

Juli - August - September 2023

PROGRAMMHEFT

zentrum *plus*
Mörsenbroich



Caritasverband Düsseldorf e.V.

Hubertusstraße 5
40219 Düsseldorf

Tel. 0211 1602-0
Fax 0211 1602-1140

info@caritas-duesseldorf.de
www.caritas-duesseldorf.de

Herzlich willkommen im **zentrum *plus*** Mörsenbroich!

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

„**Gemeinsam statt einsam**“- so lautet das Motto von zp Mörsenbroich. Das „**zentrum *plus***“ Mörsenbroich richtet sich an älter werdende Menschen aus dem Stadtteil Mörsenbroich und Umgebung. Das offene Café ist die erste Anlaufstelle des „**zentrum *plus***“ als Kontakt- und Infostelle und der Knotenpunkt der gesamten Einrichtung. Ältere Menschen, ohne und mit Migrationshintergrund, die das Bedürfnis haben, sich zwanglos und ohne Verpflichtung nachmittags zusammenzusetzen und bei Spiel, Kaffee und Kuchen oder bei Vorträgen der heimischen Einsamkeit zu entrinnen, können unser Zentrum besuchen. Hier bietet sich den Besuchern die Möglichkeit, über Angebote und Leistungen der Einrichtung informiert zu werden und neue soziale Kontakte geknüpft zu werden.

„**zentrum *plus***“ Mörsenbroich des Caritasverbandes bietet darüber hinaus, umfangreiches Beratungsangebot zu seniorenrelevanten Themen an. Wir möchten Ihnen dabei helfen, Ihr Leben in der eigenen Wohnung möglichst lange selbständig zu führen. 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:

Montag - Donnerstag von **10.00 – 17.00** Uhr

Freitag von **10.00 – 13.00** Uhr

Sie erreichen uns über:

Telefon: 0211 650 41-72

Telefax: 0211 650 41-73

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

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

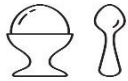


(Nana Buadze)

WOCHENÜBERSICHT

Montag

09.00-11.00 Uhr



Frühstückstreff für Jung und Alt

Wöchentlich | mit Anmeldung | Kostenbeitrag: 5,00 €

Der Frühstückstreff bietet Jung und Alt die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen Menschen in geselliger Runde zu frühstücken, Neuigkeiten auszutauschen und eine gemütliche Zeit miteinander zu verbringen. Hier sind alle willkommen!

10.00 – 16.30 Uhr



Offenes Café für Jung und Alt

Täglich | keine Anmeldung notwendig

Gemeinsam mit anderen Menschen in geselliger Runde austauschen oder einfach in Ruhe mit Kaffee Zeitung lesen: hier sind alle willkommen!

13.00 – 16.30 Uhr



Ausfüllhilfe für geflüchtete Menschen für Jung und Alt: Formulare verstehen !?

Wöchentlich | mit Anmeldung | kostenloses Angebot

Wer kennt es nicht: Der Austausch mit Behörden ist oftmals nicht einfach, selbst für Muttersprachler. Schuld daran ist das schwierige Behördendeutsch mit all seinen Kuriositäten. Für geflüchtete Menschen können solche Formulare unüberwindbar erscheinen.

🇺🇦Допомога у заповненні документів у зр Mörsenbroich для переселенців з України різного віку. Починаючи з червня 2022 року кожного понеділка з 13:30 до 16:30 у Caritas zentrum plus Mörsenbroich ми допоможемо переселенцям з України безкоштовно у заповненні різних документів. Прийом за попереднім записом. Подальшу інформацію, час прийому ви отримуєте за телефоном 0211/650 41 72.

14.30 – 16.00 Uhr

Gedächtnistraining

*Wöchentlich | mit Anmeldung | Kostenbeitrag: 35,00 €
für 10 Termine*

Durch das ganzheitliche Gedächtnistraining wird Körper und Geist beteiligt, die eigenen Fähigkeiten werden gefördert und gestärkt. Ganz ohne Stress trainieren Sie in geselliger und entspannter Atmosphäre ihre geistige Fitness. **Interessent*innen willkommen!**

Dienstag

10.00 – 11.00 Uhr

Funktionsgymnastik im Sitzen und Stehen Gruppe I

*Wöchentlich | mit Anmeldung | Kostenbeitrag: 4,00 € pro Stunde |
Aufnahme auf die Warteliste!*

Ein Kurs für mehr Beweglichkeit, Muskelstärkung, Rückendehnung, bessere Durchblutung und vor allem: gute Laune in der Gruppe!

