



Programm *zentrum plus* Oberkassel *Juli – September 2023*

„zentrum *plus*“ Oberkassel

zentrum *plus*
gemeinsam aktiv für das Alter

Diakonie  **Düsseldorf**

Inhalt

Inhalt	2
Das zentrum <i>plus</i> in Oberkassel ist ...	3
Beratung und Unterstützung vor Ort	4
Beratung und Unterstützung	5
Diakonie Düsseldorf	5
Quartiersprojekt Lörick - #mitwirken4	6
Sonderveranstaltungen	7
Montag - Tagesansicht	10
Dienstag - Tagesansicht	11
Mittwoch - Tagesansicht	12
Donnerstag - Tagesansicht	13
Freitag - Tagesansicht	14
Samstag	15
Keyworker Oberkassel <i>plus</i>	16
Aktuelles aus dem Dorothee-Sölle-Haus	17
Ansprechpartnerinnen zentrum <i>plus</i> Oberkassel	19
Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln	20

Das zentrum *plus* in Oberkassel ist ...

für alle Senioren Generationen in Oberkassel, Niederkassel, Heerdt, Lörick und jeden Interessierten:

- für alle, die Begegnung, Gemeinschaft und Miteinander suchen.
- für alle, die gerne mit anderen Generationen in Kontakt kommen möchten, gibt es bei uns die Kooperation mit dem Familienzentrum Wettiner Straße 6 und der japanischen Internationalen Schule.
- für alle Aktiven, die sich ehrenamtlich engagieren möchten und/oder ihren Interessen nachgehen wollen.
- für alle, die Beratung und Hilfe rund um das Leben im Alter möchten. Wir beraten Sie individuell, auch bei Ihnen zu Hause. Gemeinsam überlegen wir, welche Hilfe und Unterstützung Sie wann und von wem brauchen, um möglichst lange selbständig zu Hause leben können.
- für Menschen mit dementiellen Veränderungen und pflegende Angehörige.
- für alle, die im Team oder als Verein für sich und ihre Mitmenschen etwas aufbauen wollen: z. B. der Senioren-Sportverein Oberkassel e. V., das Kultur-Hilfenetzwerk TAKENOKAI für Menschen japanischer Herkunft und die Keyworker Oberkassel*plus*.

Die zentren *plus* werden gefördert durch die Landeshauptstadt Düsseldorf.

Beratung und Unterstützung *vor Ort*

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 Buchta-Meuser (0211 58 677 113) oder Frau Baum-Schubert (0211 58 677 111).

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag	09.30 bis 17 Uhr
Freitag	09.30 bis 14 Uhr
Samstag und Sonntag	je nach Veranstaltung

Anmeldung Veranstaltungen

Montag bis Freitag	10 bis 12 Uhr
Montag bis Donnerstag	14 bis 16 Uhr

Internet

<https://www.diakonie-duesseldorf.de/leben-im-alter/beratung-und-begegnung-im-quartier/zentren-plus/zentrum-plus-oberkassel>
<https://www.diakonie-duesseldorf.de/>



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: ☎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 Hilfe-Angeboten der Diakonie Düsseldorf. ☎ 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 brauchen. 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 behandeln. ☎0211/73 53 370

Stationäre Pflege, Kurzzeitpflege + Tagespflege im Dorothee-Sölle-Haus

Sie wünschen eine Beratung zum stationären Aufenthalt und Leben im Dorothee-Sölle-Haus? Sie möchten sich einfach einmal erkundigen oder interessieren sich für einen Platz im Dorothee-Sölle-Haus? Dann vereinbaren Sie einen Termin mit Frau Koller ☎ 0211/58 677 180 Gerne senden wir Ihnen auch erst einmal Informationsmaterial zu.

Quartiersprojekt Lörick - #mitwirken4

Ziel des Quartiersprojekts linksrheinisch ist es, ein generations- und herkunftsunabhängiges Quartier rund um die ehemalige evangelische Philippus-Kirche gemeinsam zu entwickeln, die Lebensqualität im Viertel zu verbessern und neue soziale Netzwerke zu knüpfen. Mit diesem Projekt sprechen wir Menschen allen Alters an, um nachhaltig im Stadtteil das Zusammenleben zu fördern. Denn für ein lebendiges Quartier braucht es das Miteinander der Generationen.

Sie können das Projekt bei Instagram #mitwirken4 finden. Hier werden in Zukunft unter anderem Medien, Informationen und Bilder zu dem Projekt veröffentlicht.

