

Dienstag, 02.11.2021

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
10.30 - 12.00 Uhr Schachkurs mit Herrn Denzer
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe1
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe2

Mittwoch, 03.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Information und Beratungsgespräche, Ideenbörse
(Beratung rund um die Themen Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit)
10.00 - 12.00 Uhr Internetcafé
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
11.00 - 12.00 Uhr Englische Konversation
14.00 - 16.00 Uhr Wir haben ein offenes Ohr für Sie (Telefonangebot)
(Zeit für ein Gespräch mit Ihnen, unsere Nummer 85098754)
14.00 - 17.00 Uhr Vortrag der Diakoniestationen zum Thema „Demenz“
17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation

Donnerstag, 04.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Offenes Treffen
10.00 - 12.00 Uhr Kunst-ist künst-ler-ich, (upcycling) Frau Rieger mit 5 Pers.
11.00 - 11.45 Uhr Rehasport mit der VGSSU neurologische Gruppe
13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch
15.00 - 16.30 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Gdaniec

Freitag, 05.11.2021

09.00 - 10.00 Uhr Computerkurs 1 mit Herrn Denzer
10.00 - 11.00 Uhr Computerkurs 2 mit Herrn Denzer
11.00 - 12.00 Uhr Computerkurs 3 mit Herrn Denzer
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon mit Frau Offermann
15.00 - 17.00 Uhr Literaturcafé

Montag, 08.11.2021

09.30 - 11.30 Uhr Wir spielen auf der Veeh-Harfe in der Musikschule Tonleiter!
10.30 - 12.00 Uhr Yoga auf dem Stuhl mit Frau Venker
10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe1
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe2
16.15 - 17.15 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß
18.00 Uhr Angehörigengruppe Demenz und Alzheimer über Pustebäume

Dienstag, 09.11.2021

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
10.30 - 12.00 Uhr Schachkurs mit Herrn Denzer
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am 2er Tisch“ Gruppe1
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am 2er Tisch“ Gruppe2

Mittwoch, 10.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Information und Beratungsgespräche, Ideenbörse
(Beratung rund um die Themen Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit)
10.00 - 12.00 Uhr Internetcafé
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
11.00 - 12.00 Uhr Englische Konversation
13.30 - 14.00 Uhr Laternensingen der Kita-Kinder Isenbergstraße
13.30 - 16.00 Uhr Klön und Plausch
14.00 - 16.00 Uhr Wir haben ein offenes Ohr für Sie (Telefonangebot)
(Zeit für ein Gespräch mit Ihnen, unsere Nummer 85098754)
16.00 - 17.30 Uhr Vortrag zum Thema Mobilität im Alter von Herrn Packmohr
17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation
19.00 Uhr Blau Kreuz Gruppe (Kontakt übers Zentrum)

Donnerstag, 11.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Pflegestützpunkt der Stadt Essen im Zentrum 60plus
10.00 - 12.00 Uhr Kunst-ist künst-ler-ich, (upcycling) Frau Rieger mit 5 Pers.
11.00 - 11.45 Uhr Rehasport mit der VGSSU neurologische Gruppe
13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch
15.00 - 16.30 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Gdaniec
15.00 - 17.00 Uhr Gemeinsames Boule-Spiel im Christinenpark

Freitag, 12.11.2021

9.00 - 10.00 Uhr Computerkurs 1 mit Herrn Denzer
10.00 - 11.00 Uhr Computerkurs 2 mit Herrn Denzer
11.00 - 12.00 Uhr Computerkurs 3 mit Herrn Denzer
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon
13.30 - 16.30 Uhr Offenes Treffen
14.00 - 16.30 Uhr Sitztänze mit Frau Mau / Frau Kambach

Samstag, 13.11.2021

Ausflug nach Oberhausen, Besuch Ausstellung Gasometer, „Das zerbrechliche Paradies“ (siehe Aushang, bitte anmelden!)

Montag, 15.11.2021

09.30 - 11.30 Uhr Wir spielen auf der Veeh-Harfe mit der Musikschule Tonleiter
10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin

11.00 - 12.00 Uhr Gymnastik auf dem Balkon
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß
15.00 - 17.00 Uhr Frauenhilfe Tabea
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

Dienstag, 16.11.2021

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
10.30 - 12.00 Uhr Schachkurs mit Herrn Denzer
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe1
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe2

