

## Beratung rund um's Thema Alter *Kostenlos & trägerunabhängig*

### Sie oder Ihre Lieben benötigen Unterstützung und Hilfe im Alltag?

Sie wissen vielleicht nicht weiter, wenn es um die Beantragung von Pflegeleistungen, dem Schwerbehindertenausweis oder andere administrative Angelegenheiten rund um's Thema Alter geht? Sie benötigen dringend zur Sicherstellung der häuslichen Versorgung einen Pflege- und/ oder Betreuungsdienst?

Der Einkauf fällt zunehmend schwer, die Angehörige wohnen weit weg und können nicht unterstützen, soziale Kontakte fehlen...

Die „zentren plus“, eine Initiative der Landeshauptstadt Düsseldorf, haben es sich zur Aufgabe gemacht, den Verbleib der SeniorInnen in der eigenen Häuslichkeit, mit Beratung und Vermittlung von Hilfsangeboten zu unterstützen.

Wir helfen weiter – unbürokratisch, diskret, kostenfrei und trägerunabhängig!

Ist der Weg ins „zentrum plus“ Kaiserswerth für Sie zu weit oder beschwerlich, dann komme ich gerne auch zur persönlichen Beratung zu Ihnen nach Hause!

Ich bin mit Rat & Tat für Sie da:

**Kerstin Riediger**  
Leiterin „zentrum plus“  
Kaiserswerth



**Telefon**  
0211-47954-108  
**Mail**  
Kerstin.Riediger@  
diakonie-duesseldorf.de

#### Derzeit gelten folgende Hygienemaßnahmen für das „zentrum plus“ Kaiserswerth:

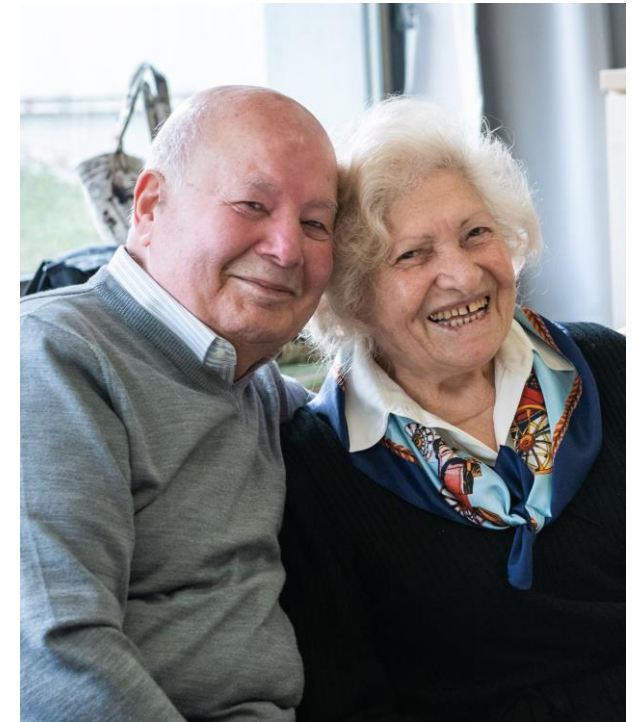
- ❖ Zugang nur unter G-G-G (geimpft - genesen - oder getestet (48h!)) (Nachweis hierüber ist vorzulegen!)
- ❖ Teilnehmer\*innenbegrenzung auf max. 12 Personen pro Gruppenangebot, daher vorherige Anmeldung erforderlich!
- ❖ Tragen einer Mund-Nasen-Abdeckung (Geimpfte/ Genesene OP-Maske; Ungeimpfte FFP-2-Maske)
- ❖ Händedesinfektion
- ❖ Sicherheitsabstand 1,50m zueinander

„zentrum plus“ Kaiserswerth  
Kaiserswerther Markt 32  
40489 Düsseldorf

Tel 0211 47 954 108  
Fax 0211 47 954 109  
www.zentrum-plus-diakonie.de  
www.diakonie-duesseldorf.de

Email Kerstin.Riediger@diakonie-duesseldorf.de

Spendenkonto  
Stadtparkasse Düsseldorf  
IBAN DE87 3005 0110 0010 1057 57  
BIC: DUSSEDDXXX  
Stichwort: Spende "zentrum plus" Kaiserswerth



