

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|--|---|--|--|
| Sprechstunde 10:00-12:00 Uhr Propst-Hellmich- Promenade 29 | Pflegecafé: offener Ge- sprächskreis für pflegende Angehörige 2. und 4. Dienstag im Monat 10:00-11:30 Uhr | Sprechstunde 10:00-12:00 Uhr Propst-Hellmich-Promenade | Sprechstunde 10:00-12:00 Uhr; Propst-Hellmich-Promenade 29 | Repair-Café 14:00-17:00 Uhr 1.Fr im Monat |
| Internettreff 10:30-12:30 Uhr An der Papenburg 23 | An der Papenburg 23 | Frühstückscafé 9:00-12:00 Uhr | Offene Sprechstunde zur Demenz und für pflegende Ange- hörige im Wohnumfeld 1.Do im Monat ; 10:30-12:00 Uhr; An der Papenburg 23 | An der Papenburg 23 |
| Bürgertreff Eppendorf 15:00-17:00 Uhr Alle 6 Wochen Elsa-Brändström-Str. 131 | Handarbeitsgruppe 15:00-17:00 Uhr | An der Papenburg 23 | Suppenstammtisch in Westenfeld 10:00-13:00 Uhr; 14-tägig ungerade KW; Westenfelder Str. 113 | Samstag 15:00-17:00 Uhr An der Papenburg |
| Tanzcafé mit Live Musik 3. Di im Monat | Stadtteilspaziergang Eppen- dorf 15:00 Uhr (siehe Presse oder Kontakt über M. Robrecht) | Elsa-Brändström-Str. 131 | Zwar Netzwerk Höntrop: Infos im Seniorenbüro Zwar Netzwerk WAT Mitte. – Gruppe Kunst belebt 18:30-20:00 Uhr; 14-tägig ungerade KW; An der Papenburg 23 | 23 |
| Repaircafé Günnigfeld 14:00-17:00 Uhr 3. Mo im Monat Parkallee 20 | An der Papenburg 23 | SHG Fibromyalgie 18:00-20:00 Uhr 1.Mi im Monat | Nachbarschaftsinitiative „Harenburgtreff“ Erster Do. im Monat, 15:00 Uhr Stadtteilspaziergang Höntrop, ab Emil Str. 6; Jeden 3. Do 15:00 Uhr Beisammen- sein im Kolpinghaus Höntrop, Wattenscheider Hellweg 76 | |
| Offener Treff für Men- schen um die 60 Jahre 16:00-17:30 Uhr Ab 26.01.2026 alle zwei Wochen Propst-Hellmich- Promenade 29 | An der Papenburg 29 | Spielecafé 14:45-17:15 Uhr 3. Mi im Monat | Literaturcafé 2. Do im Monat, 15:00-17:00 Uhr; in der Begegnungsstätte des Seniorenbüros, Eingang an der Papenburg 23 | |
| | | An der Papenburg 23 | Sticken 10:30 Uhr, An der Papenburg 23 Ab 22.01.2026 alle zwei Wochen | |