der Zeit von circa 9:00 Uhr bis

13:00 Uhr unter der zentralen Rufnummer:

02361-9393131.

Ansprechpartnerin: Leonie Fischer /Sabine

Kozlik-Noack

**Fr., 15.03.2024, 17:00 Uhr**

Digitaler Online-Stammtisch

**„Sicherheit in der Digitalen Welt“**

Genutzt wird die Meeting-Software Zoom

Referent: Edmund Gerdes

Dauer: ca. 80 Minuten

Kosten: Keine

Veranstalter: RE-MEDIEN

Anmeldung: [info@re-medien.org](mailto:info@re-medien.org)

**Mi., 20.03.2024, 19:30 Uhr**

Boulevard-Komödie

**„Rent a friend“**

Komödie von Folke Braband

Veranstalter: Stadt Recklinghausen,

Ruhrfestspielhaus

# März

**Do., 21.03.2024, 17:00 Uhr**

Vortrag

**„Enkeltrick und Co: Auf welche Betrugs-  
maschen Senior\*innen achten sollten.“**

Vortrag in Kooperation mit dem Poli-  
zeipräsidium Recklinghausen (Kursnr.  
24A-5302)

*Entgelt: frei, Anmeldung erforderlich*

*Veranstalter: VHS Recklinghausen,*

*Tel. 02361/50-2000,*

*www.vhs-recklinghausen.de*

**Di., 26.03.2024 10:00-13:00 Uhr**

Einzelveranstaltung

**"Zusammen kochen und genießen, Men-  
schen kennen lernen - klönen, kochen,  
genießen..."**

*Kurs 34-103, 1 x, Anmeldung erforderlich*

*Veranstalter: Familienbildungsstätte*

*Anmeldung erforderlich*

*Tel.: 02361 4064020,*

*www.fbs-recklinghausen.de*



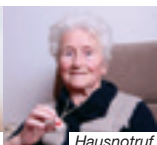
Residenz  
**am Kuniberg**  
Wohnen mit Service

*Hier wohnen Senioren gerne!*

barrierefreies Wohnen in der City von RE, buchbare Serviceleistungen, Ansprechperson vor Ort



Einbauküche



Hausnotruf



Hausmeisterservice



Wohnungsreinigung

**Residenz am Kuniberg – Wohnen mit Service** | Im Kuniberg 73 | 45665 Recklinghausen

*E-Mail: schwartz@residenz-am-kuniberg.de | Telefon: 0 23 61 - 30 66 974*

**www.kuniberg.de**



**Ab Mi., 03.04.2024 (4 Termine), 10:00 Uhr**

**Grundkurs**

**„iPhone Grundkurs“**

Bitte bringen Sie Ihr eigenes iPhone mit.  
(Kursnr. 24A-5303)

Entgeltstaffelung: ab 9 TN: 28,00 €, 7-8

TN: 35,00 €, 5 -6 TN: 46,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Sa., 06.04.2024, 19:30 Uhr**

**Komödie**

**„Die lieben Eltern“**

Komödie von Emmanuel und Armelle

Patron, Ohnsorg Theater

Veranstalter: Stadt Recklinghausen,

Bürgerhaus Süd

**Mo., 08.04.2024, 09:45 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Auf die Stühle, fertig, los! Gymnastik für Frauen und Männer ab 60 "**

Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit lassen sich in jedem Lebensalter trainieren, und Bewegung steigert körperliches Wohlbefinden sowie geistige Leistungsfähigkeit und Lebensfreude.

Der Kurs ist so konzipiert, dass viele Übungen als "Hocker-Gymnastik" im Sitzen ausgeführt werden.

Kurs 33-329, 10 x, Pfarrheim Herz Jesu,

Niederstr. 29, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mo., 08.04.2024, 11:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Leichte Aufbaugymnastik ab 50"**

für alle Teilnehmenden, die lange keinen Sport getrieben haben oder/und die nach längerer Krankheit wieder aktiv wer-

den möchten. Leichtes, aber effektives Muskelaufbautraining mit wohltuenden Körper- und Atemübungen sowie kleinen Meditationen zum Entspannen.

Kurs 33-333, 10 x, Pfarrheim Herz Jesu, Niederstr. 29, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mo., 08.04.2024, 18:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer"**

Dehnungs- und Kräftigungsübungen der Muskulatur des gesamten Bewegungsapparates, insbesondere der Wirbelsäule.

Die Stunde endet mit einer abschließenden Entspannung. Kurs 33-102, 8 x,

Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mo., 08.04.2024, 18:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene"**

Kurs 52-002, 12 x, St. Petrus Canisius-

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mo., 08.04.2024, 18:30 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-314, 10 x, Turnhalle Maybachstr.,

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

# April

**Mo., 08.04.2024, 18:50 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer"**

Beschreibung › 08.04.24, 18:00 Uhr Kurs 33-105, 8 x, Anmeldung erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 09.04.2024, 09:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene"**

Kurs 52-006, 13 x, St. Petrus Canisius-Pfarrheim, Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 09.04.2024, 9:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Gymnastik mit Entspannung für Frauen"**

Gymnastik heißt: Aufwärmarbeit, Dehn- und Kräftigungsübungen, Atemtechnik und Entspannung. Körperliches Wohlbefinden soll verbessert und das Leistungsvermögen gesteigert werden.

