



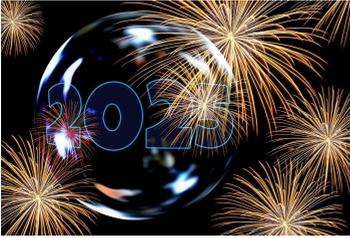
Programm „zentrum *plus*“ /Diakonie Vennhausen *Januar – März 2025*

Inhalt

Vorwort	3
Wir im Quartier: „ <i>plus mobil</i> “	4
Hier werden Sie beraten	5
Angebote für pflegende Angehörige	6
Angehörigengesprächskreis am Abend	7
Unterstützung bei Demenz	8
Regelmäßige Angebote	9-14
Neue Angebote	
Komm` wir gehen – gemeinsam spazieren	15
Parla italiano – Neugründung eines italienischen Sprachcafés	15
Café im „zentrum <i>plus</i> “	16
Neue Medien	17
Besondere Veranstaltungen	
Neujahrsfrühstück	18
Winterwunderland	18
Die Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“ zu Gast in Vennhausen	19
Neues wagen – Theaterimprovisation „Bühnenreif“	20
Helau - Wir feiern Karneval „200 Jahr - Hütt on wie et wor“	21
Sous le ciel de Paris – Vive la chanson !	21
Informationsveranstaltungen des „zentrum plus“	
Nachholtermin: Zuhause wohnen bleiben – ohne Barrieren	22
Das Testament – erste Impulse zur Erstellung	22
Serviceangebot der Stadt Düsseldorf“	23
Kreatives Gestalten	23
Ehrenamt im „zentrum <i>plus</i> “	24
Kulturelle und soziale Teilhabe/Kulturliste Düsseldorf	25
Ansprechpartnerinnen in Vennhausen	26
Wir für Sie (Adressen und Ansprechpartnerinnen)	27

Vorwort

LIEBE BESUCHENDE, LIEBE EHRENAMTLICHE,
LIEBE INTERESSIERTE DES „ZENTRUM PLUS“,



“Das Beste am Neuen Jahr ist, dass wir es selbst gestalten können.“ Dieser weise Spruch wirkt dem Ohnmachtsgefühl entgegen, was einen schon mal angesichts der Weltlage überkommen kann. Selber gestalten ist kraftvoll und zuversichtlich, bewirkt Freude bei uns

und anderen. Selbst wenn die körperliche Kraft mit dem Alter abnimmt, bleiben noch genügend Gestaltungsmöglichkeiten. Wie wäre es z.B. mit Spaziergehen in Gesellschaft, auch, wenn Sie bereits eine Gehhilfe benötigen? Auch langsam läuft es sich in Gesellschaft besser! Deshalb unser Aufruf im Programmheft zum geselligen Spaziergehen. Eine herausfordernde Situation trägt sich leichter, wenn man sich mit Menschen in ähnlicher Situation austauschen kann. Darauf zielt das neue Angebot „Angehörigengesprächskreis für pflegende An-und Zugehörige“ Hier können Sie über Ihre Situation unter fachlicher Leitung mit anderen pflegenden Angehörigen ins Gespräch kommen. “Bühnenreif“ könnte eine ganz neue Erfahrung für Sie werden. Schauspielerische Vorerfahrung braucht es dabei keine, nur Freude zu improvisieren mit thematischer Anlehnung an die „wilden 60er“. Manchmal ist es auch einfach schön, Künstlern zuzuhören, besonders, wenn es sich dabei um Jochen Jasner handelt, der erneut mit seinen wundervoll vorgetragenen belgischen und französischen Chansons zu uns kommt. Wer in Düsseldorf wohnt, kommt um Karneval nicht herum, warum auch, wenn der Saal durch die Gruppe „Musik inTakt“ in Stimmung gebracht wird. Stoßen wir also auf das Jahr 2025 mit vielen wundervollen Momenten an! Kommen Sie zum Anstoßen auch gerne persönlich zum Neujahrsfrühstück vorbei!

Ihre Tina Vanhofen

Wir im Quartier: „*plus mobil*“

DAS „ZENTRUM *PLUS*“ VENNHAUSEN GEHT NACH DRAUßEN...



...und präsentiert sich im Stadtteil einmal im Monat mit einem Infostand. Dort sind wir Ansprechpartnerinnen für Ihre Anliegen und Anregungen. Zudem erhalten Sie vor Ort gern auch unser Angebotsprogramm. Kommen Sie gerne bei einer Tasse Kaffee mit uns ins Gespräch. Wir freuen uns Sie kennenzulernen. Bei Regen fällt der Infostand aus. Gerne können Sie aber im „zentrum plus“ direkt vor Ort vorbeischaun.

