

„Willst du mit mir geh'n – durch die Grüne Hauptstadt Europas?“



Die schönsten Spaziergänge in 34 Essener Stadtteilen

STADT
ESSEN

ESSEN 2017  GRÜNE HAUPTSTADT
EUROPAS
PROJEKT



Bequem ist einfach.



sparkasse-essen.de

Wenn das Konto zu den
Bedürfnissen von heute
passt.

Das Sparkassen-Girokonto
mit der Sparkassen-App.

 Sparkasse Essen

Liebe Leserinnen und Leser,

mit der vorliegenden Broschüre möchte ich Sie herzlich dazu einladen, die schönsten Spazierwege in Essen kennenzulernen.

Das Essener Spaziergangsprojekt „Willst du mit mir geh'n?“ besteht seit dem Jahre 2012. Woche für Woche kommen fast 1000 spazierfreudige Seniorinnen und Senioren an derzeit 34 festen Treffpunkten zusammen, um gemeinsam in Begleitung von Spaziergangspatinnen und -paten zu einstündigen Spaziergängen durch die sehenswerten Essener Stadtteile aufzubrechen.



Um Sie, liebe Leserinnen und Leser, für die ausgewählten Spaziergänge zu begeistern, wurde diese Broschüre gemeinsam mit den Liebhabern des Projektes „Willst du mit mir geh'n?“ im Rahmen der Grünen Hauptstadt Europas – Essen 2017 zusammengestellt.

Ich wünsche Ihnen viel Freude bei der Lektüre sowie beim Ausprobieren der herrlichen Spaziergänge durch die wunderschöne, grüne Stadt Essen.

Ihr

Thomas Kufen

Oberbürgermeister der Stadt Essen

Inhaltsverzeichnis

Grußwort des Oberbürgermeisters.....	1	Huttrop	41
Inhaltsverzeichnis.....	2	Karnap.....	44
5 Jahre „Willst du mit mir geh`n?“ in Essen	3	Katernberg.....	46
Stadtplan mit Stadtteilspaziergängen.....	5	Kettwig	48
Altendorf.....	6	Kray-Leithe	50
Altenessen-Nord	8	Kupferdreh.....	52
Altenessen-Süd	10	Margarethenhöhe.....	55
Bedingrade.....	12	Nordviertel.....	57
Bergerhausen	14	Rellinghausen	59
Borbeck.....	16	Rüttenscheid.....	62
Bredeney.....	18	Schönebeck	64
Burgaltendorf	21	Schonnebeck.....	67
Freisenbruch.....	23	Stadtwald.....	69
Frillendorf	25	Steele.....	71
Frintrop.....	28	Stoppenberg.....	74
Frohnhausen.....	30	Südviertel.....	77
Gerschede.....	32	Überruhr-Hinsel.....	80
Haarzopf.....	34	Werden.....	83
Heisingen.....	36	Alle Spaziergänge im Überblick.....	86
Holsterhausen.....	39	Impressum.....	87

5 Jahre „Willst du mit mir geh'n?"

in Essen – Eine Initiative für mehr Bewegung im Alltag – Spazierengehen im Stadtteil

Wohl niemand konnte beim Start der ersten zwölf Stadtteilspaziergänge im März 2012 ahnen, was sich in den folgenden fünf Jahren aus der Idee, Senioren und Seniorinnen zu mehr Bewegung im Alltag einzuladen, soziale Kontakte zu fördern und ihre Vertrautheit mit dem Stadtteil zu stärken, entwickeln würde.

Diese sympathische und leicht verständliche Grundidee von Seniorenbeirat, Gesundheitskonferenz und dem Seniorenreferat der Stadt Essen verbreitete sich immer weiter. Heute heißt es in 34 Essener Stadtteilen jede Woche „Willst du mit mir geh'n?". Damit laden 120 Spaziergangspaten und -patinnen in 34 Patenteams Seniorinnen und Senioren zu einem etwa einstündigen Spaziergang in ihrem eigenen Stadtteil ein. Ausgangspunkt und Zeiten bleiben immer gleich und eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Auch Menschen mit einem Rollator und alle, die sich bisher wenig bewegen, denen ein Spaziergang allein zu langweilig oder zu unsicher ist, sind herzlich eingeladen. Und wer auch einmal in einem anderen Stadtteil mitgehen möchte, kann sich über die Stadtteilseiten der Tageszeitung leicht informieren und findet von montags bis freitags und sogar sonntags die Spaziergänge. So kann man mit „Willst du mit mir geh'n?" auch ganz Essen kennen lernen.

Die Stadt liegt Ihnen zu Füßen

Zum 5-jährigen Jubiläum der Initiative stellen Spaziergangspaten und -patinnen aus allen beteiligten Stadtteilen mit viel

Herzblut ihren Lieblingsspaziergang vor. Damit laden sie Sie zunächst einmal in 34 Stadtteilen zum wöchentlichen Mitgehen und Miterleben ein. Sie werden sehen, dass alle Teams ob in Ost oder West, Nord oder Süd grüne Wege und interessante Orte in ihren Stadtteilen erkundet haben. Ihre Beschreibungen sollen aber auch anregen, selbstständig, mit Freunden, Familie oder mit Besuchern schöne Spaziergänge zu machen und Neues im Stadtteil zu entdecken. Denn „gut gehen" und „Gutgehen" hängen nicht nur sprachlich zusammen. Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt 5 mal 30 Minuten Bewegung wöchentlich, um gesund und fit zu bleiben. Daher unterstützen Apotheker, Ärzte und Krankenkassen in Essen die Initiative und die Paten, weil sie täglich vor Augen haben, dass Bewegung wirksamer ist als so manches Medikament.

„Willst du mit mir geh'n?" in der Grünen Hauptstadt Europas

Essen ist im Jahr 2017 Grüne Hauptstadt Europas. Eines ihrer zentralen Themen ist die Mobilität von morgen. Sie „rückt den Umweltverbund mit dem ÖPNV sowie Radfahrer und Fußgänger in das Zentrum ihrer Aktivitäten" – so ist es in dem Magazin der Grünen Hauptstadt „Heimatgrün" zu lesen. Die wöchentlichen Spaziergänge von „Willst du mit mir geh'n?" und das Engagement der Spaziergangspaten und -patinnen gehören unter dem Titel „Meine Wege" dazu.

Einige Spaziergangsteams bieten zu-

sätzlich zu ihren wöchentlichen Spaziergängen monatlich oder zweimonatlich im Rahmen des Programms der Grünen Hauptstadt Europas – Essen 2017 besondere Spaziergänge in der grünsten Stadt Nordrhein-Westfalens an. Auf diesen Wegen lernen Sie Stadtimker, Gemeinschafts-

gärten, Hofläden, Aussichtspunkte, neue Wasserflächen und vieles mehr kennen – neue Blicke in die Stadt aus Fußgängerperspektive.

**Viel Freude beim Lesen und Gehen –
Ihre Redaktionsgruppe**



Stadtplan mit Stadtteilspaziergängen



In den 34 grün gekennzeichneten Stadtteilen werden die wöchentlichen Spaziergänge angeboten.



Wer unseren Stadtteil nur vom Hörensagen kennt, wundert sich vielleicht, dass wir herzlich zu unseren wöchentlichen Spaziergängen einladen. Es stimmt, dass wir einer der bevölkerungsreichsten Stadtteile in Essen sind und zwei große Hauptverkehrsadern die Menschen hier belasten. Aber es ist ein gewachsener, schöner Stadtteil mit unvermutet viel Grün. Lassen Sie sich überraschen.

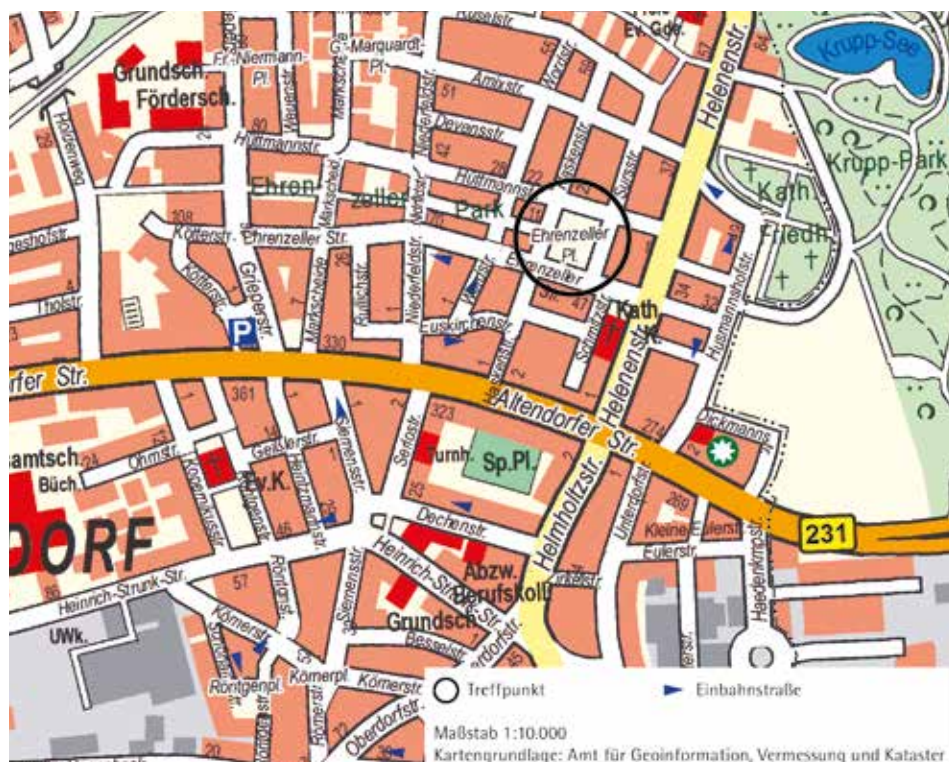
Wir treffen uns am Ehrenzeller Platz und unter dem Geläut unserer imposanten Sankt Maria Himmelfahrt Kirche laufen wir durch die Schar fröhlich spielender Kinder in Richtung Grieperstraße. In den

zum Teil verkehrsberuhigten, von Bäumen gesäumten Nebenstraßen, strahlen farbig renovierte Bürgerhäuser. Breite Bürgersteige führen uns zu unserem Lieblingsplatz, dem Niederfeldsee. Hier wird die Neuentwicklung unseres Stadtteils ganz besonders deutlich. Großzügige, moderne Mehrfamilienhäuser in gepflegten Gartenanlagen prägen das Bild und säumen das südliche Ufer des 2014 fertig gestellten Niederfeldsees. Hier ist es ganz ruhig, nur einige Gänse schnattern um die Wette, Kinder spielen am begrünten Ufer und wir setzen uns zur Rast auf die Bänke, die in großer Zahl zum Verweilen einladen.

Der Blick schweift über den See in die unverbaute Ferne nach Nordosten und die kleine Schrebergartenanlage im Osten vermittelt mit ihren gepflegten Parzellen einen Hauch von Urlaub. Über den See führt eine schon von weitem einladende, moderne, rot gestrichene Brücke. Radfahrer auf dem Weg von der Innenstadt in Richtung Mülheim und Fußgänger wie wir bleiben stehen und genießen den Eindruck. Die Umrundung des Sees bietet immer wieder neue Ausblicke und Eindrücke

und unter lebhaften Gesprächen kommen wir kaum vorwärts. Schnell ist eine Stunde vergangen und wir kehren über die Hüttmannstraße wieder zu unserem Ausgangspunkt zurück. Aber das nächste Mal, in einer Woche, versprechen wir uns, gehen wir in den ebenso sehenswerten Krupp Park. Es gibt so viel bei uns zu bestaunen.

**Hildegard Breuer und Maria Neumärker,
Spaziergangspatinnen Altendorf**



Altenessen-Nord

Dienstag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Karlsplatz/Mallinckrodt-
platz, gegenüber der Polizeiwache



Jeden Dienstag erkunden wir Altenessener Spaziergangspaten mit vielen Seniorinnen und Senioren unseren Stadtteil. Dabei führt uns einer der schönsten Spaziergänge durch das Wohngebiet hinter dem Marienhospital. In den letzten Jahren hat sich dort baulich einiges verändert. Im Bereich Johanniskirchstraße/ Bausemshorst entstand das Wohnquartier Johanniskirchgärten – Mehrgenerationenwohnen. Bei unserem Spaziergang haben wir nun die Möglichkeit, den reich begrünten Innenhof zu sehen. Über die Wolbeckstraße geht es weiter in Richtung Ägirstraße/ Schnieringstraße durch ein Wohngebiet. Auf dem anschließenden grünen Weg mit

herrlichen Hinterhoffassaden treffen wir einige Mütter mit ihren Kindern, die den nahen Spielplatz ansteuern. Man kennt sich inzwischen und bleibt auch zu einem „Pläuschchen“ stehen. Die Strecke ist auch für unsere Spaziergänger mit Rollator gut geeignet. Wir erreichen jetzt die Wohnsiedlung an der Gewerkenstraße. Hier sind die Balkone mit den herrlichsten Blumen bestückt und wir erfreuen uns an dieser schönen Ansicht. Am Ende der Straße biegen wir rechts ab in die Thiesstraße, in der wir uns schöne Zechenhäuser anschauen können. An der Frauenfelderstraße, die mit vielen prächtigen Vorgärten versehen ist, biegen wir wieder rechts ab und

laufen auf die Neuessener Straße zu. Von dort geht es links in Richtung Altenessen-er Straße. Seit vielen Jahren ist es hier verkehrsberuhigt und dadurch in Richtung Allee-Center angenehmer zu Laufen. Von weitem sehen wir schon unsere Einkehr-möglichkeit. Jetzt im Sommer hat der

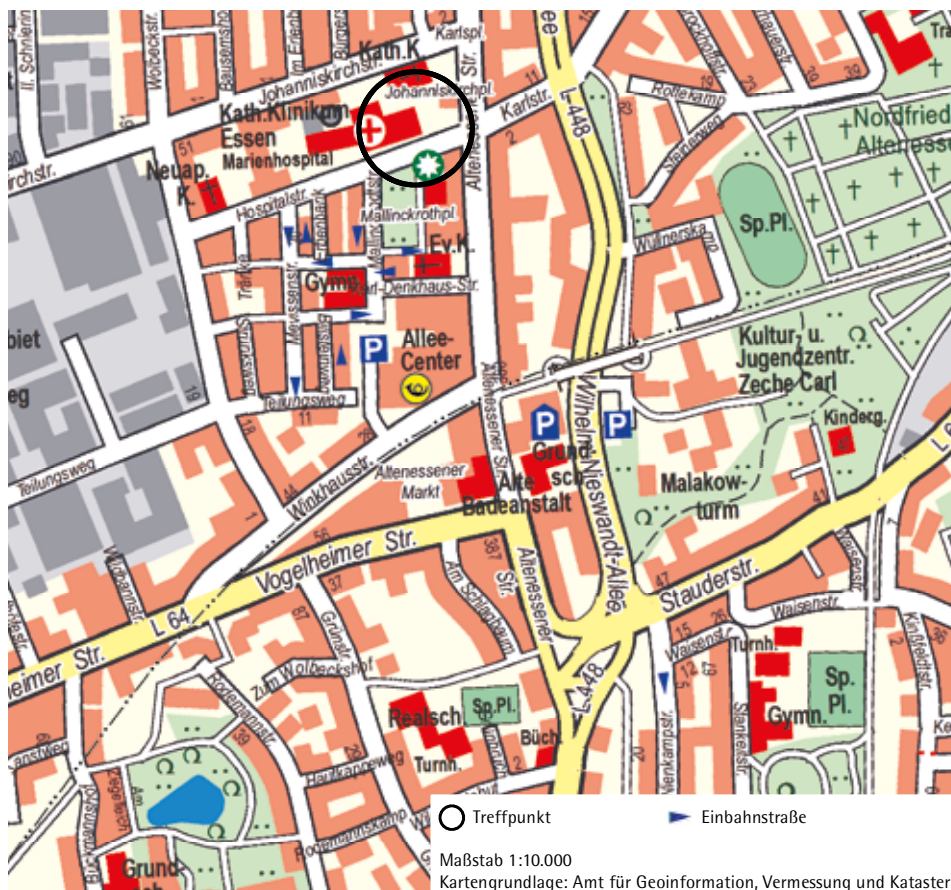
Biergarten „Am Karlsplatz“ geöffnet und bei einem Erfrischungsgetränk lassen wir die Eindrücke unseres Spaziergangs noch einmal Revue passieren.

Marlis Stern,
Spaziergangspatin Altenessen-Nord



Bus 162, 172, 173, 183
U11, U17 ►Karlsplatz

RUHR
BAHN



Altenessen-Süd

Sonntag • 14.00 Uhr
Treffpunkt Bahnhof Altenessen,
Vorplatz



Wir, in Altenessen-Süd, treffen uns jeden Sonntag um 14.00 Uhr am Bahnhof Altenessen.

Bisher ist es der einzige Stadtteil-Spaziergang, der sonntags stattfindet.

Vom Treffpunkt aus geht es an der Ampel über die Straße auf einen „grünen“ Weg, der an der Lierfeldstraße endet. Wir überqueren die Lierfeldstraße und biegen in eine nicht befestigte Straße ein, die aber bei trockenem Wetter zum Spaziergang einlädt. Diesen Weg gehen wir bis zum Ende und kommen an der Altenessener Straße aus, die wir überqueren.

Ab hier spazieren wir durch eine Garten-

anlage, in der es viele schöne Blumen, Bäume und Büsche zu bewundern gibt.

Zu jeder Jahreszeit bieten sich andere, reizvolle Bilder. Hin und wieder kommen wir auch mit den „Gartenbauern“ ins Gespräch, die sich über unser Lob sehr freuen. Bei Gartenfesten legen wir hier gerne eine Pause ein.

Derzeit ist gerade Oktoberfest in der Anlage, mit Musik, Schweinshaxen und Bier. Klar, das heißt Pause machen, denn komischerweise haben jetzt alle Durst. Nachdem sich alle gestärkt haben und der größte Durst gelöscht ist, geht es weiter. Unser Spaziergang führt uns nun bis zur

Seumannstraße und dann rechts ein Stück über die Ellernstraße. Über einen Weg entlang der Berne erreichen wir wieder die Altenessener Straße.

Wir kommen gegenüber des Altenessener Seniorenzentrums aus, wo wir regelmäßig einkehren, um bei Kaffee und Kuchen

zusammenszusitzen und allgemein feststellen, dass wir mal wieder einen schönen Sonntag verlebt haben.

Marlis Stern,
Spaziergangspatin Altenessen-Süd

Tram	BUS	S	RE	Bus 140, 162, 172, 183, U11, U17, Tram 108, S2, RE3 ► Bahnhof Altenessen	RUHR BAHN
-------------	------------	----------	-----------	--	----------------------



Bedingrade

Mittwoch • 11.00 Uhr
Treffpunkt Aktienstraße/Frintroper Straße
(Westerberg), Baumarkt Ladezone



„Rund um den Wasserturm“

Der Spaziergang führt über die Straße Im Fatloh (gegenüber der Bushaltestelle) in das Hexbachtal, volkstümlich auch „Siepchen“ genannt; es handelt sich um einen Grünzug zwischen den Stadtteilen Essen-Bedingrade und Mülheim-Dümpten. Das Tal ist von landwirtschaftlich genutzter Fläche umgeben und weist einen naturbelassenen Bewuchs mit heimischen Gewächsen auf.

In der Talmitte befindet sich der Läppkes Mühlenbach, der auch zur Speisung einer Forellenteichanlage verwendet wird. Verlässt man an der Teichanlage das Tal,

ist das Wahrzeichen von Bedingrade, der Frintroper Wasserturm mit seiner Höhe von 44 Metern, sichtbar.

Das unter Denkmalschutz stehende Bauwerk wurde 1896 errichtet und versorgt noch heute die Nachbarstädte Bottrop und Gladbeck mit Ruhrwasser.

Nach Überquerung der Frintroper Straße kommt man zur Bezirkssportanlage und einer dort befindlichen Kleingartenanlage. Folgt man dem Hauptweg der Anlage in Richtung des gelben Schulgebäudes, gelangt man im weiteren Verlauf zur Bergheimer Straße und es geht durch die Laarmannstraße am dortigen Franziskus-

Kloster vorbei zum Ausgangspunkt zurück. Im Verlauf des Rundgangs sind interessante Gärten zu besichtigen.

Wer Lust und Laune hat, kann noch ein am Lunapark gelegenes Eiscafé auf einen „Absacker“ besuchen.

Der Rundgang dauert ca. 1 Stunde; je

nach Witterungslage und Verfassung der Teilnehmer kann der Rundgang bis zu 2 Stunden ausgeweitet werden.

Harald Pohl,
Spaziergangspate Bedingrade

Tram

BUS

Tram 105 ►Abzweig Aktienstraße

Bus 186 ►Roßstraße

RUHR
BAHN





Unser Weg führt uns quer durch die Sportanlage „Am Krausen Bäumchen“. Wir gelangen so auf die Elbestraße und gehen bis zur Weserstraße, der wir linksseitig bis zur Rellinghauser Straße folgen. Dann biegen wir rechts in die Werrastraße ab. Dort erinnert uns ein Schild an die Strafgefangenen aus dem Zeiten Weltkrieg. Durch die Fuldastraße kommen wir zur Töpferstraße und zur Hubertuskirche. Zurzeit ist der Kirchturm, der 2014 durch Blitzschlag schwer beschädigt wurde, noch notdürftig abgedichtet. Wir biegen an der nächsten Kreuzung

links ab und erreichen wieder die Rellinghauser Straße.

Diese führt uns dann weiter bis in ein Gewerbegebiet. Über die Schürmannstraße kommen wir auf die Kaninenberghöhe, die uns mit einem unerwartet schönen Weitblick bis zum Schellenberger Wald in Rellinghausen belohnt.

Nach kurzer Zeit gelangen wir wieder auf die Hauptstraße und beenden unseren Spaziergang an der Haltestelle „Zeche Ludwig“.