Kurs 33-311, 13 x, Pfarrheim St. Barbara, Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 09.04.2024, 09:45 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Gymnastik für Frauen und Männer ab 65"**

Jeder kann so gut er kann, ohne Zwang und Muss.  
Gymnastik heißt: Aufwärmarbeit, Dehn- und Kräftigungsübungen, Geh- und Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik und Entspannung. Personen mit Gehbe-

einträchtigungen sind herzlich willkommen.

Kurs 33-341 12 x, St. Antonius, Pfarrheim, Anmeldung bei der FBS erforderlich,  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 09.04.2024, 10:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Fit und beweglich durch den Alltag"**

Kurs 31-337, 11 x, Pfarrheim St. Pius, Brunostr. Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 09.04.2024, 11:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Gymnastik für Frauen und Männer ab 65"**

Beschreibung › 09.04.24, 09:45 Uhr Kurs 33-345 12 x, St. Antonius, Pfarrheim, Antoniusstr. 14, Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 09.04.2024, 15:30 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**„Qigong“**

Sanfte, runde und harmonisch fließende Bewegungen, Entspannungs- und Atemübungen fördern Gesundheit, innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Die Bewegungen sind unabhängig vom Alter leicht zu lernen, stärken den Kreislauf und verbessern die Atmung.

Kurs 32-002, 13 x, Anmeldung erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

**Di., 09.04.2024, 16:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Gymnastik für Frauen und Männer ab 70"**

Beschreibung › 09.04.24, 09:45 Uhr

Kurs 33-349 13 x, Pfarrheim, Liebfrauenstr. 1,

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.04.2024, 17:50 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**„Gymnastik mit Anleitung zum auto-  
genen Training“**

Kurs 33-302, 13 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.04.2024, 19:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**„Gymnastik mit Anleitung zum auto-  
genen Training“**

Kurs 33-305, 13 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Di., 09.04.2024, 19:30 Uhr**

**8. Sinfoniekonzert**

**„Malerei“**

Fabio Martino, Klavier • Marcus Bosch,  
Leitung

Ruhrfestspielhaus, Recklinghausen,

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Benschuweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 / 50 18 86

**Mi., 10.04.2024, 09:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-317, 12 x, Pfarrheim St. Suitbert,

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mi., 10.04.2024, 09:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Wirbelsäulengymnastik für Frauen"**

Mobilitätsübungen, die die Bewegung der Wirbelsäule erhalten oder verbessern; spezielle Kräftigungsübungen zur Stärkung der gesamten Muskulatur sowie Dehn- und Entspannungsübungen.

Kurs 33-114, 12 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mi., 10.04.2024, 10:15 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-320, 12 x, Pfarrheim St. Suitbert,

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

**Mi., 10.04.2024, 11:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

**„Orientalischer Tanz für Frauen ab 50“**

In dem Kurs geht es darum, gemeinsames Tanzen und Musik in eigene Bewegung umzusetzen: eine Kombination aus Herz-, Kreislauf- und Muskeltraining und Förderung der Körperwahrnehmung.

Kurs 32-019, 9 x, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

[www.fbs-recklinghausen.de](http://www.fbs-recklinghausen.de)

# April

**Mi., 10.04.2024, 16:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

## **"Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz-Trainingsgeräten"**

Das ganzheitliche Training fördert alle Ebenen der Motorik: Tiefensensibilität, reflektorische Stabilisierungsfähigkeit, bewusste Ausführung komplexer Bewegungsmuster, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit und schützt so vor Verletzungen im Alltag.

*Kurs 33-402, 9 x, Prosper- Hospital, Physiotherapie (UG), Anmeldung bei der FBS erforderlich*

*Veranstalter: Familienbildungsstätte*

*Tel.: 02361 4064020,*

*www.fbs-recklinghausen.de*

**Mi., 10.04.2024, 17:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

## **"Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz- Trainingsgeräten"**

Beschreibung › 10.04.24, 16:00 Uhr

*Kurs 33-405, 9 x, Prosper- Hospital, Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der FBS erforderlich*

*Veranstalter: Familienbildungsstätte*

*Tel.: 02361 4064020,*

*www.fbs-recklinghausen.de*

**Do., 11.04.2024, 09:10 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

## **"Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer"**

Beschreibung › 08.04.24, 18:00 Uhr

*Kurs Kurs 33-111, 10 x, Anmeldung erforderlich*

*Veranstalter: Familienbildungsstätte*

*Tel.: 02361 4064020,*

*www.fbs-recklinghausen.de*

**Do., 11.04.2024, 09:30 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

## **"Wirbelsäulengymnastik für Frauen ab 60"**

Mobilitätsübungen für die Beweglichkeit der Wirbelsäule, Kräftigungsübungen für die gesamte Muskulatur, Dehn- und Entspannungsübungen.

*Kurs 33-117, 15x, Pfarrheim, Liebfrauenstr.1, Anmeldung bei der FBS erforderlich*

*Veranstalter: Familienbildungsstätte*

*Tel.: 02361 4064020,*

*www.fbs-recklinghausen.de*

**Do., 11.04.2024, 10:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

## **„Bewegung - Freude - Wohlbefinden"**

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren  
Wirbelsäulen- und gelenkschonende  
Gymnastik mit Entspannung für Seniorinnen.

