

Mittwoch, 28. Mai 2025

10:00 bis 13:00 Uhr

Frauengesundheitstag – Stadt Gelsenkirchen und AWO Frauenberatungsstelle

Motto „Informiert, gesund, verbunden – für Frauen, gegen Einsamkeit“

Workshops für Frauen (10 bis 11.30 Uhr)

Bowl-Workshop · Kreativworkshop

Bitte um Anmeldung per Mail an annett.nowak@gelsenkirchen.de oder unter 0209 169-9387

Markt der Möglichkeiten (11.30 bis 13 Uhr)

Lädt zum Informieren und Vernetzen ein. Verschiedene Organisationen – darunter Familienhebammen, Schwangerschaftsberatungsstellen und weitere lokale Akteurinnen und Akteure stellen ihre Angebote rund um (Frauen-)Gesundheit vor.

AWO Begegnungszentrum Grenzstraße 47, Schalke

15:00 bis 17:00 Uhr

Gemeinsamer Spaziergang „Läuft bei uns – aber Hauptsache gemeinsam!“

Der Spaziergang in Gelsenkirchen-Mitte führt uns durch den Stadtpark in den Stadtgarten und zurück zur VHS. Die Spaziergangspatinnen und -paten des Generationennetz Gelsenkirchen und eine Rikscha der Rikscha-Flotte begleiten den Spaziergang. Es stehen Sitzmöglichkeiten zur Verfügung und es wird jeweils eine kleinere und eine größere Route geben. Auf halber Strecke wird eine Pause mit Kaffee und Gebäck eingelegt. Dauer etwa 2 Stunden (Verschnaufpausen eingerechnet)

Treffpunkt ist ab 14.45 Uhr am Haupteingang der VHS/Bildungszentrum, Ebertstraße 19

Informationen bei Linda Benkel, Tel. 0209 169-5432, Altstadt

19:00 Uhr

Wundertüte der Gemeinschaft – Musikalische Bürgersession

Sie bringen einen Text mit. Oder ein Lied. Oder eine Geschichte. Oder ein Instrument. Oder vielleicht auch einfach nur die Bereitschaft, sich einzulassen auf das Unvorhersehbare. Musikalisch begleitet und organisiert wird die Session von Michael Gees.

Consol Theater, Bismarckstraße 240, Bismarck

10:00 bis 12:00 Uhr

Spielevormittag

Gesellschaftsspiele, Plaudern, Lachen, Spaß haben, Kontakte knüpfen

Vorburg Schloss Horst, Turfstraße 21, Horst

10:00 bis 12:00 Uhr

Sprechstunde der Nachbarschaftsstifterinnen und -stifter

Rat und Unterstützung rund ums Thema Älterwerden in Gelsenkirchen

Mehrgenerationenhaus/Infocenter Süd, Bochumer Straße 117 (1. OG), Ückendorf

15:00 bis 17:00 Uhr

Quartiersprojekt Scholven – Kaffee, Kekse und Geschichten

Ein generationsübergreifendes Angebot, bei dem Kinder und Senioren die Möglichkeit erhalten, sich in gemütlicher Atmosphäre auszutauschen und sich kennenzulernen.

„Gelbes Haus“, Feldhauser Straße 208, Scholven

15:00 bis 17:00 Uhr

Bewegung, Spiel und Spaß auf dem Orangeplatz!

Offenes und kostenfreies Programm für Kinder zwischen 6 und 14 Jahren

Orangeplatz, Wanner Straße 128, Bulmke-Hüllen

15:00 bis 17:00 Uhr

Gesprächsrunde mit Kaffeetrinken

Vielfalt fördern – Gemeinschaft stärken

Dreifaltigkeitskirche, Cranger Straße 327, Erle

15:00 bis 18:00 Uhr

Bewegung, Spiel und Spaß!

Freizeitprogramm auf Consol! Für Kinder von 6 bis 12 Jahren – offen und kostenfrei!

Trendsportanlage Consol, Klarastraße 45, Bismarck



18:00 bis 20:00 Uhr

Basisgruppentreffen ZWAR Schalke/Schalke-Nord

Gemeinsam mit anderen Zeit verbringen und sich austauschen.

AWO Seniorenzentrum, Grenzstraße 49-51, Schalke

Freitag, 30. Mai 2025

15:00 bis 18:00 Uhr

Ist da noch jemand?

Q.Vision! – von Mensch zu Mensch – geht zusammen mit dem lokalen Musiker Norbert Labatzki mit einer bunten Aktion hinaus ins Quartier rund ums Alfred-Zingler-Haus.

