

ZENTRUM PLUS GERRESHEIM

DEZEMBER JANUAR

BEGEGNUNG UND BERATUNG
BILDUNG UND KULTUR
GESUNDHEITSPRÄVENTION
FREIZEITGESTALTUNG
EHRENAMT UND NETZWERK

Beratung	Seite 3
Kultur-Netzwerk wöchentliche Veranstaltungen Dezember bis Januar	Seite 4
Kultur-Netzwerk Veranstaltungen Dezember	Seite 5
Kultur-Netzwerk Veranstaltungen Januar	Seite 6
Schwerpunkt Kultur	Seite 8
Informationen in und um Gerresheim	Seite 9
Termine „zentrum plus“ Dezember	Seite 10
Termine „zentrum plus“ Januar	Seite 12
Gruppen im „zentrum plus“	Seite 15
Schwerpunkt Demenz	Seite 16
Informationen für Sie	Seite 17
Netzwerk Gerresheim	Seite 18

LIEBE BESUCHERINNEN UND BESUCHER LIEBE EHRENAMTLICHE

Das neue Jahr sieht mich freundlich an,
und ich lasse das alte mit seinem Sonnenschein
und Wolken ruhig hinter mir.

(Johann Wolfgang von Goethe 1749-1832)

Wieder geht ein Jahr zu Ende und wir begrüßen ein
neues Jahr, das viel Interessantes und Neues für uns
bereit hält.

Wir laden Sie ein an unseren vielfältigen Angeboten
teilzunehmen, sich beraten zu lassen oder mit neuen
Ideen das Programm mitzugestalten.
Wenn Sie uns kennen lernen möchten, freuen wir uns
über Ihren Besuch.

Unser Dank geht an all die vielen Helfer, die sich ehren-
amtlich engagieren und uns tatkräftig unterstützen.
Ihnen verdanken wir die Realisierung vieler Projekte
und Gruppen, die Sie in diesem Heft finden.

Petra Wienß
Karen Tetzlaff-Koschwitz
und das Team des „zentrum plus“

Beratung

Innerhalb des „zentrum plus“ bieten wir umfangreiche Beratungsmöglichkeiten an.

Sie haben die Gelegenheit, **jeden Montag** in der Zeit von **10.00 bis 12.00 Uhr** oder nach Vereinbarung mit all Ihren Belangen, Wünschen und Sorgen mit **Frau Tetzlaff-Koschwitz** ins Gespräch zu kommen.

Sollte Ihnen ein Besuch nicht möglich sein, bietet **Frau Tetzlaff-Koschwitz** Hausbesuche an.

Am **vierten Mittwoch** im Monat haben Sie jetzt auch die Gelegenheit am Vormittag in der Zeit von 10.00 – 12.00 Uhr bei **Frau Tetzlaff-Koschwitz** Beratung in Anspruch zu nehmen.

Gerne helfen wir bei der Vermittlung von Hilfsangeboten und Beratungen zu speziellen Themen.

Wenn Sie Fragen zum Thema Demenz haben, wenden Sie sich bitte an Frau Wienß.

Jeden **vierten Dienstag, 10.00 bis 12.00 Uhr**, steht ihnen für Fragen der gewählte Seniorenbeirat Herr Friedel oder seine Vertreterin Frau von Dechend zur Verfügung.

In dieser Zeit sind sie auch unter der Telefonnummer 29 65 28 zu erreichen.

**Kultur Netzwerk Gerresheim
Wöchentliche
Veranstaltungen
Dezember und Januar 2012**

Kulturhäppchen, jeden 1. bis 4. Dienstag, 10.00 bis 12.00 Uhr

- 06. Dezember, Dienstag, Musik mit Frau Ameely
- 13. Dezember, Dienstag, Literatur mit Frau Baldus
- 20. Dezember, Dienstag, Historisches mit Frau Baldus

- 03. Januar, Dienstag, geschlossen
- 10. Januar, Dienstag, Literatur mit Frau Baldus
- 17. Januar, Dienstag, Historisches mit Frau Baldus
- 24. Januar, Dienstag, Information und Austausch mit anschließendem Planungsgespräch

Jeden Donnerstag treffen sich die Malgruppen:

Malgruppe K123 in der Zeit von 14.30 – 17.00 Uhr
und

Malgruppe II in der Zeit von 17.00 – 19.30 Uhr

Das **Internetcafé** ist montags bis freitags in der Zeit
von 14.00 bis 17.00 Uhr geöffnet.

Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

Wir bieten unterschiedliche Computerkurse an, die wir nach
Thema und Teilnehmerzahl koordinieren.

