

Unsere Angebote im Überblick

- Montag**
- Montagsfrühstück
 - Gesellschaftsspiele
 - Beratung Leben im Alter
 - Malgruppe
 - Integrations- und Informationsveranstaltung
- Dienstag**
- Seniorinnentreff
 - Beratung Leben im Alter
- Mittwoch**
- Frauengymnastik
 - Mittagstisch – gesund und international
 - Digitale Sprechstunde
 - BINGO
- Donnerstag**
- Sport am Morgen
 - Kaffeeklatsch
 - Betreuungscafé für Menschen mit Demenz
- Freitag**
- Interkulturelle Männerrunde
 - Kaffeetreff für Frauen
- Samstag**
- Veranstaltungen
- Sonntag**
- Veranstaltungen

Vereine und Kooperationen:

- IKS e.V. (Integration Kunst Schaffen e.V.)
- Interkulturelles Netzwerk Alter, Pflege und Demenz
- DRK Migrations- und Flüchtlingsberatung
- DRK-Integrationsagentur
- DRK-Kita Wunderland
- DRK-Demenznetz
- DRK-Familienbildung und -Bildungsakademie
- Koordinierungsstelle muslimisches Engagement Düsseldorf e.V.
- Hispi – Hilfe bei der sprachlichen Integration

Unsere Serviceangebote

Neues Entdecken

- Bildung und Kultur
- Musik, Kunst und Länder

Essen-Trinken-Sprechen

- Frühstück
- Mittagessen
- Begegnungen
- Sprachen
- Veranstaltungen

Mit Rat und Tat

- Individuelle Informationsberatung
- Lebensgestaltung
- Pflegerische Versorgung
- Demenz
- Finanzielle Existenzsicherung
- Wohnen im Alter
- Gesundheit und Vorsorge
- Rechtliche Vorsorge und gesetzliche Betreuung u.v.m.
- **„Brücken bauen in einer älter werdenden diversen Gesellschaft“**
Beratung zu Themen des Lebens im Alter – auch in Arabisch und Russisch

Rundum wohlfühlen

- Frauengymnastik

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

Gefördert durch:



Landeshauptstadt Düsseldorf
Amt für Soziales und Jugend

DRK-Kreisverband
Düsseldorf e.V.



Anfahrt:

Bus Linien: 730,785 bis „Further Straße“ oder
S-Bahn: S6 bis „Bahnhof Reisholz“

Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Düsseldorf e.V.

zentrum plus Reisholz/Hassels-Nord
Einrichtungsleitung: Irina Merkel
Potsdamer Str. 41 | 40599 Düsseldorf
Tel.: 0211 2299 5800

Öffnungszeiten:

Montag: 09:00 Uhr – 17:00 Uhr
Dienstag: 09:00 Uhr – 13:30 Uhr
Mittwoch: 09:00 Uhr – 16:00 Uhr
Donnerstag: 09:00 Uhr – 17:00 Uhr
Freitag: 09:00 Uhr – 13:00 Uhr

Je nach Angebot auch abends, samstags und sonntags.

**Die Sprechzeiten sind
montags von 10:00 – 14:30 Uhr sowie
dienstags bis freitags von 09.00 – 12:00 Uhr.**

zentrumplus.reisholz@DRK-duesseldorf.de
www.DRK-duesseldorf.de

zentrum plus **Reisholz/Hassels-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.

01. Freitag | 10.00 – 12.15 Uhr **Wöchentlich**
Austausch, Info, Freizeit – ein Angebot für Männer. Interkulturelle Runde.
Mit Snacks und Getränken.
Kostenfrei

01. Freitag | 17.00 – 19.30 Uhr **Wöchentlich**
Kaffeetreff von Frauen für Frauen Kaffee, Tee, Gebäck und nette Leute. **Kostenfrei**

02. Samstag | ab 16:00 **Veranstaltung**
Gitarrenkonzert „Adagio“
Der Gitarrenclub Adagio lädt Sie herzlich zum Konzert mit dem Titel „Das Elternhaus“ ein.
Kostenfrei, A

04. Montag | 08.30 – 09.30 Uhr **Wöchentlich**
Kraftvoll in den Tag für Menschen 55+
Kraftvoll in den Tag starten mit Kräftigungsübungen. **Kostenfrei, A**

04. Montag | 9.30 – 11.00 Uhr **Wöchentlich**
Montagsfrühstück
Gemeinsames Frühstück zum Knüpfen neuer Kontakte und zum geselligen Austausch.
Kosten: 5 €/3 € mit Düsselpass

