

Vorwort Programm Oktober - Dezember 2018

Liebe Besucher/innen und Freunde/innen
des „zentrum plus“ Garath

Wir haben auch für das letzte Quartal in diesem Jahr wieder viele interessante Angebote für Sie, dabei auch einiges Neues:

-Durch die Spende einer neuen Kaffeemaschine können wir Ihnen in unserem offenen Treff nun auch frisch bereiteten Kaffee Creme, und Espresso für 0,80 € sowie Cappuccino (mit Sahnehaube) für 1,00 € servieren.

-Für das Mittagessen hat sich die Anmeldezeit verändert.(Seite 7)

-Spieltreff –generationsübergreifend dienstags ab 16.10. (Seite 15)

-Offenes Kegeln 2. Die im Monat (nicht im Dez., Seite 12)

-Gesprächskreis für Menschen mit gesundheitlichen Beeinträchtigten (Seite 14)

-Wieder ins Leben gerufen: Socken stricken (Seite 18)
Englische Konversation (Seite 10)

Außerdem gibt es wieder viele interessante Ausflüge, Vorträge und Veranstaltungen. (ab Seite 19)

Wir hoffen, Sie sind bei vielen der Angebote dabei und wünschen Ihnen eine abwechslungsreiche und interessante Herbst- und Adventzeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

Eine Besonderheit 2018: In diesem Jahr haben wir erstmalig vom 24.12.2018 -01.01.2019 geschlossen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!!
Regina Vohwinkel & Maria Neumann
& das ehrenamtliche Team von
„zentrum plus“ Garath & Netzwerk Garath/Hellerhof

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Inhaltsverzeichnis.....	3
Information	4
Beratung.....	5 - 6
Service	7
Service des Netzwerks Garath Hellerhof	8 - 9
Bildung	10 - 11
Gesundheit und Bewegung.....	12 - 13
Gesundheit , Spiele	14 - 15
Kommunikation, Kultur & Geselligkeit.....	16 - 17
Kreativität und Geselligkeit.....	18
Kulinarisches & Geselligkeit	19
Reisen, Tagesausflüge.....	19
Kulturausflüge	20 - 22
Besondere Termine / Termine Ehrenamt.....	22 - 24
Wochenübersicht.....	25 - 27
Netzwerk Garath Hellerhof stellt sich vor.....	28
Demenznetzwerk Düsseldorf	29 - 30
Demenz und Migration	30
Weitere Angebote der Diakonie.....	31
Unsere Kooperationspartner	32
Wir für Sie.....	33
Plan und Wegbeschreibung	34

Information

Um Ihnen die Übersicht über unser vielfältiges Programm zu erleichtern, haben wir zwei verschiedene Präsentationsformen gewählt: 1. nach **Themengruppen** sortiert und
2. eine **Wochenübersicht** erstellt.



= Kennzeichnung Netzwerkangebote



= Kennzeichnung Kooperationsangebote mit IKS e.V.

Beratung	Zu allen Themen rund um das Leben im Alter
Service	Mittagstisch, Stadtteilfrühstück, Café
Service des Netzwerkes	Besuchsdienst, Handwerkerdienst, Haustierbetreuung, Beratung, Büchertausch Schreibservice, Lesegerät für Sehbehinderte, Kopien, Herzenssprechstunde,
Bildung	Sprachkurse, PC, Gedächtnistraining, Steuererklärung am PC, Deutsche Sprachvermittlung und Konversation
Gesundheit & Bewegung	Gedächtnistraining, Kegeln, Gesprächskreis zur Gesundheit, Sturzprävention, Wandern, Tischtennis
Spiel	Bingo, Doppelkopf, Rummikub, Skat, Spieltreff
Kommunikation Kultur und Geselligkeit	Kulturgespräch/Gesprächskultur Gesprächskreise und -foren, Kulturausflüge, Komödien- und Konzertbesuche, Musikcafé, Singen, Tagesfahrten, Reisen
Kreatives	Malangebote, Perlenschmuck, Theatergruppe
Kulinarisches	Kochangebote
Besondere Termine	Musikcafé, Konzerte, Vorträge, jahreszeitliche Feste, etc.
Demenznetz	Betreuungsgruppen, Häusliche Betreuung, NADiA, Projekt Demenz und Migration,
Netzwerk	Das Netzwerk stellt sich vor.

Beratung

- **Beratung „Rund um das Leben im Alter“**

Vorbereitung auf das Alter,

Möglichkeiten des Engagements für Andere, aber auch Hilfsbedarf im Alter, Pflegebedürftigkeit, Demenz, Beratung für pflegende Angehörige, Beratung bei psychisch veränderten Angehörigen und psychosoziale Beratung.

Sprechstunden im „zentrum plus“ Garath, Fritz – Erler - Str. 21 **donnerstags 10.00 – 12.00 Uhr am 25.10. / 15.11. / 29.11.2018**

Weitere Termine nach Absprache, auch Hausbesuche

Ansprechpartnerin: Regina Vohwinkel Tel.: 0211 60 25 481

- **Beratung in russischer Sprache:**

Fragen zum **Thema Demenz**, zu der russischen Betreuungsgruppe in unserem Haus, der Finanzierung von Betreuung oder sonstige Fragen.

Sprechstunden mittwochs 10.00 - 12.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Maria Neumann, Tel.: 0211 60 25 481



- **Telefon- / Sprechstunde „Was nun“**

Sie sind allein, vielleicht krank, fühlen sich einsam oder haben gerade eine schwierige Lebenssituation? Sie möchten mit jemanden darüber reden. Sie suchen einen guten Weg in dieser Situation. Dann wenden Sie sich an uns und vereinbaren einen Termin für eine zielorientierte Beratung, persönlich oder telefonisch *Ansprechpartnerin:* Ruth Möhlen-Studzinski

Terminvereinbarung über das Netzwerkbüro Mo–Fr 10–12 Uhr, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 0211 60 25 481

Beratung



• Rentenberatung

2. und 4. Donnerstag im Monat von 16.00 – 18.00 Uhr

Ort: Netzwerkbüro *Ansprechpartner:* Werner Piki

Im Dezember 2018 nur 1 Termin am 13.12.2018



• Steuersoftware

3. Donnerstag im Monat 14.00 – 17.00 Uhr (mehr Info Seite 11)

Ort: PC-Raum *Ansprechpartner:* Werner Brock,



• Vorsorgelotse

zu Patientenverfügungen und Vollmachten.

Was passiert mit mir, wenn ich selbst nicht mehr entscheiden kann? Muss ich das selbst vorher regeln? Was benötige ich dafür?

