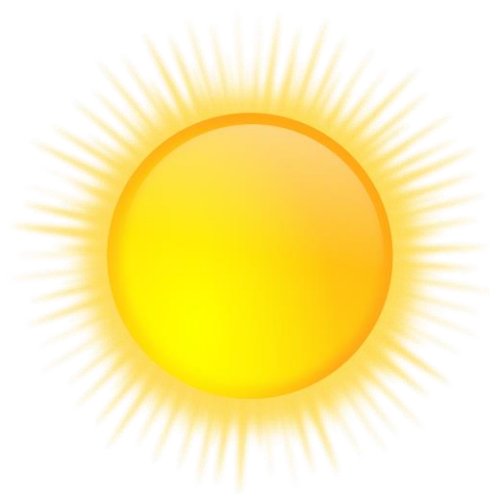


# Kurs- und Veranstaltungsprogramm

Juli & August 2023



**zentrum *plus* Wersten**  
Liebfrauenstraße 30  
40591 Düsseldorf

## Liebe Werstener:innen,

wir freuen uns Ihnen unser aktuelles Programmheft für Juli & August 2023 vorstellen zu dürfen. Auf folgende Neuigkeiten möchten wir vorab hinweisen:

### Neue Koordination im zentrum *plus* Wersten:

Seit dem **01.06.2023** bin ich, Paulina Etmann, die neue Koordinatorin im ZP Wersten und zusätzlich Standortverantwortliche für Demenz.

Ich freue mich sehr auf meine neue Aufgabe und ganz besonders darauf, Sie alle in unserem schönen zentrum *plus* willkommen zu heißen. Für Beratungstermine sowie Gespräche, Anregungen und Wünsche bin ich stets offen. Scheuen Sie sich bitte nicht mich telefonisch, persönlich oder per E-Mail zu kontaktieren!

Ich freue mich auf *unser* Kennenlernen und die kommende Zeit in Wersten!

## Aktuelle Wochenübersicht

### Montag

10.00 – 12.00 Uhr

**Handy- und Tabletsprechstunde für Senior:innen**

**\*Interessent:innen sind Herzlich willkommen! 😊**

Beratung ohne Termin möglich. Bei komplexeren Anfragen bitte vorab einen Termin vereinbaren.



12.00–  
13.00 Uhr

**Mittagstisch**

Vorbestellung bitte notwendig!

Es entstehen Kosten in Höhe von 6€ pro Mahlzeit.

## Dienstag



12.00 –  
13.00 Uhr

### Mittagstisch

Vorbestellung bitte notwendig!

Es entstehen Kosten in Höhe von 6€ pro Mahlzeit.

14:30 – 16:30 Uhr

**Turn- und Bewegungsgruppe** **\*aktuell keine freien Plätze vorhanden!**

## Mittwoch

9.30 – 11.30 Uhr

### Offene Sprechstunde Senior:innenberatung

*Alle 14 Tage*



12.00 –  
13.00 Uhr

### Mittagstisch

Vorbestellung notwendig. Es entstehen Kosten in Höhe von 6€ pro Mahlzeit.



19.00 –  
21.00 Uhr

### Strickstammtisch

*Jeden 1. & 3. Mittwoch im Monat*

*Kostenbeitrag 3,50 Euro*

## Donnerstag

10.00 – 12.00 Uhr

### Frühstück Alt & Jung

*Am 13.07., 27.07. & 10.08., 24.08.23*

*Bitte beachten Sie: für den Verzehr entstehen Kosten.*

*Es wäre schön, wenn Sie sich bitte zwei Tage zuvor anmelden würden!*



**12.00 –  
13.00 Uhr**

### **Mittagstisch**

Vorbestellung bitte notwendig!

Es entstehen Kosten in Höhe von 6€ pro Mahlzeit.

**15.00 – 17.00 Uhr**

### **Bingo-Nachmittag mit Kaffee & Kuchen**

**\*Interessent:innen sind Herzlich willkommen! ☺**

*Jeden 2. Donnerstag im Monat*

Es entstehen Kosten in Höhe von 4,00 € für Kaffee, Kuchen und Gewinne.

*Es wäre schön, wenn Sie sich bitte zwei Tage zuvor anmelden würden!*

**17.00 – 19.00 Uhr**

### **Griechische Frauengruppe**

*Jeden 1. Donnerstag im Monat*



**19.00 –  
22.00  
Uhr**

### **Schachverein Wersten 1964**

## **Freitag**

**11.00 – 12.00 Uhr**

### **Malgruppe \*Interessent:innen sind Herzlich willkommen!**



**12.00 –  
13.00 Uhr**

### **Mittagstisch**

Vorbestellung notwendig. Es entstehen Kosten in Höhe von 6€ pro Mahlzeit.