04. Montag | 12.30 – 14.45 Uhr **Wöchentlich**
„Montagsmaler“ – Malgruppe
Farben spielerisch kennen lernen, ausprobieren und experimentieren. **Materialkosten: 2 €**

04. Montag | ab 15.00 **Wöchentlich**
Frauenkreis
Alltag in Deutschland und Orientierung in Düsseldorf. In Kooperation mit dem IKS e.V.
Kostenfrei, A

04. Montag | ab 17.00 **Wöchentlich**
Probe Gesangsgruppe Prima Lila Rosa
Die Gesangsgruppe des IKS e.V. probt.
Kostenfrei, A

05. Dienstag | 10.00 – 12.00 Uhr **Wöchentlich**
Seniorinnentreff
Gemeinsames Frühstück für Seniorinnen. Koop. mit DRK Integrationsagentur. **Kostenfrei**

05. Dienstag | 12.00 – 13.00 Uhr **Wöchentlich**
„Brücken bauen“ – Beratung zu Themen des Lebens im Alter
Auch in arabischer Sprache. **Kostenfrei**

06. Mittwoch | 10.00 – 12.00 Uhr **Wöchentlich**
Digitale Sprechstunde
Auf jede technische Frage haben wir eine Antwort für Sie! **Kostenfrei, A**

06. Mittwoch | 11.30 – 13.00 Uhr **Wöchentlich**
Frauengymnastik
Fit und gesund, Kooperation mit IKS e.V.
Kostenfrei, A

06. Mittwoch | 12.30 – 14.00 Uhr **1. u. 3. Mittwoch**
Shahrams Kitchen
Leckerer Mittagessen aus aller Welt.
Kosten: 6 €/4 € mit Düsselpass, A

06. Mittwoch | 14.00 – 16.00 Uhr **1. u. 3. Mittwoch**
BINGO!
Gemeinsam spielen wir den Klassiker: BINGO! Kommen Sie zu einem lustigen Nachmittag vorbei! Viel Spaß und viel Glück! **Kostenfrei, A**

07. Donnerstag | 09.00 – 10.45 Uhr **Wöchentlich**
Sport am Morgen
Gesund und fit durch den Tag! **Kostenfrei, A**

07. Donnerstag | 10.00 – 12.00 Uhr **Wöchentlich**
Kaffee nach dem Sport
Bleiben Sie nach dem Sport noch auf eine Tasse Kaffee oder kommen Sie so vorbei! **Kostenfrei**

07. Donnerstag | 11.00 – 12.00 Uhr **1. Donnerstag**
Bürgersprechstunde
Der Stadtteilpolizist, Herr Weyler, kommt zur Bürgersprechstunde. **Kostenfrei**

07. Donnerstag | 14.00 – 17.00 Uhr **Wöchentlich**
Betreuungscafé
Unter fachkundiger Anleitung erleben Menschen mit und ohne Demenz Geselligkeit und Abwechslung außerhalb des gewohnten Alltagsumfeldes.
Ein Hol- und Bringdienst wird angeboten.
Kosten: 36 € pro Treffen (kann von Pflegekasse übernommen werden)

09. Samstag | 16.00 – 18.00 Uhr **2. Samstag**
Zusammen kochen- Freundschaft stärken! Jede:r ist herzlich willkommen. In Kooperation mit dem IKS e.V.; **Kostenfrei, A**

16. Samstag | 15.30 – 20.00 Uhr **3. Samstag**
Seniorentreff
Bewegung und gesundes Leben gegen Depression und Einsamkeit. In Kooperation mit dem IKS e.V.; **Kostenfrei, A**



18. Montag | 10.00 – 11.30 Uhr **Einmalig**
Seniorenrat
Der Seniorenrat berichtet über aktuelle Entwicklungen und steht Ihnen Rede und Antwort.

Nach Vereinbarung **Täglich**
Informationsberatung – Leben im Alter
Erste Orientierung und Information sowie beratende Begleitung für SeniorInnen und Ihre Angehörigen. Wir bieten auch Hausbesuche und Einkaufs-/ Begleitedienste an. **Kostenfrei**

Unser Angebot für Sie!
Auf unserem Kaffeewagen stellen wir Ihnen begleitend zu unseren Angeboten Kaffee und Tee zur Verfügung und bitten um einen Kostenbeitrag von 0,50 €/Tasse.

Vorschau

08.06 Vortrag der Polizei Düsseldorf
Zum Thema: „Trickbetrug am Telefon und an der Wohnungstür“