Kennenlernen, anpacken, vernetzen - Das wollen wir

Das Projekt ermöglicht den Menschen im Quartier sich zu begegnen, zu informieren, zu unterstützen und mitzugestalten. Wir begleiten Sie darin, ihre Ideen in die Tat umzusetzen und fördern ehrenamtliches Engagement. Soziale, bürgerschaftliche, kirchliche und politische Akteure werden beteiligt und zur Mitwirkung ermutigt.

Das Projekt wird von der Glücksspirale und der evangelischen Kirchengemeinde Düsseldorf Oberkassel gefördert und inhaltlich von der Diakonie Düsseldorf umgesetzt.

Ich freue mich, Sie bald in meinem neuen Büro am Grevenbroicher Weg 3, 40547 Düsseldorf, begrüßen zu können.

Kontakt: Nicola Johann; ☎ 0173 488 24 79;

✉ nicola.johann@diakonie-duesseldorf.de



Evangelische Kirchengemeinde
Düsseldorf-Oberkassel

Diakonie  Düsseldorf



Sonderveranstaltungen

Freitag 07. Juli 2023

ab 12.00 Uhr

Tanabata-Fest

Japanisch-deutsches Nachbarschaftsfest

Gelände zentrum plus Gemünder Str. 5

Mittwoch, 26. Juli 2023

15.30 Uhr

Ausstellungseröffnung „Auf Reisen“

Künstlerin Erika Danes

Ausstellungsende 13.10.2023

Bitte melden Sie sich an!

Donnerstag

~~Mittwoch~~ 31. August 2023

15.00 Uhr

Wohnzimmerkonzert

Klezmer und jiddische Lieder

mit Tangoyim

Bitte melden Sie sich an!

Donnerstag

~~Mittwoch~~ 07. September 2023

15.00 Uhr

Wohnzimmerkonzert

La musique francaise

mit Pierre Beaumont

Bitte melden Sie sich an!

Mittwochskaffee

Kaffee, Kuchen, Klönen

05. Juli 2023

02. August 2023

06. September 2023

15.00 - 16.30 Uhr

Bitte melden Sie sich an!

**Sie fragen, wir antworten – Ihre Seniorenrätinnen der Stadt
Düsseldorf linksrheinisch**

Donnerstag

06. Juli 2023 Rollatorentaining mit Polizei

14.00 - 16.00 Uhr

Bitte melden Sie sich an!

Mittwoch

19.07.2023

Bitte melden Sie sich an!

Mittwoch

16.08.2023 Situation auf Fusswegen mit Polizei

Bitte melden Sie sich an!

Donnerstag

31. August 2023 Auto und Mensch im Alter mit Polizei

10.00 -14.00 Uhr **an der Phillipuskirche Hansaallee 300**

Bitte melden Sie sich an!

Mittwoch

20. September 2023

15.00 - 16.00 Uhr Seniorenrat und Polizei

Bitte melden Sie sich an!

**Individuelle Beratung zur Nutzung von iPhone
und iPad.**

Informationen und Anmeldung  0211 / 58 677 - 116

Weitere Veranstaltungen: Bitte achten Sie auf unsere Aushänge!

Montag - Tagesansicht

Montag

9.30 Uhr bis 11.00 Uhr **Englisch**
☎ 0211 / 58 677 - 116

10 Uhr bis 11 Uhr **Kraft- und Gleichgewichtstraining**
Seniorensportverein

11.30 Uhr bis 12.30 Uhr **Französische Konversation**
14., 21. und 28. August 2023
11., 18. und 25. September 2023
Ansprechpartnerin
Silvia Gassel
✉ s.gassel@t-online.de
Zita Götte
✉ zita.goette@gmail.com
Interessenten sollten über gute Sprachkenntnisse verfügen.
Bitte melden Sie sich an!

16 Uhr bis 17 Uhr **Yoga**
Seniorensportverein
17.15 Uhr bis 18.15 Uhr

Dienstag - Tagesansicht

Dienstag

- 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr** **Englisch**
Noch freie Plätze ☎ 0211 / 58 677 - 116
- 10 Uhr bis 12 Uhr** **Geschäftsstunden des Seniorensportverein**
☎ 0211 / 58 677 - 117
- 11 Uhr** **iPhone-Sprechstunde**
Anmeldung unter Tel.
☎ 0211 / 58 677 - 116
- 11.15 Uhr bis 12.15 Uhr** **Gedächtnistraining**
- 13.30 Uhr bis 16.30 Uhr** **Skatrunde**
- 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr** **Spielenachmittag**
- 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr** **Aphorismen in ihrer Bedeutung für uns**
Gesprächskreis mit Sigurd Storch-Cigogna
Bitte melden Sie sich an!
- 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr** **Funktionstraining**
Seniorensportverein
- 18.45 Uhr bis 19.45 Uhr**

