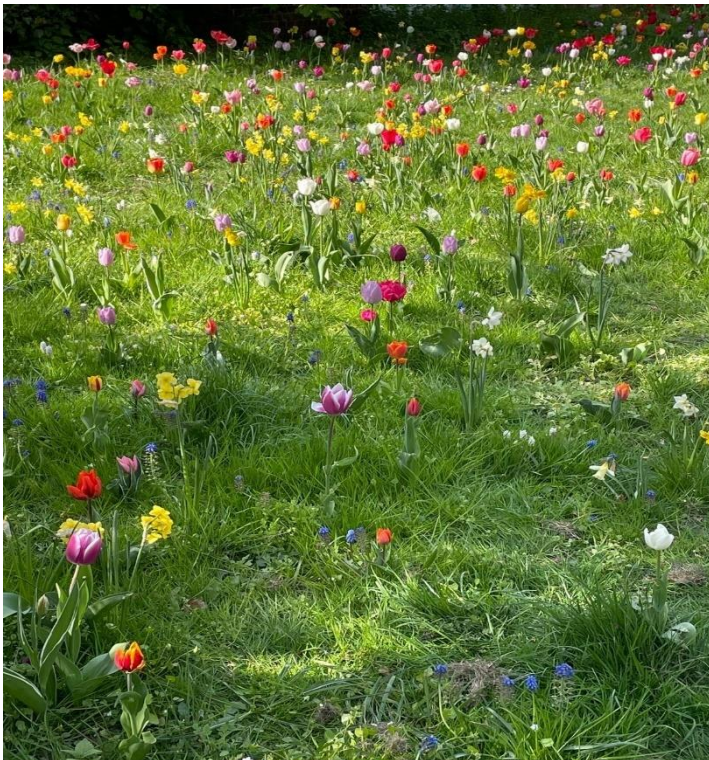


# Kurs- und Veranstaltungsprogramm

März & April 2026



zentrum **plus** Wersten  
Liebfrauenstraße 30  
40591 Düsseldorf

## Vorwort

**Liebe Besucherinnen und Besucher,**

**liebe Ehrenamtliche, liebe Gäste,**

der Frühling lädt dazu ein, neue Energie zu tanken, miteinander ins Gespräch zu kommen und gemeinsam aktiv zu sein.

Das zentrum *plus* Wersten bietet Menschen ab 55 Jahren vielseitige Möglichkeiten der Freizeit- und Lebensgestaltung. Es ist ein zentraler Ort für Begegnung und Beratung in Ihrer Nähe.




Mit den Monaten **März** und **April** beginnt eine Zeit voller neuer Impulse, gemeinsamer Aktivitäten und schöner Erlebnisse. Wir freuen uns sehr, Ihnen und Euch unser abwechslungsreiches Programm vorzustellen. Ob informative Vorträge, gesellige und kreative Vor- und Nachmittage sowie sportliche Angebote – unser Ziel ist es, einen Ort zu schaffen, an dem sich alle willkommen und wohlfühlen.


Ihre Anregungen und Wünsche sind uns dabei stets wichtig, denn das zentrum *plus* Wersten lebt vom **Miteinander** und **Mitgestalten**.


Paulina Etmann, Suzana Bernardi und



ihr Team des zentrum *plus* Wersten

## Aktuelle Wochenübersicht

| Montag   |   |
|--|---|
| 10:00 - 12:00 Uhr<br>   | <b>Handy – und PC-Sprechstunde für Senior: innen</b><br><i>Wöchentlich</i><br>In der kostenlosen Sprechstunde erhalten Sie Hilfe & Tipps zu ihren Fragen rund um ihr Smartphone oder ihren PC. Beratung ohne Termin möglich. Bei komplexeren Anfragen bitte vorab einen Termin vereinbaren.   |
| 10:00 - 11:00 Uhr<br>   | <b>Tanzen im Sitzen</b><br><i>Wöchentlich</i><br>Tanzen im Sitzen ist ideal für alle, die sich gerne bewegen und Körper wie Seele etwas Gutes tun wollen.<br>Getanzt wird zu Musik aus aller Welt: von Tango bis Samba, von Flamenco bis Reggaeton, begleitet von Klängen aus Pop, Folklore oder klassischen Melodien.<br><b>Kosten:</b> 4,00 € / Sitzung |
| 11:15 - 12:15 Uhr<br> | <b>Rücken fit &amp; Sturzprofilaxe</b><br><i>Wöchentlich   Anmeldung erforderlich</i><br>Gezielte Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Koordination. Praktische Tipps für mehr Sicherheit im Alltag und Bewegung   |





