

Unsere Angebote im Überblick

- Montag**
- Montagsfrühstück
 - Malgruppe
 - Integrations- und Informationsveranstaltung
- Dienstag**
- Informationsberatung rund um das Leben im Alter
 - Gesunde Ernährung im Alter
 - Seniorinnentreff
 - Nähkurs
- Mittwoch**
- Frauengymnastik
 - Gesund essen
 - Bewegung im Alter
 - Gesund essen und backen
 - Digitale Angebote und PC-Kurse
- Donnerstag**
- Spaziergänge im Stadtteil
 - Besuch der Kita Wunderland
 - Englischkurs
 - Betreuungscafé für Menschen mit Demenz
- Freitag**
- Kaffeetreff für Frauen
- Samstag**
- Veranstaltungen
- Sonntag**
- Senior:innen und Enkelkinder-Treff

Vereine und Kooperationen:

- IKS e.V. (Integration Kunst Schaffen e.V.)
- Interkulturelles Netzwerk Alter, Pflege und Demenz
- DRK-Integrationsagentur
- DRK-Kita Wunderland
- DRK-Demenznetz
- 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 – kultursensibel helfen!“**
Beratung für älter werdende Menschen mit Zuwanderungshintergrund

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

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: Alexandra Pfründer
Potsdamer Str. 41 | 40599 Düsseldorf
Tel.: 0211 2299 5800

Öffnungszeiten:

Mo. – Mi.: 10:00 – 14:30 Uhr
Do.: 9:00 – 13:30 Uhr
Fr.: 9:00 – 12:00 Uhr

Außerhalb dieser Zeiten Öffnung nach Angebot und Absprache.

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

DRK-Kreisverband
Düsseldorf e.V.



zentrum plus **Reisholz/Hassels-Nord**

Angebote Juni 2022



zentrum plus
gemeinsam aktiv für das Alter

www.DRK-duesseldorf.de

Auf einen Blick – unsere Angebote im Juni 2022

01. Mittwoch 10.00 – 12.00 Uhr Wöchentlich **Digitale Sprechstunde**

Auf jede technische Frage haben wir eine Antwort für Sie!

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

01. Mittwoch 11.30 – 13.00 Uhr Wöchentlich **Frauengymnastik**

Fit und gesund in Kooperation mit IKS e.V.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

01. Mittwoch 12.00 – 15.00 Uhr 14-tägig **Backgruppe und Café**

Gemeinsames backen und genießen!

Kosten: 3 €/Person, Anmeldung erforderlich.

Weitere Termine: 15.06.

01. Mittwoch 16.00 – 18.00 Uhr Wöchentlich **Computer- und Smartphone Kurs**

Für AnfängerInnen und TeilnehmerInnen mit Grundkenntnissen (Präsenz oder Online).

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

02. Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr Wöchentlich **Englischkurs für Fortgeschrittene**

„Hybrid“ (derzeit Online).

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

02. Donnerstag 14.00 – 17.00 Uhr Wöchentlich **Betreuungscafé für Menschen mit Demenz.**

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

02. Donnerstag 10.00 – 12.30 Uhr Wöchentlich **Spaziergänge in und um den Stadtteil – raus ins Grüne!**

Hintergründe und geschichtliche Informationen.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

02. Donnerstag 10.00 – 11.00 Uhr 14-tägig **Die Kita Wunderland besucht uns**

Basteln, lesen oder spielen Sie mit Kindern der Kita Wunderland.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

Weitere Termine: 15.06.

03. Freitag 11.00 – 13.00 Wöchentlich **„Brücken bauen“ – Beratung zu Themen des Lebens im Alter**

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

Weitere Termine: 10.06., 17.06., 24.06.

03. Freitag 17.00 – 19.30 Uhr Wöchentlich **Kaffeetreff für Frauen**

Kaffee, Tee, Gebäck und nette Leute.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

04. Samstag 12.00 – 15.00 Uhr 1./ 2./ 3. Samstag **Frauenkreis**

Integrations- und Informationsveranstaltung in Kooperation mit IKS e.V.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich

05. Sonntag 15.00 – 19.00 Uhr Wöchentlich **SeniorInnen- und Enkelkinder-Treff**

Intergeneratives Angebot, Kooperation IKS e.V.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

07. Dienstag 10.00 – 12.30 Uhr Wöchentlich **Seniorinnentreff**

Gemeinsames Frühstück für Seniorinnen. Eine Kooperation mit der DRK Integrationsagentur.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

07. Dienstag 14.00 – 15.30 Uhr 14-tägig **Nähkurs**

Gemeinsam nähen macht Freude!

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

Nächster Termin: 21.06.

08. Mittwoch 12.30 – 14.00 Uhr 14-tägig **„Gesund essen“**

Unser gesundes abwechslungsreiches, frisches und internationales Mittagessen.

Kosten: 6€/Person/4€ mit Düsselpass.

Anmeldung erforderlich.

13. Montag 9.30 bis 11.00 Uhr Wöchentlich **Montagsfrühstück**

Gemeinsames Frühstück zum Knüpfen neuer Kontakte und zum geselligen Austausch.

Kosten: 3,90€/Person/2,50€ mit Düsselpass, Anmeldung erforderlich

13. Montag 12.30 – 14.45 Uhr Wöchentlich **„Montagsmaler“**

Malgruppe. Farben spielerisch kennen lernen, ausprobieren und experimentieren.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

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.

13. Montag 15.00 – 17.00 Uhr Wöchentlich **„Deutsche Traditionen in der Gegenwart“ oder „Presseschau“**

Integrations- und Informationsveranstaltung in Kooperation mit IKS e.V.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

25. Samstag 10.00 – 17.00 Uhr 4. Samstag **Tagung gegen Demenz**

Integrations- und Informationsveranstaltung in Kooperation mit IKS e.V.

Kostenfrei, Anmeldung erforderlich.

Nach Vereinbarung Wöchentlich

Informationsberatung – Leben im Alter

Erste Orientierung und Information sowie beratende Begleitung. Wir sind für Sie und Ihre Angehörigen da. **Bitte sprechen Sie uns an!**

Vorschau

Bitte achten Sie auch auf unsere Aushänge und Flyer!

Folgende Veranstaltungen und neue Angebote warten auf Sie:

- **Senioren disco**
- **Vorträge zu digitalen Themen**

Die Termine werden bekannt gegeben!

Unser Kooperationspartner IKS e.V. bietet im zentrum plus ab sofort Treffen und **Sprachkurse für Ukrainische Besucher*innen** an.

Bitte sprechen Sie uns bezüglich der Termine an!

Alle Angebote unterliegen den jeweils aktuellen Coronavorgaben.