Mittwoch - Tagesansicht

Mittwoch

- 9.15 Uhr bis 10.15 Uhr** **Kraft- und Gleichgewichtstraining**
10.30 Uhr bis 11.30 Uhr **Seniorensportverein**
- 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr** **Frauengesprächskreis**
Pavillon
Nähere Informationen unter
☎ 0211 / 58 677 - 111
- 12.00 Uhr bis 13.00 Uhr** **Gedächtnistraining**
Kostenbeitrag
Nähere Informationen
zentrum *plus*
☎ 0211 / 58 677 - 111
- 14.00 Uhr bis 16.45 Uhr** **Nähcafé**
Nähen, Stricken und Häkeln
- 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr** **Sie fragen - wir antworten - Ihre Seniorenrätinnen der Stadt Düsseldorf linksrheinisch**
3. Mittwoch im Monat

Donnerstag - Tagesansicht

Donnerstag

9.15 Uhr bis 10.15 Uhr **Leichte Gymnastik**
Senioren-sportverein
10.30 Uhr bis 11.30 Uhr

15.00 Uhr bis 17.00 Uhr **Origami**
2. und 3. Donnerstag im Monat
Nähere Informationen und
Anmeldung zentrum *plus*
☎ 0211 / 58 677 - 113

15.30 Uhr bis 16.45 Uhr **Lesekreis Literatur**

17.30 Uhr **Miteinander-Wohnen in
Verantwortung e.V.**
Wohnprojekt Generation 50+ in Lörick
Anmeldung erforderlich!
☎ 0211 / 41 65 98 76
jeden 2. Donnerstag
Bitte Aushänge beachten!

Freitag - Tagesansicht

Freitag

10.00 Uhr bis 11.00 Uhr **English Speaking Circle**

10 Uhr bis 14.00 Uhr **Bitte Dozo“**
Beratung für japanische
Mitbürgerinnen, Mitbürger
und deren Angehörigen
Yukiko Fischer-Hiramatsu
☎ 0211 / 58 677 - 117
✉ bitte.dozo@gmail.com

10.00 Uhr **Nachbarinnen-Treffen**
Jeden 3. Freitag 10.00 Uhr
Japanische und internationale Nachbarn treffen
sich auf der Gemünder Straße 5
Informationen:
Kazuko Kanuma-Kölzer
✉ kanuma-koelzer@t-online.de

11.15 Uhr bis 12.15 Uhr **Gymnastik – Tänzerische Bewegungsimprovisation**
Jeden 1., 2. und 4. Freitag

13 Uhr **TAKENOKAI**
2. und 4. Freitag im Monat

Samstag

Samstags stehen die Räume des zentrum *plus* Oberkassel den Mieterinnen und Mietern des Wohnparks Oberkassel in Absprache mit den Mitarbeiterinnen des zentrum *plus* zur Verfügung.

Keyworker Oberkassel*plus*

Aus bürgerschaftlichem Engagement sind in den letzten Jahren verschiedene Initiativen und Projekte entstanden, z. B. erfolgreiche politische und künstlerische Ausstellungen. Die Ideen für neue Projekte entstehen z. B. durch die kritische Beobachtung der städtebaulichen Entwicklungen und Herausforderungen im linksrheinischen Raum oder durch individuelle Interessenlagen auf kulturellem oder künstlerischem Gebiet. Termine um 11 Uhr im Zentrum *plus* der Diakonie, Gemünder Straße 5, 40547 Düsseldorf. 03.04., 08.05. und 05.06.2023. Gäste sind herzlich eingeladen.

Oberkassel entdecken Unterwegs im linksrheinischen Düsseldorf

Wir haben unseren Heimatstadtteil gründlich unter die Lupe ge-

nommen, die Geschichte erforscht und spannende Geschichten herausgefunden. Wussten Sie zum Beispiel, dass Gustaf Gründgens an einer Gartentheateraufführung in Oberkassel beteiligt war, oder dass die englische Königin Queen Victoria mit ihrer Tochter am Oberkasseler Bahnhof umsteigen musste? Außerdem haben wir Rundgänge im Stadtteil Oberkassel entwickelt mit wissenswerten Informationen über die zahlreichen Sehenswürdigkeiten zu Kunst und Kultur und über Künstler wie Joseph Beuys und andere Persönlichkeiten. Folgen Sie unseren Wegen und entdecken Sie Oberkassel neu!