|  |   |
|--|---|
|  | <p>in angenehmer Gruppen Atmosphäre.<br/> <i>Bei Interesse wenden Sie sich an das Zentrum <b>plus!</b></i></p>  |
| <p>12:00 -13:00 Uhr</p>     | <p><b>Mittagstisch</b><br/> <i>Täglich – nun 7,50€   Vorbestellung notwendig!</i><br/> Wir laden zum gemeinsamen Mittagessen ins Zentrum <b>plus</b> Wersten ein!</p>   |
| <p>14:00 - 16:00 Uhr</p>    | <p><b>Offenes Sprachcafé: Es geht!</b><br/> <i>Wöchentlich</i><br/> Im Sprachcafé können Sie in entspannter Atmosphäre Deutsch üben, neue Kontakte knüpfen und spannende Einblicke in anderen Kulturen gewinnen.</p>  |
| <b>Dienstag</b>  |   |
| <p>10:00 - 11:00 Uhr</p>   | <p><b>Fit im Alter: Yoga im Sitzen (Gruppe 1)</b><br/> Die Übungen können helfen, die Flexibilität zu verbessern, die Körperhaltung zu stärken und Verspannungen zu lösen. Dieser Kurs eignet sich für Einsteiger sowie Fortgeschrittene.<br/> <b>Kosten:</b> 15,00 € / Monat</p> |
| <p>12:00 - 13:00 Uhr</p>  | <p><b>Mittagstisch</b><br/> <i>Täglich – nun 7,50€   Vorbestellung notwendig</i><br/> Wir laden zum gemeinsamen Mittagessen ins Zentrum <b>plus</b> Wersten ein</p>   |

|  |  |
|--|--|
| <p>14:30 - 16:00 Uhr</p>   | <p><b>Turn- und Bewegungsgruppe</b></p> <p><i>Wöchentlich</i></p> <p><b>Wichtig:</b> Aktuell sind keine freien Plätze vorhanden! Aufnahme in die <b>Warteliste</b> möglich!</p>  |
| <p>19:00 - 20:15 Uhr</p>  | <p><b>Entspannungs-Yoga</b></p> <p><i>Termine: 03.03; 14.04.</i></p> <p>Bei sanften Bewegungen in wohltuender Ruhe unsere Batterien wieder aufladen und unser Nervensystem entspannen. Eine Regeneration in Rückenlage, geeignet für alle Altersgruppen.</p> <p><b>Kosten:</b> 9,00 € pro Person, Ermäßigung möglich</p> |
| <p><b>Mittwoch</b></p>   |  |
| <p>10:00 – 12:30 Uhr</p>   | <p><b>Offenes Café</b></p> <p><i>Wöchentlich – <b>NEU!!</b></i></p> <p>Es gibt frisch belegte Brötchen, Kaffee und Tee (à 0,70€) – und Zeit, in Ruhe Zeitung zu lesen. Ein gemütlicher Treffpunkt für Austausch, Entspannung und eine kleine Pause im Alltag. Alle sind herzlich willkommen!</p>                         |

|  |   |
|--|---|
| <p>10:00 - 11:00 Uhr</p>  | <p><b>Fit im Alter: Yoga im Sitzen (Gruppe 2)</b></p> <p><i>Wöchentlich   aktuell sind keine freien Plätze vorhanden! Aufnahme in die <b>Warteliste</b> möglich</i></p> <p>Die Übungen können helfen, die Flexibilität zu verbessern, die Körperhaltung zu stärken und Verspannungen zu lösen. Dieser Kurs eignet sich für Einsteiger sowie Fortgeschrittene.</p> <p><b>Kosten:</b> 15,00 € / Monat</p> |
| <p>12:00 - 13:00 Uhr</p>  | <p><b>Mittagstisch</b></p> <p><i>Täglich - nun 7,50€   Vorbestellung notwendig!</i></p> <p>Wir laden zum gemeinsamen Mittagessen ins zentrum <b>plus</b> Wersten ein!</p>   |
| <p>19:00 - 21:30 Uhr</p>   | <p><b>ADHS- Selbsthilfegruppe</b></p>   |
| <p>19:00 - 21:00 Uhr</p>  | <p><b>Strick-Stammtisch</b></p> <p><i>Termine: 04.03./18.03./01.04./15.04.</i></p>  |