Wenn Sie Interesse haben, sprechen Sie uns bitte an.

Kultur Netzwerk Gerresheim Veranstaltungen Dezember 2011

Dezember

06. Dezember, Montag

- 10.00 Uhr Fotogruppe
- 14.30 Uhr Glasnachmittag, mit Herrn Reichmann

07. Dezember, Mittwoch

- Wandern, bitte auf den Aushang achten

14. Dezember, Mittwoch

- 14.30 Uhr Musik liegt in der Luft,
„Es weihnachtet sehr,...“
- 17.00 Uhr Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“

15. Dezember, Donnerstag, 10.00 Uhr

- PC Trainer Treff

15. Dezember bis 18. Dezember

- **Weihnachtsdorf in Gerresheim auf dem Gericcusplatz**

19. Dezember, Montag

- 10.00 Uhr Kulturgruppe

Ab 24. Dezember bleibt das Kultur-Netzwerk und das Zentrum plus Gerresheim bis einschließlich 08. Januar 2012 geschlossen.
Ab 09. Januar 2012 sind wir wieder für Sie da.

Wir wünschen allen Netzwerkerinnen und Netzwerkern ein besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Übergang in das neue Jahr!!

**Kultur Netzwerk Gerresheim
Veranstaltungen
Januar 2012**

Januar

**Das Kultur-Netzwerk ist geschlossen bis einschließlich
08. Januar 2012**

- 11. Januar, Mittwoch, 17.00 Uhr
 - Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“
- 12. Januar, Donnerstag, 10.00 Uhr
 - PC-Trainer-Treff
- 16. Januar, Montag, 10.00 Uhr
 - Kulturgruppe
- 25. Januar, Mittwoch, 17.00 Uhr
 - Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“
- 30. Januar, Montag, 14.30 Uhr
 - Literaturcafé mit Kaffee und Kuchen, die Lesung beginnt um 15.00 Uhr

**Bei der Erstellung des Programms lagen nicht alle Termine vor,
wir bitten Sie deshalb auch verstärkt auf Plakate und
Aushänge zu achten.**

Der erste Stern

Am Himmel glänzt ganz hell und fern,
der allererste Abendstern.

Rings um ihn ist dunkle Nacht,
der Stern hält stolz die Abendwacht.

Er schaut zur Erde, auf jedes Tier,
blickt auf die Häuser, schaut auch zu dir.
Er schickt mit seinem Silberschein,
dir gute Wünsche ins Haus hinein.

Und naht die liebe Weihnachtszeit,
trägt er sein schönstes Silberkleid
und hält für dich am Himmelsbaum
bereit den schönsten Weihnachtstraum.

Steig auf den Silberschein zum Baum
und pflücke dir dort einen Traum.
Der Stern strahlt dir auf deiner Reise,
schließ die Augen und sei ganz leise.

Kultur-Netzwerk

Die Kulturgruppe hat für 2012 den Themenschwerpunkt „Medien“ gewählt. Es wurde eine Vorbereitungsgruppe gegründet, die ihre ersten Ergebnisse in der Kulturgruppe im Januar vorstellen werden.

„Initiative Lotsen“

Jeden Dienstag sind Lotsen bei der Sozialberatung an der Gustav-Adolf Kirche anwesend und donnerstags ist von 10.00 bis 12.00 Uhr ein Bürodienst im „zentrum plus“ Gerresheim eingerichtet; in dieser Zeit können Sie mit ihren Fragen und Anliegen kommen. Die Begleiteinsätze werden individuell mit den Lotsen geplant.

„Keyword – Atelier“

Keyword will Menschen und Institutionen und die sozialen und kulturellen Bereiche im Stadtteil zusammenführen. So werden Talente und Fähigkeiten gebündelt und es entstehen neue Ideen und Projekte bürgerschaftlichen Engagements die kreativ umgesetzt werden.

„**Lieblingsorte in Gerresheim**“ ist ein solches Projekt. Frau Kirsten Schulte - Frohlinde und Frau Bea Meißner lädt jeden 2. und 4. Montag im Monat zur gemeinsamen kreativen Arbeit ein.

„Photo – Atelier“

Interessieren Sie sich für Fotografie?

- Die Fotogruppe hat sich gefunden und trifft sich jeden ersten Montag im Monat um 10.00 Uhr im „zentrum plus“. Wenn Sie Interesse haben an der Gruppe teilzunehmen, sprechen Sie uns an oder kommen einfach zu unseren Treffen.

