



zentrum *plus*
gemeinsam aktiv für das Alter

ZENTRUM PLUS DERENDORF-GOLZHEIM

APRIL - JUNI 2018

PROGRAMM

Begegnung und Beratung

Bildung und Kultur

Vermittlung von Diensten

Gesundheitsprävention

Freizeitgestaltung

Ehrenamt und Netzwerk

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Information	4 - 5
Standort: Klever Straße 75	
Regelmäßige Angebote	6 - 7
Besondere Angebote	8 - 19
Beratung	20
Sprachen.....	21
Sprachzirkel	22
Internetcafé/PC-Kurse.....	23 - 24
Standort: Tersteegenplatz 1	
Netzwerk Golzheim	25 - 28
Standort: Tersteegenplatz 1	
Internetcafé Netzwerk Golzheim.....	29 - 30
Veranstaltungen der Ev. Kirchengemeinde	
Düsseldorf-Mitte	31 - 34
Hinweise	35 - 36

Vorwort

Wohltun geschieht in all den Dingen des täglichen Lebens.

(Dietrich Bonhoeffer)

**Liebe Besucherinnen und Besucher,
liebe Ehrenamtliche, liebe Netzwerkerinnen und Netzwerker!**

Wie oft haben wir ihn schon erlebt, den Frühling, und doch erscheint er uns in seinem bunten Blütenkleid, seinen heller und wärmer werdenden Tagen immer wieder als neue Kostbarkeit. So wollen wir mit Ihnen die Zeit des Frühlings gebührend mit einem fröhlichen Fest begrüßen. Außerdem können Sie sich wieder auf ein vielfältiges und interessantes Veranstaltungsprogramm freuen. Passend zur schönsten Jahreszeit laden wir Sie ein, gemeinsam zu singen, zu tanzen, zu spielen, zu kochen oder zu gärtnern. Sie können Interessantes im Bereich von Kunst und Kultur erleben und natürlich immer wieder nette Menschen treffen.

Herzlichst Ihre

Inge Gößling, Kirsten Schulte-Frohlinde, Silke Sperling
und Christiane Höckmann

Informationen

"Der Frühling ist die schönste Zeit..."

Begrüßen Sie mit uns die "schönste Jahreszeit" mit einem Frühlingsfest. Wir laden ein zu klassischer Musik, Literatur, Geselligkeit und der Fotoausstellung „Frühlingsbotschaften“ der Fotogruppe „Blende“ und hoffen auf "goldnen Sonnenschein".

Termin: 5. April, 14:30 Uhr

„Aufgetischt!“

N E U!

Der Förderverein des „zentrum plus“ (VFF) kann leider im II. und III. Quartal 2018 keine Suppenlesungen anbieten. Damit Sie aber nicht ganz auf ein leckeres Mittagessen in netter Gesellschaft und Atmosphäre verzichten müssen, schaffen wir mit dem Angebot „Aufgetischt“ einen Ersatz für die Suppenlesung. Wir wünschen Ihnen guten Appetit und freuen uns auf Ihr Kommen!

Gartengruppe

Einmal im Monat treffen wir uns mit einer kleinen Gruppe von Interessierten, die sich um den "Garten" des zentrum plus kümmern. Wir bepflanzen und pflegen die beiden Hochbeete sowie die Randbeete der Terrasse. Zur Erntezeit setzen wir uns zusammen und genießen gemeinsam Salat, Kräuter und Gemüse. Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!

Termine: 19. 04., 14:00 Uhr, 18.05. und 22.06., je 10:00 Uhr

Notfalldose

Kommt es zum Notfall im Haus, liefert die Notfalldose den Rettungskräften schnell notwendige Informationen.

Für die BesucherInnen des zp werden wir eine Sammelbestellung aufgeben. Die Interessentenliste finden Sie an der Infotheke.

Informationen

Tagesausflug: Busfahrt nach Maastricht

Wir besuchen eine der ältesten Städte der Niederlande, inklusive einer 2-stündigen Stadtführung. Ein erfahrener Stadtführer zeigt uns u.a. das historische Stadtzentrum und die alten Festungsanlagen. Er führt zusätzlich durch die Basilika St. Servatius mit Schatzkammer. Natürlich gibt es auch Zeit zur freien Verfügung und Gelegenheiten, für das leibliche Wohl zu sorgen. Wir haben für ein gemeinsames Mittagessen Plätze in einem Maastrichter Restaurant reserviert.

Termin: 19. Juni

Treffpunkt: 09:15 Uhr, zentrum plus Derendorf-Golzheim

Rückkehr in Düsseldorf: Klever Str. 75, ca. 19:00 Uhr

Die Fahrtkosten werden vom VFF bezuschusst!

Generationenprojekt „Sehen, Hören, Tasten – eine sinnliche Spurensuche in unserem Quartier“

In den beiden für 2018 geplanten Generationenprojekten wollen wir unter verschiedenen Aspekten unseren Stadtbezirk erkunden. So begeben wir uns im Generationenprojekt des ersten Halbjahres auf sinnliche Spurensuche ins Quartier. Wir wollen hören, welche Töne und Geräusche zu erfahren sind, schauen, welchen Farben wir begegnen und im wahrsten Sinne die Umgebung „erfassen“. Freuen Sie sich auf eine spannende Entdeckungsreise!

**Termine: 7. Juni, 14. Juni, 21. Juni, 28. Juni und 5. Juli 2018,
jeweils 10:00 – ca. 12:30 Uhr**

Regelmäßige Angebote Klever Strasse 75

- Montag:** 10:00 Gedächtnistraining..... Fr. Marjan
10:00 Gymnastik für aktive Senioren.....Fr. Wahl
11:00 Gymnastik für aktive Senioren.....Fr. Wahl
13:00 Skat und Canasta
17:15 Lesekreis Philosophie u. Literatur
.....Fr. Wolmeyer,
(14-tägig n. Absprache) Fr. und Hr. Schmitz,
Fr. Göring-Weitz
- Dienstag:** 10:00 Gymnastik für aktive Senioren.....Fr. Wahl
11:00 Gymnastik für aktive Senioren.....Fr .Wahl
13:00 Bridge und Canasta
14:00 Begleitetes Surfen im Internet
.....Team Internetcafé (Seite 23)
14:30 Kaffeeklatsch.....Fr. Reiß
- Mittwoch:** 10:00 Gedächtnistraining.....Fr. v. Kleist-Dobos
10:00 Begleitetes Surfen im Internet.....
.....Team Internetcafé (Seite 23)
13:00 Skat und Canasta
14:00 Gedächtnistraining.....Fr. Dorp
14:30 TanzgruppeFr. Hluchnik
19:00 Spieletreff..... Fr. Ommerborn
- Donnerstag:** 10:00 Computer-Mäuse.....Fr. Euler
11:00 Tanzen im Sitzen Fr. Jenet
14:00 Rummikub
14:00 Canasta




Regelmäßige Angebote Klever Strasse 75

Freitag:	10:00	"Chatzchen"	Team Internetcafé (Seite 23)
	10:00	Bridge.....	Hr. Bender
	10:00	Gedächtnistraining	Fr. Dorp
	13:45	Kraft- und Balancetraining.....	Fr. Wahl
	14:00	Canasta	
	15:00	Tanzgruppe mit anschl. Café	Fr. Jenet
Samstag:	14:30	Handarbeitskreis.....	Fr. Becker

Der Verein der Freunde und Förderer (VFF) des „zentrum plus“ Derendorf-Golzheim, Klever Str. 75, unterstützt uns finanziell und ideell bei unserer Arbeit und steht uns mit Rat und Tat zur Seite. Er bereichert unser Programm mit vielen regelmäßigen und besonderen Veranstaltungen und hilft uns bei der Finanzierung von Anschaffungen. Dafür danken wir ganz herzlich!!

