

## 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

**BÜROSPRECHZEITEN:**  
montags-mittwochs-freitags: 10:00-12:00Uhr  
Dienstags & donnerstags: nach Vereinbarung

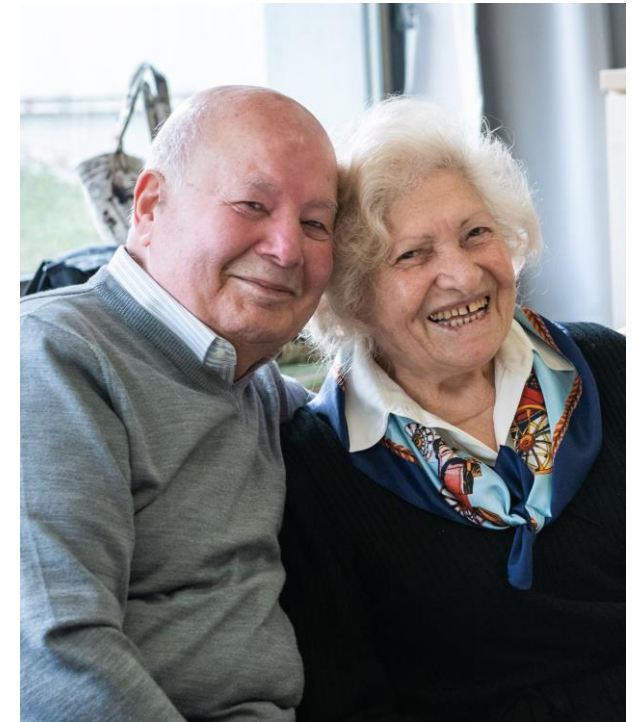
*Die „zentren plus“ sind ein Düsseldorfer Angebot. Sie werden organisiert von den Trägern der freien Wohlfahrtspflege und finanziell unterstützt von der Stadt Düsseldorf, Amt für Soziales.*

„zentrum plus“ Kaiserswerth  
Kaiserswerther Markt 32  
40489 Düsseldorf

Tel 0211 47 954 108  
Fax 0211 47 954 188  
www.zentrum-plus-diakonie.de  
www.diakonie-duesseldorf.de

Email Kerstin.Riediger@diakonie-duesseldorf.de

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



**„zentrum plus“  
Kaiserswerth**  
*Begegnung & Beratung  
für Senior\*innen*  
**FEBRUAR 2024**

„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 & bei Erreichen der Mindest-TN Zahl von 3 Personen!**

### DIENSTAGS

11:00 Uhr

#### GEDÄCHTNISTRAINING

mit Frau Wesch im Clubraum "zentrum plus"  
Kaiserswerth – **bitte mit Voranmeldung, 3€ Teilnahmebetrag pro Teilnahme!**

15:00Uhr

#### LITERATURCAFÉ im Treffpunkt "zentrum plus"

Kaiserswerth; Poesie, Prosa, Lyrik,  
„profane“ Belletristik, inkl. Kaffee & Kuchen – **jeder zahlt, was er kann, bitte mit Voranmeldung!**  
**Nächster Termin 20. Februar 2024 zum Thema:**  
**„Neue Geschichten, alte Freunde“.**

17:20 Uhr im

**PILATES mit Frau Mompean** im Treffpunkt  
"zentrum plus" Kaiserswerth – **bitte mit Voranmeldung!**

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

### MITTWOCHS

10:00 Uhr

**BRIDGE** im Clubraum "zentrum plus" Kaiserswerth

14.00 Uhr

**Das „1 x 1 der digitalen Welt“** – Wissenswertes & Beratung rund um Verwendung und Nutzung digitaler Medien, wie z.B. Smartphones, etc. im Clubraum „zentrum plus“ Kaiserswerth.

❖ Ungerade Kalenderwochen:  
Kleingruppenangebot

❖ Gerade Kalenderwochen: Einzeltermine á 30 Minuten!

**Bitte mit Voranmeldung, da begrenzte Teilnehmer\*innenzahl!**

15:00 Uhr (jeden 3. Mittwoch im Monat!)

#### GEDÄCHTNISTRAINING / KALKUM

mit Frau Wesch im Gemeindesaal der Kath.  
Kirchengemeinde St. Lambertus; Kalkum

### DONNERSTAGS

11:45 Uhr

#### STURZPROPHYLAXE

mit Frau Feldmann im Treffpunkt „zentrum plus“,  
bitte mit Voranmeldung, **3€ Teilnahmebetrag pro Teilnahme!**

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

### DONNERSTAGS

16:00 Uhr

#### KULTUR im zentrum plus

Kulturelle Veranstaltungen, Termine:

- ❖ **15. Februar 2024: „Der glückliche Prinz“ - Musikalisch Inszenierte Lesung mit Josef Schoenen**, Treffpunkt „zentrum plus“ Kaiserswerth

**\* Diese Veranstaltungen sind kostenfrei! Über eine Spende freuen wir uns!**

### FREITAGS

11:00Uhr

#### „zentrum plus“ Kaiserswerth- Beratung zum

**Mitnehmen**, Beratung rund um Themen des Alters mit Frau Riediger, Stadtteilbücherei Kaiserswerth  
**Termine: 16. Februar 2024!**

### SAMSTAGS

14:15 Uhr

#### BRIDGE IN KAISERSWERTH

– Turnierleitung  
Claes Friman, im Treffpunkt „zentrum plus“, bitte mit Voranmeldung, weitere Infos erhalten Sie bei Interesse von Claes Friman: [claes.friman@gmx.de](mailto:claes.friman@gmx.de)