## Donnerstag

|  |  |
|--|--|
| <p>10:00 - 12:00 Uhr</p>  | <p><b>Frühstück Alt &amp; Jung</b></p> <p><i>Im 14- Tage Rhythmus   Anmeldung erforderlich</i></p> <p>Wir laden zum gemeinsamen Frühstück in geselliger Runde ins zentrum <b>plus</b> Wersten ein. Bitte beachten Sie: Für den Verzehr</p> |
|--|--|

|  |  |
|--|--|
|  | <p>entstehen<br/>Kosten!</p> <p><i>Termine: 05.03./19.03./02.04./16.04./30.04.</i></p>   |
| <p>12:00 -13:00 Uhr</p>     | <p><b>Mittagstisch</b></p> <p><i>Täglich – nun 7,50€! Vorbestellung notwendig!</i></p> <p>Wir laden zum gemeinsamen Mittagessen ins zentrum <b>plus</b> Wersten ein!</p>   |
| <p>15:00 - 17:00 Uhr</p>    | <p><b>Bingo- Nachmittag mit Kaffee und Kuchen</b></p> <p>Es entstehen Kosten in Höhe von 4,00 € für Kaffee, Kuchen und Gewinne.</p> <p><i>Termine: 26.03./23.04.</i></p>   |
| <p>16:00 - 17:30 Uhr</p>    | <p><b>Easy English für Einsteiger*innen</b></p> <p><i>Wöchentlich   Anmeldung erforderlich</i></p> <p>Der Kurs eignet sich für Interessierte, die in ruhiger Atmosphäre mit Übungen und abwechslungsreichen Wiederholungen, Englisch lernen möchten.</p> <p><b>Wichtig:</b> Aktuell sind keine freien Plätze vorhanden! Aufnahme in die <b>Warteliste</b> möglich!</p> |
| <p>19:00 - 22:00 Uhr</p>  | <p><b>Schachverein Wersten 1964</b></p>  |

| <b>Freitag</b>   |   |
|--|---|
| 11:00 - 13:00 Uhr<br> | <b>Malkurs ☼ mit Künstlerin Cida</b><br><i>Jeden 2. und 4. Freitag im Monat</i><br><i>Termine: 13.03./27.03./10.04./24.04.</i>                                |
| 12:00 - 13:00 Uhr<br> | <b>Mittagstisch</b><br><i>Täglich - nun 7,50€   Vorbestellung notwendig!</i><br>Wir laden zum gemeinsamen Mittagessen ins<br>zentrum <b>plus</b> Wersten ein! |
| 14:00 - 17:00 Uhr<br> | <b>Gesanggruppe</b><br><i>Jeden 2. und 4. Freitag im Monat</i><br><i>Termine: 13.03./27.03./10.04./24.04.</i>   |
| 14:30 - 18:00 Uhr<br> | <b>Stricktreffen:</b><br><i>Termine: 20.03./17.04.</i>  |

## Sonderveranstaltungen

### Freitag, der 13.03. um 11:00 Uhr

#### Informationsvormittag: Vorsicht bei Trickbetrug!

Trickbetrüger gehen niemals die Ideen aus, weder am Telefon noch an der Haustür. Wie erkennt man betrügerische Anrufe? Wieso sollte man nicht einfach Amtspersonen oder Dienstleister in die Wohnung lassen? Antworten auf diese Fragen erfahren Seniorinnen und Senioren in dem Vortrag von Birgit Schwertfechter.

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung bis zum **11.03.2026**

**Freitag, der 27.03. von 11:00 Uhr bis 13:00 Uhr**



## Frühling der Generationen

### 27.03. Frühling auf der Leinwand Gemeinsam kreativ

Der Frühling inspiriert mit Farben, Leichtigkeit und Neubeginn. In diesem Workshop gestalten wir frei und kreativ mit Pinsel und Farbe und bringen unser persönliches Frühlingsempfinden auf die Leinwand. Vorkenntnisse sind nicht nötig – Freude am Gestalten genügt.

Begrenzte Teilnehmerzahl – um Anmeldung wird gebeten.

**Wann:** Freitag, 27.03.2026  
von 11 – 13 Uhr

**Wo:** Zentrum plus Wersten &  
Stadtteilladen Wersten,  
Liebfrauenstr. 30, 40591 Düsseldorf

**Kontakt:** Suzana.Bernardi@caritas-duesseldorf.de  
Tel.: 0211 762207



**Freitag, der 27.03. von 18:30 Uhr bis 21:30 Uhr**

## Der persisch- deutsche Kochabend


Im März laden wir zu einer vegetarischen Kräuterküche ein:

Freuen Sie sich auf eine aromatische Rote-Beete-Tarte, feines Kohlrabi- Carpaccio und selbstgemachtes Pesto mit Nudeln.

