



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
01/2026

Bildung | Geselligkeit | Konzerte | Lesungen | Sport



**Ruhrfestspielstadt
RECKLINGHAUSEN**

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

Mainstraße 4a, 45768 Marl
Mail: info@asb-vest-re.de | Internet: 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.



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



Vorwort



„Die wahre Lebenskunst besteht darin, im Alltäglichen das Wunderbare zu sehen.“

Pearl S. Buck

Liebe Recklinghäuser Senior*innen,

unsere Stadt ist voller Leben, reich an Vielfalt und bietet eine Menge an Möglichkeiten. Auch für ältere Menschen gibt es immer wieder Neues zu entdecken. Mit dem Seniorenveranstaltungskalender möchten wir Ihnen einen bunten Überblick über Angebote geben, die inspirieren, Freude bereiten und zum Mitmachen einladen.

Ob kulturelle Veranstaltungen, informative Angebote, gemeinsame Aktivitäten oder Begegnungen in geselliger Runde – die vielfältigen Programmpunkte bieten Ihnen Gelegenheit, Interessen zu vertiefen, Neues auszuprobieren und mit anderen in Kontakt zu kommen. Vielleicht möchten Sie sich fit halten, entspannt plaudern, Kreativität entfalten oder einfach in angenehmer Atmosphäre schöne Stunden verbringen.

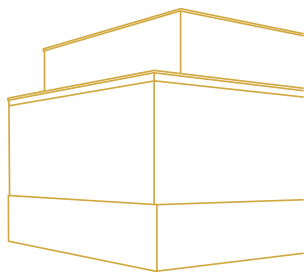
Im Mittelpunkt steht dabei vor allem das, was unser Leben so kostbar macht: gemeinsame Momente, anregende Gespräche, Lachen und Austausch. Genau diese Augenblicke schaffen Verbundenheit und tragen dazu bei, dass Recklinghausen ein Ort bleibt, an dem Menschen füreinander da sind und Gemeinschaft gelebt wird.

Wir laden Sie herzlich ein, im Veranstaltungskalender zu stöbern und Angebote zu entdecken, die Ihnen Freude bereiten und Ihren Alltag bereichern.

Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen beim Erkunden und viele schöne Begegnungen und Erlebnisse!

Axel Tschersich
Bürgermeister der Stadt
Recklinghausen

Dr. jur. Bernhard-Sebastian Sanders
Beigeordneter
Sozialdezernent



ZAHN
KLINIK+
RECKLINGHAUSEN

**WO DENN
SONST?**

ALLES UNTER EINEM DACH



ZAHNARZTPRAXIS+
ZAHNKLINIK+. GMBH. MVZ
INNOVATION. LEIDENSCHAFT. VERTRAUEN.



IMPLANTAT
ZENTRUM+
RECKLINGHAUSEN



KIEFERORTHOPÄDIE+
ZAHNKLINIK+. GMBH. MVZ
INNOVATION. LEIDENSCHAFT. VERTRAUEN.

Zahnpiraten+
KINDERZAHNARZTPRAXIS



HERTENER STRASSE 10 45657 RECKLINGHAUSEN

WWW.ZAHNKLINIKPLUS.DE

Inhalt

<u>Vorwort</u>	3
<u>Bericht des Seniorenbeirates</u>	6
<u>Regelmäßige Veranstaltungen</u>	8
<u>Januar</u>	12
<u>Februar</u>	18
<u>März</u>	22
<u>April</u>	27
<u>Mai</u>	33
<u>Juni</u>	34
<u>Impressum</u>	36
<u>Seniorentreffpunkte</u>	39
<u>Beratungsangebote</u>	40
<u>Veranstaltungsorte</u>	42

Seniorenforum 2025

Wahl des Seniorenbeirates

Nach der Satzung für den Seniorenbeirat, besteht dieser aus 20 über 60jährigen Mitgliedern und wird mittels einer Delegiertenversammlung, dem Seniorenforum, gewählt. Diese Versammlung setzt sich aus Vertretern einer Vielfalt örtlicher Seniorentreffs, Verbände, Organisationen und Einrichtungen zusammen, in denen ehrenamtlich für und mit älteren Menschen gearbeitet wird.

Am 20.11.2025 sind aus 14 Organisationen und Einrichtungen 38 Delegierte zusammengekommen, mit dem Ziel, den Seniorenbeirat für die Jahre 2025 bis 2029 zu wählen. Insgesamt waren 70 Interessierte Personen vor Ort. Der neu gewählte Bürgermeister Herr Axel Tschersich hat zu dieser Veranstaltung eingeladen und leitete diese ebenfalls.

Der Vorsitzende Herr Jörg Fleck stellte die großen Erfolge der abgelaufenen Legislaturperiode dar. Er wies insbesondere auf die neuen Strukturen und auf das erhöhte Budget hin.

Die Sprecher*innen der Arbeitskreise (AK) Medien, Soziales, Kultur und Stadtentwicklung- Umwelt- Verkehr (StUV) stellten Ihre Projekte vor, legten Rechenschaft über die Abläufe in den jeweiligen Arbeits-

kreisen ab und beleuchteten Projekte und Pläne für die Zukunft.

Herr Tschersich eröffnete anschließend die Wahl für den Beirat. Die Auszählung fand unter der Anwesenheit eines freiwilligen Seniorenbeiratsmitglieds statt.

Es wurden folglich 20 Beiräte gewählt: Dr. Apel Arno, Frau Schober Angelika, Frau Werth Eva-Maria, Frau Wuttke Brigitte, Herr Jandt Norbert, Herr Wendt Detlef, Frau Fleck Silvia, Frau Meinberg, Frau Demski Maria, Frau Jansen Maria, Herr Freitag Holger, Herr Gürtler Michael, Herr Spiekermann, Frau Döring Hannelore, Frau Ackermann-Richter Felizia, Herr Fröhleke Norbert, Frau Pirk Heidrun, Herr Schmeller Lothar, Frau Duhme Notburga, Herr Herrmann Jürgen.

Der neue Vorstand wird in der konstituierenden Sitzung am 19. Januar 2026 gewählt.

Der neu gewählte Seniorenbeirat freut sich über Anregungen der Recklinghäuser Seniorinnen und Senioren.

An Ihrer Seite als Bestatter für Recklinghausen.



Carsten & Sebastian Laatsch

Bestattungshaus im Vest

Am Nordfriedhof in Recklinghausen, Franz-Bracht-Straße 154, wurde ein neues Bestattungsunternehmen gegründet. Die Geschäftsführer Carsten und Sebastian Laatsch sind vertrauensvolle und erfahrene Bestatter mit mehreren Niederlassungen im Kreis Recklinghausen. In Castrop-Rauxel und Oer-Erkenschwick führen sie Bestattungen Friedrich, in Datteln Bestattungen Berg sowie in Marl Bestattungen Breuckmann.

Das Bestattungshaus im Vest OHG ist ein erfahrener Bestatter für Bestattungen aller Art

im Kreis Recklinghausen. Das Unternehmen begleitet Menschen in schweren Zeiten – einfühlsam, zuverlässig und rund um die Uhr. Im Mittelpunkt stehen die individuelle Trauerbegleitung sowie umfassende Leistungen rund um Erdbestattung, Feuerbestattung, Überführung und Bestattungsvorsorge.

Mit fünf Filialen im Kreis Recklinghausen bieten die Bestatter Carsten und Sebastian Laatsch Angehörigen ebenso wie Vorsorgenden einen vertrauensvollen Rahmen.



Recklinghausen

Bestattungshaus im Vest
Franz-Bracht-Str. 154 | Feldstr. 21
Tel. 0 23 61 . 16 111

www.bestattungenvest.de

Marl

Bestattungen Breuckmann
Halterner Str. 179 | Brassertstr. 76
Tel. 0 23 65 . 98 66 21
bestattungen-breuckmann.de

Datteln

Bestattungshaus Berg
Castroper Str. 68
Tel. 0 23 63 . 6 10 63
bestattungen-berg.info

Oer-Erkenschwick

Bestattungen Friedrich
Ahsener Str. 75
Tel. 0 23 68 . 8 10 87
friedrich-bestattungen.de

Castrop-Rauxel

Bestattungen Friedrich
Am Markt 8
Tel. 0 23 05 . 7 64 63
friedrich-bestattungen.de



Im Notfall nur einen
Knopfdruck entfernt
Der Malteser Hausnotruf

Exklusiv für Sie
in Recklinghausen
3 Monate
für 50%*



Malteser

...weil Nähe zählt.

**Rundum gut
versorgt**

Sie benötigen Unterstützung zu Hause? Oder haben einen Herzenswunsch, der auf Erfüllung wartet? Als Malteser sind wir mit vielen sozialen Diensten für Sie da und vermitteln Haushalts-hilfen, Pflegeberatung und weitere Hilfen, die ihr Leben sorgenfreier machen:

☎ 0151 284 770 22
(Mo-Do 8-17 Uhr)

Einfach anrufen oder online Termin vereinbaren mit

Ihrem Rabattcode: **ASR-26-NRW**

0800 9966012

(kostenlos, Mo-Fr von 8-20 Uhr)



malteser-hausnotruf.de

* Hausnotruf-Angebot gilt bis 31.12.2026 bei Neuanschluss für alle Hausnotruf-Leistungen, die nicht von der Pflegekasse übernommen werden. Die Kosten werden aus abrechnungstechnischen Gründen im ersten vollen Kalendermonat der Versorgung erlassen, der auf den Monat des Anschlusses folgt.

Regelmäßige Veranstaltungen

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

Jeden Mo., 15:00 bis 16:30 Uhr

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, Alzheimer Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V.

Ansprechpartnerin:

Melanie Hippe Tel.: 02361 / 485 80 88

Jeden Mo., 15:00–17:00 Uhr

Jeden Mi., 15:00 - 17:00 Uhr

Senioren-Internetcafé

Beratung und Hilfe bei Problemen mit dem Smartphone oder Tablet.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 Personen.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Start am 25.08.2025

Veranstaltungsort: K 17 (Kaiserwall 17 im Haus der Diakonie)

Veranstalter: Arbeitsgruppe Digitales des Seniorenbeirates Recklinghausen,

Telefon: 0160 95579114

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

Life Kinetik

Ort: Matthäushaus, Holthoffstr. 22

Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,

Ansprechpartnerin: Stephanie Johnke 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: Stephanie Johnke Tel. 02361-10 20 10

Mo., 14tägig, 15.30–17:00 Uhr

„Vergissmeinnicht“ Chor für Seniorinnen und Senioren

Wir singen Volkslieder und alte Schlager

Ort: Beethovenstr. 31

Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,

Ansprechpartnerin: Stephanie Johnke

Tel. 02361-10 20 10

Jeden 1. Di., 15:00-16:30 Uhr

Tanztreff für Seniorinnen und Senioren

Musik und Rhythmus wecken unsere Lebensgeister!

