

Unsere Angebote im Überblick

- Montag**
- Montagsfrühstück
 - Gesellschaftsspiele
 - Malgruppe
 - Integrations- und Informationsveranstaltung
- Dienstag**
- Seniorinnentreff
 - Beratung Leben im Alter
 - Fotoworkshop
 - Nähkurs
- Mittwoch**
- Frauengymnastik
 - Mittagstisch – gesund und internat
 - Digitale Sprechstunde
- Donnerstag**
- Sport am Morgen
 - Kaffeeklatsch
 - Besuch der Kita Wunderland
 - Englischkurs
 - Betreuungscafé für Menschen mit Demenz
- Freitag**
- Interkulturelle Männerrunde
 - Kaffeetreff für Frauen
 - Deutschkurs
- 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
- 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

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.



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:

Montag: 9:00 Uhr – 17 Uhr
Dienstag: 9:00 Uhr – 13:30 Uhr
Mittwoch: 9:00 Uhr – 16 Uhr
Donnerstag: 9:00 Uhr – 17 Uhr
Freitag: 9:00 Uhr – 13 Uhr

**Die Sprechzeiten sind Mo. von 10:00 – 14:30 Uhr
und Di. bis Fr. von 9:00 – 12 Uhr.**

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

zentrum plus **Reisholz/Hassels-Nord**

Angebote Juni 2024



zentrum plus
gemeinsam aktiv für das Alter

www.DRK-duesseldorf.de

Auf einen Blick – unsere Highlights im Juni 2024

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

- 03. Montag | 9.30 - 11.00 Uhr** **Wöchentlich**
Montagsfrühstück
Gemeinsames Frühstück zum Knüpfen neuer Kontakte und zum geselligen Austausch.
Kosten: 5 €/3 € mit Düsselpass, A
- 03. Montag | 11.00 - 12.00 Uhr** **Wöchentlich**
Gesellschaftsspiele in Gesellschaft spielen!
Nach unserem Frühstück geht's gemeinsam los!
Kostenfrei
- 03. Montag | 12.30 - 14.45 Uhr** **Wöchentlich**
„Montagsmaler“
Malgruppe. Farben spielerisch kennen lernen, ausprobieren und experimentieren.
Kostenbeitrag für Material 2€
- 03. Montag | 16.00 - 19.30 Uhr** **Wöchentlich**
Informationsangebot
Alltag in Deutschland und Orientierung in Düsseldorf. In Kooperation mit dem IKS e.V.
Kostenfrei, A
- 04. Dienstag | 10.00 - 12.00 Uhr** **Wöchentlich**
Seniorinnentreff
Gemeinsames Frühstück für Seniorinnen, Kooperation mit der DRK-Integrationsagentur.
Kostenfrei
- 04. Dienstag | 12.00 - 13.00 Uhr** **Wöchentlich**
„Brücken bauen“ – Beratung zu Themen des Lebens im Alter
Auch in arabischer Sprache.
Kostenfrei.
- 05. Mittwoch | 10.00 - 12.15 Uhr** **Wöchentlich**
Digitale Sprechstunde
Auf jede technische Frage haben wir eine Antwort für Sie!
Kostenfrei, A

- 05. Mittwoch | 12.30 - 14.00 Uhr** **Monatlich**
Shahrams Kitchen **NEU**
Leckeres Mittagessen aus aller Welt.
Kosten: 6 €/4 € mit Düsselpass, A
- 05. Mittwoch | 11.30 - 13.00 Uhr** **Wöchentlich**
Frauengymnastik
Fit und gesund, Kooperation mit IKS e.V.
Kostenfrei, A
- 06. Donnerstag | 14.00 - 17.00 Uhr** **Wöchentlich**
Betreuungscafé für Menschen mit Demenz.
Kostenfrei
- 06. Donnerstag | 9.00 bis 11.00 Uhr** **Wöchentlich**
Sport am Morgen für alle
Gesund und fit durch den Tag!
Kostenfrei, A
- 06. Donnerstag | 10.00 bis 11.00 Uhr** **Wöchentlich**
Kaffee nach dem Sport.
Bleiben Sie nach dem Sport noch auf eine Tasse Kaffee oder kommen Sie so vorbei!
Kostenfrei
- 06. Donnerstag | 10.00 - 12.00 Uhr** **Wöchentlich**
Englischkurs für Fortgeschrittene
Dieser Kurs findet in der Integrationsagentur, Briedestr. 1-9, statt.
Kostenfrei, A
- 07. Freitag | 17.00 - 19.30 Uhr** **Wöchentlich**
Kaffeetreff von Frauen für Frauen
Kaffee, Tee, Gebäck und nette Leute.
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.

