

Vorwort Programm April – Juni 2019

Liebe Besucher/innen und Freund/innen des „zentrum plus“ Garath
Inzwischen ist das neue Jahr 2019 schon fast vier Monate alt und überall
ist es zu spüren:

Er ist's
Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte;
Süße, wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land.
Veilchen träumen schon,
Wollen balde kommen.
-Horch, von fern ein leiser Harfenton!
Frühling ja du bist's!
Dich hab ich vernommen
Edurad Mörike

Auch im 2. Quartal 2019 haben wir wieder viele interessante
Veranstaltungen für Sie zusammengestellt. Besonders hinweisen möchten
wir auf drei Veranstaltungen aus dem Bereich der Polizeiprävention. Am
02.04.2019 um 10:30 Uhr wird es einen Wahrnehmungsparcours mit Hr.
Tabath geben, am 16.04.2019 um 14:30 Uhr findet eine Lesung mit Hr.
Türk >>Die Kriminalpolizei liest – Erfahrungen einer Kaffeefahrt << statt
und am 21. 05.2019 9:45 Uhr laden wir zum Vortrag: >>Falsche
Polizeibeamte am Telefon <<mit Herr Türk ein.
Einzelheiten dazu finden Sie im Programmheft.
Besonders hinweisen möchten wir noch auf einen Ausflug für Menschen
mit Demenz und geringem Einkommen am 10. April 2019: zum Spargelhof
„Genholter Hof“ in 41379 Brüggen.

Wir hoffen, Sie sind bei vielen Angeboten mit dabei und freuen uns, Sie im
„zentrum plus Garath“ & im Netzwerk Garath/ Hellerhof zu begrüßen.

Michaela Pfaff, Regina Vohwinkel & Maria Neumann & das ehrenamtliche
Team vom „zentrum plus“ Garath & Netzwerk Garath/ Hellerhof

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Inhaltsverzeichnis.....	3
Information	4
Beratung.....	5
Service	6
Service des Netzwerks Garath Hellerhof	7 - 8
Bildung Sprachen.....	9
Bildung Digitale Medien.....	10
Gesundheit und Bewegung	11 - 13
Spiele	14
Kommunikation, Kultur & Geselligkeit.....	15 - 16
Kreativität und Geselligkeit	17
Kulinarisches & Geselligkeit	18
Kulturausflüge	18 - 21
Besondere Termine / Termine Ehrenamt.....	21 - 23
Projekte.....	24
Wochenübersicht	25 - 27
Netzwerk Garath Hellerhof stellt sich vor	28
Demenznetzwerk Düsseldorf.....	29
Demenz und Migration.....	30
Weitere Angebote der Diakonie.....	31
Unsere Kooperationspartner	32
Wir für Sie	33
Plan und Wegbeschreibung.....	34

Information

Um Ihnen die Übersicht über unser vielfältiges Programm zu erleichtern, haben wir zwei verschiedene Präsentationsformen gewählt:

1. nach **Themengruppen** sortiert und
2. eine **Wochenübersicht** erstellt.



= Kennzeichnung Netzwerkangebote



= Kennzeichnung Kooperationsangebote mit IKS e.V.

Beratung	Zu allen Themen rund um das Leben im Alter
Service	Mittagstisch, Stadtteilfrühstück, Café
Service des Netzwerkes	Besuchsdienst, Handwerkerdienst, Haustierbetreuung, Beratung, Büchertausch Schreibservice, Lesegerät für Sehbehinderte, Kopien, Lotsendienst,
Bildung	Sprachkurse, PC, Gedächtnistraining, Steuererklärung am PC, Deutsche Sprachvermittlung und Konversation
Gesundheit & Bewegung	Gedächtnistraining, Kegeln, Gesprächskreis zur Gesundheit, Sturzprävention, Wandern, Tischtennis
Spiel	Bingo, Doppelkopf, Rummikub, Skat, Spieltreff
Kommunikation Kultur und Geselligkeit	Kulturgespräch/Gesprächskultur Gesprächskreise und -foren, Kulturausflüge, Komödien- und Konzertbesuche, Musikcafé, Singen, Tagesfahrten, Reisen
Kreatives	Malangebote, Perlenschmuck, Stricken
Kulinarisches	Kochangebote
Besondere Termine	Musikcafé, Konzerte, Vorträge, jahreszeitliche Feste, etc.
Demenznetz	Betreuungsgruppen, Häusliche Betreuung, NADiA, Projekt Demenz und Migration,
Netzwerk	Das Netzwerk stellt sich vor.

Beratung

- **Beratung „Rund um das Leben im Alter“**

Vorbereitung auf das Alter, Möglichkeiten des Engagements für Andere, aber auch Hilfsbedarf im Alter, Pflegebedürftigkeit, Demenz, Beratung für pflegende Angehörige, Beratung bei psychisch veränderten Angehörigen und psychosoziale Beratung.

Sprechstunden im „zentrum plus“ Garath, Fritz – Erler - Str. 21

3. Donnerstag/Monat 10.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Ansprechpartnerin: Regina Vohwinkel, Tel.: 0211 60 254 81

- **Beratung in russischer Sprache:**

Fragen zum **Thema Demenz**, zu der russischen Betreuungsgruppe in unserem Haus, der Finanzierung von Betreuung oder sonstige Fragen.

Sprechstunden mittwochs 10.00 - 12.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Maria Neumann, Tel.: 0211 60 25 481

-  **Telefon- / Sprechstunde „Was nun“**

Sie sind allein, vielleicht krank, fühlen sich einsam oder haben gerade eine schwierige Lebenssituation? Sie möchten mit jemanden darüber reden. Sie suchen einen guten Weg in dieser Situation. Dann wenden Sie sich an uns und vereinbaren einen Termin für eine zielorientierte Beratung, persönlich oder telefonisch *Ansprechpartnerin:* Ruth Möhlen-Studzinski

Terminvereinbarung über das Netzbüro Mo–Fr 10–12 Uhr,
Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 0211 60 25 481

-  **Rentenberatung**

2. und 4. Donnerstag im Monat von 16.00 – 18.00 Uhr

Ort: Netzbüro *Ansprechpartner:* Werner Piki

Beratung



• Vorsorgetotse

zu Patientenverfügungen und Vollmachten.

