



Programm zentrum *plus* Benrath

Juli - September 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
Montag Tagesübersicht	6
Dienstag Tagesübersicht	8
Dienstag Tagesübersicht	9
Mittwoch Tagesübersicht	10
Donnerstag Tagesübersicht	12
Freitag Tagesübersicht	15
Angebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörige	16
Besondere Veranstaltungen	17
Digitale Angebote	21
Wir für Sie im „zentrum <i>plus</i> “	22

Vorwort

Liebe Besucherinnen und Besucher,
liebe Ehrenamtliche, liebe Gäste!

Frohsinn

Nur die Heiterkeit ist Leben,
Selbst das Alter wird verjüngt,
Wem der Scherz, der Saft der Reben,
Jugend lachend wiederbringt,
Der mag manches Jahr noch leben,
Lust und Frohsinn ihn umschweben.
Und dem Greise selbst gelingt,
Sich der Sorgen zu entheben;
Nur die Heiterkeit ist Leben,
Selbst das Alter wird verjüngt.
Ludwig Tieck (1773 - 1853)

Nun ist die erste Hälfte des Jahres 2022 schon wieder vorbei, und Sie halten das Programm Juli – September des „zentrum *plus*“ Benrath in Händen. Für die nächsten drei Monate haben wir wieder einiges geplant: Vom Gartenkonzert über eine Lesung zum 225. Geburtsjahr von Heinrich Heine, bis hin zu einem Themenkino Demenz. (Bitte informieren Sie sich vorab zu den aktuell geltenden Regelungen bezüglich der Corona-Pandemie). Sie sehen also, es gibt wieder viele Anlässe, das „zentrum *plus*“ Benrath zu besuchen.

Wir freuen uns auf einen schönen Sommer 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 Herrn Pimenidis (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:

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

Kleinstreparaturen im Haushalt (Benrath und Urdenbach)

Die Handwerkergruppe ist bereit, Menschen bei kleineren handwerklichen Problemen im Haushalt zu helfen, die sie alleine nicht lösen können. Zum Beispiel ein Bild aufzuhängen, eine klemmende Schublade wieder gangbar zu machen, ein Scharnier auszuwechseln oder einfach eine neue Glühbirne einzuschrauben. Die Handwerkergruppe erreichen Sie über den Telefondienst Mo. bis Fr. von 10 bis 12 Uhr, Mo. bis Do. 14 bis 16 Uhr Tel. 0211 / 9963931.

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 Kostenvoranschlag 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 benötigen. 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 versorgen. 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.

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. 16) 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 ermöglichen. 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 (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 (siehe Seite 21)

Montag Tagesübersicht

Montag

14.30 Uhr

Wenn die Seele schmerzt – reden hilft

Gesprächskreis unter Leitung von Nikolaus Einhorn

Termine: 25. Juli, 22. August, 26. September

Die Teilnahme ist kostenlos.

Der Gesprächskreis wird finanziert durch die Sparda-Bank Düsseldorf.

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 (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. Sollten diese Termine für Sie nicht passen, wenden Sie sich gerne an den Telefondienst, 0211 996 39 31, Mo. – Fr. 10 bis 12 Uhr, Mo.-Do. 14 bis 16 Uhr.

Termine: 05. Juli, 02. August, 06. September

Anmeldung: erforderlich (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 (Aula oder Außengelände), Tellerlingstraße 56 (Linie

788, Haltestelle Paulsmühlenstraße).

Das Angebot ist kostenfrei.

Um Anmeldung wird gebeten (Seite 21)

Dienstag Tagesübersicht

Dienstag

13.30 Uhr

„Benrather Tüte“

Lebensmittelausgabe des „zentrum *plus*“ 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

15 Uhr bis

17 Uhr

Kultur-Café

Nachdenkliches, Heiteres und Besinnliches mit Ute Wallraf und Brigitte Gatzen. Am 2. Dienstag im Monat.

Termine: 12. Juli, 09. August, 13. September

Kosten: 3 Euro, Kaffee und Kuchen inklusive
Anmeldung erforderlich (siehe Seite 21)

Mittwoch Tagesübersicht

Mittwoch

- 10.15 Uhr bis 11.30 Uhr** **Denk mal - Gedächtnistraining**
Gemeinsam die grauen Zellen trainieren.
Mit Sylvia Peiseler-Bracht Kosten: 1,20 € pro Treffen
Anmeldung: erforderlich (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 (siehe Seite 21)
- 11:45 Uhr bis 12.45 Uhr** **English Conversation**
Eine aufgeschlossene Gruppe, die sich gerne in englischer Sprache unterhält. Gute Basis-Kenntnisse sind Voraussetzung, da das freie Sprechen geübt werden soll. Aktuell Warteliste (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: 06. Juli, 03. August, 07. September
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)
- 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr** **Englisch**
Mit Hans Mönning: Stufe: A2.2. Quereinstieg möglich.
Kosten: 10 € pro Treffen (Aufnahmegebühr 30 €)
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)