*Kurs 33-308, 10 x, Anmeldung erforderlich*

*Veranstalter: Familienbildungsstätte*

*Tel.: 02361 4064020,*

*www.fbs-recklinghausen.de*

**Do., 11.04.2024, 16:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

## **"Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz- Trainingsgeräten"**

Beschreibung › 10.04.24, 16:00 Uhr

*Kurs 33-408, 11 x, Prosper- Hospital, Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der FBS erforderlich*

*Veranstalter: Familienbildungsstätte*

*Tel.: 02361 4064020, www.fbs-recklinghausen.de*

**Do., 11.04.2024, 17:00 Uhr**

**Veranstaltungsreihe**

## **"Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz- Trainingsgeräten"**

Beschreibung › 10.04.24, 16:00 Uhr

schützt so vor Verletzungen im Alltag.

Kurs 33-411, 11 x, Prosper-Hospital,  
Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der FBS  
erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

## **Do., 11.04.2024, 18:15 Uhr** Veranstaltungsreihe

### **"Zumba Gold - Für ältere aktive Menschen und Einsteiger"**

Zumba Gold ist auf die Bedürfnisse von Zumba-Einsteigern, älteren Menschen sowie auf verschiedene Probleme mit dem Bewegungsapparat ausgerichtet. Trotzdem müssen die Teilnehmenden bei dieser gelenkschonenden Variante nicht auf die typischen Tanzelemente und Rhythmen verzichten.

Kurs 33-008, 10 x, Anmeldung erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

## **Do., 11.04.2024, 19:00 Uhr** Veranstaltungsreihe

### **"Nähwerkstatt kreativ- für Einsteigende und Fortgeschrittene"**

Kurs 52-012, 10 x, Familienzentrum St. Christophorus, Christophorusweg 3, Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

## **Fr., 12.04.2024 18:00 Uhr** Veranstaltungsreihe

### **"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-323, 11 x, Turnhalle Ortlohstr. /Klarastr., Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte

## **Fr., 12.04.2024 19:00 Uhr** Veranstaltungsreihe

### **"Gymnastik für Frauen"**

Kurs 33-326, 11 x, Turnhalle Ortlohstr. /Klarastr., Anmeldung bei der FBS erforderlich  
Veranstalter: Familienbildungsstätte  
Tel.: 02361 4064020,  
www.fbs-recklinghausen.de

## **Di., 16.04.2024, ca. 09:00 Uhr** Kultur- und Erlebnisveranstaltung **Bocholt**

Besuch des LWL-Museums „TextilWerk Bocholt“

Führung durch die Spinnerei, Gemeinsames Kaffeetrinken, z. B. im „Schiffchen“, Transfer in die Innenstadt von Bocholt und Stadtbummel

Kosten ca. 55 €, incl. Kaffeetrinken  
Anmeldung: Frau Wuttke (Tel. 487635) oder Frau Werth (Tel. 62262)

Veranstalter: Seniorenbeirat Recklinghausen  
Rathausplatz 3, 45657 Recklinghausen  
Abfahrt ab Wickingplatz und Theodor-Körner-Platz

## **Mi., 17.04.2024, 18:00 Uhr** NPW Barock

### **„Concerto grosso und großes Konzert“**

Peter Bruns, Violoncello und Leitung  
Christuskirche, Recklinghausen,  
weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Benzsuweit (Kulturplanung)  
Telefon: 02361 / 50 18 86

## **Fr., 19.04.2024, 14:00 - 16:00 Uhr** DRK Seniorennachmittag beim DRK Kreisverband RE

### **„Geselliger Seniorennachmittag“ - Bingo Nachmittag**

Wir möchten interessierten Damen und Herren im Rahmen unseres geselligen

# April

Senioren Nachmittages verschiedene Thematiken anbieten. An diesem Nachmittag spielen wir wieder das beliebte BINGO Spiel, bei dem es auch kleine Präsente für die Sieger gibt (je Runde 3). Seien Sie dabei wenn wieder Ihre zahlen gezogen werden.

DRK Kreisverband

Kosten: 4,50 €

telefonische Anmeldung in der Zeit von circa 9:00 Uhr bis 13:00 Uhr unter der zentralen Rufnummer: 02361-9393131.

Ansprechpartnerin: Leonie Fischer / Sabine Kozlik-Noack

## Fr., 19.04.2024, 17:00 Uhr Digitaler Online-Stammtisch „Cloud“

Genutzt wird die Meeting-Software Zoom  
Referent: Edmund Gerdes

Dauer: ca. 60 Minuten

Kosten: Keine

Veranstalter: RE-MEDIEN

Anmeldung: info@re-medien.org

## Di., 23.04.2024 10:00-13:00 Uhr Einzelveranstaltung

"Zusammen kochen und genießen, Menschen kennen lernen - klönen, kochen, genießen..."

Kurs 34-104, 1 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Anmeldung erforderlich

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

## Fr., 26.04.2024, 16:45 Uhr Veranstaltungsreihe

"Yoga 50 plus für Frauen mit Yogaerfahrung"

Kurs 32-149, 4 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

## So., 28.04.2024, 11:00 Uhr Rathauskonzert

„Die Fuge eines Engels“

Sebastian Dinu und Mariana Hernández Gonzáles, Violine • Howoon Yeom, Viola  
• Karolin Scholz, Violoncello

Rathaus, Recklinghausen,

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Benzsuweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 | 50 18 86

## Mo., 29.04. und Di., 30.04.2024, 14:00 Uhr

Grundkurs

„Smartphone und Tablet (Android)“

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

(Kursnr. 24A-5270)

Entgeltstaffelung: ab 9 TN: 28,00 €, 7 - 8

TN: 35,00 €, 5 - 6 TN: 46,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

## Di., 30.04.2024, 15:00 Uhr

Theorie und Praxis

„Mit dem Pedelec und E-Bike unterwegs im Alter. Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Verkehrssicherheitsberatung der Polizei Recklinghausen.