Haltet die Augen offen im Quartier rund ums AZH! Bulmke-Hüllen/Schalke/Altstadt

Samstag, 31. Mai 2025

9:00 bis 12:00 Uhr

Worte, die verbinden – ein kreativer Schreibworkshop für Gemeinschaft

Ein kostenloses Angebot für Kinder und Jugendliche von 10 bis 19 Jahren. Es sind keine Vorkenntnisse nötig – nur das Interesse am Schreiben und die Lust, sich mit anderen zu verbinden.

Bildungszentrum – VHS, Ebertstraße 19, Raum 118
Weitere Infos und Anmeldung: Constanze Rimbach, 0209 169 2264 oder www.vhs-gelsenkirchen.de (Kursnummer 9965), Altstadt

Sonntag, 1. Juni 2025

12:00 bis 13:00 Uhr

Singen gegen Einsamkeit

Kennenlernen der MädchenMusikAkademie und gemeinsames Singen aktueller Songs für Mädchen* und junge Frauen*

MädchenMusikAkademie NRW, Bochumerstraße 138
Bitte um Anmeldung per Mail info@mma-nrw.de Ückendorf



Herausgeber:
Stadt Gelsenkirchen
Die Oberbürgermeisterin
Koordinierungsstelle strategische Sozialplanung
und Quartiersmanagement
Mai 2025



Stadt
Gelsenkirchen

Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“

26. Mai bis 1. Juni 2025

PROGRAMM

Einsamkeit ist eine wachsende gesellschaftliche Herausforderung, die insbesondere seit der Corona-Pandemie verstärkt auch Jugendliche und junge Menschen betrifft. Außer ihnen sind besonders sozial benachteiligte Gruppen wie Arme, Erwerbslose, Menschen mit Migrationshintergrund und Alleinerziehende betroffen. Einsamkeit hat tiefgreifende Auswirkungen auf die körperliche und seelische Gesundheit und gefährdet den sozialen Zusammenhalt unserer Gemeinschaft.

Der Weg aus der Einsamkeit führt über mehr Teilhabe und Gemeinschaft. Dafür braucht es Angebote und Initiativen, die Menschen miteinander verbinden, den Zusammenhalt stärken und ihnen die Möglichkeit geben, sich aktiv in das gesellschaftliche Leben einzubringen.

Viele Informationen und Angebote der Stadt Gelsenkirchen rund um das Thema Einsamkeit finden Sie unter:
www.gelsenkirchen.de/einsamkeit



Ein Projekt im Rahmen der Strategie gegen Einsamkeit des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ)

**GEM
EINSAM**
Strategie gegen Einsamkeit

Wie bereits im vergangenen Jahr wird auch im Jahr 2025 vom **26. Mai bis zum 1. Juni die Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“** stattfinden. In dieser Woche wollen wir das Thema Einsamkeit in den Fokus nehmen und die Bedeutung von sozialer Teilhabe und Zusammenhalt fördern.

In diesem Flyer finden Sie das Programm der Aktionswoche mit vielen Angeboten, die Menschen unterstützen und den Austausch in der Gemeinschaft fördern. Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind!

Weitere Infos und Angebote unter:
www.gelsenkirchen.de/einsamkeit



Orange markierte Angebote sind Angebote, die regelmäßig (meistens wöchentlich) stattfinden.



Samstag, 24. Mai 2025

15:00 bis 18:00 Uhr
Nachbarschaftsfest Bulmke-Hüllen

Mitbring-Fest: Kuchen oder Gebäck zum Teilen & eigenes Geschirr zur Müllvermeidung – Gemeinsames genießen, nachhaltig gedacht! Kaffee, Tee und Wasser werden kostenlos vor Ort ausgeschenkt. Mit Nachbarn ins Gespräch kommen – bei Spielen und Mitmach-Aktionen Jung und Alt kennenlernen.

Orangeplatz, Wanner Straße 128, Bulmke-Hüllen

Montag, 26. Mai 2025

12:00 bis 14:00 Uhr
Fahrt mit der Fahrradrickscha

Hier ist eine Voranmeldung notwendig über Frederik Voigt, Tel. 0157 33031693 oder per E-Mail frederik.voigt@gelsenkirchen.de

Startpunkt ist das AWO Seniorenzentrum Darler Heide 59, Erle

17:00 bis 19:00 Uhr
Feierabendpicknick

Mit der Nachbarschaft ins Gespräch kommen und mehr über das Projekt Q.Vision! erfahren. Jede Besucherin/jeder Besucher bringt eine Kleinigkeit zum Essen und Teilen mit. Q.Vision! und Quartiersladen Schalke
Quartiersladen Schalke L63, Liboriusstraße 63a, Schalke

18:30 bis 20:30 Uhr
Worüber reden meine Kinder denn da?

