

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort .....</b>	<b>3</b>
<b>Angebote und Veranstaltungen</b>	
<b>im „zentrum plus“ Kaiserswerth.....</b>	<b>5</b>
Begegnung und Beratung/	
Vermittlung von Diensten .....	5
Bildung und Kultur .....	6
Ehrenamt.....	10
Freizeitgestaltung .....	12
Gesundheitsprävention .....	15
<b>Wochenübersicht Veranstaltungen und Angebote .....</b>	<b>18</b>
<b>Service-Angebote.....</b>	<b>20</b>
Café Theodor .....	20
Friseur .....	20
<b>Ansprechpartner aus dem Stadtbezirk .....</b>	<b>21</b>
<b>Wir für Sie.....</b>	<b>24</b>
<b>Für Ihre Notizen .....</b>	<b>25</b>

**Liebe Leserin, lieber Leser,  
Liebe Besucherinnen und  
Besucher,  
liebe Ehrenamtliche,**



*„Das Glück wohnt nicht im Besitze und nicht im Golde,  
das Glücksgefühl ist in der Seele zuhause.“*

*- Demokrit -*

Wie einst der griechische Philosoph Demokrit in seinem vorgenannten Zitat erkannte, ist das Wohlfühl und die Zufriedenheit der Seele maßgeblich für das eigene Glück. Nicht materieller Besitz trägt dazu bei, sein Leben als sinnvoll, erfüllt und wirklich glücklich zu empfinden. Es sind die vielen kleinen Momente in Gesellschaft der Familie, Freunde oder Gleichgesinnter, die vielen schönen gemeinsamen Erlebnisse, die unsere Leben mit Inhalt füllen. Gemeinsame Begegnungen der Austausch mit anderen, die Gespräche..... die machen unser leben bunt, abwechslungsreich und spannend.

Ich möchte Sie einladen, im „zentrum *plus*“ Kaiserswerth in den Austausch mit anderen Menschen zu gelangen, aktiv zu sein, etwas für das körperliche Wohlfühl und damit letztendlich die seelische Gesundheit zu tun. Denn genau hier finden Sie eine vielfältige Auswahl an Angeboten, Kursen und kulturellen Veranstaltungen, um das „Glücksgefühl Ihrer Seele“ zu beflügeln. Neugierig geworden? Es erwarten Sie auch in den Sommermonaten viele tolle Veranstaltungen, Kurse, nette Begegnungen und soziale Kontakte.

zentrum plus

Unser Programmheft bietet Ihnen einen Überblick über alle Kurse und Angebote unseres „zentrum **plus**“ Kaiserswerth, für **August bis Oktober 2018**, welche durch engagierte ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ermöglicht werden.

Daneben stehe ich Ihnen selbstverständlich gerne für Beratungen rund um die Themen „Leben im Alter“ mit Rat & Tat zur Seite. Ist der Weg ins „zentrum **plus**“ für Sie, z.B. aufgrund von Krankheit, zu beschwerlich, komme ich zur Beratung bei Bedarf auch gerne zu Ihnen nach Hause.

Ist nicht das Richtige für Sie dabei oder möchten Sie vielleicht selbst ein Angebot initiieren? Dann sprechen Sie mich gerne darauf an, ich freue mich auf Ihre Anregungen.

Das „zentrum **plus**“ Kaiserswerth liegt mitten im historischen Altstadt kern von Kaiserswerth. Wir verstehen uns als Ort der Kommunikation, Beratung und der Begegnung. In unserem „zentrum **plus**“ können Sie Gleichgesinnte treffen, neue Kontakte knüpfen, an vielfältigen Gruppenangeboten teilnehmen und sich rund um das Leben im Alter beraten lassen. Wir bieten den Menschen aus dem Stadtteil vielfältige Angebote und Veranstaltungen in den Bereichen:

- ❖ **Begegnung und Beratung**
- ❖ **Bildung und Kultur**
- ❖ **Ehrenamt**
- ❖ **Freizeitgestaltung**
- ❖ **Gesundheitsprävention und**
- ❖ **Vermittlung von Diensten**



Kommen Sie vorbei und lernen Sie uns kennen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

*- Ihre Kerstin Riediger-*

## Begegnung und Beratung/ Vermittlung von Diensten

Sie benötigen Unterstützung und Hilfe im Alltag? Das Älterwerden führt zunehmend zu Einschränkungen und Problemen im Alltag? Wir sind für Sie da! Unsere Angebote richten sich an alle Seniorinnen und Senioren, ebenso an hilfe- und pflegebedürftige Menschen in der Häuslichkeit.

