

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

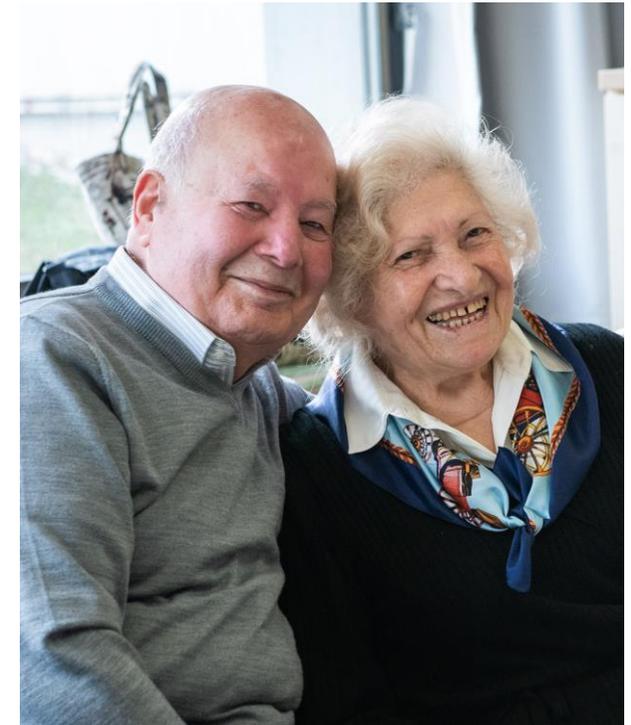
Die „zentren plus“ sind ein Düsseldorfer Angebot. Sie werden organisiert von den Trägern der freien Wohlfahrtspflege und finanziell unterstützt von der Stadt Düsseldorf, Amt für Soziales.

„zentrum plus“ Kaiserswerth
Kaiserswerther Markt 32
40489 Düsseldorf

Tel 0211 47 954 108
Fax 0211 47 954 109
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*
März 2023

„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 4 Personen!**

DIENSTAGS

11:00 Uhr

GEDÄCHTNISTRAINING

mit Frau Wesch im Clubraum "zentrum plus"
Kaiserswerth – **bitte mit Voranmeldung!**

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 & bei Erreichen der Mindest-TN Zahl von 4 Personen!

MITTWOCHS

10:00 Uhr

BRIDGE im Clubraum "zentrum plus" Kaiserswerth
– **bitte mit Voranmeldung!**

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

MITTWOCHS

14.00 Uhr **NEU!!!**

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 – **bitte mit Voranmeldung!**

15:00 Uhr

SENIORENGYMNASTIK

mit Frau Völkel (außer am 1. Mittwoch im Monat!)
im Treffpunkt "zentrum plus" Kaiserswerth – **Findet derzeit nicht statt!**

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 (unter Vorbehalt!) im Treffpunkt
„zentrum plus“

16:00 Uhr

KULTUR im zentrum plus

Kulturelle Veranstaltungen, Termine:

- ❖ **09.03.2023: DIA-Vortrag in Überblendtechnik mit Gabriele Müller zum Thema: „Die Wunder Floridas“, im Treffpunkt „zentrum plus“ Kaiserswerth**

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

DONNERSTAGS

16:00 Uhr

KULTUR im zentrum plus

- ❖ **16.03.2023: Lesung mit Ehepaar Welter, Thema: „Frühling, ja Du bist's!“, Treffpunkt „zentrum plus“ Kaiserswerth**
- ❖ **23.03.2023: Poesie und Gittarrenlyrik mit Burkhard Wolk zum Thema „Reigen von Gitarrenklang mit zauberhaftem Wort - Platero“, Treffpunkt „zentrum plus“ Kaiserswerth**

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

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!**

11:00Uhr

„zentrum plus“ Kaiserswerth- Beratung zum Mitnehmen, Beratung rund um Themen des Alters mit Frau Riediger, Stadtteilbücherei Kaiserswerth
Termine: 17.03.2023