Freies Tanzen und angeleitete Schrittfolgen mit Tanzlehrer*in mit Live Musik.

Ort: Beethovenstr. 31

Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,

Ansprechpartnerin: Stephanie Johnke Tel. 02361-10 20 10

Regelmäßige Veranstaltungen

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 ehem. Café Denk mal

Veranstalter: Diakoniestation Recklinghausen,

Ansprechpartnerin: Stephanie Johnke Tel. 02361-10 20 10

Jeden Mi., 12:00 bis 13:00 Uhr

Offener Mittagstisch im Paulusviertel

Ein Team von Ehrenamtlichen freut sich auf BesucherInnen, die das Angebot zum Essen mit geselligem Beisammensein in Anspruch nehmen möchten. Das Angebot ist kostenlos, um Spenden wird gebeten. InteressentInnen melden sich bitte an bei: Frau Brenda Overhoff, Telefon 0172 617 17 59

Ort: Treffpunkt Wildermannstraße (DKSB), Wildermannstraße 53

Weitere Informationen: Stadtteilbüro Paulusviertel, Ansprechpartner: Helmut Scholtz, Telefon 02361 485 888 5

Jeden Mi., 13:00 bis 14:00 Uhr

Spaziergangsgruppe Komm doch mit!

Gemeinsam mit anderen spazieren gehen!

Sich gemeinsam bewegen und anschließend gemütlich Kaffee trinken ist gesund und macht richtig Spaß.

Ort: Stadtteilbüro Paulusviertel, Auf den Flachsbeckwiesen 2, 45659 Recklinghausen

Weitere Informationen: Stadtteilbüro Paulusviertel, Ansprechpartner: Helmut Scholtz, Telefon 02361 485 888 5

Jeden 1. Mi., 15:00 bis 16:00 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. Das Angebot ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Treffpunkt: Parkplatz Café Herzlich,

An der Mollbecke 2, 45659 Recklinghausen

Alzheimer Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V.

Ansprechpartnerin:

Melanie Hippe Tel.: 02361 /485 80 88



BIRGIT HÖHNISCH-TEMPEL

MED FUSSPFLEGE
UND PODOLOGIN

Kassenzulassung
Mitglied im ZFD

Herzogswall 46

45657 Recklinghausen

☎ 02361-9 79 20 20

Regelmäßige Veranstaltungen

Jeden 2. Mi., 09:00 – 11:00 Uhr

Ökumenisches Grullbad-Frühstück St. Joseph

Veranstalter: Ehrenamtliche der evangelischen Kirche Süd und der kath. Pfarrgemeinde St. Joseph

Ort: Schulungsraum des DRK, Kölner Str. 20

Ansprechpartner: Dietlinde Hülsdau, Tel. 02361 3026190

Jeden 2. Mi., 15:00 bis 17:00 Uhr

Das Tanzcafé - Darf ich bitten?

Das Angebot richtet sich an alle, die "Freude am Tanzen" haben, unabhängig von individuellen Herausforderungen; geeignet auch für Menschen mit Demenz. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Treffpunkt: Tanzhaus La Danza, Herner Straße

160, 45659 Recklinghausen

Alzheimer Gesellschaft Vest Recklinghausen e.V.

Ansprechpartnerin:

Melanie Hippe Tel.: 02361 / 485 80 88

Jeden Mi., 15:00–17:00 Uhr

Senioren-Internetcafé

Beratung und Hilfe bei Problemen mit dem Smartphone oder Tablet. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Eine Anmeldung ist erforderlich. Start: 07.01.2026

Veranstaltungsort: K17 (Kaiserwall 17 im Haus der Diakonie),

Veranstalter: Arbeitsgruppe Digitales des Seniorenbeirates Recklinghausen

Telefon: 0160 95579114

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:

Stephanie Johnke Tel. 02361-10 20 10

IHR NEUES ZUHAUSE WARTET AUF SIE!

Moderne, schöne Wohnungen zu bezahlbaren Preisen: Das gibt es bei der Wohnungsgesellschaft Recklinghausen mbH. Egal ob für Singles, Familien oder Senioren, mit einem Bestand von 1.600 Wohnungen finden Sie das passende Zuhause bei uns.

Als Tochter der Stadt Recklinghausen steht für uns der Mensch im Mittelpunkt. Wir schaffen Wohnraum in der Region, fördern die soziale Entwicklung der Stadt und stehen als fairer Vermieter für Qualität und Service.

Interesse geweckt? Nehmen Sie Kontakt zu unserem Vermietungs-Team auf. Wir freuen uns auf Sie!

Am Neumarkt 21 | 45663 Recklinghausen
02361 1807-77 | vermietung@wg-re.de | www.wg-re.de



Regelmäßige Veranstaltungen

**Jeden 1.Do. im Monat,
18:30 bis 20:00 Uhr**

ZWAR, Zwischen Arbeit und Ruhestand, Basisgruppentreffen

Die ZWAR Gruppe ist eine offene, selbst-organisierte Gemeinschaft interessierter Bürgerinnen und Bürger, die gemeinsam Freizeitaktivitäten planen und durchführen. Sie treffen sich monatlich zur Abstimmung und Verabredung

*Ort: Treffpunkt Wildermannstraße (DKSB),
Wildermannstraße 53*

*Weitere Informationen: Stadtteilbüro Paulusvier-
tel, Ansprechpartner: Helmut Scholtz, Telefon
02361 485 888 5*

**Jeden letzten Do. im Monat, 18:30–20Uhr
Digitaler Lotsendienst**

Beim Treffen des Digitalen Lotsendienstes werden zu Beginn eine kleine Informationseinheit zu unterschiedlichen Themen durchgeführt und im Anschluss Einzelfallhilfe geleistet

Ort: Treffpunkt Wildermannstraße (DKSB), Wildermannstraße 53

*Weitere Informationen: Stadtteilbüro Paulusvier-
tel, Ansprechpartner: Helmut Scholtz,
Telefon 02361 485 888*

**Jeden letzten Do. im Monat, 18:30 Uhr
Digitaler Lotsendienst**

Es wird jeweils ein bestimmtes digitales Thema behandelt. Anschließend können individuelle Fragen geklärt werden.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

*Veranstaltungsort: Treffpunkt Wildermannstraße,
Wildermannstraße 51-53,*

in den Räumen des Kinderschutzbundes.

*Veranstalter: Arbeitsgruppe Digitales des Senio-
renbeirates Recklinghausen*

Telefon: 0160 95579114



Elisabeth Krankenhaus GmbH
Röntgenstr. 10
45661 Recklinghausen
Tel.: 02361 / 601 - 0
info@ekonline.de

WIR KÜMMERN UNS UM IHRE GESUNDHEIT

ELISABETH KRANKENHAUS
RECKLINGHAUSEN



www.ekonline.de

Di., 06.01.2026, 19:30 Uhr

Sinfoniekonzerte

Neujahrskonzert

Neujahrskonzert der „Neuen Philharmonie Westfalen“ mit Markus Wallrafen (Moderation)

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Fr., 09.01.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

F@irnet-C@fe

Treffpunkt und Plattform zu digitalen Themen für die Generation 60plus
Basis-Seminar zur DB-Ticket-Buchung auf dem Smartphone / Tablet
Bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone bzw. Tablet mit

Veranstalter: RE-MEDIEN

E-Mail: reckmedien@gmail.com

So., 11.01.2026, 11:00 Uhr

Sinfoniekonzerte

Neujahrskonzert

Neujahrskonzert der „Neuen Philharmonie Westfalen“ mit Markus Wallrafen (Moderation)

Bürgerhaus Süd, Körnerplatz 2, RE

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel. 02361 50-1881

Mo., 12.01.2026, 08:45 Uhr

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen

Kurs 33-334, 6 x, Pfarrheim St. Suitbert, St. Suitbert- Platz, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., 12.01.2026, 09:45 Uhr

Veranstaltungsreihe

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

Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit und Bewegung im Stehen oder Sitzen steigern körperliches Wohlbefinden sowie geistige Leistungsfähigkeit und Lebensfreude.

Kurs 33-317, 11 x, Pfarrheim Herz Jesu, Niederstr. 29, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de



Pflegeberatung

Bianca Greve

Pflegeberatung für Pflegebedürftige, Angehörige und Pflegende

Häusliche Schulungen

Pflegekurse

Beratung zur Überleitungspflege

Pflegeberatung nach § 37 SGB XI.3

Die Kosten der Beratungen und Schulungen werden von der Pflegekasse übernommen.

Fürst-Leopold-Allee 80 · 46284 Dorsten · Tel.: +49 2362 966 22 00
info@pflegeberatung-greve.de · www.pflegeberatung-greve.de

Mo., 12.01.2026, 10:30 Uhr

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen

Kurs 33-337, 6 x, Pfarrheim St. Suitbert,
St. Suitbert- Platz, Anmeldung bei der
FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., 12.01.2026, 15:00 Uhr, Kurs 32-004, 11 x

Mi., 14.01.2026, 18:00 Uhr, Kurs 32-007, 13 x

Fr., 16.01.2026, 09:00 Uhr, Kurs 32-010, 12 x

Veranstaltungsreihe

Qigong

Harmonische, fließende, langsame Bewegungen. Sanftes Training für Muskeln, Gelenke und Sehnen, Stabilisierung der Wirbelsäule. Auch bei Bewegungseinschränkungen aller Art.