Kommen Sie doch zu uns ins Café Theodor zum Mittagessen, wenn Sie selber nicht mehr kochen können oder mögen. Unsere hauseigene Küche im Stammhaus Kaiserswerth kocht täglich leckere und saisonale Speisen für Sie!

Sie möchten fit, beweglich und rege bleiben – körperlich wie geistig? Dann kommen Sie zu uns, wir bieten Ihnen eine Vielzahl an Gruppenangeboten – ob zur Gesundheitsprävention oder einfach aus Spaß in netter Gesellschaft.

Sie haben Fragen rund um das Leben im Alter? Sie wissen bei schwierigen Anträgen nicht mehr weiter? Dann beraten und unterstützen wir Sie gerne individuell und persönlich. Wir begleiten Sie intensiv bei der Lösung von Problemen und vermitteln Ihnen auch weitere Hilfen wie:

- Hol- und Bringdienste,
- Essen auf Rädern,
- Hausnotruf oder häusliche Pflege, etc.

Auf Wunsch kommen wir auch gerne zu Beratungen zu Ihnen nach Hause. Wir möchten, dass Sie möglichst lange selbstständig zu Hause leben können. Hierzu arbeiten wir eng mit anderen Fachstellen, wie z.B. dem Pflegebüro, dem Gesundheitsamt oder dem Wohnungsamt zusammen.

Sie sind neugierig geworden? Dann besuchen Sie unser „zentrum *plus*“ Kaiserswerth. Wir sind ganz in Ihrer Nähe!

### Englisch

**Ansprechpartner:** Frau Wesch

**Kurszeiten:** montags, 11:00 – 12:15 Uhr

**Veranstaltungsort:** Clubraum „zentrum *plus*“

**Kosten:** 30€ pro Quartal

Sie haben Interesse, Ihr Englisch neu zu beleben oder Ihre Sprachkenntnisse zu vertiefen und sich mit Gleichgesinnten in englischer Sprache auszutauschen? Dann freuen wir uns auf Ihren Besuch. Es werden, unter der Leitung von Frau Wesch, u.a. gemeinsam englische Texte besprochen und Vokabeln vermittelt – kurzum: der Spaß an der Sprache wird hier ausgelebt. Kommen Sie vorbei und lernen Sie uns kennen!

### Literaturcafé

**Ansprechpartner:** Frau Nordbeck

**Kurszeiten:** dienstags (3. Mittwoch im Monat), 15:00 – 16:30 Uhr

**Veranstaltungsort:** Treffpunkt „zentrum *plus*“

**Kosten:** 3€ pro Teilnahme, incl. 1 Tasse Kaffee & 1 Stück Kuchen

Jeden dritten Dienstag im Monat findet um 15.00Uhr im Treffpunkt "zentrum *plus*" das Literaturcafé zu verschiedenen literarischen Themen statt. Vom „Sommernachtstraum“, über „Geschichten und Anekdoten aus vergangenen Zeiten“ – für jeden ist etwas dabei! Die aktuellen Themen sind den jeweiligen Aushängen im zentrum *plus* sowie der Infotafel im Eingang des Stammhauses Kaiserswerth zu entnehmen. Seien Sie herzlich eingeladen, einen literarisch unterhaltsamen Nachmittag bei Kaffee & Kuchen zu genießen.

## Bildung und Kultur

### KULTUR im „zentrum plus“

Ansprechpartner: Frau Riediger

Kurszeiten: donnerstags, 16:00 – 17:00 Uhr (s. Aushang)

Veranstaltungsort: Kulturkirche Stammhaus Kaiserswerth/  
Treffpunkt „zentrum *plus*“ (s. aktueller Aushang)

Kosten: je nach Veranstaltung, siehe aktuellen  
Veranstaltungshinweis

Sie haben Lust auf Kultur: Konzerte, Lesungen, Fachvorträge und dergleichen mehr? Dann kommen Sie zu uns ins „zentrum *plus*“ Kaiserswerth. Regelmäßig donnerstags veranstalten wir, in enger Zusammenarbeit mit Künstlern, Musikern und Fachleuten, interessante und vielfältige kulturelle Angebote – lassen Sie sich überraschen! Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Aktuelle Veranstaltungstermine KULTUR im „zentrum plus“,  
jeweils von 16:00 - 17:00 Uhr:**

