

Kurs- und Veranstaltungsprogramm Januar bis März 2025



zentrum *plus* Hassels
Am Schönenkamp 146
40599 Düsseldorf

Herzlich willkommen im zentrum **plus Hassels**

Das zentrum **plus** Hassels bietet Menschen ab 55 Jahren vielseitige Möglichkeiten der Freizeit- und Lebensgestaltung. Es ist ein zentraler Ort der Begegnung und Beratung direkt gegenüber der Katholischen Kirchengemeinde St. Antonius und Elisabeth.

Die Angebote richten sich an älter werdende Menschen aus dem Stadtteil Hassels und Umgebung. Das offene Café ist die erste Anlaufstelle des Zentrums **plus** und der Mittelpunkt der gesamten Einrichtung. Menschen mit und ohne Migrationshintergrund treffen sich hier zwanglos und ohne Verpflichtung zum Kaffee. Bei einem gemeinsamen Spiel können neue Kontakte geknüpft werden, und interessante Vorträge bieten Informationen zu verschiedenen Themen. Wer möchte kann hier auch in der Gemeinschaft Mittag essen oder dies vorbestellen und mit nach Hause nehmen.

Im zentrum **plus** Hassels des Caritasverbandes gibt es darüber hinaus ein umfangreiches Beratungsangebot zu seniorenrelevanten Themen. Wir möchten Ihnen dabei helfen, Ihr Leben in der eigenen Wohnung selbständig zu führen. Wenn Sie Rat oder ein Gegenüber zum Gespräch brauchen, wenn Sie nicht wissen wie es gerade weitergehen kann oder wo Sie Hilfe und Unterstützung bekommen:

Wir sind für Sie da!

Aktuelle Wochenübersicht

Montag - Freitag

11.30 – 13.00 Uhr Mittagstisch (7,00 € pro Person)

Montag

12.00 – 13.00 Uhr Sturzprophylaxe (Gruppe 1)
13.30 – 14.30 Uhr Sturzprophylaxe (Gruppe 2)
14.00 – 17.00 Uhr Wandertreff mit Klaus Lindemann
14.30 – 16.30 Uhr Bingo am
13. & 27. Januar
10. & 24. Februar
10. & 24 März

Dienstag

09.00 – 12.00 Uhr Skatrunde für Skatfreunde
09.30 – 10.30 Uhr Präventionsgymnastik (Gruppe 1)
10.30 – 11.30 Uhr Präventionsgymnastik (Gruppe 2)
15.00 – 17.00 Uhr Handyberatung **Nur mit Anmeldung**
am
07. & 21. Januar
04. & 25 Februar
11. & 25. März

Mittwoch

- 09.45 – 11.30 Uhr Stadtteilfrühstück (5,00 € pro Person)
am
08. & 29. Januar
12. & 26. Februar
12. & 26. März
- 10.00 – 12.00 Uhr PC Sprechstunde **Bitte mit Anmeldung**
- 12.00 – 13.00 Uhr Quilling
- 15.00 – 16.30 Uhr Handarbeitsgruppe (2,50 € pro Person).
Bitte bringen Sie Materialien mit, die
Sie bearbeiten möchten.

Donnerstag

- 12.00 – 13.00 Uhr Sturzprophylaxe (Gruppe 3)
- 14.30 – 16.00 Uhr Singgruppe am
16. & 30. Januar
13. & 27. Februar
13. & 27. März
- 14.30 – 16.00 Uhr Gedächtnistraining am
09. & 23. Januar
06. & 20. Februar
06. & 20. März
- 14.30 – 16.30 Uhr Strickgruppe

Freitag

09.00 – 12.00 Uhr Skatrunde für Skatfreunde

FM-Anlage Ausleihen

Bei Bedarf stehen Ihnen in den zentren plus eine FM-Anlage (Audioguide) für unsere Gruppenangebote zur Verfügung.

Nach Absprache mit der zentrum plus-Leitung kann eine FM-Anlage nach vorheriger Einweisung und gegen Kautionshöhe von 50,00 € für ein Familienfest oder Ähnliches ausgeliehen werden.

Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie diesen Service nutzen möchten.