Gerne verraten wir an dieser Stelle auch, dass der Verein sich über jedes neue Mitglied freut. Der Jahresförderbeitrag beträgt 30 €. Eine Spendenbescheinigung wird auf Wunsch ausgestellt. Weitere Informationen, Beitrittserklärungen und die Vereinssatzung erhalten Sie beim Vorstand des VFF.

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>04.04. Mittwoch</p>	<p>„Männer auf Tour“ Tagesfahrt nach Xanten (Domführung, Archäologischer Park/Museum) mit Lothar Baumann und Wolfgang Hilscher Kosten: 25 €, Treffpunkt: 09:30 Uhr, Reisezentrum Hbf D-dorf (Abfahrt: 09:45 Uhr, Gleis 9) Bitte anmelden!</p>
<p>05.04. Donnerstag</p>	<p>"Der Frühling ist die schönste Zeit..." Wir feiern den Frühling und laden ein zu klassischer Musik, Literatur, Geselligkeit und der Fotoausstellung „Frühlingsbotschaften“ der Fotogruppe „Blende“. Kosten für Imbiss und Getränke: 4 € 14:30 – ca. 17:00 Uhr Info: Inge Gößling Bitte anmelden!</p>
<p>06.04. Freitag</p> <p></p>	<p>Volkliedersingen mit Ursula Mecky 11:30 – 13:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>07.04. Samstag</p> <p>VFF</p>	<p>Tanzen im Sitzen mit Hanna Jenet Kosten: 3 € für Kaffee und Berliner 14:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>09.04. Montag</p> <p></p>	<p>Fotogruppe „imfokus“ mit Erwin Krüger und Rüdiger Leske Exkursion: Golzheimer Friedhof Treffp.: 10:00 Uhr, Künstlerhaus Sittarder Straße Info: Inge Gößling</p>
<p>09.04. Montag</p> <p></p>	<p>Fotogruppe „Blende“ mit Roswitha Marx und Margrit Gudat Reflexion des Fotothemas des Monats sowie der Fotoausstellung, neue Grußkarten, Fotoschule 12:00 - 14:00 Uhr</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>11.04. Mittwoch</p>	<p>Kulturhäppchen „Die Entführung aus dem Serail“ Nach dem gemeinsamen Frühstück führt der Kantor Dirk Ströter in die Oper von Wolfgang Amadeus Mozart ein. (Karten für eine Vorstellung am 2. Juni in der Deutschen Oper am Rhein können erworben werden). Kosten: 4 € 10:00 - 12:00 Uhr Bitte anmelden! Info: Inge Gößling</p>
<p>12.04. Donnerstag</p> 	<p>Projektgruppe „Lesen“ Planung neuer Vorlese-Ideen 10:30 - 12:00 Uhr Info: Inge Gößling</p>
<p>12.04. Donnerstag</p>	<p>Erzählcafé - "Wir bitten zum Gespräch!" Kriminalhauptkommissar Lutz Türk informiert über neue Betrüger-Tricks, von denen insbesondere Seniorinnen und Senioren betroffen sind, und er beantwortet gerne Ihre Fragen. 14:30 - 16:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>13.04. Freitag</p>	<p>„Feldenkrais, eine behutsame Bewegungsmethode“ mit Heike Aschemann, Weitere Termine: 20.+ 27.4., 10:00 - 11:00 Uhr</p>
<p>13.04. Freitag</p>	<p>„Kraftwerk Lausward“ Besichtigung, Filmvorführung und Vortrag mit Manfred Hebenstreit Im Kraftwerk Lausward steht die zurzeit effizienteste Gasturbinenanlage weltweit. Treffpunkt: 14:00 Uhr beim Pfortner Kraftwerk Lausward (Endstation Buslinie 732) Bitte bis spätestens 03.04. anmelden!!</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>14.04. Samstag</p> 	<p>Wanderung im Stinderbachtal bis Erkrath zur S8 (8 km) oder weiter bis Unterbach (+ 3 km), Einkehr möglich. Treffpunkt: 9:30 Uhr Düsseldorf Hbf am Bussteig 11, Abfahrt 9:43 Uhr mit der Buslinie 738 bis Mettmann-Lindchen. Ticket 2000 Info: Lieselotte Gleißner, Tel. 154403</p>
<p>16.04. Montag</p> 	<p>Tischgespräch „Gold, Weihrauch und Myrrhe“ Ein Spaziergang durch die Medizingeschichte mit der Heilpraktikerin Maria Sondermann 14:30 – ca. 16:30 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>18.04. Mittwoch</p> 	<p>Kreativwerkstatt „Piet Mondrian“ mit Renate Jastrzembski und Inge Gößling Der niederländische Maler Piet Mondrian gehört zu den bedeutendsten Vertretern der Kunstströmung "De Stijl", und er war für die Entwicklung der geometrischen Abstraktion von zentraler Bedeutung. Wir wollen uns in der Kreativwerkstatt auf die Spuren des Künstlers begeben, uns mit seiner Kunst beschäftigen und seine Technik ausprobieren. Materialkosten: 5 € 10:00 – ca. 13:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>18.04. Mittwoch</p> 	<p>„Literaturettreff“ mit Annemarie Pankoke Ein Austauschforum für alle „Bücherwürmer“ Besprochen wird das Buch „Frauen, Fische, Fjorde“ von Anne Siegel 18:00 – 19:30 Uhr</p>
<p>19.04. Donnerstag</p> 	<p>„Aufgetischt“ Edith Wilden und Lydia Kunze kochen Erbsensuppe für Sie. Kosten: 3 € 12:30 Uhr Bitte anmelden!</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>19.04. Donnerstag</p>	<p>Gartengruppe mit Kirsten Schulte-Frohlinde (s. Seite 4), 14:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>23.04. Montag</p> 	<p>Fotogruppe „imfokus“ mit Erwin Krüger und Rüdiger Leske Besprechung und gegenseitige Beratung der Fotoarbeiten aus der Exkursion „Golzheimer Friedhof“ 12:00 – 14:00 Uhr Info: Inge Gößling</p>
<p>23.04. Montag</p>	<p>Planungstreffen der ehrenamtlich Engagierten 14:30 - 16:30 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>25.04. Mittwoch</p> 	<p>„Literaturhäppchen“ Gemeinsam frühstücken und mit Literatur gut in den Tag starten! Margret Luther und Günter Bender stellen die Biografie von Heinz Erhardt vor und lesen aus seinem Werk. Kosten: 3 € 10:30 – ca. 12:30 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>25.04. Mittwoch</p> 	<p>„Männer auf Tour“ Auf dem Neanderland Steig von Garath nach Monheim mit Klaus Wietschorke Streckenwanderung ca.15 km mit Einkehr, Treffpunkt: 10:00 Uhr Hbf D-dorf, S6, Gleis 11 Interessierte, die das erste Mal mit wandern, bitte im „zentrum plus“ anmelden!</p>
<p>26.04. Donnerstag</p>	<p>„Zu Tisch – schnibbeln, kochen, klönen! mit Kirsten Schulte-Frohlinde In geselliger Runde bereiten wir kleine Mahlzeiten vor und speisen gemeinsam am schön gedeckten Tisch. 11:00 – 13:00 Uhr Bitte anmelden!</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