**!!! SOMMERPAUSE !!!**

**VOM 02. AUGUST BIS EINSCHLIESSLICH**

**16. AUGUST**

### AUGUST 2018

#### ❖ 23. August

**"Heinz Erhardt - Warum die Zitronen sauer wurden..." -  
LESUNG · BILD · LIVEMUSIK - mit Burkhard Wolk (Albeniz  
Guitar Duo):** Erleben Sie einen unterhaltsam-vergnügli-  
chen Nachmittag in historischer Kulisse der Kulturkirche Stammhaus  
Kaiserswerth. Lachen, Musik hören, der Lesung lauschen - was  
will man mehr? Neugierig geworden? Wir freuen uns auf Ihren  
Besuch! Der Eintritt beträgt pro Person 4€.

## Bildung und Kultur

### ❖ 30. August:

„**Wiener Kaffeehausmusik mit Piroshka**“. Ein unterhaltsamer Nachmittag mit Piroshka, musikalisch untermalt mit Akkordeon & Klavier-Musik, präsentiert in der historischen Kulisse der Kulturkirche Stammhaus Kaiserswerth. Der Eintritt beträgt 3,00€ pro Person.

## SEPTEMBER 2018

### ❖ 06. September:

**Kultur "zentrum plus" Kaiserswerth - musikalisch inszenierte Lesung mit Josef Schoenen zum Thema: "Mit Liebe zum Kleinen und Einfachen..."**: Josef Schoenen präsentiert in historischer Kulisse der Kulturkirche Stammhaus Kaiserswerth eine musikalisch inszenierte Lesung zum Thema: "Mit Liebe zum Kleinen und Einfachen..." - ein Programm mit zarten Texten und einer hörenswerten Erzählung... Der Eintritt beträgt pro Person 4€.

## OKTOBER 2018

❖ **04. Oktober:/ Veranstaltung im Rahmen „Kulturherbst gemeinsam erleben“ 2018: Piano-Konzert mit Dr. Roman Salyutov: Erleben Sie klassische Piano-Musik**, präsentiert in der historischen Kulisse der Kulturkirche Stammhaus Kaiserswerth. Freuen Sie sich auf verschiedene Werke der großen Meister. Der Eintritt beträgt 4,00€ pro Person.

### ❖ 11. Oktober:

**Oktoberfest mit dem Düsseldorfer Seniorenchor „66Herz“**, von 15.30-17.00Uhr, im Treffpunkt „zentrum plus“ Kaiserswerth. Zünftige Lieder laden zum Mitschunkeln und Singen ein. Leckere Brezeln, Federweißer und Bier runden das

zentrum plus

Nachmittagsprogramm ab. Um Voranmeldung wird gebeten, der Eintritt beträgt incl. 1 Getränk & 1 Brezeln 5,50€ pro Person.

❖ **18. Oktober:**

**Diavortrag mit Dr. Ehnes zum Thema: "Kapverdische Inseln".** Dr. Ehnes präsentiert Ihnen beeindruckend schöne Bilder und Impressionen, gespickt mit wertvollen Hintergrundinformationen zu der Inselgruppe im Atlantik. Freuen Sie sich auf einen informativ-unterhaltsamen Dianachmittag im Treffpunkt „zentrum *plus*“ Kaiserswerth. Der Eintritt beträgt 3,00€ pro Person.

❖ **25. Oktober:**

**Diavortrag in Überblendtechnik mit Gabriele Müller zum Thema: „Alaska – das letzte große Abenteuer, Teil II“:**

Frau Müller nimmt Sie mit auf die große Reise nach Alaska. Erleben Sie gemeinsam mit ihr "das letzte große Abenteuer", lassen Sie sich entführen in die raue Schönheit und Natur Alaskas, präsentiert im Treffpunkt „zentrum *plus*“ Kaiserswerth. Neugierig geworden? Der Eintritt beträgt 4,00 € pro Person. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Alle Termine stehen unter Vorbehalt aktueller Änderungen –  
siehe Aushänge „zentrum *plus*“ und Eingang Stammhaus  
Kaiserswerth!**



