

INHALTSVERZEICHNIS

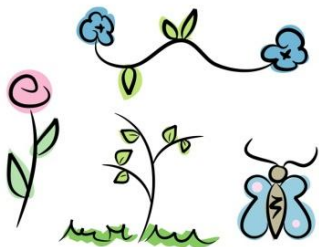
Vorwort	2
Information: Beratung.....	3
Kulturelle und soziale Teilhabe für alle.....	4
Angebote für Menschen mit Demenz.....	5
Das Gartencafé öffnet wieder seine Pforte.....	6
Planungstreffen der Aktiven.....	6
Mittagstisch/Heidrun kocht.....	7
Hinweis : Auf Achse mit Wolfgang Hensel.....	8
Regelmäßige Termine.....	9-11
Besondere Veranstaltungen	12-13
Hinweis: Neue Medien im „zentrum plus“.....	14
Wir für Sie: Adressen und Ansprechpartner/-innen	15
Gemeinsam jeck – Karneval im „zentrum plus“	16



„Heidrun kocht“ im „zentrum plus“/Diakonie Vennhausen

VORWORT

**Liebe Besuchende, liebe Ehrenamtliche, liebe Interessierte,
des „zentrum plus“/Diakonie Vennhausen,**



„Immer wieder kommt ein neuer Frühling“, so beginnt ein Frühlingslied, das Ihnen vielleicht bekannt ist. Wie schön ist es doch, dass wir uns darauf bei allen Unwägbarkeiten des Lebens verlassen zu können.

Ja, es gibt den Klimawandel, aber es ist unwahrscheinlich, dass die

Natur zu unseren Lebzeiten auf die Idee kommt beispielsweise aus dem Winterschlaf gar nicht mehr erwachen zu wollen. Wir dürfen uns sehr sicher sein, dass die Natur unser Bedürfnis nach Vorhersehbarkeit, Wiederkehrendem und Gewohntem auch weiterhin treu erfüllt.

Aber langweilig wäre das Leben, wenn es nicht auch Überraschungen und neue Erfahrungen mit sich brächte. Und dementsprechend gestaltet sich auch unser Quartalsprogramm. Schon zur Tradition geworden sind der Besuch der „Spätzünder“, dem Chor der BürgerStiftung und der „Tanz im Mai“ mit Martin Herzberg. Rahmen und Akteure dieser Veranstaltungen sind uns vertraut, das Erleben als solches aber immer wieder neu - Zufälle und Zufallsbekanntschaften nicht ausgeschlossen... Dies gilt auch für unsere Veranstaltung im Juni - ein unterhaltsamer Nachmittag mit Mitmachaktionen. Lassen Sie sich überraschen...

Übrigens in dem o.g. Lied heißt es später im Text: Immer wieder bringt er (der Frühling) neue Blumen, immer wieder Licht in unser Herz.

In diesem Sinne lassen Sie uns den Frühling genießen.

Herzlichst

Ihre Sabine Söhnchen-Korn und Team

INFORMATION

BERATUNG



Als Kontakt- und Beratungsstelle für aktive sowie hilfe- und pflegebedürftige Menschen ab 55 Jahren im Stadtteil, unterstützt das „zentrum plus“, Seniorinnen und Senioren in allen Fragen und Belangen rund um das Leben im Alter.

Wir sind für Sie da,

- wenn Sie Unterstützung brauchen in Angelegenheiten mit Behörden (Pflegebüro, Gesundheitsamt, Wohnungsamt), zu Themen wie Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung sowie Ihrer Wohnungssituation.
- wenn Sie als Angehöriger eines dementiell erkrankten Menschen Rat suchen.
Unser Beratungsangebot beinhaltet auch Hilfe für Früherkrankte und Menschen vor Diagnosestellung.
- wenn Sie Hilfe im Haushalt oder im pflegerischen Bereich benötigen oder Informationen über die stationäre Pflege, die Tagespflege sowie die Kurzzeitpflege wünschen.
- wenn Sie Möglichkeiten suchen, Kontakte zu knüpfen.
Unsere umfangreichen Gruppenangebote und Veranstaltungen bieten die Gelegenheit zum Austausch und Kennenlernen.
- wenn Sie selbst eine Interessensgruppe aufbauen wollen.
Wir unterstützen Sie dabei, Gleichgesinnte zu finden.
- wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren wollen.
Wir helfen Ihnen, eine Tätigkeit zu finden, die Ihren Vorstellungen entspricht.