Die vierte, aktualisierte Auflage ist in der Buchhandlung Gossens, Luegallee 109, 40545 Düsseldorf und bei Jaques Weindopot in Oberkassel erhältlich.

Aktuelles aus dem Dorothee-Sölle-Haus

Willkommen zurück im Dorothee-Sölle-Haus. Nach Corona sind unsere Veranstaltungen für alle wieder geöffnet:

Jeden Freitag ab 15.00 Uhr frische Waffeln im Bistro

Juli 2023:

Mittwoch

05.07.23 15.45 Uhr Klavierkonzert mit Herrn Nachtigal

Donnerstag

13.07.23 15.30 Uhr evangelischer Gottesdienst

Dienstag

18.07.23 15.45 Uhr Klavierkonzert mit Frau Brodska

Freitag

21.07.23 15.30 Uhr katholischer Wortgottesdienst

Mittwoch

26.07.23 15.45 Uhr Tanztee mit Herrn Herzberg

August 2023:

Mittwoch

02.08.23 15.45 Uhr Klavierkonzert mit Herrn Nachtigal

Dienstag

08.08.23 15.30 Uhr Klassisches Konzert der Münchener Stiftung

Dienstag

15.08.23 15.45 Uhr Klavierkonzert mit Frau Brodska

Freitag

18.08.23 15.30 Uhr katholischer Wortgottesdienst

Mittwoch

23.08.23 15.45 Uhr Tanztee mit Herrn Herzberg

□

September 2023:

Mittwoch

06.09.23 15.45 Uhr Klavierkonzert mit Herrn Nachtigal

Dienstag

12.09.23 15.45 Uhr Klavierkonzert mit Frau Brodska

Freitag

15.09.23 15.30 Uhr katholischer Wortgottesdienst

Mittwoch

27.09.23 15.45 Uhr Tanztee mit Herrn Herzberg

Ansprechpartnerinnen

Diakonie

zentrum *plus* Oberkassel

Gemünder Straße 5

40547 Düsseldorf

www.zentrum-plus-diakonie.de

Veranstaltungsorte:

zentrum *plus* Oberkassel

Gemünder Straße 5

Pavillon

Oberkasseler Straße 53

zentrum *plus* Oberkassel

Petra Buchta-Meuser

☎ 0211 / 58 677 - 113

petra.buchta-meuser@diakonie-duesseldorf.de

Iris Baum-Schubert

☎ 0211 / 58 677 - 111

iris.baum-schubert@diakonie-duesseldorf.de

Nicola Johann

☎ 0173 / 48 82 479

nicola.johann@diakonie-duesseldorf.de

Netzwerk Oberkassel

Information, Anmeldung zu PC-

Kursen ☎ 0211 / 58 677 - 116

dienstags 10.00 - 12.00 Uhr

Wohnpark Oberkassel

mit Service und Nachbarschaft

☎ 0211 / 58 677 - 111

www.diakonie-duesseldorf.de

Dorothee-Sölle Haus

Hansaallee 112

40547 Düsseldorf

Infothek ☎ 0211 / 58 677 - 100

Aufnahmemanagement

Kurzzeitpflege und

stationäre Pflege

Frau Koller

☎ 0211 / 58 677 - 180

Mit Ihrer Spende können Sie unsere Arbeit unterstützen.

Stichwort:

zentrum *plus* Oberkassel

Wohnpark Oberkassel

Spendenquittung auf Wunsch

Spendenkonto

Stadtsparkasse Düsseldorf

IBAN

DE87 3005 0110 0010 1057 57

Die zentren *plus* werden gefördert von der Landeshauptstadt.

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Sie erreichen das Zentrum *plus* Oberkassel mit den U-Bahnen

U74 Richtung D-Lörick

U76 Richtung Krefeld-Rheinstraße

U77 Richtung Am Seestern

Haltestellen:

Comenius-Gymnasium (früher Rheinbahnhof)

oder Heerdter Sandberg

(beide Haltestellen haben Hochbahnsteige)

Diakonie Düsseldorf
zentrum *plus* Oberkassel
Gemünder Straße 5
40547 Düsseldorf

Pavillon
der Beamten-Wohnungs-
Baugenossenschaft
Oberkasseler Straße 53
40545 Düsseldorf

Sie erreichen den Pavillon mit den U-Bahnen

U74, U75, U76 und U77

Haltestelle Barbarossaplatz