Die Adresse lautet:

„zentrum plus“, Sandträgerweg 101,

40627 Düsseldorf, Tel. 9 13 18 677

Termine im 1. Quartal 2025, jeweils donnerstags, 10-11 Uhr

9. Januar; 6. Februar; 6. März 2025,

Ort: neben dem Markt auf dem Freiheitplatz



Hier werden Sie beraten



Als Kontakt- und Beratungsstelle für alle Menschen ab 55 Jahren im Stadtteil, unterstützt das „zentrum plus“ in allen Fragen und Belangen rund um das Leben im Alter.

Wir sind für Sie da,

- wenn Sie Möglichkeiten suchen, Kontakte zu knüpfen. Unsere umfangreichen Gruppenangebote und Veranstaltungen bieten die Gelegenheit zum Austausch und Kennenlernen.
- wenn Sie Informationen rund um Pflegeleistungen benötigen
- wenn Sie Unterstützung im Haushalt benötigen
- wenn Sie Unterstützung brauchen in Angelegenheiten mit Behörden (z.B. Sozialamt, Versorgungsamt, Wohnungsamt)
- wenn Sie sich über Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung informieren möchten
- wenn Sie als Angehöriger eines Menschen mit Pflegebedarf Rat suchen
- wenn Sie selbst eine Interessensgruppe aufbauen wollen. Wir unterstützen Sie dabei, Gleichgesinnte zu finden
- wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren wollen. Wir helfen Ihnen, eine Tätigkeit zu finden, die Ihren Vorstellungen entspricht.
- ...und für vieles mehr.

Sprechen Sie uns gerne an oder kommen Sie in unsere offene Sprechstunde jeden Donnerstag von 12 bis 14 Uhr. (s. S. 27)

Angebote für pflegende Angehörige

PFLEGEWISSEN UND ERFAHRUNGSAUSTAUSCH

Pflege und Betreuung eines Menschen mit Pflegebedarf kann sehr unterschiedlich aussehen – in den meisten Fällen ist sie sowohl herausfordernd als auch bereichernd. Ein gutes Wissen etwa zu Pflegetechniken ist essentiell, um die Situation so gut wie möglich zu meistern. Auch der Austausch mit Gleichgesinnten kann ein Baustein zur Entlastung sein. Daher haben wir im „zentrum *plus*“ Vennhausen ab diesem Jahr zwei Angehörigengesprächsgruppen (s. S. 7 und S. 8).

Ebenfalls beraten wir Sie gerne bei uns vor Ort! (Tel. 0211 9 13 18 677) In diesem Jahr bietet die Diakonie Düsseldorf zudem eine neu aufgelegte Schulungsreihe, über die Sie viele praktische Tipps und Informationen erhalten können.

Über folgende Webseite finden Sie eine Übersicht unserer aktuellen Angebote für Menschen die Angehörige oder Bekannte pflegen. Alle Angebote sind für Sie kostenfrei:

<https://www.diakonie-duesseldorf.de/leben-im-alter/angebote-fuer-pflegende-angehoerige>



Angebote für pflegende Angehörige (Fortsetzung)

DER ANGEHÖRIGENGESPRÄCHSKREIS AM ABEND

Die Unterstützung von Angehörigen mit Pflegebedarf kann oft eine Herausforderung sein.

Die Situation trifft mittlerweile immer mehr Menschen: neben Berufstätigkeit und auch Kümern um eigene Kinder bzw. Familienleben und / oder Partnerschaft kommt zusätzlich auch noch die Sorgen um alte Eltern oder nahe Freunde hinzu. Da fühlen sich viele Angehörige überfordert. In unserem Gesprächskreis haben Sie die Gelegenheit, andere Menschen in ähnlichen Lebenslagen zu treffen. In einer vertrauensvollen Atmosphäre können Sie offen über Ihre Erfahrungen sprechen. Im Austausch mit anderen finden Sie wertvolle Hinweise und Tipps, damit Sie sich entlasten können. Und auch Raum für Schönes hat dabei seinen Platz!

Der Gesprächskreis wird geleitet von einer erfahrenen systemischen Familien-Sozialtherapeutin.

Termine 2025



Immer am 2. Mittwoch im Monat:

8.1.; 12.2; 12.3., 9.4.; 14.5;
11.6; 9.7.; 13.8.; 17.9.; 8.10;
12.11; 10.12;

jeweils von 19 – 20.30 Uhr

Das Angebot ist kostenfrei.

Anmeldung erforderlich: 0211 9 13 18 677

zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de

Wenn Sie für diese Zeit eine Betreuung für Ihren Angehörigen benötigen, wenden Sie sich gerne an uns.