## Ehrenamt

### Gemeinsam aktiv für das Alter

Sie haben Zeit und Lust sich freiwillig zu engagieren? Sie möchten Ihre Kenntnisse und Fähigkeiten unseren Besucherinnen und Besuchern im „zentrum *plus*“ Kaiserswerth oder auch den Seniorinnen und Senioren im Stadtteil zu Gute kommen lassen? Sie möchten sich sozial mit und für andere engagieren? Oder möchten Sie eigene Ideen mit uns gemeinsam umsetzen? Wenn Sie sich angesprochen fühlen, rufen Sie uns doch einfach an oder besuchen Sie uns im „zentrum *plus*“ Kaiserswerth.

Kennen Sie sich vielleicht mit Aquaristik aus und hätten Zeit und Lust, sich in diesem Rahmen ehrenamtlich zu engagieren? Zahlreiche Aquarien und deren tierische BewohnerInnen – Buntbarsche – im angrenzenden Stammhaus – würden sich über helfende Hände freuen. Sei es über die Fütterung der Fische oder das regelmäßige Reinigen der Aquarien. Wenn Sie Ihre Kenntnisse gerne ehrenamtlich einbringen möchten, nehmen Sie Kontakt mit uns auf. Wir freuen uns auf Sie!

Darüber hinaus suchen wir ehrenamtlich interessierte Menschen, die sich mit Freude und Spaß im Stadtteil für und mit Senioren engagieren möchten. Hierbei stehen besonders soziale Hilfestellungen im Fokus. Sie begleiten oder unterstützen die jeweiligen Seniorinnen und Senioren ehrenamtlich z.B. bei Einkäufen, Spaziergängen, Ausflügen, Arztbesuchen und dergleichen mehr. Möchten Sie anderen Menschen Ihre Zeit und Unterstützung schenken, ihnen Ihre Aufmerksamkeit widmen? Dann sind Sie herzlich willkommen bei uns!

Und alle guten Dinge sind bekanntlich drei: Sie haben Lust, an der Organisation und Durchführung von Festen, Feiern bzw.

## **Ehrenamt**

### **Gemeinsam aktiv für das Alter**

Ausflügen mitzuwirken? Sie möchten Ihre Manpower und Kreativität für die Umsetzung neuer kultureller Angebote zur Verfügung stellen? Dann freue ich mich auf Ihre Unterstützung. Nehmen Sie gerne Kontakt mit mir auf.

Damit Ehrenamt gut gelingen kann und Sie sich bei uns und mit uns, mit viel Freude und Elan für andere engagieren können, liegt uns eine vertrauensvolle, gute Zusammenarbeit besonders am Herzen. Ich freue mich, Sie kennenzulernen!

#### **Wir suchen Sie!**

Ihre Ansprechpartnerin vor Ort:

Kerstin Riediger, „zentrum *plus*“ Kaiserswerth, Tel.: 0211- 47954-1405 oder [kerstin.riediger@diakonie-duesseldorf.de](mailto:kerstin.riediger@diakonie-duesseldorf.de)

### **Entspannung und Unterhaltung**

**Ansprechpartner:** Frau Kuhnen

**Kurszeiten:** montags, 15:00 – 16:00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Wohnzimmer Wohnbereich 2/ Stammhaus  
Kaiserswerth

**Kosten:** 3€ pro Teilnahme

Sie möchten einfach für eine kurze Zeit dem Alltag entfliehen, sich entspannen und dennoch gut unterhalten. Dann kommen Sie zu uns. In kleiner, angenehmer Runde können Sie, unter der Leitung von Frau Kuhnen, Entspannung und Unterhaltung erfahren. Wenn Sie neugierig sind, kommen Sie vorbei. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

### **Gesprächskreis: Frauen, die die Welt bewegen**

**Ansprechpartner:** Frau Wesch

**Kurszeiten:** dienstags (2. & 4. Dienstag im Monat),  
16:00 – 17:30 Uhr

**Veranstaltungsort:** Treffpunkt „zentrum *plus*“ Kaiserswerth

**Kosten:** kostenfrei

Sie haben Interesse, in geselliger Runde mehr über die starken Frauen, die die Welt bewegen, zu erfahren? Frau Wesch berichtet über eine Vielzahl bekannter und wegweisender Frauen allerlei Wichtiges, Interessantes, Amüsantes und Wissenswertes - von „Katharina von Medici“, über „Florence Nightingale“ bis hin zu „Maria Magdalena“ – für jeden ist etwas dabei. Angeregte Gespräche und Diskussionen runden den informativen Nachmittag ab. Neugierig geworden – dann kommen Sie einfach vorbei. Wir freuen uns auf Sie!

