

Mittwoch, 01.06.2022

09.00 - 12.00 Uhr Infos, Beratungsgespräche, Ideenbörse, Beratung zu Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit

10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé

10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau

10.00 - 12.00 Uhr Kunst ist-künst-ler-ich, (upcycling) mit Frau Rieger

11.00 - 12.00 Uhr Englische Konversation

13.30 - 16.30 Uhr Offenes Treffen

15.00.- 17.00 Uhr Doppelkopfspielrunde

14.00 - 16.00 Uhr Wir haben ein offenes Ohr für Sie, Telefonangebot: Zeit für ein Gespräch, unsere Nummer 85098754

17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation

Donnerstag, 02.06.2022

10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy (nur mit Termin)

10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé

11.00 - 11.45 Uhr Rehasport mit der VG SU (neurologisch)

13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch

Freitag, 03.06.2022

09.00 - 10.30 Uhr Computerkurs mit Herrn Denzer Gruppe 1

10.30 - 12.00 Uhr Computerkurs mit Herrn Denzer Gruppe 2

10.00 - 16.30 Uhr Internetcafé

11.00 - 12.00 Uhr Bildbetrachtung

13.30 - 16.30 Uhr Offenes Treffen

14.00 Uhr Spaziergang durchs Quartier mit Frau Heß

15.00 - 17.00 Uhr Literaturcafé

Montag, 06.06.2022**Pfingstmontag****Dienstag, 07.06.2022**

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier

10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy (nur mit Termin)

10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau

10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé

10.30 - 12.00 Uhr Schachkurs mit Herrn Denzer

13.30 - 17.00 Uhr Klön und Plausch und Spiel

Mittwoch, 08.06.2022

09.00 - 12.00 Uhr Infos, Beratungsgespräche, Ideenbörse, Beratung zu Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit

10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé

10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau

10.00 - 12.00 Uhr Kunst ist-künst-ler-ich, (upcycling) mit Frau Rieger

11.00 - 12.00 Uhr Englische Konversation

14.00 - 16.00 Uhr Wir haben ein offenes Ohr für Sie, Telefonangebot: Zeit für ein Gespräch, unsere Nummer 85098754

13.30 - 16.30 Uhr Offenes Treffen

17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation

19.00 Uhr Blau-Kreuz-Gruppe (Kontakt übers Zentrum)

Donnerstag, 09.06.2022

09.00 - 12.00 Uhr Pflegestützpunkt der Stadt Essen (Pflegeberatung)

10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy (nur mit Termin)

10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé

11.00 - 11.45 Uhr Rehasport mit der VG SU (neurologisch)

13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch

Freitag, 10.06.2022

09.00 - 10.00 Uhr Computerkurs mit Herrn Denzer Gruppe 1

09.00 - 10.30 Uhr Wir malen Mandalas bei meditativer Musik

10.30 - 12.00 Uhr Computerkurs mit Herrn Denzer Gruppe 2

10.00 - 16.30 Uhr Internetcafé

13.30 - 16.30 Uhr Offenes Treffen

14.00 - 16.30 Uhr Sitz- und Fußstänze mit Frau Mau

Samstag, 11.06.2022

09.15 Uhr Treffpunkt Zentrum 60plus im Isenberg-Treff
Wanderung mit Herrn Rainer Grünheid Bitte anmelden!

Montag, 13.06.2022

09.30 - 11.30 Uhr Wir spielen auf der Veeh-Harfe in der Musikschule Tonleiter

10.30 - 12.00 Uhr Yoga + Meditation + Stuhl + Brigitte Venker

10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé

13.00 - 14.00 Uhr Inforeveranstaltung vom Pflegestützpunkt

13.30 - 17.00 Uhr Klön und Plausch und Spiel

15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

16.15 - 17.15 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

18.00 Uhr Angehörigengruppe Demenz und Alzheimer über Tagesstübchen Pustebume (Diakoniestationen)

Dienstag, 14.06.2022

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier
 10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
 10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy (nur mit Termin)
 10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé
 10.30 - 12.00 Uhr Schachkurs mit Herrn Denzer
 13.30 - 17.00 Uhr Klön und Plausch und Spiel
 15.00 - 16.30 Uhr IG Fotografie mit Herrn Giesecke