26.04. Donnerstag	<p>„Kultur-Werkstatt unterwegs“ mit Gabriele Willert Wir besuchen die belgische Hauptstadt Brüssel und besichtigen die Königlichen Gewächshäuser</p>
26.04. Donnerstag	<p>„Männer auf Tour“ mit Wolfgang Hilscher Führung durch das Museum für Frühindustrialisierung/Schwebebahnfahrt in Wuppertal und Einkehr Kosten: 19 € (Museum + Fahrt), Treffpunkt: 10:00 Uhr, Reisezentrum Hbf D-dorf Bitte anmelden!</p>
27.04. Freitag	<p>„Café zum Wochenausklang“ Christiane Höckmann und Rolf Hackenberg backen köstliche Waffeln für Sie! 14:30 – 16:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
30.04. Montag 	<p>„Kultur-Werkstatt“ mit Inge Gößling Informations- und Planungstreffen für alle Kulturinteressierten 10:00 – 12:30 Uhr</p>
02.05. Mittwoch	<p>„menpower“ mit Wolfgang Hilscher Planungstreffen für Männer, die gemeinsam aktiv ihre Freizeit gestalten. 10:30 – ca. 12:30 Uhr</p>
02.05. Mittwoch	<p>„Rollatoren-Tanz“ mit Beate Hluchnik 11:00 – 12:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
03.05. Donnerstag	<p>„Zu Tisch – schnibbeln, kochen, klönen!“ mit Kirsten Schulte-Frohlinde In geselliger Runde bereiten wir kleine Mahlzeiten vor und speisen gemeinsam am schön gedeckten Tisch. 11:00 – 13:00 Uhr Bitte anmelden!</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>03.05. Donnerstag</p> 	<p>LiteraTOUR „Kunst und Natur“ Ein lyrischer Spaziergang durch den Ständehauspark mit der Projektgruppe Lesen. Anschließend ist ein Cafésbesuch geplant. Treffpunkt: 15:00 Uhr Museum K 21 im Ständehauspark Bitte anmelden! Info: Inge Gößling</p>
<p>05.05. Samstag VFF</p>	<p>Frühlingskonzert des Polizeichores im Humboldt Gymnasium, Pempelforter Straße 40 18:00 Uhr Info: Luise Gelbke (s. Seite 35)</p>
<p>07.05. Montag</p> 	<p>Fotogruppe „imfokus“ mit Erwin Krüger und Rüdiger Leske Exkursion: „Frühlingsblumen“, Treffp.: 10:00 Uhr, Eingang Museum Kunstpalast am Brunnen Info: Inge Gößling</p>
<p>07.05. Montag</p> 	<p>Fotogruppe „Blende“ mit Roswitha Marx und Margrit Gudat Reflexion des Fotothemas des Monats sowie der letzten Exkursion, Fotoschule 12:00 - 14:00 Uhr</p>
<p>08.05. Dienstag</p> 	<p>Führung durch die Ausstellung „BLICK- RICHTUNGEN – Wie Fenster unsere Blicke lenken“ mit Gisela Dorp und Marion Portz-Kube Kosten: Eintritt 2 € (mit artcard freier Eintritt) Treffpunkt: 14:25 Uhr, Stadtmuseum Düsseldorf, Berger Allee 2 Bitte anmelden!</p>
<p>09.05. Mittwoch</p>	<p>Kulturhäppchen „Vincent van Gogh und der Impressionismus“ Nach dem gemeinsamen Frühstück stellt Ernst Otto vom Grafen den bedeutenden niederländischen Maler vor. Kosten: 4 €, 10:00 - 12:00 Uhr Bitte anmelden! Info: Inge Gößling</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>09.05. Mittwoch</p>	<p>Sprechstunde der „Hilfen zu Hause“/ Diakonie Düsseldorf mit Anja Annusat 11:30 – 12:30 Uhr Info: Kirsten Schulte-Frohlinde</p>
<p>12.05. Samstag</p> 	<p>Wanderung durch Feld und Wald von Schloss Rheydt zum Schloss Liedberg 11 km, Schlusseinkehr möglich. Treffpunkt: 9:00 Uhr Düsseldorf Hbf unten an der Treppe zu Gleis 4, Abfahrt 9:22 Uhr mit RE 4 bis Rheydt, weiter mit der Buslinie 016 (Ankunft Schloss Rheydt 10:26 Uhr) Ticket 2000 Info: Lieselotte Gleißner, Tel. 154403</p>
<p>14.05. Montag</p> 	<p>Tischgespräch „Achtsamkeit mit mir und anderen“ mit der Heilpraktikerin Sylvia Blümke. Sie erhalten mit Hilfe von Übungen Gelegenheit, die eigenen Sinne achtsam wahrzunehmen. Kosten: Umlage für Getränke 14:30 – ca. 16:30 Uhr Bitte anmelden! Info: Inge Gößling</p>
<p>15.06. Freitag</p> 	<p>Volkliedersingen mit Ursula Mecky 11:30 – 13:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>16.05. Mittwoch</p> 	<p>„Literaturettreff“ mit Annemarie Pankoke Ein Austauschforum für alle „Bücherwürmer“ Besprochen wird das Buch „Der talentierte Mr. Ripley“ von Patricia Highsmith 18:00 – 19:30 Uhr</p>
<p>17.05. Donnerstag</p> 	<p>„Aufgetischt“ Rolf Hackenberg kocht Gulaschsuppe für Sie! Kosten: 3 € 12:30 Uhr Bitte anmelden!</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>17.05. Donnerstag</p> 	<p>Vorbereitungstreffen für die Teilnehmenden der Generationentage „Sehen, Hören, Tasten – eine sinnliche Spurensuche in unserem Quartier“ mit Kirsten Schulte-Frohlinde u. Renate Jastrzembski 14:30 – 16:30 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>24.05. Donnerstag</p> 	<p>Führung durch die Parlamentsgeschichte in der Villa Horion mit Gisela Dorp Treffpunkt: 10:50 Uhr vor der Villa Horion, Johannes-Rau-Platz Bitte anmelden!</p>
<p>24.05. Donnerstag</p>	<p>Erzählcafé – "Das kann ich!" Wir unterhalten uns über Hobbys und Berufe mit Kirsten Schulte-Frohlinde 14:30 – 16:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>27.05. Sonntag</p> 	<p>„Immer wieder sonntags ...“ mit Monika Leinhos und Rolf Hackenberg Sonntagscafé mit selbstgebackenem Kuchen und einer unterhaltsamen Quizrunde Kosten: 3 €, 15:00 – 17:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>28.05. Montag</p> 	<p>Fotogruppe „imfokus“ mit Erwin Krüger und Rüdiger Leske Besprechung und gegenseitige Beratung der Fotoarbeiten aus der Exkursion „Frühlingsblumen“, 12:00 – 14:00 Uhr Info: Inge Gößling</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>30.05. Mittwoch</p> 	<p>„Literaturhäppchen“ Gemeinsam frühstücken und mit Literatur gut in den Tag starten! Ulla Hanenberg stellt die Biografie von Antoine de Saint-Exupéry vor und liest aus seinem Werk. Kosten: 3 €, 10:30 – ca. 12:30 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>02.06. Samstag</p> 	<p>Wanderung in Velbert auf dem Neanderlandsteig nach Neviges (leicht hügelig auf waldigen Trampelpfaden), 8 km, Schlusseinkehr möglich. Treffpunkt: 9:50 Uhr Düsseldorf Hbf unten an der Treppe zu Gleis 7, Abfahrt 10:12 Uhr mit RE 13 bis Barmen, weiter mit der Buslinie 637 (Ankunft in Velbert Nordrat 11:14 Uhr). Ticket 2000 Info: Lieselotte Gleißner, Tel. 154403</p>
<p>02.06. Samstag VFF</p>	<p>Spaziergang durch den Nordpark (bei schönem Wetter) mit Einkehr, Kaffeetrinken im „zentrum plus“ (bei schlechtem Wetter) Kosten: 3 € für Kaffee und Kuchen 14:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>04.06. Montag</p> 	<p>„Kultur-Werkstatt“ mit Inge Göbling Informations- und Planungstreffen für alle Kulturinteressierten 10:00 – 12:30 Uhr</p>
<p>04.06. Montag</p> 	<p>Fotogruppe „Blende“ mit Roswitha Marx und Margrit Gudat Reflexion des Fotothemas des Monats sowie der letzten Exkursion, Fotoschule 12:00 - 14:00 Uhr</p>
<p>04.06. Montag</p>	<p>Planungstreffen der ehrenamtlich Engagierten 14:30 - 16:30 Uhr Bitte anmelden!</p>





Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>05.06. Dienstag</p> 	<p>Führung durch das Red Dot Design Museum in Essen mit Gisela Dorp Kosten: 19,70 € (Eintritt, Führung, Fahrtkosten) Treffpunkt: 10:05 Uhr, Reisezentrum Hbf D-dorf (Abfahrt: 10:21 Uhr, Gleis 17, RE 10117. Die Fahrzeiten können sich noch ändern, da der Sommerfahrplan noch nicht vorliegt) Info: Inge Gößling Bitte anmelden!</p>
<p>06.06. Mittwoch</p>	<p>„Zu Tisch – schnibbeln, kochen, klönen!“ mit Kirsten Schulte-Frohlinde In geselliger Runde bereiten wir kleine Mahlzeiten vor und speisen gemeinsam am schön gedeckten Tisch. 11:00 – 13:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>06.06. Mittwoch</p>	<p>„Rollatoren-Tanz“ mit Beate Hluchnik 11:00 – 12:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>07.06. Donnerstag</p> 	<p>Projektgruppe „Lesen“ mit Inge Gößling Planung neuer Vorlese-Ideen 10:30 - 12:00 Uhr</p>
<p>07.06. Donnerstag</p> 	<p>Generationentage „Sehen, Hören, Tasten – eine sinnliche Spurensuche in unserem Quartier“ mit Kirsten Schulte-Frohlinde u. Renate Jastrzembki 10:00 – 12:30 Uhr Bitte anmelden! Weitere Termine: 14., 21., 28.06. + 05.07.2018</p>
<p>08.06. Freitag</p>	<p>„Kraftwerk Lausward“ Besichtigung, Filmvorführung und Vortrag mit Manfred Hebenstreit. Im Kraftwerk Lausward steht die zur Zeit effizienteste Gasturbinenanlage weltweit. Treffpunkt: 14:00 Uhr beim Pfortner Kraftwerk Lausward (Endstation Buslinie 732) Bitte bis spätestens 29.05. anmelden!!</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>12.06. Dienstag</p>	<p>Führung durch die Evangelische Kreuzkirche mit der Kunsthistorikerin Dr. Inge Zacher 14:30 – ca. 16:30 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>13.06. Mittwoch</p>	<p>Kulturhäppchen „Der Rhein – ein Freund“ Nach dem gemeinsamen Frühstück stellt Hans Fellhauer den längsten Fluss Deutschlands literarisch vor. Kosten: 4 €, 10:00 - 12:00 Uhr Bitte anmelden! Info: Inge Gößling</p>
<p>13.06. Mittwoch</p>	<p>Sprechstunde der „Hilfen zu Hause“/ Diakonie Düsseldorf mit Anja Annusat 11:30 – 12:30 Uhr Info: Kirsten Schulte-Frohlinde</p>
<p>14.06. Donnerstag</p>	<p>Erzählcafé – "Erdbeeren: Wir widmen uns der roten Köstlichkeit" mit Kirsten Schulte-Frohlinde 14:30 – 16:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>18.06. Montag</p> 	<p>Fotogruppe „imfokus“ mit Erwin Krüger und Rüdiger Leske Exkursion: „Innenhafen Duisburg“ Treffp.: 11:00 Uhr, Küppersmühle (Philosophenweg 49 - 51, Duisburg) Info: Inge Gößling</p>
<p>19.06. Dienstag</p>	<p>Tagesfahrt nach Maastricht (s. Seite 5) mit Jutta Konner und Gisela Dorp Kosten: 18 € (Fahrt, Stadt- und Basilikaführung) Treffpunkt: 09:15 Uhr, zentrum plus, Klever Str. 75 Info: Inge Gößling Bitte anmelden!</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