Unterstützung bei Demenz

STAMMTISCH FÜR ANGEHÖRIGE VON MENSCHEN MIT DEMENZ



KRAFT SCHÖPFEN



Im Umgang mit einem Menschen mit Demenz erleben nahestehende Personen bereichernde wie auch herausfordernde Situationen. Angehörige in ähnlicher Lage können sich besonders gut in andere Betroffene einfühlen. Unser Stammtisch ermöglicht betroffenen Angehörigen, sich auszutauschen und zu unterstützen.

**Termine im 1. Quartal 2025: jeden 1. Montag im Monat (i. d. R.)
6. Januar; 3. Februar; 10. März, jeweils von 15 – 16 Uhr
im „zentrum plus“ Vennhausen, Sandträgerweg 101
Anmeldung erbeten bis 12 Uhr des Vortags des jeweiligen Termins
bei Susanne Schön, mobil: 0173 537 5564**

BEATE GRUPPE „CAFÉ ZUR ERINNERUNG“ –
BETREUUNGSGRUPPE FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ
Jeden Mittwoch von 10 – 13 Uhr (mit Mittagessen und Fahrdienst)



Das Café zur Erinnerung findet in der **Mirjam Kirchengemeinde, Schlossallee 4-8, 40229 Düsseldorf** statt.

Die Teilnahme wird von der Pflegekasse finanziert und bietet pflegenden Angehörigen eine stundenweise Entlastung.

Anmeldung erforderlich: Susanne Schön 0173 537 5564

„DA für Dich“ (Düsseldorfer Agentur für Demenzkranke in der Häuslichkeit)

Dieses Angebot bietet alternativ zur Betreuungsgruppe oder zusätzlich eine stundenweise Betreuung zu Hause an.

Nähere Information: Susanne Schön 0173 537 5564

Für Fragen rund um das Thema Demenz stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Regelmäßige Angebote

Über eventuelle Änderungen informieren Sie unsere Aushänge im Schaukasten. Bei Turnusabweichungen bzgl. der Angebote gelten die ausgeschriebenen Termine.

TAGESÜBERSICHT MONTAG

10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl
<i>wöchentlich</i>	Sanftes Yoga im Sitzen Ilona Gorke, Information und Kosten: mobil: 0157 54 64 22 40
10.15 - 11.45 Uhr	Englischkurs Netzwerk 8
<i>wöchentlich</i>	Englischkurs auf fortgeschrittenem Niveau Inge Lewald-Etzel *
11.45-12.45 Uhr	Ballett für Senior*innen
<i>wöchentlich</i>	Sanfte Übungen zu klassischer Musik Rachel Doerenkamp, Information und Kosten: mobil: 01575 28 186 98
13 - 16 Uhr	Rummikub
<i>Wöchentlich</i>	Wir spielen das beliebte Spiel in gemütlicher Runde *
16.30 - 18 Uhr	Doppelkopf
<i>wöchentlich</i>	Spielen mit <i>Schweinchen</i> , <i>Karlchen</i> und den <i>Alten</i> . Unsere Doppelkopfrunde freut sich auf Sie! *
18 - 19 Uhr	Rückenfitness nach Pilates
<i>wöchentlich</i>	Gisela Uhlenkamp, Information und Kosten: mobil: 0172 87 19 246

***Informationen und Anmeldung unter Tel.: 9 13 18 677.**

Regelmäßige Angebote (Fortsetzung)

TAGESÜBERSICHT DIENSTAG

10-13 Uhr <i>Termin nach telefonischer oder E-Mail-Abspra- che</i>	Angebote im Bereich „Neue Medien“ Peter Schilling berät und schult in Sachen PC, Laptop, Tablet, Smartphone und Telefon (ausführliche Informationen: s. S. 17) Peter Schilling: Information, Terminvereinba- rung, Anmeldung und Kosten: Tel.: 02131 27 73 95 E-Mail: schilling.neuss@freenet.de
10.30-12.30 Uhr <i>wöchentlich</i>	„Sing doch einfach mit“ - Offene Singgruppe Hilde Jacobs und Helmut Link *
15-17 Uhr <i>Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat</i>	Masche für Masche und Naht für Naht Strick-, Häkel- und Nähangebot Frau Schwarz*

***Informationen und Anmeldung unter Tel.: 9 13 18 677.**



Regelmäßige Angebote (Fortsetzung)

