



**Kurs- und  
Veranstaltungsprogramm  
Oktober bis Dezember 2022**

**zentrum *plus* Hassels**  
Am Schönenkamp 146  
40599 Düsseldorf

## Aktuelle Wochenübersicht

### Montag

11.00 – 13.00 Uhr	Mittagstisch (6,00€ pro Person)
12.00 – 13.00 Uhr	Sturzprophylaxe (Gruppe 1)
13.30 – 14.30 Uhr	Sturzprophylaxe (Gruppe 2)
14.00 – 17.00 Uhr	Demenzcafé mit Herrn Lindemann
14.30 – 16.30 Uhr	Bingo * <b>Neu ab 04.10.22*</b> <i>am 17.10., 31.10., 14.11., 28.11., 12.12.22</i>

### Dienstag

09.30 – 10.30 Uhr	Präventionsgymnastik (Gruppe 1)
11.00 – 12.00 Uhr	Präventionsgymnastik (Gruppe 2)
10.00 – 13.00 Uhr	Skatrunde für Skatfreunde
11.00 – 13.00 Uhr	Mittagstisch (6.00€ pro Person)
14.00 – 16.30 Uhr	Spieletreff
15.00 – 17.00 Uhr	Handyberatung <i>am 11.10., 25.10., 08.11., 22.11.22</i>

### Mittwoch

09.45 – 11.30 Uhr	Stadtteilfrühstück (5,00€ pro Person) <i>am 12.10., 26.10., 09.11., 30.11., 14.12., 28.12.22</i>
11.00 – 13.00 Uhr	Mittagstisch (6,00€ pro Person)
12.00 – 14.00 Uhr	Quilling
14.30 – 16.30 Uhr	Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene (2,50€ pro Person). <i>Bitte alle Materialien mitbringen, die Sie bearbeiten möchten.</i>

### Donnerstag

11.00 – 13.00 Uhr	Mittagstisch (6,00€ pro Person)
12.30 – 13.30 Uhr	Sturzprophylaxe

- 14.30 – 16.00 Uhr Singgruppe  
*am 06.10., 20.10., 03.11., 17.11., 01.12., 15.12.,  
29.12.22*
- 14.30 – 16.30 Uhr Gedächtnistraining  
*am 13.10., 27.10., 10.11., 24.11., 08.12., 22.12.22*
- 14.30 – 16.30 Uhr Strickgruppe

## Freitag

- 10.00 – 13.00 Uhr Skatrunde für Skatfreunde  
11.00 – 13.00 Uhr Mittagstisch (6,00€ pro Person)

**Unbedingt beachten:** Wegen der aktuellen Corona-Situation gilt bei uns weiterhin die Verpflichtung zum Tragen einer medizinischen (OP-Maske) oder FFP 2 Masken auf allen Wegen in der Einrichtung. Am Platz dürfen die Masken abgenommen werden.

## Weitere Angebote

### Offenes Café



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

Dienstags – Donnerstags 9.30 – 14.00 Uhr

### Stadtteilfrühstück



Mittwoch, 12.10., 26.10., 09.11., 30.11.,  
14.12., 28.12.22

09.45 – 11.30 (5,00€ pro Person)

**Mit Anmeldung!**

### Kirchengemeindefrühstück



Mittwoch, 19.10., 16.11., 21.12.22

nach der Frauenmesse 9.45 – 11.30  
(5,00€ pro Person)

## Offene Bürgersprechstunde der Polizei

Der Kontaktbezirksdienstbeamte Herr Stefan Weyler steht allen interessierten Senior\*innen als direkter Ansprechpartner für Fragen, Informationen, Problemen oder auch Anregungen persönlich zur Verfügung.

Dienstag, 18.10., 08.11., 13.12.22

10.00 – 12.00 Uhr

## Ehrenamt



Das Zentrum *plus* bietet nicht nur viele Möglichkeiten der Begegnung, sondern auch **des ehrenamtlichen Engagements**.

Vielleicht 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? Sprechen Sie uns an!

Wir freuen uns, Sie kennenzulernen!

## Sonderveranstaltungen im Zentrum *plus* Hassels

Besondere Veranstaltungen und Aktivitäten im Herbst und Winter

### Montag, 04.10.22

Ab 14.30 Uhr

#### **Bingo-Nachmittag zum Kennenlernen**

In gemütlicher Atmosphäre bietet dieser Nachmittag die Möglichkeit zum gemeinsamen Kennenlernen, zum Austausch und ist offen für Wünsche und Anregungen.

### Dienstag, 06.12.22

14.30 – 16.00 Uhr

#### **Adventscafé**



„Auch der Nikolaus, das ist doch klar, kommt auch zu uns in diesem Jahr. Seinen Sack hat er auch mit dabei, vielleicht mit Geschenken oder Allerlei. Ein Nachmittag mit uns wäre nett, macht euch ein bisschen adrett. Anmelden wäre wichtig, dann gelingt uns alles richtig“. (G.G., EA)

**Mit Anmeldung!**

## 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!

### **zentrum *plus* Hassels**

Am Schönenkamp 146  
40599 Düsseldorf

Telefon: 0211/746711  
Telefax: 0211/1602 1140

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

### **Ansprechpartnerin:**

Frauke Krämer

### **Öffnungszeiten:**

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

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