Dieses Themas hat sich Peter Bauermann besonders angenommen und wurde dazu vom Betreuungsverein der Diakonie Düsseldorf e.V. fortgebildet. Er kann Sie nun auf dem Weg zu Ihrer Vorsorge-Entscheidung unterstützen.

Die Unterstützung besteht aus einem persönlichen Gespräch mit Informationen zu Ihren Entscheidungen. Dies ist keine Beratung in medizinischen oder rechtlichen Fragen.

Terminvereinbarung über das Netzwerkbüro Mo–Fr 10–12 Uhr,
Fritz – Erler - Str. 21,40595 Düsseldorf, Tel. 0211 60 25 481

Kooperationspartner:

• Sozialverband VdK

1. Dienstag im Monat 15.00 - 16.00 Uhr

Ort: Netzwerkbüro *Ansprechpartner:* Günter Meier

• Seniorenrat

2. Montag im Monat 11.00 - 12.00 Uhr Ort: Begegnungsraum

Ansprechpartner/in: Manfred Wieske, Ryta Rippel

Service

Mittagstisch

Das Mittagessen wird im Otto-Ohl-Haus frisch gekocht und angeliefert. Es beinhaltet drei Gänge. Dazu gehören eine Suppe, ein Hauptgericht und ein Nachtisch sowie ein Getränk. Das Menü kostet 5 €, Eintopf 4,00 €. Für 1 € kann noch ein zusätzlicher Salat geordert werden. Der Menüplan hängt im Begegnungsraum aus.

- **Mittagstisch im „zentrum plus“ Garath**

Montag, Mittwoch, Freitag 12.00 Uhr Begegnungsraum
Anmeldung montags bis 8.45 Uhr, für mittwochs und freitags bis zum Vortag 15 Uhr

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl Tel.: 0211 60 254 78

- **Mittagstreff im GZH (mit Mittagstisch)**

**Ev. Gemeindezentrum Hellerhof (GZH), Dresdener Str. 63,
Dienstag von 11.30 bis 15.00 Uhr**

Mittagstisch mit anschließender Geselligkeit und Spielen.
Anmeldung für das Mittagessen bis montags 13.00 Uhr.

Ansprechpartnerin: Ulrike Terhaag Tel.: 0211 70 227 70

- **Stadtteilfrühstück**

Dienstag 09:30 – 11:00 Uhr

Frühstücksbuffet – Kosten: 3,00 €

Begegnungsraum - Keine Anmeldung erforderlich

Ansprechpartnerinnen: Hannelore Pahl, Anni Födisch

- **Offener Treff,**

**Montag, Mittwoch, Freitag, 10.00 – 16.00 Uhr Begegnungsraum
Dienstag 11.00 - 16.00 Uhr, Donnerstag 12.00 – 16.00 Uhr**

Ab 10.00 Uhr auf Wunsch mit Service Getränkeausschank,
Auf Bestellung (genaue Angabe) werden für regelmäßige Gäste
auch belegte Brötchen angeboten. (außer donnerstags)

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl, Donnerstag H.J. Meier

Service des Netzwerkes Garath/Hellerhof

• **Netzwerk-Büroteam**

Montag bis Freitag von 10.00 bis 12.00 Uhr informiert Sie unser ehrenamtliches Team gerne persönlich oder telefonisch über unsere Angebote, nimmt Anmeldungen entgegen oder vermittelt Sie zu einem Beratungs- oder Serviceangebot.
Telefon: 0211 - 60 25 481

• **Lesegerät für Sehbehinderte**

Unser Lesegerät vergrößert Ihnen den Brief, Zettel oder Sonstiges um ein Vielfaches, so dass der Text auch für stark sehbehinderte Menschen lesbar ist.

Es steht Ihnen Mo - Fr. von 10.00 - 12.00 Uhr während der Bürozeiten des Netzwerkes zur Verfügung.

Einfach einmal ausprobieren und weitersagen!!!

• **Handwerkerdienst**

Unser Handwerkerteam erledigt bei Ihnen zu Hause kleinere Reparaturarbeiten. Wir ersetzen keinen Handwerker!!!!
Kostenfrei

• **Hausbesuche**

Ein Angebot für Menschen, die nicht oder kaum noch ihre Wohnung verlassen können.

Die Netzwerker/innen gehen z.B. für Sie oder mit Ihnen einkaufen, kommen zu einer geselligen Runde oder gehen mit Ihnen spazieren.

• **Unterstützung beim Schriftverkehr**

Termine nach Absprache montags + freitags 10.00 – 12.00 Uhr
Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen und Briefe schreiben. *Ansprechpartnerinnen:*
Margit Brandenburg (Mo), Waltraud Zimmer (Fr), Brigitte Rösler (nach Terminabsprache)

Service des Netzwerkes Garath/Hellerhof



• Büchertausch

Begegnungsraum

Während der „zentrum plus“ Garath Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch, Freitag, 10.00 – 16.00 Uhr

Dienstag 11.00 - 16.00 Uhr, Donnerstag 12.00 – 16.00 Uhr

laden wir Sie ein, sich an unserem Bücherregal kostenlos zu bedienen. Gerne können Sie auch ein aktuelles Buch hineinstellen.



• Von Mensch zu Mensch

Gemeinsam mit der Aktivierenden Sozialberatung Süd der Diakonie Düsseldorf und KIN-TOP e.V. organisiert das Netzwerk Garath/Hellerhof eine Informationswand.

Ziel ist es, Menschen, die etwas zu verschenken haben, mit denjenigen zusammenzubringen, die genau das benötigen - und umgekehrt.

Info im Netzwerkbüro Mo - Fr von 10.00 – 12.00 Uhr,

Fritz – Erler - Str. 21, Tel.: 0211 60 25 481

und bei den Kooperationspartnern.

Die Kontaktaufnahme, Übergabe und der Transport sind von den Schenkenden und Suchenden selbst zu organisieren.



• Haustierbetreuung in Notzeiten



Was wird aus meinem Haustier bei plötzlicher Krankheit oder fehlender Mobilität im Alter?

Wenn Sie Hilfe benötigen oder weitere Fragen zu diesem

Thema haben, wenden Sie sich bitte an das Netzwerkbüro im „zentrum plus“ Garath Mo.- Fr. 10.00 -12.00 Uhr, Fritz – Erler - Str. 21, Tel. 0211 60 25 481.

Ihre Anfrage wird weitergeleitet und die Tierbetreuerin wird sich mit Ihnen in Verbindung setzen. (nur für Senioren)

Bildung Sprachen

 • **Englisch** Ort: Gruppenraum

Montag 01.10. – 10.12.18

Kurs I Fortgeschrittene 14.00 – 15.30 Uhr

Dienstag: 02.10. – 11.12.18

Kurs III Anfänger mit Vork. 11.30 – 13.00 Uhr


Kurs II NEU Konversation 13.15 – 14.45 Uhr

Kosten: 50,00 € (ab 6 Personen jeweils 11x 1,5 Std.)