<p>20.06. Mittwoch</p> 	<p>„Literaturettreff“ mit Annemarie Pankoke Ein Austauschforum für alle „Bücherwürmer“ Besprochen wird das Buch „Raumpatrouille“ von Matthias Brandt 18:00 – 19:30 Uhr</p>
<p>24.06. Sonntag</p> 	<p>„Immer wieder sonntags ...“ mit Monika Leinhos und Rolf Hackenberg Sonntagscafé mit selbstgebackenem Kuchen und Gesprächen zur guten alten Sammeltasse Kosten: 3 €, 15:00 – 17:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>25.06. Montag</p> 	<p>„Kultur-Werkstatt“ mit Inge Gößling Informations- und Planungstreffen für alle Kulturinteressierten 10:00 – 12:30 Uhr</p>
<p>26.06. Dienstag</p>	<p>Ehrenamtstag der Diakonie Düsseldorf, Markuskirche, Sandträgerweg 10 17:00 – 20:00 Uhr Bitte anmelden!</p>
<p>27.06. Mittwoch</p> 	<p>„Literaturhäppchen“ Gemeinsam frühstücken und mit Literatur gut in den Tag starten! Inga Heine und Jutta Konner stellen die Biografie von Eugen Roth vor und lesen aus seinem Werk. Kosten: 3 € 10:30 – ca. 12:30 Uhr Info: Inge Gößling Bitte anmelden!</p>
<p>27.06. Mittwoch</p> 	<p>„Männer auf Tour“ Fernblicke am Rande des Tagebaus mit Klaus Wietschorke Rundwanderung von Jüchen nach Neu-Otzenrath ca.12 km mit Einkehr, Treffpunkt: 09:45 Uhr Hbf D-dorf, S8 (Abfahrt: 09:52 Uhr, Richtung Mönchengladbach) Interessierte, die das erste Mal mit wandern, bitte im „zentrum plus“ anmelden!</p>

Besondere Angebote Klever Strasse 75

Beratung

Wenn Sie einen Rat brauchen
oder ein Gegenüber zum Gespräch,
wenn Sie nicht wissen, wie es weitergehen kann
und wo Sie Hilfe und Unterstützung bekommen.

Wir sind für Sie da!

Sie können im Rahmen der regelmäßigen wöchentlichen Sprechzeiten (siehe letzte Seite) Kontakt mit Frau Gößling und Frau Schulte-Frohlinde aufnehmen und/oder einen individuellen Termin vereinbaren.

Sollten Sie nicht die Möglichkeit haben, in unsere Einrichtung zu kommen, können Sie von Frau Schulte-Frohlinde auch zu Hause besucht werden.

Ergänzend zu unseren Sprechzeiten stehen Ihnen folgende Personen/Institutionen beratend zur Seite:

- Seniorenbeirat
Frau Utke, Tel. 482107 oder Herr Dr. Mühlen, Tel. 575752
(zeitnahe Termine nach telefonischer Vereinbarung)
- Ev. Kirchengemeinde Düsseldorf-Mitte
Herr Tegtmeier, Tel. 948 27 84
(Termine nach telefonischer Vereinbarung)
- Ev. Fachberatung Demenz
Frau Keske, Tel. 948 27 40
(Termine nach telefonischer Vereinbarung)

Sprachen Klever Strasse 75

- ★ **Konversation Spanisch** (Fortgeschrittene)
Info: Wilhart Etzel
Dienstag 10:30 – 12:00 Uhr

- ★ **Konversation Slowenisch**
Info: Martina Tomsic
Dienstag 19:30 – 20:30 Uhr (Anfänger)
Dienstag 20:30 – 21:30 Uhr (Fortgeschrittene)

- ★ **Konversation Englisch** (Vorkenntnisse erforderlich)
Das Angebot findet zurzeit nicht statt.

- ★ **Französisch für Anfänger** (Vorkenntnisse nicht erforderlich)
Info: Karin Breuer
Montag 10:00 - 11:00 Uhr, außer Ostermontag

- ★ **Konversation Französisch** (Fortgeschrittene)
Info: Traudel Müller
Freitag 14:30 – ca. 16:00 Uhr
jeden 2. und 4. Freitag im Monat
(Termine: 13.+27.04., 11.+25.05., 08.+22.06.)

Sprachzirkel Klever Strasse 75

In Kooperation mit der Integrationsagentur der Diakonie bieten ehrenamtliche Mitarbeitende des „zentrum *plus*“ Derendorf-Golzheim Menschen mit Zuwanderungsgeschichte Hilfestellung bei der Verbesserung ihrer Deutschkenntnisse an. In Alltagsgesprächen, bei Spielen oder anderen Aktivitäten wird Gelerntes vertieft und neue Kontakte werden geknüpft.
Info: Inge Gößling

*** Sprachzirkel 1**

Info: Bärbel Wolmeyer
dienstags, 10:30 – 12:00 Uhr, 1. Etage "zentrum plus"

Internetcafé Klever Strasse 75

Ihr Computer, das unbekannte Wesen?

- Sie möchten Ihre Computerkenntnisse erweitern?
- Sie wollen ins Internet und haben keinen Computer?
- Sie suchen Informationen über Ihr Urlaubshotel, Bahnverbindung, Rezeptideen, aktuelle Nachrichten usw.?
- Sie benötigen Hilfe bei einer kniffligen Computerangelegenheit oder möchten etwas Neues ausprobieren?

Wir freuen uns beim „Begleiteten Surfen“ auf Ihren Besuch in unserem Internetcafé in der 1. Etage (Aufzug).

In einem Raum stehen 5 Computer mit dem Betriebssystem Windows 10 zur Verfügung. Im zweiten Raum ist Platz für Sie und Ihr Notebook (bitte Netzkabel nicht vergessen).

Begleitetes Surfen

mit Dieter Claas, Manfred Haarich, Regina Lang, Werner Leinhos, Wolfgang Mäschtig und Heinz Rieger

Sie kommen ohne Anmeldung

- am Dienstag von 14:00 bis 16:00 Uhr oder
- am Mittwoch von 10:00 bis 12:00 Uhr oder
- am Freitag von 10:00 bis 12:00 Uhr (hier nur im rechten Computerraum möglich)

Sie können ganz individuell oder regelmäßig (Quartals-Abo) ins Internetcafé kommen (kleiner Kostenbeitrag).

Was wir nicht leisten, da es rechtliche (z.B. Garantie) oder zeitliche Probleme gibt:

- defekte Computer reparieren (auch großer Virusbefall)
- Betriebssysteme installieren
- Geräte öffnen, um Hardware zu überprüfen/einzubauen
- Wiederherstellung gelöschter Programme und Daten

Hierbei sollte ein Fachhändler helfen! Wir vermitteln gerne.

