

Offene Seniorenarbeit

**EHRENAMTLICH BEGLEITETE AKTIVITÄTEN  
FÜR MITGLIEDER UND FREUNDE DER AWO**

# **unterwegs**

## **mit der AWO Essen**

# **2023**



Infos unter:  
[www.awo-essen.de](http://www.awo-essen.de)  
tel. 0201/1897-407

**Wanderungen und Ausflugsangebote**



**SENIOREN**

# AWO-Wanderungen 2023



## Ehrenamtlich aktiv für die Gemeinschaft

Seit 1976 führt die Essener Arbeiterwohlfahrt ehrenamtlich geleitete Wanderungen für Seniorinnen und Senioren durch. Zu allen Jahreszeiten finden in der Regel 1x pro Woche Wanderungen statt, die in der Nähe von gut erreichbaren Treffpunkten (ÖPNV) beginnen und enden. Bei den Wanderungen stehen das Miteinander, Kontakt und Kommunikation im Vordergrund. Landschaftliche und architektonische Veränderungen in und um Essen werden erkundet. Die leichte sportliche Aktivität fördert gleichzeitig die Gesundheit. Die Wanderungen beinhalten darüber hinaus in der Regel ein Angebot zur Einkehr mit gemütlichem Beisammensein. Um angemessene Kleidung und wanderfestes Schuhwerk wird gebeten. Die Wanderungen sind seniorenrecht organisiert, stehen aber Teilnehmenden jeder Altersgruppe zur Verfügung. Die Fahrplanangaben erfolgten auf dem Stand von Oktober 2022 (Änderungen vorbehalten). Bitte um Beachtung der jeweils geltenden Corona-Bestimmungen.

**Viel Freude, Bewegung und gute Kontakte wünschen unsere ehrenamtlichen Wanderleiterinnen und Wanderleiter:**

- **Brigitte Böcker** Tel. 0201 / 34 71 42
- **Karl-Heinz Czarnietzki** Tel. 0201 / 35 12 47
- **Christel Graw** Tel. 0201 / 27 07 83
- **Hannelore Ringleb** Tel. 0208 / 86 13 59
- **Günter Zahn** Tel. 0201 / 30 70 16

**Bei außergewöhnlichen Witterungsverhältnissen bitten wir um Rücksprache mit den jeweils angegebenen Wanderleitungen, ansonsten gilt:**

- **Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**
- **Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.**
- **Der Veranstalter übernimmt keine Haftung.**

---

Die **Zentren 60plus** der AWO Essen organisieren ebenfalls ein vielfältiges Ausflugs- und Wanderprogramm. Die Leitungen der Einrichtungen geben gerne Auskunft.

- **Zentrum 60plus - Alte Kirchstr. 1 (Zollverein), Birgit Langer Tel. 0201 / 36 11 153**
- **Zentrum 60plus - Butzweg 5 (Borbeck), Olaf Bittner Tel. 0201 / 22 00 744**
- **Zentrum 60plus International, Krablerstr. 12, Irina Götte Tel. 0201 / 1897 408**

---

Weitere Informationen zum **Ehrenamt** und den **selbstorganisierten Seniorengruppen** sowie den **Treffpunkten** der Essener Arbeiterwohlfahrt erhalten Sie über

- **Karlheinz Freudenberg** (Fachreferent Offene Seniorenarbeit) **Tel. 0201 / 1897 407**  
**AWO Geschäftsstelle, Holsterhauser Platz 2, 45147 Essen**  
email: karlheinz.freudenberg@awo-essen.de

# Wanderungen 2023

## JANUAR

### **Revierpark Nienhausen**

Mittwoch, 11.01.2023,

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Kirche Heßlerstraße

**erreichbar:** ab Essen-Hbf. Linien U11 und U17 bis Karlsplatz, dann mit der Buslinie 173 bis Kirche Heßlerstraße

Wanderung: 1,5 - 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

Anmerkung: Bitte beachten der Bus (Linie 173) fährt nur einmal in der Stunde um 12:36 Uhr vom Karlsplatz weiter, daher bitte rechtzeitig da sein.

