

### Freitag, 01.10.2021

09.00 - 10.30 Uhr Computerkurs 2 für Fortgeschrittene mit Herrn Denzer  
10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin  
11.00 - 12.00 Uhr Gymnastik auf dem Balkon  
14.00 Uhr Open Air Gottesdienst zum Erntedank  
15.00 - 17.00 Uhr Literaturcafé

### Samstag, 02.10.2021

Ausflug mit Frau Kochann nach Duisburg Hafen, (siehe Aushang!)

### Montag, 04.10.2021

09.30 - 11.30 Uhr Wir spielen auf der Veeh-Harfe (Tonleiter)  
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon  
13.30 - 15.00 Uhr Klönen und Plausch Gruppe1 am 2er Tisch im Freien  
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß  
15.00 - 17.00 Uhr Frauenhilfe Tabea  
15.30 - 17.00 Uhr Klönen und Plausch Gruppe2 am 2er Tisch im Freien  
16.15 - 17.15 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

### Dienstag, 05.10.2021

10.00 - 12.00 Uhr Mal-Zeit 5 Personen im Atelier  
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, 06.10.2021

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  
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 Klönen und Plausch am 2er Tisch  
17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation

### Donnerstag, 07.10.2021

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.  
13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch  
13.30 - 15.00 Uhr Wir spielen Bingo 1. Gruppe  
15.30 - 17.00 Uhr Wir spielen Bingo 2. Gruppe

### Freitag, 08.10.2021

09.00 - 10.30 Uhr Computerkurs 2 für Fortgeschrittene mit Herrn Denzer  
10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin  
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

### Montag, 11.10.2021

10.30 - 12.00 Uhr Offenes Treffen  
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon  
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am 2erTisch“ Gruppe1 im Freien  
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß  
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am 2er Tisch“ Gruppe2 im Freien  
16.15 - 17.15 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

### Dienstag, 12.10.2021

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, 13.10.2021

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  
14.00 - 16.00 Uhr Wir haben ein offenes Ohr für Sie (Telefonangebot)  
(Zeit für ein Gespräch mit Ihnen, unsere Nummer 85098754)  
14.00 - 16.00 Uhr Spaziergang mit den Kita-Kindern Isenbergstraße  
13.30 - 17.00 Uhr Klön und Plausch im Freien  
17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation  
19.00 Uhr Blau Kreuz Gruppe

### Donnerstag, 14.10.2021

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.  
13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch  
15.00 - 16.30 Uhr Infoveranstaltung Computerkurs mit Herrn Denzer

### Freitag, 15.10.2021

9.00 - 10.30 Uhr Computerkurs 1 für Fortgeschrittene mit Herrn Denzer  
10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin

11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon  
10.45 - 12.00 Uhr Computerkurs 2 für Anfänger mit Herrn Denzer  
14.30 - 16.30 Uhr Vortrag von Herrn Denzer Thema: "Wie es damals war"

#### Samstag, 16.10.2021

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

#### Montag, 18.10.2021

09.30 - 11.30 Uhr Wir spielen auf der Veeh-Harfe (Tonleiter)  
10.00 - 12.00 Uhr Radeln im Alter (Rikschafahrt) Neue Arbeit  
11.00 - 12.00 Uhr Gymnastik auf dem Balkon  
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am 2er Tisch“ Gruppe1 im Freien  
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß  
15.00 - 17.00 Uhr Frauenhilfe Tabea  
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am 2er Tisch“ Gruppe2 im Freien  
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

#### Dienstag, 19.10.2021

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, 20.10.2021

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  
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 - 15.00 Uhr Sprichwörterraten im Garten/ Balkon  
17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation

#### Donnerstag, 21.10.2021

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.  
13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch  
15.00 - 16.30 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Gdaniec

#### Freitag, 22.10.2021

9.00 - 10.30 Uhr Computerkurs 1 für Fortgeschrittene mit Herrn Denzer  
10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin

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

#### Montag, 25.10.2021

09.00 - 12.00 Uhr Offenes Treffen  
11.00 - 12.00 Uhr Gymnastik auf dem Balkon  
13.30 - 15.00 Uhr „Klön und Plausch am 2er Tisch“ Gruppe1 im Freien  
15.00 - 16.00 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß  
15.30 - 17.00 Uhr „Klön und Plausch am 2er Tisch“ Gruppe2 im Freien  
16.15 - 17.15 Uhr Moderne Medien mit Herrn Groß

#### Dienstag, 26.10.2021

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, 27.10.2021

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 Erzählcafé Thema: Herbst  
17.00 - 18.30 Uhr Englische Konversation  
19.00 Uhr Blau Kreuz Gruppe

#### Donnerstag, 28.10.2021

09.00 - 12.00 Uhr „Offenes Treffen“  
10.00 - 12.00 Uhr Kunst-ist künst-ler-ich, (upcycling) Frau Rieger mit 5 Pers.  
13.30 - 17.00 Uhr Handarbeitsplausch  
15.00 - 16.30 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Gdaniec

#### Freitag, 29.10.2021

09.00 - 10.30 Uhr Computerkurs 1 für Fortgeschrittene mit Herrn Denzer  
10.00 - 12.00 Uhr Hilfestellung beim Handy nur mit Termin  
11.00 - 12.00 Uhr Morgengymnastik auf dem Balkon  
10.30 - 12.00 Uhr Computerkurs 2 für Anfänger mit Herrn Denzer  
14.00 - 16.30 Uhr Herbstspaziergang im Bezirk  
10.30 - 12.00 Uhr Computerkurs 2 für Anfänger mit Herrn Denzer

## 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!

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.



**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, das 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 der Stadt Essen zuständig.

Die Leitung des Zentrums 60plus im Stadtbezirk II hat Frau Anke Jansen. Herr Hartwig Paus ist für die Vernetzung und für die Seniorennetzwerke 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."

Die 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

## Äpfelесе

Das ist ein reicher Segen  
in Gärten und an Wegen!  
Die Bäume brechen fast.  
Wie voll doch alles hanget!  
Wie lieblich schwebt und pranget  
der Äpfel goldne Last!

Jetzt auf den Baum gestiegen!  
Lasst uns die Zweige biegen,  
dass jeder pflücken kann!  
Wie hoch die Äpfel hangen,  
wir holen sie mit Stangen  
und Haken all' heran.

Und ist das Werk vollendet,  
so wird auch uns gespendet  
ein Lohn für unsern Fleiß.  
Dann zieh'n wir fort und bringen  
die Äpfel heim und singen  
dem Herbste Lob und Preis.

von Hoffmann von Fallersleben



Zentrum 60plus  
Isenberg-Treff - Begegnungsstätte  
der Ev. Kirchengemeinde Essen-Rüttenscheid  
45130 Essen, Isenbergstr. 81,  
Kontakt: Tel. 260958  
E-mail: [isenbergtreff.ruettenscheid@ekir.de](mailto:isenbergtreff.ruettenscheid@ekir.de)  
Leitung: Anke Jansen

\*\*\*\*\*

## Programm Oktober 2021