Internetcafé Klever Strasse 75

Wobei wir gern unsere Hilfe anbieten:

- Entscheidungshilfen und Tipps zur Anschaffung eines geeigneten PC`s/Notebooks
- Surfen im Internet unter sachkundiger Anleitung
- Beantwortung von Fragen rund um PC/Notebook
- Informationen zu Antivirenprogrammen, Software etc.
- Texte schreiben mit Word, Tabellen gestalten mit Excel
- Grußkarten online oder Visitenkarten erstellen
- Bildtelefonieren mit Skype
- E-Mail-Konto einrichten, verfassen und verwalten mit Thunderbird oder online (z.B. web oder gmx)
- Dateiverwaltung mit dem Windows Explorer
- Digitale Bildbearbeitung
- Facebook für Einsteiger und Interessierte
- Informationen/Austausch zum Thema Datenschutz und Hilfe bei der Einrichtung von Datenschutzeinstellungen
- Gern bieten wir nach Absprache zeitnah und individuell eine persönliche Einzelbetreuung durch einen PC-Trainer an, der sich für Sie und Ihr Problem Zeit nimmt.
Terminvergabe vor Ort dienstags, mittwochs oder freitags!

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Kommen Sie an einem der Tage zum **Begleiteten Surfen** – völlig unverbindlich und ohne Anmeldung! Wir unterstützen Sie bei Ihrem Anliegen, und Sie lernen nebenbei uns und die Räumlichkeiten kennen.

Auch wenn Sie Lust haben, im PC-Trainerteam mitzuarbeiten, sind Sie sehr herzlich willkommen. Sprechen Sie uns an!

Infos und Rückfragen zum Internet-Café und Team:

Olaf Tegtmeier, Tel. 94827-84 Mo/Mi/Fr 13:00–14:00 Uhr od. AB
Mail: olaf.tegtmeier@ekir.de

NETZWERK GOLZHEIM

Tersteegenplatz 1

Sie sind neugierig auf Neues und haben Lust, Ihr Freizeitprogramm vor Ihrer Haustür mit zu gestalten? Sie haben vielseitige Interessen und wollen diese mit anderen teilen?

Dann freuen wir uns, Sie im

NETZWERK GOLZHEIM

in der unteren Etage der Tersteegengemeinde, im Raum „Maria“, Tersteegenplatz 1, begrüßen zu dürfen!

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, besuchen Sie unsere Angebote, oder kommen Sie einfach Dienstag vormittags zum Kaffee vorbei.

Bei Rückfragen wenden Sie sich gerne an unsere

Netzwerkbegleitung
Kirsten Schulte-Frohlinde

Telefonisch erreichbar
dienstags und mittwochs von 9:30 bis 13:30 Uhr
unter **0162 – 24 62 147**

oder unter

Mail: zentrumplus.derendorf-frohlinde@gmx.de

NETZWERK GOLZHEIM Tersteegenplatz 1

Offener Kaffeetreff im Raum „Maria“

jeden Dienstag 10:00 – 11:30 Uhr mit folgendem Programm:

<i>03.04.</i>	<i>Osterferien: Tersteegengemeinde geschlossen</i>
10.04.	„Seien sie unser Gast“ - Bezirksbürgermeisterin Frau Marina Spillner stellt sich und ihre Arbeit vor und freut sich auf den gemeinsamen Austausch.
17.04.	„Fröhliches Wiedersehen“ - Wir freuen uns, den langjährigen Netzwerker Friedhelm Dahlmann begrüßen zu dürfen. (Erdgeschoss, Tersteegensaal)
24.04.	„Handwerkskunst“ - Kunstvortrag zum Thema Jugendstil mit Ernst Otto vom Grafen
<i>01.05.</i>	<i>Feiertag</i>
08.05.	„Menschen zeichnen“ – mit Eva Horst
15.05.	„Gemeinsam kochen“ - mit Seung-Hi Chang
22.05.	„Das Haus als Gesamtkunstwerk “ - Kunstvortrag zum Thema Jugendstil mit Ernst Otto vom Grafen
29.05.	„Die Via Egnatia – eine Reise von Tirana nach Thessaloniki“- Bildvortrag von Dr. Marlies Tiedt
05.06.	„Märchen der Bretagne“ – vorgelesen von Eva Horst
12.06.	„Neue Baumaterialien: Stahl und Glas“ - Kunstvortrag zum Thema Jugendstil mit Ernst Otto vom Grafen
19.06.	„Gedächtnisspiele“ mit Robert Schlaf
26.06.	„Seien sie unser Gast“ – Kriminalhauptkommissar Lutz Türk berät zu Themen der Kriminalitätsvorbeugung (Thema „Geldabzocke“)

Spiele und Gesundheit

- **Doppelkopf**
freitags, 14-tägig, 14:00 – 17:00 Uhr
Gemeindehaus, Raum Lydia,
Info: Gudrun Schmidt-Trumpa, Tel. 4089394
- **Tischtennis**
mittwochs, 15:00 - 17:00 Uhr
Gemeindehaus, im Flur der unteren Etage
Info: Werner Küpper, Tel 404352

Sprachen

Englisch Konversation

Wir frisken unsere Englisch-Kenntnisse auf.
montags von 10:00 – 11:00 Uhr,
Gemeindehaus, Raum Maria
Info: Dr. Marlies Tiedt, Tel. 4542947

Natur und Kultur

Samstag, 14. April

Fahrt zum Gasometer in Oberhausen
zur Ausstellung „Der Berg ruft“

Info und Anmeldung: Elisabeth Dahmen, Tel. 402323

Samstag, 12. Mai

Wanderung durch die Urdenbacher Kämpfe, ca. 8 - 9 km

Info und Anmeldung: Elisabeth Dahmen, Tel. 402323

Samstag, 9. Juni

Fahrt nach Bonn, Museumsmeile,
zum „Haus der Geschichte der Bundesrepublik“

Info und Anmeldung: Elisabeth Dahmen, Tel. 402323

Sonntagsspaziergang, 22. April

Info und Anmeldung:

Monika Rabenstein: Tel. 400154 und

Elisabeth Dahmen, Tel. 402323

Rund um Computer, Tablet und Handy

In unserem Internetcafé im Raum „Maria“ stehen vier PCs mit Windows Vista und Windows 10 für Ihre ersten und weiteren Schritte ins Internet bereit. Oder Sie bringen einfach Ihr eigenes Notebook, Tablet oder Smartphone mit. Wir unterstützen Sie beim Mailen und Briefeschreiben, beim Erstellen von Tabellen und Grafiken, wir zeigen Ihnen, wie Sie Fotos auf Ihrem PC bearbeiten und verwalten können und vieles mehr in unseren offenen Treffen, in Kursen und Workshops.

Info: Shabir Khokhar, Tel. 4543246,
Waltraud Hoffmann, Tel. 404431

➤ Offene Treffen ohne Voranmeldung

Hier können Sie reinschnuppern, Fragen stellen, Erlerntes vertiefen, sich über neue Entwicklungen informieren oder einfach Kontakte knüpfen und pflegen. Wir helfen Ihnen bei der Lösung Ihrer Probleme mit PC, Tablet oder Smartphone und freuen uns auf Sie

- **dienstags**, 15:00 – 18:00 Uhr

Trainer: Shabir Khokhar, Michael Ecker

- **mittwochs**, 10:00 - 13:00 Uhr

Trainer: Shabir Khokhar, Ute Meurs, Waltraud Hoffmann
Bei großen Problemen (z.B. Virusbefall, Systemwiederherstellung oder bei der Installation und Einrichtung eines neuen PCs, Tablets oder Smartphones bitten wir um Voranmeldung (s. Info).