Wichtig: für den Kurs sollte eine eigene Matte mitgebracht werden!

10.00 – 16.30 Uhr



Offenes Café für Jung und Alt

Täglich | keine Anmeldung notwendig

Gemeinsam mit anderen Menschen in geselliger Runde austauschen oder einfach in Ruhe mit Kaffee Zeitung lesen: hier sind alle willkommen!

11.15 – 12.15 Uhr

Funktionsgymnastik im Sitzen und Stehen Gruppe II

*Wöchentlich | mit Anmeldung | Kostenbeitrag: 4,00 € pro Stunde |
Aufnahme auf die Warteliste!*

Ein Kurs für mehr Beweglichkeit, Muskelstärkung, Rückendehnung, bessere Durchblutung und vor allem: gute Laune in der Gruppe! Der Kurs findet im Stehen und Sitzen statt.

Wichtig: für den Kurs sollte eine eigene Matte mitgebracht werden!

12.00 – 13.30 Uhr

Offene Smartphone- und Tabletsprechstunde

Wöchentlich | mit Anmeldung | kostenloses Angebot



In der Sprechstunde erhalten Sie Hilfe und Tipps zu ihren Fragen rund ums Smartphone oder Handy: Welche Funktionen kann ich verwenden? Wie nutze ich das Internet? und vieles mehr.

14.00 – 16.30 Uhr

Kaffeeklatsch und Spieletreff

Täglich | keine Anmeldung notwendig | Kostenbeitrag 2,50 €



Mit dem Angebot haben Sie die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten zum Kaffeeklatsch zu treffen und dazu je ein Stück Kuchen mit einem heißen Getränk nach Wahl zu genießen. Bei einer Tasse Kaffee ist genug Zeit und Raum um gemütlich einige Stunden miteinander zu verbringen. Für den Verzehr von Kaffee und Kuchen wird ein Unkostenbeitrag von 2,50 Euro erhoben. **Neue Besucher*innen sind stets willkommen!**

15.00 – 16.30 Uhr

Gedächtnistraining für russischsprachige Migrant*innen

Am 2. und 4. Dienstag im Monat | mit Anmeldung | kostenloses Angebot



🇷🇺Тренировка концентрации памяти важнейший аспект поддержания своего интеллекта в тонусе. Без концентрации внимания человек не может работать эффективно: отвлекается на пустяки, не способен правильно расставить приоритеты и, наконец, просто сосредоточиться. Чтобы как можно дольше сохранить память, нужно постоянно ее тренировать, нагружать ум и активизировать умственные процессы. Подобно тому, как без должной физической нагрузки мышцы становятся вялыми и атрофируются, так и мозг понижает активность без умственных тренировок.

15.00 – 17.00 Uhr

MS-Gruppe Beratung und Info

Am 1. Dienstag im Monat | mit Anmeldung

14.00 – 16.00 Uhr

Neu: Tablet-Schulung für Anfänger:innen

Jeden Dienstag | mit Anmeldung | Kostenbeitrag 12 x Termine

*= 35,00 € | Start: 18.07.2023 | **Plätze frei!***



Lernen Sie in 12 Unterrichtseinheiten, wie Sie das Tablet bedienen und wie es zu Ihrem nützlichen Alltagshelfer wird. Kennen Sie zum Beispiel die App **„Besser versorgt in“** mit vielseitigen Themen rund ums Älterwerden? Vorkenntnisse brauchen Sie keine. Mitbringen dürfen Sie nur Motivation am Lernen, die Freude und gute Laune. **Detaillierte Information s.u. Seite 13**

14.00 – 17.00 Uhr

Second-Hand-Shop*

wöchentlich | keine Anmeldung notwendig



Detaillierte Information s.u. Seite 15

18.00 – 20.30 Uhr

Frauengruppe „WIR- Mörsenbroicher“

Am 2. Dienstag im Monat | mit Anmeldung



Jedes Treffen fokussiert sich auf ein bestimmtes Thema. Es werden eigene Gedichte vorgetragen, gemeinsam werden kulturelle Angebote und Aktivitäten organisiert.

