

ZENTRUM PLUS GERRESHEIM

August-Oktober 2019

BEGEGNUNG UND BERATUNG
BILDUNG UND KULTUR
GESUNDHEITSPRÄVENTION
FREIZEITGESTALTUNG
EHRENAMT UND NETZWERK



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Aktuelles	4-6
Schwerpunkt Beratung	7-10
Schwerpunkt Kultur.....	11-12
Schwerpunkt Demenz	13
Schwerpunkt Armut	14
Schwerpunkt Kooperationen im SB 7	15-17
Schwerpunkt Nachbarschaft	17
Angebote im August	18-23
Angebote im September	23-28
Angebote im Oktober.....	28-34
Gruppen im „zentrum plus“	35
Mittagstisch	36
Vorschau	37
Personelles.....	38
Netzwerk Gerresheim.....	39
Wir für Sie (Adressen und Ansprechpartner).....	40

Vorwort

September

Der Dornbusch prangt im Schmuck der roten Beeren,
die Dahlien in ihrer bunten Pracht,
und Sonnenblumen mit den Strahlenspeere
stehn stolz wie goldne Ritter auf der Wacht.

Die Wespe nascht um gelbe Butterbirnen,
die Äpfel leuchten rot im Laub und glühn
den Wangen gleich der muntren Bauerdirnen,
die sich im Klee mit ihren Sicheln mühn.

Noch hauchen Rosen ihre süßen Düfte,
und freuen Falter sich im Sonnenschein,
und schießen Schwalben durch die lauen Lüfte,
als könnt des Sommerspiels kein Ende sein.

Nur ab und an, kaum dass der Wind die Äste
des Baumes rührt, löst leise sich ein Blatt,
wie sich ein stiller Gast vom späten Feste
heimlich nach Hause stiehlt, müde und satt.

Gustav Falke

Liebe Leserinnen und Leser!

Heute erhalten Sie das neue Programmheft für August bis Oktober 2019. Wir hoffen, dass wir auch mit diesem Heft wieder Ihr Interesse wecken können und Sie sich bei unseren Themen und Angeboten angesprochen fühlen.

Wir wünschen Ihnen auf jeden Fall viel Spaß beim Durchblättern.

Einen schönen Spätsommer und ein herzliches Willkommen,
wir freuen uns auf Sie!

Aktuelles

Tanzprojekt für Senioren in Kooperation mit dem tanzhaus nrw

Die Weiterführung des Tanzprojektes mit Tanzpädagog*innen von tanzhaus nrw ist in Planung. Wir informieren rechtzeitig.

„Versponnen“ –Kreativangebot mit Corinna Bernshaus, Raum D

Dieses Angebot wird bis zum Ende des Jahres fortgesetzt.

Wir informieren rechtzeitig über die Folgetermine.

Information: Petra Wienß: 0211-296528.

Reisen ohne Koffer 2019 für Senioren zu den Wunschorten

Weitere Termine sind der 01. August 2019, an diesem Tag geht es zur Burg Linn nach Krefeld und am 20. August 2019 nach Remagen.

Reisen ohne Koffer 2019 - Ein Reisevortrag in Wort und Bild

Eine spannende Schiffsreise mit Barbara und Jürgen Mutscher. Das Ehepaar Mutscher präsentiert uns Eindrücke ihrer Reise mit der Hurtigroute bis zum Nordkap.

Donnerstag, 31.10.2019, 15.00 Uhr, Gemeindesaal

ev. Kirchengemeinde, Hardenbergstr. 3

Anmeldung erbeten! Der Eintritt ist frei!

Großes Konzert mit den German Silver Singers

Als Chor & als Solisten begeistern die German Silver Singers ihr Publikum mit Welt-Hits aus Pop, Klassik, Rock. Freuen Sie sich auf ein Konzert in Kooperation mit dem Kompetenzzentrum Demenz im zentrum plus Gerresheim.

Dienstag, 10.09.2019, wie immer ab 14.30 Uhr im

Café VergissMeinNicht, um 15.00 Uhr beginnt das Konzert.

Die Veranstaltung ist für alle Interessierten geöffnet.

Anmeldung erbeten!

Aktuelles

Islam-Reihe

Am 16. September 2019 um 15.30 Uhr referiert Herr Pfr. i.R. Fengler in der „Islam-Reihe“ über das Thema: „Fromme Gewalt, gläubiger Fanatismus und religiöser Hochmut im Alten Testament.“ Anmeldung bis 09. September 2019 an Herrn Pfr. i.R. Fengler, Am Wallgraben 28, 40625 Düsseldorf

Vortrag - Achtsamkeit und Selbstsorge

Am Dienstag, 17. September 2019 um 16:00 Uhr findet im Ferdinand-Heye-Haus Apostelplatz 1, Gerresheim ein Vortrag von Erich Schützendorf statt. Wer als Begleiter seine eigenen Bedürfnisse zurückstellt, hat bald keine Kraft mehr. Der Referent gibt Anregungen für eine Beziehungsarbeit, die den Kompromiss sucht. Anmeldungen sind nicht erforderlich

Filmvorführung im Ferdiand-Heye-Haus

Der Film „Frontotemporale Demenz verstehen“ wird am 17. Oktober um 16.00 Uhr im Ferdinand-Heye-Haus zu sehen sein. Der Film dauert 60 Minuten und im Anschluss bleibt noch Raum für Fragen an den Experten Bodo Beuchel. Anmeldung nicht erforderlich. Zielgruppe sind Angehörige und hauptamtlich Mitarbeitende.

Sonntagsspaziergang

Jeden 3. Sonntag im Monat findet immer um 11.00 Uhr, ein Sonntagsspaziergang statt. Bitte achten Sie auf die Aushänge, da es unterschiedliche Treffpunkte geben wird.