## Freizeitgestaltung

### Bridge-Kurs

**Ansprechpartner:** Frau Schlüssel

**Kurszeiten:** mittwochs, 10:00 – 13:00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Clubraum „zentrum *plus*“ Kaiserswerth

**Kosten:** Kosten für Getränke, individuell nach Verzehr

Haben Sie Lust, in geselliger Runde Bridge zu spielen. Dann sind Sie herzlich eingeladen, jeden Mittwoch im "zentrum *plus*" Kaiserswerth möglichst viele "Stiche" zu machen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

### Kochen mit Freu(n)den

**Ansprechpartner:** Herr Schrot

**Kurszeiten:** freitags (nach Absprache, 1x im Monat/ i.d.R. jeder 2. Freitag im Monat), ab 19:00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Clubraum „zentrum *plus*“ Kaiserswerth

**Kosten:** Die Kostenbeteiligung richtet sich nach Anzahl der Teilnehmer und den Kosten des jeweils gewählten Menüs. Sie sind zahlbar am jeweiligen Abend bei Dirk Schrot.

Haben Sie Lust in geselliger Runde gemeinsam zu kochen, aus frischen Zutaten ein leckeres Menü zu zaubern? Dann sind Sie herzlich willkommen in unserer Kochgruppe "Kochen mit Freu(n)den" unter der Leitung von Dirk Schrot. Den Lohn für Ihre Mühen, das zubereitete Essen, können Sie noch am gleichen Abend gemeinsam genießen. Interessierte mögen sich, aufgrund begrenzter Teilnehmerzahlen, bitte vorher anmelden unter: 0211-47 954-1405.

### **Offener Gottesdienst der „Spectrum International Church“ – Eine Heimat für alle Nationen**

**Ansprechpartner:** Herr Pfarrer Scherpel

**Zeiten:** Sonntags, 11:00 Uhr, im Anschluss Sonntagsbrunch für alle

**Veranstaltungsort:** Kulturkirche Stammhaus Kaiserswerth

**Kosten:** das Angebot ist kostenfrei, in Kooperation mit dem „zentrum plus“ Kaiserswerth

Die Spectrum International Church ist ein anerkanntes Kirchengründungsprojekt (Evangelische Freikirche) im Bund Evangelisch-Freikirchlicher Gemeinden in Deutschland (K.d.ö.R.). Es ist eine junge, interkulturelle Gemeinde die sich an Menschen aus der ganzen Welt wendet. Alle Nationen stehen gleichberechtigt nebeneinander. Keine Nation dominiert. Das zeigt sich auch in der Zusammensetzung der Leitungsteams. Die Gottesdienste sind bunt. Die Gottesdienstsprache ist Deutsch. Übersetzungen in andere Sprachen sind möglich. Was sie miteinander verbindet, ist der Glaube an Jesus Christus als den Sohn Gottes, die Liebe zu den Menschen von Nah und Fern, der Sinn für internationale Gemeinschaft und das Engagement für die Menschen in ihrem Umfeld. Neugierig geworden - kommen Sie und besuchen Sie den Gottesdienst der Freikirche! Sie sind herzlich willkommen.

## Gesundheitsprävention

### **Atmung & Bewegung**

**Ansprechpartner:** Frau Müller

**Kurszeiten:** 1. & 3. Montag im Monat von 11:45 – 12:45 Uhr

**Veranstaltungsort:** Treffpunkt „zentrum plus“ Kaiserswerth

**Kosten:** kostenfrei

Sie haben Lust an Bewegung und möchten dabei die richtige Atemtechnik anwenden können. Dann sind Sie bei uns genau richtig! Frau Müller leitet das Gruppenangebot "Atmung und Bewegung". Fühlen Sie herzlich eingeladen, dieses interessante Angebot zur Gesunderhaltung in angenehmer Atmosphäre einer kleinen Gruppe persönlich kennen zu lernen. Wir freuen uns auf Sie!