Mittwoch

10.00 – 12.00 Uhr

Offene Smartphone- und Tabletsprechstunde

Am 2. Mittwoch im Monat | mit Anmeldung | kostenloses Angebot



In der Sprechstunde erhalten Sie Hilfe und Tipps zu ihren Fragen rund ums Smartphone oder Handy: Welche

Funktionen kann ich verwenden? Wie nutze ich das Internet? Und vieles mehr.

10.00 – 16.00 Uhr



Offenes Café für Jung und Alt

Täglich | keine Anmeldung notwendig

Gemeinsam mit anderen Menschen in geselliger Runde austauschen oder einfach in Ruhe mit Kaffee Zeitung lesen: hier sind alle willkommen!

14.00 – 16.00 Uhr

Wichtel-Bingo-Nachmittag

Am 2. Mittwoch im Monat | mit Anmeldung | Kostenbeitrag 2,50 €

Jede*r bringt 1-3 Gegenstände mit, die nicht mehr gebraucht werden. Diese werden dann beim Bingo-Spielen unter den Teilnehmenden ausgespielt. Es wird Kaffee und Kuchen serviert. **Interessent*innen willkommen!**

11.00 – 12.30 Uhr



Sprachcafé – Woher kommst Du?

& Wir üben Deutsch gemeinsam!

*Am 1. Und 4. Mittwoch im Monat | mit Anmeldung | kostenloses Angebot | **Plätze frei!***

Sie haben Lust Ihr Deutsch aufzufrischen oder möchten es verbessern? Hast du Lust in ungezwungenerer Atmosphäre mit Menschen ins Gespräch zu kommen und neue Kulturen kennenlernen? Dann kommen Sie doch zu unserem Sprachcafé!

Donnerstag

10.00 – 17.00 Uhr



Offenes Café für Jung und Alt

Täglich | keine Anmeldung notwendig

Gemeinsam mit anderen Menschen in geselliger Runde austauschen oder einfach in Ruhe mit Kaffee Zeitung lesen: hier sind alle willkommen!

10.00 – 17.00 Uhr



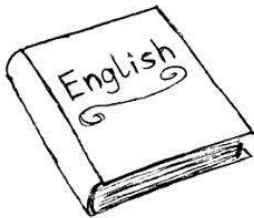
Kaffeeklatsch und Spielertreff für Jung und Alt

Am 2.3. und 4. Donnerstag im Monat | keine Anmeldung notwendig | Kostenbeitrag 2,50 €

Neu: Mit dem Angebot haben Sie die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten zum Kaffeeklatsch zu treffen und dazu je ein Stück **frisch gebackenen** Kuchen (ab 07.09.2023) mit einem heißen Getränk nach Wahl zu genießen. Bei einer Tasse Kaffee ist genug Zeit und Raum um gemütlich einige Stunden miteinander zu verbringen. Für den Verzehr von Kaffee und Kuchen wird ein Unkostenbeitrag von 2,50 Euro erhoben.

Neue Besucher*innen sind stets willkommen!

14.30 – 16.00 Uhr



Do You Speak English? – Konversationskurs Englisch

Wöchentlich | Anmeldung notwendig | kostenlos

Aufnahme auf die Warteliste!

If you do, and you want to improve your fluency, then please join me, a native English speaker, every Thursday afternoon to converse in English over a cup of coffee!

Dies ist kein Englischkurs im üblichen Stil. Hier wird nur Konversation und frei sprechen geübt und es wird (fast) nur Englisch gesprochen. Der Kurs ist daher ungeeignet für absolute Anfänger oder Personen mit geringen Englischkenntnissen.

14.30 – 16.00 Uhr



Heiße Waffeln für Jung und Alt für Jung und Alt

Am 1. Donnerstag im Monat | keine Anmeldung notwendig | Kostenbeitrag 2,50 €

Hier ist Jede und Jeder willkommen!

