



Programm zentrum *plus* Benrath *Januar - März 2022*

„zentrum *plus*“ Benrath

zentrum *plus*
gemeinsam aktiv für das Alter

Diakonie  **Düsseldorf**

Inhalt

Inhalt	2
Vorwort	3
Beratung und Unterstützung	4
Diakonie Düsseldorf	5
Hygieneregeln	6
Montag Tagesübersicht	7
Dienstag Tagesübersicht	9
Mittwoch Tagesübersicht	10
Donnerstag Tagesübersicht	12
Freitag Tagesübersicht	15
Angebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörige	16
Ankündigungen	17
Besondere Veranstaltungen	18
Aktuelles aus dem zentrum <i>plus</i> Benrath	20
Digitale Angebote	21
Wir für Sie im „zentrum <i>plus</i> “	22

Vorwort

**Liebe Besucherinnen und Besucher,
liebe Ehrenamtliche, liebe Gäste!**

Mein Neujahrswunsch

Was ich erwünsche vom neuen Jahre?
Daß ich die Wurzel der Kraft mir wahre,
Festzustehen im Grund der Erden,
Nicht zu lockern und morsch zu werden,
Mit den frisch ergrünenden Blättern
Wieder zu trotzen Wind und Wettern,
Mag es ächzen und mag es krachen,
Stark zu rauschen, ruhig zu lachen,
So in Regen wie Sonnenschein
Freunden ein Baum des Lebens zu sein.

Karl Henckell (1864 - 1929)

Ein weiteres ungewöhnliches Jahr geht zu Ende. Was uns das neue Jahr bringen wird, wissen wir alle noch nicht. Wir sind jedoch optimistisch, mit Ihnen auch das Jahr 2022 wieder auf vielfältige Weise zu gestalten und zu erleben. Denn eines hat uns die Pandemie doch gezeigt. Es gibt viele Möglichkeiten miteinander in Kontakt zu bleiben und Gemeinschaft zu erleben.

Sie finden in diesem Heft wieder unsere regelmäßigen Angebote sowie kleineren Veranstaltungen. Einige Termine waren zur Drucklegung noch nicht fertig, sie werden später nachgereicht. Beachten Sie hierzu unsere Aushänge und Newsletter.

Wir freuen uns auf das neue Jahr mit Ihnen!
Ihr Team des zentrum *plus* Benrath

Die zentren *plus* werden gefördert durch die Landeshauptstadt Düsseldorf

Beratung und Unterstützung

Wenn Sie einen Rat oder ein Gegenüber zum Gespräch brauchen, wenn Sie uns kennenlernen möchten oder nähere Informationen über ein Ehrenamt im "zentrum *plus*" wünschen, wenn Sie nicht wissen, wie es weitergehen kann und wo Sie Hilfe und Unterstützung bekommen:

Wir sind für Sie da

Vereinbaren Sie einen individuellen Termin mit Frau Ludes (0211 996 39 31) oder Frau Risthaus (0211 996 39 33).

Vorsorge-Lotsen

In einem persönlichen Gespräch erhalten Sie wichtige Informationen für Ihre Vorsorgeentscheidungen (Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung). Vertraulichkeit wird gewährt. Die Vorsorge-Lotsen erreichen Sie über den Telefondienst Mo. bis Fr. von 10 bis 12 Uhr, Mo. bis Do. 14 bis 16 Uhr Tel. 0211 / 9963931.

Wegweiser

Sie sind neu im „zentrum plus“ oder wollen mehr über uns erfahren und uns kennenlernen? Sie kennen uns schon ein wenig, wirken möglicherweise schon aktiv mit, haben aber noch Fragen, die Sie gerne stellen möchten?

Dann wenden Sie sich an unsere Wegweiser:

Informierte Ehrenamtliche beantworten Ihnen gerne Fragen.

Am 1. Dienstag (10 – 12 Uhr) oder am 3. Donnerstag im Monat (10 bis 12 Uhr) unter 0211 9963931 oder persönlich (bitte Termin vereinbaren).