Kurs 32-004, 11 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., 12.01.2026, 18:00 Uhr, Kurs 33-101, 10 x

Mo., 12.01.2026, 18:50 Uhr, Kurs 33-104, 10 x

Do., 22.01.2026, 09:10 Uhr, Kurs 33-111, 10 x

Veranstaltungsreihe

Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer

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

Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., 12.01.2026, 18:00 Uhr, Kurs 52-001, 10 x

Di., 13.01.2026, 09:00 Uhr, Kurs 52-004, 12 x

Veranstaltungsreihe

Nähen für Fortgeschrittene

St. Petrus Canisius- Pfarrheim,
Canisiusstr. 2, Anmeldung bei der FBS
erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Top Service und

faire Preise

Mit uns immer ein Heimspiel!

Strom & Gas
mit erstklassigem
Service.

Persönlich. Nah. Einfach gut beraten:
im Kundenbüro, Münsterstr. 22

Gut fürs Klima
Gut für unsere Stadt
STADTWERKE
Recklinghausen

Januar

Mo., 12.01.2026, 18:30 Uhr

Veranstaltungsreihe

Seniorenport für Frauen über 70

Kurs 33-346 9 x, Turnhalle Maybachstr.,

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 13.01.2026, 09:00 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 33-331, 11 x, Pfarrheim St. Barbara,

Eulenstr.16, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 13.01.2026, 09:45 Uhr, Kurs 33-320 11 x

Die, 13.01.2026, 11:00 Uhr, Kurs 33-324, 11 x

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen und Männer ab 65

Jeder kann so gut er kann, ohne Zwang und Muss. Aufwärmarbeit, Dehn-u. Kräftigungsübungen, Geh-u. Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik, Entspannung.

Personen mit Gehbeeinträchtigungen herzlich willkommen. Kurs 33-324, 11 x, St. Antonius, Pfarrheim, Antoniusstr. 14,

Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 13.01.2026, 16:00 Uhr

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen und Männer ab 70

Jeder kann so gut er kann, ohne Zwang und Muss. Aufwärmarbeit, Dehn-u. Kräftigungsübungen, Geh-u. Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik, Entspannung.

Personen mit Gehbeeinträchtigungen herzlich willkommen. Kurs 33-328 11 x, Pfarrheim, Liebfrauenstr. 1, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 13.01.2026, 19:30 Uhr

Theater in Bürgerhaus Süd

Das perfekte Geschenk

Weihnachts-Komödie von Florian Battermann

Bürgerhaus Süd,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Di., 13.01.2026, 19:30 Uhr

Sinfoniekonzerte

Weggefährten

5. Sinfoniekonzert mit Mirijam Contzen an der Violine und Mino Marani als Dirigent

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel.

02361 50-1881

Mi., 14.01.2026, 16:00 Uhr, Kurs 33-401, 13 x,

Mi., 14.01.2026, 17:00 Uhr, Kurs 33-404, 13 x,

Do., 15.01.2026, 16:00 Uhr, Kurs 33-407, 11 x,

Do., 15.01.2026, 17:00 Uhr, Kurs 33-410, 11 x,

Veranstaltungsreihe

Neuromuskuläres Krafttraining an

Sequenz-Trainingsgeräten

Das ganzheitliche Training fördert alle Ebenen der Motorik: Tiefensensibilität, reflektorische Stabilisierungs- fähigkeit, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und

Beweglichkeit und schützt so vor Verletzungen im Alltag. Prosper- Hospital, Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte, Kemnaster. 23 a, 45657 RE, Tel.: 02361 4064020, www.fbs-recklinghausen.de

Mi., 14.01.2026, 18:00 Uhr

Film

Akte D – Mythos Trümmerfrau

Neben der Währungsreform und dem Wirtschaftswunder zählen die Trümmerfrauen zu den Gründungsmythen der deutschen Nachkriegszeit.

Die Dokumentation „Mythos Trümmerfrauen“ nimmt dieses Narrativ kritisch unter die Lupe. In einer packenden Spurensuche beleuchtet der Film, wie der Wiederaufbau der Nachkriegsjahre tatsächlich vonstatten ging – und zeigt, dass sich vieles von dem, was wir bis heute darüber zu wissen glauben, so nie zugetragen hat...

Eine vorherige Anmeldung unter der Email-Adresse stadtgeschichte@recklinghausen.de ist erforderlich, die Teilnahme ist gebührenfrei.

Veranstalter: Institut für Stadtgeschichte

Do., 15.01.2026, 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, 11 x, Pfarrheim, Liebfrauenstr.1, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., 15.01.2026, 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 32-001, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., 15.01.2026, 18:15 Uhr

Veranstaltungsreihe

Zumba Gold - Für ältere aktive Menschen und Einsteigende

Für Zumba-Einsteigende und ältere Menschen. Auf verschiedene Probleme mit dem Bewegungsapparat ausgerichtet. Gelenkschonende Tanzelemente und Rhythmen.

Kurs 33-007, 13 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., 15.01.2026, 18:30 Uhr

Veranstaltungsreihe

Klangmeditation

Kurs 32-021, 9 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Januar

Fr., 16.01.2026, 10:00–11:30 Uhr

F@rnet-C@fe

Treffpunkt und Plattform zu digitalen Themen für die Generation 60plus
4-teiliges Basis-Seminar zu Android auf dem Smartphone / Tablet

Folgetermine sind: 23/30.01. und 06.02.

Bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone bzw. Tablet sowie die Daten Ihres Google-Kontos mit

Veranstalter: RE-MEDIEN

E-Mail: reckmedien@gmail.com

Fr., 16.01.2026, 20:15 Uhr

Veranstaltungsreihe

Entspannung und Dehnung

Kurs 32-024, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Fr., 16.01.2026, 14:00–16:00 Uhr

DRK Seniorennachmittag beim

DRK Kreisverband RE

Geselliger Seniorennachmittag -

Thema Übungen mit Bällen

Im Januar dreht sich alles um das Thema fitmachen mit einem leichter, seniorengerechter Bewegung, die mit leichten Bällen ausgeführt wird

DRK-Kreisverband

Kosten: 5,00 €

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

Di., 20.01.2026, 18:00 Uhr, Kurs 33-301, 9 x

Di., 20.01.2026, 19:00 Uhr, Kurs 33-304, 9 x

Veranstaltungsreihe

Gymnastik mit Anleitung zum autogenen Training

Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 20.01.2026, 19:30 Uhr

Boulevard im Ruhrfestspielhaus

Und wenn wir alle zusammenziehen

Komödie von Anna Bechstein nach dem französischen Kinofilm von Stéphane Robelin

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Mi., 21.01.2026, 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, 9 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mi., 21.01.2026, 16:00 Uhr

Führung

Sagenhaftes Recklinghausen

Eine Führung durch das sagenhafte Recklinghausen. In der RETRO STATION gibt es viele Dinge zu entdecken, die mit den alten Sagen aus dem Vest Recklinghausen verbunden sind. Die Veranstaltungsdauer beträgt ca. 1 Stunde, die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung unter stadtgeschichte@recklinghausen.de ist erforderlich.

Veranstalter: Institut für Stadtgeschichte/RETRO STATION

Do., 22.01.2026, 10:00 Uhr

Veranstaltungsreihe

Bewegung-Freude-Wohlbefinden

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

Kurs 33-307, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Fr., 23.01.2026, 18:00 Uhr, Kurs 33-340, 10 x

Fr., 23.01.2026, 19:00 Uhr, Kurs 33-343, 10 x

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen

Kurs 33-340, 10 x, Turnhalle Ortlohstr. / Clarastr., Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Fr., 23.01.2026, 19:30 Uhr

Sinfoniekonzerte

NPW goes Comedy

Mit Christopher Hall an der Klarinette und Moderation, Enrico Delamboyne als Dirigent

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, T

el. 02361 50-1881

Sa., 24.01.2026, 15:00 Uhr

Kulturquartier Recklinghausen

Sitztanzen

Musikschule der Stadt Recklinghausen,
Veranstalter: Kulturquartiersmanagement, Tel. 02361 50-1890

Anmeldung erforderlich unter: kulturkommt@recklinghausen.de

So., 25.01.2026, 11:00 Uhr

Konzerte der klassischen Musik

Debut um 11

Konzertreihe zur Förderung junger Musiker*innen seit 1922

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Kartenreservierung unter

Tel. 02361-23702

Fr., 30.01.2026, 18:00 Uhr

Jazz in der Kunsthalle

Os Afro Sambas

Mara Minjoli als Vocals, Joao Luis No-gueira Pinto an der Gitarre und Andre de Cayres an dem Bass

Kunsthalle,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881



IHR PREMIUM-HÄNDLER IM VEST.








Vogelsang Automobile GmbH & Co. KG

Rottstraße 118
45659 Recklinghausen
Tel 02361 91930

info@vogelsang-automobile.de
www.vogelsang-automobile.de

VOGELSANG AUTOMOBILE

Februar

Di., 03.02.2026, 19:30 Uhr

Sinfoniekonzerte

Beziehungen

6. Sinfoniekonzert mit Raphaela Gromes am Violoncello und Enrico Calesso (Leitung)

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia, Otto-Burmeister-Allee 1, 45657 Recklinghausen

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel.

02361 50-1881

Mi., ab 04.02.2026, verschiedene

Einzeltermine, 14:30 Uhr

Offenes Angebot

Digital-Treff – 26A-5000

Im Digital-Treff erhalten Sie Hilfe bei allgemeinen Fragen rund um digitale Geräte, Apps und Online-Dienste. Kostenfreies Angebot

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Mi., 04.02., 11.02., 25.02., 04.03.2026

(4 x) 10:00 Uhr

Grundkurs

Smartphone ganz einfach – 26A-5001

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Android-Gerät sowie das dazugehörige Passwort mit. (nur Android!).