Kurse

- **Briefe schreiben mit Word**
Referenten: Uwe Höthker, Shabir Khokhar
Anmeldung: Shabir Khokhar, Tel. 4543246
- **Tabellen erstellen mit Excel**
Referent und Anmeldung:
Waltraud Hoffmann, Tel. 404431

➤ Workshops (mit Voranmeldung)

Bitte im Internetcafé in die entsprechenden Listen an der Infotafel eintragen oder bei den Trainern anmelden.

- **Digitale Bildbearbeitung und Einführung in Photoshop**
Jeden **ersten Donnerstag** im Monat, 10:00 – 12:00 Uhr
Trainer: Shabir Khokhar, Tel. 4543246
- **Startmenü, Infocenter, Apps, Sicherheit und mehr**
Jeden **dritten Donnerstag** im Monat, 12:00 – 14:00 Uhr
Trainerin: Waltraud Hoffmann, Tel. 404431
- **Was tun, wenn das Internet streikt?**
Termine und Teilnehmerliste an der Infotafel im
Internetcafé
Trainerin: Waltraud Hoffmann, Tel. 404431

Veranstaltungen der Ev. Kirchengemeinde Düsseldorf-Mitte

Musik in der Kreuzkirche

Kantatengottesdienst – Am Ostersonntag, dem 1. April, erklingen um 10.30 Uhr in einem festlichen Gottesdienst barocke Kantatenkompositionen von Buxtehude und anderen. Unter der Leitung von Dirk Ströter musizieren Elisa Rabanus (Sopran) und das Kantatenorchester der Kreuzkirche. Der Eintritt ist selbstverständlich frei.

Nun will der Lenz uns grüßen – Unter diesem Titel laden wir am Sonntag, den 8. April, um 17.00 Uhr herzlich zu einem offenen Singen in den Collenbach-Saal ein. Auf dem Programm stehen Lieder und Texte zum Frühling. Die Leitung hat Dirk Ströter. Der Eintritt ist frei.

Zeit zum Zuhören- Am 3. Mai findet um 19.00 Uhr eine Zeit zum Zuhören statt. Sebastian Klein (Bariton) und Dirk Ströter (Klavier) musizieren Lieder der Romantik. Der Eintritt ist frei.

Zeit zum Zuhören – am 7. Juni um 19.00 Uhr in der Kreuzkirche. Der Flötenkreis der Kreuzkirche und Kantor Dirk Ströter lassen sommerliche Flöten- und Orgelmusik erklingen. Der Eintritt ist frei.

Kreuz und quer – Musical und mehr – so lautet der Titel des Konzerts, zu dem der düsselChor am Samstag, den 16. Juni, um 18.00 Uhr in den Collenbach-Saal einlädt. Serviert wird ein buntes musikalisches Menü, dessen Schwerpunkt diesmal im Bereich Musical liegt. Es erklingen unter anderem Ausschnitte aus den Musicals „West Side Story“, „Kiss me, Kate“, „My Fair Lady“, „Show Boat“, „Hair“ und bekannte Melodien von Andrew Lloyd Webber. Die Leitung hat Dirk Ströter. Der Eintritt ist frei.
Wir freuen uns auf Sie!

Veranstaltungen der Ev. Kirchengemeinde Düsseldorf-Mitte

Sie saßen und tranken am Teetisch...

Bildung und gerechte Teilhabe

Der andere Blick

Die zeitgenössische, amerikanische Künstlerin Judy Chicago wird berühmt durch ihr monumentales Werk „The Dinner Party“. Es ist ein gedeckter Tisch, eine Kunstinstallation, die die Geschichte der Frauen in der westlichen Zivilisation symbolhaft darstellt. Die Künstlerin richtet einen „anderen Blick“ auf eine Vielfalt von Genderthemen in der Kultur- und Kunstszene der 60iger und 70iger Jahre des vorigen Jahrhunderts. Sie hinterfragt Selbstverständliches und zeigt „blinde Flecken“ auf. In ihrer Biografie „Durch die Blume“ setzt sie sich intensiv auseinander mit ihren Kämpfen und ihrer Entwicklung als Künstlerin in jener Zeit. Nach einem einleitenden Kurzreferat ist viel Zeit für Gespräche.
zentrum *plus*, Klever Str. 75, 14.06.2018, 19:30 - 21:00 Uhr,
Dorothee Göring-Weitz, Tel.: 46 43 16

Gemeinde unterwegs – Tagesfahrt und Gruppenreise

WalbeckSpargel und Venlo-Bummel, Freitag nach Pfingsten,
25.06.18: Altbewährt fahren wir vormittags zuerst den Spargelhof Allofs an, mittags weiter zum Spargel-SATT-essen und anschließend in die Stadt Venlo (NL). Kosten ca. 34 €
„Tegtmeiers Reisen“ Goldener Herbst in Bad Kissingen,
24.09. – 08.10.18

Im bekannten bayrischen Staatsbad werden wir (24 EZ und 8 DZ) im Hotel Sonneneck wohnen. Das 3*-Hotel liegt ruhig im Rosenviertel in der Kurzone. Kurze Wege (ca. 600 m) führen in die Innenstadt, zum Konzertsaal oder in den großen Kurpark (Bushaltestelle vorhanden). Im Hotel haben wir Halbpension. Hilfsangebote vor Ort möglich! Reisepreis EZ 1.015 €, DZ je 905 € (inkl. Programm). Genaueres wird im Flyer im März veröffentlicht. Reise(beg)leitung: Olaf Tegtmeier, Tel.: 94827-84, Mo. + Mi. + Fr. 13 – 14 Uhr oder AB, Mail: olaf.tegtmeier@ekir.de

Weitere Angebote der Ev. Kirchengemeinde Düsseldorf-Mitte

Die Evangelische Fachberatung Demenz

Menschen mit Demenz sind besonders.
Sie haben eine besondere Geschichte und viel Erfahrung.
Sie sind besonders sensibel.
Sie sind besonders dankbar.
Sie sind besonders gefordert ihren Alltag zu bewältigen und müssen besonders mutig sein.

Und sie sind es wert unsere Aufmerksamkeit zu erhalten!

Wir möchten Menschen mit Demenz diese Aufmerksamkeit schenken und versuchen, ihnen in ihrer jeweiligen Situation angemessen zu begegnen. Es ist unser Anliegen, betroffene Familien im Krankheitsverlauf zu begleiten und ihnen mit unseren Angeboten Halt, Einbindung und Entlastung zu verschaffen. Dieser Aufgabe versuchen wir in Zusammenarbeit mit dem „zentrum plus“ Derendorf-Golzheim gerecht zu werden.