Eine Teilnahme ist nur mit einem verkehrssicheren E-Bike/ Pedelec, Fahrradhelm und wetterfester Kleidung möglich.

(Kursnr. 24A-3412)

Entgelt: frei

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de



## Haldenerlebnis Hoheward

Inmitten der Metropole Ruhr verbirgt sich ein grünes Juwel: Die Halde Hoheward in Herten / Recklinghausen erhebt sich weit über die Dächer der Region. Zusammen mit der angrenzenden Halde Hoppenbruch bildet sie den Landschaftspark Hoheward - Europas größte Haldenlandschaft. Das RVR-Besucherzentrum Hoheward auf der Zeche Ewald in Herten bietet zahlreiche Führungen auf die Halde an, darunter auch mobile Touren per Kleinbus oder im Planwagen. So kann der Gipfel der Halde in Begleitung erfahrener Gästeführer und Gästeführerinnen ganz mühelos erklommen werden. Neben spannenden Informationen rund um die Halde, den Strukturwandel in der Region und die Funktion der beiden astronomischen Bauwerke auf der Halde begeistert der atemberaubenden Ausblick auf die Umgebung.

Informationen zu den Terminen und Teilnahmevoraussetzungen auf der Internetseite, unter **02366 18 11 60** oder per E-Mail an **[hoheward@rvr.ruhr](mailto:hoheward@rvr.ruhr)**

### Haldenführungen im Kleinbus

**09. & 23. März, 06. & 20. April, 04. & 18. Mai, 08. & 22. Juni und 13. & 27. Juli**  
jeweils 14:00 – 16:00 Uhr

Preis 15,90 Euro p. P.

Ab sechs Personen auch zum eigenen Wunschtermin buchbar

### Haldenführungen im Planwagen

**14. April, 12. Mai, 16. Juni und 14. Juli**  
jeweils 14:00 – 16:00 Uhr

Preis: 21,90 Euro p. P.

### Spezial:

#### Pütt & Panorama-Tour

**25. Februar, 31. März, 28. April, 26. Mai, 23. Juni und 28. Juli** jeweils 14:00 – 17:30 Uhr

Besichtigung Trainingsbergwerk Recklinghausen mit Fahrt auf die Halde  
Preis: 34,90 Euro p. P.

Nicht geeignet für mobilitätseingeschränkte Personen.

Es geht über Schotter & Gestein, Schienen und unebenen Boden.

Anmeldung für alle Touren erforderlich, Plätze nach Verfügbarkeit.

**Internet: [www.hoheward.rvr.ruhr](http://www.hoheward.rvr.ruhr)**

# Arbeiter-Samariter-Bund RV Vest Recklinghausen e.V.

Mainstraße 4a, 45768 Marl  
Mail: [info@asb-vest-re.de](mailto:info@asb-vest-re.de) | Internet: [www.asb-vest-re.de](http://www.asb-vest-re.de)  
Tel: 02365-20 777 -0 | Fax: 02365-20 777 -77

## Unsere Leistungen im Überblick

ERSTE-HILFE AUSBILDUNG

ARBEITER-SAMARITER-JUGEND

EINSATZ- UND SANITÄTSDIENSTE SOWIE  
KATASTROPHENSCHUTZ

HEBAMMENZENTRALE

TAGESPFLEGE „SINNESREISE“ FÜR SENIOREN

FAHRDIENST FÜR MENSCHEN  
MIT BEEINTRÄCHTIGUNG

SOZIALE DIENSTE UND HAUSNOTRUF

FLÜCHTLINGSHILFE, -BERATUNG UND INTEGRATION

RETTUNGSDIENST UND KRANKENTRANSPORT

**Wir helfen allen Menschen** – unabhängig von ihrer politischen, ethnischen, nationalen und religiösen Zugehörigkeit. Mit unserer Hilfe ermöglichen wir den Menschen, ein größtmögliches Maß ihrer Selbstständigkeit zu entfalten und zu wahren.

Wir helfen  
hier und jetzt.

**ASB**

Arbeiter-Samariter-Bund  
RV Vest Recklinghausen e.V.



**Do., 02.05. und Fr., 03.05.2024, 09:00 Uhr**

Grundkurs

**„Smartphone und Tablet (Android)“**

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit.

(Kursnr. 24A-5271)

Entgeltstaffelung: ab 9 TN: 28,00 €, 7 - 8

TN: 35,00 €, 5 - 6 TN: 46,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Di., 07.05.2024, ca. 09:00 Uhr**

Kultur- und Erlebnisveranstaltung

**Fahrt ins Blaue**

evtl. Stadtbesichtigung mit Schifffahrt,  
gemeinsamem Kaffeetrinken o. ä.  
Einzelheiten werden noch bekannt gegeben

Veranstalter: Seniorenbeirat Recklinghausen

Anmeldung: Frau Wuttke (Tel. 487635) oder

Frau Werth (Tel. 62262)

Abfahrt ab Wickingplatz und Theodor-Körner-  
Platz

**Mi., 08.05.2024, 10:00 Uhr**

2. Schulkonzert

**„Die acht Jahreszeiten“**

Roland Vesper, Moderation • Askan Geisler,  
Leitung

Bürgerhaus Süd, Recklinghausen,

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Bensusweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 | 50 18 86

**Mo., 13.05. bis Do., 16.05.2024**

**(4 Termine) 09:00 Uhr**

Grundkurs

**„Erste Schritte am eigenen Laptop“**

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Windows-  
Laptop mit dem Betriebssystem Windows  
10 mit. (Kursnr. 24A-5103)

Entgeltstaffelung: ab 9 TN: 51,00 €, 7 - 8

TN: 64,00 €, 5 - 6 TN: 87,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Do., 16.05.2024, 10:30 Uhr**

Christliche Ikonografie

**„Zeitensprünge“**

Viele Gemälde und Skulpturen vergangener  
Jahrhunderte entstanden als kirchliche  
Auftragswerke. Sie sind in einer  
spezifischen Symbolik verwurzelt, die  
auf ikonografischer Ebene erschlossen  
werden kann. [...]