Bitte achten Sie auf die Aushänge zwecks Terminänderungen.

Aktuelles

Neue Männer braucht das „zentrum plus“

Da das Alter nicht nur weiblich ist, möchten wir verstärkt Angebote für und mit Männern auf den Weg bringen.

Bitte melden Sie sich, wenn Sie männlich sind und Lust haben an unseren Angeboten mitzuwirken oder eigene Ideen umsetzen möchten.

Kleiderspenden

Wir machen darauf aufmerksam, dass aus räumlichen und organisatorischen Gründen im „zentrum plus“ keine Kleiderspenden mehr angenommen werden. Spenden können während der Öffnungszeiten des Kirchencafés „MITTENDRIN“ der Evangelischen Kirche, Hardenbergstrasse 1, 40625 Düsseldorf, abgegeben werden: Di, Do und Fr 09.00-12.00 Uhr sowie Di bis Fr 14.30 – 17.30 Uhr. Wir bitten um Verständnis.

Sommer- und Herbstferien

Die Sommerferien gehen noch bis zum 27.08.2019.

Die Herbstferien dauern vom 14.10. - 26.10.2019.

In dieser Zeit finden bestimmte Kurse nicht, bzw. nach nur Absprache in den einzelnen Gruppen statt. Bitte sprechen Sie Ihre Gruppenleiter an.

Englischkurs der ASG

Der Kurs mit der Nr. 32093127 findet dienstags von 18.00 bis 19.00 Uhr statt. Er startet am 03.09.2019 und endet am 03.12.2019. Es sind 12 Termine geplant.

Schwerpunkt Beratung

Informationen

Für Informationen und Fragen rund um das Älterwerden stehen Ihnen Frau Helmes, Frau Wienß und Frau Dasenbrock gerne zur Verfügung. Bitte sprechen Sie uns an oder vereinbaren Sie einen Termin.

Umfassende Beratung und Begleitung in schwierigen Lebenssituationen

Wenn Sie Unterstützung in schwierigen Situationen brauchen, helfen wir Ihnen gerne weiter. Für Beratungen und Terminvereinbarungen sprechen Sie Frau Helmes an. Es sind auch Hausbesuche möglich. Telefon: 296528.

Demenz

Wenn Sie Fragen zum Thema Demenz haben, wenden Sie sich bitte an Frau Wienß und vereinbaren Sie einen Termin. Für alle Fragen zur „Blauen Stunde“ oder einer stundenweisen Betreuung in der Häuslichkeit steht Ihnen Frau Dasenbrock jeden Donnerstag von 10.00-13.00 Uhr zur Verfügung.

100 Tage im Amt

Die Seniorenräte, die in den kommenden 5 Jahren die Interessen der Generation 60plus in Düsseldorf vertreten, kommen zum Dialog in die zentren plus der AWO. Sie sind seit 100 Tagen im Amt. Aber was ist eigentlich der Seniorenrat? Wie sind die ersten 100 Tage gelaufen? Wofür stehen die Gewählten? Was sind Ihre Schwerpunkte? Termine für die Veranstaltungen in den einzelnen Stadtbezirken entnehmen Sie bitte unseren ausgehängten Plakaten.

Schwerpunkt Beratung

Fragen an den Seniorenrat

Die gewählten Vertreterin des Seniorenrates, Frau Meister und Frau Boss unterstützt Sie mit ihren Erfahrungen und Kontakten bei Schwierigkeiten und Problemen. Im „zentrum plus“ Gerresheim können Sie den Seniorenrat jeden 4. Dienstag im Monat von 10.00-12.00 Uhr erreichen. Telefon: 296528.

Häusliche Pflege der Diakonie Düsseldorf

Wenn Sie Fragen zur häuslichen Pflege haben, steht Ihnen Frau Anja Annusat von der Diakonie Düsseldorf im „zentrum plus“ Gerresheim jeden 2. Dienstag für alle Fragen rund um die ambulante Pflege zur Verfügung. Jeder Gerresheimer Bürger-/Bürgerin kann das Angebot nutzen und sich von Frau Annusat nach telefonischer Anmeldung beraten und informieren lassen. Telefon 29 65 28.

Beratung der Ökumenischen Hospizgruppe Gerresheim e.V.

Der ambulante Hospizdienst berät und begleitet schwerkranke und sterbende Menschen und ihre Angehörigen, Freunde und Bekannte. Die Begleitung von Betroffenen und ihrem Umfeld kann zuhause, aber auch im Pflegeheim oder Krankenhaus stattfinden.

Sprechstunde ist an jedem Mittwoch von 10.00 bis 12.00 Uhr im Büro der Hospizgruppe an der Heyestraße 129 und jederzeit nach Vereinbarung auch im Büro der Hospizgruppe im Bürgerhaus Gerresheim, Am Wallgraben 34-38.

Informationen und Fragen unter Telefon: 0211- 297059

oder per E-Mail an: hospizgr-gerresheim@gmx.de

Informationen: www.hospiz-gerresheim.de

Schwerpunkt Beratung

Lotsendienst

Die Lotsen helfen Gerresheimer Bürgerinnen und Bürgern bei schwer verständlicher Post, beim Ausfüllen von Formularen, Anträgen und vielem mehr. Sie finden die Lotsen jeden Donnerstag im „zentrum plus“ Gerresheim in der Zeit von 10.00 bis 12.00 Uhr.

Move-on – trotz Parkinson, Selbsthilfegruppe für jüngere Parkinson Betroffene und Angehörige

Die Mitglieder von Move-On leben unterschiedlich lange mit der Krankheit, haben verschiedene Symptome und Ausprägungen. Bei allen hat sich nach der Diagnose das Leben verändert. Als die echten „Spezialisten“ im Umgang mit Parkinson bieten die Mitglieder von Move-On eine kompetente Anlaufstelle für Betroffene. Die meisten von ihnen haben ihre Diagnose im Alter von um die 40 Jahre erhalten, was eine gänzlich andere Problematik nach sich zieht als der „Altersparkinson“.