**Gisela Roth, Spaziergangspatin
Bergerhausen**

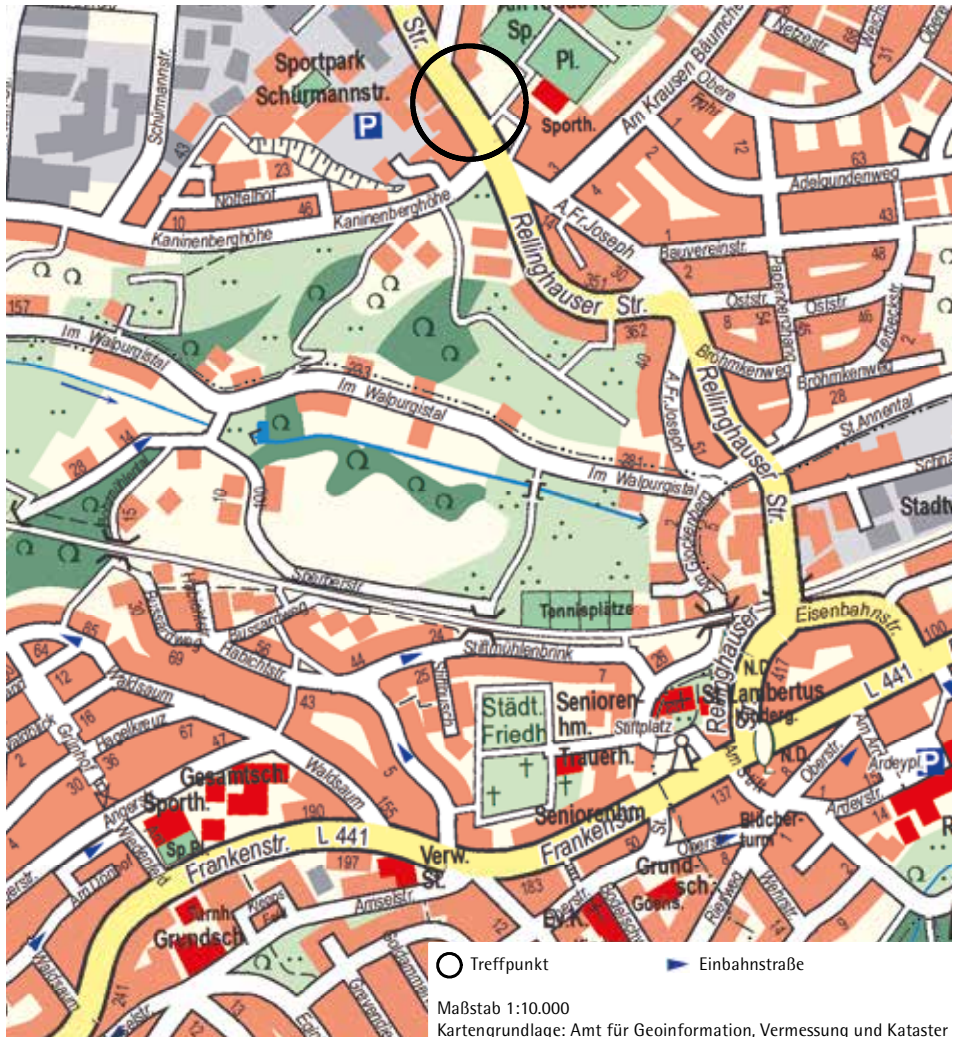
“Wir haben euch Omas mitgebracht.”

Spaziergangspate in Bergerhausen beim Treffen mit neugierigen Kindern an einer KITA

Tram

Tram 105 ▶ Zeche Ludwig

RUHR
BAHN

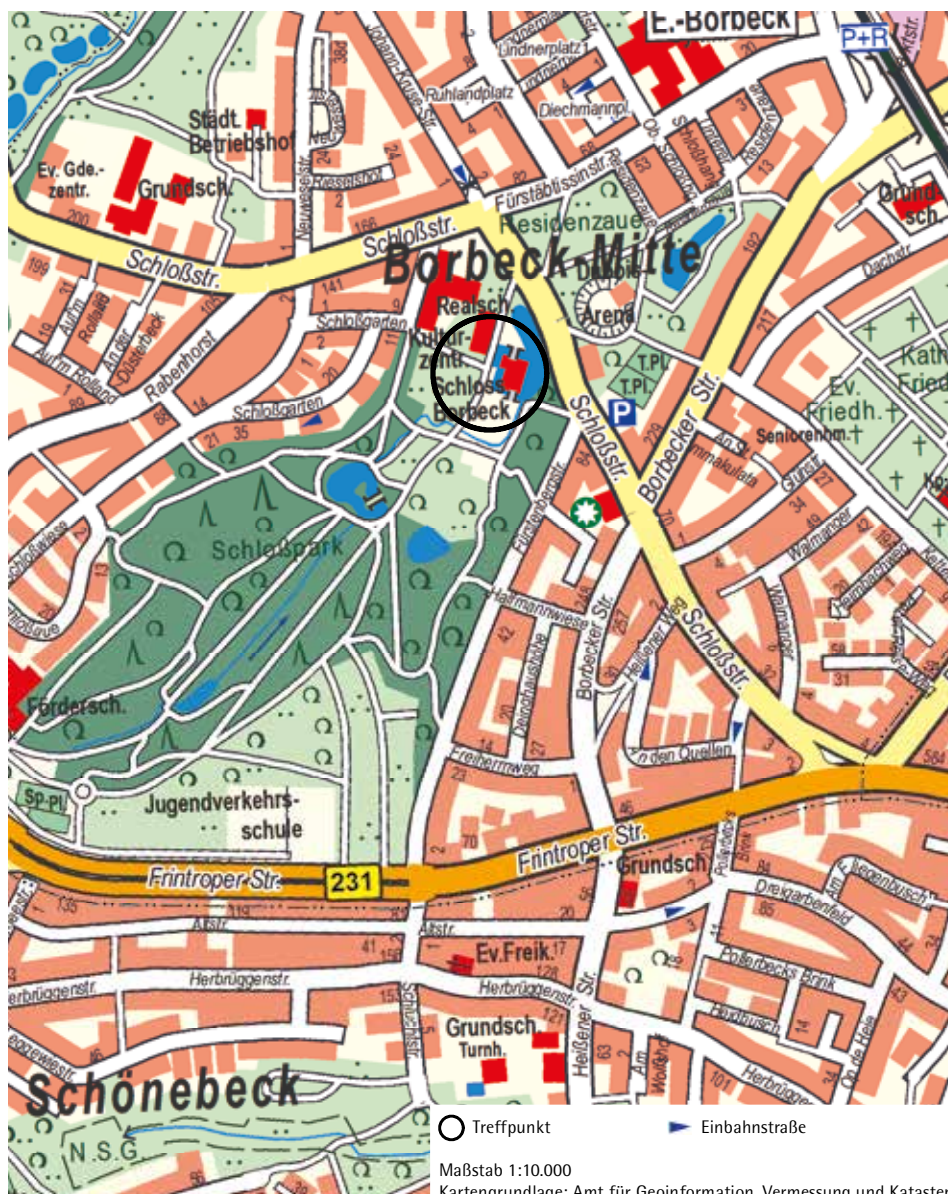




Wir starten am Schlosspark, gehen über die Straße Schloßgarten, überqueren Schloßwiese und Rabenhorst, biegen rechts Auf'm Rolland ab und erreichen so den im Volksmund genannten Lunapark. Hier folgen wir nach rechts dem Bachlauf des Pausmühlenbaches, überqueren die Schloßstraße und gehen an den Mühlenteichen vorbei bis zum Möllhoven. Dort ist die frisch renovierte Voßgatters Mühle zu sehen, in der sich heute der „NABU“ (Naturschutzbund Ruhr) befindet. Wir gehen weiter am Pausmühlenbach entlang bis zur Hülsmannstraße, biegen hier links ab und gehen an einem kleinen Bachlauf entlang, vorbei am Pfaffensteg, der die katholische und die evan-

gelische Kirche über den Bach verbindet, bis zur Gerscheder Straße. Dann biegen wir links in die Straße Düppenberg ein und spazieren wieder entlang des Bachlaufs, der dort von Weiden gesäumt wird, vorbei an einem alten Kotten mit Teich und großer Wiese, einem Fachwerkhaus und der Quelle des Baches. Wir erreichen über Mayskamp die Triftstraße, gehen rechts über Möllhoven und dann links durch Stensbeckhof wieder bis zur Schloßstraße. So gelangen wir zurück zum Schlosspark und beenden hier unseren schönen Spaziergang, der mit Pausen circa 1,5 Stunden dauert, gerne in einem kleinen Café.

Erich Gring,
Spaziergangspate Borbeck





Unser Stadtteil ist geprägt von herrlichen Wäldern, landwirtschaftlich genutzten Flächen und aufgelockerter Bebauung mit großen Gärten und viel Grün. Da fällt es leicht, schöne Spaziergänge zu machen. Wir haben als Gruppe von über 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmern auch meistens zwei Rollatoren-Fahrer bei uns, so dass wir die Route entsprechend anpassen.

Einer unserer Lieblingsspaziergänge ist der Weg zum und über den großen Meisenburgfriedhof mit den Grabstätten vieler berühmter Essener Familien.

Vom Treffpunkt am Bredeneyer Kreuz

laufen wir in fröhlicher Runde in Richtung Zeunerstraße, nicht ohne einen Blick gen Himmel zu richten und festzustellen, dass es mal wieder nicht regnen wird. Mein Geheimnis ist nämlich, dass ich einen direkten Draht zu Petrus habe und langsam glauben fast alle daran, da es fast nie bei unseren Spaziergängen geregnet hat. Nachdem wir die B 224, eine der lauten und stark frequentierten Hauptverkehrsadern die unseren Stadtteil durchschneiden, mit Hilfe einer Ampel überquert haben, biegen wir in die ruhigen Seitenstraßen ein. Durch die mit mächtigen Bäumen gesäumten Wohnstraßen kommen

wir durch die Gillhausenstraße über die Ruschenstraße zum Georg-Baur-Ring und erreichen dann die Benzstraße. Vorsichtig und mit gegenseitiger Unterstützung laufen wir einen kleinen Abhang hinab und erfreuen uns an den mit unterschiedlichsten Sträuchern bewachsenen großen Wiesen. Hier machen wir Rast auf dem am Waldrand gelegenen Spielplatz. Das gibt uns die Gelegenheit, mit einem vierstimmigen Kanon allen zu gratulieren, die in der abgelaufenen Woche Geburtstag hatten. „Viel Glück und viel Segen auf all Deinen Wegen“ ist der Wunsch für alle und besonders für die, die ihren 90. Geburtstag mit uns feiern können. Jetzt können wir auch endlich erzählen, was sich in der Woche angestaut hat, was wir mitteilen wollen und was uns auf dem Herzen liegt. Alte Bekanntschaften werden wieder aktiviert und Erinnerungen aus vergangenen Tagen in unserem Berufsleben mit heiterer Gelassenheit aufgefrischt. Das schweißt uns zusammen und gibt uns Gelegenheit, auch während der Woche manche Aktivitäten gemeinsam zu unternehmen oder uns gegenseitig zu unterstützen. Dann aber geht es zügig weiter zum Zeissbogen, vorbei an einem Tennisclub, dessen Restaurant uns schon des öfteren zum gemeinsamen Mittagessen gelockt hat. Von der Westerwaldstraße biegen wir links in den Nebeneingang des Meisenburgfriedhofes ein. Einige von uns besuchen das

Grab ihrer Lieben und wir anderen bewundern unterdessen den großen, mit einem Zaun versehenen Familienfriedhof der Industriellenfamilie Krupp. Die imposanten Grabstätten aus Marmor oder Bronzestatten sind Kunstwerke, die die Bedeutung dieser Familie für unsere Stadt eindrücklich darstellen. Außerhalb, am Rande des Familienfriedhofes, befindet sich die Grabstelle des Generalbevollmächtigten und Vorsitzenden des Kuratoriums der Alfried Krupp von Bohlen und Halbach-Stiftung, Berthold Beitz.

Wir treffen uns alle wieder am Haupteingang und gehen munter auf einem schönen, mit Sträuchern und Bäumen gesäumten Nebenweg der Meisenburgstraße zurück zu unserem Ausgangspunkt. Jetzt heißt es Abschied nehmen bis zur nächsten Woche, in der vielleicht ein Waldspaziergang lockt, wenn es trocken ist, ich habe ja die richtige Telefonnummer.

Eine homogene, hilfsbereite und rücksichtsvolle frohe Gemeinschaft ist hier im Laufe der Spaziergangszeit zusammengewachsen und freut sich immer schon auf die nächste Woche mit einem anderen Rundgang durch unser schönes, vielseitiges Bredeney.

**Joachim Kramer,
Spaziergangspate Bredeney**

„Mein Geheimnis ist nämlich, dass ich einen direkten Draht zu Petrus habe, und langsam glauben fast alle daran, da es fast nie (während unserer Spaziergänge) geregnet hat.“

Spaziergangspate in Bredeney



Burgaltendorf

Mittwoch • 11.00 Uhr
Treffpunkt Katholisches Pfarrheim /
Alte Hauptstraße



Im Jahr 2016 wurde unser Stadtteil 850 Jahre alt.

Unser Spaziergang startet am Pfarrheim gegenüber der Pfarrkirche Herz-Jesu. Sie ist eine der größten Kirchen der Stadt und steht unter Denkmalschutz. Mit Beginn der Dämmerung wird sie angestrahlt. Seitlich an der Straße ist eine Schautafel mit vielen Informationen angebracht.

Wir starten auf der Kirchstraße, die uns an der Kirche vorbeiführt. Gleich links haben wir einen Blick auf das sogenannte Unterdorf mit der Burg. Weiter geht es zu einem Aussichtspunkt, von dem aus wir einen Blick auf Bochum haben. Besonders

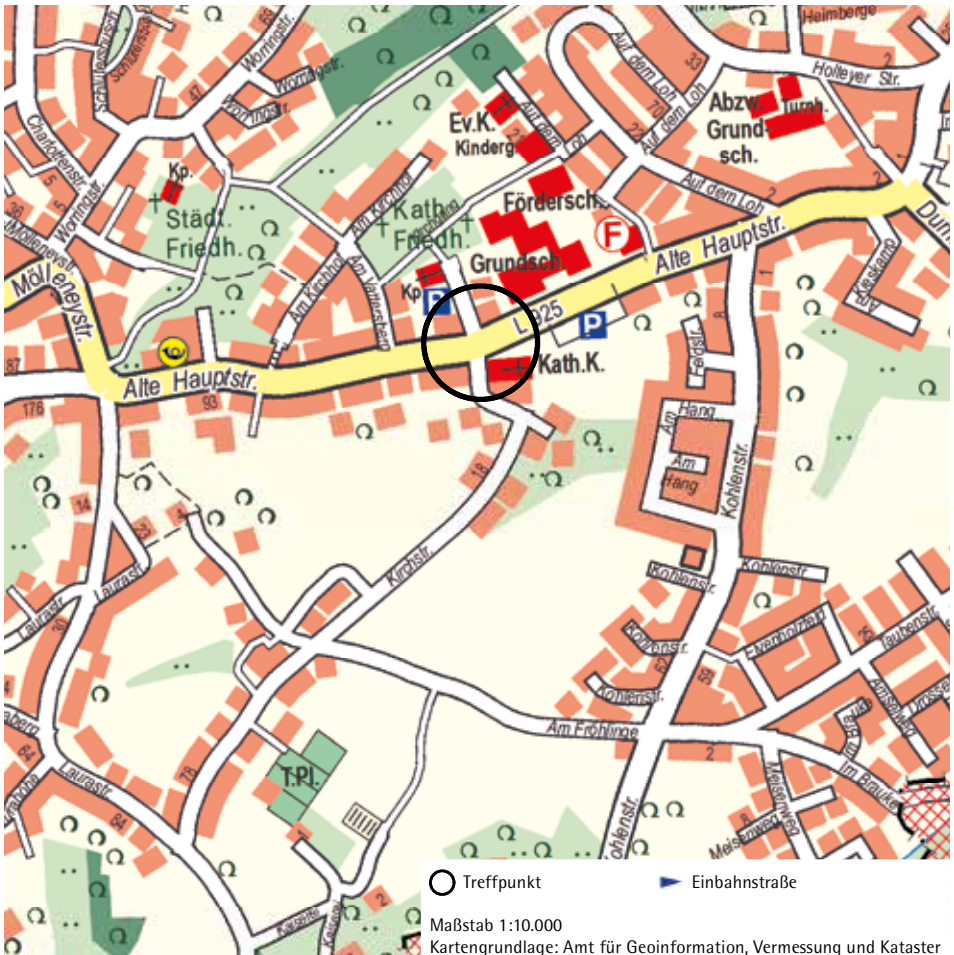
zu erwähnen ist dort die markante weiße Kuppel des Planetariums.

Von hier aus sehen wir rechts die Stadt Hattingen. Im Vordergrund ist der Stadtteil Niederwenigern mit einer der ältesten Kirchen der Ruhrhalbinsel, „St. Mauritius“ zu sehen, die 1861 als Ersatz einer noch älteren Kirche gebaut wurde. Der weitere Weg führt uns links über die Straße Am Fröhlinge durch Felder bis zur Kohlenstraße, die wir überqueren. Weiter geht es links über die Taubenstraße und wieder links ins Elvenholzfeld durch eine kleine Siedlung. Hier ist einer der Vorgärten mit einer naturgetreuen Kuh-Nachbildung

Dort biegen wir rechts ab zu einem kurzen Besuch der Ruine Burgaltendorf, dem Ursprung unseres Dorfes. Die Burgruine kann

samstags und sonntags besichtigt werden. Danach kehren wir über die Alte Hauptstraße zu unserem Treffpunkt am Pfarrheim zurück.

Barbara Oberste-Brandenburg, Spaziergangspatin Burgaltendorf



Freisenbruch

Mittwoch • 11.00 Uhr
Treffpunkt Bürgerhaus Oststadt,
Schultenweg 39



Einer unserer Spaziergänge geht vom Bürgerhaus Oststadt über den Schultenweg bis zum Sachsenring. Hier biegen wir links ab und folgen dem Sachsenring ca. 600 Meter bis zur Straße Schirnbecker Teiche, einer beeindruckenden grünen Oase. Diese Straße führt vorbei an Bauernhöfen, Sportanlagen und Pferdekoppeln. Nach mehreren hundert Metern biegen wir rechts ab in den Großen Schirnkamp und erreichen über diese Straße wieder den Schultenweg. Hier biegen wir erneut

rechts ab und gelangen wieder zu unserem Ausgangspunkt, an dem wir auch eine gute Einkehrmöglichkeit haben. Nach unseren Spaziergängen sitzen wir gerne im Bürgerhaus Oststadt beim Kaffee oder bei Erfrischungsgetränken zusammen, lassen alte Zeiten aufleben, singen Volks- und Wanderlieder und lassen so unsere Spaziergänge ausklingen.

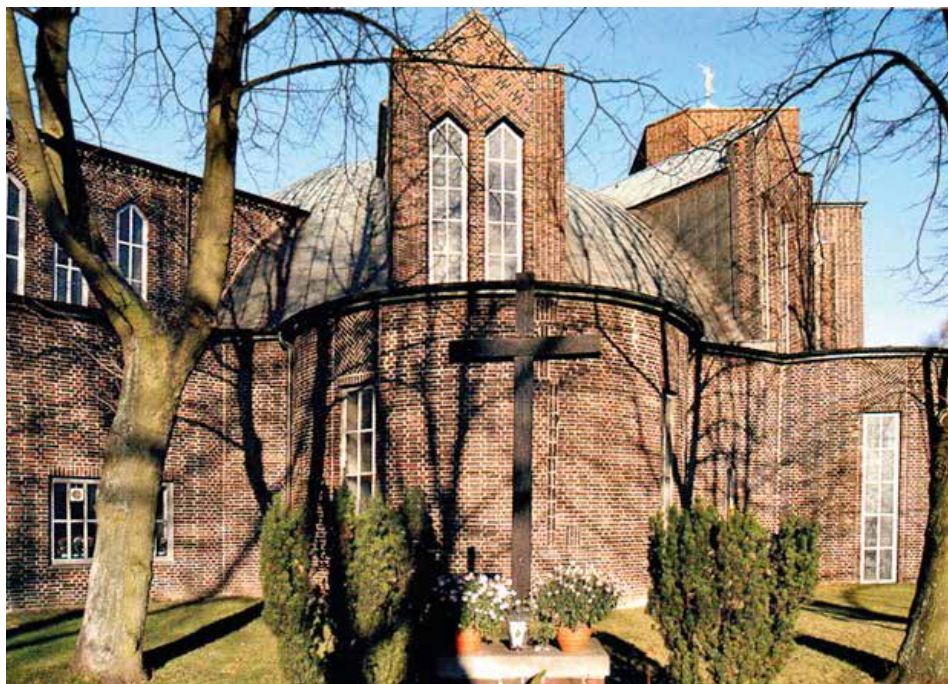
**Ingrid Krämer,
Spaziergangspatin Freisenbruch**

Gehen Sie mit Ihrem Hund spazieren, auch wenn Sie keinen haben.



Frillendorf

Donnerstag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Am Wasserturm
(Ernestinenstraße)



**„Willst Du mit mir geh'n ?“....
...dann komm doch mal nach Frillendorf**

Frillendorf gehört zu den kleinsten Stadtteilen Essens. Das ehemalige Dorf der freien Bauern hat keinen dörflichen Charakter mehr, weil es von verkehrsreichen Straßen und Eisenbahnen zerschnitten wird. Die einzige zusammenhängende Grünfläche wurde ein Verkehrsübungsplatz und ist damit den Frillendorfern nicht mehr zugänglich. Trotzdem finden wir hier einige grüne Ecken, die zum Spaziergehen einladen.

Die meist aus 20 bis 25 Personen bestehende Spaziergangsgruppe nimmt gerne den kleinen historischen Rundgang, weil immer wieder dem einen oder anderen eine neue Geschichte von früher dazu einfällt. Nach herzlicher Wiedersehensbegrüßung führt unser Weg zunächst durch die Heimstätten-Siedlung hinter dem Wasserturm, die auf dem Gelände einer ehemaligen Ziegelei errichtet wurde. Danach wird die stark befahrene Frillendorfer Straße an einer Ampel überquert und man gelangt in den Goldschmidt-Park. Das ganze Gelände war ursprünglich ein

großer und etwa 30 Meter tiefer Siepen, der nach dem Krieg mit Trümmerschutt und Chemieabfällen verfüllt wurde. Der Kötter (Kleinbauer), der früher auf der Talsohle des Siepens wohnte, musste den damaligen Besitzern des Siepens jährlich als Pacht ein ausgiebiges Reibekuchen-Essen spendieren.

Auf dem vorderen Teil des verfüllten Siepens ist an der Frillendorfer Straße ein Gewerbegebiet entstanden. Auf dem hinteren Teil des Geländes betrieb eine Chemiefirma eine Deponieanlage, auf der sie unter hohen Sicherheitsauflagen eine Grünanlage errichtete und der Bevölkerung zur Verfügung stellte.

Der Weg führt die Spaziergänger dann über den Schimmelhofer Ring zur Autobahn A 40, die hier auf der ehemaligen B 1 verläuft, die als Fernstraße von Aachen bis Königsberg reichte. Noch vor 80 Jahren war der Ruhrschnellweg, wie die B 1 hieß, eine beliebte Spielstraße der Jugendlichen

aus der links und rechts von ihr gebauten Gartensiedlung am Kaiserhof. Heute fließen hier die Autoströme von der A 40 und der A 52 zusammen. Vor der Brücke über die A 40 geht es dann weiter über die Hombrucher Straße zum Frillendorfer Platz, von dort aus über den Franz-Fischer-Weg zur Brandhövelstraße, an der die ehemalige Abfüllstelle eines bekannten Getränke-Herstellers lag.

Unser Weg verläuft zwischen dem alten Frillendorfer Friedhof und dem Verkehrsübungsplatz. Von der Brandhövelstraße aus biegt die Gruppe auf die Straße Auf der Litten ab, an der die Schutzengel Kirche liegt, die ebenso im Ziegel-Expressionismus von Edmund Körner erbaut wurde wie der Wasserturm, der dann wieder das Ziel ist.

**Doris Haneke und Dieter Sengwitz,
Spaziergangspaten Frillendorf**

Weisheit von „Red und Rover“(NRZ, 28.09.2015): Das Leben ist kein Wettrennen, sondern eine Reise, auf der man jeden Schritt genießen sollte.