INFORMATION

KULTURELLE UND SOZIALE TEILHABE FÜR ALLE - MITEINANDER (ER)LEBEN...



Wenig Geld zur Verfügung zu haben darf nicht dazu führen ausgegrenzt zu sein. Unter dem Motto „Kulturelle und soziale Teilhabe für alle - miteinander (er)leben...“ erhalten deshalb Menschen mit geringem Einkommen bei Veranstaltungen im „zentrum plus“/Diakonie Vennhausen Unterstützung.

Berechtigte Menschen erhalten eine „Teilhabe-Karte“, mit der sie **kostenlos**

- am „offenen Frühstück“ des „zentrum plus“/Diakonie Vennhausen sowie
- an Kultur- und Tanzveranstaltungen des „zentrum plus“/Diakonie Vennhausen an jedem 2ten Donnerstag im Monat teilnehmen können.

Sie erhalten zudem einen **Preisnachlass von 50 Prozent**

- bei „Heidrun kocht“, das selbstgekochte Mittagessen
- beim „Waffelessen“
- bei Veranstaltungen mit Bezahlung nach Verzehr wie z.B. dem Grillfest

Voraussetzungen: „Düsselpass“, Grundsicherungsnachweis oder Vergleichbares.

Sprechen Sie uns gerne an.

Ansprechpartnerin: Sabine Söhnchen-Korn

Tel.: 9 13 18677

INFORMATION

ANGEBOTE FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ



Demenz kann jede/n treffen. Unser Ziel ist es, Menschen mit Demenz weiterhin ein Leben in Gemeinschaft zu ermöglichen und Angehörige zu unterstützen und zu entlasten. Das „zentrum *plus*“ steht Ihnen mit Beratung und gezielten Angeboten zur Seite.

Das Angebot „**Café zur Erinnerung**“ ist eine Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz und wird an zwei Standorten angeboten:

Mittwochs, 9.45-12.45 Uhr in der Ev. Kirchengemeinde
Düsseldorf-Eller

Donnerstags, 14.15-17.15 Uhr im „zentrum *plus*“ in Vennhausen.

Während Angehörige eine Pause vom Betreuungsalltag erleben, genießen unsere Gäste ein auf ihre persönliche Lebensgeschichte und ihre individuellen Interessen abgestimmtes aktivierendes Angebot - ob Bewegung, Gedächtnistraining, biografische Gespräche, Spiele, Singen usw....

Im Café sind Plätze freigeworden. Sprechen Sie uns an!

Das Angebot „**DA für Dich**“ (Düsseldorfer **A**gentur für **D**emenzkranken in der **H**äuslichkeit) bietet alternativ zur Betreuungsgruppe oder zusätzlich, eine stundenweise Betreuung zu Hause an.

Beide Angebote werden von erfahrenen, qualifizierten Mitarbeitenden durchgeführt. Susanne Schön koordiniert die Angebote und berät Sie gerne. Sabine Söhnchen-Korn steht Ihnen zur Beratung und Information zur Verfügung.

Susanne Schön: mobil: 0173 5375 564

Sabine Söhnchen-Korn: Telefon: 0211/9 13 18 677

HINWEISE

DAS GARTEN-CAFÉ IM GARTEN DER EV. MARKUS-KIRCHE ÖFFNET WIEDER SEINE PFORTE



...fast schon Tradition geworden ist unser Gartencafé, das von Mai bis September die Gelegenheit bietet, Kontakte im Stadtteil zu knüpfen oder zu vertiefen, sich auszutauschen über Neuigkeiten in Vennhausen und gemeinsam in fröhlicher Runde das idyllische Garten-Ambiente zu genießen und eine gute Zeit miteinander zu verbringen. Kommen Sie gerne vorbei!