Move-on -Treffen

An jedem 2. Donnerstag im Monat 18.30 h, großer Raum

Move-on – Treffen nur für Angehörige

An jedem 1. Mittwoch im Monat, 19.00 h, kleiner Raum
Mehr Infos finden Sie unter: <http://www.shg-move-on.de>

Selbsthilfegruppe Frauen mit Brustkrebs

Jeden 2. Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr trifft sich dieser offene Gesprächskreis zu einem Erfahrungsaustausch im „zentrum plus“ Gerresheim, Am Wallgraben 34. Betroffene, Angehörige, Fachleute und Interessierte sind herzlich eingeladen. Sie erhalten Informationen, Hilfe, Neues aus der Forschung etc.

Ansprechpartnerin: Frau Rommerskirchen 0211-282162.

Schwerpunkt Beratung

Selbsthilfegruppen

Selbsthilfe – Lungenkrebs

Selbsthilfe stärkt die Kompetenz des Patienten, hilft Ängste abzubauen und Behandlungen besser zu verstehen.

Die Selbsthilfe Lungenkrebs „Atemlos in Düsseldorf“ e.V. trifft sich jeden 3. Donnerstag im Monat von 18.00 bis 20.00 Uhr im „zentrum plus“ Gerresheim, Am Wallgraben 34.

Betroffene und Angehörigen haben die Möglichkeit, sich auszutauschen, Erfahrungen mitzuteilen und zu sehen, wie andere mit ihrer Erkrankung umgehen und leben.

Ansprechpartner: Werner Kleinert: Telefon 0157-84033827 oder per E-Mail: duesseldorf@selbsthilfe-lungenkrebs.de und atemlos-duesseldorf@gmx.de

Schlaganfall-SHG für Betroffene und Angehörige Düsseldorf

Jeden 4. Donnerstag im Monat um 19.00 Uhr trifft sich die Schlaganfall-Selbsthilfegruppe im „zentrum plus“ Gerresheim, Am Wallgraben 34. Ansprechpartnerin ist Frau Ilka Müller

**Fang nie an aufzuhören,
hör nie auf anzufangen.**

Cicero

Schwerpunkt Kultur

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Das Büro ist von montags bis donnerstags in der Zeit von 10.00 bis 12.00 Uhr besetzt. In dieser Zeit haben Sie die Möglichkeit, sich zu den verschiedenen Angeboten anzumelden und diese zu bezahlen. Für Fragen und Informationen rund um das Kultur-Netzwerk Gerresheim und die einzelnen Angebote stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Kulturgruppe

An jedem 3. Montag im Monat um 10.00 Uhr trifft sich die Kulturgruppe. Jeder ist herzlich eingeladen und kann Ideen, Anregungen und Vorschläge für Aktivitäten einbringen.

Kultur-Häppchen

An jedem 1. bis 4. Dienstag im Monat um 10.00 Uhr findet ein Frühstück statt, das für jeden Interessierten offen ist und liebevoll von Kultur-NetzwerkerInnen vorbereitet wird. Dazu gibt es kulturelle Häppchen aus den Bereichen Musik, Literatur oder Historie. Eine Anmeldeleiste liegt aus.

Kultur-Netzwerk unterwegs

Geplante Exkursionen, die ganztägig oder nicht in Düsseldorf sind, finden regelmäßig immer am 3. Mittwoch im Monat statt. Kürzere Exkursionen in Düsseldorf starten wir verteilt über den Monat.

Für die Exkursionen melden Sie sich bitte im Büro des Kultur-Netzwerkes an. Die Anmeldungen sind verbindlich, bei einer Nicht-Teilnahme kann die Gebühr nur erstattet werden, wenn Sie einen Ersatzteilnehmer gefunden haben.

Literaturcafé

Das Literaturcafé findet jeden letzten Montag im Monat statt.

Schwerpunkt Kultur

„Wer kütt, der kütt“

Getreu dieses Düsseldorfer Mottos kann man an Exkursionen ohne Anmeldung teilnehmen. Diese sind immer mit diesem Motto gekennzeichnet, d.h. es finden Ausstellungsbesuche oder Ähnliches ohne Führung statt. Wer Lust hat, kommt einfach zum angegebenen Treffpunkt.

Foto-Atelier

Die Fotogruppe des Kultur-Netzwerkes trifft sich jeden 1. Montag im Monat um 10.00 Uhr abwechselnd im „zentrum plus“ Gerresheim oder bei einer gemeinsamen Exkursion.

Walken und Wandern

Die Walkinggruppe von Frau Wehrmann trifft sich mittwochs um 08.30 Uhr bei Natursteinmanufaktur Richter.

Die Wandergruppe mit Frau Mohseni findet immer am 1. Mittwoch im Monat statt. Bitte Aushänge beachten!

Literaturzirkel

In Kooperation mit der Stadtbücherei Gerresheim treffen sich die TeilnehmerInnen des Literaturzirkels. Wenn Sie gerne lesen und über Literatur diskutieren möchten, sind Sie herzlich eingeladen. Nächster Termin: 05. September 2019, 18.00 Uhr. Gelesen wird das Buch „Was vom Tage übrig blieb“ von Kazuo Ishiguro.

Internetcafé

Das Internetcafé ist jeden 1. und 3. Montag im Monat und Mittwoch bis Freitag jeweils in der Zeit von 14.00 bis 16.00 Uhr geöffnet. Vorherige Anmeldung ist erforderlich. Ihre Ansprechpartner sind: Herr Holzapfel, Herr Bruckmann, Herr Sachs und Frau Kirchhoff.