Mittwoch, 17.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Information und Beratungsgespräche, Ideenbörse
(Beratung rund um die Themen Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit)
10.00 - 12.00 Uhr Internetcafé
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
11.00 - 12.00 Uhr Englische Konversation
14.00 - 16.00 Uhr Wir haben ein offenes Ohr für Sie (Telefonangebot)
(Zeit für ein Gespräch mit Ihnen, unsere Nummer 85098754)
14.00 - 17.00 Uhr Gesprächsrunde zum Thema: Umwelt geht uns alle an!
17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation

Donnerstag, 18.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Offenes Treffen
10.00 - 12.00 Uhr Kunst ist-künst-ler-ich, (upcycling) Frau Rieger mit 5 Pers.
11.00 - 11.45 Uhr Rehasport mit der VGSU neurologische Gruppe
13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch
15.00 - 16.30 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Gdaniec

Freitag, 19.11.2021

9.00 - 10.00 Uhr Computerkurs 1 mit Herrn Denzer
10.00 - 11.00 Uhr Computerkurs 2 mit Herrn Denzer
11.00 - 12.00 Uhr Computerkurs 3 mit Herrn Denzer
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon
14.30 Uhr Gottesdienst mit Pfarrerin Grüneklee-Herrmann

Samstag, 20.11.2021

9.00 Uhr Wanderung mit Herrn Grünheid, siehe Aushang
14.00 - 16.00 Uhr Selbsthilfegruppe Polyneuropathie mit Frau Rieger (Wiese)

Montag, 22.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Offenes Treffen
10.30 - 12.00 Uhr Yoga auf dem Stuhl mit Frau Venker

10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin
11.00 - 12.00 Uhr Gymnastik auf dem Balkon
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe1
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe2
16.15 - 17.15 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

Dienstag, 23.11.2021

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
10.30 - 12.00 Uhr Schachkurs mit Herrn Denzer
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe1
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe2

Mittwoch, 24.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Information und Beratungsgespräche, Ideenbörse
(Beratung rund um die Themen Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit)
10.00 - 12.00 Uhr Internetcafé
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
11.00 - 12.00 Uhr Englische Konversation
14.00 - 16.00 Uhr Wir haben ein offenes Ohr für Sie (Telefonangebot)
(Zeit für ein Gespräch mit Ihnen, unsere Nummer 85098754)
15.00 - 16.30 Uhr Offenes Treffen
17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation
19.00 Uhr Blau Kreuz Gruppe (Kontakt übers Zentrum)

Donnerstag, 25.11.2021

09.00 - 12.00 Uhr Pflegestützpunkt der Stadt Essen im Zentrum 60plus
10.00 - 12.00 Uhr Kunst-ist künst-ler-ich, (upcycling) Frau Rieger mit 5 Pers.
11.00 - 11.45 Uhr Rehasport mit der VGSU neurologische Gruppe
13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch
14.00 - 16.30 Uhr Wir basteln für den Advent (bitte anmelden)
15.00 - 16.30 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Gdaniec

Freitag, 26.11.2021

9.00 - 10.00 Uhr Computerkurs 1 mit Herrn Denzer
10.00 - 11.00 Uhr Computerkurs 2 mit Herrn Denzer
11.00 - 12.00 Uhr Computerkurs 3 mit Herrn Denzer
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon
13.30 - 16.30 Uhr Offenes Treffen
13.30 - 16.30 Uhr Wir schmücken die Tannenbäume
14.00 - 16.30 Uhr Sitztänze mit Frau Mau / Frau Kambach

Montag, 29.11.2021

09.30 - 11.30 Uhr Wir spielen auf der Veeh-Harfe mit der Musikschule Tonleiter
10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon
13.30 - 15.00 Uhr Klönen und Plausch Gruppe1 am Tisch
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß
15.30 - 17.00 Uhr Klönen und Plausch Gruppe2 am Tisch
16.15 - 17.15 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

Dienstag, 30.11.2021

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier
10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
10.30 - 12.00 Uhr Schachkurs mit Herrn Denzer
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe1
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am Tisch“ Gruppe2

Herzliche Einladung zur adventlichen Zeit.

Ab dem 01.12.2021 findet montags bis freitags in der Zeit von 13.30 – 14.00 Uhr im Innenhof eine besinnliche Adventszeit statt. Wir wollen jeden Tag ein Türchen vom Adventskalender öffnen, Texte hören, Lieder singen und vielleicht kleine Überraschungen erleben.

Pin n w a n d des Zentrums 60plus und des Isenberg-Treffs Informationen, Vorankündigungen, Neuerungen ...

