



# Programm *zentrum plus* Oberkassel *Juli - September 2024*

Gemünder Str. 5  
40547 Düsseldorf  
☎ 0211/58 677 116  
✉ [zentrum-plus.oberkassel@diakonie-duesseldorf.de](mailto:zentrum-plus.oberkassel@diakonie-duesseldorf.de)

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

**Diakonie**  **Düsseldorf**

# Inhalt

Inhalt	2
Das Zentrum <i>plus</i> in Oberkassel ist ...	3
Beratung und Unterstützung <i>vor Ort</i>	4
Beratung und Unterstützung Diakonie Düsseldorf	5
Quartiersprojekt Lörick - #mitwirken4	6
Sonderveranstaltungen	7
Montag - Tagesansicht	111
Dienstag - Tagesansicht	133
Mittwoch - Tagesansicht	15
Donnerstag - Tagesansicht	166
Freitag - Tagesansicht	188
Samstag	19
Keyworker Oberkassel <i>plus</i>	200
Aktuelles aus dem Dorothee-Sölle-Haus	211
Ansprechpartnerinnen	222
Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln	233

# Das zentrum *plus* in Oberkassel ist ...

für alle Senioren Generationen in Oberkassel, Niederkassel, Heerdt, Lörick und jeden Interessierten:

- für alle, die Begegnung, Gemeinschaft und Miteinander suchen.
- für alle, die gerne mit anderen Generationen in Kontakt kommen möchten, gibt es bei uns die Kooperation mit dem Familienzentrum Wettiner Straße 6 und der Japanischen Internationalen Schule.
- für alle Aktiven, die sich ehrenamtlich engagieren möchten und/oder ihren Interessen nachgehen wollen.
- für alle, die Beratung und Hilfe rund um das Leben im Alter möchten. Wir beraten Sie individuell, gemeinsam überlegen wir, welche Hilfe und Unterstützung Sie wann und von wem brauchen, um möglichst lange selbständig zu Hause leben zu können.
- für Menschen mit dementiellen Veränderungen und pflegende Angehörige.
- für alle, die im Team oder als Verein für sich und ihre Mitmenschen etwas aufbauen wollen: z. B. der Senioren-Sportverein Oberkassel e. V., das Kultur-Hilfenetzwerk TAKENOKAI für Menschen japanischer Herkunft und die Keyworker Oberkassel *plus*.

**Die zentren *plus* werden gefördert durch die Landeshauptstadt Düsseldorf.**

# Beratung und Unterstützung *vor Ort*

Wenn Sie einen Rat oder ein Gegenüber zum Gespräch brauchen, wenn Sie uns kennenlernen möchten oder nähere Informationen über ein Ehrenamt im Zentrum *plus* wünschen, 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 Frau Buchta-Meuser (0211 58 677 113).

## **Öffnungszeiten**

Montag bis Donnerstag	09.30 bis 17 Uhr
Freitag	09.30 bis 14 Uhr
Samstag und Sonntag	je nach Veranstaltung

## **Anmeldung Veranstaltungen**

	☎ 0211 58 677 116
Montag bis Freitag	10 bis 12 Uhr
Montag bis Donnerstag	14 bis 16 Uhr

## **Internet**

<https://www.diakonie-duesseldorf.de/leben-im-alter/beratung-und-begegnung-im-quartier/zentren-plus/zentrum-plus-oberkassel>  
<https://www.diakonie-duesseldorf.de/>



# Beratung und Unterstützung

## *Diakonie Düsseldorf*

### **Ambulante Hilfen zu Hause**

Die ambulanten Hilfen zu Hause der Diakonie Düsseldorf beraten Sie auf Wunsch telefonisch, persönlich bei Ihnen zu Hause oder auch im Krankenhaus zu den für Sie passenden Pflegeleistungen sowie zu Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten. Sie erhalten einen übersichtlichen Kostenvoranschlag und Unterstützung bei den notwendigen Anträgen.