Was passiert mit mir, wenn ich selbst nicht mehr entscheiden kann?

Muss ich das selbst vorher regeln? Was benötige ich dafür?

Peter Bauermann wurde vom Betreuungsverein der Diakonie Düsseldorf e.V. fortgebildet. Er kann Sie nun auf dem Weg zu Ihrer Vorsorge-Entscheidung unterstützen.

Die Unterstützung besteht aus einem persönlichen Gespräch mit Informationen zu Ihren Entscheidungen. Dies ist keine Beratung in medizinischen oder rechtlichen Fragen.

Terminvereinbarung über das Netzwerkbüro Mo–Fr 10–12 Uhr,
Fritz – Erler - Str. 21,40595 Düsseldorf, Tel. 0211 60 25 481

Kooperationspartner:

- Sozialverband VdK

1. Dienstag im Monat 15.00 - 16.00 Uhr

Ort: Netzwerkbüro *Ansprechpartner:* Günter Meier

- Seniorenrat : Manfred Wieske, Ryta Rippel

2. Montag im Monat 11.00 - 12.00 Uhr Ort: Begegnungsraum

Service

Mittagstisch

Das Mittagessen wird im Otto-Ohl-Haus frisch gekocht und angeliefert. Es beinhaltet drei Gänge. Dazu gehören eine Suppe, ein Hauptgericht und ein Nachtisch sowie ein Getränk. Das Menü kostet 5,- € Eintopf 4,00 €. Für 1 € kann noch ein zusätzlicher Salat geordert werden. Der Menüplan hängt im Begegnungsraum aus.

- Mittagstisch im „zentrum plus“ Garath

Montag, Mittwoch, Freitag 12.00 Uhr Begegnungsraum

Anmeldung montags bis 8.45 Uhr, für mittwochs und freitags bis zum Vortag 15 Uhr

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl Tel.: 0211 60 254 78

- **Mittagstreff im GZH (mit Mittagstisch)**

**Ev. Gemeindezentrum Hellerhof (GZH), Dresdener Str. 63,
Dienstag von 11.30 bis 15.00 Uhr**

Mittagstisch mit anschließender Geselligkeit und Spielen. Anmeldung für das Mittagessen bis montags 13.00 Uhr.

Ansprechpartnerin: Ulrike Terhaag Tel.: 0211 70 227 70

- **Stadtteilfrühstück**

Dienstag 09:30 – 11:00 Uhr

Frühstücksbuffet – Kosten: 3,00 €

Begegnungsraum - Keine Anmeldung erforderlich

Ansprechpartnerinnen: Hannelore Pahl, Anni Födisch

- **Offener Treff,**

Montag, Mittwoch, Freitag, 10.00 – 16.00 Uhr Begegnungsraum

Dienstag 11.00 - 16.00 Uhr, Donnerstag 12.00 – 16.00 Uhr

Ab 10.00 Uhr auf Wunsch mit Service Getränkeauschank,

Auf Bestellung (genaue Angabe) werden für regelmäßige Gäste auch belegte Brötchen angeboten. (außer donnerstags)

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl, Donnerstag H.J. Meier

Service des Netzwerkes Garath/Hellerhof



- **Netzwerk-Büroteam**

Montag bis Freitag von 10.00 bis 12.00 Uhr informiert Sie unser ehrenamtliches Team gerne persönlich oder telefonisch über unsere Angebote, nimmt Anmeldungen entgegen oder vermittelt Sie zu einem Beratungs- oder Serviceangebot.

Telefon: 0211 - 60 25 481



- **Lesegerät für Sehbehinderte**

Unser Lesegerät vergrößert Ihnen den Brief, Zettel oder Sonstiges um ein Vielfaches, so dass der Text auch für stark sehbehinderte Menschen lesbar ist.

Es steht Ihnen Mo - Fr. von 10.00 - 12.00 Uhr während der Bürozeiten des Netzwerkes zur Verfügung.

Einfach einmal ausprobieren und weitersagen!!!



- **Handwerkerdienst**

Unser Handwerkerteam erledigt bei Ihnen zu Hause kleinere Reparaturarbeiten. Wir ersetzen keinen Handwerker!!!! Kostenfrei



- **Hausbesuche**

Ein Angebot für Menschen, die nicht oder kaum noch ihre Wohnung verlassen können.

Die Netzwerker/innen gehen z.B. für Sie oder mit Ihnen einkaufen, kommen zu einer geselligen Runde oder gehen mit Ihnen spazieren.



- **Unterstützung beim Schriftverkehr**

Termine nach Absprache montags + freitags 10.00 – 12.00 Uhr

Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen und Briefe schreiben.

Ansprechpartnerinnen:

Margit Brandenburg (Mo), Waltraud Zimmer (Fr), Brigitte Rösler (nach Terminabsprache)

Service des Netzwerkes Garath/Hellerhof



- **Büchertausch** Begegnungsraum

Während der „zentrum plus“ Garath Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch, Freitag, 10.00 – 16.00 Uhr

Dienstag 11.00 - 16.00 Uhr, Donnerstag 12.00 – 16.00 Uhr

laden wir Sie ein, sich an unserem Bücherregal kostenlos zu bedienen.

Gerne können Sie auch ein aktuelles Buch hineinstellen.



- **Von Mensch zu Mensch**

Gemeinsam mit der Aktivierenden Sozialberatung Süd der Diakonie

Düsseldorf und KIN-TOP e.V. organisiert das Netzwerk

Garath/Hellerhof eine Informationswand.

Ziel ist es, Menschen, die etwas zu verschenken haben, mit denjenigen zusammenzubringen, die genau das benötigen
- und umgekehrt.

Info im Netzbüro Mo - Fr von 10.00 – 12.00 Uhr,
Fritz – Erler - Str. 21, Tel.: 0211 60 25 481
und bei den Kooperationspartnern.

Die Kontaktaufnahme, Übergabe und der Transport sind von den Schenkenden und Suchenden selbst zu organisieren.



Haustierbetreuung in Notzeiten



Was wird aus meinem Haustier bei plötzlicher Krankheit oder fehlender Mobilität im Alter?