## „zentrum plus“ Kaiserswerth *Begegnung & Beratung für Senior\*innen*

„zentrum plus“  
Kaiserswerth

**zentrum plus**  
gemeinsam aktiv für das Alter

Unser Programm für Sie  
*Raum für Austausch, Begegnung  
und Beschäftigung*

**MONTAGS**

11:00 Uhr  
**ENGLISCH**  
mit Frau Wesch im Clubraum "zentrum plus"  
Kaiserswerth – **NUR MIT VORANMELDUNG!**

**DIENSTAGS**

11:00 Uhr  
**GEDÄCHTNISTRAINING**  
mit Frau Wesch im Clubraum "zentrum plus"  
Kaiserswerth

16:00 Uhr  
**GESPRÄCHSKREIS: FRAUEN, DIE DIE WELT  
BEWEGEN**  
mit Frau Wesch im Treffpunkt "zentrum plus"  
Kaiserswerth (jeden 2. und 4. Dienstag im Monat) –  
**NUR MIT VORANMELDUNG!**

**MITTWOCHS**

10:00 Uhr  
**BRIDGE**  
mit Frau Schlüssel im Treffpunkt "zentrum plus"  
Kaiserswerth – **NEUSTART NOCH OFFEN!**

15:00 Uhr  
**SENIORENGYMNASTIK**  
mit Frau Völkel (außer am 1. Mittwoch im Monat!)  
im Treffpunkt "zentrum plus" Kaiserswerth –  
**Termine: 10.11. und 17.11.2021**

Unser Programm für Sie  
*Raum für Austausch, Begegnung  
und Beschäftigung*

**MITTWOCHS**

15:00 Uhr  
**LITERATURCAFÈ**  
im Treffpunkt (immer am 1. Mittwoch im Monat –  
**Termin: 03.11.2021**

15:00 Uhr (jeden 3. Mittwoch im Monat!)  
**GEDÄCHTNISTRAINING**  
mit Frau Wesch im Gemeindesaal der Kath.  
Kirchengemeinde St. Lambertus; Kalkum

**DONNERSTAGS**

11:45 Uhr  
**STURZPROPHYLAXE**  
mit Frau Feldmann (unter Vorbehalt!) im Treffpunkt  
„zentrum plus“ Kaiserswerth - **Entfällt bis auf  
Weiteres!**

16:00 Uhr  
**KULTUR im zentrum plus**  
Kulturelle Veranstaltungen, Termine:  
❖ **04.11.: DIA-Vortrag : „Norwegen – im Land der  
Mitternachtssonne – Teil 2“** mit Martin Weigelt  
im Treffpunkt  
❖ **18.11.: Klassik PIANO-Konzert mit Miyuki  
Brummer“** in der Kulturkirche  
❖ **25.11.: Vortrag „Spanien in Europa – Europa in  
Spanien“** mit Prof. Dr. Helmut C. Jacobs  
(Universität Duisburg- Essen) im Treffpunkt

Unser Programm für Sie  
*Raum für Austausch, Begegnung  
und Beschäftigung*

**FREITAGS**

11:15 Uhr **NEU!!!**  
**memoreTraining** -Digitales Gesundheitstraining  
mit der memorebox  
Digitale Prävention mit therapeutisch und  
präventiv wirkenden Trainingsmodulen  
freitags, 11.15-12.15Uhr im Clubraum  
"zentrum plus" Kaiserswerth - **NUR MIT  
VORANMELDUNG!**

**Termine: 05.11. und 26.11.2021**

**SAMSTAGS**

11.00Uhr  
**Tischgespräche mit Dorothee Göring-Weitz**  
im Treffpunkt, 14tägig:  
**Nur mit Voranmeldung!**

**SONNTAGS**

14:30 Uhr **NEU!!!**  
**iPhone & Apple-Sprechstunde**  
mit Herrn Laue im Clubraum „zentrum plus“  
Kaiserswerth – **Termine: 19.09.2021**  
**(Voranmeldung erforderlich, bitte eigenes Gerät  
mitbringen!)**

**Termine: 07.11.2021; 21.11.2021**