### **Über das Welterbe Zollverein zum Zentrum 60plus Zollverein**

Dienstag, 17.01.2023

**Treffpunkt:** 13:30 Uhr, Haltestelle Kapitelwiese

**erreichbar:** ab Essen-Hbf. mit der Straßenbahnlinie 107

Wanderung: 1,5 bis 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Günter Zahn

## FEBRUAR

### **Rund um den Essener Norden**

Mittwoch, 08.02.2023

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Zeche Carl, Parkplatz

**erreichbar:** Linien U11 und U17 bis Altenessen-Mitte, Ausgang Zeche Carl

Wanderung: 1,5 - 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

### **Vom Bahnhof Altenessen zum Kaiserpark**

Mittwoch, 15.02.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr, Bushaltestelle Krablerstr., vor dem Zentrum 60plus International

**erreichbar:** ab Essen-Hbf. mit der U11 und U17 bis Altenessen-Bahnhof, Ausgang Bahnhof

Wanderung: ca. 1,5 Std.

**Wanderleitung:** Brigitte Böcker

Anmerkung: Die Wanderung wird in Kooperation mit dem Zentrum 60plus International und dem AWO-Erzählcafe durchgeführt, um die Essener Stadtteile zu erkunden.

### **Rund um Steele**

Donnerstag, 16.02.2023

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Haltestelle Knappschaftskrankenhaus

**erreichbar:** ab Essen-Rathaus mit den Linien 103/109

Wanderung: 1,5 - 2,0 Std

**Wanderleitung:** Christel Graw

Anmerkung: evtl. mit Führung

## MÄRZ

### **Vom Breloer Steig zum Annental**

Mittwoch, 01.03.2023

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Steele S-Bahnhof Steig 9, dann gemeinsam weiter mit der Buslinie 164 zum Breloer Steig

**erreichbar:** ab Essen-Hbf. S-Bahnlinien S1, S3, S9 / Buslinien 166, 174, 177, 194

Wanderung: 1,5 - 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

## **Durch das Naturschutzgebiet Feldmark**

Dienstag, 07.03.2023

**Treffpunkt:** 13:30 Uhr, Haltestelle Gelsenkirchen Trabrennbahn

**erreichbar:** mit der Straßenbahnlinie 107 ab Hbf.

Wanderung: ca. 1,5 - 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Günter Zahn

## **Durchs Siepental zur Ruhr**

Donnerstag, 16.03.2023

**Treffpunkt:** 13:30 Uhr, Haltestelle Parkfriedhof

**erreichbar:** mit den Linien 103 oder 109 ab Rathaus Essen

Wanderung: 2,0 - 2,5 Std.

**Wanderleitung:** Christel Graw

Bemerkung: evtl. Einkehr zur „Finca“

## **Burg Vondern**

Samstag, 25.03.2023

**Treffpunkt:** 12:00 Uhr, Oberhausen Hbf. an der Information

**erreichbar:** Linie S3 ab Essen-Hbf.

Wanderung mit Einkehrmöglichkeit: 1,5 - 2,0 Std. zzgl. Einkehr „Gelis Cafe“

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

**Bemerkung:** Um Anmeldung bis zum 21.03.23 wird gebeten

## **APRIL**

### **Über Korte Klippe/Schöne Aussicht nach Kupferdreh**

Donnerstag, 13.04.2023

**Treffpunkt:** 14:00 Uhr Haltestelle Schöne Aussicht

**erreichbar:** ab Essen-Hbf mit der Buslinie 145

Wanderung: 2 Std.

**Wanderleitung:** Christel Graw

### **Zum Schloss Oberhausen**

Samstag, 15.04.2023

**Treffpunkt:** 12:00 Uhr, Oberhausen Hbf. an der Information

**erreichbar:** Linie S3 ab Essen-Hbf.

Wanderung: ca. 1,5 Std.

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

### **Xanten**

Samstag, 29.04.2023

**Treffpunkt:** 10:30 Uhr, Essen-Hbf. DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Christel Graw

## **MAI**

### **Zur MüGa, Mülheim**

Samstag, 06.05.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr Bhf. Mülheim-Styrum

**erreichbar:** ab Essen-Hbf. mit den S-Bahnlinien 1 oder 3 sowie der RB 33

Wanderung: 2,0 - 2,5 Std.

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

### **Durch den Stadtgarten Gelsenkirchen**

Dienstag, 9.05.2023

**Treffpunkt:** 13:30 Uhr, Haltestelle Gelsenkirchen Trabrennbahn

**erreichbar:** Linie 107 ab Hbf.

Wanderung: ca. 2,0 - 2,5 Std.