### **Gedächtnistraining**

**Ansprechpartner:** Frau Wesch

**Kurszeiten:** dienstags 11:00 – 12:30 Uhr

**Veranstaltungsort:** Clubraum „zentrum *plus*“ Kaiserswerth

**Kosten:** 30€ pro Quartal

Neugierig bleiben, Neues ausprobieren, Neuigkeiten mit Freunden austauschen – gut ist alles, was dem Gehirn neue Eindrücke verschafft. Wenn Sie Lust haben, geistig fit und rege zu bleiben, dann sind Sie bei uns gut aufgehoben. Frau Wesch, ausgebildete Gedächtnistrainerin und Mitglied im Bundesverband Gedächtnistraining e.V., leitet das Training. Unter Beteiligung von Körper, Geist und Seele - wird Ihr Gedächtnis spielerisch und stressfrei angeregt. Hier geht es nicht um "richtig" oder "falsch", sondern um Spaß an geistiger Betätigung. Fühlen Sie sich eingeladen, wir freuen uns auf Sie!

## Gesundheitsprävention

### **Pilates**

**Ansprechpartner:** Frau Mompean

**Kurszeiten:** dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

**Veranstaltungsort:** Treffpunkt „zentrum *plus*“ Kaiserswerth

**Kosten:** kostenfrei

Sie legen großen Wert auf körperliches Wohlbefinden und Gesundheit, dann sind Sie bei uns genau richtig. Unter der fachlichen Leitung von Frau Mompean trainieren Sie mit gezielten Übungen den ganzen Körper und tragen somit aktiv zur Kräftigung Ihrer Muskulatur, primär der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur bei. Sind Sie Interessiert? Dann freuen wir uns auf Ihren Besuch!

### **Senioren-gymnastik**

**Ansprechpartner:** Frau Völkel

**Kurszeiten:** mittwochs, 15:00 – 16:00 Uhr

**Veranstaltungsort:** Treffpunkt „zentrum *plus*“ Kaiserswerth

**Kosten:** 4€ pro Teilnahme

Sie möchten sich körperlich fit halten, dann sind Sie bei uns genau richtig. Die Senioren-gymnastik findet unter der fachlichen Leitung von Frau Völkel statt. In netter Runde werden hier mit gezielten Übungen die Muskeln, die Beweglichkeit, das Gleichgewicht und die Balance trainiert - je nach individuellem Bedürfnis und körperlichem Befinden. Interessiert? Dann freuen wir uns auf Ihren Besuch! Der Kostenbeitrag beträgt 4€ pro Teilnahme.

## **Sturzprophylaxe**

**Ansprechpartner: Frau Feldmann**

**Kurszeiten: donnerstags, 11:45 – 13:00 Uhr**

**Veranstaltungsort: Treffpunkt „zentrum plus“ Kaiserswerth**

**Kosten: 3€ pro Teilnahme**

"Wer rastet, der rostet..." – aber nicht bei uns! Wenn Sie Spaß an körperlicher Betätigung haben und auch im Alter körperlich fit bleiben möchten, dann kommen Sie zu uns! Frau Feldmann leitet das Sturzprophylaxe-Training – hier werden gezielte Übungen zur körperlichen Kraft, Beweglichkeit und Balance angeboten. Kommen Sie vorbei und trainieren Sie in angenehmer Gesellschaft. Wir freuen uns auf Sie!



## Wochenübersicht Veranstaltungen und Angebote

### Montag:

- 11:00 Uhr Englisch-Kurs mit Frau Wesch, Treffpunkt
- 11:45 Uhr Atmung& Bewegung mit Frau Müller (1. & 3. Montag im Monat), Treffpunkt
- 15:00 Uhr Entspannung& Unterhaltung mit Frau Kuhnen, Wohnzimmer Wohnbereich 2

### Dienstag:

- 09:30 Uhr .... Bridge-Turnier mit Frau Meyer, jeden 4. Dienstag  
.....im Monat, Treffpunkt
- 11:00 Uhr Gedächtnistraining mit Frau Wesch, Treffpunkt
- 16:00 Uhr Gesprächskreis: Frauen, die die Welt bewegen mit Frau Wesch, Treffpunkt (2./4. Dienstag im Monat)
- 18:00 Uhr Pilates mit Frau Mompean, Treffpunkt