Ausgehend vom in der RETRO STATION  
gezeigten Gemälde von Gaspar de Crayer,  
das die Einführung Mariens in den Tempel  
zeigt, lassen sich erste Eindrücke der  
Bedeutungsvielfalt gewinnen. Ähnlichen  
Spuren wird im Anschluss auf den Bild-  
werken der Petruskirche nachgegangen.  
Führung mit Dr. Angelika Böttcher

Die Veranstaltungsdauer beträgt ca. 1,5

Stunden, die Teilnahme ist kostenfrei. Eine  
Anmeldung unter [stadtgeschichte@recklinghausen.de](mailto:stadtgeschichte@recklinghausen.de) ist erforderlich.

Veranstalter:

Institut für Stadtgeschichte/RETRO STATION

**Fr., 17.05.2024, 14:00 - 16:00 Uhr**

DRK Seniorennachmittag beim  
DRK Kreisverband RE

„Geselliger Seniorennachmittag“  
- Seemannstag

Wir möchten interessierten Damen und Herren im Rahmen unseres geselligen Seniorennachmittages ein unterhaltendes Programm bieten. Lieder die zum Träumen sind. Geschichten aus der Ferne. Heimat bei den Nordseewellen. Seien Sie dabei und schunkeln Sie mit uns zur Nord,- und Südsee und landen sie mit uns an jedem Hafen dieser Welt.

DRK Kreisverband

Kosten: 4,50 €

telefonische Anmeldung in der Zeit von circa  
9:00 Uhr bis 13:00 Uhr unter der zentralen  
Rufnummer: 02361-9393131.

Ansprechpartnerin: Leonie Fischer / Sabine  
Kozlik-Noack

**Fr., 17.05.2024, 17:00 Uhr**

Digitaler Online-Stammtisch

„Bezahlen mit dem Smartphone“

Genutzt wird die Meeting-Software Zoom  
Referent: Edmund Gerdes

Dauer: ca. 80 Minuten

Kosten: Keine

Veranstalter: RE-MEDIEN

Anmeldung: info@re-medien.org

**Mi., 25.05.2024, 16:00 Uhr**

3. Familienkonzert

„Die Olympischen Spiele“

Antje Wieneke, Moderation • Mateo  
Peñaloza Ceconi, Leitung

Bürgerhaus Süd, Recklinghausen

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Benschuweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 / 50 18 86

**Mi., 29.05.2024, 15:00 Uhr**

Öffentliche Führung

„Stadt-Geschichten“

Beim Rundgang durch die RETRO STATION wird die Vergangenheit wieder lebendig. Wer Näheres über mehr als 1.000 Jahre Recklinghäuser Stadtgeschichte und die damit verbundenen Menschen und Ereignisse erfahren möchte, hat hier Gelegenheit. Im Verlauf des Rundgangs lassen sich die wichtigsten Stationen von der frühen Besiedelung der Region bis zur Gegenwart erschließen.

Die Veranstaltungsdauer beträgt ca. 1 Stunde, die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung unter [stadtgeschichte@recklinghausen.de](mailto:stadtgeschichte@recklinghausen.de) ist erforderlich.

Veranstalter:

Institut für Stadtgeschichte/RETRO STATION

## IHRE ZWEIRAD-PROFIS IN RECKLINGHAUSEN

**Aprilia  
Tuono 125**

Nur **4.740,-€**  
Statt 4.990,-€



**Vespa GTS 125  
SuperSport**

Nur **5.770,-€**  
Statt 6.090,-€



**BMW  
MOTORRAD**



**VOGELSANG AUTOMOBILE**

Holthoffstr. 131 • 45659 Recklinghausen • Tel. 02361 / 9193-61 • [www.vogelsang-automobile.de](http://www.vogelsang-automobile.de)

**Mi., 05.06.2024, 10:00 Uhr**

Vortrag

**„Den digitalen Nachlass regeln“**

Was passiert mit digitalen Daten, wenn jemand verstirbt? (Kursnr. 24A-5304)

Entgelt: 8,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Fr., 07.06.2024, ca. 09:00 Uhr**

Kultur- und Erlebnisveranstaltung

**Bottrop**

Besuch des Museumszentrums „Quadrat“ in Bottrop mit Führung durch das

„Josef-Albers-Museum“

Bummel durch den Stadtpark mit Besichtigung der Skulpturen

Besuch eines Hofcafés in Kirchhellen und gemeinsamer Imbiss

Kosten ca. 55 €, incl. Imbiss

Veranstalter: Seniorenbeirat Recklinghausen

Anmeldung: Frau Wuttke (Tel. 487635) oder

Frau Werth (Tel. 62262)

Abfahrt ab Wickingplatz und Theodor-Körner-Platz

**ab Fr., 07.06.2024, 17:00 Uhr-18.30 Uhr,**

4 Treffen

**„Wenn Kinder den Kontakt abbrechen“**

Die Gruppe (an vier hintereinander stattfindenden Freitagen) richtet sich an Eltern, die den Kontakt zu ihrem Kind verloren haben. Ein behutsamer Umgang mit dem Thema Hilflosigkeit, Trauer und Wut.