Seniorenrat

Angela Frankenhauser, Seniorenrätin Stadtbezirk 09,

steht Ihnen derzeit telefonisch und via E-Mail für Fragen zur Verfügung.

Telefon: 0211/704463

E-Mail: frankenhauser@t-online.de

Beratung und Unterstützung

Diakonie Düsseldorf

Ambulante Hilfen zu Hause

Die ambulanten Hilfen zu Hause der Diakonie Düsseldorf beraten Sie auf Wunsch telefonisch, persönlich bei Ihnen zu Hause oder auch im Krankenhaus zu den für Sie passenden Pflegeleistungen sowie zu Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten. Sie erhalten einen übersichtlichen Kostenvorschlag und Unterstützung bei den notwendigen Anträgen.

Ambulante Hilfen zu Hause der Diakonie Düsseldorf: Tel. 0211/73 53 333

Sicher zu Hause -der Hausnotruf der Diakonie

Damit Sie im Notfall schnell und verlässlich Hilfe bekommen, gibt es den Diakonie-Ruf. Wir bieten Beratung und Unterstützung bei der Beantragung des Zuschusses zum Hausnotruf bei der Pflegekasse und zu weiteren Hilfeangeboten der Diakonie Düsseldorf. Telefon: 0211/73 53 370

Für alle Fälle -Die "Blaue Karte" hilft Ihnen zu Hause und unterwegs

Mit der „Blauen Karte“ haben Sie einen Notfall-Service, den Sie rund um die Uhr erreichen. Zum Beispiel, wenn Sie akut krank sind und Medikamente brauchen, aber keine Möglichkeit haben, sie zu holen. Oder wenn Sie plötzlich häusliche Pflege brauchen. Dann organisiert der Service der „Blauen Karte“ das für Sie. Die „Blaue Karte“ hilft Ihnen aber auch unterwegs. Sie können über die Karte persönliche Daten vertraulich hinterlegen, etwa Informationen zu Allergien, Medikamentenunverträglichkeiten oder wer im Notfall informiert werden soll. Wenn etwas passiert, kann medizinisches Personal diese Informationen nutzen, um Sie richtig zu behandeln. Tel. 0211/7353370

Stationäre Pflege und Betreuung im Joachim-Neander-Haus

Sie wünschen eine Beratung zum stationären Aufenthalt und Leben im Joachim-Neander-Haus? Sie möchten sich einfach einmal erkundigen oder interessieren sich für einen Platz im Joachim-Neander-Haus? Dann vereinbaren Sie einen Termin mit Maria Neumann Tel. 0211/97132-36. Gerne senden wir Ihnen auch erst einmal Informationsmaterial zu.

Hygieneregeln *im zentrum plus Benrath der Diakonie Düsseldorf*

Stand Dezember 2021 (Änderungen vorbehalten)

- Angebote und Veranstaltungen können derzeit nur von Personen besucht werden die entweder vollständig geimpft oder genesen sind. (2G)
- Eine Ausnahme gilt für Beratungen (3G), hier muss ein negativer Schnelltest vorgelegt werden, wenn kein vollständiger Impfschutz und kein aktueller Genesungsnachweis vorhanden ist.
- Die Teilnehmenden weisen vor der Teilnahme nach, dass sie vollständig geimpft oder genesen sind
- Die Teilnehmenden warten vor dem Eingang des „zentrum plus“ und werden begleitet eingelassen.
- Das „zentrum plus“ wird ausschließlich mit FFP2 Maske oder medizinischer Maske betreten.
- Die Hände werden beim Betreten der Einrichtung desinfiziert. Desinfektionsmittel steht zur Verfügung.
- Die Kontaktdaten der Teilnehmenden werden einmalig erfasst. Es wird eine Anwesenheitsliste geführt.
- Die vorgegebene Teilnehmerzahl wird nicht überschritten.
- Am Platz kann die FFP2/ medizinische Maske entfernt werden.
- Vor Verlassen des Platzes wird die FFP2/ medizinische Maske wieder angelegt.
- Der Raum wird vor, während und nach dem Angebot gelüftet

Montag Tagesübersicht

Montag

9.30 Uhr

Wir gehen am Stock

Gemeinsam durch den Benrather Schlosspark walken, mit oder ohne Stöcke, mit Elke Lamm.