Späterer Einstieg auf Anfrage möglich

Ansprechpartnerin: Renate Krauß

Anfallende Kursgebühren werden beim Kursleiter bezahlt.

 • **Spanisch** Fortgeschrittene **Dienstag 17.30 – 19.00 Uhr**

Kosten: 45,00 € bei 10 Terminen. Termine auf Anfrage

Ansprechpartnerin: Nina Krauß, Gruppenraum,

Anfallende Kursgebühren werden beim Kursleiter bezahlt

 • **Deutsch - Sprachcafé**

Für Menschen mit arabischen oder kurdischen Sprachwurzeln.
(mind. Sprachlevel A2) Bei einer Tasse Tee/Kaffee üben wir die
deutsche Sprache im Erzählen und beim Spielen.

Immer dienstags ab 18.00 Uhr Höchstteilnehmer/innen 8

Personen, **Kosten:** keine, *Ansprechpartnerin:* Qamaria Ramadan

Ort: Netzwerk Garath Hellerhof, Fritz-Erler- Str. 21, Küche

 • **Deutsch als Fremdsprache – Konversation**

Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für
Menschen aus den GUS Staaten

Dienstag: 12 Termine 11.09. – 11.12.2018 11.30 – 13.00 Uhr

(in den Herbstferien finden keine Termine statt)

Ort: Netzwerk Garath Hellerhof, Fritz-Erler- Str. 21

Kosten: Kopienumlage 2,00 € *Ansprechpartner:* Roland Vogel

Info und Anmeldung aller Kurse im Netzwerkbüro:

Mo. - Fr. von 10.00 – 12.00 Uhr; Tel.: 0211 60 25 481

Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481.

Bildung



• Internetcafé

Ansprechpartner: Chräcker Heller

wöchentlich Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr

Kosten: 2.00 €/ Std. PC-Raum

Anfallende Kursgebühren werden beim Kursleiter bezahlt.

Anmeldung ist nicht erforderlich.

• **Schulung für zukünftige Ansprechpartner/innen im PC-Bereich**

Sind Sie selber firm in PC Bereich/Tablett oder Smartphone?

Hätten Sie Lust, Ihr Wissen an andere weiter zu geben?

In Kooperation mit der Stiftung Digitale Chancen bieten wir in Zukunft Kurse für Multiplikatoren an.

Bei Interesse wenden sie sich an Regina Vohwinkel,

Tel.: 0211 60 254 81



• **Wie erstelle ich am PC meine Steuererklärung**

Jeweils am 3. Donnerstag im Monat **14.00 /15.00/ 16.00 Uhr**

Anmeldung erforderlich

Ansprechpartner: Werner Brock

Mit dem PC-Programm zur selbständigen Bearbeitung der Steuerunterlagen kann man feststellen, ob und wie viele Steuern man zahlen muss bzw. erstattet bekommt. Wer sich dafür interessiert, kann sich bei uns nicht nur den Umgang zeigen lassen, sondern auch unseren PC nutzen, um die Steuererklärung zu erstellen.

Kosten: 2,00 € / Std.

Anfallende Kursgebühren werden beim Kursleiter bezahlt.

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erlar - Str. 21, 40595 Düsseldorf

Gesundheit und Bewegung

- **Fitness für Senioren im Freien** (private Initiative)

Dienstag 10.00 - 11.00 Uhr

Aufwärmgymnastik, Training an Fitnessgeräten, Crossboccia.
Anschließend geselliges Beisammensein im Park.

Ort: Mehrgenerationsplatz Silcherstr. 20 – 22, Kosten: keine
Kommen Sie einfach vorbei und schauen Sie es sich an.

Ansprechpartnerin: Brigitte Zschörnack



Offenes Kegeln - Generationsübergreifend

2. Dienstag im Monat 14.00 – 16.00 Uhr,

Sie mögen kegeln, aber

- nicht regelmäßig? - nicht im Verein? - nicht um Geld?

Dann sind Sie richtig bei unserem Offenen Kegeln. Wir treffen uns 1x monatlich mit all denen, die an diesem Tag Zeit und Lust haben, mit zu machen.

Kostenbeitrag: 2,00 €, alle Spiele, Pudel etc. sind kostenfrei,

Ort: Kegelbahn Freizeitstätte Garath, Fritz-Erler-Str. 21,

Anmeldung (jeweils bis Vortag) im

Netzwerkbüro Garath/Hellerhof, Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,

Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel: 60 25 481.

Teilnehmerzahl/innen 6 – 12 Personen

Ansprechpartnerinnen: Erika Sachs, Margret Beisemann



• Tischtennis im Netzwerk Garath/Hellerhof

Es gibt 111 Gründe, Tischtennis zu lieben.

Wer hat Lust, mal wieder den Ball über die Platte zu jagen?

Spielzeiten **dienstags** jeweils 1 – 2 Std. von **13.00 – 15.00 Uhr**

Ort: Freizeitstätte Garath, Tischtennisraum, Fritz-Erler-Str. 21,
40595 Düsseldorf. Höchsteilnehmerzahl je Std. 4 Personen

Kosten: 1,00 €/ Std. für Erwachsene, Kinder € 0,50 €

Schläger können ausgeliehen werden.

Ansprechpartnerin: Monika Behne

Bezahlung bei der Ansprechpartnerin

Gesundheit und Bewegung



• Wandern 4. Mittwoch im Monat

Treffpunkt: 09.15 Uhr -Bahnhof Garath - Wanderzeit - ca. 3 Std.

Nächste Termine: **24.10./ 24.11./ kein Termin im Dezember**

Die Teilnehmer/innen der angebotenen Wanderungen wandern auf eigene Gefahr mit! Die Wanderungen sind kostenlos. Für Fahrtkosten und Getränke/Imbiss bei einer evtl. Einkehr muss jede/r selbst aufkommen.

Anmeldungen sind nicht erforderlich.

- Werden Sie Wanderführer!

Das Team der Wanderführer wechselt sich monatlich ab.

Gerne können motivierte Teilnehmer/innen der Gruppe selber einmal Wanderführer sein! Auch andere Tage sind möglich.

Sprechen Sie Ihre Wanderführer einfach an.

Oder möchten Sie einen an einem anderen Tag eine Wanderung oder einen Spaziergang organisieren? Gerne helfen wir beim Aufbau der Gruppe,

Ansprechpartnerin : Regina Vohwinkel, Tel. 0211 60 254 81

- **Sturzprävention**

7 x donnerstags ab 08.11. – 20.12.