**14.00 –  
17.00 Uhr**

### **Gesangsgruppe**

*Jeden 2. & 4. Freitag im Monat*

**14.30 – 18.00 Uhr      Strickgruppe**

*Am 21.07. & 18.08.23*

*Bei schönen Wetter findet die Strickgruppe im Nachbarschaftsgarten statt!*



**19.00 –  
22.00 Uhr**

**Spieletreff**

*Am 18.08.2023*

**Samstag**

**14.00 – 16.00 Uhr      Selbsthilfegruppe**

Bei Interesse bitte an Herrn Hecker als Koordinator der Gruppe unter [selbst-hilfe-nrw@web.de](mailto:selbst-hilfe-nrw@web.de) wenden.

**Hinweis zur Anmeldung:**

Bitte achten Sie darauf, ob Sie sich für einen Kurs oder eine Veranstaltung anmelden müssen. Infos dazu finden Sie bei der jeweiligen Veranstaltung. Sie können sich telefonisch oder per E-Mail anmelden:

Tel.: 0211/76 22 07 | E-Mail: [zp.wersten@caritas-duesseldorf.de](mailto:zp.wersten@caritas-duesseldorf.de)



## Vorsorge & Prävention

Infoveranstaltungen im zentrum *plus*

Wissen ist Macht! Regelmäßig bieten wir im zentrum *plus* Wersten Informationsveranstaltungen rund um Vorsorge und Prävention an. Die Veranstaltungen sind für Sie kostenlos. Die Räumlichkeiten sind barrierefrei zugänglich.

**Donnerstag,  
27.07.23**

15.00 – 16.30  
Uhr

### **Vorstellung des Diakonie-Ruf**

*Referentin: Frau Härtel*

Wie Sie mit dem Diakonie-Ruf unkompliziert Hilfe rufen können, was die Mitarbeitenden der Notrufzentrale im Fall der Fälle unternehmen und welche Möglichkeiten es gibt, um sich auch unterwegs sicher zu fühlen –  
Zu vielen Themengebieten informiert Frau Härtel in der Infoveranstaltung im zentrum *plus* Wersten.

**Herzlich willkommen!**

Zur besseren Planung bitten wir um vorherige Anmeldung.

## Weitere Angebote

was Sie bei uns sonst noch erwarten können:

### Zugehende Hilfen

Seit 2022 bietet das zentrum **plus** Wersten im Rahmen des Modellprojektes „Zugehende Hilfen“ einen ehrenamtlichen Einkaufs-, Besuchs- & Begleitsdienst für Senior:innen innerhalb des Stadtteils an.

Ebenfalls können wir bei kleineren Problemen technischer Natur im Haushalt unterstützen (z. B. Glühbirnenwechsel, Neueinstellung TV-Kanäle).

Sollten Sie hieran Interesse haben, können Sie sich gerne an Frau Etmann wenden. 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. Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung! 😊

### Engagement



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

Vielleicht wollten Sie sich schon immer mal für Ihre Nachbar:innen engagieren und wussten nicht wie oder haben eine Idee für ein Gruppenangebot?

Vielleicht suchen Sie nach einem neuen Raum für Ihre Skatgruppe oder Ihren Lesekreis?

Sie suchen Anschluss, aber wissen noch nicht ganz, wo Sie starten können? Wir freuen uns, Sie kennenzulernen!

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!**

Vereinbaren Sie einen individuellen Termin mit uns oder kommen Sie einfach in unseren Öffnungszeiten vorbei:

Kontaktieren Sie uns über 0211 76 22 07 oder unter [zp.wersten@caritas-duesseldorf.de](mailto:zp.wersten@caritas-duesseldorf.de).

### **Wie Sie zu uns finden:**

zentrum *plus* Wersten  
Liebfrauenstraße 30  
40591 Düsseldorf

**U-Bahn:** U71, U74, U77 & U83 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 |

### **Ansprechpartnerin:**

**Paulina Etmann**

|          |                                                                                          |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Telefon: | 0211/76 22 07                                                                            |
| E-Mail:  | <a href="mailto:zp.wersten@caritas-duesseldorf.de">zp.wersten@caritas-duesseldorf.de</a> |