Treffpunkt: Parkplatz an der Orangerie

Anmeldung: nicht erforderlich

**10 Uhr bis
13 Uhr**

Café Pause - Betreuungscafé für Menschen mit Demenz

(Ausführliche Informationen auf S. 15) Das Café Pause ist ein Betreuungscafé für Menschen mit demenziellen Veränderungen. Ziel ist es, ihnen einen erlebnisreichen Vormittag zu bieten und ihnen ein Gefühl von Gemeinschaft zu vermitteln.

Das „Café Pause“ kostet 38 € pro Treffen (inkl. Mittagessen). Eine Abrechnung über die Pflegeversicherung ist in der Regel möglich.

Anmeldung erforderlich (derzeit sind noch Plätze frei).

Anmeldung und Information unter 0211 996 39 31

**10.30 Uhr bis
11.30 Uhr**

Aktiv und Mobil

Sturzprophylaxe und Balancetraining für eine sichere Stabilität mit Gisela Erdal (Physiotherapeutin). Trainiert wird in bequemer Kleidung.

Kosten: 3,00 € pro Treffen (Vorkasse für 3 Monate).

Ort: Arndtsaal der Dankeskirche, Erich-Müller-Str. 26.

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

**15 Uhr bis
17 Uhr**

Englisch

Mit Hans Mönning: Stufe: A1.2. Quereinstieg möglich.

Kosten: 10 € pro Treffen (Aufnahmegebühr 30 €)

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

Montag Tagesübersicht

Montag

14.30 Uhr

Wenn die Seele schmerzt – reden hilft

Gesprächskreis unter Leitung von Nikolaus Einhorn

Termine: 24. Januar, 21. Februar und 28. März

Die Teilnahme ist kostenlos

Teilnahme nur nach Rücksprache!

**15 Uhr bis
16.30 Uhr**

Italienisch für Fortgeschrittene

Mit Laura Berg. Unter Anleitung einer Muttersprachlerin wird das freie Sprechen trainiert, um Alltagsgespräche zu führen und sich in routinemäßigen Situationen verständigen zu können. Laufender Kurs, Quereinstieg möglich.

Kosten: 6 € pro Doppelstunde

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

Dienstag Tagesübersicht

Dienstag

**10 Uhr bis
11.30 Uhr**

Gedächtnistraining

Mit Lia Borgmann, Christa Götz, Ruth Reinold und Katharina Stöckelmaier.

Kosten: 1,20 € pro Treffen

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

**10 Uhr bis
12 Uhr**

Wegweiser

Informierte Ehrenamtliche beantworten gerne Ihre Fragen rund um das „zentrum plus“. (Nähere Infos auf S. 4). Am 1. Di. im Monat.

Termine: 4. Januar, 1. Februar, 1. März

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

**10 Uhr bis
11.30 Uhr**

So ein Zirkus

Bewegung und Geschicklichkeit mit zirkuspädagogischen Elementen trainieren, vielseitige Materialien ausprobieren und neue Kontakte knüpfen. Teilgenommen werden kann in bequemer Alltagskleidung. In Kooperation mit dem MitmachZirkus Düsseldorf.

Ort: Bürgerhaus Benrath, Tellerlingstraße 56

Um Anmeldung wird gebeten

13.30 Uhr

„Benrather Tüte“

Lebensmittelausgabe des Netzwerk Benrath. Für Menschen aus Benrath und Urdenbach, die Grundsicherung oder ein vergleichbares Einkommen beziehen

Sozialberatung möglich.

Ort: Arndt-Saal der Dankeskirche, Erich-Müller-Str. 26.