14.00 – 17.00 Uhr



Second-Hand-Shop*

Wöchentlich | keine Anmeldung notwendig

Detaillierte Information s.u. Seite 15

11.00 – 12.30 Uhr



Qigong für Jung und Alt

*Wöchentlich | Anmeldung notwendig | 10X 7,50 Euro = 75,00 € |
Neuer Kurs ab 13. Juli bis 14. September*

Qi-Gong für Jung und Alt Qi -Gong ist die traditionelle chinesische Kunst des Umgangs mit der Lebensenergie (Chi bzw. Qi). Wer Qi Gong übt, wird ausgeglichener, gesünder, vitaler, hat mehr Lebensfreude, Energie und innere Ruhe. Die 18 Harmonien sind eine Meditation in Bewegung - eine einfache, schöne und fließende Qigong-Übung, die den Qi-Fluss harmonisiert, Stress reduziert und Gelenke, Muskeln und Organe stärkt.

Neue Besucher*innen sind stets willkommen!

18.00 – 19.30 Uhr



Yoga für Jung und Alt

Wöchentlich | mit Anmeldung |

*Bei Interesse wenden Sie sich bitte an das zentrum **plus**!*

Hatha-Yoga ist eine Möglichkeit der aktiven, bewussten Entspannung des Körpers. Durch gezielte Bewegungsabläufe, Atemübungen und Körperhaltungen kann die Konzentrationsfähigkeit verbessert und die innere Ausgeglichenheit wieder erworben werden. Gleichfalls werden Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainiert.

Die Anforderungen in Familie und Beruf können zu einer körperlichen und psychischen Dauerbelastung führen. Die Übungen zur Stressbewältigung, die über einen längeren Zeitraum alltagsbegleitend geübt und angewendet werden, können hier positiv entgegenwirken. Dieser Kurs ist sehr gut für Anfänger aller Altersgruppen geeignet.

Freitag

10.00 – 12.00 Uhr

Stadtteilfrühstück für Jung und Alt

14- tägig | mit Anmeldung | Kostenbeitrag 5,00 €

Termine: 07.07.2023, 21.07.2023, 04.08.2023, 18.08.2023,
01.09.2023, 15.09.2023, 29.09.2023



Der Frühstückstreff bietet Jung und Alt die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen Menschen in geselliger Runde zu frühstücken, Neuigkeiten auszutauschen und eine gemütliche Zeit miteinander zu verbringen. Hier sind alle willkommen!

15.00 – 18.00 Uhr

Tanznachmittag „Glücksvitamin“

Am 2. und 4. Freitag im Monat | Anmeldung notwendig |
Kostenbeitrag 6,00 € (inkl. Kuchen, Kaffee und Getränke)



Verbringen Sie bei uns gemütliche Stunden oder lernen Sie Menschen mit gleicher Leidenschaft zum Tanzen oder geselligem Zusammensein bei Musik, Kaffee & Kuchen kennen. Alle tanzbegeisterten Personen und jene, die es werden möchten, sind herzlich eingeladen!

Neue Besucher*innen sind stets willkommen!

15.00 – 18.00 Uhr

Russische Seniorendisko

Am 3. Freitag im Monat | Anmeldung notwendig | Kostenbeitrag 3,00 € (inkl. Kuchen, Kaffee und Getränke)

Tanzen bringt den Kreislauf in Schwung, hält die Gelenke fit und beschert ein unterhaltsames Gemeinschafts-erlebnis. Tanz ist Bewegung und Bewegung ist Leben! Gerade ältere Menschen finden hier eine besonders gesellige Form der Bewegung – Bekanntschaften und Freundschaften werden geschlossen.



приглашаем на дискотеку „ВИТАМИН СЧАСТЬЯ“. Здесь вы встретитесь с интересными людьми, увидите со старыми знакомыми и приобретете новых. Вас ждет настоящий праздник: музыка в сопровождении световых

эффектов, а также вкусное угощение за изящно декорированными столами с нами вы снова почувствуете себя молодыми и счастливыми!