Kurs I 09.45 – 10.45 Uhr **Kurs II** 11.00 – 12.00 Uhr

Übungen zur Stärkung der Muskulatur und Förderung der Beweglichkeit der Gelenke zur Vermeidung von Stürzen.

Insbesondere geeignet für Menschen, die schon körperlich eingeschränkt sind und/oder Probleme mit dem Gleichgewicht haben. Ein späterer Einstieg ist auch jederzeit möglich.

Ort: Begegnungsraum

Kosten: 17,50 €

Ansprechpartnerin: Lissi Kunow,

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf

Gesundheit

- **NEU Gesprächskreis**

„Mit gesundheitlichen Einschränkungen gut leben“

Jeden 1. und 3. Donnerstag/Monat 15.00 – 16.00 Uhr.

Gesundheitliche Beeinträchtigungen sind oft so dominant, dass sie den Blick auf andere Teile des Lebens versperren können.

Im Austausch über die persönlichen Situationen versuchen wir, zur Akzeptanz zu finden und den Blick auf mögliche neue Perspektiven zu entwickeln, denn:

„Ein Glas kann nicht nur halb leer sein, sondern auch halb voll.“

Gesprächsleitung: Ruth Möhlen-Studzinski, Dipl. Pädagogin, Trauerbegleiterin.

Kosten: keine.

Anmeldung im Netzwerkbüro Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,

Tel. 60 25 481, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf,

- **Das merk ich mir Knoten im Kopf**

Gut urteilen, gut verstehen, gut denken, grübeln, Lösungen finden. Spielerisch und bewegt, ganzheitlich, in Gesellschaft Gleichaltriger, in lockerer Atmosphäre – Das entscheidende Plus an Hirnleistung. Trauen Sie sich was zu! Der Kopf kann mehr als man denkt.

Es sind **noch Plätze frei:**

Gedächtnistraining am Donnerstagnachmittag 06.09.2018 – 06.12.2018, 14.00 – 15.00 Uhr, 12x, außer 27.09.2018

Kursleitung: Susanne Theissing, Gedächtnistrainerin BVGT – zertifiziert.

Ort: Gruppenraum.

Kosten: 30,00 € + 2,00 € Materialbeitrag,

Anmeldung im Netzwerkbüro Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,

Tel. 60 25 481, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf

Spiele

- **Skatrunde MO/Mi/Fr. ab 13.00 – 17.00 Uhr**

Ort: „zentrum plus“ Garath, Fritz-Erler-Str. 21 Gruppenraum
Anmeldung nicht erforderlich!

Begegnungsraum *Ansprechpartnerin:* Luise Rosengarten

Wir freuen uns über weitere Mitspieler/innen, die Lust haben, sich uns an einzelnen Terminen oder regelmäßig anzuschließen!
Regelmäßige Teilnahme ist ein Kann, kein Muss.

- **Rummikub**

Montag, Mittwoch und Freitag ab 13.00 Uhr

Kosten: keine. **Ort:** Begegnungsraum

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl



- **Doppelkopf** 2 Termine im Monat

1. Dienstag/Monat 14.00 – 17.00 Uhr

3. Mittwoch/Monat 10.00 – 13.00 Uhr,

Kosten: keine, **Ort:** „zentrum plus“ Gruppenraum

Ansprechpartner: Werner Pikel

- **Bingo**

2. Freitag/Monat 14.30 – 16.00 Uhr

Kosten: 3,00 € , **Ort:** Begegnungsraum, 10 Spiele

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl

- **Mehrgenerationen-Spieltreff ab 16.10.18**

dienstags 14.30 – 16.00 Uhr

Ein neues Angebot für alle, die Gesellschaftsspiele lieben. Es können auch eigene Spiele mitgebracht werden.

Ansprechpartner: Friedrich, unterstützt durch ein soziales Projekt des Freien Christlichen Gymnasiums Düsseldorf

Ort: Begegnungsraum

Kosten: keine


Anmeldung nicht erforderlich.

Kommunikation, Kultur & Geselligkeit




• **Birgit-Treff** 1. Dienstag / Monat 14.30 – 16.00 Uhr
geschlossener Gesprächskreis



• **Internationales Musikcafé** 14.00 - 16.00 Uhr 
in Kooperation mit Integration Kunst Schaffen e.V.
6 x im Jahr, immer dienstags im ungeraden Monat
Eintritt frei, eine Tasse Kaffee/Tee + Gebäck incl.
Die genauen Termine, das Programm und die Künstler
(siehe unter „Besondere Termine“ Seite 23)

- **Frauenkurs**

In Kooperation mit IKS e.V. 

Donnerstag 17.30 - 20.00 Uhr

generationsübergreifender Gesprächskreis für Frauen aus den
GUS-Staaten-. Wir üben uns in der deutschen Sprache zu
Themen aus dem Alltag in Deutschland

Ort: Gruppenraum, **Kosten:** keine

Ansprechpartnerin: Natalia Krupenya

- **Offenes Singen**

Freitag 10.00 – 11.15 Uhr

Wir singen Volkslieder und proben ab und an für verschiedene
Veranstaltungen des „zentrum plus“ Garath.

Ort: Begegnungsraum **Kosten:** keine

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl



Dialog des Ostens

Freitag 14.00 – 15.30 Uhr

Ort: Gruppenraum, **Kosten:** keine

Ein Treff mit Gesprächen und Gesang. In Kooperation mit KIN-
TOP e.V. werden wir im Gesangsbereich von Nikolai Kutovoj
(Musiker) unterstützt. *Ansprechpartnerin:* Galina Tchijova
Anschließend Spieltreff bis 17 Uhr.

Kommunikation, Kultur & Geselligkeit




• Kulturgespräch-Gesprächskultur

4. Freitag / Monat **10.00 – 13.00 Uhr Gruppenraum**

Wir diskutieren über aktuelle Ereignisse aus Alltag und Gesellschaft, über Kunst, Literatur und Religionen. Die Themen erarbeiten wir in der Gruppe. Themen begleitend machen wir auch manchmal Exkursionen. Wir freuen uns über neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit neuen Ideen.

Kosten: keine *Ansprechpartnerin:* Loni Rommel

in Kooperation mit Integration Kunst Schaffen e.V. 

• Düsseldorfer Presseschau

jede Woche Freitag 17.30 - 19.30 Uhr **Gruppenraum**

Wir lesen aktuelle Artikel zu verschiedenen Ereignissen aus dem sozialen und kulturellen Geschehen in Düsseldorf und tauschen uns dazu **in deutscher Sprache** aus. Eingeladen sind Senioren mit Migrationshintergrund aus den GUS-Staaten.