Mittwoch, 15.06.2022

09.00 - 12.00 Uhr Infos, Beratungsgespräche, Ideenbörse, Beratung zu Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit
 10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
 10.00 - 12.00 Uhr Kunst ist-künst-ler-ich, (upcycling) mit Frau Rieger
 10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé
 10.30 - 11.30 Uhr Pflanzaktion mit den Kitakindern Isenbergstraße
 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
 13.30 - 16.30 Uhr Offenes Treffen
 15.00 - 16.30 Uhr Gesprächsrunde zum Thema: „Reiselust“
 17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation

Donnerstag, 16.06.2022 Fronleichnam

9.15 Uhr Ausflug in den Westfalenpark Dortmund
 Siehe Aushang!

Freitag, 17.06.2022

09.00 - 10.30 Uhr Computerkurs mit Herrn Denzer Gruppe 1
 09.30 - 12.00 Uhr Wir malen Mandalas bei meditativer Musik
 10.00 - 16.30 Uhr Internetcafé
 10.30 - 12.00 Uhr Computerkurs mit Herrn Denzer Gruppe 2
 14.00 Uhr Gottesdienst

Samstag, 18.06.2022

9.15 Uhr Ausflug:
 14.00 - 16.00 Uhr Selbsthilfegruppe Polyneuropathie mit Frau Rieger (Wiese)

Montag, 20.06.2022

09.30 - 11.30 Uhr Wir spielen auf der Veeh-Harfe
 10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé
 13.30 - 17.00 Uhr Klön, Plausch und Spiel
 15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß
 16.15 - 17.15 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

Dienstag, 21.06.2022

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier
 10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
 10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy (nur mit Termin)
 10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé
 10.30 - 12.00 Uhr Schachkurs mit Herrn Denzer
 13.30 - 17.00 Uhr Klön und Plausch und Spiel

Mittwoch, 22.06.2022

09.00 - 12.00 Uhr Infos, Beratungsgespräche, Ideenbörse, Beratung zu Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit
 10.00 - 12.00 Uhr Kreatives Schreiben mit Frau Mau
 10.00 - 12.00 Uhr Kunst ist-künst-ler-ich, (upcycling) mit Frau Rieger
 10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé
 11.00 - 12.00 Uhr Englische Konversation
 13.30 - 16.30 Uhr Offenes Treffen
 14.00 - 16.30 Uhr Sprechstunde mit der Senior*innenbeauftragte B. Hofmann
 17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation
 19.00 Uhr Blau-Kreuz-Gruppe (Kontakt übers Zentrum)

Donnerstag, 23.06.2022

09.00 - 12.00 Uhr Pflegestützpunkt der Stadt Essen (Pflegerberatung)
 10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy (nur mit Termin)
 10.00 - 17.00 Uhr Internetcafé
 10.00 - 12.00 Uhr Kunst-ist künst-ler-ich, (upcycling) mit Frau Rieger
 10.00 - 10.45 Uhr Rehasport mit der VG SU (orthopädisch)
 11.00 - 11.45 Uhr Rehasport mit der VG SU (neurologisch)
 13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch
 14.30 - 17.00 Uhr Bingo-Spiel

Freitag, 24.06.2022

09.00 - 10.30 Uhr Computerkurs mit Herrn Denzer Gruppe 1
 09.30 - 12.00 Uhr Wir malen Mandalas bei meditativer Musik
 10.30 - 12.00 Uhr Computerkurs mit Herrn Denzer Gruppe 2
 10.00 - 16.30 Uhr Internetcafé
 14.00 - 16.30 Uhr Sitz- und Fußtänze mit Frau Mau
 14.00 - 17.00 Uhr Klön- und Spielnachmittag

Samstag, 25.06.2022

9.15 Uhr Treffpunkt am Zentrum zur
 Stadteinführung durch Rellinghausen mit Herrn Lenze
 siehe Aushang

Montag, 27.06.2022

| | |
|-------------------|---|
| 10.00 - 17.00 Uhr | Internetcafé |
| 10.30 - 12.00 Uhr | Yoga + Meditation + Stuhl + Brigitte Venker |
| 13.30 - 17.00 Uhr | Klön und Plausch und Spiel |
| 15.00 - 16.00 Uhr | Moderne Medien mit Herrn Groß |
| 16.15 - 17.15 Uhr | Moderne Medien mit Herrn Groß |