Zum süßen Abschluss servieren wir frisch gebackene Waffeln mit Sahne und Kirschen.

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung bis zum **23.03.2026**

**Freitag, 10.04. von 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr**

**Nachbarschaftscafé „Liebfrauen“**   
**in Kooperation mit „hallo: Nachbar“ – NEU!!**

Ab dem **10.04.2026** wird monatlich ein Nachbarschaftscafé in Wersten veranstaltet!

Wir treffen uns im Caritas zentrum *plus* Wersten, um beieinander zu sein, Kaffee und Kuchen zu genießen und einfach eine gute Zeit zu haben. Wir freuen uns auf nette Begegnungen!

Bei Interesse am **Nachbarschaftscafé** in Wersten melden Sie sich unter 0211 / 76 22 07

**Mittwoch, 15.04. von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr**

**Kulturcafé in Kooperation mit der Stadtbücherei Wersten:**

**"Da wiehert der Amtsschimmel!" mit Wolfgang Welter**

Überschreiend komische Amtsvorgänge und unglaubliche Paragraphenreiter aus aller Welt. Witzig glossiert von Kishon, Ringelnatz, Frankenfeld, Hasek, Spörrle, Thoma u.a.

**Anmeldung:** In der Stadtbücherei Wersten (Tel: 0211 89-24136) oder im zentrum *plus* Wersten

**Freitag, der 24.04. von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr**



**!! Karaoke – Party !!!**

**in Kooperation mit Caritas zentrum *plus* Hassels**

Am 24.04. heißt es von 18:00 bis 20:00 Uhr: Bühne frei für unseren Karaoke- Abend! Ob Solo, Duett oder im Chor – hier steht der Spaß im Mittelpunkt!

Für 5,00€ ist alles dabei: Getränke und Knabberereien inklusive.

Kommt vorbei und verbringt mit uns einen musikalischen Abend in bester Stimmung!

**Wo:** Caritas zentrum *plus* Wersten, Liebfrauenstr. 30

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung bis zum **20.04.2026**

**Dienstag, der 28.04. von 12:30 bis ca.14:30 Uhr**

**Kultur & Mehr, die Kulturgruppe lädt ein...**

**zu einem Besuch des Landtages NRW**

Wir werden im Landtagsforum und auf der Tribüne des Plenarsaales Informationen zum Landtag erhalten. Bei Kaffee und Kuchen findet danach der Ausklang statt.

**Kosten:** ggf. Fahrtkosten für den ÖPNV

**Treffpunkt:** 11:15 Uhr am zentrum *plus* Wersten,  
Liebfrauenstraße 30

Wir bitten um eine verbindliche Anmeldung bis zum **10.04.2026**

## Sprechstunden des Seniorenrats im zentrum *plus* Wersten

### Termine 2025:

Die Mitglieder des Seniorenrats Frau Ines Hümmerich und Herr Willi Mohrs laden wieder zu Sprechstunden ein und stehen älteren Mitbürgerinnen und Mitbürgern mit Rat und Auskunft zur Verfügung.

**Wann:** 19.03. ab 11:00 Uhr

**Wo:** Caritas zentrum *plus* Wersten, Liebfrauenstr. 30

## Informationen

zentrum *plus* Wersten

### Zugehende Hilfen

Seit **2022** bietet das zentrum *plus* Wersten im Rahmen des Modellprojektes „Zugehende Hilfen“ einen ehrenamtlichen Einkaufs-, Besuchs- & Begleitdienst für Senior: innen innerhalb des Stadtteils an. Ebenfalls können wir bei kleineren Problemen technischer Natur im Haushalt unterstützen.

Explizit möchten wir auch die Personen ansprechen, die bisher nicht zu den Besucher: innen unseres zentrum *plus* in Wersten zählen oder anderweitig mit Einrichtungen und Diensten der offenen Senior: Innenarbeit in Kontakt stehen. Sollten Sie sich in dem Projekt ehrenamtlich engagieren wollen, sind Sie ebenso herzlich eingeladen sich an uns zu wenden.

## **Düsseldorfer Agentur für Demenzerkrankte in der Häuslichkeit (DA für Dich)**

Ein häuslicher Besuchsdienst kann zusätzlich oder alternativ zu den Betreuungsgruppen Angehörige unterstützen. Geschulte ehrenamtliche Helferinnen und Helfer sind Gesprächspartner, lesen vor, hören zu und bieten individuelle Beschäftigungsmöglichkeiten, wie zum Beispiel Spaziergänge oder Cafébesuche, an.