Schwerpunkt Demenz

Beratung

Haben Sie Fragen zum Krankheitsbild Demenz oder benötigen Sie Unterstützung? Am 1., 2. und 3. Dienstagnachmittag und nach Absprache bietet Ihnen Frau Wienß Beratung für pflegende Angehörige an. Das an Demenz erkrankte Familienmitglied ist in dieser Zeit im „Café VergissMeinNicht“ gut betreut.

Café VergissMeinNicht

Vielleicht haben Sie bereits von unserem besonderen „Café VergissMeinNicht“ gehört oder gelesen? Es wird ein gemeinsamer Nachmittag mit Kaffeetrinken und auf die Gäste abgestimmte Angebote gestaltet. Sie erleben Freude, Abwechslung und Entspannung. Das „Café VergissMeinNicht“ ist jeden 1., 2. und 3. Dienstag im Monat von 14.00 bis 17.00 Uhr geöffnet. An jedem letzten Dienstag im Monat findet ein offenes Singen mit Herrn Geldmacher statt.

Diese Veranstaltungen werden aus Spenden finanziert.

Blaue Stunde

Jeden Donnerstag findet die „Blaue Stunde“ in der Zeit von 09.45 -12.45 Uhr statt, ein Vormittag für Körper, Geist und Seele. Nähere Informationen erhalten Sie im „zentrum plus“ bei Frau Dasenbrock. Telefon 0211-29 65 28.

Der Mix macht's

Im Rahmen von Kultur und Demenz findet am 20.08.2019 das Sommerfest mit Sitztanz im Café VergissMeinNicht statt. Beginn 14.30 Uhr mit einem Kaffeetrinken. Anmeldung erbeten!

Schwerpunkt Armut

Netz gegen Armut

Immer mehr Mitbürger - auch in Gerresheim - sind von Armut betroffen. Deshalb haben die Gerresheimer Bürger, Vereine und Verbände, die Evangelische Kirchengemeinde Gerresheim, die Katholische Kirchengemeinde Gerresheim und das „zentrum plus“ der Diakonie das „Netz gegen Armut“ gegründet. Eines der Projekte ist z.B. bei Bedarf die Möglichkeit eines kostenfreien Mittagessens in der Cafeteria der Sana Klinik Gerresheim, der Trattoria Uscana, Restaurant Nobby und Puky auf der Heyestrasse und im Café „Frau Heye“ des Ferdinand-Heye-Hauses. Diese Mittagessen werden über Spenden finanziert.

Wenn Sie mehr über das bürgerschaftliche Engagement gegen Armut und Ausgrenzung erfahren möchten, wenden Sie sich bitte an Frau Wienß. Telefon 0211-29 65 28.
Internet: www.netz-gegen-armut.de

Resolution - 10 Jahre Netz gegen Armut

Um auf die grundlegenden Ursachen für Armut in der Gesellschaft, die durch die derzeitige Sozial- und Arbeitsmarktpolitik nicht beseitigt werden, aufmerksam zu machen, werden die Landes- und Bundespolitiker aufgefordert, sich für eine durchgreifende Verbesserung des Sozialsystems einzusetzen und dabei die alltäglichen Erfahrungen und Kenntnisse der Initiativen gegen Armut zu berücksichtigen. Wer die Resolution unterschreiben möchte, kann dies im „zentrum plus“ Gerresheim oder am 01. September beim Fest der Demokratie ab 13.00-19.00 Uhr im Ehrenhof tun.

Weitere Termine der Unterschriftenaktion sind der 08.08.2019 oder der 15.08.2019 in der Fußgängerzone Neusser Tor, Samstag, 14.09.2019 von 11.00-15.00 Uhr auf dem Gerresheimer Weinfest sowie beim Deutsch-Italienischen Fest auf der Heyestr. am 21.09.2019 von 11.00-14.00 Uhr.

Schwerpunkt Kooperationen im SB 7

Demenzwochen Diakonie Düsseldorf

Im Rahmen der Demenzwochen der Diakonie Düsseldorf finden im Stadtteil Gerresheim Ende August und im Monat September die nachfolgenden Veranstaltungen statt:

Gerresheim singt - Einladung zum Mitsingkonzert -

- 27. August 2019 um 17.00 Uhr

Das Konzert findet in der Fußgängerzone Neusser Tor statt.
„zentrum plus“ Gerresheim, Am Wallgraben 34
in Kooperation mit Runder Tisch Demenz im Stadtbezirk 7
Ansprechpartnerin: Petra Wienß 0211- 29 65 28

German Silver Singers

- 10. September um 15.00 Uhr

„zentrum plus“ Gerresheim, Am Wallgraben 34
in Kooperation mit Runder Tisch Demenz im Stadtbezirk 7
Ansprechpartnerin: Petra Wienß 0211- 29 65 28

Demenz und Führerschein - Vortrag mit KHK Joachim Tabath

- 24. September 2019 um 15.00 Uhr

„zentrum plus“ Ludenberg, Benderstrasse 129 c
in Kooperation mit Runder Tisch Demenz im SB 7
Ansprechpartnerin: Petra Wienß 0211- 29 65 28

Theaterstück Dachstube

- 05. September 2019 um 18.00 Uhr

Ferdinand-Heye-Haus, Apostelplatz 1
Ansprechpartnerin: Britta Keil 0211-27 40 55 03

Vortrag „Achtsamkeit und Selbstsorge“ Erich Schützendorf

- 17. September 2019 um 16.00 Uhr

Ferdinand-Heye-Haus, Apostelplatz 1
Ansprechpartnerin: Britta Keil 0211-27 40 55 03

Schwerpunkt Kooperationen im SB 7

Stadtbezirkskonferenz - Seniorenarbeit im Stadtbezirk 7 -

Die Stadtbezirkskonferenz –Seniorenarbeit im Stadtbezirk 7 - unter der Moderation von Frau Wienß trifft sich viermal im Jahr. Hier werden alle seniorenrelevanten Themen im Stadtbezirk 7 besprochen. Ein Auftrag der Stadtbezirkskonferenz ist neben der Öffentlichkeitsarbeit im Seniorenbereich auch die Umsetzung stadtbezirksspezifischer Themen. Aktuell sind dies die Themen Demenz, Armut und Nachbarschaft.