Termine: Dienstag, 14. Mai, 16 - 17.30 Uhr
Dienstag, 11. Juni, 16 - 17.30 Uhr
Dienstag, 9. Juli, 16 - 17.30 Uhr
Dienstag, 13. August, 16 - 17.30 Uhr
Dienstag, 10. September, 16 - 17.30 Uhr

Ort: Gemeindegarten der Ev. Markus-Kirchengemeinde

Getränke stehen gegen eine kleine Spende für Sie bereit.
Geme können Sie Knabberereien mitbringen.

Ansprechpartnerin: Sabine Söhnchen-Korn: Tel.: 9 13 18 677

Das „zentrum plus“/Diakonie Vennhausen bedankt sich bei der Ev. Markus-Kirchengemeinde und insbesondere bei der Garten-gruppe für die Gartennutzung.

PLANUNGSTREFFEN DER AKTIVEN



Die aktiv Mitarbeitenden treffen sich **am Freitag, dem 10. Mai '19 15-16 Uhr,**
im „zentrum plus“/Diakonie Vennhausen, Sandträgerweg 101.

INFORMATION

MITTAGSTISCH



Geht es Ihnen manchmal so, dass Sie keine Zeit oder keine Lust zum Kochen haben, aber auf ein warmes Essen nicht verzichten möchten? Von Montag bis Freitag können Sie bei uns zu Mittag essen.

Sie können zwischen 6 Gerichten (inkl. Nachtisch) auswählen.

„zentrum plus“, Sandträgerweg 101, 12 Uhr

Anmeldung am Vortag bis 12 Uhr, Tel. 9 13 18 677

HEIDRUN KOCHT - MITTAGSTISCH - SELBSTGEKOCHT

...und weil es so lecker ist, kocht **Heidrun** einmal im Monat selbst eine Mahlzeit – eine Gelegenheit, lecker zu essen in Gesellschaft mit netten Menschen.

Melden Sie sich einfach an!

Montag, 15. April	Lammragout mit Krokette und grünen Bohnen	5,50 €
Montag, 20. Mai	Spargel mit Sauce Béarnaise und gekochtem Schinken	6 €
Montag, 17. Juni	Königsberger Klopse mit roter Beete und Salzkartoffeln	5 €

Gäste mit Düsseldorf u. ä. zahlen jeweils die Hälfte.

Uhrzeit: 12 Uhr

Ort: „zentrum plus“/Diakonie Düsseldorf
Sandträgerweg 101, 40627 Düsseldorf

Anmeldung jeweils am Donnerstag vor dem angegebenen Termin. Tel. 9 13 18 677 oder

tragen Sie sich in die Liste ein.



HINWEISE

RUNTER VOM SOFA – REIN INS VERGNÜGEN...

„Auf Achse“ mit Wolfgang Hensel



Wolfgang Hensel bietet Wanderungen und Ausflüge in unserer näheren Umgebung an. Alle, die gerne in netter Gesellschaft unterwegs sind, sind mit diesem Angebot am Zielort angekommen.

AUSFLUG NACH MAASTRICHT



Die im Süden der Niederlande gelegene Stadt an der Maas lädt u.a. ein zum Bummeln, zum Verweilen in Straßencafés und zum Genießen der mittelalterlichen Architektur. Während unserem ca. 8-stündigen Aufenthalt haben wir zudem die Gelegenheit, an einer Schifffahrt teilzunehmen.

Termin: Samstag, 25. Mai 2019

Treffpunkt: 8.40 Uhr Infopoint im Haupteingang des Hauptbahnhofs Düsseldorf

Anreise mit dem FlixBus (Fahrzeit: ca. 1,25 Std.)

Jede/-r Teilnehmer/-in ist für die Buchung der Fahrkarten selbst verantwortlich.

Eine verbindliche telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Nähere Information und Anmeldung:

Wolfgang Hensel: Tel. 02129/7314; mobil: 0172/6360129

Wenn Sie sich angemeldet haben, bitten wir Sie um telefonische Absage bei Wolfgang Hensel, wenn Sie am Ausflugstag verhindert sind. Informationen über weitere Ausflüge und Wanderungen erhalten Sie über unsere Aushänge.