DA für Dich ist im gesamten Düsseldorfer Stadtgebiet tätig. Sollten Sie sich ehrenamtlich engagieren wollen, sind Sie ebenso herzlich eingeladen sich an uns zu wenden.

### **Eigene Gruppenangebote**

Wünschen Sie sich einen Kurs, der noch nicht angeboten wird oder möchten gar eine eigene Gruppe initiieren? Haben Ideen, die gemeinsam umgesetzt werden können? Sprechen Sie uns gerne an!

### **Audioguide ausleihen? Hier möglich!**

Bei Bedarf stellt das Zentrum plus für Gruppenangebote oder eigene Veranstaltungen eine FM- Anlage sowie Audioguides zu Verfügung. Nach vorheriger Absprache mit der Leitung kann eine FM- Anlage nach entsprechender Einweisung gegen eine Kautions in Höhe von 50,00€ z.B. für ein Familienfest oder eine ähnliche Veranstaltung ausgeliehen werden.

## **Das Projekt Beethoven**

Das Projekt Beethoven ist ein Angebot für alle Bürgerinnen und Bürger der Stadt Düsseldorf zum Thema Schwerhörigkeit.

Im Zentrum steht die Beratung zu allen Fragen, Problemen und Ängsten, die im Zusammenhang mit Schwerhörigkeit auftreten können. Darüber hinaus wird gezielt präventiv gearbeitet, um damit die psychischen und sozialen Folgen, die durch eine Schwerhörigkeit entstehen können, zu verhindern.

**Die Beratung ist kostenlos. Termine nach Vereinbarung.**

---

**Ansprechpartnerin:** Frau Kathrin Kluge

**Tel.:** 0211 1602-1763

# EHRENAMTSBÖRSE

## MARKT DER MÖGLICHKEITEN



Du hast Lust, Dich in Wersten ehrenamtlich zu engagieren und den Stadtteil bunter zu gestalten - weißt aber nicht, wo und wie ? Dann komm vorbei: Einrichtungen, Projekte und Vereine aus Wersten stellen sich vor und wir finden bestimmt für alle eine passende Stelle – egal, wie viel Zeit oder Erfahrung Du hast.



**14**  
**MÄRZ**  
**2026**

**SAMSTAG**

**13 - 17 UHR**

**STEPHANUSHAUS WERSTEN**  
**WIESDORFER STR. 13,**  
**40591 DÜSSELDORF**

**MEHR INFOS:**



[www.ehrenamtboerse.kulturbud.de](http://www.ehrenamtboerse.kulturbud.de)



[orga-ea@kulturbud.clubdesk.com](mailto:orga-ea@kulturbud.clubdesk.com)

Ihr seid ein Verein/Projekt aus Wersten, seid auf der Suche nach Ehrenamtlichen und wollt einen eigenen Stand machen? Schreibt uns gerne an!



Arbeiterwohlfahrt  
Düsseldorf  
Familienglobus gGmbH



Caritasverband  
Düsseldorf



Wäsche 161 - Kulturbud Wersten gUG, Werstener Dorfstr. 161, 40591 Düsseldorf

DER CARITASVERBAND DÜSSELDORF  
PRÄSENTIERT DEN FILM

# Dear white People

Im Rahmen der  
Internationalen Woche gegen  
Rassismus laden wir Sie  
herzlich zu einer **kostenlosen**  
Filmvorführung ein.



Montag, der 16. März **18:30 Uhr**  
Dienstag, der 17. März **10:00 Uhr**



**Kulturhaus Süd - Kinosaal**  
Fritz-Erler-Straße 21  
40595 Düsseldorf



Tickets bei:  
**Vanessa Terporten**  
[vanessa.terporten@caritas-duesseldorf.de](mailto:vanessa.terporten@caritas-duesseldorf.de)

Ein Angebot gefördert durch:



Landeshauptstadt Düsseldorf  
Kulturhaus Süd



Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen





Caritasverband  
Düsseldorf

... IN DÜSSELDORF  
**WERSTEN**

**KAUFHAUS  
WERTVOLL**



**zentrum *plus***  
gemeinsam aktiv für das Alter

**STADTTEILLADEN  
WERSTEN**



**Familienberatung  
Wersten**

**KLARA-GASE-HAUS**



**INTEGRATIONS-  
AGENTUREN NRW**  
Integration, Einfach, Machen.

*Wir freuen uns auf Euch!*

### **Sozialkaufhaus Wertvoll**

Das Kaufhaus Wertvoll bietet attraktive Artikel zu günstigen Preisen.