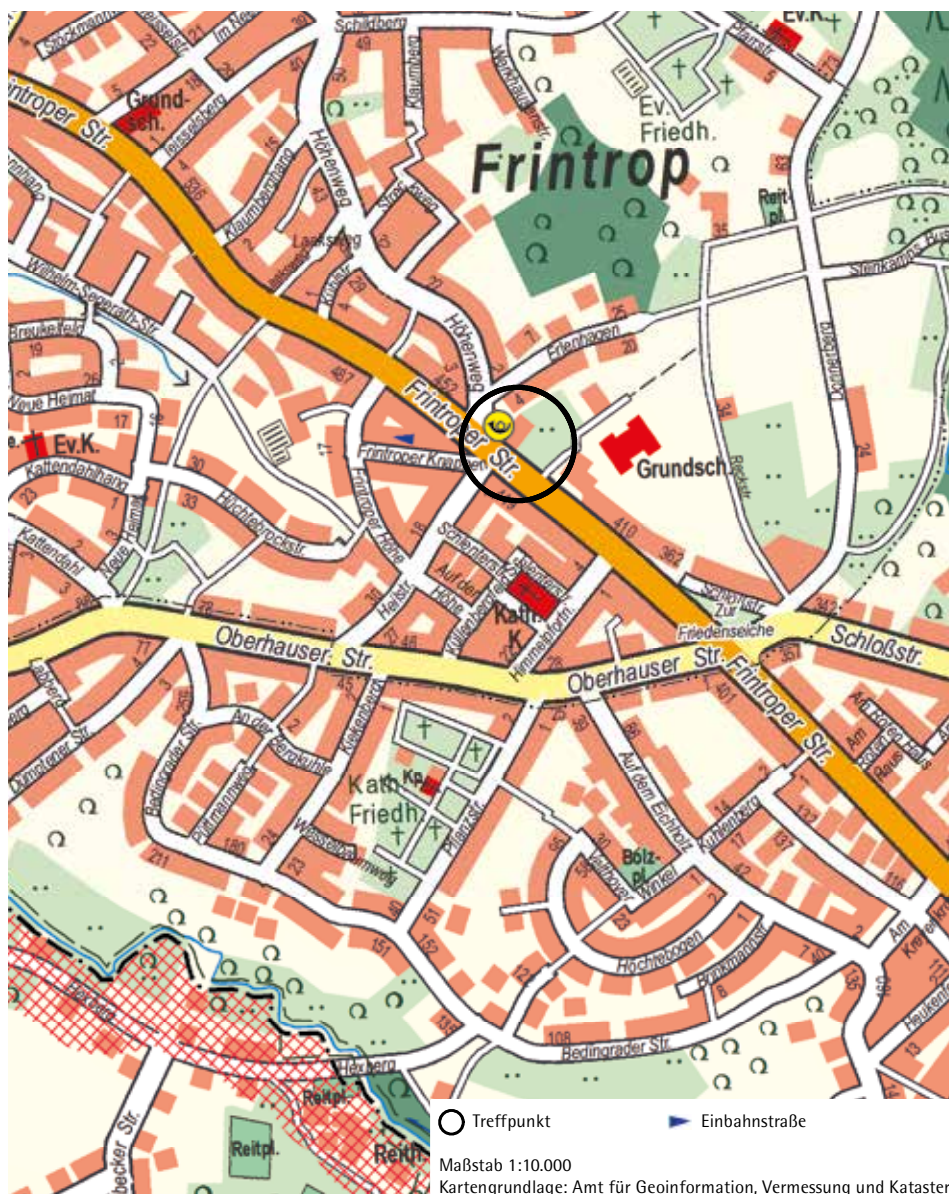




Wir beginnen unseren Spaziergang an der Gleisschleife, gehen über die Frintroper Straße in Richtung Bedingrade und biegen rechts in die Oberhauser Straße ab. Dort gehen wir bis zur Straße „Auf dem Eichholz“ auf der linken Seite, in die wir einbiegen, gehen hier durch eine sehr gepflegt wirkende Siedlung und biegen dann links in die Bedingrader Straße ab in Richtung Frintoper Wasserturm, der hier schon sichtbar ist. Wir verlassen die Bedingrader Straße, überqueren die Frintroper Straße und kommen in die Straße Am Kreyenkrop. Im weiteren Verlauf biegen wir links in die Schloßstraße ein, spazieren vorbei am Roten Haus bis zur Straße Donnerberg auf der rechten Seite.

Die Straße Donnerberg ist ein landwirtschaftlicher Nutzweg, und hier beginnt auch ein zusammenhängend grüner Teil von Frintrop, in dem man als Spaziergänger noch Landluft und Ruhe genießen kann. Auch die Straße Erlenhagen, auf die wir stoßen und links abbiegen, ist noch ein landwirtschaftlicher Nutzweg. Hier können wir unseren Landspaziergang noch weiter genießen, bis wir auf den Höhenweg kommen, nach links gehen auf die Frintroper Straße und nach kurzer Zeit wieder an der Gleisschleife, unserem Ausgangsort ankommen.

**Manfred Gäbel,
Spaziergangspate Frintrop**



Frohnhausen

Donnerstag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Frohnhauser Markt
(Therapiecenter Mülheimer Straße/
Ecke Pollerbergstraße)



Die Frohnhauser Spaziergänger (41 Teilnehmer) laufen bei jedem Wetter, außer bei Glatteis, und stets mit guter Laune. Die Spaziergänge dauern jeweils circa eine Stunde. Unser Stadtteil hat drei wunderschöne Grünflächen: den Westpark, den Riehlpark und den Gervinuspark. Manchmal genießen wir es, alle drei Parks während eines Spazierganges miteinander zu verbinden. Aber meistens ziehen wir es vor, neue Ziele auszukundschaften, was nach drei Jahren nicht immer leicht ist. Ein ganz besonderer Weg führt uns zu einer Eisenbahnbrücke. Sie heißt die Teufelsbrücke. In der Unterführung waren im Krieg Gefangene eingesperrt und mussten Zwangsarbeiten verrichten. Der Tunnel

wurde im vorigen Jahr neu gestaltet. Von unserem Treffpunkt aus geht es bergauf und bergab, quer durch belebte Straßen. Vorbei am Gervinuspark, dem Gelände des ehemaligen Schwimmbades „Oase“ (jetzt Brachland), vorbei an einer Moschee und entlang eines Grünstreifens von ehemaligen Schrebergärten geht es hinein in ein Neubaugebiet. Eine Herausforderung wird für unsere Spaziergängergruppe jedes Mal der Anstieg zum Tunnel. Bevor die Restaurierung stattgefunden hatte, wies nur eine kleine Tafel auf die Nutzung während des Zweiten Weltkrieges hin. Nun ist durch ein riesiges Graffiti alles hell und wunderschön farblich gestaltet. Es hat den passenden Namen „Aqualand“.

nach Jahreszeit) oder in einem Café. Die Gemütlichkeit und die Belohnung sollen ja auch nicht zu kurz kommen.

BUS Bus 145 ► **Frohnhauser Platz** **RUHR**
BAHN





Der spezielle Spaziergang: Kleine Füße suchen große Füße

Wie immer steht mittwochs ein Spaziergang mit den Kindern der Kita Samoastraße und den Senioren auf dem Programm. Große Spannung auf beiden Seiten. Wie viel Kinder gehen heute mit? Die Kinder sind neugierig darauf, wie viele Senioren heute dabei sind. Freundschaftliche Begrüßung von beiden Seiten! Dann die gemeinsame Überlegung nach dem Ziel des Tages. Es ist sehr wichtig, dass wir bei jedem Mal an einem Spielplatz vorbeikommen. Heute haben wir beschlossen, zur Voßgätters Mühle zu

laufen. Das ist ein Haus, das vom Naturschutzbund unterhalten wird und das verschiedene Kurse für Kinder anbietet. Es geht von der Samoastraße über die Hülsmannstraße, über einen Wanderweg (grüner Teppich) bis zum Düppenberg, den wir überqueren. An einem Bach entlang laufen wir bis zum Gerschermannweg/Ecke Möllhoven. Gegenüber der Mühle befindet sich ein Spielplatz mit Rutsche und Klettergerüst. Hier können die Kinder nach Herzenslust toben.

Leider geht die Zeit viel zu schnell vorbei, so dass wir uns schon wieder auf den Heimweg begeben müssen. In umge-

kehrter Reihenfolge gehen wir den Weg zurück.
Pünktlich zum Mittagessen sind wir wieder da.

Wir freuen uns schon auf die nächste Woche!
Monika Longrée und Rudolf Hermey,
Spaziergangspaten Gerschede

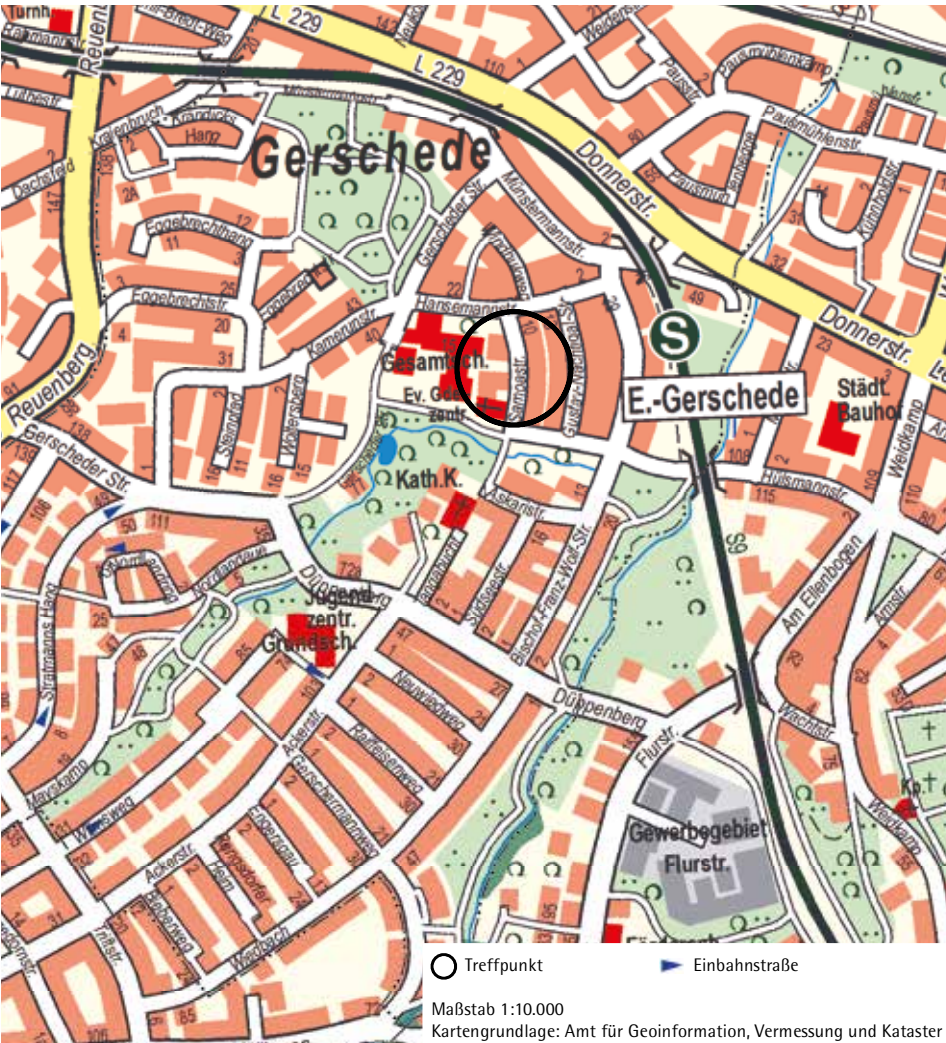
Tram

BUS

Tram 103 ►Gerschede
Bus 143, 185 ►Ackerstraße

RUHR

BAHN



Haarzopf

Dienstag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Kreuzung Hatzperstraße/
Humboldtstraße vor der Bäckerei



Es gibt in Haarzopf mit dem angrenzenden Stadtteil Fulerum, viele Möglichkeiten zum Spaziergehen in unverbauter Natur. Ausgedehnte Felder, Wiesen, Wald und historische Kotten prägen das Bild. Das Steinbachtal und vieles mehr laden zum Erkunden ein. Jeden Dienstag treffen wir uns mit den Senioren um 11 Uhr vor der Bäckerei an der Hatzperstraße, Ecke Humboldtstraße, gehen dann die kleine Straße Auf'm Gartenstück hinauf in Richtung Bauer Scheidt. Von der Höhe dort haben wir eine weite, schöne Aussicht über die großen Felder nach Mülheim und bei guter Sicht bis auf den Tetraeder in Bottrop. Dann spazieren wir ein Stück

über die Humboldtstraße, deren Name an die ehemalige Zeche Humboldt erinnert. Jetzt befindet sich auf dem ehemaligen Zechengelände das große Rhein-Ruhr Einkaufszentrum. Die Straße ist gesäumt von Feldern, die je nach Jahreszeit mit Raps, Mais oder Erdbeeren bestellt sind. Durch den Regenbogenweg führt uns der Weg durch das steile Mecklenbeckstal zum Heimatdank. Auf der ehemaligen Straßenbahntrasse gehen wir die Fulerumer Straße hinauf, parallel zum Süd-West-Friedhof. Das große Areal ist Naturschutzgebiet und als zweitgrößte Begräbnisstätte in Essen mit dem Ehrenfriedhof Heimat von fast dreitausend Kriegsgräbern beider

Weltkriege. Gemütlich wandern wir dann rechts durch die Kleingartenanlage zur Humboldtstraße weiter Richtung Erbach zurück zum Ausgangspunkt. So waren wir eine gute Stunde in der Natur unterwegs und beenden beim anschließenden Kaffee-Klatsch in der Neuen Mitte Haarzopf

unseren schönen Spaziergang. Wer noch etwas einkaufen möchte, findet hier alles und gemeinsam freuen wir uns schon jetzt auf den nächsten Dienstag.

**Helma Keller,
Spaziergangspatin Haarzopf**



Bus 130, 136, 145, 196 ►Erbach

**RUHR
BAHN**



Heisingen

Freitag • 14.00 Uhr
Treffpunkt Haupteingang Altes
Rathaus Heisingen, Hagmanngarten



Unser schönster Spaziergang im winterlichen Heisingen

Wie an jedem Freitag um 14.00 Uhr, erwarten wir Spaziergangspaten die Spaziergänger und Spaziergängerinnen vor dem Haupteingang des alten Heisinger Rathauses. Heute sind wieder über zwanzig Bürgerinnen und Bürger gekommen, die mit uns den Rundgang unternehmen wollen. Wir starten also pünktlich um 14.00 Uhr in der Straße Hagmanngarten, werfen einen Blick auf das Denkmal von Carl-Funke im Gathergang. Wir gehen über unseren schönen kleinen Wochenmarkt, schauen auf die Carl-Funke-Schule, überqueren die Zölestinstraße und gehen

diese Straße weiter, bis wir den Baderweg überqueren müssen. Dort biegen wir rechts in den Geismarweg ein. Wir bleiben an der Schautafel stehen, auf der die ehemaligen Berghöfe Heisingens anschaulich beschrieben werden.

Hier machen wir die erste „Verschnaufpause“ und gehen dann weiter geradeaus direkt auf unser „Schlösschen“, das Haus Heisingen, zu. Es liegt heute inmitten von mit Raureif bedeckten Wiesen und ist bei dem Sonnenschein herrlich anzusehen. Wir lesen die Schautafel, die auch hier eindrücklich die Geschichte unseres Grafensitzes beschreibt. Hier wenden wir uns nach rechts, gehen bergauf durch die Straße Staelsfeld und gelangen auf den

Butenbergs Kamp. Wiederum rechts abbiegend, gehen wir an der ehemaligen Gaststätte „Zum Türmchen“ vorbei, überqueren den Baderweg und laufen bis zur Straße Lelei. Wir überqueren auch diese Straße, wandern weiter auf der Straße Butenbergs Kamp, überqueren die Bonscheidter Straße und stehen vor der alten evangelischen „Pauluskirche“. Hier machen wir unsere nächste kurze Rast. Im Sommer sitzen wir oft auf der Rundbank unter der alten Kastanie neben der Kirche.

Heute gehen wir nach einem Schwätzchen weiter, queren die Straße Stemmering und biegen in den Krapenbrink ein. Alte Fachwerkhäuser säumen den Weg. Wir überqueren die Bahnhofstraße, laufen die Eupenstraße hoch bis zur Ecke Georgkirchstraße und spazieren durch diese Straße bis zur Ecke Malmedystraße. Hier überqueren wir die Malmedystraße und gehen über den alten Friedhof. Dort besuchen wir das Ehrenmal für die Gefallenen des Ersten Weltkrieges und das Ehrengrab des ersten Bürgermeisters von Heisingen. Wir verlassen den Friedhof am Ausgang Georgkirchstraße. Dort laufen wir diese Straße entlang bis zur Ecke Heisinger

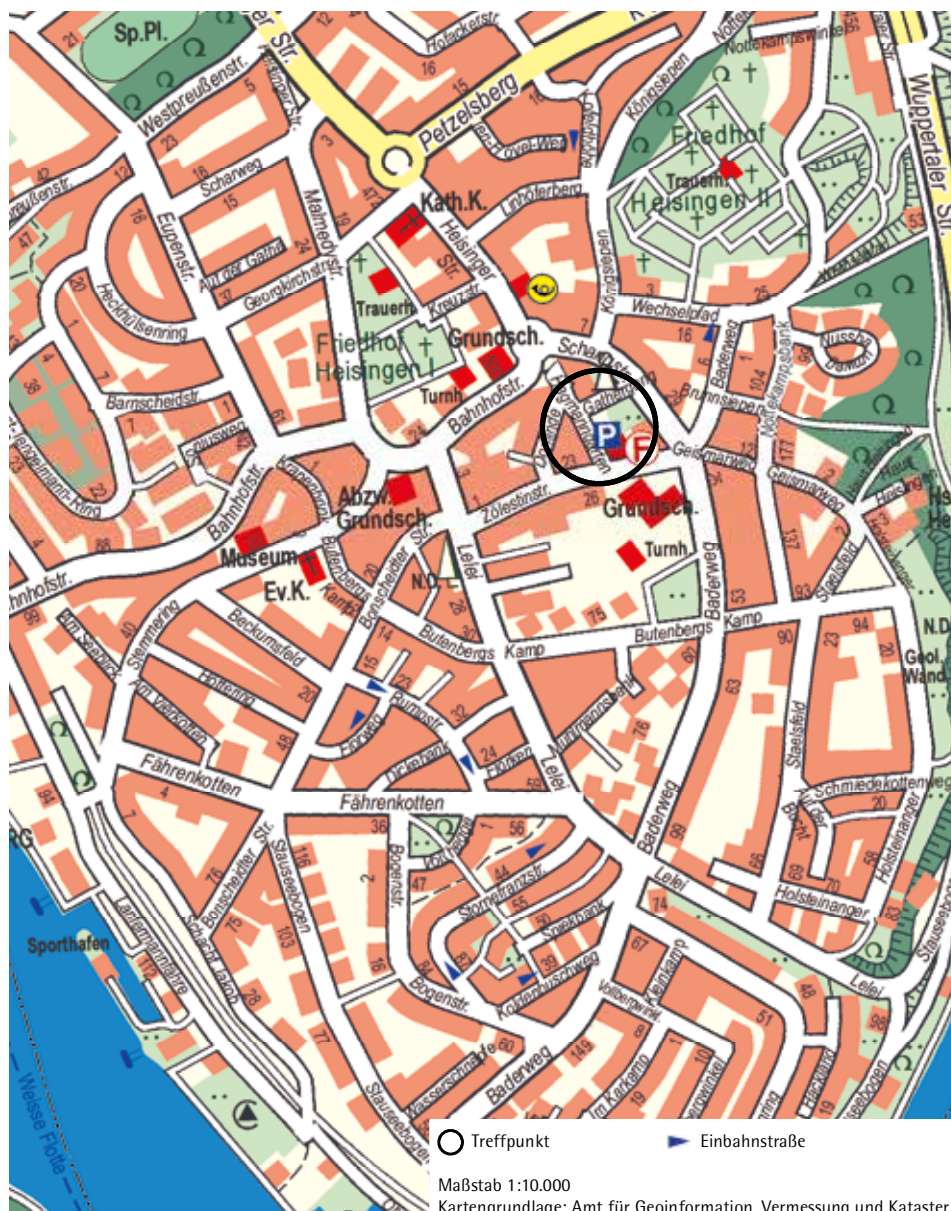
Straße. Hier bleiben wir kurz stehen, um uns das beleuchtete Wahrzeichen von Heisingen anzusehen, den Nachbau des Förderturms der Zeche Carl-Funke.

Wir biegen rechts in die Heisinger Straße ein, gehen vorbei an der alten katholischen Kirche, der St. Georg-Kirche, kommen auf den zweiten Kreisverkehr zu und bestaunen die riesige Tanne, die von der Werbegemeinschaft und der Bürgerschaft Heisingen dort aufgestellt wurde.

Nun gehen wir über den Zebrastreifen im Kreisverkehr und befinden uns wieder im Hagmanngarten – vorbei an einem Nachbau des alten Brunnens mit Gans, Hütejunge, kleinem Weiher und Bauer, der auf einer Schubkarre Möhren transportiert. Dieses Ensemble soll an die Tradition des alten Dorfes Heisingen erinnern, wo die Bauern früher zur Ruhr hinunter liefen und bei den Schiffen ihre Waren verkauften. Dann gehen wir noch einige Schritte und befinden uns an dem Ausgangspunkt unseres Rundweges durch das schöne Heisingen.

**Ursula Wöll-Stepez,
Spaziergangspatin Heisingen**

Aus China: Fürchte dich nicht vor dem langsamen Vorwärtsgehen, fürchte dich nur vor dem Stehenbleiben.



Holsterhausen

Montag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Kirchplatz
St. Mariä Empfängnis



Unser schönster Spaziergang in Holsterhausen

Holsterhausen ist ein dicht besiedelter Stadtteil, nach Einwohnern der viertgrößte in Essen. Trotzdem machen wir einen sehr schönen Spaziergang, der von viel Grün begleitet ist.

Treffpunkt ist der Kirchplatz der römisch-katholischen Kirche St. Mariä Empfängnis, die von 1895 bis 1897 erbaut wurde, im Zweiten Weltkrieg 1944 bis auf die Außenmauern zerstört wurde und von 1951 bis 1952 wieder aufgebaut wurde.

Der Weg führt uns weiter über die Vir-

chowstraße, vorbei am Mädchen-Gymnasium BMV (staatlich anerkanntes katholisches Gymnasium in der Trägerschaft der Augustiner Chorfrauen BMV zu Essen), das seit dem Schuljahr 2013/14 auch Jungen aufnimmt.

Weiter gehts vorbei an der Justizvollzugsanstalt Essen und dem Landgericht Essen. Dann streifen wir das Polizeipräsidium Essen und spazieren durch die Virchowstraße mit ihren prunkvollen Villen. Wir machen eine kleine Pause, um den mittlerweile sehr schön angelegten Gemeinschaftsgarten zu bewundern.