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

MONTAG

- Yoga auf dem Stuhl, wöchentlich, 10 - 11 Uhr
Ilona Gorke, Information und Kosten: mobil: 01575 464 22 40
- Englischkurs Netzwerk 8, wöchentl. 10.15 - 11.45 Uhr
Inge Lewald-Etzel, Information und Kosten: Tel. 9 13 18677
- Rummikub, wöchentl. 13 - 16 Uhr
- Waffelessen, monatlich 15 - 17 Uhr
Team „zentrum *plus*“ Vennhausen 1.4.; 6.5.; 3.6.
Information und Kosten: Tel. 9 13 18 677
- Familienforschung, 2. Montag im Monat 16 - 18 Uhr
Das Angebot ist kostenfrei.
Herbert Goertz, Anmeldung erforderlich, Tel. 9 13 18 677
- Doppelkopf, wöchentl., kostenfrei 16.30 - 21 Uhr
Helfried Klabuhn, Information: Tel. 27 55 83
- Rückenfitness nach Pilates, wöchentl. 18.30 - 19.30 Uhr
Gisela Uhlenkamp, Information und Kosten: mobil: 0172 8719246

DIENSTAG

- Angebote im Bereich „Neue Medien“ Uhrzeit nach
(ausführliche Informationen: s. Seite 14) Vereinbarung
- Neuer Kursbeginn: Dienstag, 14. Mai 2019**
Peter Schilling, Information, Terminvereinbarung, Anmeldung
und Kosten: Tel.: 02131/277 395
e-mail: schilling.neuss@freenet.de

DIENSTAG

„Sing doch einfach mit“, wöchentl., 10.30 - 12.30 Uhr
Offene Singgruppe
Hilde Jacobs, Information und Kosten: Tel. 9 13 18 677

„Mensch ärgere Dich nicht“, wöchentl., kostenfrei 13.30 – 15 Uhr
Offener Spieletreff
Information: Tel. 9 13 18 677

Strick-Café, wöchentl., kostenfrei 15.15 - 17.15 Uhr
Information: Elli Arnold, Tel. 210 35 603

MITTWOCH

Frauengesprächskreis, 14-tägig 9.30 - 12 Uhr

Rückenfitness nach Pilates, wöchentl. 9 - 10 Uhr
Gisela Uhlenkamp 10.15 - 11.15 Uhr
Information und Kosten: mobil: 0172 87 192 46 11.30 - 12.30 Uhr

Skat, wöchentl., kostenfrei 14 - 18 Uhr
Peter Pongs, Information: Tel. 25 23 02

Doppelkopf, wöchentl., kostenfrei 16.30 - 19 Uhr
Helfried Klabuhn, Information: Tel. 27 55 83

DONNERSTAG

Gut zu Fuß – Nordic - Walking, wöchentl. 9 Uhr
Treffpunkt vor dem „zentrum *plus*“
Erika Westerling, Information und Kosten: mobil: 0176- 20050419

DONNERSTAG

Yoga für Ältere, wöchentl., 9 - 10 Uhr

Anna Braun, Information und Kosten: Tel. 99 54 39 93

Neuer Kursbeginn: Donnerstag, 11. April 2019

Offenes Frühstück 9.15 Uhr

Sabine Söhnchen-Korn und Team 25.4.; 23.5.; 27.6.

Anmeldung und Kosten: Tel. 9 13 18 677

Bewegung macht Spaß, wöchentl., kostenfrei 10.30 -11.30 Uhr

Offenes Bewegungsangebot im Sitzen

Information: Tel. 9 13 18 677

„Café zur Erinnerung“, wöchentl. 14.15 - 17.15 Uhr

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz

Susanne Schön, Information und Kosten: Tel. 0173 53 75 564

Bücherfreunde – wir reden, diskutieren, 15 - 16.30 Uhr

empfehlen zum Thema Literatur, monatl., 4.4.; 2.5.; 6.6.

kostenfrei

Alexandra Svehla–Rutkowski, Information: Tel. 9 13 18 677

FREITAG

Zumba® für Ältere Einstieg jederzeit möglich 9.30 - 10.30 Uhr

Georges Bouazo 10.30 - 11.30 Uhr

Information und Kosten: mobil: 0172 70 130 80

Kochgruppe (jeden 2. Freitag im Monat) 18 Uhr

Georg - Schulhoff – Realschule, Kamper Weg 291

Eva Schwaderlapp, Information und Kosten: Tel. 27 00 777

Kreativgruppe „Minimacher“, alle 2 Monate. 18 Uhr

Eva-Maria Seeberger 17.5.