Wenn Sie Hilfe benötigen oder weitere Fragen zu diesem Thema haben, wenden Sie sich bitte an das Netzbüro im „zentrum plus“ Garath Mo.– Fr. 10.00 -12.00 Uhr, Fritz – Erler - Str. 21, Tel. 0211 60 25 481.

Ihre Anfrage wird weitergeleitet und die Tierbetreuerin wird sich mit Ihnen in Verbindung setzen. (nur für Senioren)

Bildung Sprachen



Englisch

Montag: 17.06. – 26.08.2019 14.00 – 15.30 Uhr

Kurs I Anfänger mit Vorkenntnissen

Ort: Gruppenraum

Dienstag: 18.06. – 27.08.2019 13.15 – 14.45 Uhr

Kurs II Fortgeschrittene

Ort: Gruppenraum

Kosten: 55,00 € (ab 6 Personen jeweils 11x 1,5 Std.)

Späterer Einstieg auf Anfrage möglich

Ansprechpartnerin: Renate Krauß

Anfallende Kursgebühren werden beim Kursleiter bezahlt.



• **Deutsch - Sprachcafé**

Für Menschen mit arabischen oder kurdischen Sprachwurzeln. (mind. Sprachlevel A2) Bei einer Tasse Tee/Kaffee üben wir die deutsche Sprache im Erzählen und beim Spielen.

Immer dienstags ab 18.00 Uhr Höchstteilnehmer/innen 8 Personen,

Kosten: keine, *Ansprechpartnerin:* Qamaria Ramadan

Ort: Netzwerk Garath Hellerhof, Fritz-Erler- Str. 21, Küche



• **Deutsch als Fremdsprache – Konversation**

Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Menschen aus den GUS Staaten

Dienstag: Termine: 07.05. – 25.06.2019 11.30 – 13.00 Uhr

Ort: Netzwerk Garath Hellerhof, Fritz-Erler- Str. 21

Kosten: Kopienumlage 2,00 €

Ansprechpartner: Roland Vogel

Info und Anmeldung aller Kurse im Netzwerkbüro:

Mo. - Fr. von 10.00 – 12.00 Uhr; Tel.: 0211 60 25 481

Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481.

Bildung digitale Medien



• **Internetcafé**

wöchentlich Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr

Kosten: 2.00 €/ Std. PC-Raum

Ansprechpartner: Chräcker Heller

Anfallende Kursgebühren werden beim Kursleiter bezahlt. Anmeldung ist nicht erforderlich.



• **Wie erstelle ich am PC meine Steuererklärung**

Termine donnerstags nach Absprache.

Mit dem PC-Programm zur selbständigen Bearbeitung der

Steuerunterlagen kann man feststellen, ob und wie viele Steuern man

zahlen muss bzw. erstattet bekommt. Wer sich dafür interessiert, kann sich bei uns nicht nur den Umgang zeigen lassen, sondern auch unseren PC nutzen, um die Steuererklärung zu erstellen.

Kosten: 2,00 € / Std.

Ansprechpartner: Werner Brock

Anfallende Kursgebühren werden beim Kursleiter bezahlt.

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf

Gesundheit und Bewegung

- **Fitness für Senioren im Freien** (private Initiative)

Dienstag 10.00 - 11.00 Uhr

Aufwärmgymnastik, Training an Fitnessgeräten, Crossboccia.

Anschließend geselliges Beisammensein im Park.

Ort: Mehrgenerationsplatz Silcherstr. 20 – 22, Kosten: keine

Kommen Sie einfach vorbei und schauen Sie es sich an.

Ansprechpartnerin: Brigitte Zschörnack

Gesundheit und Bewegung



Offenes Kegeln - Generationsübergreifend

2. + 4. Dienstag im Monat 14.00 – 16.00 Uhr,

Sie mögen kegeln, aber

- nicht regelmäßig? - nicht im Verein? - nicht um Geld?

Dann sind Sie richtig bei unserem Offenen Kegeln. Wir treffen uns 1x monatlich mit all denen, die an diesem Tag Zeit und Lust haben, mit zu machen.

Kostenbeitrag: 2,00 €, alle Spiele, Pudel etc. sind kostenfrei,

Ort: Kegelbahn Freizeitstätte Garath, Fritz-Erler-Str. 21,

Anmeldung (jeweils bis Vortag) im

Netzwerkbüro Garath/Hellerhof, Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel: 60 25 481.

Teilnehmerzahl/innen 6 – 12 Personen

Ansprechpartnerinnen: Erika Sachs, Margret Beisemann, Steffi Schwallenberg



• **Tischtennis im Netzwerk Garath/Hellerhof**

Es gibt 111 Gründe, Tischtennis zu lieben.

Wer hat Lust, mal wieder den Ball über die Platte zu jagen?

Spielzeiten **dienstags** jeweils 1 – 2 Std. von **12.00 – 14.00 Uhr**

Ort: Freizeitstätte Garath, Tischtennisraum, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf. Höchsteilnehmerzahl je Std. 4 Personen

Kosten: 1,00 €/ Std. für Erwachsene, Kinder € 0,50 €

Schläger können ausgeliehen werden.

Ansprechpartnerin: Monika Behne

Bezahlung bei der Ansprechpartnerin



• **Wandern 4. Mittwoch im Monat**

Treffpunkt: 09.15 Uhr S-Bahnhof Garath - Wanderzeit - ca. 3 Std.

Nächste Termine: **24.04. + 26.06.19**

Ausnahme: Samstag: 25.05.2019 Treff: 9.00 Uhr S-Bahnhof Garath

Die Teilnehmer/innen der angebotenen Wanderungen wandern auf eigene Gefahr mit! Die Wanderungen sind kostenlos. Für Fahrtkosten und Getränke/Imbiss bei einer evtl. Einkehr muss jede/r selbst aufkommen.

Anmeldungen sind nicht erforderlich.

Gesundheit und Bewegung

- Werden Sie Wanderführer!

Das Team der Wanderführer wechselt sich monatlich ab.

Gerne können motivierte Teilnehmer/innen der Gruppe selber einmal Wanderführer sein! Auch andere Tage sind möglich. Sprechen Sie Ihre Wanderführer einfach an.