Die Fotogruppe hat einen Kalender für 2012 erstellt, der für 5,- Euro zu erwerben ist. Bei Interesse wenden Sie sich an Frau Koschwitz.

Das neue Zentrum an der Gustav - Adolf Kirche ist am 27. November 2011 feierlich eingeweiht worden.

Das neue Gemeindezentrum bietet viel Platz für Menschen jeder Altersgruppe. Gehen Sie doch einfach mal vorbei und schauen sich die neue Gestaltung an der Gustav - Adolf Kirche an.

Seit dem 01. November haben wir im zentrum plus Gerresheim einen Bundesfreiwilligen. Für ein Jahr werden wir von Patrick Golbach unterstützt.

Die Fotogruppe des Kultur-Netzwerkes Gerresheim hat für 2012 einen Fotokalender gestaltet. Wenn Sie einen schöne Kalender für 2012 für sich selbst suchen oder verschenken möchten, so können Sie den Kalender für 5,- Euro erwerben. Bei Interesse wenden Sie sich an Frau Koschwitz

Vorschau

Ab dem 09. Januar 2012 sind wir wieder voller Tatenkraft da und freuen uns auf ein weiteres schönes Jahr mit Ihnen.

Regelmäßige Veranstaltungen

Montag und Dienstag

- 9.45 Uhr Sturzprophylaxe und Balancetraining mit Frau Krause

Mittwoch

- 10.00 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Barnscheidt in Vertretung für Frau Stephan

Donnerstag

- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta mit Frau Breuers

Freitag

- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß
- 14.30 Uhr Kreativgruppe mit Frau Hallen

TERMINE DEZEMBER 2011

05. Dezember, Montag, 14.30 Uhr

- Glasnachmittag, mit Herr Reichmann im „zentrum plus“

06. Dezember, Dienstag, 14.30 Uhr

- Café VergissMeinNicht

08. Dezember, Donnerstag

- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta

13. Dezember, Dienstag

- Café VergissMeinNicht

14.. Dezember, Mittwoch

- 14. 30 Uhr Musik liegt in der Luft, „Es weihnachtet sehr,...“
- 14.30 Uhr Stickkränzchen mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker
- 19.00 Uhr Selbsthilfegruppe Brustkrebs, Informationen 28 76 38

15. Dezember, Donnerstag

- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta

15. Dezember bis 18. Dezember

Weihnachtsdorf in Gerresheim auf dem Gericusplatz

ZENTRUM PLUS Gerresheim

Dezember - Januar 2012

DEZEMBER

20. Dezember, Dienstag

- 14.30 Uhr Café VergissMeinNicht

21. Dezember, Mittwoch

- 19.00 Uhr Gesprächskreis für Angehörige „Für andere da sein und sich selbst nicht vergessen“, mit Frau Grotzke

22. Dezember, Donnerstag

- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta

24. Dezember, 12.00 Uhr

- Heiligabendfeier im „zentrum plus“

**Nach der Heiligabendfeier bleibt das „zentrum plus“
Gerresheim bis einschließlich 8. Januar 2012 geschlossen.
Ab 09. Januar 2012 sind wir wieder für Sie da!**

Wir wünschen allen Besucherinnen und Besucher des „zentrum plus“ Gerresheim ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Übergang ins neue Jahr.

Regelmäßige Veranstaltungen

Montag und Dienstag

- 9.45 Uhr Sturzprophylaxe und Balancetraining mit Frau Krause

Mittwoch

- 10.00 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Barnscheidt in Vertretung für Frau Stephan

Donnerstag

- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta

Freitag

- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß
- 14.30 Uhr Kreativgruppe mit Frau Hallen

10. Januar, Dienstag, 14.30 Uhr

- Café VergissMeinNicht

11. Januar, Mittwoch

- 14.30 Uhr Stickkränzchen mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker
- 19.00 Uhr SHG Brustkrebs

12. Januar, Donnerstag

- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta

17. Januar, Dienstag, 14.30 Uhr

- Café VergissMeinNicht

19. Januar, Donnerstag

- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta
- 18.00 Uhr SHG "Atemlos in Düsseldorf"

Januar

25. Januar, Mittwoch

- 14.30 Uhr Stickerkränzchen mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker

26. Januar, Donnerstag

- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta
- 19.30 Uhr SHG Schlaganfall

Neujahrs Gedicht

Wir
wollen
glauben
an
ein langes Jahr,
das uns gegeben ist,
neu,
unberührt, voll nie gewesener Dinge,
voll nie getaner Arbeit,
voll Aufgabe,
Anspruch und Zumutung.
Wir wollen sehen,
dass wir's nehmen lernen, ohne allzu viel fallen zu lassen
von dem
was es zu vergeben hat, an die, die Notwendiges, Ernstes
und
Großes von ihm verlangen.
(Rainer Maria Rilke)