Entgeltstaffelung: 5 - 6 TN: 46,00 €, 7-8

TN: 35,00 Euro Sans

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Do., 05.02.2026, 09:00 Uhr

Veranstaltungsreihe

Nähen für Fortgeschrittene

Kurs 52-008, 10 x, St. Antonius, Pfarrheim, Antoniusstr.14, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., ab 05. Februar, 8 Termine 16.30 Uhr

Kurs

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung – 26A-3108

Die Feldenkrais-Methode nutzt bewusste, langsame Bewegungen zur Verbesserung der Körperwahrnehmung. Eine gute Haltung, mehr Beweglichkeit und Schmerzreduktion sind weitere positive Begleiterscheinungen.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Do., 05.02.2026, 19:30 Uhr

Schauspiel im Ruhrfestspielhaus

Herr Lehmann-Elektrolyte, Liebe und der Sound der 80er

Schauspiel nach dem Roman von Sven Regener

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Fr., 06.02.2026, 19:30 Uhr

Musiktheater im Ruhrfestspielhaus

Servus Peter: Die Peter Alexander Jubiläumsshow

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Sa., 07.02.2026, 19:30 Uhr

Kabarett

Mirja Boes: Arschbombe Ole

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

So., 08.02.2026, 11:00 Uhr

Rathauskonzerte

3. Rathauskonzert – Im Schatten der Stille

Rathaus, Rathausplatz 3, 45657 Recklinghausen

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel. 02361 50-1881

Di., 10.02.2026, 18:00 Uhr

Vortrag

Dynamische Stromtarife - eine lohnende Sache? – 26A-5900

Kostenfreies Angebot. Anmeldung erforderlich,

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Do., 12.02.2025, 15:00 Uhr

Führung – 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 erklärt und deren ursprüngliche Bedeutung offengelegt. Eine vorherige Anmeldung unter der Email-Adresse stadtgeschichte@recklinghausen.de ist erforderlich, die Teilnahme ist gebührenfrei.

*Veranstalter: Institut für Stadtgeschichte/
RETRO STATION*

Hohenzollernstr. 12, 45659 Recklinghausen



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

**Tradition
seit 1876**

Castroper Str. 39 · Recklinghausen · info@bestattungen-overmann.de

Blumen-Center u. Friedhofsgärtnerei

Fromm

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

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

Februar

Fr., 13.02.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

Fr., 20.02.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

F@rnet-C@fe

Treffpunkt und Plattform zu digitalen

Themen für die Generation 60plus

Vortrag: Kaufberatung Smartphone

Veranstalter: RE-MEDIEN

E-Mail: reckmedien@gmail.com

Oerweg 38, Haus 3, 45657 Recklinghausen

Sa., 14.02.2026, 19:30 Uhr

Kulturquartier Recklinghausen

Jazzy Februar: Mit Liebe & Herz

Musikschule der Stadt Recklinghausen,

Veranstalter: Kulturquartiersmanagement,

Tel. 02361 50-1890

Mi., 18.02.2026, 19:30 Uhr

Schauspiel

Die Goldfische

Eine Inklusionskomödie nach dem gleichnamigen Kinofilm von Alireza Golafshan.

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Do., ab 19. Februar, 10 Termine 18.00 Uhr

Kurs

Bridge ist ein Tor zur Welt – Teil 1

26A-3300

Bridge ist ein weltweit beliebtes, anspruchsvolles Kartenspiel, das Geselligkeit und Strategie verbindet. Leicht zu lernen, aber komplex zu meistern. Der Kurs richtet sich an Anfänger*innen.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Do., ab 19. Februar, 6 Termine, 18:00 Uhr

Kurs

Einführung in die Landschaftsmalerei mit

Gouache-Farben – 26A-2206

Gouache ist ein vielseitiges, wasser- verdünntes Farbmedium, gut geeignet für Einsteiger*innen. Im Kurs werden Zeichentechnik, Perspektivgestaltung und Wissenswertes zum Bildaufbau vermittelt, so dass eigene Motive umgesetzt werden können.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Fr., 20.02.2026, 14:00 - 16:00 Uhr

DRK Seniorennachmittag

beim DRK Kreisverband RE

„Geselliger Seniorennachmittag“ -Thema:

Winterliche Geschichten

Wenn es draußen noch kalt und dunkel

ist und man sich nach dem Frühling und

Sonne sehnt, ist es Zeit für schöne Ge-

schichten bei einem heißen Kaffee oder

einem warmen Tee. – Lehnen Sie sich

zurück und lauschen Sie den Geschichten

unserer Vorleserinnen, die von Winter,

Wärme und Wohlwollen sprechen. Seien

Sie gespannt.

DRK-Kreisverband

Kosten: 5,00 €

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.

Fr., 20.02.2026, 18:00 Uhr

Kulturquartier Recklinghausen

LINE DANCE: Oldies & Evergreens

Altstadtschmiede

Veranstalter: Kulturquartiersmanagement,

Tel. 02361 50-1890

Fr., 20.02.2012, 19:00 Uhr

Schauspiel im Bürgerhaus Süd

Furcht und Elend des Dritten Reiches

von Bertolt Brecht

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Sa., 21.02.2026, 15:00 Uhr

Kindertheater im Bürgerhaus Süd

Emil und die Detektive

Ein Familienmusical

Bürgerhaus Süd

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel.

02361 50-1881

So., 22.02.2026, 11:00 Uhr

Sinfoniekonzerte

Debut um 11

Konzertreihe zur Förderung junger Musiker*innen seit 1922.

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Mi., 25.02.2026, 18:00 Uhr

Online-Vortrag

Vom Keller bis zum Dach - Wie saniere ich mein Gebäude richtig? – 26A-5903D

Kostenfreies Angebot. Anmeldung erforderlich,

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Fr., 27.02.2026, 09:30 - 10:15 Uhr

bzw. 10:30 - 11:15 Uhr

F@irnet-C@fe

Treffpunkt und Plattform zu digitalen

Themen für die Generation 60plus

Sprechstunden zu digitalen Themen

Nennen Sie bei der Anmeldung bitte,

zu welchem Gerät bzw. Thema Sie

beraten werden möchten.

Veranstalter: RE-MEDIEN

E-Mail: reckmedien@gmail.com

Fr., 27.02.2026, 19:30 Uhr

Boulevard im Bürgerhaus Süd

Es ist nur eine Phase, Hase

Von Stefan Vögel frei nach dem gleichna-

migen Buch von Maxim Leo und Jochen

Gutsch.

Bürgerhaus Süd *Veranstalter:*

Institut für Kulturarbeit, Tel. 02361 50-1881

Samstag, 28.02.2026, 14:00 Uhr

Veranstaltungsreihe

Heilfasten im Frühling (verschiedene

Veranstaltungstage und- uhrzeiten)

Kurs 31-001, 7 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., ab 03.03.2026 (4 x), 09:00 Uhr

Workshop

Digitale Alltagshelfer: Sicher nutzen, entspannt profitieren – 26A-5003

Erleben Sie, wie vielseitig Ihr Android-Smartphone sein kann und lernen Sie Apps und Funktionen kennen, die den Alltag leichter, sicherer und bequemer machen. Bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit. (nur Android!).

Entgeltstaffelung: Entgeltstaffelung: 5 - 6 TN: 70,00 €, 7 - 8 TN: 52,00 Euro Sans, ab 9 TN: 41,00 Euro Sans

Veranstalter: VHS Recklinghausen, Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000, www.vhs-recklinghausen.de

Mi., 04.03.2026, 18:00 Uhr

Einzelveranstaltung

Schönheit von innen – Wohlfühlrituale im Übergang vom Winter zum Frühling
Gesichtsmassage- Ernährung- Achtsamkeitsübungen

Kurs 5531-202, Anmeldung erforderlich

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

Mi., 04. März, 19:00 Uhr

Workshop

Die ePa, das eRezept & Co. Was Sie darüber wissen sollten – 26A-3004

Die Digitalisierung prägt das Gesundheitswesen: eRezpete per eGK, seit 2025 elektronische Patientenakten. Die Veranstaltung klärt auf über Anwendungen, Chancen, Risiken und Datenschutz.

Veranstalter: VHS Recklinghausen, Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000, www.vhs-recklinghausen.de

Do., 05.03.2026, 19:30 Uhr

Friedhofskapelle

Vergessene Stimmen

Friedhofskapelle

Veranstalter: Kulturquartiersmanagement, Tel. 02361 50-1890

Fr., 06.03.2026, 19:30 Uhr

Schauspiel im Ruhrfestspielhaus

Prima Facie

Zeitgenössisches Solostück von Suzie Miller.

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia, Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel. 02361 50-1881



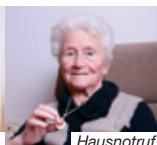
Residenz
am Kuniberg
Wohnen mit Service

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

FÜR IHR GUTES (AUS)SEHEN HABEN WIR IMMER EINE IDEE...

... und für
Ihr gutes Hören
jetzt auch!

Ab 2025 erhalten Sie
Hörsysteme, Zubehör und
fundierte Hörberatung an
gleich zwei Standorten:
In Oer-Erkenschwick
und neu in der
Recklinghäuser Altstadt.

Susanne Timm
Augenoptikerin, seit 2006 bei uns
RE Altstadt

IGA OPTIC

MUES & STERNEMANN

Recklinghausen-Altstadt

Rochusstraße 7
02361-10 22 0

Ab Januar '25 mit Hörakustik

Recklinghausen-Süd

Bochumer Straße 139
02361-65 55 83

Oer-Erkenschwick ^{mit Hörakustik}

Stimbergstraße 98
02368-15 40

März

Sa., 07.03.2026, 19:30 Uhr

Kabarett im Ruhrfestspielhaus

Jochen Malmsheimer: „Dogensuppe Herzogin – ein Austopf mit Einlage“

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Sa., 07.03.2026, 19:30 Uhr

Kulturquartier Recklinghausen

Jazzy März: Frauen im Jazz

Musikschule der Stadt Recklinghausen, Willy-

Brandt-Park 3, 45657 Recklinghausen

Veranstalter: Kulturquartiersmanagement, Tel.

02361 50-1890

So., 08.03.2026, 15:00 Uhr

Kindertheater

Pia und Nino retten das Schlossfest

Mitmach-Musiktheater-Hörspiel ab 5 Jahren

Bürgerhaus Süd,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel.

02361 50-1881

So., 08.03.2026, 18:00 Uhr

Lesebühne

Wer redet, sät, wer zuhört, erntet

Eine szenische Lesung mit Musik zum

Weltfrauentag mit Schauspielerinnen

Anne Schudt und Christine Sommer

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Di., 10.03.2026, 19:30 Uhr

Sinfoniekonzerte

Filmmusik

7. Sinfoniekonzert mit Linus Roth an der

Violine und GMD Rasmus Baumann als

Leitung.

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Do., 12.03.2026, 19:30 Uhr

Kabarett im Ruhrfestspielhaus

Wildes Holz – Block Party

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,

Tel. 02361 50-1881

Fr., 13.03.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

F@irnet-C@fe

Treffpunkt und Plattform zu digitalen

Themen für die Generation 60plus

4-teiliges Basis-Seminar zu iOS auf dem iPhone

Folgetermine sind: 20/27.03. sowie 10.04.