TAGESÜBERSICHT MITTWOCH

10-11 Uhr <i>wöchentlich</i>	Rückenfitness nach Pilates Gisela Uhlenkamp, Information und Kosten: mobil: 0172 87 19 246
11-12.30 Uhr <i>Wöchentlich</i>	Mental fit mit Spaß – denken, raten, quizzern Gedächtnistraining das Freude macht! Antje Wege *
13 Uhr <i>wöchentlich</i>	Selbstgekochter Mittagstisch Einfache gekochte Gerichte zur Mittagszeit Antje Wege *
12-16 Uhr <i>wöchentlich</i>	Skat Wenn Sie Lust haben, in gepflegter Runde Skat zu spielen und schon fortgeschrittenes Niveau besitzen, kommen Sie gerne dazu *
15-16 Uhr <i>jeden 1. Montag im Monat (i. d. R.) 6.1.; 3.2.; 10.3..</i>	Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz Susanne Schön, Anmeldung bis 12 Uhr am Vortag des jeweiligen Termins erforderlich mobil: 0173 537 5564 (ausführliche Information s. S. 8)

*Informationen und Anmeldung unter Tel.: 9 13 18 677.

Regelmäßige Angebote (Fortsetzung)

TAGESÜBERSICHT MITTWOCH (FORTSETZUNG)

15-16.30 Uhr	Café im „zentrum plus“
<i>Jeden 3. Mittwoch im Monat: 15.1.; 19.2.; 19.3.</i>	Geselliges Zusammensein in gemütlicher Runde. Am 19. März ist der Singtreff des „zentrum plus“ zu Besuch und lädt zum Mitsingen ein.
19-20:30 Uhr	Der Angehörigengesprächskreis am Abend
<i>8.1.; 12.2.; 16.03.</i>	Angeleitete Gesprächsgruppe für An- und Zugehörige von Menschen mit Pflegebedarf. (s. S. 7) Bitte melden Sie sich vorab an.*
19 Uhr	Parla italiano?
<i>Jeden 1. +3. Mittwoch im Monat</i>	Italienisches Sprachcafé *

*Informationen und Anmeldung unter Tel.: 9 13 18 677.



Regelmäßige Angebote (Fortsetzung)

TAGESÜBERSICHT DONNERSTAG

9 Uhr <i>wöchentlich</i>	Gut zu Fuß – Nordic - Walking Erika Westerling, Information und Kosten: mobil: 0176 20 05 04 19
9 Uhr <i>jeden letzten Donnerstag im Monat: 30.1.; 27.2.; 27.3.</i>	Offenes Frühstück Hier ist jede*r willkommen mit uns zu frühstücken und zu klönen. Kosten: 4,50€ (<i>mit Düsselpass ermäßigt</i>) Eine Anmeldung ist erforderlich *
9-10 Uhr <i>wöchentlich</i>	Yoga für Ältere Christian Lemke-Schröder, Yoga-Lehrer BYN Information und Kosten: mobil: 0176 31 78 80 92
10 - 11 Uhr <i>wöchentlich</i>	Auf die Plätze, fertig, los... Offenes Bewegungsangebot im Sitzen (max. 6 Teilnehmende) Hilde Jacobs *
15 - 16.30 Uhr <i>jeden 1. Donners- tag im Monat: 2.1.; 6.2.; 6.3.</i>	Bücherfreund*innen Wir reden, diskutieren empfehlen zum Thema Literatur Alexandra Svehla-Rutkowski *

*Informationen und Anmeldung unter Tel.: 9 13 18 677.

Regelmäßige Angebote (Fortsetzung)

TAGESÜBERSICHT FREITAG

10-11 Uhr <i>wöchentlich</i>	Zumba® für Ältere Fit werden durch Tanzen! Mit Georges Bouazo, mobil: 0172 70 130 80
11-12 Uhr <i>wöchentlich</i>	Übungen zur Sturzprophylaxe Trainieren Sie Ihr Gleichgewicht, Ihre Muskulatur und Beweglichkeit Mit Georges Bouazo, mobil: 0172 70 130 80
12.30 –13.30 Uhr <i>wöchentlich</i>	Beckenbodentraining Übungen für eine stabile Körpermitte und eine starke Blase Mit Georges Bouazo, mobil: 0172 70 130 80
14-16:30 Uhr <i>24.1.; 28.3.</i>	Kreatives Gestalten Antje Wege, eine erfahrene kreative Gestalterin, bietet originelle Ideen und unterstützt die Teilnehmenden bei deren Umsetzung. (s. S. 23)
18 Uhr <i>jeden 1. Freitag im Monat</i>	Kochgruppe Georg - Schulhoff – Realschule, Kamper Weg 291 Eva Schwaderlapp Information und Kosten: Tel. 27 00 777
15 - 16.30 Uhr <i>jeder 3. Freitag der ungeraden Monate: 17.1.; 21.3.,</i>	Kreativgruppe „Minimacher“ Maria Seeberger Information und Kosten: Tel. 0211 29 23 18

*Informationen und Anmeldung unter Tel.: 9 13 18 677.