Oder möchten Sie einen an einem anderen Tag eine Wanderung oder einen Spaziergang organisieren? Gerne helfen wir beim Aufbau der Gruppe,

Ansprechpartnerin : Regina Vohwinkel, Tel. 0211 60 254 81

- **Sturzprävention**

Termine: 02.05. – 11.07.2019 9x

Außer: 30.05 + 20.06.2019

Kurs I 09.45 – 10.45 Uhr **Kurs II** 11.00 – 12.00 Uhr

Übungen zur Stärkung der Muskulatur und Förderung der Beweglichkeit der Gelenke zur Vermeidung von Stürzen. Insbesondere geeignet für Menschen, die schon körperlich eingeschränkt sind und/oder Probleme mit dem Gleichgewicht haben. Ein späterer Einstieg ist auch jederzeit möglich.

Ort: Begegnungsraum

Kosten: 2,50/Std. €

Ansprechpartnerin: Lissi Kunow,

Anmeldungen im Netzbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf

Gesundheit

- **Das merk ich mir Knoten im Kopf (z.Zt. in Planung)**

Umfassend verstehen, langfristig merken, richtig urteilen, interessant formulieren, grübeln, Lösungen finden. Trainieren Sie Ihr Gedächtnis in Gesellschaft Gleichaltriger, ganzheitlich, spielerisch und bewegt, in lockerer Atmosphäre. Steigern Sie Ihre Hirnleistung – das entscheidende Plus im Alter. Der Kopf kann mehr als man denkt.

Gedächtnistraining am **Donnerstagnachmittag**

11x 14.00 – 15.00 Uhr

Ort: Gruppenraum. **Kosten:** 27,50 € + 2,50 € Materialbeitrag.

Anmeldung im Netzbüro Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,

Tel. 60 25 481, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf

Spiele

- **Skatrunde MO/Mi/Fr. ab 13.00 – 17.00 Uhr**

Ort: „zentrum plus“ Garath, Fritz-Erler-Str. 21 Gruppenraum

Anmeldung nicht erforderlich!

Begegnungsraum *Ansprechpartnerin:* Luise Rosengarten

Wir freuen uns über weitere Mitspieler/innen, die Lust haben, sich uns an einzelnen Terminen oder regelmäßig anzuschließen!

Regelmäßige Teilnahme ist ein Kann, kein Muss.

- **Rummikub**

Montag, Mittwoch und Freitag ab 13.00 Uhr

Kosten: keine. **Ort:** Begegnungsraum

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl



- **Doppelkopf** 2 Termine im Monat

1. Dienstag/Monat 14.30– 17.00 Uhr

3. Mittwoch/Monat 10.00 – 13.00 Uhr,

Kosten: keine, **Ort:** „zentrum plus“ Gruppenraum

Ansprechpartner: Werner Pikl

- **Bingo (findet z.Zt. nicht statt)**

2. Freitag/Monat 14.30 – 16.00 Uhr

Kosten: 3,00 €, **Ort:** Begegnungsraum, 10 Spiele

Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl

- **Mehrgenerationen-Spieltreff**

dienstags 14.30 – 16.00 Uhr

Ein neues Angebot für alle, die Gesellschaftsspiele lieben. Es können auch eigene Spiele mitgebracht werden.

Ansprechpartner: Friedrich, unterstützt durch ein soziales Projekt des Freien Christlichen Gymnasiums Düsseldorf

Ort: Begegnungsraum

Kosten: keine

Anmeldung nicht erforderlich.

Kommunikation, Kultur & Geselligkeit



• **Birgit-Treff 1. Dienstag / Monat 14.30 – 16.00 Uhr**
geschlossener Gesprächskreis



• **Internationales Musikcafé 14.00 - 16.00 Uhr** 
in Kooperation mit Integration Kunst Schaffen e.V.

6 x im Jahr, immer dienstags im ungeraden Monat
Eintritt frei, eine Tasse Kaffee/Tee + Gebäck incl.
Die genauen Termine, das Programm und die Künstler
(siehe unter „Besondere Termine“ Seite 23)

• **Frauenkurs** **In Kooperation mit IKS e.V.** 

Donnerstag 17.30 - 20.00 Uhr

generationsübergreifender Gesprächskreis für Frauen aus den GUS-Staaten-. Wir üben uns in der deutschen Sprache zu Themen aus dem Alltag in Deutschland

Ort: Gruppenraum, **Kosten:** keine
Ansprechpartnerin: Natalia Krupenya

• **Offenes Singen**

Freitag 10.00 – 11.15 Uhr

Wir singen Volkslieder und proben ab und an für verschiedene Veranstaltungen des „zentrum plus“ Garath.

Ort: Begegnungsraum **Kosten:** keine
Ansprechpartnerin: Hannelore Pahl



• **Dialog des Ostens**

Freitag 14.00 – 15.30 Uhr

Ort: Gruppenraum, **Kosten:** keine

Ein Treff mit Gesprächen und Gesang. In Kooperation mit KIN-TOP e.V. werden wir im Gesangsbereich von Nikolai Kutovoj (Musiker) unterstützt. *Ansprechpartnerin:* Galina Tchijova
Anschließend Spieltreff bis 17 Uhr.

Kommunikation, Kultur & Geselligkeit



• Kulturgespräch-Gesprächskultur

4. Freitag / Monat **10.00 – 13.00 Uhr**

Ort: Gruppenraum, **Kosten:** keine

Wir diskutieren über aktuelle Ereignisse aus Alltag und Gesellschaft, über Kunst, Literatur und Religionen. Die Themen erarbeiten wir in der Gruppe. Themen begleitend machen wir auch manchmal Exkursionen. Wir freuen uns über neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit neuen Ideen.

Ansprechpartnerin: Loni Rommel

in Kooperation mit Integration Kunst Schaffen e.V.



• Düsseldorf Presseschau

jede Woche Freitag 17.30 - 19.30 Uhr **Gruppenraum**

Wir lesen aktuelle Artikel zu verschiedenen Ereignissen aus dem sozialen und kulturellen Geschehen in Düsseldorf und **tauschen uns dazu** in deutscher Sprache aus.

Eingeladen sind Senioren mit Migrationshintergrund aus den GUS-Staaten.