Bringen Sie Ihr aufgeladenes iPhone

sowie die Daten Ihres Apple-Kontos mit

Veranstalter: RE-MEDIEN

E-Mail: reckmedien@gmail.com

Oerweg 38, Haus 3, 45657 Recklinghausen

Fr., 13.03.2026, 15:30 Uhr

Einzelveranstaltung

Was koche ich heute?

Kochworkshop für ein Eltern- oder

Großeltern teil mit Kind im Alter von 5 – 9 Jahren

Kurs 16-501, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Sa., 14. März, 10:00 Uhr

Workshop

Zauber des Alterns. Mit Freude gesund älter werden – 26A-3007

Gesundes Altern beginnt mit der Haltung:

Im Workshop mit dem Fokus auf das

Konzept „Longevity“ entdecken wir, was

sich in jeder Lebensphase im Prozess

des Älterwerdens verändert und welche

kleinen Schritte Energie, Wohlbefinden

und Lebensfreude stärken.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Sa., 14.03.2026, 16:00 Uhr
Passionskonzert

Propsteikirche
Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel.
02361 50-1881

So., 15.03.2026, 11:00 Uhr
Konzerte der klassischen Musik
Debut um 11

Konzertreihe zur Förderung junger
Musiker*innen seit 1922
Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia,
Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,
Tel. 02361 50-1881

Mo., 16.03.2026, 19:30 Uhr
Theater in Bürgerhaus Süd
Vierzig Karat

Komödie von Pierre Barillet und Jean-
Pierre Grèdy.
Bürgerhaus Süd,
Veranstalter: Institut für Kulturarbeit,
Tel. 02361 50-1881

Do., 19.03.2026, 15:00 Uhr
Vortrag
Der erfolgreiche Wechsel auf Windows
11: Voraussetzungen, Neuerungen, Tipps
26A-5006
Entgelt: 10,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Do., ab 19. März, 6 Termine, 19:00 Uhr
Vortrag
Frida Kahlo und Paula Modersohn-Be-
cker `Wozu brauche ich Füße, wenn ich
Flügel habe zum Fliegen... mein Leben ist
ein kurzes, intensives Fest – 26A-2204

Frida Kahlo und Paula Modersohn teilen
trotz unterschiedlicher Lebenswelten
spannende Parallelen: ihre Suche nach
Freiheit, Emanzipation und einem neuen
Malstil. Der Vortrag zeigt ihre Biografien
und Werke.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Fr., 20.03.2026, 14:00 - 16:00 Uhr
DRK Seniorennachmittag beim DRK
Kreisverband RE

„Geselliger Seniorennachmittag“ - The-
ma: Ratespiele und Gesellschafts-Quiz
Bei uns wird man zwar nicht Millionär,
aber man lernt immer noch was dazu.
So sind Sie herzlich eingeladen, mit uns
ein geselliges Quiz für Jung und Alt zu
spielen. Viele Alltagsfragen sind bekannt,
aber... manchmal kommt man partout
nicht auf den richtigen Begriff. Da helfen
wir Ihnen dann auf die Sprünge, denn...
wir wissen hoffentlich jede Antwort so-
fort, wenn nicht: Google weiß alles.

DRK Kreisverband
Kosten: 5,00 €

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

Sa., 21.03.2026, 15:00 Uhr
Kulturquartier Recklinghausen
Sitztanz

Musikschule der Stadt Recklinghausen,
Veranstalter: Kulturquartiersmanagement,
Tel. 02361 50-1890

Mi., 25.03.2026, 10:00 Uhr

Vortrag mit Praxisanteil

Fotos vom Smartphone und der Kamera auf den PC speichern (Android)

26A-5004

Entdecken Sie in diesem Vortrag mit Praxisanteil die Welt des Onlineshoppings und Onlinebankings bequem von Ihrem Smartphone oder Tablet aus (nur Android!).

Entgelt: 12,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Do., 26.03.2026, 15:00 Uhr

Vortrag

Computersicherheit verstehen und anwenden – 26A-5007

Entgelt: 10,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Do., 26.03.2026, 18:00 Uhr

Einzelveranstaltung

Essenz der Natur – Ätherische Öle im Alltag und auf Reisen

Die Hausapotheke natürlich ergänzen: Praktisch, wirkungsvoll und leicht umzusetzen. Mit Handout.

Kurs 31-203, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de



Selbstbestimmt leben. Mit der Sicherheit, dass im Notfall immer jemand da ist. Der Vitakt Hausnotruf ist nicht nur ein Knopf, sondern ein richtig gutes Gefühl.

Kostenlose Beratung:

0 59 71 - 93 43 53

vitakt.com



Vitakt. Füreinander da.

Fr., 10.04.2026, 20:15 Uhr

Veranstaltungsreihe

Entspannung und Dehnung

Kurs 32-025, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., 13.04.2026, 08:45 Uhr, Kurs 33-335, 11 x

Mo., 13.04.2026, 10:30 Uhr, Kurs 33-338, 11 x

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen

Kurs 33-335, 11 x, Pfarrheim St. Suitbert,

St. Suitbert- Platz, Anmeldung bei der

FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., 13.04. und Fr., 17.04.2026, 09:00 Uhr

Grundkurs

Mein CEWE-Fotobuch (Kurs mit Gutscheine) – 26A-5500

Lernen Sie die Grundlagen der Fotobuchgestaltung mit der kostenfreien Software von cewe.

Entgeltstaffelung: 5 - 6 TN: 46,00 €, 7 - 8

TN: 35,00 €, ab 9 TN: 28,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Mo., 13.04.2026, 09:45 Uhr

Veranstaltungsreihe

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

Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit und Bewegung im Stehen oder Sitzen steigern körperliches Wohlbefinden sowie geistige Leistungsfähigkeit und Lebensfreude.

Kurs 33-318, 11 x, Pfarrheim Herz Jesu,

Niederstr. 29, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., 13.04.2026, 15:00 Uhr, Kurs 32-005, 11 x

Mi., 15.04.2026, 18:00 Uhr, Kurs 32-008, 12 x r

Fr., 17.04.2026, 09:00 Uhr, Kurs 32-011, 11 x

Veranstaltungsreihe

Qigong

Harmonische, fließende, langsame Bewegungen. Sanftes Training für Muskeln, Gelenke und Sehnen, Stabilisierung der Wirbelsäule. Auch bei Bewegungseinschränkungen aller Art.

Kurs 32-005, 11 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., 13.04.2026, 18:00 Uhr, Kurs 52-002, 10 x

Die., 14.04.2026, 09:00 Uhr, Kurs 52-005, 11 x

Veranstaltungsreihe

Nähen für Fortgeschrittene

St. Petrus Canisius- Pfarrheim, Canisiusstr. 2, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Mo., ab 13. April, 5 Termine, 18:00 Uhr

Kurs

Das Gastmahl der Kulturen – ein Erfahrungsraum zwischen Geste und Geschichte – 26A-2000

Ein Gastmahl als kulturelle Entdeckungreise: An fünf Abenden in Esskulturen eintauchen, gemeinsam essen, Geschichten erleben und ein „Tableau vivant“ gestalten. Offen für alle Neugierigen, keine Vorerfahrung nötig.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

April

Mo., 13.04.2026, 18:30 Uhr

Veranstaltungsreihe

Seniorenport für Frauen über 70

Kurs 33-347 10 x, Turnhalle Maybachstr.,
Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 14.04.2026, 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 33-332, 14 x, Pfarrheim St. Barbara, Eulenstr.16, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 14.04.2026, 09:45 Uhr

Veranstaltungsreihe

Leichte Aufbaugymnastik ab 50

Für alle, die fit und beweglich bleiben möchten, die lange keinen Sport getrieben haben oder nach Krankheit wieder aktiv werden wollen. Leichtes Muskelaufbautraining, Körper- u. Atemübungen, Entspannungsmeditation

Kurs 33-315, 12 x, Pfarrheim Herz Jesu, Niederstr. 29, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 14.04.2026, 09:45 Uhr, Kurs 33-321, 12 x

Di., 14.04.2026, 11:00 Uhr, Kurs 33-325, 12 x

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen und Männer ab 65

Jeder kann so gut er kann, ohne Zwang und Muss. Aufwärmarbeit, Dehn-u. Kräftigungsübungen, Geh-u. Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik, Entspannung. Personen mit Gehbeeinträchtigungen herzlich willkommen.

Kurs 33-321, 12 x, St. Antonius, Pfarrheim, Antoniusstr. 14, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Die., 14.04.2026, 16:00 Uhr

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen und Männer ab 70

Jeder kann so gut er kann, ohne Zwang und Muss. Aufwärmarbeit, Dehn-u. Kräftigungsübungen, Geh-u. Gleichgewichtsübungen, Atemtechnik, Entspannung. Personen mit Gehbeeinträchtigungen herzlich willkommen. Kurs 33-329 16 x, Pfarrheim, Liebfrauenstr. 1, Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Di., 14.04.2026, 16:00 Uhr, Kurs 33-107, 11 x

Di., 14.04.2026, 17:00 Uhr, Kurs 33-108, 11 x

Mo., 20.04.2026, 18:00 Uhr, Kurs 33-102, 12 x

Mo., 20.04.2026, 18:50 Uhr, Kurs 33-105, 12 x

Veranstaltungsreihe

Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer

Ganzheitliches Programm zur Stärkung und Mobilisierung der Wirbelsäule und Verbesserung der Rückengesundheit

Kurs 33-107, 11 x, Anmeldung erforderlich

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

Di., 14.04.2026, 18:00 Uhr, Kurs 33-302, 14 x

Di., 14.04.2026, 19:00 Uhr, Kurs 33-305, 14 x

Veranstaltungsreihe

Gymnastik mit Anleitung zum autogenen Training

Anmeldung erforderlich

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

Di., 14.04.2026, 19:30 Uhr

8. Sinfoniekonzert

Erzählungen

Werke von Antonín Dvořák, Fabrice
Bollon und Alexander von Zemlinsky
Veranstalter: Stadt Recklinghausen, Fachbe-
reich Kultur, Wissenschaft und Stadtgeschich-
te, Ort: Ruhrfestspielhaus

Infos u. Tickets: 02361 / 90 66 000 •
www.neue-philharmonie-westfalen.de

Mi., 15.04.2026, 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 33-115, 14 x, Anmeldung erforderlich

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

Mi., 15.04.2026, 16:00 Uhr, Kurs 33-402, 14 x

Mi., 15.04.2026, 17:00 Uhr, Kurs 33-405, 14 x

Do., 16.04.2026, 16:00 Uhr, Kurs 33-408, 12 x

Do., 16.04.2026, 17:00 Uhr, Kurs 33-411, 12 x,

Veranstaltungsreihe

Neuromuskuläres Krafttraining an Sequenz-Trainingsgeräten

Das ganzheitliche Training fördert alle
Ebenen der Motorik: Tiefensensibilität,
reflektorische Stabilisierungs- fähigkeit,
Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und Be-
weglichkeit- und schützt so vor Verlet-
zungen im Alltag.