Höchsteilnehmer: 12 Personen, **Kosten:** keine

• In Erweiterung unserer Kooperation mit



Integration Kunst Schaffen e.V. finden zusätzlich folgende Angebote jeweils 1x monatlich im „zentrum plus“ Garath statt:

Mittwochs ab 18 Uhr: Proben der Gesangsgruppe Prima

1. Samstag Kinoclub (russisch)

3. Samstag Gesangsclub (russisch)

Kosten: keine **Ort:** Gruppenraum

Ansprechpartner/in: Natalia Krupenya Telefon 0211 1794634



• Tingeltangel – Laien-Theater

Im nächsten Jahr möchten wir eine neue Komödie aufführen. Melden Sie sich, wenn Sie als Akteur dabei sein wollen!!!

Ansprechpartnerin: Erika S`mauder

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf

Kreativität & Geselligkeit

- **Socken stricken**

dienstags: ab 09.10.18

14.30 – 16.30 Uhr

In netter Gesellschaft stricken wir Socken mit verschiedenen Mustern. Wir freuen uns auch über StrickerInnen, der/die etwas anderes stricken und uns an ihrem Wissen teilhaben lassen oder einfach gerne in Gesellschaft stricken.

Ort: „zentrum plus“ Garath Begegnungsraum

Kosten: keine. Material und Stricknadeln bitte mitbringen.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich. (nicht am 27.11. + 11.12.18)

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf

Ansprechpartnerin: Hannelore Schleinitz

- **Malen – Window Color**

Malen für die Kinderkrebshilfe Düsseldorf

mittwochs 14.00 – 16.00 Uhr

Ort: Begegnungsraum

Wir freuen uns über weitere aktive Maler/innen.

Bilderausstellung & -verkauf bei Veranstaltungen, Advent- &

Osterzeit und Malen nach Bestellung. **Kosten:** Materialkosten

Anmeldung nicht erforderlich, *Ansprechpartnerin:* Ingrid Pohl



- **Malen**

Jeweils 4. Do. / Monat, 10.00 – 12.00 Uhr Ort: Gruppenraum

Auf Anfrage! *Ansprechpartnerin:* Ursula Rogoll

- **Ketten – Armbänder - Ohrringe**

donnerstags 14.00 – 16.00 Uhr 6 x ab 08.11. – 13.12.2018

In netter Gesellschaft fertigen wir Ketten an.

Ansprechpartnerin: Annelene Becker

Ort: „zentrum plus“ Garath Begegnungsraum

Kosten: 15,00 € für 1 Kette. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf

Kulinarisches & Geselligkeit



• Gutbürgerliche Küche

1. + 3. + 5. Donnerstag / Monat, 10.00 – 14.00 Uhr

Wir kochen Menüs mit 2-3 Gängen. Die Gerichte werden im Vorfeld besprochen.

Ort: Küche **Kosten:** Lebensmittelumlage

Anmeldung erforderlich.

Ansprechpartner/in: Isolde Blum, Dieter Henrich



• Kochen

2. + 4. Donnerstag / Monat, 10.00 – 13.00 Uhr

Ort: Küche

Wir kochen für uns und andere. Die Gerichte werden im Vorfeld besprochen. **Weitere Köche/innen sind willkommen!**

Anmeldung erforderlich

Kosten: Lebensmittelumlage. *Ansprechpartnerin:* Isolde Blum

Tagesfahrten

Kooperation mit BIG- Senioren

Anmeldungen mit Anzahlungen sind regelmäßig möglich dienstags 10.30 Uhr im „zentrum plus Garath und donnerstags ab 13 Uhr im Nikolas-Ehlen-Haus.

Ansprechpartner: Günther Westenburger, Tel: 0173-2492705

Die Fahrten sind auch für Menschen mit Rollator geeignet.

Tagesfahrten

- **09.10.2018** Mönchengladbach

Mit Stadtrundfahrt, Mittag, Modenschau, Kaffee und Kuchen sowie dem Chor der Schwarzmeer Kosaken. Kosten: € 43,50

- **14. November 2018**

Vulkaneifel mit Rundfahrt, Mittagessen, Andernach und Besichtigung des weltgrößten Geysirs. Kosten: € 44,50

- **05. Dezember 2018**

Fahrt zu Weihnachtsmarkt in Cochem Kosten: € 24,00

Kulturausflüge

Wechselnde Netzwerker organisieren im Laufe des Jahres Kulturausflüge. Die Ziele entnehmen Sie den ausführlichen Beschreibungen. Die Ausflüge

- **zur Komödie** Düsseldorf finden immer **samstags**,
- **zu den Eller Schloss Konzerten** finden immer **sonntags**,
- zu allen anderen Zielen finden unregelmäßig an verschiedenen Tagen statt.

Bitte besorgen Sie sich die Fahrtickets zu allen Ausflügen selbst, soweit nichts anderes ausgeschrieben ist.

Weitere **Informationen und Anmeldung** im Netzwerkbüro

Mo - Fr 10.00 - 12.00 Uhr, Fritz – Erler - Str. 21, 40595

Düsseldorf, Tel.: 0211 60 25 481

Evtl. Kosten müssen bei der Anmeldung entrichtet werden.

Achtung: Bitte haben Sie Verständnis, dass wir bei Stornierungen Gelder nur erstatten können, wenn uns keine Kosten entstanden sind. Vor allem bei bereits gekauften Tickets ist keine Erstattung möglich. In diesem Fall kann an Ihrer Stelle gerne eine von Ihnen benannte Ersatzperson teilnehmen.



• Eller Schlosskonzerte

Sonntag: 07.10.2018 „Keltische Harfe und Gesang“

Anmeldungen nicht mehr möglich



• Eller Schlosskonzerte

Anmeldung bis spätestens 05.11.2018 für

„Weihnachtskonzert“ Sonntag: 02.12.2018

Eine festliche weihnachtliche Veranstaltung mit traditionellen Weihnachtsliedern.

Treffpunkt: 16.00 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 16,50 € Bezahlung bei Anmeldung im Netzwerkbüro

Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf,

Tel. 60 25 481 *Ansprechpartnerin:* Margrit Brandenburg

Kulturausflüge



• Museumsbesuch in Bonn

Mittwoch: 07.11.2018 Treff: 09.15 S-Bahn Garath

Anzahlung: 9,00 (wird später verrechnet)

Kulturausflug zum Haus der Geschichte in Bonn. Eine Reise in die Entstehung der Bundesrepublik Deutschland.