- 07. Freitag | 10.00 - 12.15 Uhr** **Wöchentlich**
Austausch, Info, Freizeit – ein Angebot für Männer. Interkulturelle Runde.
Mit Snacks und Getränken. **Kostenfrei**
- 08. Samstag | 10.00 - 12.00 Uhr** **Wöchentlich**
Demenzprävention
Die Gesangsgruppe Prima Lila Rosa trifft sich. In Kooperation mit dem IKS e.V. **Kostenfrei, A**
- 08. Samstag | 11.00 - 14.15 Uhr** **Wöchentlich**
Information und Integration
Biografiearbeit und Leben in Deutschland. In Kooperation mit dem IKS e.V. **Kostenfrei, A**
- 08. Samstag | 17.00 - 20.00 Uhr** **2. Samstag**
Musikkaffee
Musik, Tanz und Austausch im zentrum plus Reisholz. Jede:r ist herzlich willkommen. In Kooperation mit dem IKS e.V. **Kostenfrei, A**
- 10. Montag | 14.00 - 16.00 Uhr** **2. und 4. Montag**
Bewegungsangebot
„Frauen laden Männer ein sportlich und gesund zu sein.“ In Kooperation mit dem IKS e.V.
Kostenfrei, A
- 12. Mittwoch | 12.30 - 14.00 Uhr** **Monatlich**
„International essen“
Unser gesundes abwechslungsreiches, frisches und internationales Mittagessen.
Kosten: 6 €/4 € mit Düsselpass, A
- 15. Samstag | 16.00 - 20.00 Uhr** **3. Samstag**
Seniorentreff
Bewegung und gesundes Leben gegen Depression und Einsamkeit. In Kooperation mit dem IKS e.V.
Kostenfrei, A

- 18. Dienstag | 10.00 - 12.30 Uhr** **Wöchentlich**
Fotoworkshop - Nanofotografie **NEU**
Ganz nah ran! Gemeinsam mit der Fotografin Mara Tröger lernen Sie den Zauber der Nanofotografie mit ihrem Handy kennen.
Kostenfrei, A
- 20. Donnerstag | 10.00 - 11.00 Uhr** **monatlich**
Die Kita Wunderland besucht uns
Basteln, Waffeln backen, lesen oder spielen Sie mit Kindern der Kita Wunderland. **Kostenfrei**
- 12. Mittwoch | 12.30 - 14.00 Uhr** **Monatlich**
„Gesund essen“
Unser gesundes abwechslungsreiches, frisches und internationales Mittagessen.
Kosten: 6 €/4 € mit Düsselpass, A
Nach Vereinbarung **Wöchentlich**
Informationsberatung - Leben im Alter
Erste Orientierung und Information sowie beratende Begleitung für SeniorInnen und Ihre Angehörigen. **Kostenfrei**
Nach Vereinbarung
Zugehende Hilfen **NEU**
Benötigen Sie Unterstützung?
Wir bieten für Sie in Reisholz und Umgebung kostenlose Hausbesuche an:
Besuchs- und Begleitedienste, Beratung und Unterstützung bei Anträgen, Einkaufsdienste.
Kostenfrei, A

Sonder-Veranstaltung

20. Juni 12:00 - 13:30 Uhr

Thema: Rausgegangen

Apps und Internetseiten zur kulturellen Teilhabe in und um Düsseldorf.

Kostenfrei, A