Harffstraße 40, 40591 Düsseldorf



### **i-Punkt Arbeit**

Das kostenlose Beratungsangebot i-Punkt Arbeit bietet Unterstützung für arbeitslose und arbeitssuchende Menschen.

Harffstraße 40, 40591 Düsseldorf



### **Klara-Gase-Haus**

Eine Notunterkunft für Geflüchtete aus der Ukraine mit Schwerst- und Mehrfachbehinderungen, schweren Erkrankungen und besonderen Bedarfen.

0211 1602-29463

Sprochhöveler Str. 36,  
40591 Düsseldorf

### **Integrationsagentur**

Die Integrationsagentur regt Beiträge für eine wirksame Integration vor Ort an. Wir bieten viele verschiedene kostenfreie Angebote in unserer Einrichtung an.

0211 72139628

Kölner Landstraße 70,  
40591 Düsseldorf

### **zentrum *plus***

Das **zentrum *plus*** bietet Menschen ab 55 Jahren vielseitige Möglichkeiten der Freizeit- und Lebensgestaltung. Ein zentraler Ort für Begegnung und Beratung in Ihrer Nähe.

0211 762207

Liebfrauenstraße 30,  
40591 Düsseldorf

### **Stadtteilladen Wersten**

Der Stadtteilladen ist eine zentrale Anlaufstelle im Stadtteil: Hier finden Sie Unterstützung und allgemeine Beratung sowie zahlreiche Eltern-Kind-Angebote, Beteiligungsmöglichkeiten und einen bunten Nachbarschaftsgarten.

Liebfrauenstraße 30,  
40591 Düsseldorf



### **Erziehungs- und Familienberatungsstelle**

Wir beraten kostenlos Eltern, Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene (bis 27 Jahre), Alleinerziehende und Familien. Wir stehen unter Schweigepflicht.

Kölner Landstraße 264,  
40589 Düsseldorf



*Hinweis: Einige Projekte sind von der Landeshauptstadt Düsseldorf gefördert.*

## Fragen im Alter?



Vertrauliche und qualifizierte Beratung.

Wenn Sie einen Rat oder ein Gegenüber zum Gespräch brauchen. Wenn Sie nicht wissen, wie es weitergehen kann und wo Sie Hilfe und Unterstützung bekommen: **Wir sind für Sie da.**

Ob nun Rente, Pflege, Vollmachten oder das soziale Miteinander – mit dem Älterwerden gibt es immer wieder mal kleinere oder größere Fragen, die gar nicht so leicht zu beantworten sind.

Sie haben Freunde, Nachbarn oder Angehörige mit Fragen oder sind selbst unsicher? Dann vereinbaren Sie einen Termin mit uns oder kommen Sie einfach vorbei! Die Beratung ist kostenfrei und streng vertraulich.

### Unsere Öffnungszeiten sind:

Montag bis Donnerstag von 9:00-17:00 Uhr

Freitag von 9:00-13:00 Uhr

### Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

Kontakt: Paulina Etman und Suzana Bernardi

Telefon: 0211/76 22 07

E-Mail: [zp.wersten@caritas-duesseldorf.de](mailto:zp.wersten@caritas-duesseldorf.de)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Die zentren **plus** werden von der Landeshauptstadt Düsseldorf gefördert

**Wie Sie zu uns finden:**

zentrum *plus* Wersten  
Liebfrauenstraße 30  
40591 Düsseldorf



**U-Bahn:** U72 & U76 Haltestelle „Opladener Straße“ (Fußweg ca. 5 Minuten), U79 Haltestelle „Werstener Dorfstraße“ (Fußweg ca. 10 Minuten)

**Bus:** 783 Haltestelle „Opladener Straße“ (Fußweg ca. 5 Minuten), Haltestelle „Werstener Dorfstraße“ 723, 727, 780, 782, 785, 817, SB50 (Fußweg ca. 10 Minuten)

**Öffnungszeiten und Kontakt:**

Mo. – Do.      9:00 – 17:00 Uhr  
Fr.              9:00 – 14:00 Uhr

**Ansprechpartnerinnen:**

**Paulina Etmann & Suzana Bernardi**

Telefon:      0211/76 22 07

E-Mail:        zp.wersten@caritas-duesseldorf.de