Nächster Termin der SBK - Seniorenarbeit im Stadtbezirk 7 - ist der 28. Oktober 13.30 Uhr. Ort: Kath. Kirchengemeinde St. Maria vom Frieden, Dreherstraße 202, 40625 Düsseldorf

Runder Tisch – Demenz geht uns alle an

Ein großer Kreis unterschiedlicher Akteure aus dem Stadtbezirk hat sich auf den Weg gemacht, diesen für das Thema Demenz zu sensibilisieren. Für unseren Stadtbezirk werden vom „Runden Tisch Demenz“ zusätzliche Angebote geplant und umgesetzt, so z.B. Kampagnen in der Öffentlichkeit, Expertengespräche, Schulungen für Geschäftsleute, Informationsveranstaltungen, Vorträge, etc.

Nächster Termin: 19.08.2019, 15.00 Uhr im „zentrum plus“ Gerresheim

Weitere Kooperationen bestehen bei „Reisen ohne Koffer“ mit der Ev. Kirchengemeinde der Gustav-Adolf-Kirche und beim Tanzprojekt mit dem Tanzhaus NRW sowie mit der Stadtbücherei Gerresheim, z.B. beim Literaturzirkel.

Schwerpunkt Nachbarschaft

„Gerresheim lebt Nachbarschaft“

Sommercafé

Das Sommercafé und das „Frühstück vor der Haustüre“ werden 2019 weiterhin vom „zentrum plus“ Gerresheim umgesetzt. Wir informieren rechtzeitig.

Gerresheim reCycelt

Die mobile Fahrradwerkstatt findet weiterhin statt. Ansprechpartner ist die Ev. Kirchengemeinde Gerresheim, Frau Albert, Telefon 0211-580 30 10-31.

Rund um St. Katharina

An jedem letzten Freitag im Monat findet das Nachbarschaftsfrühstück statt.

Repaircafé

Die Katholische Kirchengemeinde St. Margareta bietet 1 x monatlich ein Repaircafé an. Nächste Termine 14.08.2019, 18.09.2019, 23.10.2019 und 20.11.2019 immer im Kaminzimmer im Stiftsgebäude.

Fairteiler der Foodsharer

Im Eingangsbereich des „zentrum plus“ steht ein „offener Kühlschrank“. Gespendete und „gerettete“ Lebensmittel werden dort abgegeben. Jeder kann sich diese Lebensmittel mitnehmen.

Lesecafé

Das Lesecafé findet jeden Mittwoch von 16.00 bis 17.00 Uhr im Sozialzentrum des LVR Klinikums – Haus 27 – Bergische Landstrasse 2, 40629 Düsseldorf statt.

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im August

01. August, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag entfällt
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- Reisen ohne Koffer; Fahrt nach Burg Linn, Krefeld
Abfahrt 13.00 Uhr Hardenbergstr. 13.10 Uhr Dreherstr.
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta mit Frau Breuers

02. August, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz entfällt
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

03. August, Samstag

- 10.30 Uhr Gitarrenwerkstatt mit Burkhart Steinke
- Exkursion; Führung durch den Chem-Park Leverkusen
Anmeldung erbeten. Bitte Aushang beachten!

04. August, Sonntag

05. August, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Fotogruppe im zentrum plus
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Glasnachmittag mit Herrn Reichmann
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

06. August, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 14.30 Uhr Café VergissMeinNicht
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im August

07. August, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker
- 19.00 Uhr Angehörigentreff Parkinson

08. August, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag entfällt
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta mit Frau Breuers
- 18.30 Uhr SHG Parkinson

09. August, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz entfällt
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

10. August, Samstag

11. August, Sonntag

12. August, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Abschlussveranstaltung „Versponnen“ Raum D
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im August

13. August, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 14.30 Uhr Café VergissMeinNicht
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim

14. August, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 17.00 Uhr Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“
- 19.00 Uhr SHG Brustkrebs

15. August, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag entfällt
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta mit Frau Breuers
- 19.00 Uhr SHG Lungenkrebs

16. August, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz entfällt
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

17. August, Samstag

18. August, Sonntag

- 11.00 Uhr „Wer kütt, der kütt“ Sonntagsspaziergang

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im August

19. August, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturgruppe
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Runder Tisch Demenz
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

20. August, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 14.30 Uhr Kultur und Demenz:
Sommerfest mit Sitztanz im Café VergissMeinNicht
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim

21. August, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 11.00 Uhr „Wer kütt der kütt“ Picknick im Wildpark
Bitte Aushang beachten!
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker

22. August, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag entfällt
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta mit Frau Breuers
- 19.00 Uhr SHG Schlaganfall mit Frau Müller

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im August

23. August, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz entfällt
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

24. August, Samstag

- 14.00 Uhr Exkursion: Kreismuseum Zons
Anmeldung erbeten. Bitte Aushang beachten!