Neue Angebote

KOMM, WIR GEHEN...GEMEINSAM SPAZIEREN

Nutzen Sie zur Fortbewegung eine Gehhilfe (z.B. einen Stock, einen Rollator oder einen Rollstuhl)? Zieht es Sie manchmal nach



draußen und genießen Sie es dann, sich in frischer Luft unter freiem Himmel zu bewegen bzw. sich aufzuhalten? Haben Sie Lust diese Erfahrung mit anderen zu teilen? Dann kommen Sie doch zu einem ersten gemeinsamen Spaziergang, um sich kennenzulernen. Sie sind auch willkommen, wenn Sie ohne Gehhilfe mobil sind und es für Sie in

Frage kommt, mit Menschen mit Gehhilfe draußen unterwegs zu sein.

Termin: Dienstag, 11. Februar, 11 Uhr vor dem „zentrum plus“ Vennhausen, Sandträgerweg 101

Wenn Sie an diesem Termin verhindert sind, aber an dem Angebot Interesse haben, melden Sie sich gern bei uns. **Tel. 9 13 18 677**

PARLA ITALIANO?



Neugründung italienisches Sprachcafé
Sie sprechen bereits italienisch und haben Lust dies auch anzuwenden? Dann sind Sie in unserem neuen Sprachcafé genau richtig!

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat, ab 19 Uhr

im kleinen Raum des „zentrum plus“ Vennhausen.

nähere Informationen und Anmeldung unter Tel: 0211-9 13 18 677

Café im „zentrum *plus*“

DAS CAFÉ „UNTER FREIEM HIMMEL“ ZIEHT IN DEN KÜHLEN MONATEN WIEDER NACH DRINNEN...

...UND WIRD ZUM „CAFÉ IM „ZENTRUM *PLUS*“



Der große Gruppenraum des „zentrum *plus*“ ist ein idealer Ort, die im Frühling und Sommer begonnenen Gespräche und Kontakte weiter zu pflegen. Jede/r, ist eingeladen, den Nachmittag mitzugestalten. Auch Menschen, die das „zentrum *plus*“ kennenlernen wollen, finden hier in der ungezwungenen Atmosphäre schnell Anschluss.

Kommen Sie gerne vorbei!

Termine: 15. Januar; 19. Februar; 19. März
jeweils mittwochs: 15 - 16.30 Uhr

Ort: großer Raum des „zentrum *plus*“ Vennhausen.

Am 19. März kommt der Singkreis des „zentrum *plus*“ Vennhausen zu Besuch und lädt zum Mitsingen von Frühlingsliedern ein. Kaffee, Wasser und Plätzchen Getränke stehen gegen eine kleine Spende für Sie bereit. Knabberereien können gern mitgebracht werden.

Information: „zentrum *plus*“ Vennhausen: Tel. 9 13 18 677



Neue Medien

SPRECHSTUNDE FÜR NEUE MEDIEN

Unser EDV-Fachmann Peter Schilling bietet eine kostenlose Sprechstunde rund um Fragen im Zusammenhang mit **Smartphone, Tablet, Laptop, Computer und allen Windows-Versionen an.**



Zudem geht er auf Fragen ein und berät zu:
Internet, Telefon und Fernsehen z. B. Kosten und Verträge durchleuchten und optimieren.

Sie können Ihr eigenes Gerät zur Sprechstunde mitbringen, es stehen bei Bedarf auch ein Laptop und Tablets vor Ort zur Verfügung.

VOR-ORT-EINSÄTZE

Peter Schilling bietet zudem auch als fachliche Beratung und Begleitung beim Neukauf von Geräten an. Er übernimmt auch die In-



stallation neuer Geräte sowie die Optimierung von vorhandenen neuen Medien vor Ort bei Ihnen zu Hause.

**Wenden Sie sich gerne für beide Angebote direkt an:
Peter Schilling: Tel.: 02131/27 73 95; schilling.neuss@freenet.de**

Besondere Veranstaltungen

NEUJAHRSFÜHRSTÜCK



Wir starten gestärkt ins neue Jahr 2025!

Mit einem gemeinsamen Frühstück begrüßen wir das Jahr 2025. Bitte melden Sie sich für dieses Angebot an!

**Donnerstag, 2. Januar 2025,
10 Uhr**

Kosten: 5,50 €
(inkl. Glas Sekt)

**Anmeldung: „zentrum plus“, Tel. 9 13 18 677 oder
Mail: zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de**

WINTERWUNDERLAND...

