



Caritasverband
Düsseldorf

zentrum *plus*
gemeinsam aktiv für das Alter

Stockum

Oktober 2025



Caritasverband Düsseldorf e. V.
Hubertusstraße 5, 40219 Düsseldorf

Telefon 0211 / 16 0 20
Telefax 0211 / 16 02 - 1140
info@caritas-duesseldorf.de
www.caritas-duesseldorf.de

Monatsprogramm „zentrum plus“ / stockum

Aktuelle Wochenübersicht

Montag

12.00- 13.00 Uhr	Mittagstisch
15.00- 16.30 Uhr	Kunstcafé 06.10., 20.10.
15.00- 16.00 Uhr	Origami
15.00- 16.00 Uhr	Gedächtnistraining 06.10., 27.10.

Dienstag

09.00- 16.00 Uhr	Podologie (07.10.)
10.00 - 13.00 Uhr	Betreuungsgruppe Café Spurensuche
12.00 – 13.00 Uhr	Mittagstisch
15.00- 17.00 Uhr	Nachbarschaftstreff mit Kaffee und Kuchen
17.00 Uhr	Kegeln (14.10.) Heideröschen)

Mittwoch

10.00 - 13.00 Uhr	Betreuungsgruppe Café Spurensuche
12.00 – 13.00 Uhr	Mittagstisch
15.00 - 16.00 Uhr	Bibelgesprächskreis (08.10. , 29.10.).

Donnerstag

10.00 – 11.00 Uhr	Gymnastik
11.00 – 12.00 Uhr	Gymnastik 2
12.00 - 13.00 Uhr	Mittagstisch
14.30 - 16.00 Uhr	Gedächtnistraining (Wohnhof)

Freitag

11.00- 12.30 Uhr	Einkaufsfahrt
10.00- 12.00 Uhr	Smartphone etc. Beratung nach Terminabsprache
12.00 – 13.00 Uhr	Mittagstisch

Einzel- und Sonderveranstaltungen

Samstag, 04.10.2025, 10.00 bis 13.00 Uhr

Erntedank: Spendenaktion für die Düsseldorfer Tafel

Donnerstag, 07.10.2025, 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Kleines Oktoberfest (Wohnhof)

Monatsprogramm „zentrum plus“ / stockum

zentrum **plus** Stockum

Ältere Menschen wollen ihr Leben möglichst lange selbstbestimmt in der eigenen Wohnung führen. Die **zentren plus** helfen ihnen dabei. Wohnortnah in den Stadtteilen sind sie Anlaufpunkt und Beratungsstelle für Menschen ab etwa 55 Jahren bis ins hochbetagte Alter. Sie geben Menschen nach der Berufs- oder Familienzeit Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen, Hilfe auf Gegenseitigkeit zu leisten, sich weiter zu bilden und die freie Zeit unterhaltsam und sinnvoll zu gestalten.

Über diese Netzwerkgedanken hinaus finden ältere Menschen in **zentren plus** individuelle Beratung zu allen Fragen rund um das Leben im Alter. Das können Behördenangelegenheiten sein, es werden aber auch Dienstleistungen vermittelt wie Hol- und Bringdienste, Essen auf Rädern, Haushalts- und Pflegedienste oder Hilfen für die Angehörigen von Menschen mit Demenz.

Die „zentren plus“ werden gefördert von der Landeshauptstadt Düsseldorf

Impressum

„zentrum **plus**“ / Stockum

Lönsstraße 5a

40474 Düsseldorf

Telefon: 0211 / 4576336

Telefax: 0211 / 4576332

udo.glasmacher@caritas-
duesseldorf.de

Ansprechpartner:

Udo Glasmacher

Öffnungszeiten:

Mo-Fr

08.30-17.00 Uhr



zentrum **plus**
gemeinsam aktiv für das Alter