**Wanderleitung:** Günter Zahn

### **Auf nach Zons**

Samstag, 13.05.2023

**Treffpunkt:** 10.00 Uhr, Essen-Hbf. DB Reisecenter (Freiheit)

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Christel Graw

Bemerkung: Wir wandern durch den Benrather Schlosspark, anschließend durch die Urdenbacher Kämpe. Die Fähre bringt uns dann ans andere Ufer nach Zons.

### **Ein Spaziergang durch Kettwig**

Mittwoch, 17.05.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr, Essen Hbf., DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: 1,5 - 2 Std.

**Wanderleitung:** Brigitte Böcker

Anmerkung: Die Wanderung wird in Kooperation mit dem Zentrum 60plus International und dem AWO-Erzählcafe durchgeführt, um die Essener Stadtteile zu erkunden.

### **Rundgang Hullerner See**

Samstag, 20.05.2023

**Treffpunkt:** 10:15 Uhr, Essen-Hbf. DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

### **Zur Straußenfarm, Kettwig**

Mittwoch, 24.05.2023

**Treffpunkt:** 14:00 Uhr, Messe Gruga

**erreichbar:** ab E-Hbf. Linie U 11 Endstation Gruga

Wanderung: 2,0 - 2,5 Std.

**Wanderleitung:** Christel Graw

### **Von Raffelberg bis zum Botanischer Garten**

Samstag, 27.05.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr, Oberhausen-Hbf. an der Information

**erreichbar:** Linie S3 ab Essen-Hbf.

Wanderung: ca. 1.5 Std.

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

## **JUNI**

### **Zum Baldeneysee über Fischlaken**

Donnerstag, 01.06.2023

**Treffpunkt:** 12:00 Uhr Essen-Hbf. DB Reisecenter (Freiheit)

Wanderung: Halbtagestour mit Einkehr

**Wanderleitung:** Christel Graw

### **Zur Abtsküche, Velbert-Heiligenhaus**

Samstag, 10.06.2023

**Treffpunkt:** 12:00 Uhr E-Hbf., DB Reisecenter (Freiheit)

Wanderung: 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Christel Graw

Anmerkung: Der Rückweg enthält leichte Steigungen, festes Schuhwerk ist empfehlenswert.

Einkehr zum Cafe „Herberge“ geplant

### **Zum Nordsternpark**

Mittwoch, 14.06.2023

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Heßlerstraße

**erreichbar:** über E-Hbf. mit der Linie U11 bis Haltestelle Heßlerstr.

Wanderung: 1,5 - 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

### **Nach Westerholt**

Samstag, 17.06.2023

**Treffpunkt:** 10:30 Uhr, Essen-Hbf, DB Reisecenter (Freiheit)

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Christel Graw

Anmerkung: leicht zu laufende, ebene Strecke

### **Nach Bottrop zum Quadrat – Wanderung durch den Stadtpark**

Samstag, 24.06.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr, Essen Hbf. DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: 1,5 Std.

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

## **JULI**

### **Durch das Rumbachtal**

Dienstag, 04.07.2023

**Treffpunkt:** 13:30 Uhr, Haltestelle Steinbachgrund

**erreichbar:** ab E-Hbf. mit der U18 bis Mülheim Rhein-Ruhr-Zentrum, weiter mit Bus 130

Wanderung: 2,0 - 2,5 Std.

**Wanderleitung:** Günter Zahn

### **Rund um die Freizeitstätte Wittringen**

Samstag, 08.07.2023

**Treffpunkt:** 12:30 Uhr, U11 E-Karnap, Haltestelle Arenbergstr.

**erreichbar:** Essen-Hbf., mit der U11 Richtung Karnap

Bitte pünktlich vor Ort sein, denn es geht anschließend mit dem Bus Richtung Gladbeck weiter

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

### **Hattingen, Berger Hof**

Samstag, 15.07.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr Essen-Hbf. Reisecenter (Freiheit)

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Christel Graw

### **Japanischer Garten Düsseldorf**

Samstag, 22.07.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr, Essen-Hbf. DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

Anmerkung: Verpflegung mitbringen, vorauss. keine Einkehr möglich

## AUGUST

### **Über die Halde Rungenberg**

Dienstag, 01.08.2023

**Treffpunkt:** 12:30 Uhr, Haltestelle Gelsenkirchen, Braukämperstraße

**erreichbar:** ab E-Hbf. U11 bis Gelsenkirchen, Buerer Str., weiter mit der Straßenbahnlinie 301

Wanderung: ca. 2,5 - 3,0 Std.