Veranstalter:

Ehe-, Familien- und Lebensberatung

02361/59929,

[efl-recklinghausen@bistum-muenster.de](mailto:efl-recklinghausen@bistum-muenster.de)

**Mi., 12.06.2024, 10:00 Uhr**

Vortrag

**„Onlinebanking“**

Anbieterunabhängiger Vortrag zum sicheren Onlinebanking (Kursnr. 24A-5305)

Entgelt: 8,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Do., 13.06.2024**

DRK Tagesausflug für Senioren

**„Tagesfahrt - zum Modehaus Bruno**

**Kleine, Lüdinghausen, anschließender Besuch des Rosengartens / Seppenrade**

**und dem Hof Café Hagedorn in Haltern“**

Unsere Fahrten werden immer von ehrenamtlichen Reisebegleitern unterstützt und sind seniorengerecht. Weitere Informationen zum konkreten Ablauf, den Leistungen und dem Fahrpreis erhalten Sie beim:

Deutschen Roten Kreuz

Ansprechpartnerin: Heike Habsick-Wiesmann

Tel.: 02361/9393-181

E-Mail: [seniorenreisen@drk-re.de](mailto:seniorenreisen@drk-re.de)

**Fr., 14.06.2024, 17:00 Uhr**

Digitaler Online-Stammtisch

**„Der Umstieg von Windows 8/10 auf Windows 11“**

Genutzt wird die Meeting-Software Zoom

Referent: Edmund Gerdes

Dauer: ca. 80 Minuten

Kosten: Keine

Veranstalter: RE-MEDIEN

Anmeldung: [info@re-medien.org](mailto:info@re-medien.org)

# Juni

**Di., 18.06.2024, 19:30 Uhr**

9. Sinfoniekonzert

**„Was mir die Liebe erzählt“**

Alexandra Petersamer, Alt • Knabenchor der Chorakademie Dortmund • Jost Salm und Alexander Eberle, Einstudierung • Damen des Opernchors des Musiktheaters im Revier • GMD Rasmus Baumann, Leitung

Ruhrfestspielhaus, Recklinghausen,

weitere Infos: <https://www.neue-philharmonie-westfalen.de>

Frau Larissa Bensusweit (Kulturplanung)

Telefon: 02361 / 50 18 86

**Mi., 21.06.2024, 10:00 Uhr**

Vortrag

**„DB-Bahnreisen online suchen und buchen“**

(Kursnr. 24A-5306)

Entgelt: 8,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen

Tel. 02361/50-2000,

[www.vhs-recklinghausen.de](http://www.vhs-recklinghausen.de)

**Fr., 21.06.2024, 14:00 - 16:00 Uhr**

DRK Seniorennachmittag beim DRK Kreisverband RE

**„Geselliger Seniorennachmittag“ - interessanter Vortrag**

Wir möchten interessierten Damen und Herren im Rahmen unseres geselligen Nachmittages ein unterhaltsames Programm mit unterschiedlicher Thematik anbieten. Lückenotto, Geers, Infos aus der Apotheke oder doch die Gilde der Stadtführer? Wir suchen für Sie noch nach dem Richtigen Thema, welches Sie interessiert. Deshalb sind wir für Ihre Anregungen offen, damit wir diesen Vortrag planen können. Bitte melden Sie sich frühzeitig und auch frühzeitig an, denn nur so können wir den Seniorennachmittag gut für Sie gestalten.

DRK Kreisverband

Kosten: 4,50 €

telefonische Anmeldung in der Zeit von circa 9:00 Uhr bis 13:00 Uhr unter der zentralen Rufnummer: 02361-9393131.

Ansprechpartnerin: Leonie Fischer / Sabine Kozlik-Noack



Restaurant

HAUS BREUING

Familie Sesjak

Marier Str. 29 - 45659 Recklinghausen - Tel.: 0 23 61 - 2 20 60  
[haus.breuing@web.de](mailto:haus.breuing@web.de) - [www.haus-breuing.de](http://www.haus-breuing.de)

RESTAURANT | FAMILIENFEIERN | CATERING  
SAISONALE SPEZIALITÄTEN | SPEISEN AUSSER HAUS  
SOMMERTERRASSE | BIERGARTEN | KEGELBAHNEN

Öffnungszeiten: Di.- So. 11.30-14.30 Uhr und 17.30-23.00 Uhr. Mo. Ruhetag (außer an Feiertagen und nach Absprache)

# Seniorentreffpunkte

## Seniorentreff des SoVD e.V.

Alderstr. 39  
45665 Recklinghausen  
Tel.: (02361) 8 39 48

## Seniorentreffs der Arbeiterwohlfahrt

- Schimmelsheide
- Suderwich

### Ansprechpartner:

Arbeiterwohlfahrt  
Recklinghausen  
Im Paßkamp 41, 45665 Recklinghausen  
Valeria Kieseier, Tel. (02361) 30 25 222

## Seniorentreff der Gehörlosen

### Ansprechpartner:

Deutscher Paritätischer  
Wohlfahrtsverband  
Oerweg 38, 45657 Recklinghausen  
Jana Mertens, Tel.: (02361) 4 07 34-20  
Fax: (02361) 4 07 34-30