Weitere Angebote

Offenes Café



Die gemütliche Atmosphäre in unserem Café lädt ein zum Pläuschchen bei leckeren Keksen und verschiedenen Getränken

09.00 bis 12.00 Uhr

Montags bis Freitags

Repair- Café



Ab sofort können Sie jeden Donnerstag kleine defekte elektronische Geräte bei uns reparieren lassen



15:00 – 16:30 Uhr

Donnerstag

Kirchengemeinde- frühstück



09.45 bis 11.30 Uhr

Die Besucherinnen der
Frauenmesse treffen sich im
Anschluss zum gemeinsamen
Frühstück (5,00 € pro Person)
15. Januar
19. Februar
19. März

Stadtteilfrühstück



09:45 – 11:30 Uhr

Genießen Sie ein Frühstück in
der Gemeinschaft
(5,00 € pro Person)
Nur mit Anmeldung!
08. & 29. Januar
12. & 26. Februar
12. & 26. März

Bürgersprechstunde



Sie haben ein Anliegen, dass Sie mit dem zuständigen Polizisten Stefan Weyler besprechen möchten? Monatlich findet die Sprechstunde im Zentrum plus statt:

07. Januar
04. Februar
04. März

10.00 bis 11.30 Uhr

Phantasiereise



Barbara Decker, Musiktherapeutin und Gesanglehrerin, begleitet Sie zu einer Phantasiereise begleitet mit ausgewählter Musik



07. Januar
04. Februar
04. März

14:00 – 15:00 Uhr

Tanzcafé

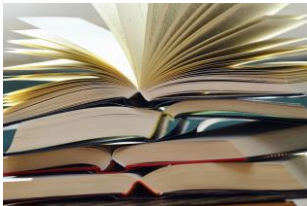


Wir laden Sie herzlich ein zum Tanzen, Schunkeln und Mitsingen. Es erwarten Sie Livemusik, Kaffee, Getränke und Gebäck

14:30 – 16:30 Uhr

Dienstag 21. Januar

Info Veranstaltung



In einem Bücherregal das „Queere Literatur“ beinhaltet, möchten wir Ihnen einen Beitrag zur Vielfalt ermöglichen. Das Projekt ist nicht neu, wird aber nur wenig genutzt. Kommen Sie vorbei, trinken Sie einen Cocktail und informieren Sie sich am

16:00 Uhr

Dienstag 28. Januar

Seniorenrat



Frau Hümmerich und Hr. Mohrs vom Seniorenrat laden ein zum Gespräch

10:30 Uhr

Mittwoch 12. Februar

Führung



Der Schlosspark Benrath im Winter

Während die Natur noch Energie für den Frühling sammelt, genießen Sie die Stille im Park und lauschen spannenden Geschichten aus nahezu 250 Jahren über das Schloss, seine BewohnerInnen, begegnen freundlichen Löwen und erfahren, welcher Tatsache das Schloss seine rosa Farbe verdankt am Montag, 10. Februar

Nur mit Anmeldung (bis 03.02.)

Treffpunkt Orangerie
(Eingang Bücherei Benrath)

Treffpunkt: Orangerie (Eingang
Bücherei Benrath)

10:30 – 12:00 Uhr

Wandern mit der Caritas Gruppe



Treffpunkt: Kirche

10:00 Uhr

Eingeladen sind alle Alleinstehenden, besonders auch verwitwete Personen. Die Gruppe trifft sich zu einem kleinen Spaziergang, genießt die Natur und interessante Gespräche.

Bitte Regenbekleidung und festes Schuhwerk nicht vergessen.

Termine:

18. Januar

01. Februar

22. März

Second Hand Schrank



Schauen Sie gerne vorbei: Bei uns haben Sie die Möglichkeit, gut erhaltene Bekleidungsstücke, Hüte, Schals, u.ä. abzugeben und zu tauschen.

Sie können auch kleine Haushaltsgegenstände erhalten und abgeben.

Ideenbörse



Wünschen Sie sich einen speziellen Kurs, der bisher nicht angeboten wird?

Wir – das Team zp Hassels – sind gespannt auf Ihre Ideen und freuen uns über Anregungen

Ehrenamt



Ehrenamtliches Engagement:

Suchen Sie nach einem **Raum** für Ihren **Lesekreis** oder haben eine **Idee** für ein **Gruppenangebot**? **Sie** suchen **Anschluss**, oder möchten sich austauschen und wissen noch nicht, wo Sie dies umsetzen können?

Aktuell suchen **wir** Unterstützung im Team unseres Café

Sprechen Sie uns an! Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen!