Dargestellt sind die Entwicklungen zur deutschen

Nachkriegszeit - von 1945 bis heute - in Dokumentationen sowie Originalen, wie z.B. der Salonwagen, den Dr. Konrad

Adenauer benutzt hat. **Anmeldungen** im Netzwerkbüro Mo. –

Fr. 10.00 – 12.00 Uhr **bis spätestens 05.11.18,**

Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481.



• Kulturausflug des Netzwerks Garath/Hellerhof zum Teppichcurling

Mittwoch: 14.11.2018 Treff: 09.00 Uhr S-Bahn Garath

Der neue Trendsport Teppich-Curling ist eine alte aus Skandinavien stammende Sportart, die für Jung und Alt gleichermaßen geeignet ist. In der Werbung heißt es:

-Es ist leicht und schnell zu erlernen. -Es lässt sich auch mit körperlichen Einschränkungen spielen. -Es kommt nicht nur auf die Kraft, sondern auch auf Taktik an. -Es ist ein sehr Kommunikationsförderndes Spiel, das Spaß in der Gruppe macht.

-Teppich-Curling fordert den Ehrgeiz des Einzelkämpfers ebenso heraus, wie den Teamgeist im Mannschaftssport.

Und es macht richtig Spaß!

Das wollen wir selbst ausprobieren! Spielzeit ca. 2 Stunden

Kosten: keine, Teilnehmerzahl: 10 – 20 Personen

Fahrticket bitte selbst mitbringen.

Anmeldung im Netzwerkbüro Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,

Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481.

Kulturausflüge



• **Komödie** „Die Abseitsfalle“

Samstag, 03.11.2018 Treff: 15.40 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 16,00 € Bitte das Geld passend mitbringen.

Bezahlung und Anmeldung bis spätestens 26.10.2018

im Netzwerkbüro Mo - Fr 10.00 - 12.00 Uhr,

Fritz - Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel.: 0211 60 25 481

Ansprechpartner: Detlef Boden



• **Komödie** „Oscar und Felix“

Samstag, 08.12.2018

Treff: 15.40 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 16,00 € Bitte das Geld passend mitbringen.

Bezahlung und Anmeldung bis spätestens 30.11.2018

im Netzwerkbüro Mo - Fr 10.00 - 12.00 Uhr,

Fritz - Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel.: 0211 60 25 481

Ansprechpartner: Detlef Boden

Besondere Termine

- **Die Bürgerstiftung Düsseldorf stellt sich vor:**

Dienstag: 23.10.2018 10.45 Uhr

Vortrag über Angebote und Leistungen für Seniorinnen und Senioren in Düsseldorf.

Referentin: Frau Kerstin Hommel

Ort: Begegnungsraum. **Kosten:** keine.

Anmeldung Mo. - Fr. 10.00 - 12.00 Uhr im Netzwerkbüro,

Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481.

- **Planungsrunde Oktober/November am 31.10.2018**

für Ehrenamtliche des „zentrum plus“ Garath 10 - 12 Uhr

Besondere Termine

- „Trödelmarkt für Jung & Alt“ im Otto Ohl Haus

Samstag, 06.10.2018 11.00 – 16.00 Uhr

Ort: Julius-Raschdorff-Str. 2, 40595 Düsseldorf

Interesse an einem eigenen Stand? Standgebühren: Pauschal

8,00 €/ Stand + Kuchen; Kinder erhalten reduzierten Preis!

Keine Neuware, keine Marktstände, nur Privater Trödel!

Stand anmelden bei Maria Neumann oder unter 0211 75 84 80.

- **Traditionelles Martinsgansessen**

Freitag, 09.11.2018 12.00 Uhr

mit Rotkohl und Kartoffelklößen

Kosten auf Anfrage ab 10.10.18 (ca. 10 - 12,00 €) incl. Getränk

Kartenverkauf ab 10.10.-05.11.2018 Mo./Mi./Fr. 10.00–12.00 Uhr

+ 13.00–15.30 Uhr. Dienstag: 11.00 – 15.00 Uhr bei Fr. Pahl

im „zentrum plus“ Garath, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf.

- **Vortrag Das Pflegestärkungsgesetz III**

Dienstag, 13.11.2018 10.45 Uhr

Der neue Begriff der Pflegebedürftigkeit, der Pflegegrade und die geänderten Leistungen der Krankenkassen.

Fragen sind willkommen.

Referentin: Katja Mackel, Hilfe zu Hause der Diakonie

Düsseldorf, **Anmeldung** nicht erforderlich

- **Kreatives Gestalten**

Wir erstellen Tischdekorationen für die Adventzeit

Donnerstag: 22.11.2018 15.00 – 17.00 Uhr

Ort: Begegnungsraum

Kosten: Material ca. 1,00 €

Mitzubringen: Lineal, Bleistift, Schere, Klebstoff.

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,

Tel. 0211 60 25 481, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf.

Ansprechpartner/in: Hannelore Schleinitz

Besondere Termine

- **Internationales Musikcafé“**



„Lieder zur Jahreszeit“

Dienstag, 27.11.2018 14.00 – 16.00 Uhr

Knopfakkordeon-Virtuose Michael Salzmann spielt internationale Musikstücke und Lieder zur Jahreszeit.

Ort: Begegnungsraum;

Kosten: Eintritt frei, incl. Kaffee/Tee und Gebäck.

Wir freuen uns auf einen gemütlichen Nachmittag in internationaler Runde.

In Kooperation mit Integration Kunst Schaffen e.V.

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf

- **„Traditionelle Weihnachtsfeier“**

Dienstag: 11.12.2018 14.30 Uhr

Geschichten, Gedichte und Lieder mit neuem Programm des Harmonikaorchesters „Notenzauber“ aus Hilden.

Ort: Arenasaal der Freizeitstätte Garath, Fritz-Erler-Str. 21

Kosten: 6,00 € , Kaffee/Tee, Gebäck sowie ein Geschenk incl.

Kartenverkauf ab November Mo./Mi./Fr. 10.00 – 12.00 Uhr + 13.00 – 15.30 Uhr. Dienstag: 11.00 – 15.00 Uhr bei Fr. Pahl im „zentrum plus“ Garath, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf.