## Lebensweise

Gut älter werden im Quartier  
Ansprechpartner: Pfarrerin Klaus.  
ilona.klaus@ekvw.de  
Mobil: 0170 672 85 15

## „Arche“

### Ansprechpartner:

Ev. Gemeindezentrum Arche  
Nordseestr. 104, 45665 Recklinghausen  
Gemeindebüro Tel.: (02361) 3 41 45

## Seniorentreffs Ev. Kirchengemeinden:

- Johannes-Kirchengemeinde
- Bonhoefferhaus
- Bruch
- Oberlinhaus
- Kirchengemeinde Altstadt 1
- Kirchengemeinde Altstadt 2
- Hochlarmark
- Philipp-Nicolai
- Suderwich

### Ansprechpartner:

Ev. Kirchenkreis Recklinghausen  
Limperstr. 15, 45657 Recklinghausen  
Tel.: (02361) 2 06-0

## Seniorentreffs Kath. Kirchengemeinden:

- Heilig Geist • Heilig Kreuz • Heilige Familie • Herz Jesu • Liebfrauen • St. Antonius • St. Barbara • St. Elisabeth
- St. Franziskus • St. Gertrudis
- St. Johannes • St. Joseph
- St. Marien • St. Markus • St. Michael
- St. Paulus • St. Peter • St. Petrus Canisius • St. Pius • St. Suitbert

### Ansprechpartner:

Kath. Kirche Recklinghausen  
Kemnastr. 7, 45657 Recklinghausen  
Tel.: (02361) 92 08-11

## Seniorenbegegnungsstätte August-Mäteling-Haus

### Ansprechpartnerin:

Frau Schröter  
Behringstr. 7, 45661 Recklinghausen  
Tel.: (02361) 65 29 10

## DRK Seniorentreff

### Ansprechpartnerin:

Verwaltung DRK  
Kölner Str. 20, 45661 Recklinghausen  
Frau Kozlik-Noack



# Beratung

## Beratungsangebote der Stadtverwaltung Recklinghausen

### BIP-Beratungs- und Infocenter Pflege

Trägerunabhängige Beratung für Senioren, Pflegebedürftige und Angehörige

Frau Stieglitz  
B. A. Soziale Arbeit  
Stadthaus A, Zimmer 2.16  
☎ Tel.: 50 21 34  
✉ [annkathrin.stieglitz@recklinghausen.de](mailto:annkathrin.stieglitz@recklinghausen.de)

Frau Tucholski  
Dipl. Sozialarbeiterin  
Stadthaus A, Zimmer 2.15  
☎ Tel.: 50 21 24  
✉ [anetta.tucholski@recklinghausen.de](mailto:anetta.tucholski@recklinghausen.de)

### Sprechstunden:

Mo. 8.00 – 13.00 Uhr  
Do. 13.00 – 18.00 Uhr  
Termine nach Vereinbarung  
Hausbesuche nach Bedarf

### Soziale Beratung

Beratung für Erwachsene, die sich in wirtschaftlichen und/oder persönlichen Notlagen befinden. Die Beratung erfolgt u.a. für:

- Sozialhilfe
- Wohngeld
- Leistungen des Jobcenters
- Haushaltshilfen
- psychischen und körperlichen Problemen

Herr Feja  
Dipl. Sozialarbeiter  
Stadthaus A, Zimmer 2.06  
☎ Tel.: 50 21 18  
✉ [michael.feja@recklinghausen.de](mailto:michael.feja@recklinghausen.de)

Herr Rübenstahl  
Bachelor of social work  
Stadthaus A, Zimmer 2.08  
☎ Tel.: 50 21 78  
✉ [marcel.ruebenstahl@recklinghausen.de](mailto:marcel.ruebenstahl@recklinghausen.de)

Frau Mader  
Dipl. Sozialarbeiterin  
Stadthaus A, Zimmer 2.05  
☎ Tel.: 50 21 12  
✉ [andrea.mader@recklinghausen.de](mailto:andrea.mader@recklinghausen.de)

Frau Boermann  
Master of Erziehungswissenschaften  
Stadthaus A, Zimmer 2.05  
☎ Tel.: 50 21 17  
✉ [britta.boermann@recklinghausen.de](mailto:britta.boermann@recklinghausen.de)

### Sprechstunden:

Mo. 9.00–12.00 Uhr  
Do. 13.00–18.00 Uhr  
Termine nach Vereinbarung  
Hausbesuche nach Bedarf

## Wohnberatung für Senior\*innen und Menschen mit Behinderung

Individuelle und kostenlose Beratung und Begleitung bei Umgestaltung der eigenen Wohnung (vom Hilfsmittel bis zum Umbau)

Frau Kuballa  
Innenarchitektin  
Stadthaus A, Zimmer 2.14  
☎ Tel.: 50 21 38  
✉ [kordula.kuballa@recklinghausen.de](mailto:kordula.kuballa@recklinghausen.de)

Frau Schniederjan  
Dipl. Sozialarbeiterin  
Stadthaus A, Zimmer 2.13  
☎ Tel.: 50 21 37  
✉ [annkathrin.stieglitz@recklinghausen.de](mailto:annkathrin.stieglitz@recklinghausen.de)

## Sprechstunden:

Mo. 8.00 – 13.00 Uhr  
Do. 13.00 – 18.00 Uhr  
Termine nach Vereinbarung  
Hausbesuche nach Bedarf