Von dort geht es zum Grugapark-Eingang

„Orangerie“, wo wir ein Stück des Rad- und Fußgängerwegs „Grugatrasse“ für den Rückweg nutzen. Wir laufen durch den Haumannpark. Hier kann man im Sommer viele Kinder herumtollen sehen.

Unser Spaziergang endet am Ausgangspunkt, der Kirche St. Mariä Empfängnis.

Als Abschluss unseres Spaziergangs kehren wir gemeinsam in ein Café oder Eiscafé ein, um ein leckeres Eis oder einen Kaffee zu genießen und ein bisschen zu plaudern.

**Monika Gerhold,
Spaziergangspatin Holsterhausen**

U

Tram

U17 ► Gemarkenplatz

Tram 101/106 ► Rubensstraße

RUHR
BAHN





Spaziergang in Essen-Huttrop

Huttrop ist den Essenern und vielen auswärtigen Besuchern sicherlich durch die gleichnamige Autobahnausfahrt der A 40 und durch das Autobahnkreuz (A 40/A52) Essen-Ost bekannt. Der große Grünanteil bleibt zunächst einmal verborgen. Durch unseren Stadtteil führt auch die stark befahrene Steeler Straße, die Huttrop praktisch in zwei Teile trennt. Beide sind jedoch mit herrlichen Grünflächen versehen. Nordöstlich dieser Linie liegt die Stattrops Aue, eine regelrechte Grün-Oase, deren größter Flächenanteil den

Parkfriedhof beherbergt. Hier bieten sich Möglichkeiten für ausgedehnte Spaziergänge in völliger Ruhe mit landschaftlich geradezu malerischen Ausblicken. Dort, sowie in dem anschließend beschriebenen Teil unseres Stadtteiles Huttrop, glaubt man kaum, dass man sich mitten in einer Großstadt, nur gut fünf Autominuten von der City entfernt, befindet.

Unser wöchentlicher Treffpunkt, die Bezirkssportanlage Hubertusburg, liegt südwestlich der Steeler Straße an der Dinnendahlstraße. Einer unserer schönsten Spaziergänge im südwestlichen Teil soll nachfolgend beschrieben werden.

Wir folgen der Dinnendahlstraße südwestlich in Richtung Laurentiusweg, vorbei an einer großen Wiesenfläche, biegen dort rechts ab in die Straße An St. Albertus Magnus, dann wieder rechts in den Löbberthang (ab hier sind wir nun komplett im Grünen) und folgen dann stark rechts abbiegend der Verlängerung der Hohefuhstraße bergab, bis wir unten auf die Kunstwerkerstraße stoßen und im Siepental angekommen sind. Dort biegen wir wieder rechts ab und gehen dann links, parallel der Lanterstraße folgend, durch das wunderschöne Siepental, einem verkehrsberuhigten Grüngürtel zwischen Ruhrallee und Steeler Straße. Das Siepental ist eingerahmt von vier Kleingarten-Anlagen. Vorbei an großen Spiel- und Liegewiesen mit vielen Bäumen und Büschen, einem großen, sehr beliebten Kinderspielplatz und Trimmgeräten sowie einem Gemeinschaftsgarten spazieren wir geradeaus bis zum Ende dieser Parkanlage. Hier gehen wir circa 150 Meter durch die Siepenstraße, dann rechts entlang der

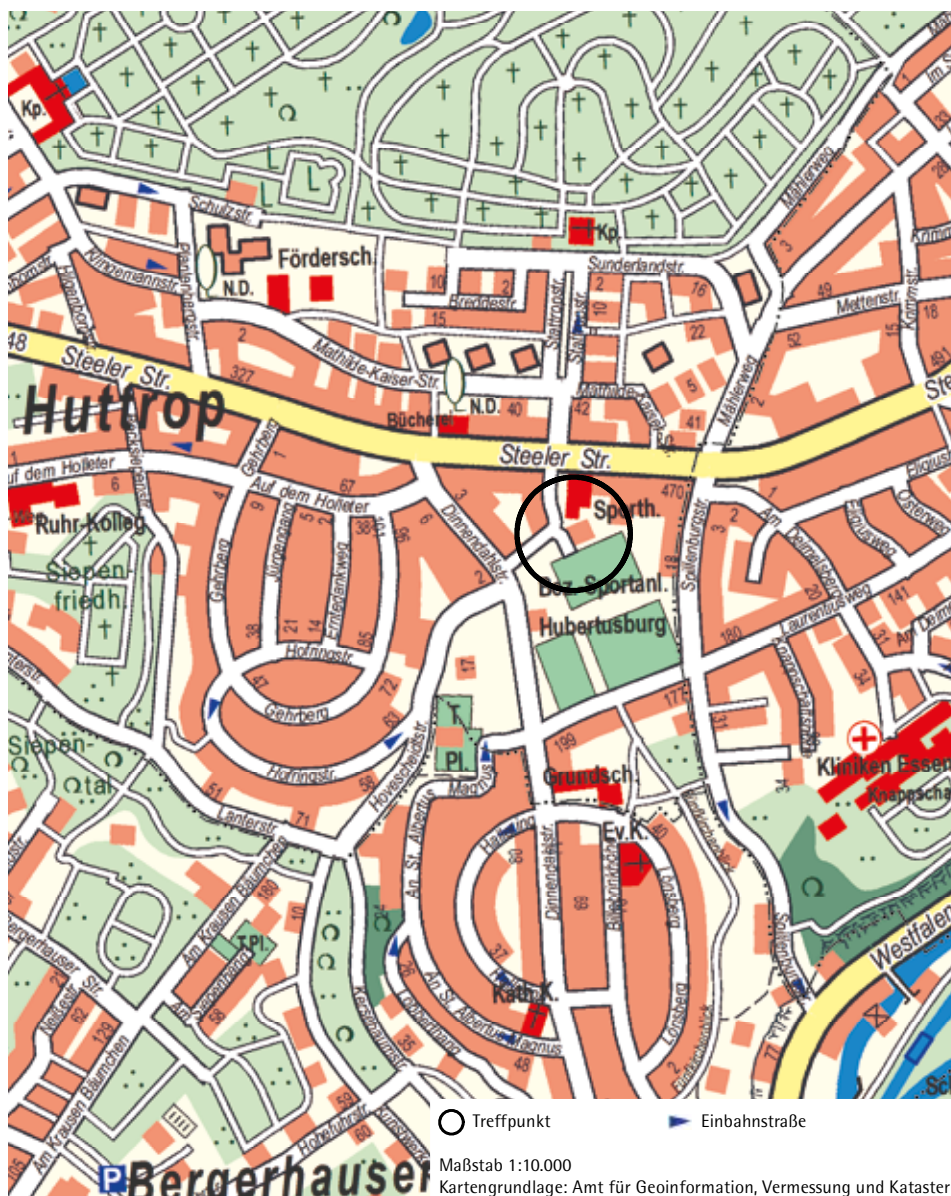
Moltkestraße, wieder rechts durch die Seminarstraße und biegen nach circa 150 Metern am Ruhrkolleg links in die Straße Auf dem Holleter ein, der wir geradeaus bis zur Dinnendahlstraße folgen. Viele schön angelegte Vorgärten vor hübscher Wohnbebauung säumen unseren Weg durch die Straßen. Nachdem wir dort rechts abgebogen sind, erreichen wir nach circa 150 Metern wieder unseren Ausgangspunkt.

Dieser schöne Spaziergang dauert circa eine Stunde und ist bei fast jeder Wetterlage zu empfehlen.

Im März 2017 feiert unsere fröhliche Spaziergangsgruppe fünfjähriges Bestehen. Auch nach dieser beachtlichen Zeit finden wir ab und zu noch neue Wege und Winkel, die manche Teilnehmer und Teilnehmerinnen bisher noch nicht kannten. Es lohnt sich, Huttrop immer wieder neu zu entdecken.

**Astrid Hinzke,
Spaziergangspatin Huttrop**

**“ Wer sind Sie denn? Sonst sind wir doch die Vielen und die Lauten!”
eine KITA-Mitarbeiterin angesichts der Spaziergangsgruppe in Huttrop**





Unser Karnap ist der nördlichste aller 50 Stadtteile in Essen und grenzt im Westen an Bottrop und im Osten an Gelsenkirchen. Wie überall im Ruhrgebiet sind die Übergänge in die Nachbarstädte unmerklich und so spazieren wir gerne auch in die benachbarte Umgebung.

In unserem Stadtteil erinnert seit 1982 an der Arenbergstraße eine Seilscheibe von Schacht 4 der Zeche Mathias Stinnes an seine historische, längst vergangene Bergbautradition. Davon zeugen auch viele alte Zechenhäuser, die am Ende des 18. Jahrhunderts erbaut wurden. 1974 wurde hier von Oberbürgermeister Horst Katzor der Emscher Landschaftspark eröffnet, der einen Grüngürtel entlang der Emscher

bildet, die bis zum Jahre 2020 renaturiert sein soll. Keine Industrieanlage stört den Blick auf die grünen Wege und die Luft ist klar und rein.

Wir treffen uns am Altenheim Lohwiese und wandern 30 Meter weiter rechts gemütlich in den Emscherpark bis zum Gedenkstein des Karnaper Turnvereins von 1904. Am Fluss entlang, der parallel zum Rhein-Herne-Kanal verläuft, führt uns der Weg bis in das Gelände der Bundesgartenschau von 1997, das schon auf Gelsenkirchener Stadtgebiet liegt. Hier sind zehn verschiedene Wegebeläge aufgebracht, von denen der schönste und praktischste den Emscherwanderweg von der Quelle bis zur Mündung bilden soll.

Links über die Stahlbrücke kommen wir in den Nordsternpark, der seinen Namen der ehemaligen Zeche und Kokerei verdankt. Mit seinem hohen Freizeitwert ist er Ziel auch vieler Gäste aus nah und fern. Beeindruckend steht die 18 Meter hohe Herkules-Statue von Markus Lüpertz auf dem Nordsternurm. Wir fahren für einen Euro hinauf und genießen die atemberaubende Aussicht auf das unter uns liegende Ruhrgebiet. Von hier aus gesehen ist unser

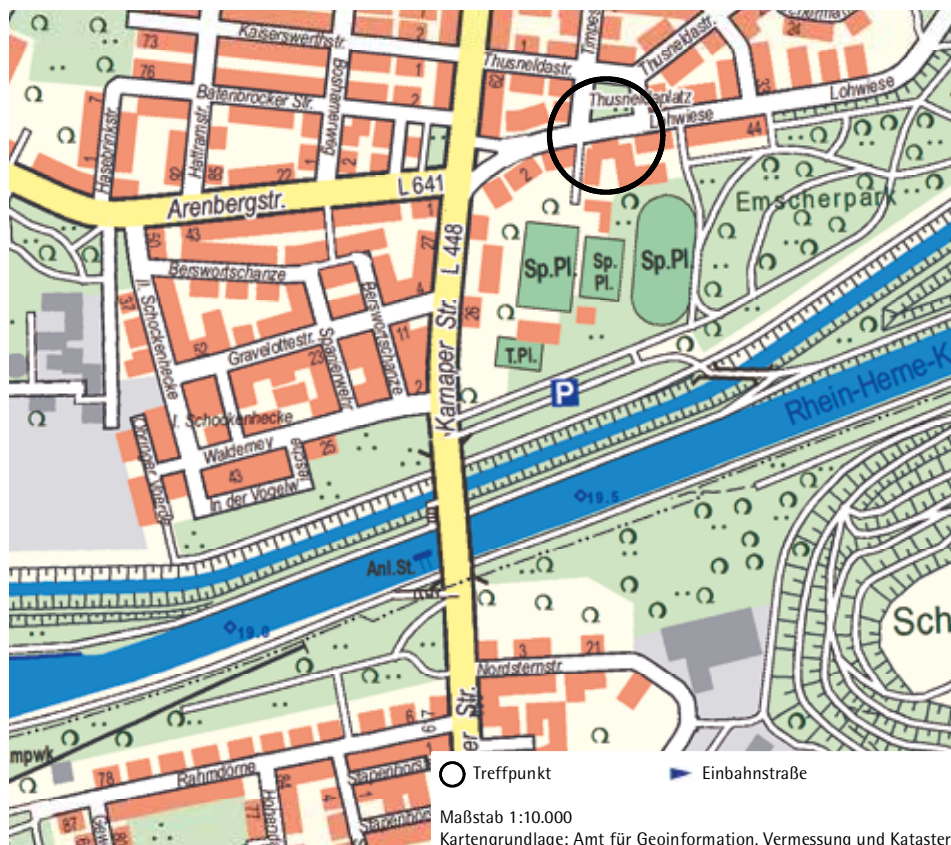
Karnap ein grüner Stadtteil mit vielen modernisierten Zechenhäusern aus dem 19. Jahrhundert und gepflegten Gärten. Deshalb fällt uns der Heimweg über die schönen Fußwege auch nicht schwer und wir freuen uns auf einen gemeinsamen gemütlichen Abschluss bei Kaffee und Kuchen.

**Christel Panten,
Spaziergangspatin Karnap**



U11 ►Arenbergstraße

**RUHR
BAHN**



Katernberg

Dienstag • 14.30 Uhr
Treffpunkt Stadtteilzentrum KonTakt
am Katernberger Markt



Katernberg ist ein Stadtteil mit vielen Zechensiedlungen, die für Bergleute gebaut wurden. Von ihnen sind einige denkmalgeschützt. Durch die Schließung der Zechen und der Kokerei, die Zunahme der Zahl der Migranten und Migrantinnen und durch verschiedene Entwicklungs- und Begrünungsprogramme hat sich der Stadtteil in den letzten Jahrzehnten sehr verändert. Er ist bekannt durch seine Nähe zum Welterbe Zeche Zollverein. Um das Zentrum herum ist der Stadtteil sehr grün. Wir gehen auf dem Katernberger Markt rechts an der evangelischen Kirche, dem "Bergmannsdom" vorbei. Er ist sehr beeindruckend durch seine schönen Holzarbeiten und bekannt als Ort für musikalische

Veranstaltungen. Wir biegen rechts in den Schniedkamp ein und folgen weiteren Wohnstraßen – nach links der Hanielstraße und nach rechts der Hermannstraße. Wir kommen an der katholischen Kirche St. Josef vorbei, die zur Weihnachtszeit eine schöne Krippe beherbergt, und überqueren die Straße Termeerhöfe. Geradeaus kommen wir in die Meerbruchstraße, überqueren die Zollvereinstraße und gehen durch die denkmalgeschützte Bergmannssiedlung für Arbeiter der Zeche Zollverein bis zur Nordstern-Trasse. Auf der ehemaligen Zechenbahnstrecke ist ein beliebter Fußgänger- und Radfahrweg entstanden. Diesem folgen wir Richtung Gelsenkirchen durch viel Grün, vorbei an der Fatih-Mo-

schee, dem selbstverwalteten Kinder- und Jugendzentrum Freie Schule Essen e.V., der weltweit einzigen Taubenklinik und dem Gründungs- und Unternehmenszentrum Triple-Z, das in schönen umgebauten Zechegebäuden untergebracht ist. An der nächsten Abzweigung erreichen wir auf Gelsenkirchener Gebiet die große Parkanlage "Nienhauser Busch". Vorbei am Teich

genießen wir im Café eine Kaffeepause. Zurück geht es kreuz und quer durch den Park bis zur Feldmarkstraße. Dort gehen wir rechts zur alten Kirchstraße, links in die Katernberger Straße und zurück zum Ausgangspunkt, dem Katernberger Markt.

**Gisela Schubert und Reinhard Karsch,
Spaziergangspaten Katernberg**

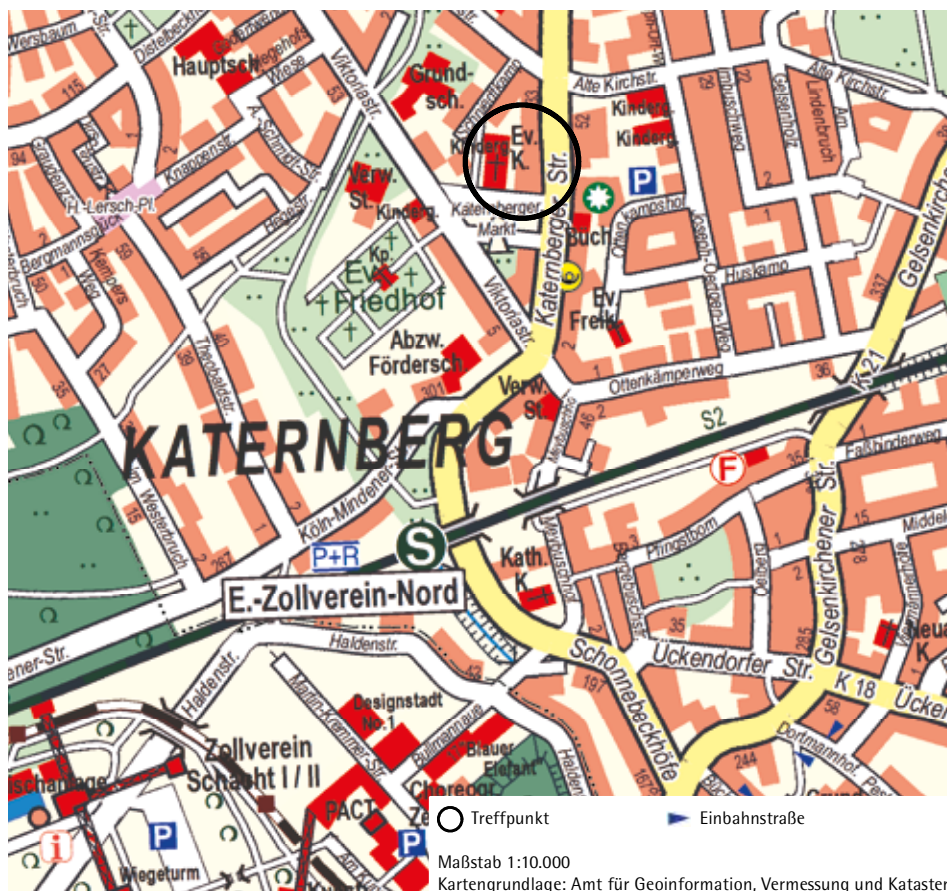
Tram

BUS

Tram 107 ►Katernberger Markt

Bus 170, 173, 183 ►Katernberger Markt

RUHR
BAHN



Kettwig

Montag • 15.00 Uhr
Treffpunkt Märchenbrunnen,
Bürgermeister Fiedler-Platz



An jedem Montag (außer an Feiertagen) trifft sich das Kettwiger Spaziergangspatenteam mit den Spaziergängern und Spaziergängerinnen um 15 Uhr am Märchenbrunnen im Zentrum der grünen Gartenstadt Kettwig, um von dort einen circa 60 Minuten langen Spaziergang zu starten. Wie sicher bekannt ist, hat Kettwig eine Vielzahl an Sehenswürdigkeiten zu bieten: die Altstadt mit der historischen Marktkirche und den umliegenden Häusern, die katholische Kirche St. Peter am Münzenbergerplatz und dem Weberbrunnen, der an die Tuchmacher-Geschichte Kettwigs erinnert. Über diese interessanten Orte informieren viele Informationstafeln in der Altstadt. Ein sehr

schöner, leicht gehbarer und abwechslungsreicher Spaziergang beginnt am Märchenbrunnen gegenüber dem Rathaus und führt rechts entlang der Hauptstraße über den Münzenbergerplatz am Gymnasium vorbei und längs der Straße "Am Möhlenkamp" zur Promenade an der Ruhr. Auf diesem Leinpfad am Wasser läuft man wieder zurück in Richtung Altstadt und gelangt über den Mühlengraben mit seiner historischen Brücke über Ruhrstraße, Kirchtrepp und Hauptstraße wieder zum Ausgangspunkt, dem Märchenbrunnen auf dem Bürgermeister Fiedler-Platz. Außer den wöchentlichen Spaziergängen werden die Weihnachtsfeier und der Sommerausflug als Highlights des Jahres besonders

geschätzt. Sie werden von den Paten für die Spaziergänger und Spaziergängerinnen organisiert. So gab es 2016 bei der Weihnachtsfeier auf dem Restaurantschiff am Kettwiger Stausee Kaffee und Kuchen für alle dreizehn Teilnehmer und Teilneh-

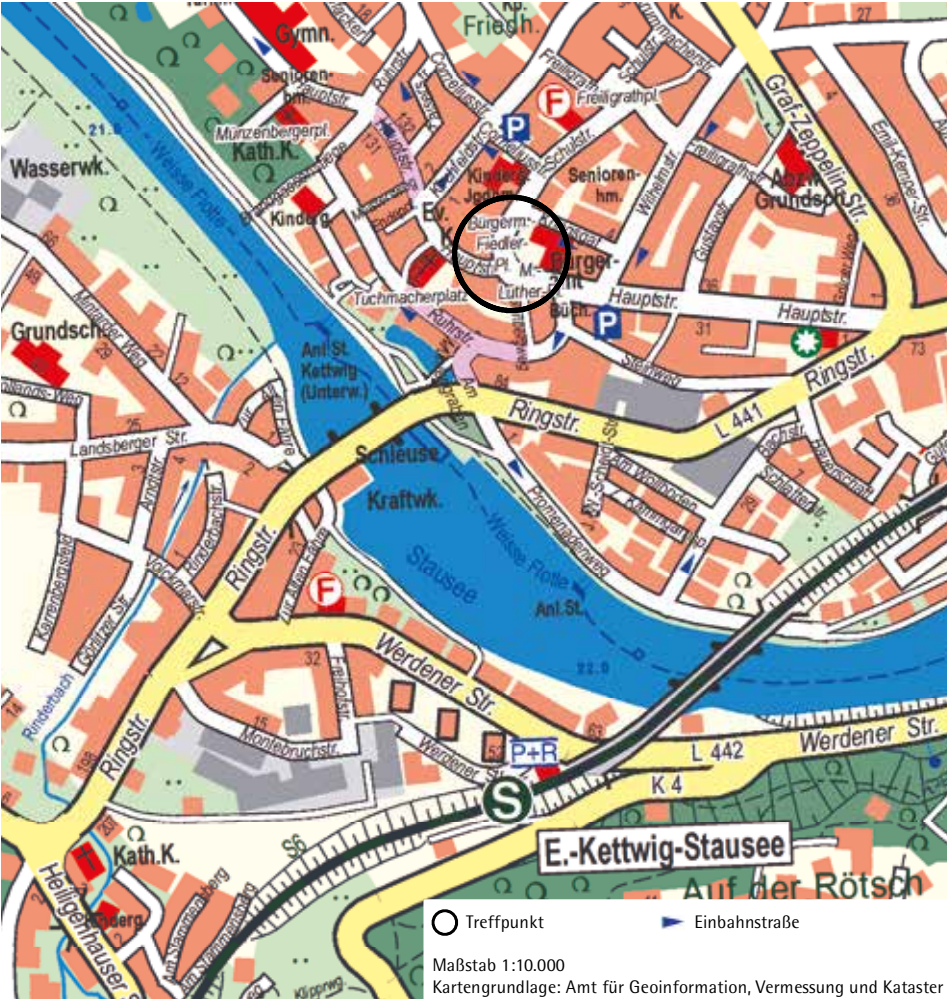
merinnen. Darüber hinaus findet in jedem Sommer ein Ausflug (meistens mit der Weißen Flotte) nach Mülheim statt.