Kurs 33-402, 14 x, Prosper- Hospital,
Physiotherapie (UG) Anmeldung bei der
FBS erforderlich

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

Do., ab 15. April, 6 Termine, 18:00 Uhr
Kurs

Aquarellieren einer Urlaubslandschaft für Anfänger*innen – 26A-2207

Im Kurs lernen Sie, Urlaubseindrücke
in Aquarell festzuhalten. Anhand aus-
gewählter Motive üben Sie Techniken,
Perspektivgestaltung und Wissenswertes
zum Bildaufbau, um später ausgewählte
eigene Erinnerungen malerisch umzuset-
zen.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Mi., 15.04.2026, 19:30 Uhr

Kulturquartier Recklinghausen

Mitsingabend mit „Sing a long“ Duo

Willy-Brand-Haus,

Veranstalter: Kulturquartiersmanagement,
Tel. 02361 50-1890

April

Do., 16.04.2026, 09:10 Uhr, Kurs 33-112, 12 x

Do., 16.04.2026, 09:30 Uhr, Kurs 33-118, 14 x

Veranstaltungsreihe

Wirbelsäulengymnastik für Frauen und Männer ab 60

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

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., 16.04.2026, 10:00 Uhr

Veranstaltungsreihe

Bewegung-Freude-Wohlbefinden

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren

Wirbelsäulen- und gelenkschonende Gymnastik mit Entspannung für Senioren/innen.

Kurs 33-308, 12 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., 16.04.2026, 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 32-002, 10 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., 16.04.2026, 18:15 Uhr

Veranstaltungsreihe

Zumba Gold - Für ältere aktive Menschen und Einsteigende

Für Zumba-Einsteigende und ältere Menschen. Auf verschiedene Probleme mit dem Bewegungsapparat ausgerichtet. Gelenkschonende Tanzelemente und Rhythmen., Kurs 33-008, 11 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., 16.04.2026, 18:30 Uhr

Veranstaltungsreihe

Klangmeditation

Kurs 33-032, 5 x, Anmeldung erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

Do., 16.04. und 23.04.2026, 18:00 Uhr

Workshop

„Sexualisierte Gewalt gegen Kinder und Jugendliche. Prävention und Intervention" 26A-1701

Der Workshop vermittelt Ehrenamtlern grundlegendes Wissen, Austauschmöglichkeiten und eine klare Haltung zum Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexualisierter Gewalt Kostenfreies Angebot. Anmeldung erforderlich.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Fr., 17.04.2026, 18:00 Uhr, Kurs 33-341, 11 x
Fr., 17.04.2026, 19:00 Uhr, Kurs 33-344, 11 x

Veranstaltungsreihe

Gymnastik für Frauen

Turnhalle Ortlohstr. /Klarastr., Anmeldung bei der FBS erforderlich

Veranstalter: Familienbildungsstätte,

Tel.: 02361 4064020,

www.fbs-recklinghausen.de

**Fr., 17.04.2026, 09:30 - 10:15 Uhr
 bzw. 10:30 - 11:15 Uhr**

F@rnet-C@fe

Treffpunkt und Plattform zu digitalen Themen für die Generation 60plus
 Sprechstunden zu digitalen Themen
 Nennen Sie bei der Anmeldung bitte, zu welchem Gerät bzw. Thema Sie beraten werden möchten.

Veranstalter: RE-MEDIEN

E-Mail: reckmedien@gmail.com

Oerweg 38, Haus 3, 45657 Recklinghausen

So., 19.04.2026, 11:00 Uhr

Benefizkonzert Inner Wheel Club Recklinghausen-Marl

Rathaus, Rathausplatz 3, 45657 Recklinghausen

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel. 02361 50-1881

So., 19.04.2026, 11:00 Uhr

Familienkonzerte

2. Familienkonzert:

Die kleine Meerjungfrau

Konzept und Moderation von Antje Wie-neke, Evan Christ als Dirigent

Ruhrfestspielhaus Saal Kassiopeia, Otto-Bur-meister-Allee 1, 45657 Recklinghausen

Veranstalter: Institut für Kulturarbeit, Tel. 02361 50-1881

Di., 21. April, ab 8:00 Uhr

Exkursion mit Bus

Palastblühen und Monet – Cézanne - Ma-tisse - die Berliner Scharf-Collection zu Gast im Kunstpalast – 26A-2000

Zum 100-jährigen Bestehen des Ehren-hofs zeigt der Kunstpalast florale Kom-positionen als lebendiges Gesamtkunst-werk. Die VHS bietet eine Busfahrt inkl. Eintritt, auch zur Scharf-Collection mit Kunst des 19. und 20. Jahrhunderts.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Di., 21.04.2026, 10:00 Uhr

Vortrag

ChatGPT einfach erklärt! 26A-5016

Entgelt: 8,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Mi., 22.04.2026, 10:00 Uhr

Vortrag mit Praxisanteil

Onlineshopping - aber sicher! Digitale Bezahlmethoden verstehen und nutzen 26A-5012

nur Android! Entgelt: 10,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

Do., 23.04.2026, 15:00 Uhr

Vortrag

Sicherheit im Internet – 26A-5008

Entgelt: 10,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,

Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,

www.vhs-recklinghausen.de

April

Fr., 24.04.2026, diesmal auf dem 4. Freitag des Monats

Seniorenachmittag beim DRK

Kreisverband RE

„Geselliger Seniorenachmittag“ - Thema: BINGO

DRK-Kreisverband

Kosten: 5,00 €

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

Sa., 25.04.2026, 09:00 Uhr

Workshop

„Mit Herz und Haltung - Kinder ressourcenorientiert begleiten“ 26A-1702

Der Workshop zeigt, wie Ehrenamtliche Kinder durch klare Alltagsstrukturen, stärkende Rituale und ressourcenorientierte Übungen in ihrem Selbstbewusstsein, ihren sozialen Fähigkeiten und ihrer inneren Stärke unterstützen können. Kostenfreies Angebot. Anmeldung erforderlich.

Veranstalter: VHS Recklinghausen, Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000, www.vhs-recklinghausen.de

Do., 30.04.2026, 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 ist erforderlich.

Veranstalter: Institut für Stadtgeschichte/RETRO STATION

Do., 30.04.2026, 15:00 Uhr

Vortrag

WLAN-Sicherheit – 26A-5010

Entgelt: 10,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen, Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000, www.vhs-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 | www.vccre.de

Mi., 06.05.2026, 15:00 Uhr

Workshop

Mit dem Pedelec und E-Bike unterwegs im Alter – Theorie und Praxis – 26A-3410

Ältere Radfahrer*innen nutzen zunehmend Pedelecs, was neue Risiken birgt. Der Workshop für die Zielgruppe 60+ kombiniert Theorie und Praxis: Bremsen, Blickführung und Handling im Parcours. Teilnahme nur mit sicherem Rad, Helm und Kleidung. Der Workshop ist kostenfrei.

Veranstalter: VHS Recklinghausen, Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000, www.vhs-recklinghausen.de

Fr., 08.05.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

F@irnet-C@fe

Treffpunkt und Plattform zu digitalen Themen für die Generation 60plus
4-teiliges Basis-Seminar zu iPadOS auf dem iPad

Folgetermine sind: 15/22/29.05.
Bringen Sie Ihr aufgeladenes iPad sowie die Daten Ihres Apple-Kontos mit

Veranstalter: RE-MEDIEN
E-Mail: reckmedien@gmail.com

Do., 12.05.2026

DRK-Tagesausflug für Senioren

Wildpferde + Pralinen

Wir besuchen die Wildpferde in Dülmen, anschl. geht es zum gemeinsamen Mittagessen. Zum Abschluss der Fahrt werden wir die Pralinenherstellung in Rhede ansehen und diesen Tag mit Kaffee und Kuchen beenden. Unsere Fahrten werden immer von ehrenamtlichen Reisebegleitern unterstützt und sind seniorengerecht. Weitere Informationen zum konkreten Ablauf, den Leistungen und dem Fahrpreis erhalten Sie beim:

Veranstalter: Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Recklinghausen e. V.

Ansprechpartnerin: Heike Habsick-Wiesmann

Tel.: 02361/9393-181

E-Mail: seniorenreisen@drk-re.de

Fr., 15.05.2026, 14:00 - 16:00 Uhr

DRK Seniorennachmittag beim DRK Kreisverband RE

„Geselliger Seniorennachmittag“ - Vortrag: „Wie vererbe ich richtig?

Man kann nichts mitnehmen – aber man kann eine Menge hinterlassen! RA i.R. und Notar a.D. Gerhard Braune informiert in diesem Vortrag über die Vorteile des Testaments gegenüber der gesetzlichen Erbfolge, denn: Ohne Testament entscheidet das Gesetz – mit Testament entscheiden Sie! Um Ihre Vorstellungen durchzusetzen, Streit zu vermeiden, Nachlassregelungen steuerlich zu gestalten und besondere Wünsche berücksichtigt zu wissen, bedarf es eines Testaments. An diesem Nachmittag erfahren Sie, worauf es dabei ankommt.