Ambulante Hilfen zu Hause der Diakonie Düsseldorf: ☎ 0211/73 53 333

### **Sicher zu Hause - der Hausnotruf der Diakonie**

Damit Sie im Notfall schnell und verlässlich Hilfe bekommen, gibt es den Diakonie-Ruf. Wir bieten Beratung und Unterstützung bei der Beantragung des Zuschusses zum Hausnotruf bei der Pflegekasse und zu weiteren Hilfe-Angeboten der Diakonie Düsseldorf. ☎ 0211/73 53 370

### **Für alle Fälle - Die „Blaue Karte“ hilft Ihnen zu Hause und unterwegs**

Mit der „Blauen Karte“ haben Sie einen Notfall-Service, den Sie rund um die Uhr erreichen. Zum Beispiel, wenn Sie akut krank sind und Medikamente brauchen, aber keine Möglichkeit haben, sie zu holen. Oder wenn Sie plötzlich häusliche Pflege brauchen. Dann organisiert der Service der „Blauen Karte“ das für Sie. Die „Blaue Karte“ hilft Ihnen aber auch unterwegs. Sie können über die Karte persönliche Daten vertraulich hinterlegen, etwa Informationen zu Allergien, Medikamentenunverträglichkeiten oder wer im Notfall informiert werden soll. Wenn etwas passiert, kann medizinisches Personal diese Informationen nutzen, um Sie richtig zu behandeln. ☎ 0211/73 53 370

### **Stationäre Pflege, Kurzzeitpflege + Tagespflege im Dorothee-Sölle-Haus**

Sie wünschen eine Beratung zum stationären Aufenthalt und Leben im Dorothee-Sölle-Haus? Sie möchten sich einfach einmal erkundigen oder interessieren sich für einen Platz im Dorothee-Sölle-Haus? Dann vereinbaren Sie einen Termin mit N.N. ☎ 0211/58 677 180. Gerne senden wir Ihnen auch erst einmal Informationsmaterial zu.

# Quartiersprojekt Lörick - #mitwirken4

Ziel des Quartiersprojekts linksrheinisch ist es, ein generations- und herkunftsunabhängiges Quartier rund um die ehemalige evangelische Philippus-Kirche gemeinsam zu entwickeln, die Lebensqualität im Viertel zu verbessern und neue soziale Netzwerke zu knüpfen. Mit diesem Projekt sprechen wir Menschen allen Alters an, um nachhaltig im Stadtteil das Zusammenleben zu fördern. Denn für ein lebendiges Quartier braucht es das Miteinander der Generationen.

Sie können das Projekt bei Instagram #mitwirken4 finden. Hier werden in Zukunft unter anderem Medien, Informationen und Bilder zu dem Projekt veröffentlicht.

## **Kennenlernen, anpacken, vernetzen - Das wollen wir.**

Das Projekt ermöglicht den Menschen, im Quartier sich zu begegnen, zu informieren, zu unterstützen und mitzugestalten. Wir begleiten Sie darin, Ihre Ideen in die Tat umzusetzen und fördern ehrenamtliches Engagement. Soziale, bürgerschaftliche, kirchliche und politische Akteure werden beteiligt und zur Mitwirkung ermutigt.

Das Projekt wird von der Glücksspirale und der evangelischen Kirchengemeinde Düsseldorf-Oberkassel gefördert und inhaltlich von der Diakonie Düsseldorf umgesetzt.