**Bernd Matuszak,
Spaziergangspate Kettwig**



Bus 142, 151, 190 ►Bürgermeister Fiedler-Platz







Die Siedlung „Isinger Feld“ mit Einfamilien-, Mehrfamilienhäusern und Hochhäusern entstand vor 50 Jahren auf dem Grund und Boden des ehemaligen Gutshofes Schulte-Ising. Es besteht noch das restaurierte Hofgebäude aus dem 19. Jahrhundert mit anschließenden Scheunen und Stallungen. Hier hat sich ein tierpsychologisches Institut niedergelassen, das Tiere behandelt und ausbildet. Außerdem befindet sich im ehemaligen katholischen Gemeindehaus das koreanische Kulturzentrum. Die Vorzüge des Isinger Feldes bestehen nicht aus historischen Baudenkmalern, sondern überwiegend aus der wunderschönen natürlichen Umgebung. Die Siedlung ist umgeben von vielen gut

gepflegten Kleingärten mit bequemen Wegen. Auch gibt es hier noch immer landwirtschaftlich genutzte Flächen. Dort hat man auf den Wegen, die an Pferdekoppeln vorbeiführen, einen schönen Blick in die Weite und kann erkennen, wie die Landschaft ausgesehen hat, bevor sie bebaut wurde. Beginnen wir unseren Spaziergang am Einkaufszentrum Isinger Feld und gehen zur Meistersingerstraße. Wir kommen am koreanischen Kulturzentrum vorbei und erreichen die beiden Kray-Leithers Wassertürme. Von dort folgen wir einem sehr langen Feldweg. Hier können Spaziergänger und Spaziergängerinnen Natur pur ohne jeglichen Lärm genießen – inmitten von Getreide-, Rüben-, Raps-

und Kartoffelfeldern. Im Frühjahr kann man sogar ein sehr großes Erdbeerfeld bewundern. Am Ende dieses Weges kommen wir über die Rodenseelstraße zu einem Bauernhof in einem sehr alten Gebäude. Im Hofladen wird eine große Auswahl an frischem Obst und Gemüse, Backwaren und Milchprodukten angeboten. Wir gehen weiter über den landwirtschaftlichen Nutzweg "Im Helf" und kommen an mehreren Höfen und Reitställen vorbei, bis wir die Lahnbeckstraße erreichen. Dort

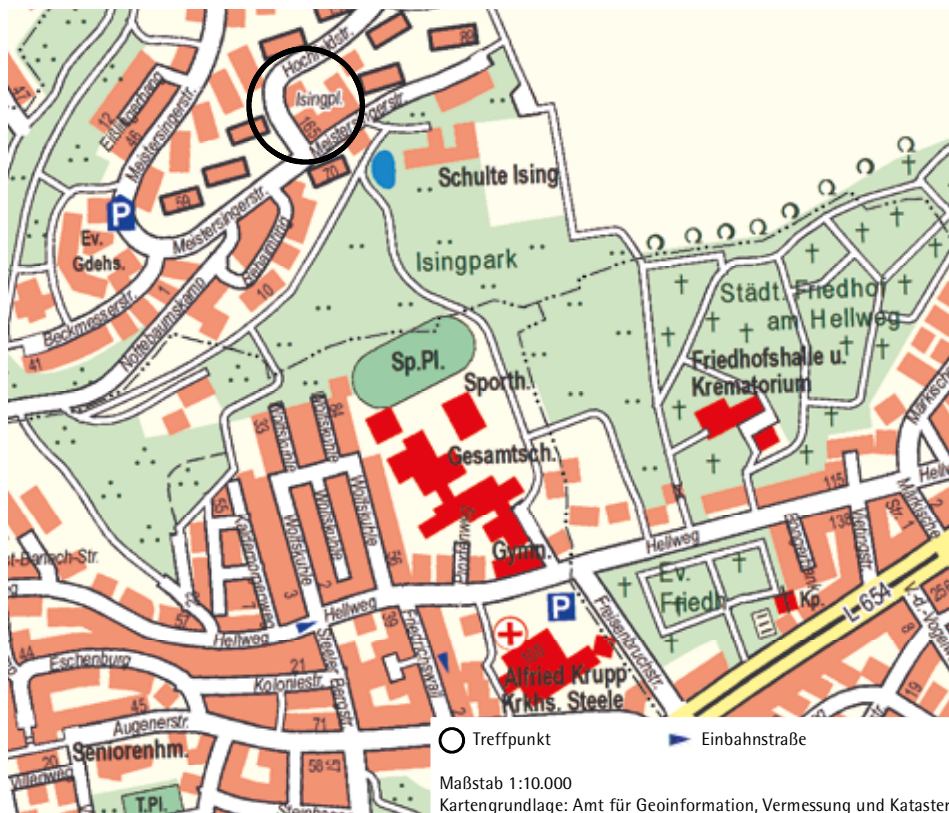
biegen wir nach links ab und kommen wieder zur Rodenseelstraße, der wir bis zur Hochfeldstraße folgen. Diese ist für den Durchgangsverkehr gesperrt und darf nur vom öffentlichen Bus befahren werden. Über diese Straße gelangen wir wieder zu unserem Ausgangspunkt zurück, besuchen noch ein Café und lassen den Spaziergang ausklingen.

**Christa Gallen, Spaziergangspatin
Kray-Leithe und Hugo Thies**



**Bus 146 ►Hochfeldstraße
Bus 144 ►Behaimring**

**RUHR
BAHN**



Kupferdreh

Mittwoch • 11.00 Uhr
Treffpunkt Marktplatz Kupferdreh
Haltestelle vor Supermarkt



Es war am 21. November 2012 als der erste Funke der noch jungen „Willst Du mit mir geh'n?“- Bewegung in Kupferdreh einschlug. Ein kleines munteres Grüppchen hatte sich beim ersten Treffen zusammengefunden. Gerade einmal drei Personen waren es, die sich an diesem Mittwoch auf den Weg machten und eine Runde durch den Kupferdreher Ortskern liefen. Der Anfang war gemacht und jetzt hieß es: weiter so! Aber das Winterwetter der folgenden Wochen war nicht gerade hilfreich, um die Sache wachsen zu lassen. „Aller Anfang ist schließlich schwer“, aber dennoch vergrößerte sich die Gruppe langsam, aber stetig. Schon im Sommer war die Teilnehmerzahl zweistellig und bis

heute nehmen an jedem Mittwoch circa 30 Personen regelmäßig am Spaziergang teil. Und wenn uns jemand fragt: „Wann war denn euer schönster Spaziergang?“ Dann gibt es nur eine Antwort: „Am Mittwoch, ja – es war am Mittwoch und an dem Mittwoch davor und an allen Mittwochen davor und vor allem wieder am nächsten Mittwoch“. Es sind nämlich die sozialen Kontakte, sozusagen das „Facebook der Senioren“, die die Leute hier zusammenbringen. Man kommt unter Menschen und es wird geredet, was das Zeug hält. Dabei kann es durchaus vorkommen, dass man am Ende Zeit und Weg vergessen hat. Und nach dem Spaziergang ist vor dem Spaziergang, denn für die

nächste Woche hat man immer ein Thema bereit. Eine unserer Damen hat es uns einmal schriftlich gegeben: „Das Leben ist ein Abenteuer, gehe und lebe, denn der Weg ist das Ziel.“ Und so treffen sich die Spaziergänger und Spaziergängerinnen aus Kupferdreh jeden Mittwoch um 11 Uhr – ob es regnet oder schneit – am Marktplatz. Es gibt viele schöne Wege im Ort und in der Umgebung und man entdeckt immer wieder etwas Schönes und Neues. Einer der schönsten Wege ist der Spaziergang entlang des Baldeneysees, dem „Lago Maggiore“ des Ruhrgebiets. Die Natur hat dieses Fleckchen Erde besonders bedacht. Wir Spaziergänger genießen diese besonderen Wanderstunden.

Und dieser Spaziergang geht so: Vom Marktplatz aus führt unser Weg unter dem neu aufgeständerten Bahnhof hindurch zur Prinz-Friedrich-Straße. Demnächst können wir an dieser Stelle den renaturisierten Deilbach auf einer kleinen Brücke überqueren. Wir befinden uns nun auf dem Gelände der ehemaligen Zeche Prinz Friedrich, welches sich in den vergangenen Jahren vom Industriestandort zum Kunst- und Wissenschaftspark gewandelt hat. Linker Hand erreichen wir den Weg zum Neubaugebiet „Am Seebogen“. Die gewaltigen Narben am Berghang erinnern hier noch an das Hochofenwerk Phönix, wo bis 1914 Stahl „gekocht“ wurde. Schon nach wenigen Metern öffnet sich die Straßenschlucht und wir befinden uns mitten in der Neubausiedlung, die sich mit ihren strahlend weißen Häusern bis an das Ufer des Baldeneysees erstreckt. Früher stand hier 100 Jahre lang eine Zementfabrik. Heute gibt es inmitten der Siedlung eine Aussichtsplattform, von der man einen schönen Blick auf den Baldeneysee hat und die uns stets zu

einem kurzen Aufenthalt einlädt. Es ist die richtige Stelle, um unseren jeweiligen Geburtstagskindern ein kleines Ständchen zu singen. Nun überqueren wir die Gleise der Hespertal- Museumseisenbahn, deren Geschichte (und die der Zementfabrik) auf den dort befindlichen Tafeln des Kupferdreher Denkmalpfades erklärt ist. Die Seepromenade „Hardenbergufer“ führt uns nun nach links am See entlang bis zur „Kupferdrehe“. Hier machte die Ruhr früher einen scharfen „Dreh“, von dem Kupferdreh einst seinen Namen bekam. Heute ist die Stelle im See versunken, aber auch hier erinnern Denkmaltafeln an die Geschichte. Bei schönem Wetter kann man den See hier wieder verlassen und am Bergrücken entlang dem Ruhrhöhenweg in Richtung Ortsmitte folgen. Aber der Weg ist etwas schwierig und deshalb nicht für alle Spaziergänger und Spaziergängerinnen geeignet. Wir gehen also weiter am Ufer entlang bis zum nächsten „Bahnübergang“ am „Kappertsloch“. Der Name bezieht sich auf einen alten Kupferdreher Bürger, der vor langer Zeit in diesem Tal eine Menge längst verschwundener Arbeiterhäuser erbaute. Einige aus der Gruppe erinnern sich auch noch an die Zeit, als hier die Züge Kohle von der Zeche Pörtingssiepen transportierten und die Bergleute zur Arbeit brachten. Wir drehen nun um und gehen am See entlang wieder zurück bis zur ehemaligen Eisenbahnbrücke. Heute ist die nach Heisingen führende Brücke für Fußgänger und Fahrradfahrer umgebaut. Oberhalb der Brücke befindet sich der neu erbaute Loksuppen der Hespertalbahn und wir erblicken den prächtigen ehemaligen „Königlich Preussischen Bahnhof zu Kupferdreh“, in dem sich heute ein Restaurant befindet. Ein Spaziergänger erinnert sich noch genau

an den Bahnhof, denn hier war viele Jahre sein Arbeitsplatz. Über das neu gestaltete Gelände rund um die Mehrzwecksporthalle gelangen wir auf verschiedenen Fußwegen, entweder entlang der aufgeständerten Hochstraße, oder am Biotop an der Deilbachmündung vorbei, wieder

zum Kupferdreher Marktplatz, unserem Startort.

Dieter Rheinisch, Beate Jungheim, Ilse Kamperhoff, Heinz Hof, Rainer Busch und Elke und Franz Wolf, Spaziergangspaten Kupferdreh



Bus 141, 155, 177, 180 ► Kupferdreh Bahnhof
S9 ► Kupferdreh Bahnhof

RUHR
BAHN



Margarethenhöhe

Montag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Brunnen
am Kleinen Markt



Die Margarethenhöhe ist eine im Jahr 1906 von Margarethe Krupp gestiftete Wohnsiedlung, die sehr malerisch von Waldtälern umgeben ist. Einer unserer Spaziergänge beginnt am 1912 erbauten Schatzgräberbrunnen, der an die sogenannte Sommerburg-Sage anknüpft. Wir gehen vom Kleinen Markt die Steile Straße entlang bis zum Laubenweg und biegen links ab zum Giebelplatz. Auf dieser symmetrischen Platzanlage, die von acht ähnlichen Giebelflächen begrenzt wird, steht ein 1930 enthülltes Ehrenmal. Von dort gelangen wir über die Waldlehne auf unseren Rundweg, der uns durch den Lührmannwald führt, dabei überqueren

wir die Lührmannstraße. Nach gut der Hälfte unseres Waldweges erreichen wir eine kleine Brücke, auf der wir oft eine Pause einlegen und mit Mundharmonikabegleitung fröhliche Lieder singen. Wir folgen weiter unserem Rundweg durch den Wald, überqueren hier die Lührmannstraße, kommen an einem Spielplatz vorbei, treffen erneut auf den Laubenweg und erreichen über den Giebelplatz wieder unseren Ausgangspunkt am Schatzgräberbrunnen. Die Margarethenhöhe ist zu jeder Jahreszeit einen Spaziergang wert.
Christa Heinisch, Renate Mährlein und Helene Schirmer,
Spaziergangspatinnen Margarethenhöhe



Nordviertel

Donnerstag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Ecke Eltingstraße/
Theodorstraße



Das Nordviertel, direkt nördlich an die Innenstadt angrenzend, hat eine lange, durch Bergbau und Industrie geprägte Geschichte, an die an verschiedenen Stellen im Viertel erinnert wird. Anfang der 1970er Jahre wurde die Gesamthochschule Essen auf einem ehemaligen Zechengelände angesiedelt und das Gebiet zwischen Universität und Innenstadt wurde in den letzten Jahren völlig neu als Wohn- und Büroviertel mit Grün- und Wasserflächen als „Universitätsviertel Grüne Mitte“ gestaltet. Das Eltingviertel, als Teil des Nordviertels, überrascht mit schönen Altbaufassaden. In den letzten Jahrzehnten hat sich die Bevölkerung im Viertel stark

verändert. Es gibt aber auch Menschen, die schon seit Jahrzehnten hier leben. Aktuell hat eine Wohnungsgesellschaft in diesem Viertel, unterstützt von mehreren Partnern, mit Veränderungen begonnen, die die Wohn- und Lebenssituation der Bewohner und Bewohnerinnen verbessern sollen. Ein abwechslungsreicher Spaziergang führt vom Treffpunkt der Spaziergangsgruppe an der Ecke Eltingstraße/Theodorstraße über die Katzenbruchstraße hinweg durch eine Kleingartensiedlung bis zur Sportanlage an der Seumannstraße. Hier gibt es einen kleinen Imbiss bzw. ein Café, das die Gruppe gerne für eine Pause nutzt. Über die Seumannstraße und

die Altenessener Straße erreicht man den Nordpark und kommt am Albert-Schweitzer-Tierheim vorbei. Dort hat die Gruppe schon mehrmals – nach Anmeldung – einen interessanten Besuch gemacht. In einem Bogen führt der Weg zurück ins Eltingviertel zum Ausgangspunkt. Wer noch Lust auf ein gemeinsames Mittagessen hat, kann zur Mensa des Berufsförderungszentrums (Bfz) an der Büscherstraße gehen. Sehenswert und in die Spaziergänge einbezogen werden im Viertel auch die bemalte Fassade des Quartierbüros, die zur

Schule für Pflegeberufe umgestaltete Kirche St. Peter, die Grüne Mitte mit einem schönen Eiscafé und das verrückt interessante Unperfekthaus am Limbecker Platz.

Manchmal schließen sich auch Studentinnen und Studenten, die von der Wohnungsgesellschaft Wohn – und Kunsträume im Viertel erhalten, den Senioren und Seniorinnen an, um mehr über ihre Umgebung zu erfahren.

Nada Lazovic,
Spaziergastpatin Nordviertel

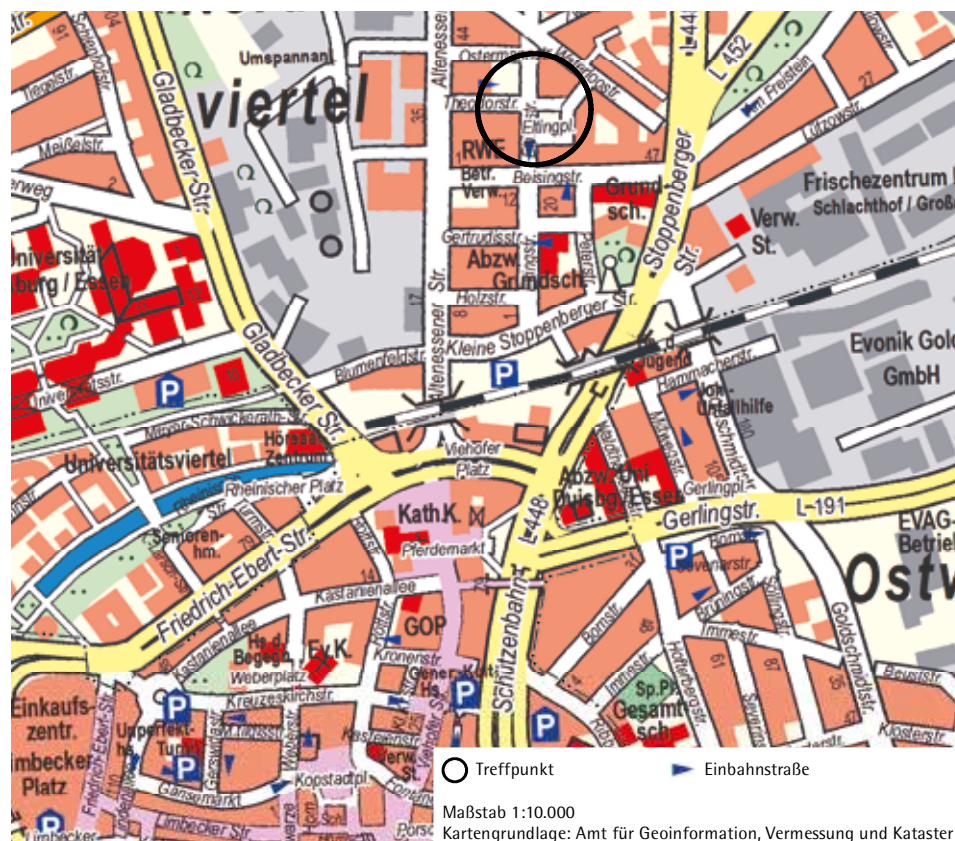
Tram

BUS

Tram 107, 108 ► **Am Freistein**

Bus 196 ► **Universitätsstraße**

RUHR
BAHN



Rellinghausen

Montag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Am Ardey/
Ecke Frankenstraße



Von unserem Treffpunkt aus gehen wir die belebte Frankenstraße in Richtung Stadtwald bis zur Straße Am Stift. Hier biegen wir links ab bis zum Blücherturm, der seit einigen Jahren im Besitz der Bürgerschaft Rellinghausen ist. Der mit einem gewaltigen Efeustamm bewachsene Blücherturm ist ein Gerichtsturm aus dem 16. Jahrhundert. Er diente als Gefängnis und Folterkammer und erlangte seine Berühmtheit durch zahlreiche Hexenprozesse. Unser Weg führt uns weiter über die Oberstraße zum Ardeyplatz, den wir überqueren, um zur Sartoriusstraße zu gelangen. Der Name erinnert an Joseph Sartorius, den letzten Bürgermeister vor der Eingemeindung

nach Essen 1910. Der Weg führt uns umgehend auf die Straße Hexentaufe, deren Name an die grausamen Hexenprozesse erinnert. Hier gibt es eine wunderschöne Aussichtsstelle oberhalb der Ruhr mit einer Informationstafel zur Geschichte der verurteilten Hexen. Im weiteren Verlauf dieser Straße gelangen wir über eine Treppe auf die Frankenstraße, diese überqueren wir und sind im weitläufigen, grünen Annental. Nur wenige Wohnhäuser schmiegen sich in die Natur und die Schrebergärten ergänzen das freundliche grüne Bild. Die historische Annenkapelle ist alljährlich am 26. Juli Ziel einer großen Prozession zum Gedenken an den Hostien-

raub vor 500 Jahren. Die Geschichte dazu wird auf einer großen Informationstafel erläutert.

Das Annental ist Teil des berühmten Jakobsweges und für die Pilger mit der Muschel kenntlich gemacht. Im weiteren Verlauf des Annentals erreichen wir die stark befahrene Rellinghauser Straße, auf der auch die Straßenbahnen vom Hauptbahnhof kommend verkehren.

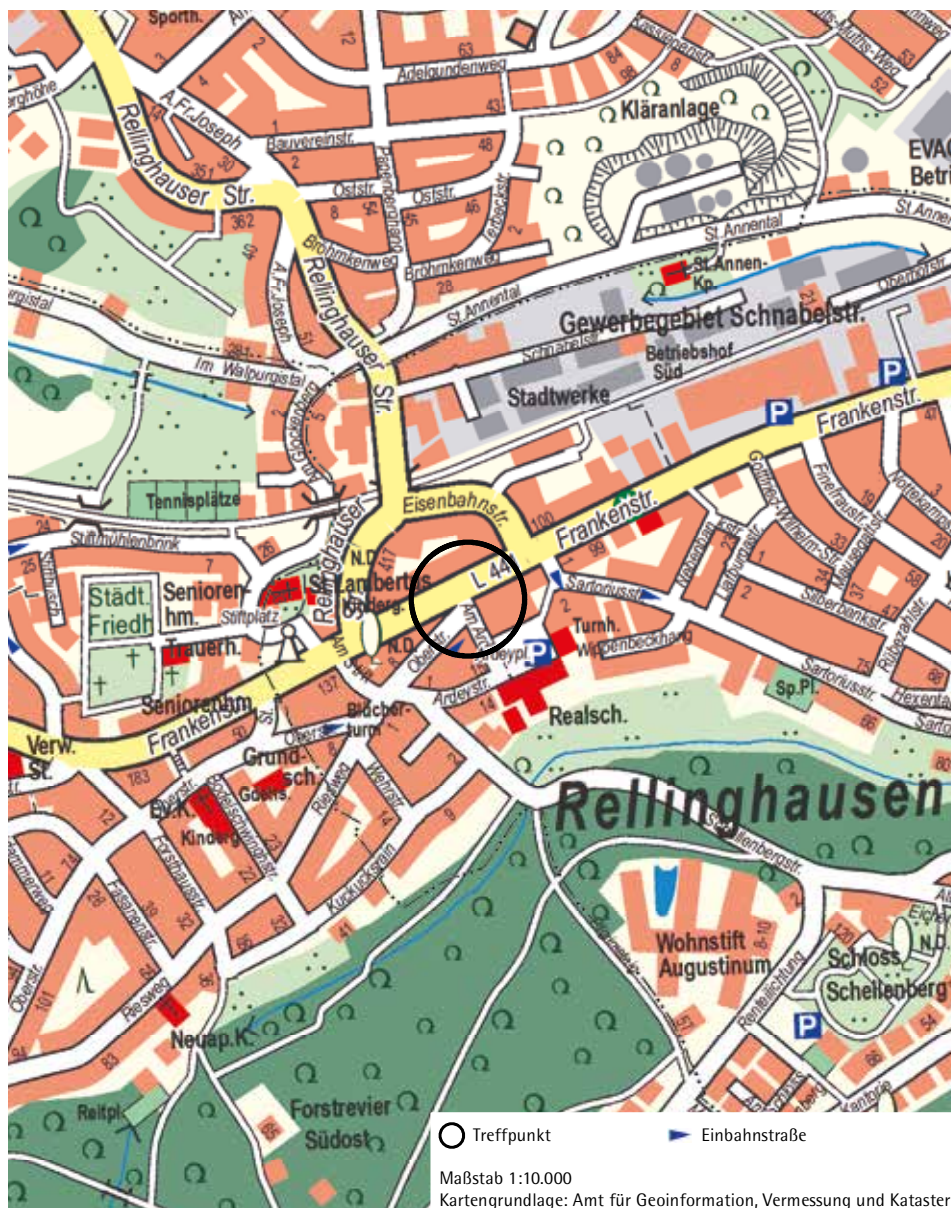
Hier biegen wir nach links ab und kommen am Ende dieser mit mächtigen Bäumen gesäumten Straße zum alten Stiftshaus.