DRK-Kreisverband

Kosten: 5,00 €

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

So., 31.05.2026, 11:00 Uhr

Rathauskonzert

Wiener Eleganz und französischer Esprit
Werke von Joseph Haydn, Wolfgang Amadeus Mozart, Franz Schubert und Albert Roussel

Veranstalter: Stadt Recklinghausen, Fachbereich Kultur, Wissenschaft und Stadtgeschichte,

Ort: Rathaus Recklinghausen

Infos u. Tickets: 02361 / 90 66 000 •

www.neue-philharmonie-westfalen.de

Di., 02.06.2026, 17:00 Uhr

Infoabend

Ruhestand mit Ehrenamt - Ein Infoabend für Menschen in Rente und solche, die es werden bald werden – 26A-1704

Kostenfreies Angebot. Anmeldung erforderlich.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Mi., 03.06.2026, 18:00 Uhr

NPW Barock

Im Frühlingsgarten Venedigs

Werke von Antonio Vivaldi

Veranstalter: Stadt Recklinghausen, Fachbereich Kultur, Wissenschaft und Stadtgeschichte
Ort: Christuskirche, Infos: Eintritt frei!
www.neue-philharmonie-westfalen.de

Fr., 05.06.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

Fr., 12.06.2026, 10:00 - 11:30 Uhr

Fr., 26.06.2026, 09:30 - 10:15 Uhr

bzw. 10:30 - 11:15 Uhr

F@irnet-C@fe

Treffpunkt und Plattform zu digitalen Themen für die Generation 60plus
Basis-Seminar zur DB-Ticket-Buchung auf dem Smartphone / Tablet
Bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone bzw. Tablet mit

Veranstalter: RE-MEDIEN
E-Mail: reckmedien@gmail.com

Sa., 06.06.2026, 16:00 Uhr

3. Familienkonzert

WM-Fieber

„Olé, Oléololé!“ Pünktlich zum Start der Fußballweltmeisterschaft mischt sich Stadionatmosphäre in unseren Konzertsaal. Gemeinsam mit unserer Mannschaft – der NPW – könnt ihr erleben, welche Gemeinsamkeiten und Unterschiede es zwischen einem Sinfonieorchester und der Welt des Fußballs gibt.

Veranstalter: Stadt Recklinghausen, Fachbereich Kultur, Wissenschaft und Stadtgeschichte, Ort: Bürgerhaus Süd
Infos u. Tickets: 02361 / 90 66 000
www.neue-philharmonie-westfalen.de

Mo., 08.06.2026, 17:30 Uhr

Online-Seminar

Künstlicher Intelligenz im Ehrenamt - wie digitale Helfer entlasten können – 26A-1705D

Kostenfreies Angebot. Anmeldung erforderlich.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Sa., 13.06.2026, 11:00 Uhr

Kurs

Letzte Hilfe - Was brauchen Sterbende und Angehörige – 26A-1706

Kostenfreies Angebot. Anmeldung erforderlich.

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Do., 17.06.2026

DRK Tagesausflug für Senioren

Landesgartenschau in Neuss

Ein wundervoller Tag auf der Landesgartenschau in Neuss. Unsere Fahrten werden immer von ehrenamtlichen Reisebegleitern unterstützt und sind seniorengerecht. Weitere Informationen zum konkreten Ablauf, den Leistungen und dem Fahrpreis erhalten Sie beim:

Veranstalter: Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Recklinghausen e. V.

Ansprechpartnerin: Heike Habsick-Wiesmann

Tel.: 02361/9393-181

E-Mail: seniorenreisen@drk-re.de

Fr., 19.06.2026, 14:00 - 16:00 Uhr

DRK Seniorennachmittag beim DRK

Kreisverband RE

„Geselliger Seniorennachmittag“ -

Thema: Stuhl- und Hockergymnastik

Wir möchten interessierten Damen und Herren im Rahmen unseres geselligen Nachmittages ein unterhaltsames Programm mit unterschiedlicher Thematik anbieten. Frisch geschult ist halb gewonnen. Mit neuen Impulsen kommen unsere

Ehrenamtlichen frisch aus dem Münsterland und wollen nur eines: uns gut unterhalten. Wir dürfen gespannt sein!

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

So., 21.06.2026, 11:00 Uhr

4. Sonntagskonzert

UWAGA! goes Oper

Mit Opernhighlights von George Bizet, Wolfgang Amadeus Mozart, Richard Wagner, Gaetano Donizetti, Giuseppe Verdi u.a.

Veranstalter: Stadt Recklinghausen, Fachbereich Kultur, Wissenschaft und Stadtgeschichte; Ort: Bürgerhaus Süd

Infos u. Tickets: 02361 / 90 66 000 • www.neue-philharmonie-westfalen.de

Typisch Genossenschaften

GUT SICHER SELBSTBESTIMMT WOHNEN



Limperstraße 21

45657 Recklinghausen

(02361) 93 69 36 | www.wbg-ketteler.de



Limperstraße 19a

45657 Recklinghausen

(02361) 10 50-0 | www.b-g-r.de

Mitglieder einer Genossenschaft sind geschützt vor Ausverkauf und Eigenbedarfskündigungen!

**Mo., 22.06. bis Mi, 24.06.2026
(3 Termine) 09:00 Uhr**

Grundkurs

Laptop Schnelleinstieg – 26A-5005

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Windows
11-Laptop mit.

Entgeltstaffelung: 5 - 6 TN: 67,00 €, 7 - 8
TN: 49,00 €

Veranstalter: VHS Recklinghausen,
Willy-Brandt-Haus, Tel. 02361/50-2000,
www.vhs-recklinghausen.de

Do., 25.06.2026, 19:30 Uhr

Friedhofskapelle

Sommerklänge im Vest

mit Miroslaw Tybora – Akkordeon

Friedhofskapelle, Beisinger Weg 40, 45657
Recklinghausen

Veranstalter: Kulturquartiersmanagement, Tel.
02361 50-1890

- Schlaganfall, Schädel-Hirn-Trauma
- M. Parkinson, MS, Querschnitt
- Neurokognitive Rehabilitation (Perfetti)
- Handtherapie

- Hirnleistungstraining
- Rheumatische Erkrankungen
- Hausbesuche
- **Kurse NKR**



Praxis für Ergotherapie
Birgit Rauchfuß

www.ergotherapie-rauchfuss.de

Praxis für Ergotherapie

Hohenzollernstraße 45-47
45659 Recklinghausen

Kontakt

Tel. 02361-95 03 980
info@ergotherapie-rauchfuss.de

Öffnungszeiten

Mo. bis Do.: 08:00–18:00 Uhr
Fr.: 08:00–14:00 Uhr und n. V.

Impressum

Herausgeber:

Stadt Recklinghausen
Fachbereich Soziales und Wohnen
Frau Spurmann
Tel.: 02361/ 50 21 04
Rathausplatz 3-4, 45657 Recklinghausen

Konzeption:

Werbeagentur L. Kapp
Heiliger Weg 99 | 44141 Dortmund

Gestaltung und Layout:

ideen.manufaktur | www.ideemafa.de

Anzeigenannahme:

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

Titelbild:

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

Hinweis:

Wir bedanken uns bei den Inserenten und Mitwirkenden für die freundliche und kooperative Zusammenarbeit. Für die Richtigkeit der in dieser Publikation abgedruckten Termine übernimmt weder der Herausgeber noch die Inserenten irgendeine Haftung oder Gewähr! Bitte informieren Sie sich rechtzeitig vor der Veranstaltung bei dem jeweiligen Veranstalter. Nachdruck in Wort und Bild, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung der Werbeagentur L. Kapp. Alle Urheberrechte, insbesondere das Recht auf Vervielfältigung, Verbreitung und öffentliche Wiedergabe in jeder Form einschließlich einer Verwertung in elektronischen Medien, der reprographischen Vervielfältigung, einer digitalen Verbreitung und Aufnahme in Datenbanken bleibt ausdrücklich vorbehalten!

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

Haldenführungen im Kleinbus

15. & 29. März, 12. & 26. April, 10. & 24. Mai, 07. Juni und 05. & 19. Juli
jeweils 14:00 – 16:00 Uhr

Preis 16,00 Euro p. P. / Kinder 8,00 Euro
Ab sechs Personen auch zum eigenen Wunschtermin buchbar

Haldenführungen im Planwagen

15. Juni und 27. Juli
jeweils 14:00 – 16:00 Uhr

Preis: 22,00 Euro p. P. / Kinder 11,00 Euro
Ab sechs Personen auch zum eigenen Wunschtermin buchbar

und Gästeführerinnen ganz mühelos erklimmen 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

Spezial:

Pütt & Panorama-Tour
23. Februar, 27. April und 08. Juni
jeweils 14:00 – 18:00 Uhr

Besichtigung Trainingsbergwerk Recklinghausen mit Fahrt auf die Halde
Preis: 36,00 Euro p. P. / Kinder 18,00 Euro
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

Erlebnishalde Hoheward

REGIONALVERBAND
RUHR

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

hoheward.rvr.ruhr / T 02366 1811-60



Wohnen am Festspielhaus
Recklinghausen

Selbstbestimmt und sicher wohnen im Alter

- ⊗ Wohnungsgrößen 30 – 99 m²
mit 1 bis 3 Zimmern
- ♿ Barrierefreiheit
- 🏠 Pflegedienst im Haus
- 🍳 Einbauküche
- 🌳 Balkon
- 🚗 Aufzug



Direkt im Haus
an alles gedacht:

Friseur • Restaurant • Mini-Supermarkt • Kegelbahn •
Wellnessbereich (Schwimmbad & Sauna) •
großzügige Grünanlage • Veranstaltungsräume

Jetzt informieren!

neio®

☎ 02305 9638-532 • immobilien@neio.de

www.neio.de



Seniorentreffpunkte

Seniorentreff des SoVD e.V.