Höchstteilnehmer: 12 Personen, **Kosten:** keine

Ansprechpartner/in:: Natalia Krupenya Telefon 0211 1794634

- In Erweiterung unserer Kooperation mit



Integration Kunst Schaffen e.V. finden zusätzlich folgende Angebote jeweils 1x monatlich im „zentrum plus“ Garath statt:

Mittwochs ab 18 Uhr: Proben der Gesangsgruppe Prima

1. Samstag Kinoclub (russisch)

3. Samstag Gesangsclub (russisch)

Kosten: keine **Ort:** Gruppenraum

Ansprechpartnerin: Natalia Krupenya Telefon 0211 1794634

Kreativität & Geselligkeit

- **Malen – Window Color**

Malen für die Kinderkrebshilfe Düsseldorf

mittwochs 14.00 – 16.00 Uhr **Ort:** Begegnungsraum

Wir freuen uns über weitere aktive Maler/innen. Bilderausstellung & -verkauf bei Veranstaltungen, Advent- & Osterzeit und Malen nach Bestellung. **Kosten:** Materialkosten

Anmeldung nicht erforderlich, *Ansprechpartnerin:* Ingrid Pohl



- **Malen**

Jeweils 4. Do. / Monat, 10.00 – 12.00 Uhr **Ort:** Gruppenraum

Auf Anfrage! *Ansprechpartnerin:* Ursula Rogoll

- **Ketten – Armbänder - Ohrringe**

donnerstags Termine: 6x ab 28.03.2019 14.00 – 16.00 Uhr

In netter Gesellschaft fertigen wir Ketten an.

Ansprechpartnerin: Annelene Becker

Ort: „zentrum plus“ Garath Begegnungsraum

Kosten: 15,00 € für 1 Kette. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Anmeldungen im Netzbüro Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

Tel: 0211 60 25 481, Fritz-Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf

- **Freies Stricken**

Neue Termine für dienstags: ab 09.04.2019 14.00 – 16.00 Uhr

fortlaufend bis Quartalsende.

Wer gerne in Gesellschaft strickt, ist herzlich eingeladen. Wir tauschen unsere Erfahrungen aus und helfen uns gegenseitig.

6 Termine

Ort: „zentrum plus“ Garath Begegnungsraum

Kosten: keine.

Materialien bitte selbst mitbringen. Anmeldung nicht erforderlich

Ansprechpartnerin: Claudia Kilic

Kulinarisches & Geselligkeit



• Gutbürgerliche Küche

1. + 3. + 5. Donnerstag / Monat, 10.00 – 14.00 Uhr

Wir kochen Menüs mit 2-3 Gängen. Die Gerichte werden im Vorfeld besprochen.

Ort: Küche **Kosten:** Lebensmittelumlage

Anmeldung erforderlich. *Ansprechpartner/in:* Isolde Blum, Dieter Henrich



• Kochen

2. + 4. Donnerstag / Monat, 10.00 – 13.00 Uhr

Ort: Küche

Wir kochen für uns und andere. Die Gerichte werden im Vorfeld besprochen. **Weitere Köche/innen sind willkommen!**

Anmeldung erforderlich

Kosten: Lebensmittelumlage. *Ansprechpartnerin:* Isolde Blum

Kulturausflüge

Wechselnde Netzwerker organisieren im Laufe des Jahres Kulturausflüge. Die Ziele entnehmen Sie den ausführlichen Beschreibungen. Die Ausflüge

- **zur Komödie** Düsseldorf finden immer **samstags**,
- **zu den Eller Schloss Konzerten** finden immer **sonntags**,
- zu allen anderen Zielen finden unregelmäßig an verschiedenen Tagen statt.

Bitte besorgen Sie sich die Fahrtickets zu allen Ausflügen selbst, soweit nichts anderes ausgeschrieben ist.

Weitere **Informationen und Anmeldung** im Netzwerkbüro

Mo - Fr 10.00 - 12.00 Uhr, Fritz – Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel.: 0211 60 25 481

Evtl. Kosten müssen bei der Anmeldung entrichtet werden.

Achtung: Bitte haben Sie Verständnis, dass wir bei Stornierungen Gelder nur erstatten können, wenn uns keine Kosten entstanden sind. Vor allem bei bereits gekauften Tickets ist keine Erstattung möglich. In diesem Fall kann an Ihrer Stelle gerne eine von Ihnen benannte Ersatzperson teilnehmen.

Kulturausflüge

- **Besuch Gasometer in Oberhausen**

„Der Berg ruft“

Samstag: 13.04.2019

Treffpunkt: 09.15 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 7,00 € Bezahlung und Anmeldung im Netzwerkbüro

bis spätestens 29.03.2019 11.00 Uhr Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,
Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481

Ansprechpartner: Peter Bauermann



- **Eller Schlosskonzerte**

Sonntag: 28.04.2019 „French Blue Quartett“

Treffpunkt: 16.00 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 16,50 € Bezahlung und Anmeldung im Netzwerkbüro

bis spätestens 01.04.2019 Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,
Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf,

Tel. 60 25 481 *Ansprechpartnerin:* Margrit Brandenburg



- **Eller Schlosskonzerte**

Sonntag: 19.05.2019 „Lateinamerikanische Gitarrenmusik“

Treffpunkt: 16.00 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 16,50 € Bezahlung und Anmeldung im Netzwerkbüro

bis spätestens 22.04.2019 Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,
Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481

Ansprechpartnerin: Margrit Brandenburg



• **Eller Schlosskonzerte**

Sonntag: 16.06.2019 „Lisenka Milène Kirkcaldy – Chansons“

Treffpunkt: 16.00 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 16,50 € Bezahlung und Anmeldung im Netzwerkbüro

bis spätestens 20.05.2019 Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,

Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481

Ansprechpartnerin: Margrit Brandenburg



• **Komödie „Oh, diese Eltern“**

Samstag, 11.05.2019 Treff: 15.40 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 16,00 € Bitte das Geld passend mitbringen.

Bezahlung und Anmeldung bis spätestens 03.05.2019

im Netzwerkbüro Mo - Fr 10.00 - 12.00 Uhr,

Fritz – Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel.: 0211 60 25 481

Ansprechpartner: Detlef Boden



• **Komödie „Hauptsache gesund“**

Samstag, 29.06.2019 Treff: 15.40 Uhr S-Bahnhof Garath

Kosten: 16,00 € Bitte das Geld passend mitbringen.