Die Äbtissin Mathilde hatte hier ein Stift mit eigenem Hoheitsgebiet errichtet, und die adeligen Stiftsdamen haben im Mittelalter lange Zeit die Geschicke Rellinghausens und der Umgebung geleitet.

Wir sind nach ca. einer Stunde wieder an der Frankenstraße angelangt, biegen nach links ab und erreichen nach kurzer Zeit unseren Ausgangspunkt.

Hugo Thies,
Spaziergangspate Rellinghausen

„Zu Fuß hält die Seele Schritt.“
Buchtitel, Autor: Achill Moser





Unser schönes Rüttenscheid ist sehr vielseitig. Es bietet für jeden etwas: Parkanlagen, Geschäfte jeder Art, stuckverzierte alte Häuser und nicht zuletzt Essens „Kö“, liebevoll die „Rü“ genannt. Trotz des riesigen Angebots zieht es uns auf unseren Spaziergängen immer wieder aus dem emigen Geschäftsviertel hinaus ins Grüne. Eines unserer Lieblingsziele ist das Haumannhofviertel. Der Weg dahin auf der begrünten Zweigertstraße führt uns vorbei am Erzhof, Hauptsitz der Essener Verkehrs AG, dem Landgericht und dem imposanten Bau des Polizeipräsidiums. Der Haumannplatz ist eines der schönsten Wohnviertel

Essens, umgeben von prachtvollen Villen und Alleen mit altem Baumbestand. Unser Ziel auf der Suche nach Grün und Ruhe ist erreicht: Tennisplätze, Spielplätze, Liegewiesen, Hundewiesen und als Neuheit ein Gemeinschaftsgarten. All das, umgeben von genügend Sitzgelegenheiten und schattigen Spazierwegen unter meist alten Bäumen, bietet uns diese grüne Oase. Zeit zum Ausruhen und Schauen ist angesagt. Nur wenige wissen, dass das Haumannhofviertel ursprünglich mal eine Müllkippe war – allerdings Ende des 19. Jahrhunderts. Und wenn wir dann bei Mundharmonikaklängen und Gesang Geburtstage

feiern, spüren wir, dass das Alter noch viele schöne Seiten hat. Der Weg zurück führt uns entlang der Gruga über die alte Bahntrasse – die ehemalige Zugverbindung zwischen Steele, Rellinghausen und Rüttenscheid bis Mülheim a. d. Ruhr –, nach gelungenem Um- und Ausbau nun ein schattiger Fuß- und Radweg. Ca. 60 Minuten Bewegung an frischer Luft für die Lungen in wohltuendendem Grün und wir erreichen wieder unseren Ausgangspunkt,

den Rüttenscheider Stern. Die Entscheidung, ob und wo wir uns bei einem erfrischenden Getränk verabschieden, fällt bei der riesigen Auswahl an Gastronomie auf der Rüttenscheider Straße nicht immer leicht.

**Anneliese Boga, Käte Nennstiel
und Ingrid Weston,
Spaziergangspatinnen Rüttenscheid**

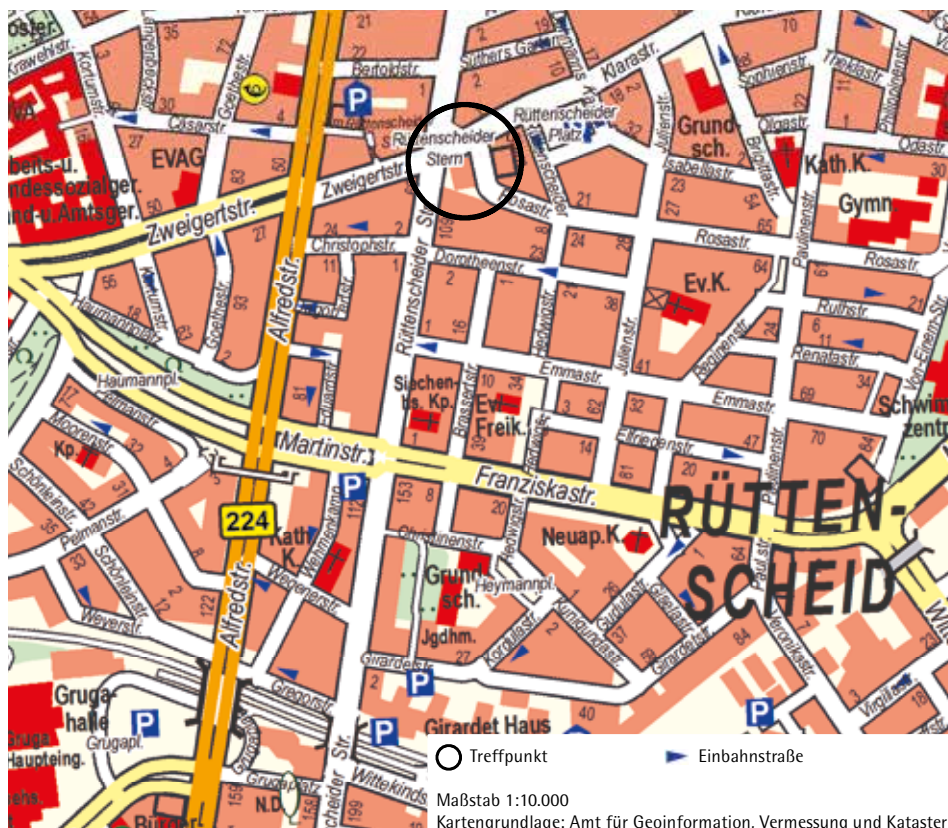
U

Tram

U11 ► Rüttenscheider Stern

Tram 101, 106, 107, 108 ► Rüttenscheider Stern

RUHR
BAHN





In der „Schönebecker Schweiz“

Ob es regnet, schneit oder dreißig Grad heiß ist, unser Spaziergang findet außer an Feiertagen immer statt, denn wir sind

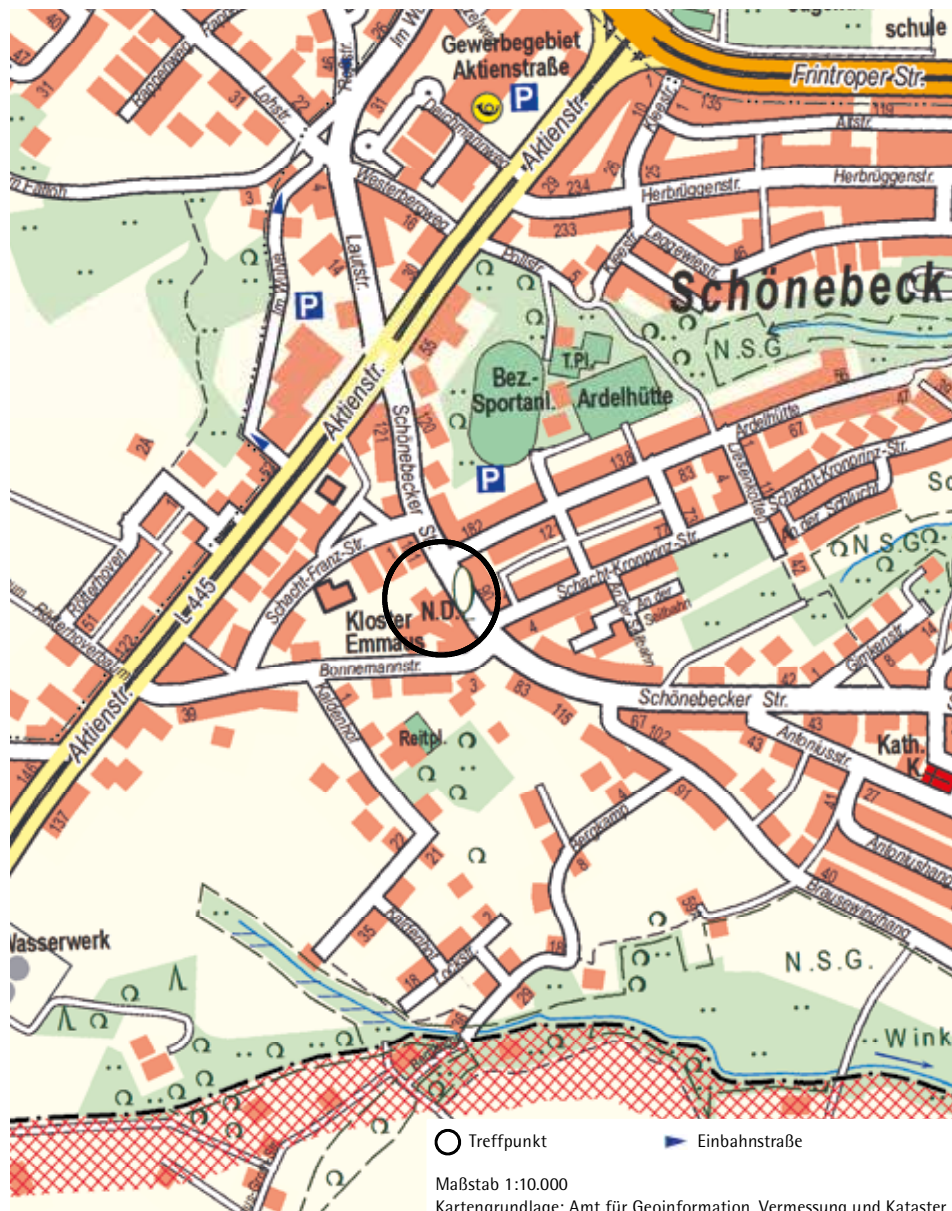
in Schönebeck für jedes Wetter gerüstet. In Schönebeck haben wir das wunderschöne Hexbachtal, das wir durch unsere Demonstration im Sommer 2016 erfolgreich gegen Bebauungspläne verteidigt haben,

die Erdbeerfelder bis Mülheim-Dümpten, die neue Fußgänger- und Fahrradtrasse Richtung Gruga und den angrenzenden Schlosspark mit dem schönen Schloss Borbeck. Bei sehr schlechtem Wetter drehen wir acht bis zehn Runden um den Sportplatz der Sportgemeinschaft Schönebeck. Besonders sehenswert sind auch die Bergbaukolonien an der Heißener Straße, der Ardelhütte und der Schacht-Kronprinz-Straße. Sie erinnern an die Zeit der ehemaligen Zeche Haniel. Zum Spaziergehen treffen sich wöchentlich 20 bis 25 Senioren und Seniorinnen. Der Rekord liegt bei 34 Personen, darunter aber leider nur drei Männer. Unsere älteste Spaziergängerin feierte kürzlich ihren 90. Geburtstag, und ein 83-jähriger Spaziergänger ist, bis er bei uns ankommt, schon eine dreiviertel Stunde unterwegs, geht mit uns spazieren, gemütlich Kaffee trinken und quatschen und läuft dann eine

dreiviertel Stunde wieder nach Hause! Wir sind eine sehr lebendige Gemeinschaft mit dem Motto „Wir sprechen über alles, nur nicht über Krankheiten“. Bei unserem Lieblingsspaziergang folgen wir vom Ausgangspunkt am Kloster Emmaus der Schönebecker Straße nach Westen, überqueren die Aktienstraße und erreichen über die Lautstraße das Hexbachtal (kleines Wäldchen). Wir folgen dem Weg über Mülheimer Gebiet bis zur Talschänke. Dort gehen wir ein Stück die Borbecker Straße entlang und gelangen wieder ins Hexbachtal. Vorbei an zwei Pferdegstüten und über die Straße „Im Wulve“ kommen wir durch die Lautstraße und die Schönebecker Straße nach einer guten Stunde wieder am Ausgangspunkt an.

**Josefine Faoro-Kraus,
Spaziergangspatin Schönebeck**

**„Wir sprechen über alles, nur nicht über Krankheiten.“
Spaziergangspatin in Schönebeck**





Wir Spaziergänger aus Schonnebeck gehen jeden Donnerstag eine Runde um den Hallo. Das ist eine weitläufige Grünanlage, die unseren Stadtteil so liebenswert macht. Unser Treffpunkt, die Jugendhalle am Karl-Meyer-Platz, ist eine Station in der Route der Industriekultur und steht heute unter Denkmalschutz. Wir laufen von dort durch eine gepflegte Kleingartenanlage und überqueren den geschichtsträchtigen Friedhof „Am Hallo“. Ein schlichter Gedenkstein erinnert an eines der schwersten Grubenunglücke in Essen, bei dem 29 Bergleute im Jahre 1941 den Tod fanden. Der Friedhof ist eingebettet in den großen

Hallopark, den wir dann erreichen. Der Park ist mit seinen schönen, weitläufigen Rasenflächen, den Spielbereichen und seinem alten Baumbestand ein beliebtes Ausflugsziel von Jung und Alt. Er ist eine Oase der Erholung und lädt die Bewohner unseres Stadtteils genauso zu ausgedehnten Spaziergängen ein wie Besucher von auswärts. Unser Blick schweift in die Weite bis zu den Türmen der Nikolauskirche in Stoppenberg. Wir gehen an der großen Wiese vorbei bis zur Hallostraße, wo wir in einer einladenden Konditorei zu einem gemütlichen Plausch bei Kaffee und Kuchen Rast machen. Gestärkt machen

wir uns auf den Heimweg, den wir auf einem flach verlaufenden Grüngürtel wieder erreichen. Unser Spaziergang ist gemütlich und vermeidet die stark befahrenen Straßen. Er enthält kaum Steigungen, so dass wir gestärkt durch viel frische Luft und

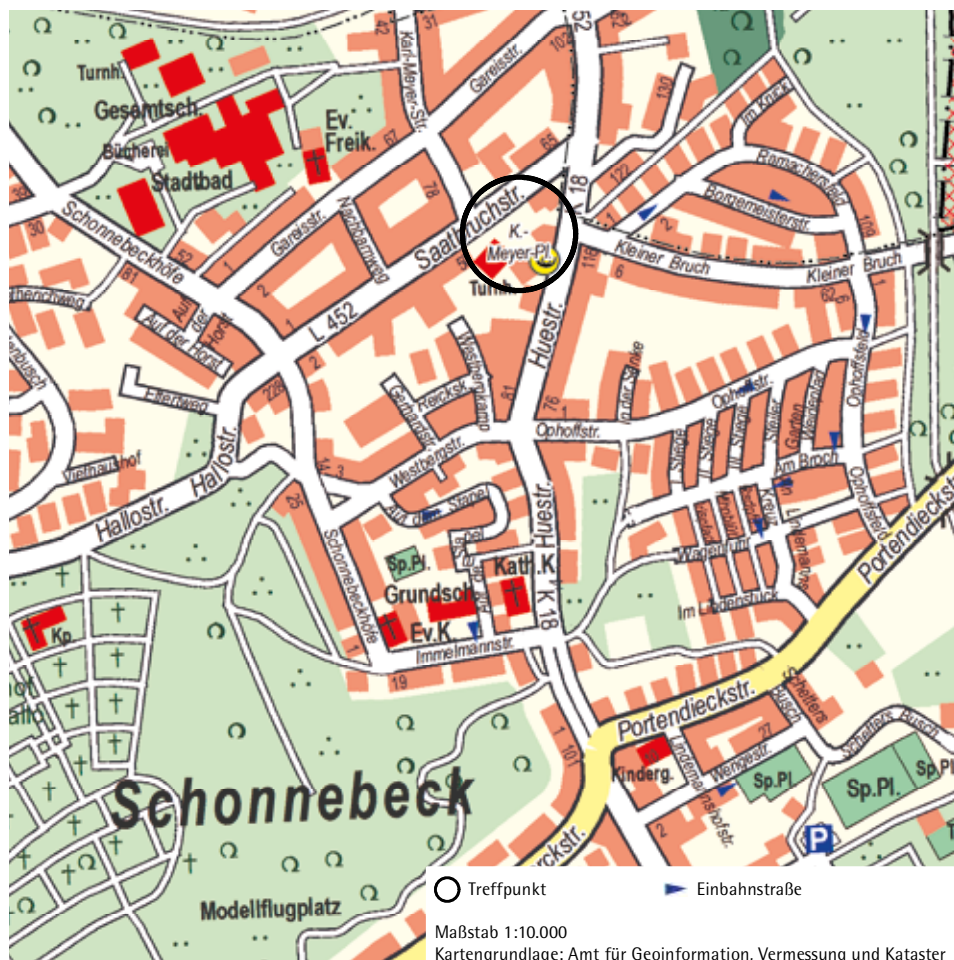
anregende Gespräche erholt nach Hause finden, natürlich mit der Verabredung für den nächsten Donnerstag.

**Renate Pilzecker,
Spaziergangspatin Schonnebeck**



Bus 154, 170, 183 ►Karl-Meyer-Platz

RUHR
BAHN





In unserem schönen Stadtteil bietet es sich zu jeder Jahreszeit an, Spaziergänge über Waldwege zu machen. Einer unserer Spaziergänge führt uns zu einem sehr bekannten Ausflugslokal. Wir starten am Stadtwaldplatz und gehen durch Wohnstraßen mit leichter Steigung. Von der Leveringstraße gehen wir weiter über die Goldfinkstraße, biegen an der Schellstraße rechts ab, überqueren die Heisinger Straße, folgen dann der Trappenbergstraße und befinden uns schon im Wald. Nach einer langen Linkskurve gehen wir halbrechts in eine Stichstraße, an einer Reitanlage entlang. Oftmals machen wir auch einen Rundgang durch den großen Reiterhof.

Wir treffen dann bald auf das wunderschön gelegene Ausflugslokal. Von hier aus haben wir eine herrliche Aussicht auf den Baldeneysee, weite Waldgebiete und die darin eingebettete Villa Hügel. Gemächlich wandern wir weiter Richtung Isenburg. Die Reste der mittelalterlichen Befestigungsanlage zeugen von der Bedeutung dieser Burg im 13. Jahrhundert. Auf sechs Informationstafeln werden Geschichte und Leben auf der Burg dargestellt. Auf unserem Rückweg halten wir uns in einer Straßenkurve rechts und gehen durch den Waldweg zurück bis zur Trappenbergstraße. Von hier aus gelangen wir auf die Heisinger Straße, der wir dann links bis

zum Stadtwaldplatz folgen. Manchmal verlängern wir unseren Spaziergang auch, indem wir hier rechts gehen, die Heisinger Straße überqueren und dann vorbeispazieren an dem architektonisch außergewöhnlichen Ensemble des Waldorfkindergartens, der Rudolf-Steiner-Schule und des Bettina von Arnim Wohn- und

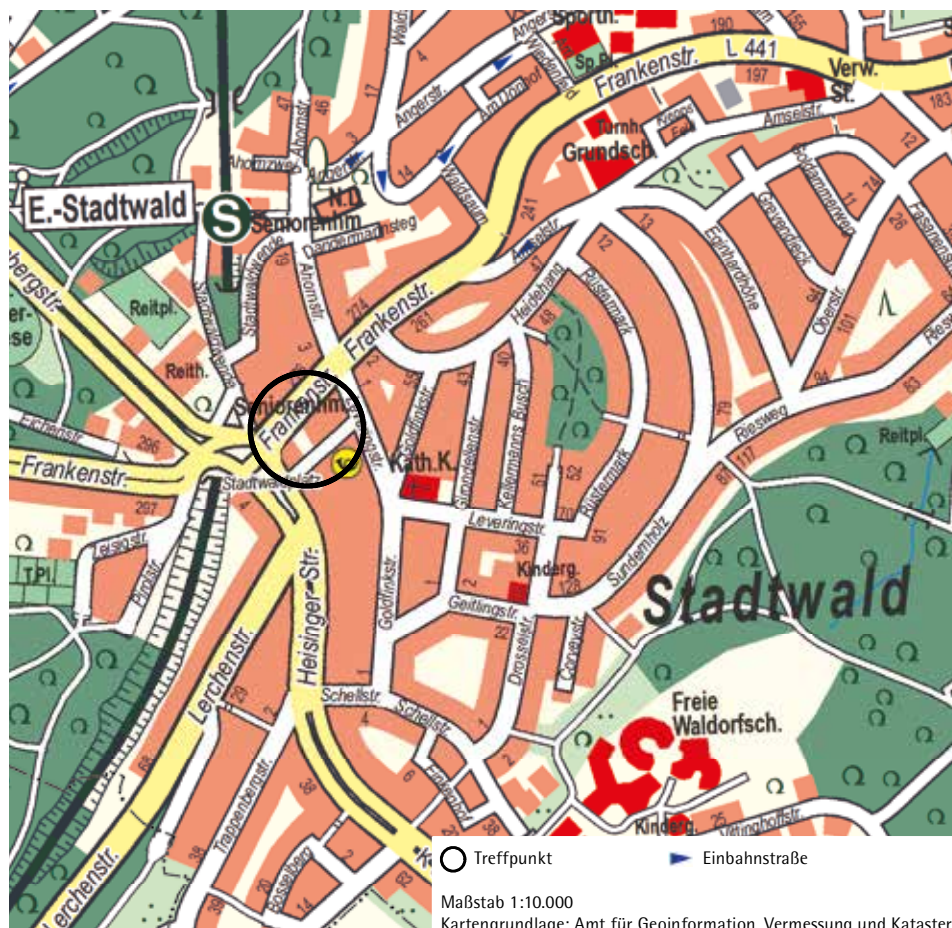
Pflegeheimes. Durch ruhige Wohnstraßen hinab gelangen wir wieder zu unserem Ausgangspunkt am Stadtwaldplatz, wo wir uns mit der Vorfreude auf den Spaziergang in der nächsten Woche voneinander verabschieden.