- **Planungsrunde Dezember 12.12.2018**

für Ehrenamtliche des „zentrum plus“ Garath 10.00 – 12.00 Uhr

**Achtung: In diesem Jahr haben wir erstmalig vom
24.12.2018 -01.01.2019 geschlossen.**

Wochenübersicht regelmäßige Termine

Tag	Angebot	Uhrzeit
Montag	Netzwerkbüro.....	10.00 - 12.00
	Offener Treff.....	10.00 - 16.00
	Mittagstisch	12.00
	Skatrunde	ab 13.00
	Offener Treff Kuchen	13.00 - 16.00
	Rummikub.....	13.00 - 15.15
	Englischkurs I Fortgeschrittene	14.00 - 15.30
Dienstag	Stadtteilfrühstück	9.30 - 11.30
	Netzwerkbüro	10.00 - 12.00
	Deutsch Konversation	11.30 - 13.00
	Englischkurs III Anfänger mit Vork.	11.30 - 13.00
	Mittagstreff im GZH Hellerhof	11.00 - 15.00
	Mittagstisch	12.00
	Skatrunde	ab 13.00
	Offener Treff, Kuchen.....	13.00 - 16.00
	Rummikub	13.00 - 15.15
	Tischtennis	13.00 - 15.00
	Englischkurs II Konversation	13.15 - 14.45
	Kegeln 2. Die im Monat.....	14.00 - 16.00
	Musikcafé alle 2 Monate	14.00 - 16.00
	Spieltreff generationenübergreifend	14.30 - 16.00
	Doppelkopf 2. Die im Monat	14.30 - 17.00
	Deutsch- Sprachcafé	17.00 - 18.30
Spanischkurs I Fortgeschrittene....	17.30 - 19.00	

Wochenübersicht regelmäßige Termine

Tag	Angebot	Uhrzeit
Mittwoch	Planungsrunde für Ehrenamtliche von Netzwerk und „zentrum plus“ 1. Mi ...	10.00 - 12.00
	Wandern 4. Mi	9.15
	Netzwerkbüro	10.00 - 12.00
	Doppelkopf 3. Mi	10.00 - 13.00
	Offener Treff	10.00 - 16.00
	Mittagstisch	12.00
	Skatrunde	ab 13.00
	Offener Treff, Kuchen	13.00 - 16.00
	Rummikub	13.00 - 15.15
	Malgruppe Window Color	14.00 - 16.00
	IKS wechselnde Gruppen s. Seite 19.....	17.30 - 20.00
Donners- tag	Sturzprävention I	9.45 - 10.45
	Netzwerkbüro	10.00 - 12.00
	Kochen 2. + 4. Do.	10.00 - 13.00
	Kochen Hausmannskost 1.+ 3. +5. Do	10.00 - 14.00
	Malen 4. Do	10.00 -12.00
	Internetcafé	10.00 - 12.00
	Sturzprävention II	11.00 - 12.00
	Gedächtnistraining I	13.45 - 14.45
	Ketten – Armbänder – Ohringe	14.00 - 16.00
	Einführung in die Steuersoftware 3. Do.	14.00 - 17.00
	Gesprächskreis 1.+ 3. Do im Monat.....	15.00 - 16.00
	Rentenberatung 2. + 4. Do.	16.00 - 18.00
	Frauenclub IKS.....	17.30 - 20.00

Wochenübersicht regelmäßige Termine

Tag	Angebot	Uhrzeit
Freitag	Netzwerkbüro	10.00 - 12.00
	Hilfe beim Schriftverkehr.....	10.00 - 12.00
	Kulturgespräch/Gesprächskultur 4.Fr.	10.00 - 11.30
	Offenes Singen.....	10.00 - 12.00
		10.00 - 11.45
	Mittagstisch	12.00
	Skatrunde	ab 13.00
	Offener Treff, Kuchen	ab 13.00
	Rummikub	13.00 - 15.15
	Bingo 2. Fr.	14.30
	Dialog des Ostens	14.00 - 15.30
	Dialog Spieltreff.....	15.30 - 17.30
	Düsseldorf aktuell (IKS)	17.30 - 19.30
Samstag	IKS e.V. Kino-Clubabend 2. Samstag...	16.00 - 20.00
	Kulturausflüge zur Komödie.....	15.40
	Sondertermine Wandern.....	9.15
	Sondertermine Kulturausflüge.....	Siehe Text
Sonntag	Kulturausflüge zu den Eller Schloss-Konzerten.....	16.00

Netzwerk Garath/Hellerhof

Kennen Sie eigentlich unsere Homepage:

www.netzwerk-garath-hellerhof.de ?

Das Netzwerk Garath / Hellerhof setzt sich zusammen aus Menschen ab ca. 50 Jahren unterschiedlicher Nationalitäten, Charaktere und Interessen. Hier sind Sie richtig, wenn Sie im Stadtbezirk z.B.

- mit anderen zusammen Ihr Hobby leben oder Ihre Ideen verwirklichen wollen und/oder
- für andere Ihr Knowhow und ihre Zeit einbringen möchten und/oder
- Kontakte in der Nachbarschaft suchen und pflegen möchten und/oder
- Freizeitgestaltung, Bildung und Geselligkeit im Wohnquartier suchen und/oder
- kleine Unterstützungen im Alltag benötigen

Die Möglichkeiten und Angebote sind zahlreich. Sicher ist auch für Sie etwas dabei.

Seit 21 Jahren sind wir am Puls der Zeit. Mit neuen Interessenten entwickeln sich immer wieder neue und spannende Erlebnisse.

Hauptamtliche Netzwerkbegleiterin: Regina Vohwinkel

Haben wir Sie neugierig gemacht? Rufen Sie uns an oder kommen direkt vorbei!

Wir sind zu erreichen:

**Montag -Freitag 10.00 – 12.00 Uhr im Netzwerkbüro,
Telefon 0211 60 25 481, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf**

Demenznetz Düsseldorf

Das Demenznetz Düsseldorf bietet Beratung für Menschen mit Demenz & ihre Angehörigen zur Herstellung eines sozialen Hilfe-Netzwerkes mit entsprechenden Angeboten.

Die Serviceleistungen des Demenznetzes bieten wir auch im „zentrum plus“ Garath an.

Folgende Leistungen können im Rahmen der Betreuungsgelder der Pflegekassen abgerechnet werden:

1. **Betreuungsgruppen** für Menschen mit Demenz (BEAtE-Gruppen)

Einfühlsame Betreuung durch Fachkräfte und geschulte ehrenamtliche Mitarbeiter/innen, ein auf individuelle Bedürfnisse ausgerichtetes Programm, Förderung und Stärkung vorhandener Fähigkeiten.

- **„Die vergessene Welt“**

Montag 10.00 – 13.00 Uhr – mit Mittagstisch – Gruppenraum
Ansprechpartnerin: derzeit Maria Neumann, Tel.: 0211 60 25 481

- **„Katjuschas Träume“**

Mittwochs von 14 - 17 Uhr Katjuschas Träume Gruppenraum
Für Menschen mit russischsprachigem Hintergrund
Ansprechpartnerin: Maria Neumann, Tel.: 0211 60 25 481

- **NADIA**

Ist ein Bewegungsangebot speziell für Menschen mit Demenz. Die vielfältigen Koordinationsübungen schulen das Gleichgewicht. Die Kräftigungsübungen helfen, damit Alltagshandlungen möglichst lange selbständig verrichtet werden können.