Social Media Apps kompakt erklärt – nicht nur für Eltern!

Online, Zugangsdaten nach der Anmeldung unter www.vhs-gelsenkirchen.de (Kursnummer 7560)

10:00 bis 12:00 Uhr
Gesundes Frühstück

Begegnung aller Altersgruppen und Kulturen
Mehrgenerationenhaus/Infocenter Süd, Bochumer Straße 117 (1. OG), Ückendorf

11:00 bis 12:00 Uhr
Hybrides Bewegungsprogramm

Fit und aktiv in Gelsenkirchen

Online per Videokonferenz oder im Seniorenzentrum Darler Heide, Darler Heide 59, im Bruder-Jordan-Haus, Pfefferackerstraße 67, Erle/Buer



12:00 bis 14:00 Uhr
Gemeinsames Nähen

Mehrgenerationenhaus/Infocenter Süd, Bochumer Straße 117 (1. OG), Ückendorf

15:00 bis 18:00 Uhr
Bewegung, Spiel und Spaß!

Freizeitprogramm auf Consol!
Für Kinder von 6 bis 12 Jahren – offen und kostenfrei!
Trendsportanlage Consol, Klarastraße 45, Bismarck



Dienstag, 27. Mai 2025

15:00 bis 17:00 Uhr
Gemeinsamer Spaziergang „Läuft bei uns – aber Hauptsache gemeinsam!“

Spaziergang durch den Park Schloss Berge. Auf der Route sind Toiletten und Sitzmöglichkeiten vorhanden. Die Spaziergangspatinnen und -paten des Generationennetz und eine Rikscha der Rikscha-Flotte begleiten die Gruppe. Jede:r läuft in seinem/ihrem Tempo, aber Hauptsache gemeinsam! Daher wird es eine kleinere und eine größere Route geben. Auf halber Strecke wird eine Pause mit Kaffee und Gebäck eingelegt. Dauer etwa 2 Stunden (Verschnaufpausen eingerechnet)

Treffpunkt ist ab 14.45 Uhr am Eingang in den Park von der Kurt-Schuhmacher-Straße, Ecke Emil-Zimmermann-Allee (Haltestelle Linie 302 Berger See), Buer
Informationen bei Linda Benkel, Tel. 0209 169-5432

15.30 bis 17:00 Uhr
Ückendorf hören

Wie hört sich Ückendorf an? Dieser Frage gehen wir gemeinsam auf den Grund. Dazu machen wir einen Spaziergang durch den Stadtteil, halten an verschiedenen Stationen inne, hören genau hin und sprechen über unsere Eindrücke.

Treffpunkt Haupteingang Wissenschaftspark, Munscheidstraße 14, Ückendorf

17:00 bis 18:00 Uhr
Vorstellung Mädchenzentrum – Open Mädchenzentrum

Das Mädchenzentrum stellt seine Angebote für Mädchen und junge Frauen in Gelsenkirchen vor: Freizeitangebote und Mädchengruppen, Beratungsstelle, Mobiles Mädchenzentrum und MädchenMusikAkademie stellen sich vor.

Mädchenzentrum Gelsenkirchen, MädchenRaum, Schalker Straße 71, Schalke

18:00 bis 20:00 Uhr
Mach aus einsam ein GEMEINSAM!

Selbst-Hilfe-Kontaktstelle, VHS Gelsenkirchen und Zentralbibliothek informieren über das Thema Einsamkeit und bieten sich zum Austausch an. Zudem wird der Städtische Sozialbericht vorgestellt.

Bildungszentrum – VHS, Ebertstraße 19, Raum 207, Altstadt



18:00 bis 20:00 Uhr
Zuhören – Verstehen – Geltenlassen – komm und sprich mit uns!

Was immer Du auf dem Herzen hast: Wir hören zu! Viele sehnen sich nach einem Ort, an dem sie gehört und verstanden werden. Der Mobile Zuhörpavillon ist dieser Ort: Ihr sprecht über das, was Ihr auf dem Herzen habt, wir schenken Euch Aufmerksamkeit.

Im Rahmen der Veranstaltung im Bildungszentrum Altstadt

16:00 bis 18:30 Uhr
Offenes Strick- und Häkeltreffen

Der Runde Tisch Feldmark lädt ein. Jede(r) ist willkommen: Zum Mitmachen oder Klönen auf einen Kaffee (14-tätiges Angebot).

K64 – Treffpunkt des Rundes Tisches Feldmark, Küppersbuschstraße 64, Feldmark