### Mittwoch:

- 10:00 Uhr Bridge-Kurs mit Frau Schlüssel, Treffpunkt
- 15:00 Uhr Seniorengymnastik mit Frau Völkel, Treffpunkt
- 15:00 Uhr Literaturcafé, Treffpunkt (3. Mittwoch im Monat)

### Donnerstag:

- 09:00 Uhr Bridge-Kurs mit Frau Meyer, Treffpunkt (4. Donnerstag im Monat)
- 11:45 Uhr Sturzprophylaxe mit Frau Feldmann, Treffpunkt

## Wochenübersicht Veranstaltungen und Angebote

### Donnerstag:

14:00 Uhr Bridge-Kurs mit Frau Schlüssel, Treffpunkt (2. Donnerstag im Monat)

16:00 Uhr Kultur im zentrum *plus*: siehe Aushang

### Freitag:

19:00 Uhr Kochen mit Freu(n)den, Clubraum (2. Freitag im Monat)

### Samstag:

Ggf. gesonderte kulturelle Veranstaltungen, siehe Übersicht Rubrik: „Bildung & Kultur“

### Sonntag:

11:00 Uhr Offener Gottesdienst der „Spectrum International Church“, Kulturkirche Stammhaus & anschließend Brunch im Clubraum & Treffpunkt „zentrum plus“ Kaiserswerth

## Serviceangebote

### Café Theodor

#### Mittagstisch im Café Theodor

täglich wechselnde Menüs von 12:00 – 14:30 Uhr:

- Hauptgang 5,00€
- Menü (Vorspeise/ Hauptgang/ Nachspeise) 7,50€

#### „Picobello“ – Ihr Friseur

Anette Simon, im Untergeschoss des Stammhauses Kaiserswerth, Kaiserswerther Markt 32, 40489 Düsseldorf.

Termine mittwochs und freitags von 09:00 – 14:00 Uhr und nach Vereinbarung, Tel.: 0211- 47 95 4 1410.

#### Möchten Sie unsere Räume nutzen?

Wenn Sie eine Feier planen und nach einem passenden Raum suchen oder ein Catering benötigen, dann können Sie sich gerne an uns wenden! Unsere Räumlichkeiten, z.B. auch die Kulturkirche Stammhaus Kaiserswerth, stehen Ihnen an den Wochenenden oder abends (außerhalb der regelmäßigen Öffnungszeiten des „zentrum *plus*“ Kaiserswerth) zur Verfügung. Nähere Informationen über freie Termine, Preise u.v.m. erhalten Sie über Ihre Ansprechpartnerin vor Ort:

Kerstin Riediger, „zentrum plus“ Kaiserswerth, Tel.: 0211- 47954-1405 oder [kerstin.riediger@diakonie-duesseldorf.de](mailto:kerstin.riediger@diakonie-duesseldorf.de)

## Ansprechpartner aus dem Stadtbezirk

### Seniorenrat Stadtbezirk 5

(Stockum, Lohausen, Kaiserswerth, Wittlear, Angermund, Kalkum)

**Ulrike Schneider**

**Stellvertretende Vorsitzende**

Kleiansring 10

40489 Düsseldorf

Telefon und Fax: 0211 - 40 01 78

Mobil: 0172 - 24 25 491

[uli.schneider.fr@web.de](mailto:uli.schneider.fr@web.de)



### Bezirksbeamte der Polizei

#### Adresse:

Bezirksdienststelle Kaiserswerth, Friedrich-von-Spee-Str. 30

**Ansprechpartner:** Herr Luberichs, Tel. 0211-87 50 8168

**Zuständigkeit:** Kaiserswerth / Lohausen / Kalkum

**Ansprechpartner:** Herr Draheim, Tel.: 0211-87 50 8169

**Zuständigkeit:** Kalkum/ Wittlaer / Angermund

### Zentren plus im Stadtbezirk 5

„zentrum *plus*“ Stockum

Caritas

Lönsstraße 5a

Udo Glasmacher, Tel.: 0211 - 45 76 336

## **Ansprechpartner aus dem Stadtbezirk**

### **„zentrum plus“ Angermund**

Gemeinnützige Stiftung für Seniorenbetreuung Angermund e.V.  
Graf-Engelbert-Str. 47  
Anna-Lena Elß, Tel.: 0203 - 74 04 89