Info: 0211 996 39 33

Mittwoch Tagesübersicht

Mittwoch

- 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr** **Denk mal - Gedächtnistraining**
Gemeinsam die grauen Zellen trainieren.
Mit Sylvia Peiseler-Bracht Kosten: 1,20 € pro Treffen
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)
- 10.30 Uhr bis 11.30 Uhr** **Aktiv und Mobil**
Sturzprophylaxe und Balancetraining für eine sichere Stabilität mit Gisela Erdal (Physiotherapeutin). Trainiert wird in bequemer Kleidung.
Kosten: 3,00 € pro Treffen (Vorkasse für 3 Monate).
Ort: Arndtsaal der Dankeskirche, Erich-Müller-Str. 26.
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)
- 11:45 Uhr bis 12.45 Uhr** **English Conversation**
Eine Gruppe, die sich gerne in englischer Sprache unterhält. Gute Basis-Kenntnisse sind Voraussetzung, da das freie Sprechen geübt werden soll.
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)
- 13:30 Uhr bis 15:30 Uhr** **Activity-Nachmittag**
Im Wettstreit gegeneinander müssen zusammengesetzte Hauptwörter gezeichnet, pantomimisch dargestellt oder umschrieben werden. Abwechslungsreiches und spannendes Spielvergnügen garantiert. Am 1. Mi. im Monat.
Termine: 5. Januar, 2. Februar, 2. März
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)
- 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr** **Englisch**
Mit Hans Mönning: Stufe: A2.2. Quer einstieg möglich.
Kosten: 10 € pro Treffen (Aufnahmegebühr 30 €)
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

Mittwoch Tagesübersicht

Mittwoch

14 Uhr

Rad fahren im Netzwerk Benrath

Mit Giesela Breuer und Wolfgang Kuhnle.

Treffpunkt: Benrather S-Bahnhof.

Termine: 23.03.

15 Uhr bis
17 Uhr

Bowling, Golf oder Tennis mit der Wii

Wer möchte sich bei Bowling, Golf oder Tennis sportlich betätigen, ohne sich körperlich zu überfordern? Am 2. Mi. im Monat.

Termine: 12. Januar, 9. Februar, 9. März

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

15 Uhr bis
16.30 Uhr

Erzählcafé - Auf den Spuren meines Lebens...

Gemütliche Gesprächsrunde mit Raum für Ihre Gedanken, persönlichen Erfahrungen und Erinnerungen. Mit Christa Götz und Heidrun Hoppe

Am 3. Mi. im Monat.

Termine: 19. Januar, 16. Februar, 16. März

Kosten: 2 € für Kaffee und Kuchen

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

16 Uhr bis
17 Uhr

Den eigenen Rhythmus finden

Unter Anleitung von Barbara Decker (Dipl. Päd. – Gesangslehrerin – Musiktherapeutin) werden gemeinsam mit Instrumenten und dem eigenen Körper (Bodypercussion) verschiedene Rhythmen ausprobiert.

Am 1. Mi. im Monat

Termine: 5. Januar, 2. Februar, 2. März

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

Donnerstag Tagesübersicht

Donnerstag

- 10 Uhr bis
11.30 Uhr** **Frühstücks-Treff**
Gemeinsam mit anderen im Wohnzimmer des zentrum *plus* ein leckeres Frühstück einnehmen.
Kein Buffet, Frühstück nur mit Vorbestellung!
Begrenzte Platzzahl, Anmeldung immer erforderlich, bis jeweils Montag 16 Uhr
Kosten: 4,50 € pro Person
Auswahlmöglichkeiten (Vorbestellung):
Frühstück 1: gemischt (Wurst/ Käse/ süß)
Frühstück 2: vegetarisch (Käseauswahl/ süß)
Beide Frühstücke beinhalten außerdem: Brötchen und Brot, Kaffee, Tee, Orangensaft, ein Ei, einen Joghurt.
Wir bitten um Verständnis, wenn bei großer Nachfrage, nicht jeder wöchentlich teilnehmen kann.
- 10 Uhr bis
12 Uhr** **Wegweiser**
Informierte Ehrenamtliche beantworten gerne Ihre Fragen rund um das „zentrum *plus*“. (Nähere Infos auf S. 4). Am 3. Do. im Monat.
Termine: 20. Januar, 17. Februar, 17. März
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)
- 14 Uhr bis
16 Uhr** **Bastel-Spaß und Woll-Lust**
Mit Gisela Hilgenstock, Katharina Stöckelmaier und Christa Wendt.
Am 2. und 4. Do. im Monat.
Termine: 13./ 27. Januar, 10./ 24. Februar, 10./ 24. März
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