Grevenbroicher Weg 3, 40547 Düsseldorf  
Kontakt: Merle Forchmann; ☎ 0173 4882479;  
✉ [merle.forchmann@diakonie-duesseldorf.de](mailto:merle.forchmann@diakonie-duesseldorf.de)



Evangelische Kirchengemeinde  
Düsseldorf-Oberkassel

**Diakonie**  **Düsseldorf**

# Sonderveranstaltungen

*Anmeldungen unter 58 6771 16*

Freitag, 05. Juli 2024

ab 13.00 Uhr

## **Tanabata-Fest:**

Japanisch-deutsches Nachbarschaftsfest

**Feiern Sie mit auf dem Gelände rund um das  
zentrum *plus* Gemünder Str.5**

Montag, 15. Juli 2024

15.00 Uhr

**Spitzbuben und Hupfdolen – wir machen es uns kommod**  
Rätselspaß mit einem Buffet aus alten Zeiten und Worten

Frau Querling lädt zum Nachmittag ein

**Bitte melden Sie sich an!**

Mittwoch, 24. Juli 2024

15.00 Uhr

## **Vernissage**

Künstlerin Eva-Maria Burchard stellt ihre Fotoserie „Am Fluss“  
aus.

**Bitte melden Sie sich an!**

Donnerstag, 25. Juli 2024

15.00 Uhr

## **Digitaler Nachlass**

Was gilt es zu beachten, um seinen digitalen Nachlass zu regeln.

Frau Querling (Pflegejuristin Verbraucherschutzzentrale) erläutert . **Bitte melden Sie sich an!**

Mittwoch, 07. August 2024

15.00 Uhr

Kaffee, Kuchen, Klönen

**Lesung mit Martina Reinhard**

„Nur Du kannst helfen, Davidsohn!“

**Bitte melden Sie sich an!**

Donnerstag, 15. August 2024

15.00 Uhr

**Wohnzimmerkonzert**

Beatles and more

Wolf Wiedemann

**Unkostenbeitrag: € 5,00**

**Bitte melden Sie sich an!**

Samstag, 24. August 2024

10.00 – 14.00 Uhr

**Seniorentag** linksrheinisch

„Aktiv im Alter“

Belsenpark

Montag, 26. August 2024

15.00 Uhr

**Spitzbuben und Hupfdolen – wir machen es uns kommod**

Rätselspaß mit einem Buffet aus alten Zeiten und Worten

Frau Querling lädt zum Nachmittag ein

**Bitte melden Sie sich an!**



Mittwoch, 04. September 2024

15.00 Uhr

Kaffee, Kuchen, Klönen

**Dat alde Köfferke etc.**

Mundartspaß mit den Eheleuten Zeyssig

**Bitte melden Sie sich an!**

Mittwoch, 11. September 2024

17.00 – 19.00 Uhr

**Finissage**

Künstlerin Eva-Maria Burchard beendet die Fotoausstellung „Am Fluss“.

**Bitte melden Sie sich an!**

Donnerstag, 19. September 2024

15.00 Uhr

**Vortrag von Frau Göring-Weitz**

**„Göttinger Universitätsmamsellen“**

Die (beginnende) Teilhabe von Frauen an Bildung und Berufstätigkeit zu Zeiten der Aufklärung

15.00 Uhr

**Bitte melden Sie sich an!**

**Mittwochscaffee:**

**Kaffee, Kuchen, Klönen**

Mittwoch

03. Juli 2024

07. August 2024

04. September 2024

15.00 – 16.30 Uhr

**Unkostenbeitrag wird erhoben!**

**Bitte melden Sie sich an!**

**Einmal** im Monat findet mittwochs die Pflegeberatung im zentrum *plus* Oberkassel statt, Einzel-Termine können nach vorheriger Absprache gemacht werden:

**Informationen und Anmeldung** ☎ 0211 / 58 677 – 116

**Individuelle Beratung zur Nutzung von iPhone, iPad und Smartphone**

und **NEU** im Programm aufgenommen: **PC-Hilfe**

**Informationen und Anmeldung** ☎ 0211 / 58 677 – 116

**Weitere Veranstaltungen: Bitte achten Sie auf unsere Aushänge!**

# Montag - Tagesansicht

## Montag

9.30 Uhr bis **Englisch**  
11.00 Uhr ☎ 0211 / 58 677 - 116

10.00 Uhr bis **Kraft- und Gleichgewichtstraining**  
11 Uhr Seniorensportverein

11.30 Uhr bis **Französische Konversation**  
12.30 Uhr Bitte melden Sie sich an  
12., 19. und 26. August 2024  
09., 16. und 23. September 2024  
Ansprechpartnerinnen:  
Silvia Gassel  
✉ s.gassel@t-online.de  
Zita Götte  
✉ zita.goette@gmail.com  
**Interessenten sollten über gute Sprachkenntnisse verfügen.**