25. August, Sonntag

26. August, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr PC-Trainertreff
Reisen ohne Koffer; Fahrt zur Straußenfarm Remagen
10.00 Uhr Abfahrt Hardenbegstr. 10.10 Uhr Dreherstr.
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Literaturcafé
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

27. August, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Sprechstunde des Seniorenrates
- 15.00 Uhr Singen mit Herrn Geldmacher
- 17.00 Uhr Demenzwochen Diakonie Düsseldorf
„Gerresheim singt“ Fußgängerzone
- 19.00 Uhr Schachfreunde Gerresheim

28. August, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining Gruppe mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 17.00 Uhr Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im August/September

29. August, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag, M. Aschendorf
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Sommerfest im Ferdinand-Heye-Haus
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta mit Frau Breuers

30. August, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz
- 10.00 Uhr Frühstück in St. Katharina
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß
- 17.30 Uhr Je-Ka-Mi Spieleabend

31. August, Samstag

01. September, Sonntag

- 13.00 Uhr Fest der Demokratie im Ehrenhof mit dem Netz gegen Armut

02. September, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Fotogruppe
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Glasnachmittag mit Herrn Reichmann
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

03. September, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 14.00 Uhr „Wer kütt, der kütt“ Minigolf am Südpark
- 14.30 Uhr Café VergissMeinNicht

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im September

noch 03. September, Dienstag

- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim
- 18.00 Uhr Englisch des ASG

04. September, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 10.00 Uhr Gruppensprechertreffen
- 10.00 Uhr Wandern mit Frau Mohseni
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker
- 19.00 Uhr Angehörigentreff Parkinson

05. September, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag, M. Aschendorf
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 18.00 Uhr Literaturzirkel
- 18.00 Uhr Demenzwochen Diakonie Düsseldorf
Theaterstück Dachstube im Ferdinand-Heye-Haus

06. September, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

07. September, Samstag

08. September, Sonntag

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im September

09. September, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

10. September, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 14.30 Uhr Demenzwochen Diakonie Düsseldorf
German Silver Singers im zentrum plus Gerresheim
Anmeldung erbeten!
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim
- 18.00 Uhr Englisch des ASG

11. September, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer
- 14.30 Uhr „Musik liegt in der Luft“
- 17.00 Uhr Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“
- 19.00 Uhr SHG Brustkrebs

12. September, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag, M. Aschendorf
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 11.00 Uhr „Wer kütt der kütt“ Picknick im Wildpark;
Aushang beachten!
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta mit Frau Breuers
- 18.30 Uhr SHG Parkinson

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im September

13. September, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

14. September, Samstag

- Weinherbst in Gerresheim

15. September, Sonntag

- Weinherbst in Gerresheim

16. September, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturgruppe
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Gesprächsreihe „Islam“ mit Hr. Pfr.i.R. Fengler
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

17. September, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 14.30 Uhr Café VergissMeinNicht
- 16.00 Uhr Demenzwochen Diakonie Düsseldorf
Vortrag Achtsamkeit und Selbstsorge, Ferd.-Heye-Haus
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim
- 18.00 Uhr Englisch des ASG

18. September, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining Gruppe mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Repaircafé in St. Margareta
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker entfällt!

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im September

19. September, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag, M. Aschendorf
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta entfällt
- 19.00 Uhr SHG Lungenkrebs

20. September, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

21. September, Samstag

- 12.00 Uhr Deutsch-Italienisches Fest auf der Heyestrasse

22. September, Sonntag

23. September, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

24. September, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Sprechstunde des Seniorenrates
- 15.00 Uhr Singen mit Herrn Geldmacher
- 15.00 Uhr Demenzwochen Diakonie Düsseldorf
Führerschein und Demenz
im zentrum plus AWO Ludenberg, Benderstrasse 129c
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im September/Oktober

noch 24. September, Dienstag

- 18.00 Uhr Englisch des ASG

25. September, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 17.00 Uhr Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“

26. September, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag, M. Aschendorf
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Abschied von Frau Breuers im Seniorenclub St. Margareta
- 19.00 Uhr SHG Schlaganfall mit Frau Müller

27. September, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz
- 10.00 Uhr Frühstück in St. Katharina
- 10.30 Uhr Literaturkreis mit Ursel Weber
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß
- 17.30 Uhr Je-Ka-Mi Spieleabend

28. September, Samstag

29. September, Sonntag

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im September/Oktober

30. September, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr PC-Trainertreff
- 10.00 Uhr Fotogruppe im zentrum plus
- 14.00 Literaturcafé
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

01. Oktober, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 14.00 Uhr „ Wer kütt, der kütt“ Minigolf am Südpark
- 14.30 Uhr Café VergissMeinNicht
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim
- 18.00 Uhr Englisch des ASG

02. Oktober, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker
- 19.00 Uhr Angehörigentreff Parkinson

03. Oktober, TAG DER DEUTSCHEN EINHEIT

04. Oktober, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

05. Oktober, Samstag

- 10.30 Uhr Gitarrenwerkstatt mit Burkhart Steinke

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im Oktober

06. Oktober, Sonntag

- 11.00 Uhr Abschied von Pfr. Cornelia Oswald
Gottesdienst Gustav-Adolf-Kirche

07. Oktober, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Glasnachmittag mit Herrn Reichmann
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

08. Oktober, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim
- 18.00 Uhr Englisch des ASG

09. Oktober, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer
- 14.30 Uhr „Musik liegt in der Luft“
- 17.00 Uhr Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“
- 19.00 Uhr SHG Brustkrebs

10. Oktober, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag, M. Aschendorf
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta
- 18.30 Uhr SHG Parkinson

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im Oktober

11. Oktober, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

12. Oktober, Samstag

13. Oktober, Sonntag

14. Oktober, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 14.00 Uhr „Wer kütt, der kütt“ Bowling, Cosmo Sports
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

15. Oktober, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 14.30 Uhr Café VergissMeinNicht
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim
- 18.00 Uhr Englisch des ASG

16. Oktober, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer
- 15.00 Uhr Aktuelle Stunde mit Herrn Wecker entfällt!