### **Seniorenberatung Stadt Düsseldorf**

Willy-Becker-Allee 8, 2. Etage  
Tel.: 0211 - 89 98 999

### **Kirchengemeinden Kaiserswerth**

#### **Evangelische Kirchengemeinde Kaiserswerth**

Fliednerstr. 6  
Sekretariat: Frau Grefen  
Tel.: 0211 - 40 12 54  
E-Mail: [kaiserswerth@evdus.de](mailto:kaiserswerth@evdus.de)

#### **Pfarreinen-Gemeinschaft Angerland/Kaiserswerth**

Pfarrbüro St. Suitbertus Kaiserswerth  
Suitbertus-Stiftsplatz 3  
Sekretariat: Susanne Hundgeburst  
Tel. 0211 / 40 11 91  
E-Mail: [st.suitbertus-kaiserswerth@t-online.de](mailto:st.suitbertus-kaiserswerth@t-online.de)

### **Angebote der Diakonie Düsseldorf in Kaiserswerth**

#### **❖ Das Stammhaus Kaiserswerth**

- Kaiserswerther Markt 32, Tel. 0211 - 49 57 4-0
- Vollstationäre Pflege
  - Kurzzeit-/ und Verhinderungspflege
  - Café Theodor/ Mittagstisch, etc.

## **Ansprechpartner aus dem Stadtbezirk**

### ❖ **Wohnen mit „Service & Nachbarschaft“ – der Wohnpark Kaiserswerth**

Ansprechpartner Klaus Patzelt

Kaiserswerther Markt 32, Tel. 0211 - 47 95 4 1300

### ❖ **Evangelische Beratungsstelle Kaiserswerth**

Ansprechpartnerin Edith Kees, Leiterin, Tel.: 0211 – 41 60

89 21, Terminvereinbarung bei Frau Benten, Tel.: 0211 – 41 60 89 20, Fliederstr. 40

Die Evangelische Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe und Lebensfragen berät Sie in folgenden Bereichen:

- Familienberatung
- Paar- und Eheberatung
- Trennungs- und Scheidungsberatung
- Lebensberatung, etc.

### ❖ **Hilfe zu Hause**

- Diakonie-Ruf – der Hausnotruf mit Service
- Häusliche Pflege
- Hauswirtschaftliche Dienste
- Betreuungsleistungen
- Serviceleitungen
- Privatleistungen

Die Diakonie Düsseldorf ist für Sie da. Wir kommen gerne zu Ihnen. Rufen Sie uns einfach an und lassen sich unverbindlich beraten. Die Hilfe zu Hause auf dem Platz der Diakonie, Tel.: 0211- 73 53 333.

## Wir für Sie

### **Kerstin Riediger**

Leiterin "zentrum *plus*" Kaiserswerth

Fliednerstraße 23

40489 Düsseldorf

Telefon: 0211- 47 95 4- 1405

Fax: 0211- 47 95 4- 1444



### **Sprechzeiten Büro:**

Montag – Mittwoch – Freitag: 09:00 – 10:00 Uhr

12:00 – 15:00 Uhr

Donnerstag:

10:00 – 14:30 Uhr

Email: [kerstin.riediger@diakonie-duesseldorf.de](mailto:kerstin.riediger@diakonie-duesseldorf.de)  
[zentrum-plus.kaiserswerth@diakonie-duesseldorf.de](mailto:zentrum-plus.kaiserswerth@diakonie-duesseldorf.de)

Internet: [www.zentrum-plus-diakonie.de](http://www.zentrum-plus-diakonie.de)  
[www.diakonie-duesseldorf.de](http://www.diakonie-duesseldorf.de)

### **Öffnungszeiten „zentrum plus“ Kaiserswerth:**

Montag- Freitag: 09:00 – 17:00 Uhr  
und zu Abend- und Wochenend-  
Terminen (je nach Angebot)

Mit Ihrer Spende können Sie unsere Seniorenarbeit unterstützen:

### **Spendenkonto**

Stadtsparkasse Düsseldorf

IBAN DE87 3005 0110 0010 1057 57

BIC DUSSEDDXXX

Stichwort: „zentrum plus“ Kaiserswerth

zentrum plus

# Für Ihre Notizen