14.00 Uhr bis **Cafe Schatztruhe**  
17.00 Uhr Demenz-Angebot für japanische SeniorenInnen

Montag

14.30 Uhr

**Handy-Sprechstunde**

Anmeldung unter

 0211 / 58 677 – 116

**Yoga**

Senioren-sportverein

17.30 Uhr bis

18.30 Uhr

18.45 Uhr bis

19.45 Uhr

# Dienstag - Tagesansicht

## Dienstag

9.30 Uhr bis 11.30 Uhr **Englisch**  
Noch freie Plätze ☎ 0211 / 58 677 - 116

10.00 Uhr bis 12.00 Uhr **Geschäftsstunden Seniorensportverein**  
☎ 0211 / 58 677 - 117

11.00 Uhr **iPhone-Sprechstunde**  
Anmeldung unter  
☎ 0211 / 58 677 - 116

11.15 Uhr bis 12.15 Uhr **Gedächtnistraining**  
Kostenbeitrag erforderlich  
Nähere Information und Anmeldung  
zentrum *plus* Oberkassel  
☎ 0211 / 58 677 - 116

13.30 Uhr bis 16.30 Uhr **Skatrunde**

14.00 Uhr bis 16.30 Uhr **Spielenachmittag**

## Dienstag

14.00 Uhr bis 16.30 Uhr **Aphorismen in ihrer Bedeutung für uns**  
Gesprächskreis mit Sigurd Storch-Cigogna  
**Bitte melden Sie sich an!**

17.30 Uhr bis 18.30 Uhr **Funktionstraining**  
Seniorensportverein  
18.45 Uhr bis 19.45 Uhr

# Mittwoch - Tagesansicht

## Mittwoch

9.15 Uhr bis 10.15 Uhr **Kraft- und Gleichgewichtstraining**  
Senioren-sportverein  
10.30 Uhr bis 11.30 Uhr

12.00 Uhr bis 13.00 Uhr **Gedächtnistraining**  
Kostenbeitrag erforderlich

14.00 Uhr bis 16.45 Uhr **Nähcafé**  
Nähen, Stricken und Häkeln

14.30 Uhr **PC-Hilfe**  
Anmeldung unter  
☎ 0211 / 58 677 – 116

15.00 Uhr bis 16.00 Uhr **Sie fragen, wir antworten. Ihre Seniorenräte der Stadt Düsseldorf linksrheinisch**  
3. Mittwoch im Monat  
17.07.2024  
21.08.2024  
18.09.2024

17.30 Uhr bis 19.30 Uhr **Gymnastik**  
Senioren-sportverein

# Donnerstag - Tagesansicht

## Donnerstag

9.15 Uhr bis  
10.15 Uhr  
10.30 Uhr bis  
11.30 Uhr

**Leichte Gymnastik**  
Senioren-sportverein

14.30 Uhr bis  
15.30 Uhr

**Gedächtnistraining mit und ohne Bewegungsübungen im Pavillon Oberkasseler Straße 53**  
Kostenbeitrag erforderlich  
Nähere Information und Anmeldung  
zentrum *plus*  
☎ 0211 / 58 677 - 116

15.00 Uhr bis  
17.00 Uhr

**Origami**  
2. Donnerstag im Monat  
Nähere Informationen und  
Anmeldung zentrum *plus*  
☎ 0211 / 58 677 - 116

15.30 Uhr bis  
16.45 Uhr

**Lesekreis Literatur**  
Nähere Informationen und  
Anmeldung zentrum *plus*  
☎ 0211 / 58 677 - 116



Donnerstag

17.30 Uhr

**Miteinander-Wohnen in  
Verantwortung e.V.**

Wohnprojekt Generation 50+ in Lörick

**Anmeldung erforderlich**

☎ 0211 / 41 65 98 76

jeden 2. Donnerstag

Bitte Aushänge beachten!