## Impressum

### **Herausgeber:**

Stadt Recklinghausen  
Fachbereich Soziales und Wohnen  
Rathausplatz 3–4 | 45657 Recklinghausen

### **Konzeption:**

Werbeagentur L. Kapp  
Heiliger Weg 99 | 44141 Dortmund

### **Gestaltung und Layout:**

ideen.manufaktur | [www.ideemafa.de](http://www.ideemafa.de)

### **Anzeigenannahme:**

Herr Herzig | Tel. (0231) 58 44 85 24  
E-Mail: [herzig@werbeagentur-kapp.de](mailto:herzig@werbeagentur-kapp.de)

### **Titelbild:**

Photo by [istockphoto.com/@Lordn](https://www.istockphoto.com/@Lordn)

## Teamleitung und Seniorenreferat

Frau Hahn  
Stadthaus A, Zimmer 2.04  
☎ Tel.: 50 21 11  
✉ [ulrike.hahn@recklinghausen.de](mailto:ulrike.hahn@recklinghausen.de)  
Termine nach Vereinbarung



Ruhrfestspielstadt  
**RECKLINGHAUSEN**

# Veranstaltungsorte

## August-Mäteling-Haus

Behringstr. 7,  
45661 Recklinghausen

## Bürgerhaus Süd

Körnerplatz 2,  
45661 Recklinghausen

## Christuskirche Recklinghausen

Limperstr. 13,  
45657 Recklinghausen

## DRK Kreisverband

Kölner Straße 22,  
45661 Recklinghausen

## Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Kemnastr. 7,  
45657 Recklinghausen

## Familienbildungsstätte

Kemnastr. 23 a,  
45657 Recklinghausen

## Familienzentrum St. Christophorus

Christophorusweg 3  
45659 Recklinghausen

## Institut für Stadtgeschichte/RETRO STATION

Hohenzollernstr. 12  
45659 Recklinghausen

## Pfarrheim St. Antonius

Antoniusstr. 14,  
45663 Recklinghausen

## Pfarrheim St. Barbara

Eulenstr. 16,  
45665 Recklinghausen

## Pfarrheim Herz Jesu

Niederstr. 29,  
45663 Recklinghausen

## Pfarrheim Liebfrauen

Liebfrauenstr. 1,  
45665 Recklinghausen

## Pfarrheim St. Marien

Sedanstr. 21,  
45663 Recklinghausen

## Pfarrheim St. Petrus Canisius

Canisiusstr. 2  
45665 Recklinghausen

## Pfarrheim St. Pius

Brunostr. 7  
45661 Recklinghausen

## Pfarrheim St. Suitbert

Sankt-Suitbert-Platz 3,  
45659 Recklinghausen

## Prosper Hospital Physiotherapie (UG)

Mühlenstr. 27,  
45659 Recklinghausen

## Rathaus Recklinghausen

Rathausplatz 3/4,  
45657 Recklinghausen

## St. Elisabeth

Kolpingstr. 11  
45657 Recklinghausen

## Ruhrfestspielhaus

Otto-Burrmeister-Allee 1,  
45657 Recklinghausen

## Sparkasse Vest, Recklinghausen,

Königswall 33,  
45657 Recklinghausen

## Turnhalle Maybachstraße

Maybachstr. 70,  
45659 Recklinghausen

## Turnhalle Ortlohstr./Klarastr.

Ortlohstraße 54,  
45663 Recklinghausen

## VHS Willy-Brandt-Haus

Herzogswall 17  
45657 Recklinghausen

## Kartenvorverkaufsstellen:

RZ Tel.: (02361) 18052730

Kartenstelle der Ruhrfestspiele

Tel.: (02361) 92 18 - 0

by call tickets

Tel.: (02361) 22 88 20



**Ich hab immer Heimspiel!**

Ökostrom & Klimagas von meinen Stadtwerken

**Persönlich  
beraten**  
im Kundenbüro,  
Münsterstr. 22

Gut fürs Klima  
Gut für unsere Stadt

**STADTWERKE**  
Recklinghausen



**WIR KÜMMERN UNS  
UM IHRE GESUNDHEIT**

ELISABETH KRANKENHAUS  
RECKLINGHAUSEN



Elisabeth Krankenhaus GmbH  
Röntgenstr. 10  
45661 Recklinghausen

Tel.: 02361 / 601 - 0  
info@ekonline.de

[www.ekonline.de](http://www.ekonline.de)

**SCHON GEHÖRT? TOLLE WOHNUNGEN  
IN RECKLINGHAUSEN!**



Einziehen und wohlfühlen: dafür steht die  
Wohnungsgesellschaft Recklinghausen.  
Ob Singles, junge Familien oder Senioren – hier  
finden Sie schöne Wohnungen zu fairen Preisen.



Wohnungsgesellschaft  
Recklinghausen mbH  
*wohnen und wohlfühlen*

Aktuelle Mietangebote unter **Tel. 02361 1807-77** oder auf [www.wg-re.de](http://www.wg-re.de)



GESUNDHEITZENTRUM MOBILÉ

# Physiotherapie und Gesundheitssport

**VESTISCHE CARITAS-KLINIKEN GMBH**  
ST. VINCENZ-KRANKENHAUS DATTELN

Rottstraße 11 | 45711 Datteln  
Fon 02363 108-2621  
[mobile@vincenz-datteln.de](mailto:mobile@vincenz-datteln.de) | [vincenz-datteln.de](http://vincenz-datteln.de)



St. Vincenz-Krankenhaus  
Datteln