Gertie Preuß,
Spaziergangspatin Stadtwald

BUS

Bus 142, 194, 145, 146 ► Stadtwaldplatz

RUHR
BAHN





Von unserem Treffpunkt an der Mariensäule gehen wir in der Fußgängerzone durch die Hansastrasse über den Kaiser-Otto-Platz. Er wurde nach Kaiser Otto I. benannt, der im Jahre 938 einen Hoftag in Steele abgehalten hat. Bestaunt wird die Skulptur von Ötze und Willem, den beiden Bergleuten unter der Dusche. Sie erinnert an die Zeit des Bergbaus in unserem Stadtteil. Auf der linken Seite steht die Büste von Carl Humann, dem Entdecker des Pergamon Altars, der heute auf der Museumsinsel in Berlin zu besichtigen ist. Nach Carl Humann wurden auch eine Straße und ein Gymnasium benannt. Wir biegen in den Graffweg ein, vorbei

am Brinkerplatz. Hier stehen die letzten Fachwerkhäuser, die nach der Sanierung unseres Stadtteils noch erhalten blieben. Bei leichter Steigung kommen wir an der wuchtigen, renovierten katholischen Laurentiuskirche von 1875 vorbei. Weiter geht es zur Hertiger Straße, benannt nach einem Geistlichen, der sich für den Bau eines Kindergartens eingesetzt hatte. Dem altehrwürdigen Eingang des Carl-Humann-Gymnasiums gegenüber sieht man den alten katholischen Friedhof und gleich nebenan das Laurentius-Krankenhaus, das nach seinem Um- und Ausbau ein Seniorenstift ist. Es geht nun in die Schnütgenstraße, be-

nannt nach Alexander Schnütgen, einem Steelenser, der später Domherr in Köln geworden ist. Er war Kunstsammler und gründete das nach ihm benannte Museum.

Am Ende der Straße haben wir einen schönen Ausblick auf Steele, die Ruhr und die hügelige Umgebung. Zum Ausruhen stehen Bänke bereit.

Nach kurzer Rast kommen wir zu den ausgedehnten Parkanlagen des Steeler Stadtgartens, vorbei am Denkmal der „Trauernden Mutter“, wo am Volkstrauertag der Toten gedacht wird.

Das schöne Restaurantgebäude des Stadtgartens ist leider seit Jahren geschlossen. Gegenüber dem Gebäude steht der Brunnen „350 Jahre Steeler Stadtwappen“, geschaffen von Prof. Franz Guntermann, einem Sohn unserer Stadt.

Der Stadtgarten ist eine im Stil eines englischen Landschaftsparks gestaltete Grünanlage und wurde im Jahre 1911 als Volkspark für die Erholung der Bürger eröffnet. Ein schlichter Gedenkstein erinnert an Sanitätsrat Dr. Aaronstein, den damaligen Vorsitzenden des Steeler Verkehrs- und Verschönerungsvereins.

Der Weg wird unterhalb des neuen Friedhofes durch eine Kastanienallee fortgesetzt und wir sehen das Denkmal des „Odysseus“, das auch vom Steeler Bildhauer Franz Guntermann geschaffen und 1954 vom damaligen Oberbürgermeister Hans Toussaint eingeweiht wurde.

Im Frühjahr blühen hier Osterblumen, Japanische Kirschen und Kastanien. Bei schönem Wetter laden die bunten Wiesen zum Verweilen und Bänke zum Ausruhen ein.

Wir kommen zum nächsten Aussichtspunkt. Er steht über dem alten Schacht

der Zeche Johann Deimelsberg, die seit 1928 geschlossen ist.

Über den sich schlängelnden Flusslauf hinweg erkennen wir die Wassergewinnungsanlage in Überrauch, die Antennen des Senders Langenberg und die Nachbarorte.

Am Rande des Parks beginnen wir mit dem Abstieg Richtung Ruhr.

An der Ampel überqueren wir die stark befahrene Westfalenstraße. Links ist das ehemalige Verwaltungsgebäude der Zeche, das heute Wohnungen enthält, daneben der alte Stolleneingang. Über den Radweg geht es zur Promenade, dem Ruhrdamm. Er wurde im Jahre 2016 restauriert und mit vielen bequemen Bänken versehen, seine Ruhezone laden uns zum Pausieren ein. Auf dem Wasser sehen wir den Schwänen, Enten und Möwen zu.

Der Teil des Ruhrtal-Radwegs war früher die Bahnlinie Essen-Steele Süd nach Mülheim (R)-Speldorf. Die alten Gleisanlagen hat man zu Liegewiesen gemacht.

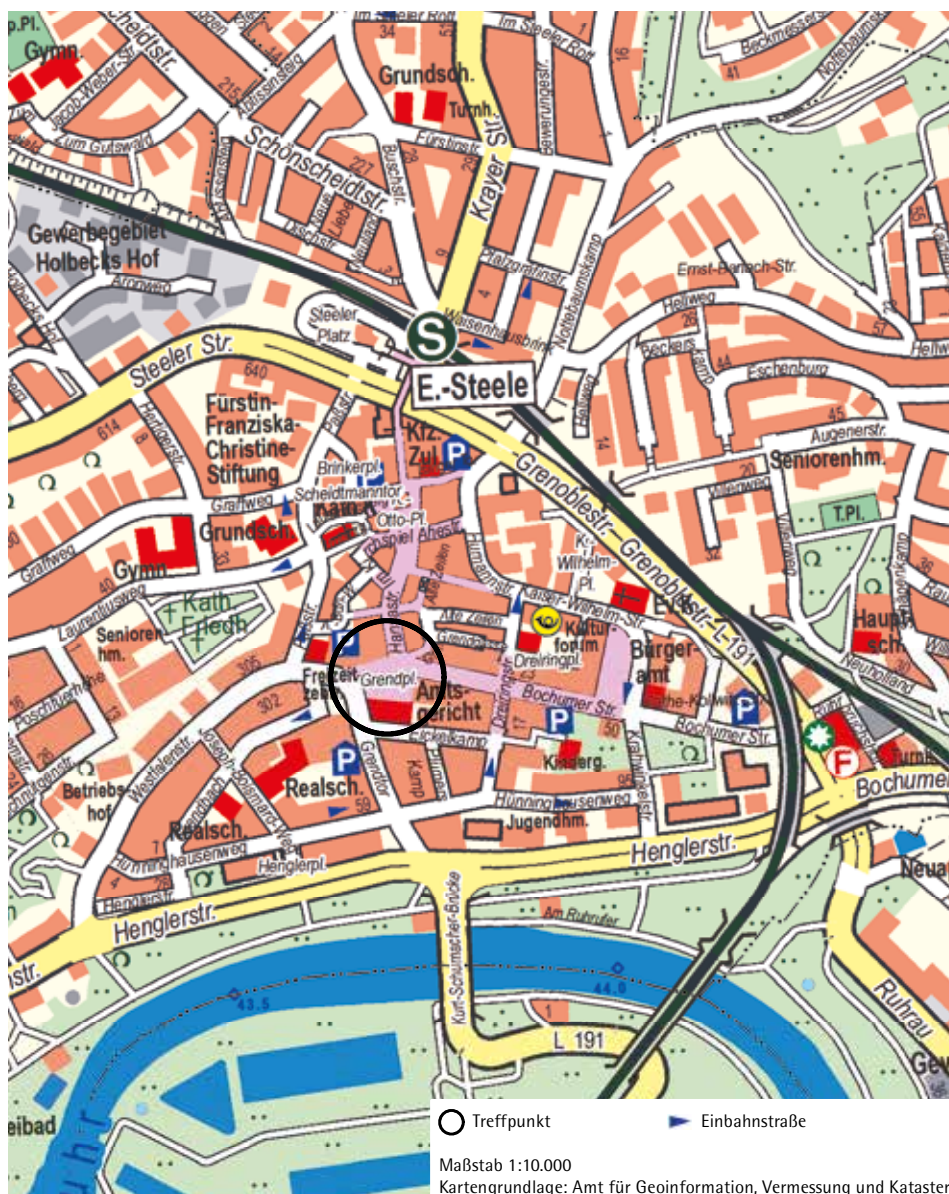
An Tagen von Volksfesten wie „Ruhr in Flammen“ gibt es hier Gelegenheiten, sich zu amüsieren.

Den Ruderverein und ein Lokal lassen wir rechts liegen. Über die Kreuzung Henglerstraße/ Grendtor kommen wir zum Ausgangspunkt zurück.

Für diese Tour benötigen wir circa eine Stunde, manchmal bei vielen Gesprächen etwas mehr.

Danach kehren wir gerne in eine der zahlreichen Gaststätten zum gemütlichen Beisammensein ein.

**Günther Becker, Elfriede Behle,
Karin Hagedorn, Beate Hildebrand,
Doris Krzossa und Jürgen Mattisseck,
Spaziergangspaten Steele**

Tram**BUS**Bus 144, 164, 166, 167, 170, 174, 177, 184, 194 ► **Grendplatz**S1, S3, S9, Tram 103, 109 ► **Steele** Bus 144, 164, 166, 167, 170, 174, 177, 184, 363, 194 ► **Steele** **RUHR
BAHN**

○ Treffpunkt

▶ Einbahnstraße

Maßstab 1:10.000

Kartengrundlage: Amt für Geoinformation, Vermessung und Kataster

Stoppenberg

Donnerstag • 14.30 Uhr
Treffpunkt Tuttmannschule,
Twentmannstr. 2



Der Lieblingsspaziergang in unserem grünen Stadtteil ist ein Panoramaweg. Vom Treffpunkt Tuttmannschule in der Twentmannstraße führt uns unser Weg über den Parkplatz eines Supermarktes, über die Grabenstraße, die wir queren, vorbei am St. Vincenz-Krankenhaus, wo wir die vielbefahrene Essener Straße erreichen. Von dort geht es zwischen zwei neu erbauten, hübschen Einfamilienhaus-siedlungen zum Hangetal, einer weitläufigen Grünanlage. Leicht ansteigend erreichen wir dort unseren Panoramaweg! Dieser Höhenweg ist schön bewachsen mit Bäumen, Sträuchern und Wildblumen. Die Vogelwelt ist hier mit vielen Singvögeln zu Hause. Der Weg wird auch als Radwander-

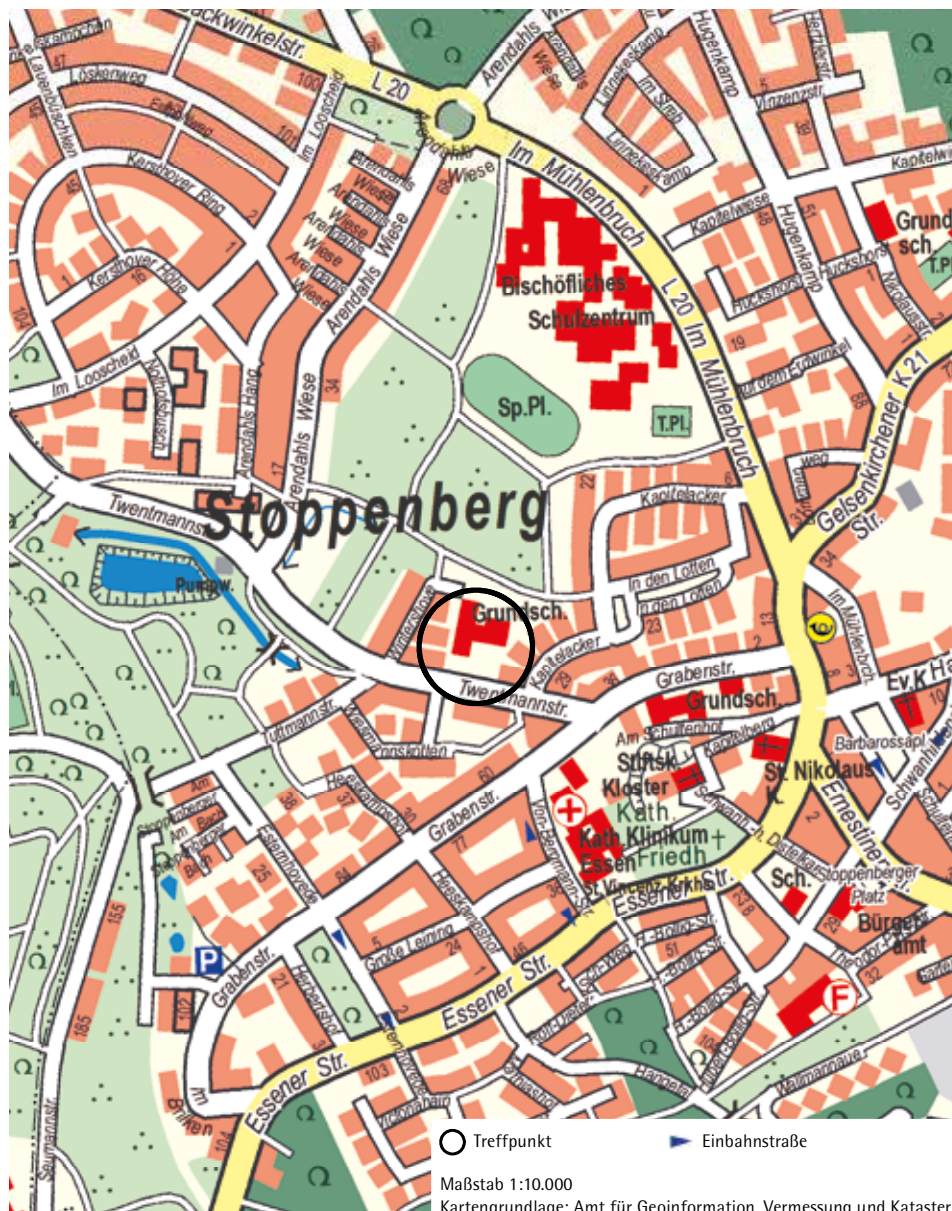
weg genutzt, was uns Spaziergänger aber nicht stört. Über eine Fußgängerbrücke überqueren wir die Ernestinenstraße und erreichen den Aussichtspunkt, der uns bei guter Wetterlage ein tolles Panorama bietet. Vor uns liegt unser Stoppenberg, die rötlichen Türme der schönen Nikolauskirche grüßen uns von weitem. Die alte, mächtige Stiftskirche auf dem Kapitelberg und auch die neugotische Thomaskirche kommen ins Bild. Aber ein ganz besonderer Blickfang ist natürlich unser „Welterbe Zollverein“ mit dem berühmten Doppelbock. Wir sind stolz auf dieses Kleinod, das unsere Geschichte des Bergbaus und seiner Menschen bewahrt. Weit am Horizont können wir den Ga-

someter in Oberhausen, den Tetraeder in Bottrop und sogar das Kraftwerk Scholven in Gelsenkirchen sehen. Auch das Dach der Veltins-Arena von Schalke liegt in unserem Blick und Fußballfans haben dazu gleich ganz persönliche Anekdoten zu erzählen. Nun geht der Weg weiter zum Hallopark mit der größten zusammenhängenden Rasenfläche der Stadt Essen und dem Gedenkstein „Stein der Republik“ mit den Köpfen von drei bekannten Politikern der Weimarer Republik, nämlich Friedrich Ebert, Walther Rathenau und Matthias Erzberger. Durch eine Gartenanlage und

eine modernisierte Zechensiedlung führt uns unser Spaziergang zum alten Rathaus Stoppenberg, das mit seinen großen Ausmaßen auf das enorme Bevölkerungswachstum im industriellen Zeitalter hinweist. Meistens haben wir noch Zeit, die im Krieg nicht zerstörte Nikolauskirche und auch die Stiftskirche zu besuchen, bevor wir unseren Ausgangspunkt wieder erreichen.

**Linda und Jürgen Brinkämper,
Spaziergangspaten Stoppenberg**

**Spruchwort: Wenn du schnell gehen willst, geh allein.
Aber wenn du weit gehen willst, geh mit anderen zusammen.**





Stärker als in jedem anderen Stadtviertel prägen in Essen-Süd die Bürohochhäuser großer Konzerne die Skyline der Stadt Essen. Hier haben unter anderem die Evonik Industries AG (frühere RAG bzw. Ruhrkohle AG), die RWE AG, die Evonik Steag GmbH und bis 2014 die Technologie-Sparte der ThyssenKrupp AG ihre Hauptverwaltungen. Trotzdem ist auch unser Stadtteil mit vielen grünen Oasen liebens- und lebenswert.

Unser Treffpunkt ist vor dem S - Bahnhof Süd auf der vielbefahrenen Rellinghauser Straße. Von hier gehen wir in Richtung Rellinghausen und biegen von der lauten

Straße links in die ruhige Henricistraße ein. Großzügige Gärten umsäumen die Häuser. In Sichtweite des imposanten Gebäudekomplexes der Evangelischen Huyssens-Stiftung, den Kliniken Essen-Mitte, führt uns der Weg links ab in die Robert-Schmidt-Straße.

Der Namensgeber dieser Straße hat als Stadtplaner und Bauingenieur das Moltkeviertel als Gartenstadt zu Beginn des 20. Jahrhunderts geplant. Wir biegen rechts in die Schinkelstraße ein, überqueren die Moltkestraße und sind schon in dem genannten Viertel, das mit seinen gutbürgerlichen Häusern auch heute noch zu

den schönsten Wohngegenden von Essen zählt.

Am Wohnhaus des ehemaligen Bundespräsidenten Gustav Heinemann vorbei kommen wir im weiteren Verlauf über die Semperstraße und die begrünte, vier-spurige Ruhrallee, die stadtauswärts in das Ruhrtal führt. Nach geraumer Zeit gelangt wir rechts in die Saarbrücker Straße und erreichen das von Edmund Körner errichtete Hauptportal des Eingangs zum Ostfriedhof. Auf diesem Friedhof gibt es zahlreiche Beispiele einer untergegangenen Friedhofskultur. Er ist natürlich ein Ort der Trauer, aber zugleich mit seinen Ausmaßen und seiner dichten Bepflanzung eine Natur-Oase. Hier ruhen Mitglieder vieler alter Essener Familien, die die Stadtgeschichte prägten und die ihre Bedeutung oder ihr Vermögen durch aufwendige Grabmäler zum Ausdruck brachten. Auch der Schauspieler Diether Krebs hat hier seine letzte Ruhe gefunden. Wir verlassen den schönen, gepflegten Friedhof am Ausgang zum Elisabeth -

Krankenhaus. Von dort geht es weiter über den begrünten Mittelweg der Ruhrallee über den stillen Camillo-Sitte-Platz in Richtung Henricistraße. Jetzt laufen wir vorbei an der oben erwähnten Evangelischen Huyssens -Stiftung bis zur Töpferstraße. Hier geht es weiter durch die Wiebeanlage. Das ist eine Parkanlage, die ungewöhnlich inmitten eines darum angeordneten Häuserblocks liegt. Die rückwärtigen Gärten der einzelnen Häuser grenzen direkt an den Park, der mit seinem schönen Kinderspielplatz Ziel vieler Anwohner ist. Am Rande des Spielplatzes steht eine kleine Kapelle mit einer Marien-Statue. Wir durchqueren den hübschen Park bis zur Henricistraße, biegen dann rechts in die Rellinghauser Straße ein und erreichen nach einer guten Stunde wieder unseren Ausgangspunkt. Wenn wir Lust haben, kehren wir zum Entspannen noch in das Café am S-Bahnhof Süd ein.

**Maria Schmidt,
Spaziergangspatin Essen-Süd**

„Walking while talking“ – Weitergehen während des Sprechens – ist eine Fähigkeit, die nach Erkenntnissen von Geriatern mit zunehmendem Alter gefährdet ist und durch regelmäßiges gemeinsames Spazierengehen trainiert werden kann.



Überruhr-Hinsel

Donnerstag • 11.00 Uhr
Treffpunkt Markt in Überruhr-Hinsel
am Eingang des Einkaufszentrums
Schulte-Hinsel-Str. 5



Überruhr – kein spektakulärer Stadtteil, aber lebens- und liebenswert. Das finden auf jeden Fall die Spaziergängerinnen und Spaziergänger, die sich jeden Donnerstag bei Wind und Wetter auf den Weg durch Überruhr-Hinsel machen. Und vielleicht sind auch Sie, liebe Leserin und lieber Leser, nach unserem etwa einstündigen Spaziergang, zu dem wir Sie jetzt einladen, dieser Meinung. Wir werden auf unserem Weg durch ruhige, gepflegte Wohnsiedlungen und zu schönen Aussichtspunkten, der auch von der Rollatorfahlerin unserer Gruppe gut bewältigt wird, einiges über die Geschichte unseres Stadtteils erfahren, der durch Landwirtschaft und Bergbau geprägt worden ist. Dabei helfen uns Stra-

Bennamen und vor allem Geschichtstafeln der Überruhrer Bürgerschaft e.V., denen wir auf unserem Spaziergang immer wieder begegnen. Wir beginnen unseren Weg am Eingang des kleinen Einkaufszentrums und finden gleich an der Wand des Sparkassengebäudes zwei Tafeln, die uns über die Entstehung Überruhs und das Gut Schulte Hinsel informieren. Auf dem Gebiet unseres Stadtteils gab es schon früh germanische Siedlungen, aus denen Bauernschaften entstanden, die gegen Ende des ersten Jahrtausends von der Äbtissin von Essen und dem Abt von Werden dem Stift Rellinghausen geschenkt wurden. Weil die Bauernhöfe von Rellinghausen aus gesehen jenseits

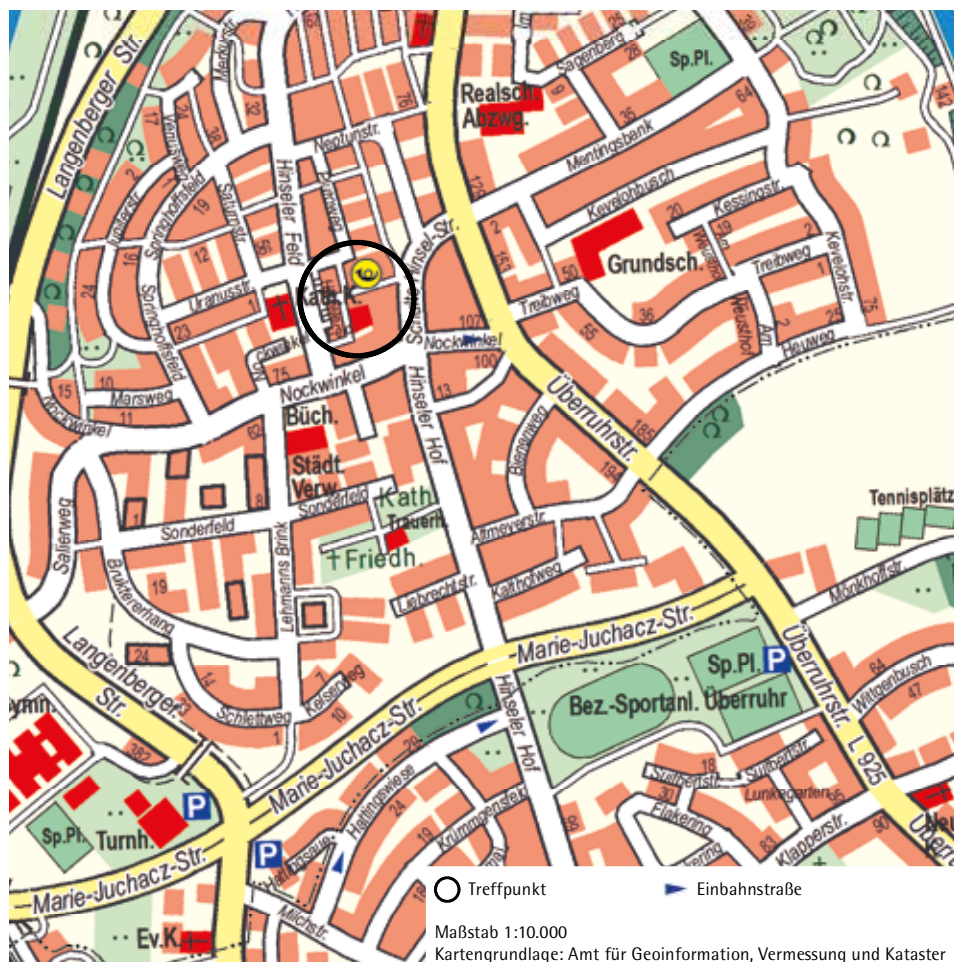
oder über der Ruhr lagen, ergab sich schon bald die Bezeichnung Overruhr oder Überruhr. Aber erst, als 1894 die selbstständige Bürgermeisterei Überruhr entstand, wurde der Name offiziell. 1929 wurde Überruhr in die Großstadt Essen eingemeindet. Wo sich heute Marktplatz und Einkaufszentrum befinden, stand bis 1958 der Hof Schulte Hinsel, dessen Geschichte bis in das Jahr 1092 zurückverfolgt werden kann. Wir gehen nun Richtung Überruhrstraße, die wir an der Ampel überqueren. Geradeaus folgen wir der Mentingsbank, die ihren Namen von einer nahe gelegenen Stollenzeche erhielt, in der vor 150 Jahren Kohle abgebaut wurde. (Die Erklärung der Straßennamen haben wir dem Buch „Essener Namen“ entnommen, das von der Stadt Essen und dem Historischen Verein für Stadt und Stift Essen e.V. herausgegeben wurde und im November 2015 in einer Neuauflage im Klartext Verlag erschienen ist.) Am Ende der Mentingsbank stoßen wir auf den Eingang zum Ludwig-Kessing-Park. Dieser entstand 1934 auf dem Gelände des ehemaligen Schachtes Hermann als Süd-Ost-Park und wurde 1974 nach dem Überruhrer Bergmann und Heimatdichter Ludwig Kessing (1869–1940) umbenannt. An Ludwig Kessing und den Schacht Hermann erinnern zwei weitere Geschichtstafeln. Wir spazieren geradeaus in den Park hinein. Am Ende des Weges finden sich noch Mauerreste des ehemaligen Schachtes, und vor allem können wir einen schönen Blick in das Ruhrtal Richtung Steele werfen. Eine kleine Runde durch den Park schließt sich an. Dazu biegen wir dreimal links ab und erreichen wieder den Eingang des Parks. Wenn Sie Lust haben, den Park noch länger zu genießen, und steilere Wege nicht scheuen, dann dehnen Sie