*Wie bekannt, gelten die AHA-L-Regeln weiterhin; das heißt auch, dass Menschen ohne Maske abgewiesen werden. Die Besucher*innen müssen geimpft, genesen, oder getestet sein. Bitte die Nachweise mitbringen! **Wichtig: Bitte sich zu allen Veranstaltungen anmelden!***

*Die Tageszeitungen WAZ und NRZ liegen zu den Öffnungszeiten im Zentrum zum Lesen bereit! Bitte nehmen Sie die Zeitungen oder Teile davon **nicht** mit nach Hause!*

Wer hat Zeit und Lust, uns ehrenamtlich bei der Handyhilfestellung zu unterstützen? Wenn Sie über gute Smartphone-Kenntnisse verfügen und Ihr Wissen und Ihre Fähigkeiten gerne weitergeben möchten, wäre es schön, wenn Sie sich bei uns melden würden.

*Unser Besuchsdienst benötigt Unterstützung. Wir suchen nette verlässliche Menschen, die gerne Senior*innen Zeit schenken wollen und mit ihnen reden, telefonieren, spielen oder spazieren gehen möchten!*



Anlaufstelle für alle Menschen ab 60 die

- Begegnung
- Impulse
- Beratung
- Vernetzung
- Gemeinsamkeit

suchen oder anbieten möchten

Zentrum 60plus im Isenberg-Treff

Die Stadt Essen hat in allen Stadtbezirken ein Zentrum 60plus errichtet. Grundlage ist das Konzept zur Weiterentwicklung des Seniorenförderplans der Stadt Essen, dass die Entwicklung von bedarfsgerechten Angeboten in der offenen Seniorenarbeit für Bürgerinnen und Bürger 60+ im Quartier vorsieht. Das Zentrum 60plus im Isenberg-Treff, Begegnungsstätte der Ev. Kirchengemeinde Essen-Rüttenscheid, ist auch für die Bürger*innen im Stadtbezirk II (Bergerhausen, Rellinghausen, Stadtwald) zuständig. Die Leitung des Zentrums 60plus im Stadtbezirk II hat Frau Anke Jansen. Herr Hartwig Paus ist für die Vernetzung und für die Seniorenetzwerke zuständig. Das Zentrum versteht sich als Anlaufstelle für alle Fragen rund ums Alter und möchte Menschen ab 60 Jahren die Möglichkeit geben, eigene Ideen, Wünsche und Anregungen einzubringen und umzusetzen.

Im Zentrum sind alle Senioren*innen, egal welchen Alters, welcher Religion, welcher sexueller Orientierung oder Herkunft herzlich willkommen! Haben Sie große Freude beim gemeinsamen Spiel? Bringen Sie an den Spielnachmittagen oder an den Tagen mit Klönen und Spielen einfach einmal Ihr Lieblingsspiel mit, um es mit anderen Besuchern*innen gemeinsam zu spielen.

Soziale Kontakte im Alter sind wichtig, so soll der Isenberg-Treff, das Zentrum 60plus, durch Akteure ein Ort sein, an dem man sich gerne trifft, wo man sich wohl fühlt, miteinander redet und auch noch Unterstützung bekommt.

Auch Menschen um die 60 Jahre sind herzlich willkommen, die sich vielleicht auch selbst organisieren und einbringen wollen!

Sie haben die Möglichkeit, uns Ihre Ideen bei der Ideenbörse mitzuteilen!

Der Pflegestützpunkt der Stadt Essen, kommt in der Regel jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat immer von 9.00 - 12.00 Uhr ins Zentrum 60plus im Isenberg-Treff.

Sie können ihn aber auch jederzeit telefonisch unter Nr. **8850089** erreichen. "Eine gute Vernetzung aller Akteure vor Ort ist die Grundlage für eine gelingende Stadtteilentwicklung".

"Die Bedürfnisse der Senioren*innen zu ermitteln und diese gezielt in die Planungen konkreter Angebote einzubringen, sehen wir als eine unserer wesentlichen Aufgaben an."

Wir Mitarbeiter*innen stehen für Offenheit und Vielfältigkeit in der Kontakt- und Begegnungsstätte und sehen sich in einer Wegweiser- und Lotsenfunktion.

Öffnungszeiten des Zentrums 60plus im Isenberg-Treff:

Mo.- Fr. 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Wir freuen uns auf Sie! Das Team des Zentrums 60plus im Isenberg-Treff



**Zentrum 60plus
Isenberg-Treff - Begegnungsstätte
der Ev. Kirchengemeinde Essen-Rüttenscheid
45130 Essen, Isenbergstr. 81,
Kontakt: Tel. 260958
E-Mail: isenbergtreff.ruettenscheid@ekir.de
Leitung: Anke Jansen**

Programm November 2021



Gestrickte Werke für das Friedensdorf Oberhausen