Donnerstag Tagesübersicht

Donnerstag

- 14 Uhr bis
16.30 Uhr** **Zocker-Ladies**
Mit Brigitte Gatzen und Ingrid Greßies. In gemütlicher Runde spielen wir Rummikub, Skip-Bo und andere Kartenspiele. Kaffee und Kuchen inklusive.
Am 2. und 4. Do. im Monat.
Termine: 13./ 27. Januar, 10./ 24. Februar, 10./ 24. März
Kosten: 3 € für Kaffee & Kuchen
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)
- 16 Uhr bis
18 Uhr** **Bewegte Frauen**
Gesprächskreis mit Eva Kuhnle Veronika Kondziela. Eine aufgeschlossene und interessierte Frauenrunde spricht und diskutiert über aktuelle Themen aus ihren jeweiligen Lebenssituationen. Am 2. Do. im Monat.
Termine: 13. Januar, 10. Februar, 10. März
Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)
- 16 Uhr bis
18 Uhr** **Repair-Café - Wegwerfen? Denkste!**
Am 3. Donnerstag im Monat können Kleingeräte (Bügeleisen, Toaster, kleine Lampe, etc.) am Seiteneingang des zentrum *plus* Benrath abgegeben werden. Diese werden nach und nach von Ehrenamtlichen unter die Lupe Genommen und repariert; ohne Bezahlung und natürlich ohne Garantie (Spende willkommen). Informationen zur Abholung erhalten Sie bei Abgabe.
Termine Abgabe: 20. Januar, 17. Februar, 17. März
Anmeldung: nicht erforderlich
Ablauf unter Vorbehalt, Änderungen entnehmen Sie bitte unseren Aushängen und dem Newsletter (siehe Seite 20)

Donnerstag Tagesübersicht

Donnerstag

Ab 20 Uhr **Neue Freizeitgruppe Kegeln**

Alle vier Wochen treffen sich einige Ehrenamtliche des zentrum plus Benrath und weitere Interessenten zum gemeinsamen Kegeln, außerhalb des zentrum plus. Es besteht die Möglichkeit schon um 19:00 zum gemeinsamen Abendessen zusammenzukommen, gekegelt wird ab 20 Uhr. Die ganze Veranstaltung steht unter dem Motto: Spaß und Geselligkeit ohne Leistungszwang. Eine durchschnittliche Beweglichkeit ist dafür ausreichend. Wer Interesse hat teilzunehmen kann sich gerne unter 0211 9963931 oder sandra.ludes@diakonie-duesseldorf.de melden.

Kosten: Jeder zahlt was er verzehrt. Die Miete für die Kegelbahn wird auf alle Teilnehmer umgelegt. Weitere Kosten entstehen nicht.

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 10 Personen begrenzt.

Termine: 27. Januar, 24. Februar, 24. März

Freitag Tagesübersicht

Freitag

**10 Uhr bis
11.30 Uhr**

Denk Dich Fit

Gedächtnistraining mit Thomas Brunner, Janine Dreesen, Waltraud Finke und Jutta Oelmann.

Kosten: 1,20 € pro Treffen.

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

**11 Uhr bis
12.30 Uhr**

Zerbrennslichkeit

Gesprächskreis zur vertiefenden Auseinandersetzung mit Themen, die uns im Alter betreffen. Wir wollen im geschützten Raum über den eigenen Tellerrand schauen und so die Möglichkeit erhalten, unsere Sicht- und Erlebensweise zu reflektieren, zu erweitern und/ oder zu verändern. Am 2. Freitag im Monat.