Kommen Sie mit auf eine imaginäre Schlittenfahrt zu den Orten und Gegenden in Deutschland, wo sich der Winter von seiner glänzendsten Seite zeigt. Ein wirbelndes „Schneegestöber“ mit Aktionen zum Mitmachen und Mitsingen erwartet Sie.

Donnerstag, 9. Januar, 15-17 Uhr

Saal der Ev. Markus Kirchengemeinde, Sandträgerweg 101



Kosten: 4,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Anmeldung: „zentrum plus“, Tel. 9 13 18 677 oder

E-Mail: zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de

Besondere Veranstaltungen (Fortsetzung)

WAS HEIßT SCHON ALT?- DIE WANDERAUSSTELLUNG ZU GAST IN VENNHAUSEN VOM 3.-17. FEBRUAR 2025



Mit der Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“ im Rahmen des Programms Altersbilder setzt sich das Bundesfamilienministerium dafür ein, ein neues und differenziertes Bild vom Alter in unserer Gesellschaft zu verankern. Denn

die in der Gesellschaft vorherrschenden Altersbilder entsprechen oft nicht den vielfältigen Lebensentwürfen und Stärken der älteren Menschen von heute. Dabei beeinflussen Altersbilder nicht nur das Miteinander der Generationen in einer älter werdenden Gesellschaft, sondern auch die Erwartungen an den eigenen Alterungsprozess. Jung und Alt sind eingeladen, über ihre Vorstellungen vom Alter nachzudenken und miteinander ins Gespräch zu kommen:

FEIERLICHE AUSSTELLUNGSERÖFFNUNG:

Montag 3. Februar .2025, 11 Uhr

GEMEINSAME VERABSCHIEDUNG:

Montag 17. Februar 2025, 11 Uhr

Besichtigungszeiten:

Montag bis Mittwoch von 10-12 Uhr und

Montag und Dienstag von 14-16 Uhr

Late-Night-Besuch am 12.2. von 17-19 Uhr

Information: „zentrum *plus*“ Vennhausen: Tel. 9 13 18 677

Besondere Veranstaltungen (Fortsetzung)

NEUES WAGEN

Theaterimprovisation „Bühnenreif“- eine Kooperationsveranstaltung mit der Markusgemeinde



Dieser Workshop unter der Leitung von Susanne Kröll steht unter dem Motto „die wilden 60er“. Mit einfachen lockeren und witzigen Übungen werden Sie zu kleinen improvisierte Geschichten geführt.

Es sind keine schauspielerischen Vorkenntnisse erforderlich, nur ein wenig Neugier und Lust, neues auszuprobieren.

Im 1. Teil wird durch Übungen und Spiele die Kreativität und Beweglichkeit im Kopf zum Erwachen gebracht und der

innere Kritiker in die Wüste geschickt.

Susanne Kröll zeigt kleine Tricks aus dem Improvisationstheater, die eine improvisierte Szene interessanter werden lassen.

Im 2. Teil können ganz ohne Druck kleine Szenen improvisiert oder erarbeitet werden. Spiel und Spaß stehen im Vordergrund. Vielleicht finden Sie Gegenstände oder Worte, die Sie mit den „wilden 60ern“ verknüpfen. Dann bringen Sie diese Anregungen sehr gerne mit.

Es wäre schön, wenn Sie etwas Kleines zum Buffet für die Mittagspause beitragen würden.

Samstag, 8. Februar, 11-17 Uhr

Räumlichkeiten des „zentrum plus“ Vennhausen

Anmeldung erforderlich!

Tel.: 9 13 18 677 oder Mail: zentrum.plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de

Besondere Veranstaltungen (Fortsetzung)

HELAU - WIR FEIERN KARNEVAL „200 JOHR - HÜTT ON WIE ET WOR



Helau! Türen auf für die Närrinnen und Jecken...der rheinische Frohsinn hält Einzug...

Die Gruppe „Musik inTakt“ verwandelt mit bekannten Liedern zum Singen, Tanzen und Schunkeln den Gemeindegarten im Nu in einen Ort närrischen Treibens.

Ein kleines Bühnenprogramm mit Kostümprämierung tut sein Übriges dazu. Gerne können Sie selbst in die Bütt steigen und mit Ihrem Beitrag das jecke Spektakel befeuern! Tusch garantiert!

Donnerstag, 20. Februar, 15-17 Uhr

Saal der Ev. Markus Kirchengemeinde, Sandträgerweg 101

Kosten: 4,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Anmeldung: „zentrum plus“, Tel. 9 13 18 677 oder

E-Mail: zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de

SOUS LE CIEL DE PARIS – VIVE LA CHANSON !



