

*Gäste sind bei uns immer  
herzlich willkommen!*

## Geplante Themen für 2024:

Pflegeberatung

Wohnungsberatung im Alter

Rentenberatung

Qi Gong / Tai Chi Schnupperstunde

## Sozialberatung im Ortsverband

- ◆ Nur zu Belangen des GdB  
( Grad der Behinderung) beim  
Versorgungsamt
- ◆ Nur nach vorheriger  
Anmeldung

Bitte kommen Sie nicht mit  
Erkältungssymptomen oder  
nach Kontakt mit einer  
Corona positiven Person zu unseren  
Veranstaltungen / Terminen,  
bei uns sitzen viele Menschen aus den  
Risikogruppen.  
Danke für Ihre Rücksichtnahme.

Sozialverband VdK NRW e. V.  
Kreisverband Rhein-Ruhr

Ortsverband  
Essen-Holsterhausen

[www.vdk.de/ov-holsterhausen](http://www.vdk.de/ov-holsterhausen)

Martina Buttgerit (Vorsitzende)

Mobil: 0157 - 73 65 11 26

E-Mail: [ov-essen-holsterhausen@vdk.de](mailto:ov-essen-holsterhausen@vdk.de)  
[martina.buttgerit@vdk.de](mailto:martina.buttgerit@vdk.de)

Postanschrift:

Sozialverband VdK  
Ortsverband Essen-Holsterhausen  
Postfach 340128  
45073 Essen

Bankverbindung Ortsverband Essen-Holsterhausen:  
Sparkasse Essen  
IBAN: DE21 3605 0105 0001 9504 76

Veranstaltungsort von Treffen / Vorträgen (wenn nicht  
ausdrücklich etwas anderes dabei steht):

Mehrgenerationenhaus  
Kerckhoffstr. 22b  
45144 Essen

Für Speisen und Getränke (Kaffee und Wasser)  
bei Vorträgen: 5 € Eigenanteil.

Softgetränke nur auf eigene Rechnung.

Aktuelles zu den Terminen finden Sie auch auf  
unserer Homepage, sowie den neusten Flyer:

[www.vdk.de/ov-holsterhausen](http://www.vdk.de/ov-holsterhausen)

# Veranstaltungen

# 2024

## Ihr Ortsverband

## Essen

## Holsterhausen



# Veranstaltungen im Jahr 2024

- Montag, den 11. März 2024

ab 15:00 Uhr

## Jahreshauptversammlung

Mitglieder erhalten eine gesonderte Einladung zur Jahreshauptversammlung

Anmeldeschluß: 01.03.2024

- Montag, den 15. April 2024

Ab 16:00 Uhr bis ca. 18:15 Uhr

**Info-Treffen: Tai Chi / Qigong  
Schnupperstunde zur Förderung der  
Entspannung und Gesundheit.  
Referent: Herrn Linnemann-Laaks**

Kaffee und Wasser vom OV E.- Holsterhausen  
Softgetränke auf eigene Rechnung  
Anmeldeschluß: 27.03.2024

- Samstag, den 11. Mai 2024

**Spargelfahrt zum Spargelhof Hensgen,  
mit anschließender Weiterfahrt nach  
Maastricht / NL**

Abfahrt von Essen um 9:30 Uhr ,  
Rückfahrt von Maastricht  
gegen 17:00 Uhr

Kosten: OV-Mitglieder : 40 €, Gäste: 57 €

Die **Kosten** sind erst nach Aufforderung auf das  
Konto des OV Essen-Holsterhausen mit dem  
Kennwort: „**Spargelfahrt**“ zu überweisen.

- Montag, den 10. Juni 2024

Ab 15:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr

**Info-Treffen: Herr Hoppe vom Seniorenreferat  
der Stadt Essen informiert über das  
Beratungsangebot (Pflegeberatung, Wohnen  
im Alter)**

Kaffee und Kuchen, siehe Hinweis auf der Rückseite

Anmeldeschluß: 27.05.2024

- Samstag, den 24. August 2024

## Grillfest

Ab 15:00 Uhr bis ca 18:00 Uhr

**Kosten: OV-Mitglieder : 15 €, Gäste 25 €**

(für Speisen, Kaffee und Wasser)

Softgetränke auf eigene Rechnung

Die **Kosten** sind nach Aufforderung auf das Konto des  
OV Essen-Holsterhausen mit dem Kennwort:  
„Grillfest“ zu überweisen.

Anmeldeschluß: 05.08.2024

- Montag, den 16. September 2024

Ab 16:00 Uhr bis ca. 18:15 Uhr

**Info-Treffen: voraussichtlich Rentenberatung**

Imbiss und Getränke siehe Hinweis auf der Rückseite.

Anmeldeschluß: 02.09.2024

## Terminänderung!

- Montag, den 21. Oktober 2024

Ab 15:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr

**Info-Treffen: Vorstellung verschiedener  
Möglichkeiten, die geistige  
Leistungsfähigkeit zu erhalten und zu  
stärken.**

**Referentin: Heike Schwarzer**

Kaffee und Kuchen, siehe Hinweis auf der  
Rückseite

Anmeldeschluß : 27.09.2024

- Montag, den 18. November 2024

- Ab 15:00 Uhr

## Jahresabschlussfeier

Jahresausklang in gemütlicher Runde.  
Mit Bingo-Spiel und kleinen Gewinnen.  
Nähere Informationen folgen, auch in

Anmeldeschluß: 31.10.2024

Nähere Informationen und Termine zur  
Anmeldung der Tagesausflüge folgen.