Ansprechpartnerin: Maria Neumann, Tel.: 0211 60 25 481

Demenznetz

2. DA für DicH

(**D**üsseldorfer **A**gentur **f**ür **D**emenzkranke in der **H**äuslichkeit)

DA für DicH ist ein **Häuslicher Besuchsdienst** von einzelnen Helfer/innen, die Hilfebedürftige stundenweise individuell in der eigenen Häuslichkeit betreuen.

Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen für DA für DicH sind Gesprächspartner lesen vor, hören zu und bieten Beschäftigungsmöglichkeiten an (keine Pflege).

Das Angebot steht in deutscher und in russischer Sprache zur Verfügung.

Ansprechpartnerin: Maria Neumann Tel.: 0211 60 25 481

Ort: Im Treff II der Freizeitstätte Garath, Fritz – Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf.

Demenz und Migration

Деменция и миграция

Деменция и миграция

Группа ухода за больными деменцией "Катюшины мечты" по средам с 14 до 17 часов

Группа ухода для русскоговорящих людей с заболеванием деменцией которые живут дома. Группа сопровождается обучённым русскоговорящим персоналом.

Дополнительно предлагается часовая социальная опека на дому и консультация по вопросам деменции на русском языке.

Ansprechpartnerin: Maria Neumann, Tel.: 0211 – 60 25 481

Weitere Angebote der Diakonie Düsseldorf

Das Otto-Ohl-Haus in Düsseldorf - Garath

Julius-Raschdorff-Str. 2 40595 Düsseldorf
Tel. 0211 7 58 48 0 Fax 0211 7 58 48 20

- **Stationäre Pflege**

Was immer Sie brauchen: Jeder Mensch ist anders. Deshalb nehmen wir im Otto-Ohl-Haus Pflege ganz persönlich. Wenn Sie weitgehend selbst zurecht kommen, wird Ihnen das reiche Angebot unseres sozialen Dienstes gefallen. Wenn Sie demenziell erkrankt sind, haben wir spezielle Angebote für Sie.

- **Kurzzeitpflege**

Vorübergehend gut versorgt: Wenn ein lieber Mensch Sie zu Hause pflegt, sind Sie sicher in den besten Händen. Doch dieser Mensch braucht manchmal Urlaub oder vielleicht ist er einmal krank. Dann können Sie bei uns in der Kurzzeitpflege wohnen. Wir betreuen Sie aufmerksam und pflegen Sie ganz wie Sie es brauchen, bis Ihr Angehöriger wieder für Sie da sein kann. Die Kurzzeitpflege hilft Ihnen auch, wenn Sie aus dem Krankenhaus entlassen werden. Bis Sie wieder zu Hause zurecht kommen, sorgen wir für Sie. Auch als jüngerer Mensch haben Sie Anspruch auf Kurzzeitpflege, wenn Sie etwa nach einem Unfall vorübergehend pflegebedürftig sind.

Die soziale Betreuung in der Kurzzeitpflege findet zusätzlich in russischer Sprache statt. В краткосрочном уходе предлагается социальная опека на русском языке (общение, программа).

- **Tagespflege**

Damit Sie Ihr Zuhause behalten können:

Ihr eigenes Zuhause möchten Sie sicher so lange es geht behalten. Unsere Tagespflege hilft Ihnen dabei. Wir holen Sie morgens ab und betreuen Sie den Tag über. Für nette Gesellschaft sorgen wir ebenso wie für anregende Beschäftigung – Mahlzeiten inklusive. Abends bringen wir Sie dann wieder in Ihr eigenes Zuhause.

Weitere Kooperationspartner

In alphabetischer Reihenfolge

- **Aktivierende Sozialberatung Süd**
und Lebensmittelausgaben
Neusser Straße 37, 40219 Düsseldorf
Tel.: 0211- 300 6430
- **BIG Senioren**
- **Diakonie Düsseldorf** „Hilfe zu Hause“
Häusliche Pflege, hauswirtschaftliche Dienste,
Diakonie Serviceruf
Platz der Diakonie 3, 40233 Düsseldorf
Tel. 0211 73 53 370 Fax 0211 73 53 521
- **Evangelische Kirchengemeinde Garath/Hellerhof**
Dietrich Bonhoefferkirche, Julius Raschdorffstr.4
und Gemeindezentrum Hellerhof, Dresdener Str. 63
40595 Düsseldorf
- **Freizeitstätte Garath**
Fritz - Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf
- **Integration, Kunst, Schaffen e.V**
Postfach 41013, 40576 Düsseldorf
- **KIN-TOP e.V.**
Stettiner-Str. 120, 40595 Düsseldorf
- **Seniorenrat der Stadt Düsseldorf**
- **Sozialverband VdK**
- **Sprachschule Sputnik und Sputnik e.V.**
Wolfgang Döringstr. 4, 40595 Düsseldorf

Wir für Sie

„zentrum *plus*“ Garath der Diakonie

Fritz-Erler-Straße 21

40595 Düsseldorf

Tel.: 0211 – 602 54 78/81

Fax: 0211 – 602 54 82

Email: zentrum-plus.garath@diakonie-duesseldorf.de

Homepage: www.diakonie-duesseldorf.de

Mitarbeiterinnen:

Michaela Pfaff, Leitung, Tel.: 0211 60 25 478

Regina Vohwinkel – Netzwerkbegleitung,
Beratung & Fallmanagement, Tel.: 0211 60 25 481

Maria Neumann, Demenz und Migration

Mittwoch 10-13 Uhr, Tel.: 0211 602 54 81

Maria.Neumann@diakonie-duesseldorf.de

Wir haben geöffnet: Montag bis Freitag 10.00 – 16.00 Uhr

(und zu den ausgeschriebenen Veranstaltungsterminen)



Das **Netzwerk Garath/Hellerhof** erreichen Sie innerhalb der Service-Bürozeit:

Montag bis Freitag von 10.00 – 12.00 Uhr

Tel.: 0211 60 25 481 **Fax:** 0211 60 25 482

Homepage: www.netzwerk-garath-hellerhof.de

Das Programm wird gemeinsam mit unseren ehrenamtlichen Teams entwickelt.

Aktuelle Änderungen und Ergänzungen entnehmen Sie bitte unseren Aushängen oder der Presse.

Mit einer Spende können Sie unsere Arbeit unterstützen.

Stichwort: „zentrum *plus*“ Garath

Spendenkonto: Stadtparkasse Düsseldorf

IBAN DE87 3005 0110 0010 1057 57 / BIC DUSSEDDXXX