Termine: 14. Januar, 11. Februar, 11. März

Teilnahme: nur nach Rücksprache (0211/ 9963931)

16 Uhr

Kino-Runde

In gemütlicher Atmosphäre gemeinsam einen Film im „zentrum *plus*“ Wohnzimmer schauen.

Termine: 28. Januar, 18. Februar, 25. März

Anmeldung: erforderlich (Telefondienst siehe Seite 21)

Angebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörige

Menschen mit Demenz zu betreuen und zu versorgen, ist für Familien eine große zeitliche, körperliche und seelische Herausforderung.

Das **Café Pause** ist ein Betreuungscafé für Menschen mit Demenz. Ziel ist es, Ihnen einen angeregten Vormittag zu bieten und ein Gefühl von Gemeinschaft zu vermitteln. Die fachkundige Leitung und die geschulten Mitarbeiter/innen sorgen umsichtig und liebevoll mit kleinen Ritualen, Erinnerungen

an frühere Zeiten, einfachen Denkspielen, Kreativ- und Bewegungsangeboten für einen abwechslungsreichen Vormittag. Mit einem Personalschlüssel von 1:2 ist eine intensive Betreuung gegeben. Pflegenden Angehörigen bietet

sich so die Gelegenheit, in dieser Zeit in Ruhe Dinge für sich zu erledigen.

Das „Café Pause“ findet immer montags von 10 - 13 Uhr statt.

Pro Treffen fallen Kosten in Höhe von € 38 an (inkl. Mittagessen), die mit der Pflegeversicherung in der Regel abgerechnet werden können.

Eine Anmeldung ist erforderlich (derzeit sind noch Plätze frei).

Wenn Sie Ihren Angehörigen zusätzlich oder alternativ zum „Café Pause“ stundenweise in der eigenen Häuslichkeit betreut wissen möchten, können Sie das Angebot **„Da für Dich“** des Düsseldorfer Demenznetzes nutzen.

Geschulte Ehrenamtliche besuchen Ihre Angehörigen zu Hause, um beispielsweise gemeinsam etwas zu spielen, etwas vorzulesen oder einfach nur ein wenig zu reden. Auch gemeinsame Spaziergänge oder ein Besuch im Café sind denkbar. Hier ist ebenfalls eine Abrechnung mit der Pflegekasse möglich.

In einem persönlichen Gespräch informieren und beraten wir Sie gerne zum „Café Pause“, zur Betreuung in der Häuslichkeit (Da für Dich) oder rund um das Thema Demenz:

Sandra Ludes 0211 996 3931 oder sandra.ludes@diakonie-duesseldorf.de

Ankündigungen

Donnerstag

13. Januar
10. Februar
10. März

jeweils
10-11 Uhr

Bürgersprechstunde

Marco Joura (Bezirkdienst Polizeiinspektion Süd) ist für den Bereich Benrath zuständig und steht Ihnen für Fragen zur Verfügung. Nutzen Sie die Gelegenheit zum Austausch. Es besteht auch die Möglichkeit ein Einzelgespräch wahrzunehmen.
Anmeldung erforderlich

Sonntag

23. Januar
20. Februar
13. März
10. April
22. Mai
26. Juni

jeweils
14-17 Uhr

Trauercafé

der Ökumenische Hospizbewegung Düsseldorf-Süd e.V.

Das Trauercafé als offenes Angebot richtet sich an alle, die vor kurzem eine Verlusterfahrung erlebt haben und die sich mit Menschen austauschen wollen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Dabei ist die Gruppe ein geschützter Raum, in dem Gespräche stattfinden, unterstützende Impulse an die Hand gegeben werden und auch ein Ort, an dem die individuelle Art der Trauerbewältigung ihre Zeit hat. **Für eine Anmeldung und ein Vorabgespräch bitten wir um vorherige Kontaktaufnahme.**

Ansprechpartnerin: Silke Jeromin

Ökumenische Hospizbewegung Düsseldorf-Süd e.V.

