

Schonnebeck
donnerstags 14.30 Uhr; Jugendhalle
Schonnebecker Markt

Stadtwald
dienstags 10.30 Uhr; Marktplatz Stadtwaldplatz

Steele
donnerstags 11.00 Uhr; Grendplatz an der Mariensäule

Stoppenberg
donnerstags 14.30 Uhr; Tuttmanschule, Twentmannstr.2

Südviertel
montags 11.00 Uhr; Bahnhof Essen-Süd

Überruhr- Hinsel
donnerstags 11.00 Uhr; Markt /
Eingang Einkaufszentrum

Werden
mittwochs 15.00 Uhr; Rathaus Werden

Keine Spaziergänge an Feiertagen
Die Teilnahme geschieht auf eigenes Risiko!

Mehr Bewegung im Alltag

Willst du mit mir geh`n?



Spazieren gehen im Stadtteil

Beispielhaftes Projekt
**Landesinitiative
Gesundes Land** | **Nordrhein
Westfalen** | **2015**

Impressum

Herausgeberin: Stadt Essen
Der Oberbürgermeister
Amt für Soziales und Wohnen
Seniorenbeirat

Internet: www.essen.de/senioren

Foto: Presse- und Kommunikationsamt

Layout und Druck: Amt für Zentralen Service

Auflage: 5000

Stand: Januar 2018

Seniorenbeirat
Amt für Soziales und Wohnen/
Seniorenreferat

**STADT
ESSEN**

Die beliebten und preisgekrönten Stadt-
teilsparziergänge finden seit 2012 in mittler-
weile 34 Essener Stadtteilen statt.

Wöchentlich treffen sich Senioren/-innen
zu einem etwa einstündigen Spaziergang
in ihrem eigenen Stadtteil.

Ausgangspunkt und Uhrzeit bleiben immer
gleich.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Auch Menschen mit einem Rollator und
alle, denen ein Spaziergang allein zu lang-
weilig oder zu unsicher ist, sind herzlich
eingeladen mitzugehen.

Infos erhalten Sie unter Tel. 88 50088
Amt für Soziales und Wohnen/Seniorenreferat

Treffpunkte in den Stadtteilen:

Altendorf

mittwochs 14.00 Uhr; Ehrenzeller Markt

Altenessen-Nord

dienstags 11.00 Uhr; Karlsplatz/Bushaltestelle
Mallinckrodtplatz (gegenüber der Polizeiwache)

Altenessen-Süd

sonntags 14.00 Uhr; Bahnhofsvorplatz Altenessen

Bedingrade

mittwochs 11.00 Uhr; Aktienstr. / Frintroper Str.
(Westerberg), Baumarkt Ladezone

Bergerhausen

dienstags 11.00 Uhr; Zeche Ludwig

Borbeck

dienstags 11.00 Uhr; Schloss Borbeck am Schlosstor

Bredeney

donnerstags 11.00 Uhr; Frankenstr. / Ecke Bredeneyer Str.

Burgaltendorf

mittwochs 11.00 Uhr; Alte Hauptstr.; Kath. Pfarrheim

Freisenbruch

mittwochs 11.00 Uhr; Bürgerhaus Oststadt,
Schultenweg 39

Frillendorf

donnerstags 11.00 Uhr; Ernestinenstr. / Wasserturm

Frintrop

dienstags 11.00 Uhr; Gleisschleife an der Frintroper
Höhe

Frohnhausen

donnerstags 11.00 Uhr; Therapiecenter Mülheimer Str. /
Ecke Pollerbergstr.

Gerschede

mittwochs 11.00 Uhr; Kita Samoastr. 7 -mit Kindern-
(in den Kita-Ferien findet der Spaziergang nicht statt)

Haarzopf

dienstags 11.00 Uhr; Kreuzung Hatzperstr. / Humboldtstr.
(Erbach) vor der Bäckerei

Heisingen

freitags 14.00 Uhr; Altes Rathaus Heisingen /
Vordereingang, Hagmanngarten

Heisingen-Süd

mittwochs 14.00 Uhr; Brunnen am Rathaus,
Höhe Schangstr. 2, „Geschichte und Geschichten“

Holsterhausen

montags 11.00 Uhr; Kirchplatz St. Mariä Empfängnis

Huttrop

dienstags 11.00 Uhr; Sportanlage Hubertusburg,
Dinnendahlstr. 25a, Eingang ESG-Sporthalle

Karnap

montags 10.00 Uhr; Altenheim Lohwiese 20

Katernberg

dienstags 14.30 Uhr; Stadtteilzentrum Kon-Takt,
Katernberger Markt

Kettwig

montags 15.00 Uhr; Märchenbrunnen,
Bürgermeister- Fiedler-Platz

Kray-Leithe

dienstags 11.00 Uhr; Einkaufszentrum Isinger Feld
(vor der Bäckerei)

Kupferdreh

mittwochs 11.00 Uhr; Marktplatz Kupferdreh,
Haltestelle vor dem Supermarkt

Margarethenhöhe

montags 11.00 Uhr; Kleiner Markt, Brunnen

Nordviertel

donnerstags 11.00 Uhr; Ecke Eltingstr./Theodorstr.

Rellinghausen

montags 11.00 Uhr; Am Ardey / Frankenstr.

Rüttenscheid

donnerstags 11.00 Uhr;
Eiscafé-Pavillon am Rüttenscheider Stern

Schönebeck

dienstags 11.00 Uhr; Platane Kloster Emmaus,
Schönebecker Straße 95