Bezahlung und Anmeldung bis spätestens 21.06.2019

im Netzwerkbüro Mo - Fr 10.00 - 12.00 Uhr,

Fritz – Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel.: 0211 60 28

Ansprechpartner: Detlef Boden

Tagesreisen

NEU NEU NEU

Ab 1.04.2019 finden jeden 1. Donnerstag im Monat Tagesreisen statt.

Treffpunkt: 06.45 Uhr, Abfahrt 07.00 Uhr Parkplatz

Fritz-Erler-Str. 21 04.04.2019

04.04.2019 Tagesfahrt zum Keukenhof/NL (Tulpenschau)

02.05.2019 Tagesfahrt zum Spargelessen

06.06.2019 Tagesfahrt (Info auf Anfrage)

Roland Weiler / Klingenberg Reisen.

Anmeldungen und Infos: Norbert Rösler, Tel. 0211-70 53 329

Besondere Termine



• **Internationales Musikcafé“**



„**Internationale Unterhaltungsmusik“**

Dienstag, 28.05.2019 14.00 – 16.00 Uhr

Es spielt Michail Solzmann Knopf-Akkordeon.

Ort: Begegnungsraum;

Kosten: Eintritt frei, incl. Kaffee/Tee und Gebäck.

Wir freuen uns auf einen gemütlichen Nachmittag in internationaler Runde.

In Kooperation mit Integration Kunst Schaffen e.V.

Besondere Termine



• **Verkehrssicherheitsprogramm für mobile Senioren**

Dienstag: 02.04.2019 10.45 – 12.30 Uhr

Vortrag Verkehrsprävention und Mobilität im Straßenverkehr

Ort: Gruppenraum oder Begegnungsraum

Kosten: keine

Anmeldung im Netzbüro Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481.

Referent: Herr Tabath – Verkehrsinspektion 1

„**Ausflug für Menschen mit Demenz und geringem Einkommen“**

Mittwoch: 10.04.2019

Treff: 09.30 Parkplatz Abfahrt: 10.00 Uhr

Kosten: keine (Düsselpass erforderlich)

Fahrt nach Brüggen zum Spargelhof „Genholter Hof, Führung über den Spargelhof sowie Mittagessen.

Anmeldungen bei Frau Pfaff persönlich „zentrum plus“

Mo - Fr. 10.00 – 12.00 Uhr, 40595 Düsseldorf, Fritz-Erler - Str. 21,
Tel. 60 25 478.

- **Lesung**

„Die Kriminalpolizeit liest Erfahrungen einer Kaffeefahrt“

Dienstag: 16.04.2019 ab 14.30 Uhr

Ort: Begegnungsraum

Kosten: keine, incl. Kaffee/Tee und Gebäck.

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr,
Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481.

Referent: Kriminalhauptkommissar Türk
(Kriminalitätsvorbeugung für Senioren)

- **Vortrag**

„Falsche Polizeibeamte am Telefon“

Dienstag: 18.06.2019 10.45 Uhr

Ort: Begegnungsraum

Kosten: keine

Anmeldungen im Netzwerkbüro Mo. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr, Fritz-
Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Tel. 60 25 481.

Referent: Kriminalhauptkommissar Türk
(Kriminalitätsvorbeugung für Senioren)

- **Sonnenradfest**

Samstag und Sonntag 29. + 30.06.2019

Ort: Am Sonnenrad

Kosten: keine

Gemeinsam mit dem Otto-Ohl-Haus wird das zentrum plus & das
Netzwerk Garath/Hellerhof beim Sonnenradfest vertreten sein.

Besondere Termine für Ehrenamtliche

- **Planungsrunde**

für Ehrenamtliche des „zentrum plus“ Garath 10.00 – 12.00 Uhr

03.04. / 08.05. + 05.06.2019

Besondere Termine/ Projekte

Mit Unterstützung der Stadtbezirkskonferenz 10 Senioren gibt es ein Projekt mit mehreren Kursen in Garath und Hellerhof

1. Fit im Kopf durch Bewegung

Kooperation Diakonie „zentrum plus Garath, kath. Kirchengemeinde Garath, Caritas „Mittendrin im Norberthaus“

Fr. Lissy Kunow zeigt Übungen, die Spaß machen und nicht nur den Körper, sondern auch das Gehirn trainieren.

Das Projekt wurde im vergangenen Jahr 2018 in den Seniorenclubs des Stadtbezirks vorgestellt. Nach Beendigung der ersten 10 Kurseinheiten startet ab 2. April 2019 bis 11. Juni 2019 eine weitere Kurseinheit mit 10 Terminen. In den Osterferien, 16.04. – 23.04.2019 finden keine Kurse statt!

Ab 30.04.19 immer dienstags:

- In Hellerhof, 14.00 – 15.00 Uhr Johanneshaus, Carlo-Schmidt-Str. 22
Kontakt über: Veronika Schnabrich 0211-580 69 05
- In Garath 15.30 – 16.30 Uhr Mittendrin im Norberthaus, Josef-Kleesattel-Str. 3

Für die Teilnahme an den Kursen wird eine Kursgebühr von € 2,00 (insgesamt € 20,00) erhoben.

Bei Fragen melden Sie sich bitte bei den Ansprechpartnerinnen oder im „zentrum plus“ Garath bei Michaela Pfaff, Tel. 0211-60 25 478.