Mittwoch Tagesübersicht

Mittwoch

- 14 Uhr** **Rad fahren im „zentrum plus“ Benrath**
Mit Giesela Breuer und Wolfgang Kuhnle.
Treffpunkt: Benrather S-Bahnhof.
Termine: 27. Juli, 24. August, 28. September
- 15 Uhr bis** **Erzählcafé - Auf den Spuren meines Lebens...**
16.30 Uhr Gemütliche Gesprächsrunde mit Raum für Ihre Gedanken, persönlichen Erfahrungen und Erinnerungen. Mit Christa Götz und Heidrun Hoppe
Am 3. Mi. im Monat.
Termine: 20. Juli, 17. August, 21. September
Kosten: 2 € für Kaffee und Kuchen
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)
- 16 Uhr bis** **Den eigenen Rhythmus finden**
17 Uhr 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: 6. Juli, 3. August, 7. September
Anmeldung: erforderlich (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 - 11 Uhr** **Bürgersprechstunde**
Marco Joura (Bezirksdienst 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. Am 2. Donnerstag im Monat.
Termine: (Juli entfällt), 11. August, 08. September
Anmeldung: erforderlich (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 3. Do. im Monat.
Termine: 21. Juli, 18. August, 15. September
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)

Donnerstag Tagesübersicht

Donnerstag

- 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: 14./ 28. Juli, 11./ 25. August, 08./ 22. September
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)
- 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr** **Zocker-Ladies**
Mit Brigitte Gatzten 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: 14./ 28. Juli, 11./ 25. August, 08./ 22. September
Kosten: 3 € für Kaffee & Kuchen
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)
- 16 Uhr bis 18 Uhr** **Bewegte Frauen**
Gesprächskreis mit Eva Kuhnle und Veronika Kondziela. Eine aufgeschlossene und interessierte Frauenrunde spricht und diskutiert über aktuelle Themen aus ihren jeweiligen Lebenssituationen. Am 2. Do. im Monat.
Termine: 14. Juli, 11. August, 08. September
Teilnahme nur nach Rücksprache

Donnerstag Tagesübersicht

Donnerstag

15.30 Uhr bis 17.30 Uhr **Repair-Café - Wegwerfen? Denkstel!**

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: 21. Juli, 18. August, 15. September

Anmeldung: nicht erforderlich

Ablauf unter Vorbehalt, Änderungen entnehmen Sie bitte unseren Aushängen und dem Newsletter (siehe Seite 20)

Ab 20 Uhr **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 um 19 Uhr 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.

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

Die Gruppe ist derzeit geschlossen, es gibt eine Warteliste.

Termine: 14. Juli, 11. August, 8. September

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 (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: 08. Juli, 12. August, 09. September

Teilnahme: nur nach Rücksprache (0211/ 9963931)

16 Uhr

Kino-Runde

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

Termine: 29. Juli, 23. September

Anmeldung: erforderlich (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, zur Auszeit.

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

Besondere Veranstaltungen

Termine
Folgen

Stadtspaziergänge (unter Vorbehalt)

Juli: Zur ältesten Kirche von Düsseldorf, Alt St. Martin in Bilk

August: kein Stadtspaziergang

September: Botanischer Garten, Unicampus

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

Sonntag

24. Juli

14. August

25. September

Trauercafé der Ökumenischen Hospizbewegung Düsseldorf-Süd e.V.

Für eine Anmeldung und ein Vorabgespräch bitten wir um vorherige Kontaktaufnahme.

Ansprechpartnerin: Frau Grammatico

Ökumenische Hospizbewegung Düsseldorf-Süd e.V.

Tel.: 0211 / 702 28 30

kontakt@hospizbewegung-duesseldorf-sued.de

jeweils

14 Uhr bis

17 Uhr

Dienstag

19. Juli

17 Uhr

Lesecafé „Ich bin das Schwert, Ich bin die Flamme.“

Im diesjährigen 225. Geburtsjahr von Heinrich Heine, möchten wir diesen Dichter Düsseldorfs zu Wort kommen lassen. Sigrid Loose-Abendroth und Christina Müller-Gutowski erzählen von Heines bewegender Lebensgeschichte und stellen Texte vor, die in seinen Lebensabschnitten in Deutschland und Paris entstanden. Musikalisch wird die Lesung von Peter Gutowski umrahmt, der ausgewählte Heine-Gedichte vertonte und mit seiner Gitarre zum Klingen bringt.

Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)

Besondere Veranstaltungen

Freitag

26. August
15 Uhr bis
17.30 Uhr

Themenkino „Demenz“. Film: Eines Tages

In drei ineinandergreifenden Geschichten erzählt der Spielfilm „Eines Tages“ von Menschen, die sich dem Thema Demenz im Alltag stellen. Im Anschluss erfolgt ein Austausch mit Sabine-Bilnik-Clauß.
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)

Montag,

29. August
10.30 – 12 Uhr

Rollatoren-Training

Mit einem Rollator lange mobil bleiben. Das wünschen sich viele. Polizeihauptkommissar Jörg Müller (Polizei NRW) vermittelt theoretische und praktische Tipps zur sicheren und gefahrlosen Nutzung des Rollators im Straßenverkehr. Außerdem gibt es die Gelegenheit, sich den Rollator einstellen zu lassen.
Anmeldung erforderlich.

Dienstag

30. August
14.30 Uhr bis
17 Uhr

Modemobil

Stöbern Sie in Ruhe in der aktuellen Herbst- und Winterkollektion. Schauen Sie sich um 15 Uhr die einzelnen Modelle bei einer Modenschau an.
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)

Montag

05. September
14.30 Uhr bis
16 Uhr

Pflegeversicherung: Diese Leistungen stehen Ihnen zu

Das Leistungssystem der Pflegeversicherung ist vielfältig und kompliziert. Verena Querling von der Verbraucherzentrale wird die einzelnen Leistungen sowie Kombinationsmöglichkeiten im Bereich der häuslichen Pflege erläutern. Darüber hinaus gibt Sie Informationen darüber, welche Beratungsmöglichkeiten in Anspruch genommen werden können.
Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)

Besondere Veranstaltungen

Dienstag

06. September
14.30 Uhr bis
16 Uhr

24-Stunden-Pflege - Informationsveranstaltung

Viele ältere Menschen möchten gerne so lange wie möglich zu Hause leben. Eine Möglichkeit ist es, sich Unterstützung durch professionelle Pflegedienste ins Haus zu holen. Stundenweise oder eine sogenannte 24-Stunden-Pflege. Alina Giezen von CareWork informiert darüber, welche Leistungen und Kosten im Rahmen der 24-Stunden-Pflege zu erwarten sind.

Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)

Donnerstag

08. September
16 Uhr

Konzert Barbara und die "Swing-Bees"

Barbara Decker spielt mit der Frauenband "Swing-Bees" ein Programm aus Swingklassikern und Jazz der 50er und 60er Jahre im Stil von Ella Fitzgerald.

Das Konzert findet im Garten des Joachim-Neander-Hauses statt. Es nehmen Bewohner*innen des JNH und Besucher*innen des zp gemeinsam teil. Daher ist die Platzzahl limitiert.

Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)



Besondere Veranstaltungen

Dienstag

20. September
14.30 Uhr bis
16.30 Uhr

Zauber des Orients – Märchen aus 1001 Nacht

Märchen aus Tausendundeiner Nacht - man braucht nur den Titel zu hören und schon entstehen ganze Welten vor dem inneren Auge: Die Geschichte Scheherazades; Ali Baba und die vierzig Räuber; Aladins Wunderlampe - farbenfrohe Geschichten voller Fantasie, Spannung und Abenteuer, die den meisten schon seit der Kindheit im Gedächtnis haften geblieben sind...

Josef Schoenen liest, spielt diverse Rollen und begleitet das temporeiche Programm mit orientalischen Gitarren- und Kalimbaklängen.

Wir starten um 14.30 Uhr mit Tee und Gebäck.

Die Lesung beginnt um 15.15 Uhr

Anmeldung: erforderlich (siehe Seite 21)

Donnerstag

29. September
10 Uhr bis
17 Uhr

Schulung für das Team „Gedächtnistraining“

Frau Jahr (Bundesverband Gedächtnistraining) bietet einen Auffrischkurs mit neuen Impulsen zum Gedächtnistraining für das bestehende Team an.

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 (siehe S. 21)

Dienstags
10 Uhr bis
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 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: zentrum-plus.benrath@diakonie-duesseldorf.de

Wir für Sie im „zentrum *plus*“

„zentrum *plus*“ Benrath

Calvinstr. 14, 40597 Düsseldorf

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

Sandra Ludes

Tel. 0211 / 996 39 31

Mail: sandra.ludes@diakonie-duesseldorf.de



Georgios Pimenidis

Tel. 0211 / 996 39 33

Mail: georgios.pimenidis@diakonie-duesseldorf.de



Margit Risthaus

Tel: 0211 / 996 39 33

Mail: margit.risthaus@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

Freitag

Samstag und Sonntag

09.30 bis 17 Uhr

09.30 bis 14 Uhr

je nach Veranstaltung

Anmeldung Veranstaltungen

Montag bis Freitag

Montag bis Donnerstag

0211 996 39 31

10 bis 12 Uhr

14 bis 16 Uhr