Regelmäßige Veranstaltungen

Montag und Dienstag

- 9.45 Uhr Sturzprophylaxe und Balancetraining mit Frau Krause

Mittwoch

- 10.00 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Barnscheidt in Vertretung für Frau Stephan

Donnerstag

- 10.00 Uhr Blaue Stunde mit Frau Wienß
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta mit Frau Breuers

Freitag

- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß
- 14.30 Uhr Kreativgruppe mit Frau Hallen

Mittagstisch – Gemeinsam schmeckt's besser

Ihnen fällt das tägliche Kochen und das Einkaufen schwer?
Sie möchten gerne in netter Gemeinschaft Mittagessen?
Dann sind Sie im „zentrum plus“ Gerresheim richtig!

Bei uns gibt es von Montag – Freitag, um 12.30 Uhr
Mittagessen für 5,00 Euro.

Anmeldungen nimmt Frau Henning gerne am Vortag entgegen
und am gleichen Tag bis 10.00 Uhr.

Telefon: 29 65 28

Gruppen im „zentrum plus“ Gerresheim

Montag

- 19.00 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.
- 17.00 – 19.00 Uhr, Sprechstunde der Schiedsfrau Margret Heuter

Dienstag

- 19.00 Uhr Englisch des ASG
- 19. 00 Uhr Schachfreunde Gerresheim

Mittwoch

- 19.00 Uhr, 1. und 3. Mittwoch im Monat, katholische Frauengruppe Gerresheim mit Frau Schneider.
- 19.00 Uhr 2. Mittwoch im Monat, Selbsthilfegruppe Brustkrebs mit Frau Reuter
- 19.00 Uhr, 3. Mittwoch im Monat, Gesprächskreis für Angehörige „Für andere da sein und sich selbst nicht vergessen“
Nähere Informationen erhalten Sie bei Frau Wienß.

Donnerstag

- 9.45 Uhr, Tanzgruppe von Frau Meißner.
- 19.00 Uhr 1. Donnerstag im Monat, das regelmäßige Treffen der Gerresheimer Mädchen
- 19.00 Uhr, 3. Donnerstag, Selbsthilfegruppe „Atemlos in Düsseldorf“
- 19.00 Uhr, 4. Donnerstag, Selbsthilfegruppe Schlaganfall mit Frau Ilka Müller

Sonntag

- Jeden Sonntag sind die Schachfreunde Gerresheim im „zentrum plus“ Gerresheim. Dienstags trainieren die Schachfreunde ebenfalls im „zentrum plus“ Gerresheim und freuen sich dann über interessierte neue Gesichter.

Wer also Lust an Schach hat kann gerne vorbeischaauen!

ZENTRUM PLUS Gerresheim

Schwerpunkt Demenz

Café VergissMeinNicht

Vielleicht haben Sie von unserem besonderen Café „VergissMeinNicht“ in der Zeitung gelesen oder Sie sehen am Dienstag immer unsere Vorbereitungen?

Dann schauen Sie am ersten, zweiten und dritten Dienstag im Monat von 14.00 bis 17.00 Uhr doch mal vorbei!

In einer gemütlichen und geselligen Atmosphäre verbringen wir den Nachmittag mit dem Erzählen von Geschichten, kramen in Erinnerungen, singen Lieder, genießen die fröhliche Runde und haben viel Freude.

„Das geht uns alle an“ - Runder Tisch Demenz

Am 28. September 2011 haben sich Akteure aus dem Stadtbezirk 7 getroffen um gemeinsam daran zu arbeiten, dass das Thema Demenz in unserem Stadtbezirk besser in den Blick genommen wird. Es gab erste Ideen an deren Umsetzung in Zukunft gearbeitet wird. Wenn Sie sich angesprochen fühlen kommen Sie zum nächsten Treffen am **Mittwoch, 30. November 2011, 15.00 in der Bezirksverwaltungsstelle am Neusser Tor 12**

Beratung

Haben Sie Fragen zum Krankheitsbild Demenz, benötigen Sie Unterstützung.

An den Dienstag Nachmittagen und nach Absprache bietet Frau Wienß Beratung für pflegende Angehörige.

Das an Demenz erkrankte Familienmitglied ist in dieser Zeit im Café „VergissMeinNicht“ gut betreut.