Adlerstr. 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
Ralf Geerk
gsvrecklinghausen52@gmail.com

Lebensweise

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

Seniorentreffs Ev. Kirchengemeinden:

- Luther
- Johannes
- Oberlinhaus
- Kirchengemeinde Altstadt 1
- Kirchengemeinde Altstadt 2
- Hochlarmark
- Philipp-Nicolai
- Bruch
- 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
- Individuelle und kostenlose Beratung und Begleitung bei Umgestaltung der eigenen Wohnung (vom Hilfsmittel bis zum Umbau)

Frau Jelich
Dipl. Sozialarbeiterin
Stadthaus A, Zimmer 2.21
☎ Tel.: 50 21 34
✉ m.jelich@recklinghausen.de

Frau Tucholski
Dipl. Sozialarbeiterin
Stadthaus A, Zimmer 2.22
☎ Tel.: 50 21 24
✉ a.tucholski@recklinghausen.de

Herr Feja
Dipl. Sozialarbeiter
Stadthaus A, Zimmer 2.23
☎ Tel.: 50 21 37
✉ m.feja@recklinghausen.de

Sprechstunden:

Mo. 8.00 – 12.00 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

Frau Mader
Dipl. Sozialarbeiterin
Stadthaus A, Zimmer 2.14
☎ Tel.: 50 21 12
✉ a.mader@recklinghausen.de

Frau Boermann
Master of Erziehungswissenschaften
Stadthaus A, Zimmer 2.15
☎ Tel.: 50 21 17
✉ b.boermann@recklinghausen.de

Frau Bellmann
B.Sc. Psychologie
Stadthaus A, Zimmer 2.16
☎ Tel.: 50 21 18
✉ s.bellmann@recklinghausen.de

Herr Abinah
Bachelor of Social Work
Stadthaus A, Zimmer 2.13
☎ Tel.: 50 25 78
✉ h.abinah@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 2.22
☎ Tel.: 50 21 38
✉ k.kuballa@recklinghausen.de

Sprechstunden:

Mo. 8.00 – 12.00 Uhr

Do. 13.00 – 18.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung
Hausbesuche nach Bedarf

Betreuungsbehörde der Stadt Recklinghausen

- Aufklärung, Information und Beratung rund um das Thema Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung sowie Patientenverfügung
- Beglaubigungen von Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen
- Beratung und Unterstützung zu Angelegenheiten nach dem Betreuungsrecht

Frau Susanne Sommer

☎ 50 22 08

Frau Petra Schikorra

☎ 50 21 85

Frau Daniela Urban

☎ 50 24 45

Herr Chris Waltenberg

☎ 50 22 33

✉ Fb51-betreuungsbehoerde@recklinghausen.de

Termine nach Vereinbarung
Hausbesuche bei Bedarf

Schuldnerberatung

Schuldnerberatung gemäß des/der §/§§ 8,11 in Verbindung mit § 67 SGB XII. Sozialpädagogische Unterstützung bei Schuldenregulierung

Frau Nübel, Tel.: 50 21 22
Dipl. Sozialarbeiterin
Stadthaus A, Zimmer 2.24
☎ Tel.: 50 21 22
✉ j.nuebel@recklinghausen.de

Sprechstunden:

Mo. 9.00–12.00 Uhr

Do. 13.00–18.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung
Hausbesuche nach Bedarf

Abteilungsleiter

Herr Rübenstahl
Bachelor of Social Work
Stadthaus A, Zimmer 2.04
☎ Tel.: 50 21 11
✉ m.ruebenstahl@recklinghausen.de

Termine nach Vereinbarung

Veranstaltungsorte

Altstadtschmiede

Kellerstr. 10
45657 Recklinghausen

Bürgerhaus Süd

Körnerplatz 2
45661 Recklinghausen

Christuskirche

Limperstraße 13
45657 Recklinghausen

DRK-Kreisverband

Kölner Straße 20
45661 Recklinghausen

Ehem. Cafe Denk Mal

Beethovenstraße 31
45657 Recklinghausen

F@irnet-C@fe

Oerweg 38, Haus 3,
45657 Recklinghausen

Familienbildungsstätte

Kemnastr. 23a
45657 Recklinghausen

Friedhofskapelle

Beisinger Weg 40
45657 Recklinghausen

K 17 / Haus der Diakonie

Königswall 17,
45657 Recklinghausen

Kinderschutzbund

Wildermannstraße
Wildermannstr. 51-53,
45659 Recklinghausen

Kunsthalle

Große-Perdekamp-Str. 25-27
45657 Recklinghausen

Matthäushaus

Holthoffstr. 22
45659 Recklinghausen

Musikschule der Stadt Recklinghausen

Willy-Brandt-Park 3
45657 Recklinghausen

Pfarrheim Herz Jesu

Niederstr. 29
45663 Recklinghausen

Pfarrheim Liebfrauen

Liebfrauenstr. 1
45665 Recklinghausen

Pfarrheim St. Barbara

Eulenstr. 16
45665 Recklinghausen

Pfarrheim St. Suitbert

St. Suitbert-Platz 11
45659 Recklinghausen

Parkplatz Café Herzlich

An der Mollbecke 2
45659 Recklinghausen

Propsteikirche

Kirchplatz 7
45657 Recklinghausen

Prosper- Hospital, Physiotherapie (UG)

Mühlenstr. 27
45659 Recklinghausen

Rathaus

Rathausplatz 3
45657 Recklinghausen

Ruhrfestspielhaus

Otto-Burrmeister-Allee 1
45657 Recklinghausen

Stadtgeschichte/ RETRO STATION

Hohenzollernstr. 12
45659 Recklinghausen

Stadtteilbüro Paulusviertel

Auf den Flachsbeckwiesen 2
45659 Recklinghausen

Selbsthilfe-Kontaktstelle

Oerweg 38
45657 Recklinghausen

St. Antonius, Pfarrheim

Antoniusstr. 14
45669 Herten

St. Petrus Canisius- Pfarrheim

Canisiusstr. 2
45665 Recklinghausen

Tanzhaus La Danza

Herner Straße 160
45659 Recklinghausen

Turnhalle Maybachstr.

Maybachstr. 70
45659 Recklinghausen

Turnhalle Ortlohstr. / Klarastr

Ortlohstraße 58
45663 Recklinghausen

VHS Recklinghausen

Willy-Brandt-Haus,
Herzogswall 17
45657 Recklinghausen

Willy-Brand-Haus

Herzogswall 17
45657 Recklinghausen

„Feste Zähne an nur einem Tag“ – geht das denn wirklich?

In nur vier Schritten zum neuen strahlenden Lächeln mit festen Zähnen

Ein neues Lächeln kennt kein Alter! Mit 81 Jahren erhielt Ursula Koch dank modernster Zahnmedizin und herzlicher Betreuung feste Zähne an nur einem Tag bei Dr. Schlotmann – und gewann neues Selbstbewusstsein und Lebensfreude. Im Interview erzählt sie, wie die Behandlung abließ und wie sich ihr Leben dadurch verändert hat.

Wie haben Ihre Zahnprobleme Ihr Leben beeinflusst?

Meine Zahnprobleme haben mich viele Jahre belastet. Ich habe mich oft geschämt, mich unwohl gefühlt und mich sogar manchmal zurückgezogen. Wenn die Zähne nicht in Ordnung sind, fühlt man sich einfach nicht wohl – das kann krank machen. Doch dann fand ich Dr. Schlotmann, und alles änderte sich.

Wie sind Sie auf Dr. Schlotmann aufmerksam geworden?

Ich suchte nach einer Lösung für meine Zahnprobleme und war mit meinem bisherigen Zahnarzt unzufrieden. Durch eine Anzeige wurde ich auf Dr. Schlotmann aufmerksam. Ich rief an, bekam sofort einen Termin und wurde unglaublich freundlich und ausführlich beraten. Schon beim ersten Gespräch hatte ich das Gefühl, endlich in den richtigen Händen zu sein.

Wie lief die Behandlung ab?

Alles wurde mir genau erklärt, und meine Sorgen wurden ernst genommen. Ich entschied mich für die beste Lösung – ein innovatives Verfahren, das ohne Knochenaufbau auskommt. Das war mir besonders wichtig, da ich Angst hatte, dass mein Körper einen Knochenaufbau nicht annehmen würde.

Wie haben Sie den Operationstag erlebt?

Der Tag war für mich unglaublich entspannt. Der Narkosearzt sprach vorher alles mit mir durch, sodass ich mich sicher fühlte. Während der OP habe ich nichts gespürt – und als ich aufwachte, hatte ich keine Schmerzen! Dank der liebevollen Betreuung des gesamten Teams fühlte ich mich jederzeit gut aufgehoben. Nach nur wenigen Stunden bekam ich meine neuen festen Zähne und konnte die Praxis mit einem strahlenden Lächeln verlassen – ohne Lücken, ohne Beschwerden.



Konnten Sie direkt nach der OP wieder normal essen?

Ja, und das war einfach wunderbar! Ich konnte sofort zubeißen, ohne Schmerzen oder Unsicherheiten. Es fühlte sich an, als wären es meine eigenen Zähne – ein unglaubliches Gefühl!

Wie hat sich Ihr Leben nach der Behandlung verändert?

Ich kann wieder unbeschwert lachen, ohne Angst oder Scham. Ich genieße es, mit Freunden zu sprechen, zu essen und einfach frei zu sein. Mein Selbstbewusstsein ist zurück, und ich fühle mich endlich wieder rundum wohl in meiner Haut.

- 1 Der erste Termin**
 - Kennenlerngespräch
 - Klinischer & Röntgenologischer Befund
 - Fotostatus
- 2 Die Planung**
 - 3D-computernavigierte Implantatplanung
 - Digital Smile Design
- 3 Der OP-Tag**
 - Implantation
 - Einsetzen des festen provisorischen Zahnersatzes
- 4 Die definitive Versorgung**
 - Herstellung der definitiven Versorgung im eigenen Meisterlabor und Einsetzen nach 3 Monaten



DR • SCHLOTMANN
GESUNDE, SCHÖNE ZÄHNE • EIN LEBEN LANG

INFO-ABEND IN RECKLINGHAUSEN

„Feste Zähne an einem Tag“

Jetzt anmelden:
02361/8904110

INFO-ABENDE

„Feste Zähne an einem Tag“

Infos & Termine unter
02361/8904110



DR • SCHLOTMANN
GESUNDE, SCHÖNE ZÄHNE • EIN LEBEN LANG

„Ein neues Lächeln kennt kein Alter! Dank meiner neuen festen Zähne an nur einem Tag habe ich wieder neue Lebensfreude.“

Ursula Koch, 81



GESUNDHEITSZENTRUM MOBILÉ

Physiotherapie und Gesundheitssport

VESTISCHE CARITAS-KLINIKEN GMBH
ST. VINCENZ-KRANKENHAUS DATTELN

Rottstraße 11 | 45711 Datteln
Fon 02363 108-2621
mobile@vincenz-datteln.de | vincenz-datteln.de



St. Vincenz-Krankenhaus
Datteln