Wochenübersicht regelmäßige Termine

Tag	Angebot	Uhrzeit
Montag	Netzwerkbüro.....	10.00 - 12.00
	OffenerTreff.....	10.00 - 16.00
	Mittagstisch	12.00
	Skatrunde	ab 13.00
	Offener Treff Kuchen	13.00 - 16.00
	Rummikub.....	13.00 - 15.15
	Englischkurs I Fortgeschrittene	14.00 - 15.30
Dienstag	Stadtteilfrühstück.....	9.30 - 11.30
	Netzwerkbüro	10.00 -12.00
	Deutsch Konversation	11.30 - 13.00
	Mittagstreff im GZH Hellerhof	11.00 - 15.00
	Skatrunde	ab 13.00
	Offener Treff, Kuchen.....	13.00 - 16.00
	Rummikub	13.00 - 15.15
	Tischtennis	13.00 - 15.00
	Englischkurs II Konversation	13.15 - 14.45
	Kegeln 2. Die im Monat.....	14.00 - 16.00
	Musikcafé alle 2 Monate	14.00 - 16.00
	Spieltreff generationenübergreifend	14.30 - 16.00
	Doppelkopf 2. Die im Monat	14.30 - 17.00
	Stricken	14.30 - 16.30
	Deutsch- Sprachcafé	18.00 - 19.30

Tag	Angebot	Uhrzeit
Mittwoch	Planungsrunde für Ehrenamtliche von Netzwerk und „zentrum plus“ 1. Mi ... Wandern 4. Mi Netzwerkbüro Doppelkopf 3. Mi Offener Treff..... Mittagstisch Skatrunde Offener Treff, Kuchen Rummikub Malgruppe Window Color IKS wechselnde Gruppen s. Seite 19.....	10.00 - 12.00 9.15 10.00 - 12.00 10.00 - 13.00 10.00 - 16.00 12.00 ab 13.00 13.00 - 16.00 13.00 - 15.15 14.00 - 16.00 17.30 - 20.00
Donners- tag	Sturzprävention I Netzwerkbüro Kochen 2. + 4. Do. Kochen Hausmannskost 1.+ 3. +5. Do Malen 4. Do Internetcafé Sturzprävention II Gedächtnistraining I Ketten – Armbänder – Ohrringe Frauenclub IKS.....	9.45 - 10.45 10.00 - 12.00 10.00 - 13.00 10.00 - 14.00 10.00 - 12.00 10.00 - 12.00 11.00 - 12.00 13.45 - 14.45 14.00 - 16.00 17.30 - 20.00

Tag	Angebot	Uhrzeit
Freitag	Netzwerkbüro	10.00 - 12.00
	Hilfe beim Schriftverkehr	10.00 - 12.00
	Kulturgespräch/Gesprächskultur 4.Fr.	10.00 - 11.30
	Offenes Singen.....	10.00 - 12.00
		10.00 - 11.45
	Mittagstisch	12.00
		ab 13.00
	Skatrunde	ab 13.00
	Offener Treff, Kuchen	13.00 - 15.15
	Rummikub	14.30
	Bingo 2. Fr.	14.00 - 15.30
	Dialog des Ostens	15.30 - 17.30
Dialog Spieltreff.....	17.30 - 19.30	
Düsseldorf aktuell (IKS)		
Samstag	IKS e.V. Kino-Clubabend 2. Samstag...	16.00 - 20.00
	Kulturausflüge zur Komödie.....	15.40
	Sondertermine Wandern.....	9.15
	Sondertermine Kulturausflüge.....	Siehe Text
Sonntag	Kulturausflüge zu den Eller Schloss-Konzerten.....	16.00

Netzwerk Garath/Hellerhof

Kennen Sie eigentlich unsere Homepage:

www.netzwerk-garath-hellerhof.de ?

Das Netzwerk Garath / Hellerhof setzt sich zusammen aus Menschen ab ca. 50 Jahren unterschiedlicher Nationalitäten, Charaktere und Interessen. Hier sind Sie richtig, wenn Sie im Stadtbezirk z.B.

- mit anderen zusammen Ihr Hobby leben oder Ihre Ideen verwirklichen wollen und/oder
- für andere Ihr Knowhow und ihre Zeit einbringen möchten und/oder
- Kontakte in der Nachbarschaft suchen und pflegen möchten und/oder
- Freizeitgestaltung, Bildung und Geselligkeit im Wohnquartier suchen und/oder
- kleine Unterstützungen im Alltag benötigen

Die Möglichkeiten und Angebote sind zahlreich. Sicher ist auch für Sie etwas dabei.

Seit 21 Jahren sind wir am Puls der Zeit. Mit neuen Interessenten entwickeln sich immer wieder neue und spannende Erlebnisse.

Hauptamtliche Netzwerkbegleiterin: Regina Vohwinkel

Haben wir Sie neugierig gemacht? Rufen Sie uns an oder kommen direkt vorbei!

Wir sind zu erreichen:

Montag -Freitag 10.00 – 12.00 Uhr im Netzwerkbüro,

Telefon 0211 60 25 481, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf

Demenznetz Düsseldorf

Das Demenznetz Düsseldorf bietet Beratung für Menschen mit Demenz & ihre Angehörigen zur Herstellung eines sozialen Hilfe-Netzwerkes mit entsprechenden Angeboten.

Die Serviceleistungen des Demenznetzes bieten wir auch im „zentrum plus“ Garath an.

Folgende Leistungen können im Rahmen der Betreuungsgelder der Pflegekassen abgerechnet werden:

1. Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz (BEAtE-Gruppen)

Einfühlsame Betreuung durch Fachkräfte und geschulte ehrenamtliche Mitarbeiter/innen, ein auf individuelle Bedürfnisse ausgerichtetes Programm, Förderung und Stärkung vorhandener Fähigkeiten.

- **„Die vergessene Welt“**

Montag 10.00 – 13.00 Uhr – mit Mittagstisch – Gruppenraum

Ansprechpartnerin: Michaela Pfaff, Tel.: 0211 60 25 481

- **„Katjuschas Träume“**

Mittwochs von 14 - 17 Uhr Katjuschas Träume Gruppenraum

Für Menschen mit russischsprachigem Hintergrund

Ansprechpartnerin: Maria Neumann, Tel.: 0211 60 25 478

- **NADIA**

Ist ein Bewegungsangebot speziell für Menschen mit Demenz. Die vielfältigen Koordinationsübungen schulen das Gleichgewicht. Die Kräftigungsübungen helfen, damit Alltagshandlungen möglichst lange selbständig verrichtet werden können.

Ansprechpartnerin: Maria Neumann, Tel.: 0211 60 25 481

Demenznetz

2. DA für Dich

(Düsseldorfener Agentur für Demenzkranke in der Häuslichkeit)

DA für Dich ist ein **Häuslicher Besuchsdienst** von einzelnen Helfer/innen, die Hilfebedürftige stundenweise individuell in der eigenen Häuslichkeit betreuen.

Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen für DA für Dich sind Gesprächspartner lesen vor, hören zu und bieten Beschäftigungsmöglichkeiten an (keine Pflege).

Das Angebot steht in deutscher und in russischer Sprache zur Verfügung.

Ansprechpartnerin: Maria Neumann u. Michaela Pfaff,

Tel.: 0211 60 25 481

Demenz und Migration

Деменция и миграция

Деменция и миграция

Группа ухода за больными деменцией "Катюшины мечты" по средам с 14 до 17 часов

Группа ухода для русскоговорящих людей с заболеванием деменцией которые живут дома. Группа сопровождается обучённым русскоговорящим персоналом.

Дополнительно предлагается часовая социальная опека на дому и консультация по вопросам деменции на русском языке.

Ansprechpartnerin: Maria Neumann, Tel.: 0211 – 60 25 481

Weitere Angebote der Diakonie Düsseldorf

Das Otto-Ohl-Haus in Düsseldorf - Garath

Julius-Raschdorff-Str. 2 40595 Düsseldorf
Tel. 0211 7 58 48 0 Fax 0211 7 58 48 20

- **Stationäre Pflege**

Was immer Sie brauchen: Jeder Mensch ist anders. Deshalb nehmen wir im Otto-Ohl-Haus Pflege ganz persönlich. Wenn Sie weitgehend selbst zurecht kommen, wird Ihnen das reiche Angebot unseres sozialen Dienstes gefallen. Wenn Sie demenziell erkrankt sind, haben wir spezielle Angebote für Sie.

- **Kurzzeitpflege**

Vorübergehend gut versorgt: Wenn ein lieber Mensch Sie zu Hause pflegt, sind Sie sicher in den besten Händen. Doch dieser Mensch braucht manchmal Urlaub oder vielleicht ist er einmal krank. Dann können Sie bei uns in der Kurzzeitpflege wohnen. Wir betreuen Sie aufmerksam und pflegen Sie ganz wie Sie es brauchen, bis Ihr Angehöriger wieder für Sie da sein kann. Die Kurzzeitpflege hilft Ihnen auch, wenn Sie aus dem Krankenhaus entlassen werden. Bis Sie wieder zu Hause zurecht kommen, sorgen wir für Sie. Auch als jüngerer Mensch haben Sie Anspruch auf Kurzzeitpflege, wenn Sie etwa nach einem Unfall vorübergehend pflegebedürftig sind. Die soziale Betreuung in der Kurzzeitpflege findet zusätzlich in russischer Sprache statt. В краткосрочном уходе предлагается социальная опека на русском языке (общение, программа).

- **Tagespflege**

Damit Sie Ihr Zuhause behalten können:
Ihr eigenes Zuhause möchten Sie sicher so lange es geht behalten. Unsere Tagespflege hilft Ihnen dabei. Wir holen Sie morgens ab und betreuen Sie den Tag über. Für nette Gesellschaft sorgen wir ebenso wie für anregende Beschäftigung – Mahlzeiten inklusive. Abends bringen wir Sie dann wieder in Ihr eigenes Zuhause.

Weitere Kooperationspartner

In alphabetischer Reihenfolge

- **Aktivierende Sozialberatung Süd**
und Lebensmittelausgaben
Neusser Straße 37, 40219 Düsseldorf
Tel.: 0211- 300 6430
- **Diakonie Düsseldorf** „Hilfe zu Hause“
Häusliche Pflege, hauswirtschaftliche Dienste,
Diakonie Serviceruf
Platz der Diakonie 3, 40233 Düsseldorf
Tel. 0211 73 53 370 Fax 0211 73 53 521
- **Evangelische Kirchengemeinde Garath/Hellerhof**
Dietrich Bonhoefferkirche, Julius Raschdorffstr.4
und Gemeindezentrum Hellerhof, Dresdener Str. 63
40595 Düsseldorf
- **Freizeitstätte Garath**
Fritz - Erler - Str. 21, 40595 Düsseldorf
- **Integration, Kunst, Schaffen e.V**
Postfach 41013, 40576 Düsseldorf
- **KIN-TOP e.V.**
Stettiner-Str. 120, 40595 Düsseldorf
- **Seniorenrat der Stadt Düsseldorf**
- **Sozialverband VdK**
- **Sprachschule Sputnik und Sputnik e.V.**
Wolfgang Döringstr. 4, 40595 Düsseldorf

Wir für Sie

„zentrum plus“ Garath der Diakonie

Fritz-Erler-Straße 21

40595 Düsseldorf

Tel.: 0211 – **602 54 78/81**

Fax: 0211 – **602 54 82**

Email: zentrum-plus.garath@diakonie-duesseldorf.de

Homepage: www.diakonie-duesseldorf.de

Mitarbeiterinnen:

Michaela Pfaff, Leitung, Tel.: 0211 **60 25 478**

Regina Vohwinkel – Netzwerkbegleitung,
Beratung & Fallmanagement, Tel.: 0211 **60 25 481**

Maria Neumann, Demenz und Migration
Mittwoch 10-13 Uhr, Tel.: 0211 **602 54 81**

Maria.Neumann@diakonie-duesseldorf.de

Wir haben geöffnet: Montag bis Freitag 10.00 – 16.00 Uhr
(und zu den ausgeschriebenen Veranstaltungsterminen)



Das **Netzwerk Garath/Hellerhof** erreichen Sie innerhalb der
Service-Bürozeit:

Montag bis Freitag von 10.00 – 12.00 Uhr

Tel.: 0211 **60 25 481** **Fax:** 0211 **60 25 482**

Homepage: www.netzwerk-garath-hellerhof.de

Das Programm wird gemeinsam mit unseren ehrenamtlichen Teams
entwickelt.

Aktuelle Änderungen und Ergänzungen entnehmen Sie bitte unseren
Aushängen oder der Presse.

Mit einer Spende können Sie unsere Arbeit unterstützen.

Stichwort: „zentrum plus“ Garath

Spendenkonto: Stadtparkasse Düsseldorf

IBAN DE87 3005 0110 0010 1057 57 / BIC DUSS