Für andere da sein und sich selbst nicht vergessen

Seit Juli findet der Angehörigengesprächskreis „Für andere da sein und sich selbst nicht vergessen“ regelmäßig am 3. Mittwoch im Monat statt.

Nächste Termine: 19. Oktober, 16. November, 21. Dezember, jeweils 19.00 Uhr

Für nähere Informationen wenden Sie sich an
Frau Wienß Telefon 0211-296528.

ZENTRUM PLUS Gerresheim

Informationen für Sie

„Gerrsheimer Netz gegen Armut“

In Gerresheim sind immer mehr Mitbürger von Armut betroffen. Deshalb haben Gerresheimer Bürger, Vereine und Verbände, die evangelische Kirchengemeinde Gerresheim, die katholische Kirchengemeinde Gerresheim und das „zentrum plus“ der Diakonie das „Gerresheimer Netz gegen Armut“ gegründet. So besteht bei Bedarf die Möglichkeit eines kostenfreien Mittagessens in der Cafeteria der Sana Klinik Gerresheim. Dieses Mittagessen wird über **Spenden** finanziert. Die Wertmarken für ein Essen gibt es nach einem Gespräch im „zentrum plus“ oder in der evangelischen und katholischen Kirchengemeinde. Die evangelische und katholische Kirchengemeinde bietet in der Caritas und Diakoniesprechstunde an der Hardenbergstraße jeden Dienstag Beratung an und jeden 2., 4. und 5. Dienstag ein Frühstück. Die Kleiderkammer ist an diesen Tagen auch geöffnet.

„Lotsendienst“

Die Lotsen finden Sie dienstags bei der Sozialberatung an der Gustav-Adolf Kirche und donnerstags in der Zeit von 10.00 bis 12.00 Uhr im „zentrum plus“. In dieser Zeit können Sie mit Ihren Fragen und Anliegen kommen. Die weiteren Einsätze der Lotsen werden individuell geplant.

Ansprechpartnerin: Karen Tetzlaff-Koschwitz, Tel: 29 65 28

„Ladenkirche“

Jeden Freitagnachmittag von 15.00 bis 18.00 Uhr hat in der Ladenkirche an der Dreherstr. 88 das Cafe „Gemeinsam für uns“ geöffnet. Jeden zweiten Freitag im Monat findet eine kleine Kulturveranstaltung statt.



Das Netzwerk Gerresheim lädt ein:

- **Stadtteilfrühstück**

im Bürgerhaus, Am Wallgraben 34-38
Jeden Mittwoch von 10.00-12.00 Uhr

- **Infocafé**

Gemeindesaal der Gustav-Adolf-Kirche,
Hardenbergstr. 3

Wegen der Umbaumaßnahmen an der Gustav-Adolf Kirche
kann das Infocafé nicht stattfinden.

- **Veranstaltungen**

Das Netzwerk bietet Heimaterkundung mit Horst und
Addi an. Näheres erfahren Sie durch Aushänge.
Alle anderen Aktivitäten des Netzwerkes erfahren Sie
telefonisch oder beim Frühstück.

Das **Netzwerkbüro** ist Montag bis Freitag von
10.00 bis 12.00 Uhr besetzt.

Telefon: 0211/28 33 77

ZENTRUM PLUS GERRESHEIM WIR FÜR SIE

„zentrum plus“ Gerresheim

Am Wallgraben 34

40625 Düsseldorf

Petra Wienß

Sprechzeiten: Nach Vereinbarung

Fon: 0211 / 29 65 28

Fax: 0211 / 29 65 65

Mail: Zentrum-Plus.Gerresheim@diakonie-duesseldorf.de

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Karen Tetzlaff - Koschwitz

Sprechzeiten: Montags von 10.00-12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Bei Bedarf besteht auch die Möglichkeit von Hausbesuchen

Fon: 0211 / 29 65 28

Fax: 0211 / 29 65 65

Mail: Zentrum-Plus.Gerresheim@diakonie-duesseldorf.de

kultur-netzwerk@gmx.de

Netzwerk Gerresheim

Egon Lüdemann, Gisela Schütz, Adolf Dünnwald

Sprechzeiten: Montags bis Freitags von 10.00-12.00Uhr

Am Wallgraben 38

40625 Düsseldorf

Fon: 0211 / 28 33 77

Fax: 0211 / 28 33 77

Mit Ihrer Spende können Sie unsere Arbeit unterstützen.

Diakonie Spendenkonto Nr. 10 105 757

Sparkasse Düsseldorf BLZ 300 501 10

Stichwort: zentrum plus Gerresheim