Good News:

Gratis - WLAN in unserem Café

Caritas- ZP Moerssenbroich



WEITERE ANGEBOTE



Einladung zur Tablet-Schulung für Anfänger:innen

Android-Systeme

Lernen Sie in 12 Unterrichtseinheiten mit Hilfe des **ZP** – Handouts, wie Sie das Tablet bedienen und wie es zu Ihrem nützlichen Alltagshelfer wird. Kennen Sie zum Beispiel die App „**Besser versorgt in**“ mit vielseitigen Themen rund ums Älterwerden?

Vorkenntnisse brauchen Sie keine. Mitbringen dürfen Sie nur Motivation am Lernen, die Freude und gute Laune.

Kostenbeitrag*: 12 X Termine = 35,00 EU

Start: 18. Juli 2023, jeden Dienstag um 14:00 – 16:00 Uhr

Ort: zentrum **plus** Mörsenbroich, **Wo:** kl. Saal*

Telefon: 0211/650 41 72

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

Ansprechpartnerin und Anmeldung: Nana Buadze

Kursleitung: Gerd Fischer

zentrum **plus** Mörsenbroich, Eugen-Richter-Straße 10
40470 Düsseldorf

*ebenerdiger Zugang

*Die Teilnahme ist mit eigenem Tablet (Android) oder auch mit einem Leihgerät (Android-Tablet) von zp Mörsenbroich möglich.

Bücherregal



Die Bücher kosten viel Geld und oft sammeln sie sich, nachdem sie einmal gelesen wurden, im Regal. Ein zweites Mal werden sie seltenste aufgeschlagen. Diese Bücher können aber vielleicht für andere interessant sein.

Über eine kleine Spende würden wir uns freuen!!!

Und so funktioniert die Büchertauschbörse:

- Die Bücher können bei uns abgegeben werden!
- Wenn das Bücherregal keinen Platz für weitere Bücher hat, können Sie die Bücher leider nicht hier lassen, uns fehlen die Lagermöglichkeiten!
- Bitte sprechen oder rufen Sie uns vorher an, ob der Platz im Regal vorhanden ist!
- Wir möchten Sie nun bitten, auf die Ordnung zu achten!

Wenn Sie dies beachten, werden Sie mit dem Büchertauschregal viel Freude haben, viele Bücher entdecken und außerdem noch eine Menge Geld sparen.

Wir wünschen viel Lesevergnügen!

Second Hand Shop



Second Hand Shops sind ideal, um sich von Fehlkäufen zu trennen und die Garderobe preiswert und nachhaltig aufzuhübschen.

Kaufen Sie lieber Gutes gebraucht und preiswert als Neues in minderer Qualität?

Sind Sie neugierig geworden?

Dann sind Sie bei uns richtig und willkommen - als Bring-Kunde, als Kaufkunde oder als Bring- und Kaufkunde.

Dieses Angebot steht allen offen:

- die in einer schwierigen finanziellen Situation leben und sich daher möglichst preiswert und trotzdem gut kleiden möchten,
- die umwelt- und ressourcenschonend leben wollen und daher gerne Secondhand-Kleidung wählen.

Düsselpass-Besitzer:innen erhalten eine Ermäßigung. Schauen Sie gerne vorbei.

Wir nehmen **GERNE.**

- gut erhaltene Oberbekleidung aller Art für Erwachsene und Jugendliche
- saubere und gut erhaltene Schuhe für Erwachsene und Kinder
- Accessoires, wie Schals, Tücher, Handschuhe, Mützen, Gürtel und Taschen

Wir nehmen **NICHT**

- Unterwäsche, Nachtwäsche und Umstandskleidung
- CD, Puzzle, Gesellschaftsspiele

Wenn Sie Kleidung spenden möchten:

- Bitte spenden Sie ausschließlich Kleidung, die so sauber und unbeschädigt ist, so dass wir sie nur noch sortiert direkt verkaufen können. Als ehrenamtliche Mitarbeiterinnen ist es uns nicht möglich, Kleidung zu reinigen oder zu bügeln! Stecken Sie Erwachsenenkleidung daher bitte nicht in Müllsäcke, sondern legen Sie die Teile gefaltet in große Tragetaschen oder Wäschekörbe. Gerne nehmen Sie Ihre Verpackung wieder mit.
- Kontrollieren Sie die Kleidung vor der Abgabe auf Wertsachen, da wir hierfür keine Haftung übernehmen können.