Dienstag, 28.06.2022

| | |
|-------------------|---|
| 10.00 - 12.00 Uhr | Mal-Zeit 5 Personen im Atelier |
| 10.00 - 12.00 Uhr | Kreatives Schreiben mit Frau Mau |
| 10.00 - 12.00 Uhr | Hilfestellung beim Handy (nur mit Termin) |
| 10.00 - 17.00 Uhr | Internetcafé |
| 10.30 - 12.00 Uhr | Schachkurs mit Herrn Denzer |
| 13.30 - 17.00 Uhr | Klön und Plausch und Spiel |
| 15.00 - 16.30 Uhr | IG Fotografie mit Herrn Giesecke |

Mittwoch, 29.06.2022

| | |
|-------------------|---|
| 09.00 - 12.00 Uhr | Infos, Beratungsgespräche, Ideenbörse, Beratung zu Alter, Gesundheit, Pflege und Freizeit |
| 10.00 - 12.00 Uhr | Kreatives Schreiben mit Frau Mau |
| 10.00 - 12.00 Uhr | Kunst ist-künst-ler-ich, (upcycling) mit Frau Rieger |
| 10.00 - 17.00 Uhr | Internetcafé |
| 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 |
| 13.30 - 16.30 Uhr | Offenes Treffen |
| 17.00 - 18.30 Uhr | Englische Konversation |

Donnerstag, 30.06.2022

| | |
|-------------------|---|
| 10.00 - 12.00 Uhr | Hilfestellung beim Handy (nur mit Termin) |
| 10.00 - 17.00 Uhr | Internetcafé |
| 10.00 - 10.45 Uhr | Rehasport mit der VGSU (orthopädisch) |
| 11.00 - 11.45 Uhr | Rehasport mit der VGSU (neurologisch) |
| 13.30 - 17.00 Uhr | Handarbeitsplausch |

Bei schönem Wetter treffen sich aktive Senior*innen immer donnerstags um 14 Uhr zum Boule-Spielen auf dem Messeparkplatz der Girardetstraße hinter der Seniorenresidenz Mundus. Bitte im Zentrum anmelden!

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass aufgrund der derzeitigen coronabedingten Lage eventuelle Änderungen oder Ausfälle an diesem Programm nicht

vermeidbar sind.

PINNWAND

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 3G Regel (geimpft oder genesen, getestet) muss beachtet werden! Bitte die Nachweise mitbringen! Wichtig: Bitte zu allen Veranstaltungen vorher 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!

Termine für die Handyhilfestellung sind im Zentrum zu erfragen!
Wer möchte uns dabei auch unterstützen?

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!

Wenn jemand einsam ist und Gesprächsbedarf hat, bitte bei uns melden!

Die Schachgruppe und die Upcycling-Gruppe suchen Verstärkung! Wer also Interesse hat, kann sich bei uns melden.

Es werden noch Skatspieler für eine Männerrunde gesucht!

Wer möchte uns gerne bei dem Gießkannenprojekt „Gießkannenheld*in“ unterstützen?
Bitte im Zentrum melden!

Täglich zu den Öffnungszeiten haben Sie die Möglichkeit die Bilderausstellung von Frau Willmann im Zentrum 60plus zu besuchen.

Freitag, 08.07.2022 Radeln ohne Alter, Rikschafahrt um 10.00 Uhr

Monatsprogramm Juni 2022

Zentrum 60plus im Isenberg-Treff

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 sexuellen 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 wohlfühlt, 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. Zurzeit nur noch telefonisch erreichbar! 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 uns in einer Wegweiser- und Lotsenfunktion.

Öffnungszeiten des Zentrums 60plus im Isenberg-Treff:

Montag bis Freitag von 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Wir freuen uns auf Sie!

Das Team des Zentrums 60plus im Isenberg-Treff



Zentrum 60plus im Isenberg-Treff

Begegnungsstätte

der **Ev. Kirchengemeinde Essen-Rüttenscheid**

45130 Essen, Isenbergstraße 81,

Kontakt: Tel. 260958

E-Mail: isenbergtreff.ruettenscheid@ekir.de

Leitung: Anke Jansen



Glückskele