17. Oktober, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag entfällt
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123

zentrum plus" Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im Oktober

noch 17. Oktober, Donnerstag

- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta
- 16.00 Uhr Filmvortrag im Ferdiand-Heye-Haus
„Frontotemporale Demenz verstehen“ für Angehörige
und Mitarbeitende
- 19.00 Uhr SHG Lungenkrebs

18. Oktober, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz entfällt
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß

19. Oktober, Samstag

20. Oktober, Sonntag

- 11.00 Uhr Sonntagsspaziergang, Aushang beachten

21. Oktober, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Kulturgruppe
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

22. Oktober, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr Beratung des Seniorenrates
- 10.00 Uhr Kulturhäppchen
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim

23. Oktober, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 17.00 Uhr Männerkochgruppe „ver-Heeren-d“

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im Oktober

24. Oktober, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag entfällt
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta
- 19.00 Uhr SHG Schlaganfall mit Frau Müller

25. Oktober, Freitag

- 09.30 Uhr Gymnastik mit Frau Schmitz entfällt
- 10.00 Uhr Frühstück in St. Katharina
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 14.30 Uhr Rommé und Canasta mit Herrn Nieß
- 17.30 Uhr Je-Ka-Mi Spieleabend

26. Oktober, Samstag

27. Oktober, Sonntag

- Schachfreunde Gerresheim

28. Oktober, Montag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 10.00 Uhr PC-Trainertreff
- 13.00 Uhr Stadtbezirkskonferenz
Kath. KG Maria-vom Frieden, Dreherstrasse
- 14.00 Literaturcafé
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.

„zentrum plus“ Gerresheim

Kultur-Netzwerk Gerresheim

Termine im Oktober

29. Oktober, Dienstag

- 09.45 Uhr Sturzprophylaxe/Balancetraining, Frau Krause
- 15.00 Uhr Singen mit Herrn Geldmacher
- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim

30. Oktober, Mittwoch

- 08.30 Uhr Walking mit Frau Wehrmann
- 09.45 Uhr Gedächtnistraining mit Herrn Hentz
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 14.30 Uhr Repaircafé in St. Margareta
- 14.30 Uhr Sticken mit Frau Maurer

31. Oktober, Donnerstag

- 09.45 Uhr Blaue Stunde
- 10.00 Uhr Beweglicher durch den Alltag entfällt
- 10.00 Uhr Lotsensprechstunde
- 10.00 Uhr Malgruppe 2
- 13.00 Uhr Malgruppe 123
- 14.00 Uhr Internetcafé (Anmeldung erforderlich)
- 15.00 Uhr Traumreise mit der Hurltigroute
- 15.00 Uhr Seniorenclub St. Margareta

Milde

**Nähert euch allen Dingen und allen Wesen
mit dem freundlichen Gesicht der Milde.**

(Meister Dogen 1200-1253, Lehrer des japanischen Zen-
Buddhismus)

Gruppen im “zentrum plus“ Gerresheim

Montag

- 19.30 Uhr Apollo Chor salve musica e.V.
- Schiedsprechstunde mit Frau Heuter
Sprechzeiten nach Vereinbarung unter 0211-1717531
oder per E-Mail: Schiedsamt-Gerresheim@online.ms

Dienstag

- 17.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim Kinder
- 18.00 Uhr Englisch des ASG
- 19.15 Uhr Schachfreunde Gerresheim Erwachsene

Mittwoch

- 1. Mittwoch im Monat 19.00 Uhr, Angehörigentreff
Parkinson
- 1. u. 3. Mittwoch im Monat 15.00 Uhr, Aktuelle Stunde
- 2. Mittwoch im Monat 14.30 Uhr, „Musik liegt i.d. Luft“
- 2. Mittwoch im Monat 17.00 Uhr, Männerkochgruppe
- 2. Mittwoch im Monat 19.00 Uhr, SGH Brustkrebs
- alle 14 Tage fortlaufend Stickkränzchen mit Frau Maurer

Donnerstag

- 2. Donnerstag im Monat, 18.30 Uhr
SHG Parkinson mit Frau Grünbauer
- 3. Donnerstag im Monat, 19.00 Uhr
SHG „Atemlos in Düsseldorf“ mit Herrn Kleinert
- 4. Donnerstag im Monat, 19.00 Uhr
SHG Schlaganfall mit Frau Müller

Freitag

- 14.00 Uhr Englisch mit Herrn Mönning
- 10.00 Uhr Rucksackprojekt Städt. Kita Gustav-Kneist-Weg
- 14.30 Uhr Kartenspieler

Samstag

- 1. Samstag im Monat 10.30 - 12.30 Uhr
Gitarrenwerkstatt mit Burkhardt Steinke

Sonntag

- Schachfreunde Gerresheim

Mittagstisch

Mittagstisch – Gemeinsam schmeckt´s besser

Bei uns im „zentrum plus“ bieten wir täglich einen offenen Mittagstisch für Senioren an. Das bedeutet, dass ältere Menschen aus der Umgebung bei uns zu Mittag essen können. Viele Senioren nutzen dieses Angebot gerne und regelmäßig, denn das Einkaufen und Kochen fällt ihnen nicht mehr so leicht wie früher. Viele leben alleine, möchten aber nicht immer für sich alleine kochen. Das Essen schmeckt unseren Gästen in Gemeinschaft einfach besser. Wenn auch Sie lieber in einer netten Gemeinschaft essen, andere Senioren aus der Nachbarschaft kennen lernen und sich gerne mit anderen unterhalten möchten, nutzen Sie die Gelegenheit.

Das Essen wird geliefert vom Menüservice „apetito“ und kommt täglich frisch auf den Tisch.

Die Kosten liegen inklusive einer Tasse Kaffee bei 5,50 Euro pro Tag.

Ansprechpartner: Herr Hornig Telefon: 0211-296528.

Wir freuen uns, dass *Inner Wheel Club Düsseldorf* uns für 2019 wieder die Rheinische Post gespendet hat, so dass Sie bei Ihrem Besuch im „zentrum plus“ weiterhin die Möglichkeit haben diese zu lesen.