BESONDERE TERMINE IM „ZENTRUM PLUS“ / DIAKONIE VENNHAUSEN

SOFERN NICHT ANDERS ANGEZEIGT FINDEN DIE VERANSTALTUNGEN IM
„ZENTRUM PLUS“/DIAKONIE VENNHAUSEN STATT.

Montag,
8. April



Heinemann



Stadtrundfahrt Düsseldorf linksrheinisch und Medienhafen - mit der Stadtführerin Brigitte Trösch (einschließlich Kaffeetrinken bei Café Heinemann)

Die Rheinuferpromenade erlaubt einen Blick auf die linksrheinische Seite. Dann geht es zum Bürozentrum am Seestern und weiter die Hansaallee entlang durchs das Böhlergelände, an den „Heine-Gärten“ entlang, zum Neubau von Vodafone und zum Medienhafen.

Kosten: 21 € (inkl. Kaffeetrinken)

Start: 12.30 Uhr Jakobuskirche,
Am Schabernack

12.40 Uhr Schlosskirche, Schlossallee

Die Fahrt wird organisiert von der Ev. Seniorenarbeit im Stadtbezirk 8
Anmeldung: Sabine Söhnchen-Korn
Tel. 9 13 18 677

Donnerstag,
11. April
15-17 Uhr








Es tönen die Lieder – die „Spätzünder“ kommen wieder.

Der Seniorenchor der BürgerStiftung Düsseldorf unter Leitung von Herrn Stefan Öchsle ist wieder bei uns zu Gast und singt für uns und bietet Lieder zum Mitsingen an. Saal der Ev. Markus-Kirchengemeinde

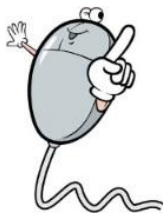
Kosten: 4,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Für Gäste mit Düsselpass u.ä. kostenfrei
Anmeldung erbeten bis Dienstag, 9. April,
Tel.: 9 13 18 677

<p>Donnerstag, 9. Mai 15-17 Uhr</p> 	<p>Tanz im Mai mit Martin Herzberg Mit seiner Musik lockt Martin Herzberg Frühlingsgefühle hervor und bringt die Tanzlaune zum Blühen. Lassen Sie sich anstecken... Saal der Ev. Markus-Kirchengemeinde Kosten: 4,50 € (inkl. Kaffeegedeck) Für Gäste mit Düsselpass u.ä. kostenfrei Anm. bis Dienstag, 7. Mai, Tel.: 9 13 18 677</p>
<p>Dienstag, 14. Mai 16- 17.30 Uhr</p>	<p>Das Garten-Café im Garten der Ev. Markus-Kirche öffnet wieder seine Pforte Leute treffen, plaudern, verweilen, genießen...Kommen Sie gerne vorbei! (s. S. 6)</p> 
<p>Samstag, 25. Mai 8.40 Uhr InfoPoint Hbf</p>	<p>Auf Achse mit Wolfgang Hensel - Ausflug nach Maastricht... ...bummeln, schauen, staunen und sich treiben lassen! Auch eine Schifffahrt ist möglich... Nähere Information s. Seite 8</p> 
<p>Dienstag, 11. Juni 16-17.30 Uhr</p>	<p>Das Garten-Café im Garten der Ev. Markus-Kirche öffnet wieder seine Pforte Leute treffen, plaudern, verweilen, genießen...Kommen Sie gerne vorbei! (s. S. 6)</p> 
<p>Donnerstag, 13. Juni 15-17 Uhr</p> 	<p>Erkennen Sie die Melodie... Freuen Sie sich auf einen beschwingten Nachmittag rund um die Welt der Operette, des Singspiels und des Musicals - mit Aktivitäten zum Mitmachen. „zentrum plus“ oder Saal der Ev. Markus-Kirche (wird durch Aushänge bekanntgegeben) Kosten: 4,50 € (inkl. Kaffeegedeck) Für Gäste mit Düsselpass u.ä. kostenfrei Anmeldung erbeten bis Dienstag, 11. Juni Tel. 9 13 18 677</p>