Tel.: 0211 / 702 28 30

jeromin@hospizbewegung-duesseldorf-sued.de

Termine
folgen

Stadtspaziergänge (Unter Vorbehalt)

Februar: Rundgang Kunstakademie

März: Auf den Spuren von Heinrich Heine

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unseren Aushängen und dem Newsletter (siehe Seite 20)

Besondere Veranstaltungen

Donnerstag

27. Januar

10 - 11.30 Uhr

Betreuungsverfügung, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht

Vortrag mit Susanne Benary (Leiterin Betreuungsverein der Diakonie Düsseldorf)

Eine Krankheit, ein Unfall oder zunehmendes Alter können jeden Menschen in die Situation bringen, dass er seine Wünsche und Vorstellungen nicht mehr äußern kann. Vorsorgevollmachten, Betreuungs- und Patientenverfügungen sind die geeigneten Möglichkeiten, wie Sie schon jetzt Ihr Selbstbestimmungsrecht wahrnehmen können. Anmeldung erforderlich

Donnerstag

03. Februar

14.30 - 16 Uhr

Schockanrufe - Informationsveranstaltung

Esra Ercan (Kriminalpolizei Düsseldorf) informiert über verschiedene Varianten des sogenannten Schockanrufes. Neben altbekannten Betrugsmaschen, wie dem Enkeltrick, geht es auch um aktuelle Themen. Besonders brisant ist die neuere Variante des Schockanrufes, in dem sich die Anrufenden als angebliche Ärzte ausgeben und hohe Summen für vermeintliche Corona-Behandlungen der Familienmitglieder verlangen.

Anmeldung erforderlich.

Besondere Veranstaltungen

Montag

14. Februar
10 - 12.30 Uhr

Erste Hilfe -

Informationsveranstaltung für Ehrenamtliche

Der Vortrag hat den Schwerpunkt Notfalltraining für Seniorinnen und Senioren (was tun bei Kreislaufschwäche, Herzproblemen, Stürzen, Schwindel etc.).

Das Angebot richtet sich an ehrenamtlich Tätige unserer Einrichtung. Sollten noch Plätze frei sein, können auch andere Personen teilnehmen.

Verbindliche Anmeldung erforderlich, begrenzte Plätze

Freitag

04. März
14 - 17 Uhr

Modemobil

Stöbern Sie in Ruhe in der aktuellen Frühjahrs- und Sommerkollektion. Schauen Sie sich um 14.30 Uhr die einzelnen Modelle bei einer Modenschau an.

Anmeldung erforderlich

Weitere Termine folgen, beachten Sie hierzu unsere Aushänge oder melden Sie sich für unseren Newsletter an (siehe Seite 20)

Aktuelles aus dem zentrum *plus* Benrath

Georgios Pimenidis: Neuer Mitarbeiter im „zentrum plus“ Benrath

Seit Oktober 2021 arbeite ich für das „zentrum plus“ Benrath der Diakonie Düsseldorf. Ich möchte mich Ihnen an dieser Stelle kurz vorstellen:

Mein Name ist Georgios Pimenidis und obwohl ich in Benrath geboren bin, liegen meine elterlichen Wurzeln in Griechenland. Der Name ist eigentlich gar nicht so schwierig. Vielleicht hilft Ihnen eine kleine Übersetzung: Georgios bedeutet der Bauer, der mit der Erde arbeitet und Pimenidis der Schäfer, der Hirte. Von daher passt das gut zusammen. Nach meiner schulischen Laufbahn, habe ich eine Ausbildung zum Energieanlagenelektroniker abgeschlossen. Im Alter von 30 Jahren habe ich mich entschieden, neue Wege zu gehen. Nachdem ich mein Abitur auf dem zweiten Bildungsweg nachgemacht hatte, absolvierte ich meinen Magisterabschluss in Erziehungswissenschaften mit dem Schwerpunkt Erwachsenenbildung an der Heinrich-Heine-Universität.