Vorankündigung



Wir möchten für Menschen mit Migrationshintergrund eine Gesprächsrunde ins Leben rufen. In diesem Kreis werden Alltagsthemen in der deutschen Sprache erprobt. Das Angebot startet (bei genügend TeilnehmerInnen) ab dem 20. Januar, jeweils montags 10:00 – 11:00 Uhr. Bitte rufen Sie uns bei Interesse zum Vorgespräch an.

Vorankündigung: 79 Jahre Landesgeschichte NRW - Auf den Spuren der Demokratie

Auf einem informativen und unterhaltsamen Spaziergang führt Sie Christa Konzok zu Bauwerken, die eine bedeutenden Rolle für das Land NRW spielten und spielen. Start ist um 14:00 Uhr am Düsseldorfer Opernhaus, in dem am 2. Oktober 1946 die erste Sitzung des NRW-Landtags stattfand.

Über die Königsallee geht es weiter zum Stahlhof, 1946 Sitz der britischen Militärregierung. Die Tour führt weiter zum Ständehaus am Schwanenspiegel, dem ersten ständigen Sitz des Parlaments von 1949 bis 1988 und schließlich zum neuen Landtag am Rhein, der am 2. Oktober 1988 eröffnet wurde.

In der Villa Horion begrüßt Sie dann um 16:00 Uhr das Team des Hauses der Parlamentsgeschichte zu einer Zeitreise durch die Geschichte des Landtags Nordrhein-Westfalen von den Anfängen 1946 bis in die Gegenwart. Tondokumente und Fernsehbeiträge, Fotos, Möbel - von der frühen Nachkriegszeit bis heute - machen die Geschichte lebendig. Die Villa Horion war von 1961 bis 1999 Amtssitz des Ministerpräsidenten. Heute vermittelt die Dauerausstellung einen spannenden Einblick in mehr als 75 Jahre NRW-Politik und die Arbeit der Abgeordneten. Sie zeigt, wie stark sich die Rahmenbedingungen für Politik und Politiker seit den schwierigen Aufbaujahren verändert haben. Die Landespolitik musste sich im Laufe der Jahrzehnte großen wirtschaftlichen, sozialen und technologischen Herausforderungen stellen. Auch diese Entwicklungen kommen in der Ausstellung zur Sprache. Geschichte wird anschaulich. Der Rundgang in der Villa Horion endet nach 90 Minuten im ehemaligen Kabinettsaal der Landesregierung.

Termin Montag, 07.04.2025 um 14:00 Uhr – 17:30 Uhr

Treffpunkt: Opernhaus Düsseldorf, Heinrich-Heine-Allee 16a,
40213 Düsseldorf (ÖPNV Heinrich-Heine-Allee)
Ende Villa Horion, Johannes-Rau-Platz, 40213 Düsseldorf
(ÖPNV Landtag / Kniebrücke)

Wichtige Hinweise:

- Die Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt
- Aus **Sicherheitsgründen** erfolgt im Vorfeld eine Abfrage Ihrer **Kontaktdaten** zur Weiterleitung an die Landtagsverwaltung
- Bitte bringen Sie ein gültiges **Ausweis**dokument mit
- Verbindliche Anmeldung **bis** zum 19.03.2025

Die Führung findet bei jedem Wetter statt (außer bei Unwetterwarnung!).

Impressum

Das **zentrum *plus* Hassels** bietet Menschen ab 55 Jahren vielseitige Möglichkeiten der Freizeit- und Lebensgestaltung. Es ist ein zentraler Ort für Begegnung und Beratung in Ihrer Nähe. Gerne unterstützen wir Sie auch in unserer Beratung, z.B. bei Fragen rund um die Grundsicherung im Alter, Beantragung eines Pflegegrades oder eines Schwerbehindertenausweises und vieles mehr.

Öffnungszeiten:

Mo. – Do.	09.00 – 17.00 Uhr
Fr	09.00 – 13.00 Uhr

zentrum *plus* Hassels

Am Schönenkamp 146;
40599 Düsseldorf
Telefon: 0211/746711

zp.hassels@caritas-duesseldorf.de

Silvia Herzog

E-Mail: Silvia.Herzog@caritas-duesseldorf.de

Die zentren *plus* werden von der Landeshauptstadt Düsseldorf gefördert