HINWEISE

ANGEBOTE IM BEREICH NEUE MEDIEN IM ZENTRUM PLUS



Unser EDV-Fachmann Peter Schilling bietet verständlich und praxisorientiert EDV-Schulungen in Gruppen zu 3 Personen zu u. g. Themen an. Die Laptopkurse basieren auf dem Betriebssystem Windows 10. Die Tablet- und Smartphone-Kurse basieren auf Android (keine iPad-Beratung). Lernlaptops mit Internetzugang stehen zur Verfügung. Sie können auch Ihr eigenes Gerät mitbringen.

PC-KURS FÜR EDV-EINSTEIGER/-INNEN

Vermittlung grundlegendes Wissen über die Funktionsweise eines PC´s/Laptops und praktisches Erproben.

PC-KURS FÜR FORTGESCHRITTENE NUTZER/-INNEN

sicher surfen, kaufen und verkaufen **im Internet**, PC-Sicherheit und -Sicherung.

PC-KURS

Windows-Systeme aktualisieren, pflegen und optimieren

TABLET/SMARTPHONE-KURS: Unterstützung bei der Handhabung eines Android-Tablets/Smartphons.



EDV-SPRECHSTUNDE

Individuelle Beratung im persönlichen Einzelgespräch zu Fragen und Anliegen bzgl. neuer Medien

PC-VOR-ORT-EINSÄTZE BEI IHNEN ZUHAUSE:

Hilfe beim Neukauf, der Installation und der Optimierung von EDV-Geräten bei Ihnen zu Hause.

Die Angebote finden nach Absprache **dienstags** statt.

Nähere Informationen, Termine, Kosten und Anmeldung bei

Peter Schilling: Tel.: 02131/277 395; schilling.neuss@freenet.de

WIR FÜR SIE

SABINE SÖHNCHEN-KORN

Leitung „zentrum *plus*“/Diakonie in Vennhausen
Beratung zu allen Fragen rund um das Alter und
zum Thema Demenz

Tel. 0211-9 13 18 677,

e-mail: zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de

Sabine.Soehnchen-Korn@diakonie-duesseldorf.de

SUSANNE SCHÖN

Zuständig für die Betreuungsgruppen und die häusliche
Betreuung für Menschen mit Demenz sowie Ansprech-
partnerinnen für Angehörige in Eller und Vennhausen.

Donnerstags: 13 - 14 Uhr im „zentrum *plus*“

Tel. **Tel. 0211 9 13 18 677 oder 0211 59 80 99 60**

e-mail: [zentrum-plus.vennhausen@diakonie-
duesseldorf.de](mailto:zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de)

NETZWERK 8 ELLER, LIERENFELD, VENNHAUSEN,

Standort Vennhausen:

Ansprechpartnerinnen:

Sabine Söhnchen-Korn Tel. 9 13 18 677

Ursula Götzinger Tel. 27 41 44

SENIORENRAT:

Wenn Sie sich mit einem Anliegen direkt an den Seniorenrat
wenden möchten, ist Ihr Ansprechpartner für den Stadtbezirk 8:
HARALD OEHME, Mitglied des Seniorenbeirats,

Tel. 7 26 04 60

KONSTANTINOS PILIS, Mitglied des Seniorenbeirats

Tel. 2 70 14 32

Buslinien zum „zentrum plus“/Diakonie Vennhausen

Haltestelle: „In den Kötten“: Buslinien: 721, 722, 736



„Vennhausen gemeinsam jeck“ Karneval im „zentrum plus“ 2019