Quer durch die Landschaften des klassischen französischen (und belgischen) Chansons geht es mit **dem Düsseldorfer Sänger und Gitarristen Jochen Jasner**.

Er singt Chansons u. a. von Jacques Brel, von Yves Montand und Juliette Gréco.

Oft sind es Geschichten mitten aus dem Leben. Mit seiner einfühlsamen Interpretation

und der unterhaltsamen deutschen Moderation gewinnt Jochen Jasner auch die Zuhörer*innen, die in der französischen und Chanson-Kultur Frankreichs (noch) nicht zu Hause sind.

Donnerstag, 13. März 2025, 15-17 Uhr

Saal der Ev. Markus Kirchengemeinde, Sandträgerweg 101

Kosten: 4,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Anmeldung: „zentrum plus“, Tel. 9 13 18 677 oder

E-Mail: zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de

Informationsveranstaltungen

NACHHOLTERMIN: ZU HAUSE WOHNEN BLEIBEN- OHNE BARRIEREN

Führung durch die Wohnausstellung der Wohnungsberatung der Stadt Düsseldorf

Die meisten Menschen möchten so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden bleiben. Doch wie kann man Bad, Küche & Co. umbauen, damit das gelingt? Und wie lassen sich Umbaumaßnahmen finanzieren? Die Wohnberatung zeigt praktische Beispiele und beantwortet Ihre Fragen.



Tip: Diese Infos sind für alle interessant! (Egal ob Mieter*in oder Eigentümer*in und egal ob jung oder alt)

Dienstag, 11. Februar 2025

9 Uhr: Treffpunkt im „zentrum plus“

und gemeinsame Anreise mit dem ÖPNV

10 Uhr: Treffpunkt am Wohnungsamt, Brinckmannstraße 5
40225 Düsseldorf

Um Anmeldung wird gebeten: „zentrum plus“, Tel. 9 13 18 677

E-Mail: zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de

DAS TESTAMENT- ERSTE IMPULSE ZUR ERSTELLUNG

Hier erhalten Sie Informationen rund um das Thema Testament. Die Veranstaltung wird von einer auf Erbrecht spezialisierten Anwaltskanzlei durchgeführt.

Mittwoch, 12. Februar 2025, 14 Uhr
im Clubraum des „zentrum plus“

Um Anmeldung wird gebeten:

„zentrum plus“, Tel. 9 13 18 677

E-Mail: zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de



Serviceangebot / Kreativangebot

SERVICEANGEBOT DER STADT DÜSSELDORF AUSWEISDOKUMENTE UND UMMELDUNGEN



Das Einwohnermeldeamt kommt ins „zentrum *plus*“ Vennhausen, um Anliegen hier vor Ort abzuwickeln. Wenn bei Ihnen eine Verlängerung des Personalausweises oder Reisepasses, eine Befreiung der Ausweispflicht oder Ummeldung der Wohnung anliegen, melden Sie sich gerne hier bei uns im

zentrum *plus* Vennhausen. An einem Sammeltermin kommen Mitarbeitende des Einwohnermeldeamtes vor Ort, um Ihre Anliegen zu bearbeiten.

Information: „zentrum *plus*“, Tel.: 9 13 18 677

KREATIVES GESTALTEN IM ZENTRUM PLUS DIAKONIE VENNHAUSEN

Kreativ sein tut gut. Als erfahrene und begeisterte kreative Gestalterin bietet Antje Wege originelle Ideen an und unterstützt die Teilnehmenden dabei, diese praktisch umzusetzen.

Freitag, 24. Januar, 14-16.30 Uhr
Wir stellen Ketten her.

Freitag, 28. März, 14-16.30 Uhr
Wir gestalten Kühlschranksmagnete.



im „zentrum *plus*“/ Vennhausen, Sandträgerweg 101
(Kosten: 3 € inkl. Material)

Anmeldung erbeten: centrum plus, Tel. 9 13 18 677

Ehrenamt

EHRENAMT IM „ZENTRUM *PLUS*“ VENNHAUSEN
WIR SUCHEN SIE!

Wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren möchten, bietet die Diakonie Düsseldorf zahlreiche Möglichkeiten.



Gemeinsam anpacken und Gutes bewirken...

Sie haben Lust Ihrem Alltag mehr Sinn und Struktur zu geben und ganz nebenbei Spaß zu haben und nette Menschen kennenzulernen? Dann ist ein

Ehrenamt bei uns möglicherweise genau das richtige für Sie!

Egal ob regelmäßig oder nur zu besonderen Anlässen: wir im „zentrum *plus*“ Vennhausen freuen uns über Ihr Engagement!