Bitte legen Sie keine Sachen vor die geschlossene Tür, sondern geben Sie Ihre **Spenden nur während unserer Öffnungszeiten** ab:

Öffnungszeiten:

Verkauf:

Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr

Donnerstag: 14.00 – 17.00 Uhr

Annahme:

Montag: 13.00 – 16.00 Uhr

Mittwoch: 13.00 – 16.00 Uhr

oder nach Absprache

Seien Sie dabei...



Neu: Eine Fahrrad-Rikscha für Mörsenbroich

Nach vorheriger
Terminabsprache

„Radeln ohne Alter“ – Spaziergangsfahrten mit der Fahrradrikscha
An unterschiedlichen Wochentagen und Tageszeiten möglich



Mit unserer Fahrrad-Rikscha können Sie allein oder zu zweit eine Tour an den Rhein oder ins Grüne unternehmen.

Sie würden gerne eine Fahrradtour unternehmen, können oder möchten aber selbst nicht mehr in die Pedale treten?

Mit unserer Fahrradrikscha können Sie allein oder zu zweit eine Tour an den Rhein oder ins Grüne unternehmen. Die Naherholungsziele in Mörsenbroich und Umgebung sind vielfältig und mit Blick von der Fahrradrikscha ein Highlight. Gefahren wird die Rikscha von geschulten, ehrenamtlichen Fahrerinnen und Fahrern. Das Ziel der Fahrt können Sie selbst bestimmen oder eine Route vom Rikschaftahenden festlegen lassen. Eine Fahrt dauert je nach Strecke zwischen 45 und 70 Minuten und ist kostenfrei. Gerne holen wir Sie zu Hause ab. Das Angebot richtet sich an Menschen ab 55 Jahren aus Mörsenbroich und Umgebung. Die Fahrradrikscha wird dem **zentrum *plus* Mörsenbroich** von der **Bürgerstiftung Düsseldorf** zur Verfügung gestellt.

Jede Rikschaftahrt ist für alle Beteiligten ein kleines Abenteuer, bei dem Erinnerungsorte besucht und Lebensgeschichten geteilt werden können – und manchmal macht sie aus Unbekannten auch Freunde.

Bitte nehmen Sie zur Terminabsprache Kontakt mit uns auf!!!

Bei Fragen oder Interesse wenden Sie sich an:

Telefon: 0211/650-4172

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

***Nachbarschaftsfest & Sommerparty ***

Freitag, 15.09.2023 13:00 bis 17:00 Uhr

**Wir heißen Sie herzlich Willkommen zu
einem bunten Nachmittag im zentrum
plus Mörsenbroich.**

Tanzen

Grillen



**DJ „La Cucaracha“
„Super Oldie Hits“ - größte Hits der 50er, 60er und 70er**

**Zeit für Gespräche
Kaffee & Kuchen
Cocktails**

**Modengeschäft „neue
Ware“ für Jung und Alt**

Salate

Rikschafahrt

Kühle Getränke

... und vieles mehr...



***Detaillierte Infos s. Infoblatt**

Mobiles Geschäft rollender Limbergs Wagen bei uns für Jung und Alt!



„Limbergs rollender Wagen“ in Mörsenbroich

Leckerste Spezialitäten und alles aus der Region gibt's in Mörsenbroich. Limbergs rollender Wagen steht jeden Donnerstag vor unserem Caritaszentrum **plus** Mörsenbroich und versorgt Jung und Alt mit frischen und regionalen Produkten aus Heiden unter frischer Luft.

Sie haben die Möglichkeit frische Produkte, Gemüse und Obst, Backwaren direkt bei uns zu erhalten.

Sie brauchen nicht weit zu fahren. Angenehme Einkaufsmöglichkeit, frische Bioprodukte, keine Schlangen.

Kennt ihr schon unser Sortiment?

Kommt doch einfach diesem Donnerstag zwischen 09:30 und ca.09:45 Uhr vorbei und überzeugt euch selbst.



Fotos: Nana Buadze „Familie Limberg“

Achtung!!!