**Wanderleitung:** Günter Zahn

Anmerkung: Wanderung mit leichter Steigung, grandioser Fernsicht, überraschenden

Wildfrüchten, festes Schuhwerk erforderlich, Preisstufe B

### **Auf nach Vonderort, Bottrop**

Freitag, 11.08.2023

**Treffpunkt:** 12:45 Uhr, Essen-Hbf. DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: ca. 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

Anmerkung: Handtuch mitbringen, Wassertreten möglich

### **Haltern, Westrupe Heide**

Samstag, 19.08.2023

**Treffpunkt:** 9:15 Uhr, Essen Hbf., DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

Anmerkung: Festes Schuhwerk erforderlich.

## SEPTEMBER

### **Zum Landschaftspark Nord, Duisburg**

Freitag, 08.09.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr, Essen, DB Information

Wanderung: ca. 2,0 Std.

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

### **Durch den Landschaftspark Mechtenberg**

Dienstag, 12.09.2023

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Haltestelle Zeche Bonifacius, Steig 2 (nicht Bonifaciusstr.)

**erreichbar:** ab E-Hbf. mit der Buslinie 146 bis Kray-Mitte, weiter mit Buslinie 170

Wanderung: 2,0 - 2,5 Std.

**Wanderleitung:** Günter Zahn

Anmerkung: Wanderung mit leichter Steigung, festes Schuhwerk erforderlich, Einkehr im Hofcafé Mechtenberg.

### **Nach Kupferdreh**

Mittwoch, 20.09.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr, Essen Hbf., DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: 1,5 - 2 Std.

**Wanderleitung:** Brigitte Böcker

Anmerkung: Die Wanderung wird in Kooperation mit dem Zentrum 60plus International und dem AWO-Erzählcafé durchgeführt, um die Essener Stadtteile zu erkunden.

### **Zur Sechs-Seen-Platte, Duisburg**

Samstag, 23.09.2023

**Treffpunkt:** 11:30 Uhr, Essen-Hbf, DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

## **Zum Kaiserpark, Altenessen**

Mittwoch, 27.09.2023

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Trabrennbahn Gelsenkirchen

**erreichbar:** ab Hbf. Essen, Straßenbahnlinie 107

Wanderung: 2 Std.

**Wanderleitung:** Karl-Heinz Czarnietzki

## **OKTOBER**

### **Über den südlichen Zollvereinsteig**

Dienstag, 10.10.2023

**Treffpunkt:** 13:00 Uhr, Haltestelle Kapitelwiese

**erreichbar:** ab Essen-Hbf. mit der Straßenbahnlinie 107

Wanderung: 2,0 - 2,5 Std.

**Wanderleitung:** Günter Zahn

Anmerkung: Wanderung mit leichter Steigung

### **Vom Wetteramt nach Werden**

Freitag, 20.10.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr Endstation Gruga

**erreichbar:** ab E-Hbf. mit der U-Bahnlinie 11

Wanderung: 2 - 2,5 Std.

**Wanderleitung:** Hannelore Ringleb

Anmerkung: Weg nach Wetterlage

## **NOVEMBER**

### **Castrop-Rauxel erkunden**

Samstag, 04.11.2023

**Treffpunkt:** 12:00 Uhr, Hbf. Essen DB Info-Point am dm-Markt

Wanderung: Tagestour

**Wanderleitung:** Christel Graw

### **Zum Nordfriedhof**

Mittwoch, 15.11.2023

**Treffpunkt:** 11:00 Uhr, Zeche Carl Parkplatz

**erreichbar:** Linien U11 und U17 bis Altenessen-Mitte, Ausgang Zeche Carl

Wanderung: 1,5 - 2 Std.

**Wanderleitung:** Brigitte Böcker

Anmerkung: Die Wanderung wird in Kooperation mit dem Zentrum 60plus International und dem AWO-Erzählcafe durchgeführt, um die Essener Stadtteile zu erkunden.

## **DEZEMBER** (ehrenamtliche Organisation eines Weihnachtsmarktbesuches gesucht!)

**Wer sich ehrenamtlich als Wanderleitung bei der AWO Essen beteiligen möchte, wende sich bitte an:**

**Karlheinz Freudenberg, Tel. (0201) 1897-407**

**Geschäftsstelle AWO Kreisverband Essen**

**Holsterhauser Platz 2, 45147 Essen, 4. Etage, Zimmer 415**

**email: [karlheinz.freudenberg@awo-essen.de](mailto:karlheinz.freudenberg@awo-essen.de)**