# Freitag - Tagesansicht

Freitag

10.00 Uhr bis 11.00 Uhr    **English Speaking Circle**

11.15 Uhr bis 12.15 Uhr    **Französisch**

10 Uhr bis 14.00 Uhr    **„Bitte Dozo“**  
Beratung für japanische  
Mitbürgerinnen, Mitbürger  
und deren Angehörigen  
Informationen:  
Frau Yukiko Fischer-Hiramatsu  
☎ 0211 / 58 677 - 117  
✉ [bitte.dozo@gmail.com](mailto:bitte.dozo@gmail.com)

10.00 Uhr bis 14.00 Uhr    **Nachbarinnen-Treffen**  
Jeden 3. Freitag  
Japanische und internationale Nachbarinnen tref-  
fen sich auf der Gemünder Straße 5  
Informationen:  
Frau Kazuko Kanuma-Kölzer  
✉ [kanuma-koelzer@t-online.de](mailto:kanuma-koelzer@t-online.de)

13.00 Uhr    **TAKENOKAI**  
2. und 4. Freitag im Monat

# Samstag

Samstags stehen die Räume des zentrum *plus* Oberkassel den Mieterinnen und Mietern des Wohnparks Oberkassel in Absprache mit den Mitarbeiterinnen des zentrum *plus* zur Verfügung.

# Keyworker Oberkassel*plus*

Aus bürgerschaftlichem Engagement sind in den letzten Jahren verschiedene Initiativen und Projekte entstanden, z. B. erfolgreiche politische und künstlerische Ausstellungen. Die Ideen für neue Projekte entstehen z. B. durch die kritische Beobachtung der städtebaulichen Entwicklungen und Herausforderungen im linksrheinischen Raum oder durch individuelle Interessenlagen auf kulturellem oder künstlerischem Gebiet.

Termine um 11 Uhr im Zentrum *plus* der Diakonie, Gemünder Straße 5, 40547 Düsseldorf: 01.07., 05.08. und 02.09.2024  
Gäste sind herzlich eingeladen.

## **Oberkassel entdecken Unterwegs im linksrheinischen Düsseldorf**

Wir haben unseren Heimatstadtteil gründlich unter die Lupe genommen, die Geschichte erforscht und spannende Geschichten herausgefunden. Wussten Sie zum Beispiel, dass Gustaf Gründgens an einer Garten-Theateraufführung in Oberkassel

beteiligt war oder dass die englische Königin Queen Victoria mit ihrer Tochter am Oberkasseler Bahnhof umsteigen musste? Außerdem haben wir Rundgänge im Stadtteil Oberkassel entwickelt mit wissenswerten Informationen über die zahlreichen Sehenswürdigkeiten zu Kunst und Kultur und über Künstler wie Joseph Beuys und andere Persönlichkeiten. Folgen Sie unseren Wegen und entdecken Sie Oberkassel neu! Die vierte, aktualisierte Auflage ist in der Buchhandlung Gossens, Luegallee 109, 40545 Düsseldorf und bei Jaques Weindpot in Oberkassel erhältlich.

