

Unsere Angebote im Überblick

- montags**
- Beweglich bleiben im Alltag
 - Smartphone-Kurs
 - Offener Smartphone-Treff
 - Klön-Café (monatlich)
 - Repair-Café (monatlich)
 - Spielenachmittag (monatlich)
 - Nähcafé
- dienstags**
- Fußpflege
 - Gesund & lecker
 - Kunstpfade
 - Englischsprachige Gesprächsrunde
 - Derendorfer Treff (monatlich)
 - Buchclub (monatlich)
- mittwochs**
- BeLLa – Bewegung mit Lust & Laune
 - Gedächtnistraining
 - Sprachcafé Deutsch
 - Stadtteilspaziergänge
- donnerstags**
- Stadtteilfrühstück
 - Offener Handy- und Computertreff
 - Yoga-Kurs
 - Unser Waffelnachmittag
 - Sitz-Yoga
- freitags**
- Freitagstisch
 - Qi Gong-Kurs
 - Smartphone-Kurs
 - Offener Smartphone-Treff
 - Fahr Rad – Fahr mit
 - Gedächtnistraining
 - Boule

Unsere Serviceangebote

Neues entdecken

- Bildung
- Literatur, Kunst, Lesungen, Konzerte

Essen-Trinken-Klönen

- Stadtteilfrühstück
- Klön-Café
- Freitagstisch
- Spielenachmittag
- offener Kreativ-Treff

Mit Rat und Tat

- Individuelle Einzelberatung und Weitervermittlung zu folgenden Themen:
 - Pflegeleistungen
 - Wohnen im Alter
 - Finanzielle Existenzsicherung
 - Demenz
 - Hausnotruf
 - Gesundheit
 - Gesetzliche Betreuung
 - Patientenverfügung
 - Vorsorgevollmacht
 - Förderung einzelner Schüler der Thomasschule

Rundum wohlfühlen

- Medizinische Fußpflege
- Beweglich im Alltag
- Yoga
- Qi Gong

Wir brauchen jede helfende Hand - auch Ihre!

Wertvolle Aufgaben als Mitglied oder im Ehrenamt warten auf Ihre individuellen Fähigkeiten.

Servicestelle Ehrenamt:

ehrenamt@DRK-duesseldorf.de
0211 2299 2400

Vereine und Kooperationen:

- DRK-Demenznetz
- DRK-Familienbildung und -Bildungsakademie
- KGS-Thomasschule
- WiG Wohnen in Gemeinschaft
- Sozialdienst katholischer Frauen und Männer

Gefördert durch:



Landeshauptstadt Düsseldorf
Amt für Soziales und Jugend

DRK-Kreisverband
Düsseldorf e.V.



Anfahrt:

Linie 705, 707 bis „Tannenstraße“ oder

Linien 721, 722, 756 und 758 bis „Frankenplatz“

Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Düsseldorf e.V.

zentrum plus Derendorf-Nord

Blumenthalstraße 2 | 40476 Düsseldorf

Tel.: 0211 5668 5182

Fax: 0211 5980 1093

Öffnungszeiten:

Mo.: 9:00 – 15:00 Uhr

Di.: 9:00 – 16:00 Uhr

Mi.: 9:00 – 15:00 Uhr

Do.: 9:00 – 16:00 Uhr

Fr.: 9:00 – 14:00 Uhr

Je nach Angebot auch abends, samstags und sonntags.

zentrumplus.derendorf@DRK-duesseldorf.de

www.DRK-duesseldorf.de

zentrum plus **Derendorf-Nord**

Angebote Mai 2026



zentrum plus
gemeinsam aktiv für das Alter

www.DRK-duesseldorf.de

Auf einen Blick – unsere Highlights im Mai 2026

Beachten! Angebote mit diesen Zeichen: **A**
Zur garantierten Teilnahme bitten wir um Anmeldung.

04. Montag | 11.30 – 12.15 Uhr **Wöchentlich**
Offener Smartphone-Treff
(Android & iOS)
Egal mit welchem Betriebssystem, hier können Sie Ihre Fragen rund um das Smartphone stellen. Kommen Sie einfach vorbei. **Kostenfrei**

04. Montag | 14.00 – 16.30 Uhr **Monatlich**
Klön-Café
Neue Kontakte knüpfen, Gespräche führen und dabei Kaffee und hausgemachten Kuchen genießen. **Kosten: 3 €**