Die ausführlichen Informationen zu den regelmäßigen Angeboten der Fachberatung entnehmen Sie bitte dem Halbjahresprogramm, das im „zentrum plus“ Derendorf-Golzheim und in den Gemeindebüros ausliegt.

Für Fragen und Informationen rund um das Thema Demenz steht Ihnen die Leiterin der Fachberatung, Maike Keske, gerne zur Verfügung. Tel. 9 48 27 40 (Bitte hinterlassen Sie bei Abwesenheit eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter, Frau Keske ruft Sie schnellstmöglich zurück)

Mail: maike.keske@evdus.de

Sie können auch beim Telefondienst des „zentrum plus“ eine Nachricht für Frau Keske hinterlassen.

Weitere Angebote der Ev. Kirchengemeinde Düsseldorf-Mitte

Besonders aufmerksam machen möchten wir Sie auf zwei Angebote der Ev. Fachberatung Demenz:

Folgekurs Entspannungstraining

für pflegende Angehörige und alle Interessierten
Freitag, den 20.04. – Freitag, den 08.06.2018
8 Kurseinheiten, jeweils von 10:30 – 11:30 Uhr
im kleinen Raum des Gemeindezentrums,
Collenbachstr. 10, 2. OG, Kosten: 32,00 €
Leitung: Monika Westerfeld
Information und Anmeldung: Maike Keske

Ein Neueinstieg ist möglich.

Sie lernen verschiedene Entspannungstechniken, wie Progressive Muskelentspannung und Qi Gong, kennen.

Mutmach-Seminar Demenz

Wir möchten Sie einladen mutig zu sein – und sich auf ein 40 Unterrichtsstunden umfassendes Seminar einzulassen, das dazu beitragen möchte, Menschen mit Demenz und ihre Familien mehr in unsere Mitte zu rücken, Ängste abzubauen und ein neues Miteinander zu ermöglichen. Das Seminar findet in der Zeit vom 07. bis 23. Juni 2018 statt. Detaillierte Informationen entnehmen Sie bitte dem ausliegenden Flyer.

Eine Anmeldung für einzelne Bausteine ist leider nicht möglich. Anmeldungen werden bis zum 10. April von Frau Keske entgegengenommen.

Wir würden uns freuen, Sie begrüßen zu dürfen!!

Hinweise

Kartenverkauf für Veranstaltungen

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass der Kartenverkauf für bestimmte Veranstaltungen nur zu festgelegten Zeiten stattfinden kann. Sie erleichtern uns damit die Verwaltung und die sichere Verwahrung der eingenommenen Gelder.

Kartenverkauf VFF / Polizeichor

bei Frau Luise Gelbke – freitags von 14:00 bis 16:00 Uhr

Kartenverkauf Kultur am Rhein (artcard)

bei Frau Gisela Dorp – Tel. 0211/948 27 50

nur freitags von 12:00 bis 15:00 Uhr

Kartenverkauf externe Veranstaltungen (z.B. Oper)

beim Telefondienst – täglich von 10:00 bis 12:00 Uhr

Geburtstagsfeier

Für alle, die im Januar und Februar Geburtstag haben, findet die Geburtstagsfeier am 09. März im Saal der Kreuzkirchengemeinde, Collenbachstrasse, statt.

Kleine praktische Hilfestellungen im Haushalt

Die Männergruppe „menpower“ hilft bei Reparaturen, die so klein sind, dass kein Handwerker dafür kommt (z.B. Festziehen von Schrauben, Wechseln von Glühbirnen etc.). In solchen Fällen können sich die Besucher unseres „zentrum plus“ freitags (14:00 - 16:00 Uhr) an Frau Höckmann wenden.

Hinweise

Traumkino-Termine jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, Vorstellungsbeginn 11:00 Uhr, Kassenöffnung 09:30 Uhr

Filme: Bitte auf Aushänge achten oder im „zentrum plus“ erfragen!

Wöchentliche Treffen

der **AA-Selbsthilfegruppen:** montags und mittwochs, 19 Uhr
und der **OA-Selbsthilfegruppe:** dienstags, 19:30 Uhr
in den Räumen des „zentrum plus“.

„MachMit“ Die Freiwilligenzentrale der Diakonie Düsseldorf bietet ein vielseitiges Fortbildungsprogramm.

Das aktuelle Heft ist im „zentrum plus“ erhältlich. Interessenten können sich beim Telefondienst oder direkt bei „MachMit“ informieren:

Lydia Rauch, Tel. 7353-334

Kulturliste Düsseldorf

Die Kulturliste ist eine gemeinnützige Initiative und ermöglicht Düsseldorfern mit geringem Einkommen die Teilnahme am kulturellen Leben. Die teilnehmenden Kulturinstitute stellen der Kulturliste Düsseldorf Kartenkontingente für ihre Veranstaltungen zur Verfügung.

Bei Interesse wenden Sie sich an uns. Das „zentrum plus“ Derendorf-Golzheim ist Kooperationspartner der Kulturliste Düsseldorf.

Info: Inge Gößling

Wir für Sie

„zentrum plus“ Derendorf-Golzheim

Inge Gößling: Sprechzeiten: Do. 10:00 - 12:00 Uhr

Mail: inge.goessling@diakonie-duesseldorf.de

Kirsten Schulte-Frohlinde: Sprechzeiten: Fr. 10:00 - 12:00 Uhr

Mail: kirsten.schulte-frohlinde@diakonie-duesseldorf.de

Kleiver Straße 75 in 40477 Düsseldorf

Tel: 0211 / 9 48 27 50 Fax: 0211 / 48 28 88

Internet:

www.zentrum-plus-diakonie.de

www.netzwerke-duesseldorf.de

www.diakonie-duesseldorf.de

www.kreuzkirche-duesseldorf.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 09:45 - 17:00 Uhr

Samstag (nach Angebot): 14:00 - 16:00 Uhr

Sonntag (nach Angebot):

Mo. - Fr., 10:00 – 12:00 Uhr und Di., 10:00 – 17:00 Uhr stehen

Ihnen tel. und persönlich ehrenamtliche Mitarbeitende als

Ansprechpartner zur Verfügung und nehmen Anmeldungen

entgegen.

Über aktuelle Änderungen informieren unsere Aushänge im
"zentrum plus".

Evangelische Kirchengemeinde Düsseldorf-Mitte

Maike Keske Demenzberatung / Tel. 9 48 27 40

Olaf Tegtmeier Gemeindediakon / Tel. 9 48 27 84

Sprechzeiten nach Vereinbarung

Diakonie-Spendenkonto Nr. 10 105 757 bei der Sparkasse

Düsseldorf, IBAN: DE 87 3005 0110 00 101057 57,

BIC: DUSSDE DDXXX,

Stichwort: „zentrum plus“ Derendorf-Golzheim