Aktuelle Förderprogramme der Landeshauptstadt Düsseldorf

1. Austauschprogramm Weißware

Die Landeshauptstadt Düsseldorf stellt für Menschen mit geringen Einkommen (Leistungsbeziehende von Grundsicherung, SGB II, AsylbLG, Bafög, BAB, Wohngeldbeziehende sowie Menschen mit 10% darüber) Mittel zum Austausch von alten Geräten (Energie-Klasse D, E oder F) gegen neue, energieeffizientere Geräte (z. B. Kühlschränke, Tiefkühler, Waschmaschine etc. der Klassen A, B oder C) zur Verfügung. Das Programm findet ab Juni 2023 bis 31.12.2023 statt. Die Artikel stehen ausschließlich zum Tausch von Altgeräten zur Verfügung.

Gerne können Sie sich im **zentrum *plus*** über Ihre individuellen Fördermöglichkeiten beraten lassen.

Bitte beachten Sie, dass Sie sofern Sie noch keinen Düsselpass besitzen diesen bitte vorab beim Amt für Soziales beantragen.

2. Stärkungspakt NRW

Im Rahmen des Stärkungspakt NRW hat die Landeshauptstadt Düsseldorf den Unterstützungsfonds für Seniorinnen und Senioren aufgebaut. Ziel des Unterstützungsfonds ist es Seniorinnen und Senioren mit geringen Einkommen ((Leistungsbeziehende von Grundsicherung, SGB II, AsylbLG, Wohngeldbeziehende sowie Menschen mit 10% darüber) möglichst schnell und unbürokratisch zu helfen, wenn andere Unterstützungsleistungen kurzfristig nicht schnell genug oder ad äquat greifen oder dazu dienen die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu sichern. Daher ist die Bandbreite förderungsfähiger Leistungen recht breit angelegt. Beispielsweise können es dringende kleinere Anschaffungen sein, Dinge die, die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben fördern oder auch kleinere Reparaturen durch Handwerker.

Das Förderprogramm ist bis zum 31.12.2023 begrenzt. Gerne können Sie sich im zentrum *plus* über Ihre individuellen Fördermöglichkeiten beraten lassen.

Bitte beachten Sie, dass Sie sofern Sie noch keinen Düsseldorfpass besitzen diesen bitte vorab beim Amt für Soziales beantragen.

3.Kostenfreie Nutzung von städtischen Freibädern

Inhaber:innen des Düsseldorfpasses können die städtischen Schwimmbäder bereits zu einem ermäßigten Eintrittspreis nutzen. Mit den Mitteln aus dem Stärkungspakt erhalten alle nachfolgend genannten Personen freien Eintritt. Kinder unter 12 Jahren der berechtigten Personengruppen, können zudem kostenlos von einer erwachsenen Person begleitet werden.

Der freie Eintritt wird ab Montag, 5. Juni direkt an der Kasse gewährt. Dort ist ein Lichtbildausweis vorzulegen. Eine Online-Buchung ist leider nicht möglich.

Darüber hinaus können kostenfreie Schwimmkurse über die Internetseite der Bädergesellschaft Düsseldorf reserviert werden. Auch dafür ist an der Kasse ein Lichtbildausweis mit dem dazugehörigen Dokument vorzulegen.

Es können Personen profitieren, die bereits folgende Leistungen erhalten:

- Bürgergeld nach dem SGB II
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach SGB XII
- Finanzielle Unterstützung nach dem AsylbLG
- Wohngeld
- Bafög
- Berufsausbildungsbeihilfe (BAB)

Aktuelle News aus Düsseldorf:

Bei uns können Sie in ruhiger Atmosphäre die Zeitung lesen!!!



Wetter, Nachrichten, Polizeiberichte, Unfall, Kultur, Bilder und Termine der *Rheinischen Post* Düsseldorf .

Spielen macht Spaß!

Donnerstags von 12.00 - 16.30 Uhr

Offener Spielertreff

Gleichgesinnte und Spielbegeisterte Menschen für lustige Spielenachmittage gesucht!!!