Ehrenamt

Im Fortbildungsflyer der Freiwilligenzentrale MachMit finden Sie viele interessante Seminare. Vielleicht ist das ein oder andere für Sie dabei. Im Internet finden Sie die Fortbildungen unter <https://www.freiwilligenzentrale.info>

Anmelden können Sie sich direkt bei MachMit oder fragen Sie uns.

Vorschau

Jubiläum Glasnachmittag

Am 04. November 2019 feiern wir 10 Jahre Glasnachmittag mit Herrn Reichmann. Zu diesem Anlass ist ein Ausflug geplant. Das Ziel wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Lebendiger Adventskalender 2019

Der „Lebendige Adventskalender“ wird im Dezember 2019 wieder stattfinden und ist in Planung. Interessierte können sich unter 0211-296528 informieren.

Adventsbazar im Ferdinand-Heye-Haus

Am 30. November 2019 öffnet das Ferdinand-Heye-Haus den Adventsbazar mit Musik, Glühwein, Kuchen und kleinen Geschenken.

Filmnachmittag

Freuen Sie sich auf einen netten Filmnachmittag bei Kaffee und Kuchen im Café VergissMeinNicht ab 14.00 Uhr am 05.11.2019. Geöffnet für Interessierte aus Kultur und Demenz.

Harfe und Märchen „Wie schön ist es zur Weihnachtszeit“

Am 03. Dezember ab 14.30 Uhr lädt das Café VergissMeinNicht zu einem vorweihnachtlichen Nachmittag mit Frau Conen an der Harfe und Frau Rönsch, Märchenerzählerin, ein. Die Veranstaltung ist geöffnet für Interessierte aus den Bereichen Kultur und Demenz. Um 18.00 Uhr öffnen wir unser Türchen vom Lebendigen Adventskalender für Alle und begrüßen Frau Conen und Herrn Heinemann zu Gedichten, Kurzgeschichten und Harfenklängen.

Heiligabendfeier

Die traditionelle „Heiligabendfeier“ findet am 24. Dezember 2019 im „zentrum plus“ Gerresheim statt. Anmeldungen ab Anfang Dezember.

Personelles

Praktikanten

Wie immer werden uns verschiedene Praktikanten und Praktikantinnen jeweils für einige Wochen unterstützen. Vom 05. August bis zum 30. September 2019 unterstützt uns Mandy Möhker, Studentin der Erziehungswissenschaften.

Erreichbarkeit:

Das „zentrum plus“ ist von montags bis freitags in der Zeit von 09.30 bis 17.00 Uhr geöffnet. Die Mitarbeiter sind in der Regel von 10.00 bis 15.00 Uhr erreichbar.

Frau Wienß ist am Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag im „zentrum plus“ erreichbar. Mittwochs ist sie nicht im Haus.

Frau Dasenbrock treffen Sie im wöchentlichen Wechsel Dienstag/Donnerstag und Donnerstag/Freitag.

Frau Helmes ist am Montag, Dienstag und Mittwoch für Sie da.

Herr Hornig ist täglich von 10.00 bis 15.00 Uhr erreichbar.

Sollten Sie niemanden erreichen können, sprechen Sie uns auf den Anrufbeantworter. Wir rufen schnellstmöglich zurück.

ehrenamtlich-überparteilich-konfessionsunabhängig

Das Netzwerk Gerresheim lädt ein:

Stadtteilfrühstück

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

Information

Informationen zu Veranstaltungen erhalten Sie täglich im
Netzwerkbüro.

Veranstaltungen

Das Netzwerk bietet Heimaterkundung mit Horst 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

Ihre Ansprechpartner:

Netzwerk Gerresheim

Herr Siegfried Hagemann, Herr Lutz Bongen und

Herr Adi Dünwald.

Sprechzeiten: Montags bis Freitags von 10.00 - 12.00 Uhr

Am Wallgraben 38, 40625 Düsseldorf

Telefon: 0211 - 28 33 77 Fax: 0211 - 28 33 77

Wir für Sie

„zentrum plus“ Gerresheim

Petra Wienß; petra.wienss@diakonie-duesseldorf.de

Sabine Dasenbrock; sabine.dasenbrock@diakonie-duesseldorf.de

Ina Helmes; ina.helmes@diakonie-duesseldorf.de

Am Wallgraben 34

40625 Düsseldorf

Tel: 0211 / 29 65 28

E-Mail: zentrum-plus.gerresheim@diakonie-duesseldorf.de

oder an die persönliche E-Mail-Adresse

Internet:

www.zentrum-plus-diakonie.de

www.netzwerke-duesseldorf.de

www.diakonie-duesseldorf.de

Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 09.30 – 17:00 Uhr

Mo. - Fr. von 10:00 – 12:00 Uhr stehen Ihnen telefonisch und persönlich ehrenamtliche Mitarbeiterinnen als Ansprechpartner zur Verfügung und nehmen Anmeldungen entgegen.

Über aktuelle Änderungen informieren unsere Aushänge im Fenster, im Schaukasten und an der Infotafel.

Diakonie-Spendenkonto

Stadtsparkasse Düsseldorf

Konto Nr. DE04 3005 0110 0057 0026 77

BIC DUSSEDDXXX

Stichwort: zentrum plus Gerresheim

Preise für Gäste und Gruppen im „zentrum plus“

1 Tasse Kaffee	1,00 €
1 Tasse Tee	1,00 €
Kaffee + Kuchen	2,50 €
1 Glas Mineralwasser	0,50 €
1 Flasche Mineralwasser	2,00 €
Leitungswasser	kostenlos

Diese Preise sind „Orientierungspreise“.
In der Regel gibt jeder, was er kann.

Rückfragen: Petra Wienß Telefon: 29 65 28

Für Ihre Notizen