04. Montag | 14.30 – 16.00 Uhr **Monatlich**
Repair-Café – Reparieren statt Wegwerfen
Nachhaltig, umweltfreundlich und kostengünstig! Reparieren Sie gemeinsam Ihre Kleingeräte und schenken ihnen ein zweites Leben. **Kostenfrei**

06. Mittwoch | 10.00 – 13.00 Uhr **Wöchentlich**
Betreuungsgruppe „BeLLa – Bewegung mit Lust und Laune“
Unter fachkundiger sozialpädagogischer Anleitung erleben Menschen mit und ohne Demenz Geselligkeit und Abwechslung außerhalb des gewohnten Alltagsumfeldes.
Ein Hol- und Bringdienst wird angeboten.
Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung

06. Mittwoch | 16.30 – 18.00 Uhr **Einmalig**
Praktische Einführung Online-Apotheke
Erfahren Sie, wie digitale Dienste in der medizinischen Versorgung funktionieren und welche Vorteile sie bieten können. **Kostenfrei, A**

07. Donnerstag | 09.30 – 11.00 Uhr **Einmalig**
Stadtteilfrühstück + Sprechstunde Seniorenrat
Weil es gemeinsam besser schmeckt. Bei Kaffee, Brötchen und vielem mehr können Kontakte geknüpft und Informationen ausgetauscht werden.
Der Seniorenrat kommt und steht Ihnen Rede und Antwort. **Kostenfrei, A**

07. Donnerstag | 10.00 – 12.15 Uhr **Wöchentlich**
Offener Computertreff
Hier können Sie alle Fragen rund um Computer und Internet stellen. **Kostenfrei**

07. Donnerstag | 14.30 – 16.00 Uhr **1. und 4. Do**
Unser Waffelnachmittag
Beim Plauschen, Naschen und Kaffee trinken genießen wir gemeinsam den Nachmittag.
Kosten: 2,50 €

07. Donnerstag | 16.30 – 18.00 Uhr **wöchentlich**
Yoga für alle
Yoga stärkt Körper und Geist, reduziert Anspannungen und fördert Ausgeglichenheit, Konzentration und Ruhe. Durch regelmäßige Praxis werden Beweglichkeit und Muskulatur verbessert, wodurch Beschwerden vorgebeugt wird.
Kostenpflichtig, A

08. Freitag | 12.00 – 12.45 Uhr **Wöchentlich**
Offener Smartphone-Treff
(Android & iOS)
Egal mit welchem Betriebssystem, hier können Sie Ihre Fragen rund um das Smartphone stellen. Kommen Sie einfach vorbei. **Kostenfrei**

08. Freitag | 12.30 – 13.30 Uhr **Wöchentlich**
Freitagstisch
Warum allein zu Mittag essen, wenn es auch in Gesellschaft geht?
Kosten: 7,90 € für eine warme gelieferte Mahlzeit; Vorbestellung bis mittwochs notwendig

11. Montag | 16.00 – 18.30 Uhr **2. und 4. Mo**
Nähcafé
Hier können in gemütlicher Runde und bei fachlicher Unterstützung Nähprojekte umgesetzt werden. Eigene Materialien mitbringen.
Kostenfrei

20. Mittwoch | 16.00 – 18.00 Uhr **Einmalig**
Kreativtreff: Serviettenblumen
Gemeinsam gestalten Sie passend zum Sommer schöne Blumen aus Servietten. Neben Kreativität besteht hier die Möglichkeit zum Austausch.
Kostenfrei, A

21. Donnerstag **Einmalig**
Kunstpfade: Flora, Köln
1864 in Lenné's Geschichte der Gartenkunst in den verschiedenen Stilarten zur lebendigen Anschauung geworden. Wir erreichen die Flora mit der Kölner Seilbahn, die uns eine ganz besondere Anreise über den Rhein ermöglicht. Eine alternative Reisemöglichkeit kann selbstverständlich erfragt werden.
Kosten: 20 €, A

27. Mittwoch | 16.00 – 18.00 Uhr **Einmalig**
Disco: Tanz im Mai
Gemeinsam wird der Mai mit Musik und Tanz gefeiert!



Wir machen uns zusammen eine schöne Zeit bei Rockmusik der 70er Jahre.
Kosten: 3 €, A

28. Donnerstg | 15.00 – 17.00 Uhr **Monatlich**
Spielenachmittag
Gemeinsam und mit viel Spaß werden die beliebtesten Gesellschaftsspiele gespielt.
Kostenfrei

Vorschau

- 03.06. Praktische Einführung Doctolib**
- 10.06 Workshop Rheinbahn**
- 26.06. Finissage: Vielfalt im Spektrum von Mensch und Natur**