Ihren Spaziergang einfach noch etwas aus. Im Sommer stoßen Sie dann vielleicht auf eine Schafherde, die im Auftrag von „Grün und Gruga“ als Landschaftspfleger im Einsatz ist. Die Tiere vertilgen mit großem Appetit die für den Menschen gefährliche Herkulesstaude. Am Eingang des Parks biegen wir links in die im ersten Teil etwas abschüssige Kevelohstraße ein, der wir bis zum Heuweg folgen. Beide Straßen erinnern an die landwirtschaftliche Tradition des Stadtteils: Die Kevelohstraße wurde nach dem Hof Keveloh benannt – auch dazu gibt es eine Informationstafel –, über den Heuweg führen die Überruhrer Bauern das Heu aus den Ruhrwiesen ein. Wir lassen hier erst einmal unseren Blick über die Felder bis hin zu den bewaldeten Höhen auf der anderen Ruhrseite schweifen. Nach dieser kurzen Verschnaufpause spazieren wir rechts ein Stück den Heuweg entlang, biegen dann rechts in die Straße Am Weusthof ein und gleich wieder links in den Treibweg, auf dem die Bauern früher ihr Vieh zu den Weiden an der Ruhr trieben. Bald erreichen wir erneut die Überruhrstraße, die wir an der Ampel überqueren, um geradeaus den Nockwinkel, eine kleine Einkaufsstraße mit Geschäften und Gaststätten, hinunterzugehen. Durch eine weitere Tafel an der Wand der Gaststätte links erfahren wir, dass im oberen Nockwinkel am Ende des 19. Jahrhunderts die ersten Geschäfte in Überruhr entstanden. Blicken Sie an den Fassaden der Häuser empor und Sie entdecken, dass aus dieser Zeit einige Gebäude erhalten sind. An der nächsten Kreuzung biegen wir rechts in die Schulte-Hinsel-Straße ein und haben nach wenigen Schritten unseren Ausgangspunkt erreicht. Vorher können wir uns noch über die Geschichte der katholischen Schulgebäude

in Hinsel informieren. Vielleicht möchten Sie sich zum Abschluss – wie wir Spaziergänger es auch tun – mit einem Eis oder einer Tasse Kaffee erfrischen. Dazu gibt es im Bereich des Einkaufszentrums verschiedene Möglichkeiten. Und wir würden uns

freuen, wenn Sie nun sagen: „Überruhr – nicht spektakulär, aber lebens- und liebenswert.“

**Hedwig Rösen,
Spaziergangspatin Überruhr**





Es ist Mittwochnachmittag, 15.00 Uhr, d.h. es ist Zeit für den "Willst du mit mir geh'n?"-Treff am Rathaus in Werden. Es trifft sich eine muntere, gehfreudige Gruppe, die wartet, bis alle eingetroffen sind. Man kennt sich mittlerweile, und wer fehlt, wird vermisst. Hier kann jeder unangemeldet mitgehen, und über jeden Neuankömmling, der hoffentlich ein bleibender Spaziergänger wird, freuen wir uns. Es sind auch Spaziergänger aus anderen Essener Stadtteilen schon lange dabei, da wir in Werden in der glücklichen Lage sind, aus einer Fülle von Möglichkeiten wählen zu können, welchen Gang wir machen wollen. Uns stehen wunderschöne

Wege durch Wälder ringsum zu beiden Seiten der Ruhr und des Baldeneysees zur Auswahl. Fast überall hin können wir vom Treffpunkt aus, geführt von unseren fürsorglichen und ortskundigen Paten, zu Fuß gehen. Manchmal nehmen wir aber auch für eine kleine Anfahrsstrecke die öffentlichen Verkehrsmittel. Voraussetzung ist, das hat sich einfach so eingebürgert, dass wir nach der einstündigen Gehzeit ein Ziel erreichen, wo wir uns niederlassen, entspannen, fröhliche Gespräche führen und uns mit Kaffee, Kuchen oder Waffeln stärken können. Auch an solchen Zielen mangelt es uns nicht, sei es nun am Wasser oder an höher gelegenen Orten mit

Blick aufs Wasser oder einfach mit Blick in die Landschaft. Die Hauptsache ist – was sich im Laufe der Zeit herauskristallisiert hat –, dass die Qualität des Kuchenangebotes stimmt. So entstehen natürlich ein paar Lieblingswege und einer dieser ist der Weg zur Straußenfarm am Rutherweg. Dank des wöchentlichen „Trainings“ ist es inzwischen kein Problem, auch leicht bergan oder bergab zu gehen, und wir sind eine tolle Truppe, die aufeinander Acht gibt. Ein Trüppchen, welches evtl. langsamer geht, wird von unseren Paten immer im Auge behalten, darunter auch

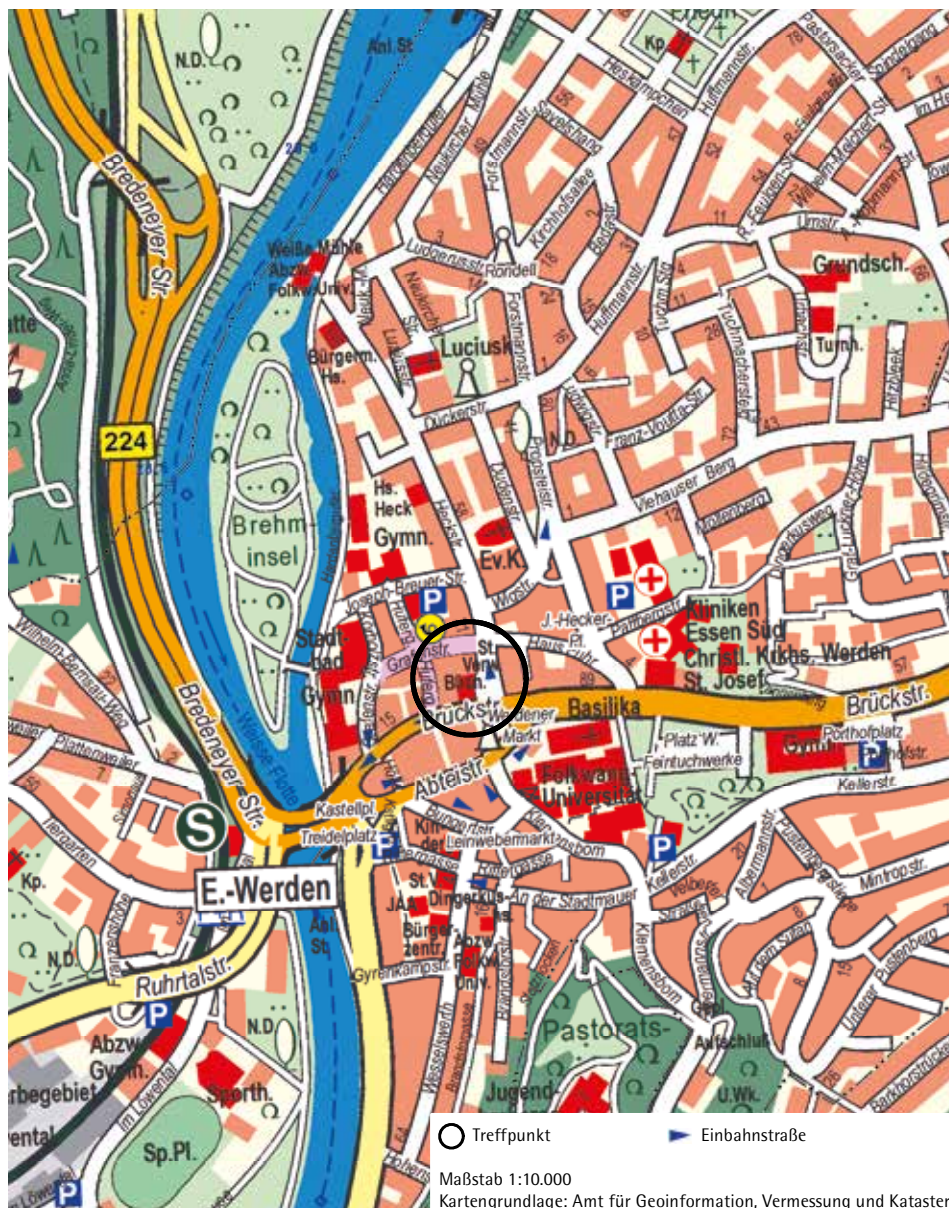
unsere munter beredten Spaziergänger, die immer im fröhlichen Gesprächsaustausch sind.

Zufrieden und mit der Gewissheit, erneut einen schönen Nachmittag mit netten Leuten gehabt zu haben, geht es dann wieder Richtung Ausgangspunkt und alle verabschieden sich mit einem fröhlichen: „Tschüss, bis zur nächsten Woche, 15.00 Uhr!“

**Adelheid Hentschel,
Spaziergangspatin Werden**

Aus Indien:

Auf einer geraden Straße ist noch nie jemand verloren gegangen.



Willst du mit mir geh'n? Mehr Bewegung im Alltag – Spazieren gehen im Stadtteil

Stadtteil	Zeitpunkt	Treffpunkt
Altendorf	Mittwochs 14 Uhr	Ehrenzeller Markt
Altenessen-Nord	Dienstags 11 Uhr	Karlsplatz/Bushaltestelle, Mallinckrodtplatz (gegenüber der Polizeiwache)
Altenessen-Süd	Sonntags 14 Uhr	Bahnhofsvorplatz Altenessen
Bedingrade	Mittwochs 11 Uhr	Aktienstr. /Frintroper Str. (Westerberg) Baumarkt/Ladezone
Bergerhausen	Dienstags 11 Uhr	Zeche Ludwig
Borbeck	Dienstags 11 Uhr	Schloss Borbeck am Schlosstor
Bredeney	Donnerstags 11 Uhr	Frankenstr. /Ecke Bredeney Str.
Burgaltendorf	Mittwochs 11 Uhr	Alte Hauptstr., Kath. Pfarrheim
Freisenbruch	Mittwochs 11 Uhr	Bürgerhaus Oststadt, Schultenweg 39
Frillendorf	Donnerstags 11 Uhr	Ernestinenstr. /Wasserturm
Frintrop	Dienstags 11 Uhr	Gleisschleife an der Frintroper Höhe
Frohnhausen	Donnerstags 11 Uhr	Frohnhauser Markt (Therapiecenter Mülheimer Str. /Ecke Pollerbergstr.)
Gerschede	Mittwochs 11 Uhr	Kita Samoastr. 7 -mit Kindern- (während der Kita-Ferien findet der Spaziergang nicht statt)
Haarzopf	Dienstags 11 Uhr	Kreuzung Hatzperstr. / Humboldtstr. (Erbach) vor der Bäckerei
Heisingen	Freitags 14 Uhr	Altes Rathaus Heisingen Vordereingang, Hagmanngarten
Heisingen-Süd	Mittwochs 14 Uhr	Brunnen am Rathaus, Höhe Schangstr. 2, „Geschichte und Geschichten“
Holsterhausen	Montags 11 Uhr	Kirchplatz St. Mariä Empfängnis
Hutrop	Dienstags 11 Uhr	Sportanlage Hubertusburg Dinnendahlstr. 25 a, Eingang ESG-Sporthalle
Karnap	Montags 10 Uhr	Altenheim Lohwiese 20
Katernberg	Dienstags 14.30 Uhr	Stadtteilzentrum Kon-Takt, Katernberger Markt
Kettwig	Montags 15 Uhr	Märchenbrunnen, Bürgermeister-Fiedler-Platz
Kray-Leithe	Dienstags 11 Uhr	Einkaufszentrum Isinger Feld (vor der Bäckerei)
Kupferdreh	Mittwochs 11 Uhr	Marktplatz Kupferdreh (Haltestelle vor dem Supermarkt)
Margarethenhöhe	Montags 11 Uhr	Kleiner Markt, Brunnen
Nordviertel	Donnerstags 11 Uhr	Ecke Eltingstraße/Theodorstraße
Rellinghausen	Montags 11 Uhr	Am Ardey /Frankenstr.
Rüttenscheid	Donnerstags 11 Uhr	Eiscafé-Pavillon am Rüttenscheider Stern
Schönebeck	Dienstags 11 Uhr	Platane Kloster Emmaus, Schönebecker Straße 95
Schonnebeck	Donnerstags 14.30 Uhr	Jugendhalle Schonnebecker Markt
Stadtwald	Dienstags 10.30 Uhr	Marktplatz Stadtwaldplatz
Steele	Donnerstags 11 Uhr	Grendplatz an der Mariensäule
Stoppenberg	Donnerstags 14.30 Uhr	Tuttmannschule, Twentmannstr. 2
Südviertel	Montags 11 Uhr	Bahnhof Essen-Süd
Überruhr-Hinsel	Donnerstags 11 Uhr	Markt, Eingang Einkaufszentrum
Werden	Mittwochs 15 Uhr	Rathaus Werden

Keine Spaziergänge an Feiertagen

Teilnahme geschieht auf eigenes Risiko

Stand: 04.04.18

Impressum

Herausgeber:

Stadt Essen, Der Oberbürgermeister, Amt für Soziales und Wohnen, Seniorenreferat, Steubenstr. 53, 45138 Essen, in Kooperation mit dem Projektbüro „Grüne Hauptstadt Europas – Essen 2017“

www.essen.de/senioren

www.essengreen.capital

Gesamtherstellung und Akquise:

Achim Schrecklein Verlag – druck & graphik

Postallee 41, 45964 Gladbeck · Tel. 0 20 43 / 48 39 – 0

Titelbild: Elke Brochhagen, Stadt Essen

Fotos: Elke Brochhagen und Peter Pregel, Stadt Essen,

Anneliese Bogen, Linda und Jürgen Brinkämper, Manfred Gäbel, Adelheid Hentschel, Astrid Hinzke, Manfred Kassen, Monika Longrée, Bernd Matuszak, Harald Pohl, Gertie Preuß, Dieter Rheinisch, Friedhelm Schöнке, Ingeborg Schrader, Peter Schröder, Klaus Schwellnus, Winfried Winkler – Fotografie, Hans-Joachim Witzer

Karten: Mit Genehmigung des Amtes für Geoinformation, Vermessung und Kataster der Stadt Essen

Rechtlicher Hinweis: Die Karten sind urheberrechtlich geschützt. Vervielfältigung nur mit Erlaubnis des Herausgebers. Als Vervielfältigung gelten z. B. Nachdruck, Fotokopie, Mikroverfilmung, Digitalisieren, Scannen sowie Speicherung auf Datenträger.

Rechte: Die Rechte der Texte liegen bei der Stadt Essen.

Redaktion:

Linda Breuing-Brökelmeier, Astrid Hinzke, Manuela Mumrey, Hedwig Rösen, Ingeborg Schrader, Lisa Schwermer

Linda Breuing-Brökelmeier, Tel. 0201 / 88-50 666, linda.breuing@sozialamt.essen.de

Manuela Mumrey, Tel. 0201 / 88-50 236, manuela.mumrey@sozialamt.essen.de

Auflage: 3.000 Exemplare

Ausgabe: 2018, Stand März 2018

Der besseren Lesbarkeit halber, wurde die männliche Schreibweise gewählt. Selbstverständlich werden beide Geschlechter angesprochen.

Eine Gewähr für die Richtigkeit der Angaben kann nicht übernommen werden.

Für den Inhalt der Werbeanzeigen ist die Stadt Essen nicht verantwortlich.

Die Werbeanzeigen dienen ausschließlich der Finanzierung der Broschüre und stellen keine Empfehlungen der Stadt Essen dar.

Wir danken allen Mitarbeitern, Autoren, Sponsoren und dem Projektbüro „Grüne Hauptstadt Europas – Essen 2017“ für die fachliche und finanzielle Unterstützung und gute Zusammenarbeit.

EINE INITIATIVE DER
EUROPÄISCHEN KOMMISSION



ÖFFENTLICHE FÖRDERER



Bundesministerium
für Umwelt, Naturschutz,
Bau und Reaktorsicherheit

Die Landesregierung
Nordrhein-Westfalen



PROJEKTTÄGER



HAUPTSPONSOREN



PREMIUMSPONSOREN





Mit Erfahrung.

Als modernes Energie- und Dienstleistungsunternehmen mit einer 150-jährigen Geschichte sind wir, die Stadtwerke Essen, fester Bestandteil dieser Stadt. Mit Engagement stehen wir Ihnen als Serviceunternehmen zur Seite und sind uns unserer Verantwortung täglich bewusst. In jeder Situation und auf Augenhöhe. Denn „Wir sind Zuhause.“

Mehr Informationen? www.stadtwerke-essen.de

Stadtwerkessen
Wir sind Zuhause.



**Infos für
Senioren:**

T 0201.2207-224

**Zuhause ist, wo man
alt wird und jung bleibt.**

Allbau
Mein Zuhause in Essen

Angebot für Senioren muss wachsen – Allbau tut etwas

Essen ist eine wachsende Stadt. Die Nachfrage nach Wohnraum steigt, gerade für die Generation 60plus, die ganz unterschiedliche Vorstellungen vom Wohnen hat. Meistens steht dabei der Wunsch nach Unabhängigkeit und einem selbstbestimmten Leben mit Respekt im Vordergrund. Als städtisches Wohnungsunternehmen stellt die Allbau GmbH ihre Quartiere für die MieterInnen zukunftsicher auf, so dass man auch im fortgeschrittenen Alter wohnen bleiben kann.

„Wohnen mit Service“ heißt das Programm, bei dem Essens größter Wohnungsanbieter – unter anderem gemeinsam mit Partnerunternehmen – nicht nur Senioren ein umsorgtes Wohnen ermöglicht. Ziel ist es, dass MieterInnen so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben können. „Dafür sorgen Angebote haushaltsnaher Dienstleistungen und ambulanter Pflege sowie bauliche Veränderungen, die wir zusammen mit unterschiedlichen Partnern wie beispielsweise Krankenkassen, Pflegediensten oder anderen Dienstleistern durchführen“, so Hiltrud Siepmann, Seniorenbeauftragte beim Allbau. Die Senioren müssen wie in der Hölderlinstr. 2 (Holsterhausen) oder im Uferviertel (Altendorf) beispielsweise ihr vertrautes Wohnumfeld nicht verlassen und können dort dennoch bei Bedarf auf Hilfs- und Betreuungsdienstleistungen zurückgreifen.

Ziel ist es aber auch, das Miteinanderleben in Quartieren zu fördern, bei der Bewältigung von

Handicaps und persönlichen Defiziten zu unterstützen und darüber Chancen zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu verbessern – nicht zuletzt auch durch das kostenlose Angebot von Gemeinschaftsräumen. „Gerade die Senioren nutzen die Räume als Treffpunkte“, berichtet Hiltrud Siepmann.

Allbau leistet seit einigen Jahren auch mit Neubauten im frei finanzierten und speziell öffentlich geförderten Wohnraum einen wichtigen Beitrag zum Wachstum unserer Stadt und zur besseren Versorgung der Senioren mit Wohnraum. So entstanden an einer künstlichen Wasserfläche in der grünen mitte Essen mit PIER78 zwölf viergeschossige Häuser mit insgesamt 78 barrierearmen Mietwohnungen. Das Besondere und auch Reizvolle für Senioren: ein Concierge erbringt dort als „Kümmerner vor Ort“ Dienstleistungen – je nach Bedarf nimmt er die Post entgegen, bestellt Brötchen oder organisiert den Wäscheservice.

Nicht weit entfernt von Pier78 realisierte die Allbau GmbH mit den Kastanienhöfen am Fuß der Kreuzeskirche das größte Neubauprojekt in der fast 100-jährigen Firmengeschichte. In fünf Mehrfamilienhäusern bieten 47 barrierearm zu erreichende attraktive Wohnungen (53-160 qm) viel Platz für Entfaltung für alle Generationen.

Neuestes Projekt: In den so genannten Cranachhöfen in Holsterhausen entstehen bis Mitte 2019

zwischen Cranach-, Rubens- und Holsterhauser Straße neben verschiedenen Nutzungen auch 29 barrierefreie Stadtwohnungen und 42 öffentlich geförderte Ein- bis Dreizimmerwohnungen unter anderem mit einem rund 1.800 Quadratmeter großen Supermarkt.

Schwerpunkt ist auch zukünftig beim Allbau, Kunden einen attraktiven und gleichzeitig bezahlbaren Wohnraum in Essen anzubieten. „Gerade bezahlbarer Wohnraum für Senioren wird in Essen knapp. Deshalb werden wir auch in Zukunft mit Hilfe von öffentlichen Förderungen Bestandswohnungen modernisieren bzw. neu bauen. Allerdings suchen wir auch nach Wohnungen im Bestand, die ohne Großmodernisierung mit enormen Mietsprüngen, sondern über individuelle technische Hilfen für den Kunden hergerichtet werden können“, so AllbauGeschäftsführer Dirk Miklikowski. Aktuelle Projekte sind in den SüdOstHöfen (Südostviertel), in Vogelheim und in Katernberg in Planung bzw. Bau.

Info

*Ansprechpartnerin
für Senioren ist bei
der Allbau GmbH die
Seniorenbeauftragte
Hiltrud Siepmann.*