Seit 2001 bin ich nun für die Diakonie Düsseldorf, in der Abteilung Leben im Alter, tätig. Ich habe im Stadtbezirk 3, in Kooperation mit anderen Trägern, das Netzwerk Bilk mit aufgebaut. Des Weiteren habe ich den Diakonie-Ruf – Hausnotruf mit Service der Diakonie Düsseldorf mit aufgebaut und geleitet, die Beratungsstelle Leben im Alter gehörte ebenfalls mit zu meinen Aufgabenbereichen. Danach habe ich mehrere Jahre im „zentrum plus“ Flingern-Düsseltal im Pestalozzihaus gearbeitet.

Nun bin ich hier im „zentrum plus“ Benrath und werde Frau Ludes und Frau Risthaus bei ihrer Arbeit und ihren Aufgaben unterstützen. Ich freue mich auf die zukünftige gemeinsame Arbeit mit Ihnen und auf die Menschen, die das „zentrum plus“ besuchen.

Sprechen Sie mich gerne persönlich an – so können wir uns besser kennen lernen und ich beantworte Ihnen dabei noch offen gebliebene Fragen.

Georgios Pimenidis

Digitale Angebote

Termine auf
Anfrage

Sprechstunde mobile Geräte

Haben Sie Fragen zu Smartphone, Tablet oder Laptop? Sie besitzen ein mobiles Gerät und brauchen Unterstützung? Sie möchten sich ein solches Gerät anschaffen und erst einmal ausprobieren, ob dies etwas für Sie ist? Dann nutzen Sie die Gelegenheit und vereinbaren einen Termin für unsere Sprechstunde mobile Geräte. In einer Einzelberatung können Sie Ihre Fragen stellen und sich ganz in Ruhe alles erklären lassen. Folgetermine sind selbstverständlich möglich. Das Angebot ist kostenlos.

Anmeldung mit Terminvereinbarung erforderlich

Dienstags
10 - 11.30 Uhr

„So ein Zirkus“ - digitale Teilnahme

Bewegung und Geschicklichkeit mit zirkuspädagogischen Elementen trainieren und vielseitige Materialien ausprobieren. In Kooperation mit dem MitmachZirkus Düsseldorf.

Das Online-Angebot wird über die Videokonferenzsoftware Big Blue Button angeboten. Material kann bei Bedarf ausgeliehen werden.

Informationen zum digitalen Zugang erhalten Sie bei Sandra Ludes.

zentrum *plus* Benrath Newsletter

In unserem zentrum *plus* Newsletter versenden wir regelmäßig Hinweise zu Veranstaltungen, Neuigkeiten aus dem zentrum *plus*, Denksport und Unterhaltsames und vieles mehr. Wenn Sie den Newsletter erhalten möchten senden Sie bitte eine E-Mail an: sandra.ludes@diakonie-duesseldorf.de

Wir für Sie im „zentrum *plus*“

„zentrum *plus*“ Benrath

Calvinstr. 14, 40597 Düsseldorf

Mail: zentrum-plus.benrath@diakonie-duesseldorf.de

Margit Risthaus

Tel: 0211 / 996 39 33

Mail: margit.risthaus@diakonie-duesseldorf.de



Sandra Ludes

Tel. 0211 / 996 39 31

Mail: sandra.ludes@diakonie-duesseldorf.de



Georgios Pimenidis

Tel. 0211 / 996 39 31

Mail: georgios.Pimenidis@diakonie-duesseldorf.de



Internet

<https://www.diakonie-duesseldorf.de/leben-im-alter/beratung-und-begegnung-im-quartier/zentren-plus/zentrum-plus-benrath>

<https://www.diakonie-duesseldorf.de/>

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag

09.30 bis 17 Uhr

Freitag

09.30 bis 14 Uhr

Samstag und Sonntag

je nach Veranstaltung

Anmeldung Veranstaltungen

Montag bis Freitag

10 bis 12 Uhr

Montag bis Donnerstag

14 bis 16 Uhr