Sprechen Sie uns gerne an, wir können Sie individuell über die Ausgestaltung des Ehrenamtes beraten. Ganz so, dass es Ihren Interessen und zeitlichen Möglichkeiten entspricht.

Aktuell suchen wir beispielsweise engagierte Menschen für folgende Aktivitäten:

- Sprachkurse/ Sprachcafés
- Malgruppe
- Gemeinsames Wandern/ Radfahren
- I-Phone Schulungen
- gemeinsame Ausflügen
- Umsetzung ihres Wunschangebotes 😊

Sprechen Sie uns gerne an oder vereinbaren Sie einen Termin unter Tel. 9 13 18 677

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

Kulturelle und soziale Teilhabe für alle

Kulturelle und soziale Teilhabe für alle – miteinander erleben
Wenig Geld zur Verfügung zu haben darf nicht dazu führen, ausgeschlossen zu sein. Unter dem Motto „Kulturelle und soziale Teilhabe für alle - miteinander (er)leben...“ können deshalb Menschen mit geringem Einkommen ermäßigt oder kostenfrei an den Veranstaltungen und Angeboten im „zentrum *plus*“ Vennhausen teilnehmen.

Sie haben einen Düsselpass, einen Grundsicherungsnachweis oder Vergleichbares? Sprechen Sie uns gerne an!

U.a. folgende Angebote können mit entsprechenden Nachweis kostenfrei besucht werden:

Offenes Frühstück, Kreativangebot mit Antje Wege, Offener Singtreff, Unterhaltungsnachmittag jeden 2. Donnerstag im Monat.

Kontakt: „zentrum *plus*“ Vennhausen, Tel. 9 13 18 677

KULTURLISTE DÜSSELDORF

Die Kulturliste Düsseldorf ist eine gemeinnützige Initiative, die



Düsseldorfer*innen mit geringem Einkommen ermöglicht, kostenfrei Kultur- und Sportveranstaltungen zu besuchen.

Teilnehmende Institutionen sind neben vielen anderen Fortuna Düsseldorf und das Düsseldorfer Schauspielhaus.

Das „zentrum *plus*“ Vennhausen ist sozialer Kooperationspartner der Kulturliste Düsseldorf. Sie können sich bei uns als

Kulturgäst:in registrieren lassen und erhalten dann Veranstaltungsangebote von der Kulturliste.

Sprechen Sie uns gerne an.

Kontakt: „zentrum *plus*“ Vennhausen, Tel. 9 13 18 677

Ansprechpartner*innen in Vennhausen

NETZWERK 8 ELLER, LIERENFELD, VENNHAUSEN

Standort Vennhausen: Ansprechpartnerinnen:

Tina Vanhofen Tel. 9 13 18 677

Ursula Götzing Tel. 27 41 44

Susanne Schön

Zuständig für die Betreuungsgruppen und die häusliche Betreuung für Menschen mit Demenz sowie Ansprechpartnerin für Angehörige in Eller und Vennhausen.

mobil: 0173 53 75 564

SENIORENRAT

Wenn Sie sich mit einem Anliegen direkt an den Seniorenrat wenden möchten, sind Ihre Ansprechpartnerin und Ihr Ansprechpartner die Mitglieder des Seniorenrats aus dem Stadtbezirk 8:

Marie-Luise Burbach mobil: 0176 576 83 868

marie-luise.burbach@duesseldorf.de

Klaus Backhaus, mobil: 0163 44 35 30 9

klaus.backhaus@duesseldorf.de

Marie-Luise Burbach wird an ausgewählten Terminen in das „zentrum *plus*“ kommen, um mit Ihnen ins Gespräch zu kommen und Ihre Anregungen und Fragen entgegenzunehmen. Es wird außerdem im Bürgerhaus Eller regelmäßige Sprechzeiten des Seniorenrates geben.



Wir für Sie

„ZENTRUM PLUS“ VENNHAUSEN

Adresse: Sandträger Weg 101, 40627 Düsseldorf

Öffnungszeiten: Montag-Donnerstag: 9.30 – 16 Uhr
Freitag: 9.30 – 14 Uhr

 **Telefon** 0211/ 9 13 18 677

E-Mail: zentrum-plus.vennhausen@diakonie-duesseldorf.de

im Internet: www.diakonie-duesseldorf.de/leben-im-alter/beratung-und-begegnung-im-quartier/zentren-plus/zentrum-plus-vennhausen

TINA VANHOFEN

Leitung „zentrum plus“ Vennhausen

E-Mail: christina.vanhofen@diakonie-duesseldorf.de



ANNIKA HEDRICH

Stellv. Leitung „zentrum plus“ Vennhausen

E-Mail: annika.hedrich@diakonie-duesseldorf.de