# Aktuelles aus dem Dorothee-Sölle-Haus

**Jeden Sonntag ab 15.00 Uhr frische Waffeln im Bistro**

## **Juli**

Donnerstag, 04.07.2024, 15.30 Uhr Evangelischer Gottesdienst (Pfarrerin Bühne)

Mittwoch, 10.07.2024, 15.45 Uhr Tanztee Herr Herzberg

Freitag, 19.07.2024, 15.30 Uhr Katholischer Wortgottesdienst

Dienstag, 23.07.2024, 15.45 Uhr Klavierkonzert Frau Brodska

Mittwoch, 31.07.2024, 15.45 Uhr Klavierkonzert Herr Nachtigal

## **August**

Donnerstag, 01.08.2024, 15.30 Uhr Evangelischer Gottesdienst (Pfarrerin Bühne)

Dienstag, 06.08.2024, 15.45 Uhr Klavierkonzert Frau Brodska

Mittwoch, 14.08.2024, 15.45 Uhr Tanztee Herr Herzberg

Freitag, 16.08.2024, 15.30 Uhr Katholischer Wortgottesdienst

Mittwoch, 28.08.2024, 15.45 Uhr Klavierkonzert Herr Nachtigal

## **September**

Donnerstag, 05.09.2024, 15.30 Uhr Evangelischer Gottesdienst (Stoer)

Mittwoch, 11.09.2024, 15.45 Uhr Tanztee Herr Herzberg

Dienstag, 17.09.2024, 15.45 Uhr Klavierkonzert Frau Brodska

Donnerstag, 19.09.2024, 16.00 Uhr Konzert Trio Münchener Stiftung

Freitag, 20.09.2024, 15.30 Uhr Katholischer Wortgottesdienst

Mittwoch, 25.09.2024, 15.45 Uhr Klavierkonzert Herr Nachtigal

Änderungen vorbehalten

# Ansprechpartnerinnen

## Diakonie

### zentrum *plus* Oberkassel

Gemünder Straße 5

40547 Düsseldorf

zentrum-plus.oberkassel@

diakonie-duesseldorf.de

[www.zentrum-plus-diakonie.de](http://www.zentrum-plus-diakonie.de)

## Veranstaltungsorte:

zentrum *plus* Oberkassel

Gemünder Straße 5

Pavillon

Oberkasseler Straße 53

### zentrum *plus* Oberkassel

Petra Buchta-Meuser

☎ 0211 / 58 677 - 113

petra.buchta-meuser@diakonie-duesseldorf.de

Merle Forchmann

☎ 0211 / 58 677 - 111

merle.forchmann@diakonie-duesseldorf.de

## Netzwerk Oberkassel

Information

☎ 0211 / 58 677 - 116

Wohnpark Oberkassel

mit Service und Nachbarschaft

☎ 0211 / 58 677 - 111

[www.diakonie-duesseldorf.de](http://www.diakonie-duesseldorf.de)

Dorothee-Sölle Haus

Hansaallee 112

40547 Düsseldorf

Infothek ☎ 0211 / 58 677 - 100

Aufnahmemanagement

Kurzzeitpflege und

stationäre Pflege

N.N.

☎ 0211 / 58 677 - 180

**Mit Ihrer Spende** können Sie unsere Arbeit unterstützen.

## **Stichwort:**

zentrum *plus* Oberkassel

Spendenquittung auf Wunsch

Spendenkonto

Stadtsparkasse Düsseldorf

IBAN

DE87 3005 0110 0010 1057 57

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

# Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Sie erreichen das Zentrum *plus* Oberkassel mit den U-Bahnen

U76 Richtung Krefeld-  
Rheinstraße

U77 Richtung Am Seestern

Haltestellen:

Comenius-Gymnasium (früher  
Rheinbahnhaus)  
oder Heerdter Sandberg  
(beide Haltestellen haben Hoch-  
bahnsteige)

**Diakonie Düsseldorf**  
**zentrum *plus* Oberkassel**  
Gemünder Straße 5  
40547 Düsseldorf

**Pavillon**  
der Beamten-Wohnungs-  
Baugenossenschaft  
Oberkasseler Straße 53  
40545 Düsseldorf

Sie erreichen den Pavillon mit den  
U-Bahnen

U76 und U77  
Haltestelle Barbarossaplatz