Sie spielen Gesellschaftsspiele vom einfachen Würfel- oder Kartenspiel über Brettspiel Klassiker bis hin zu aktuellen Neuheiten? Senior*innen, Familien und alle anderen Spielbegeisterten mit und ohne Behinderung sind herzlich willkommen. Nutzen Sie bitte unser Spielbereich. Die Lieblingsspiele dürfen gerne mitgebracht werden. Die Teilnahme ist **kostenlos**. Es ist keine Anmeldung notwendig.

Kommen Sie einfach vorbei!



Die vier Punkte des Miteinanders

- **Wir** begegnen uns mit Menschlichkeit, Rücksichtnahme und gegenseitigem Respekt.
- **Streitereien**, Diskriminierungen und zweideutige Bemerkungen unterlassen wir.
- **Jeder / Jede** , der / die sich dran hält, ist herzlich eingeladen und willkommen.
- **Wer** Ideen und Wünsche hat, kann sich gerne einbringen.

Четыре правила нашего заведения

- Мы относимся друг к другу с внимательным отношением и взаимным уважением.
- Перебранки, дискриминация и двусмысленные замечания у нас не практикуются.
- Мы рады всем посетителям, соблюдающим эти правила.
- Идеи и пожелания охотно принимаются.

Rätsel des Monats

Buchstabensalat im Sommer

- eine Möglichkeit, das Gehirn effektiv auch im Alter noch zu trainieren.
- eine Möglichkeit, mündliche und schriftliche Sprachkenntnisse zu verbessern.

EEEEEDBRR = _____

REFIEDL = _____

IBNNEE = _____

TVSOEGNLE = _____

RHAJRFUEH = _____

KSCTONROES = _____

LGPSARE = _____

ZNEL = _____

LGEANRTEKSAUCH = _____

LMBUNE = _____

MOSTBAU = _____

GEETEBMUEES = _____

BLENUECHMEGAESNE = _____

SNKEIENT = _____

Viel Spaß!!!

Caritas zentrum *plus* Mörsenbroich sucht Unterstützer:innen!



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

Vielleicht wollten Sie schon immer mal ihre Nachbar:innen aus dem Stadtteil mit einer Fahrradrickscha fahren 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!

Sollten Sie noch weitere Ideen haben, sind wir sehr gerne bei der Umsetzung Ihres Angebotes, im Rahmen unserer Möglichkeiten, behilflich. Wenn Sie sich angesprochen fühlen und Lust haben sich bei uns

ehrenamtlich zu engagieren, würden wir uns freuen, Sie in unserem Team begrüßen zu können.



! ***Hinweis zur Anmeldung:***

Bitte achten Sie darauf, ob Sie sich für einen Kurs oder eine Veranstaltung anmelden müssen. Die Infos dazu finden Sie bei der jeweiligen Veranstaltung.

Sie können sich telefonisch oder per E-Mail anmelden:

Tel.: 0211/650 - 4172

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

Ihre Themen sind uns wichtig!!!

Gibt es Themen, an denen Sie interessiert sind und zu denen Sie Näheres erfahren möchten? Gibt es beispielsweise Themen, die wir in unserem Programm bisher nicht anbieten?

Dann lassen Sie es Wissen und zentrum **plus** Mörsenbroich versucht zu diesem Thema die Referent:innen zu gewinnen.

In diesem Feld können Sie Ihre Themenwünsche, die Sie in diesem Jahr **2023** behandeln möchten, eintragen:

1.

2.

3.

Wir freuen uns auf Ihre Anregungen, Wünsche und Ideen.

Mit freundlichen Grüßen

N. Bracke .

Sprechen Sie uns an,
wir stehen Ihnen für Auskünfte
sehr gern zur Verfügung.

Caritas zentrum *plus* Mörsenbroich

Eugen- Richter- Straße 10

40470 Düsseldorf

Telefon: 0211 650-4172

zp.moersenbroich@caritas-duesseldorf.de

Ansprechpartnerin:

Nana Buadze (Einrichtungsleitung)

Öffnungszeiten und Kontakt:

Mo. – Do. **10.00 – 17.00 Uhr**

Fr. **10.00 – 13.00 Uhr**



So erreichen Sie uns:

Bus 834 - Haltestelle Ostendorfstraße

Bus 733 - Haltestelle Max-Halbe-Straße