



*Wegweiser
für Senioren*

*Düsseldorf
Stadtbezirk 1*

Herbert Kleber,
Vermögensbetreuer



Alles aus einer Hand.

Unsere umfassenden Leistungsangebote:

Für Ihre Finanzen bieten wir Ihnen immer maßgeschneiderte Lösungen – abgestimmt auf Ihre individuelle Lebenssituation.

Unsere Mitarbeiter beraten Sie kompetent in allen Fragen und Leistungen rund um Ihre Finanzen, Versicherungen und Immobilien bis hin zur Vermögensweitergabe.

Wann dürfen wir Sie kennenlernen?

www.sskduesseldorf.de



Stadtparkasse
Düsseldorf



**Man hört nicht auf zu lachen,
wenn man alt wird,
aber man wird alt,
wenn man aufhört zu lachen.**

(Jean Nohain)



Ältere und Junggebliebene haben's schön im Düsseldorfer Stadtbezirk 1. Kontinuierlich wird die Seniorenarbeit dort vorangetrieben. Welche Veränderungen sorgen zuletzt für zufriedene Gesichter dieser Generation?

Das Ergebnis einer Besucherbefragung der zentren plus hat gezeigt, dass viele

Seniorinnen und Senioren mit der Angebotsstruktur sowie dem Hilfe- und Unterstützungssystem in ihrem Stadtbezirk sehr zufrieden sind. Die soziale Infrastruktur für die Generation der Älteren und Junggebliebenen im Quartier hat sich somit spürbar verbessert. Dieser positive Prozess der Neuausrichtung der Seniorenarbeit soll nun durch ein drittes zentrum plus weiter ausgebaut werden. Damit wird kontinuierlich die Lebensqualität älterer Menschen verbessert und dafür Sorge getragen, dass soziale Netzwerke gestärkt und ein selbstbestimmtes Leben ermöglicht wird.

Ob aktiv und auf der Suche nach Gleichgesinnten oder pflegebedürftig – im Düsseldorfer Stadtbezirk 1 gibt es eine Vielzahl an Einrichtungen und Möglichkeiten für jede Zielgruppe. Welche Angebote sind dabei besonders hervorzuheben?

Soziales Engagement, das sich mit kulturellen Themen verbindet, erfreut sich großer Beliebtheit. Um viele ältere Menschen für ein neues Engagement zu gewinnen und zu qualifizieren, bieten die zentren plus die Seminarreihe Kulturführerschein an. Dort lernen die Teilnehmer an sechs Seminartagen verschiedene Möglichkeiten des kulturellen Engagements kennen. Sie entwickeln dort neue Ideen und bekommen methodisches „Handwerkszeug“, um sie in die Tat umzusetzen. Durch das Angebot „Sprachpatenschaften“ findet eine interkulturelle Öffnung der zentren plus statt. Ehrenamtlich Mitarbeitende bieten Menschen mit Zuwanderungsgeschichte Hilfestellung bei der Verbesserung ihrer Deutschkenntnisse. In Alltagsgesprächen,

bei Spielen oder anderen Aktivitäten wird Gelerntes vertieft und neue Kontakte werden geknüpft. Durch die Entwicklung eines monatlichen Generationentages werden Ort und Anlass für eine generationenübergreifende Begegnung ermöglicht, um gegenseitiges Verständnis und Zusammenhalt der Generationen zu fördern. Eine Entlastung pflegender Angehöriger bietet das Angebot der Einrichtung des Betreuungscafés „Muckefuck“. Einmal wöchentlich erhalten Menschen mit Demenz die Möglichkeit, wohlthuende Gemeinschaft zu erleben. Besucherinnen und Besucher des Cafés „Muckefuck“ können im Rahmen des Projektes „Da-für-Dich“ auch Unterstützung für zu Hause erhalten. Die Stadtbezirkskonferenz im Stadtbezirk 1 hat einen steigenden Betreuungsbedarf in der Häuslichkeit festgestellt. Die Aktion Kleeblatt dient der Weiterentwicklung niedrigschwelliger Unterstützungsangebote. Ziel ist es, zugehende Betreuungsangebote bei den Akteuren der Seniorenarbeit auf- oder auszubauen. Zentrales Element ist das Angebot einer Schulung für Ehrenamtliche und eine gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit.

„Ihre Meinung ist uns wichtig“ lautet das Motto des Seniorenbeirats. Mit den unterschiedlichsten Anliegen gibt Seniorenbeirätin Marlene Utke in Ausschüssen und in der Bezirksvertretung 01 der Generation 60+ eine Stimme. Was hat der Seniorenbeirat seither bewirkt?

Der Seniorenbeirat ist mit seinen Sprechstunden in unterschiedlichen Einrichtungen sehr nah bei den älteren Menschen mit ihren Sorgen und Nöten. Somit können Anliegen, Anfragen und Anregungen auf kurzem Weg in die entsprechenden Gremien oder Institutionen gebracht und im Sinne der älteren Menschen bearbeitet werden. Frau Utke hat sich in besonderem Maße dafür eingesetzt, dass Menschen mit Behinderung Zugang zum Malkastentpark erhalten. Der Seniorenbeirat beschäftigt sich zudem intensiv mit dem Thema „Wohnen im Alter“ und hat hierzu eine eigene Umfrage durchgeführt.

Interview	1	Hausnotruf	17
Branchenverzeichnis	5	Umzug in ein Alten- und Pflegeheim	17
Gemeinsam aktiv für das Alter	6	Beratung, Hilfe, Unterstützung im Alltag	18
Das „zentrum plus “ der AWO Altstadt	6	Bezirkssozialdienst Außenstelle Kasernenstr. 6	18
Das „zentrum plus “ Derendorf-Golzheim	7	Telefonseelsorge	18
Seniorenkreise in den Gemeinden	8	Patienteninformationsdienst	18
AK 60 plus in Sankt Rochus	8	Weitere Beratungsstellen	19
Sport- u. Bewegungsangebote für ältere Menschen	9	Ambulante Pflegedienste	19
Politik/Seniorenpolitik	13	Selbsthilfe – Selbsthilfe-Service-Büro	21
Seniorenbeirat	13	Mahlzeitendienste und Mittagstisch	23
Wohnen im Alter	15	Ehrenamtliche Hilfsangebote	24
Ernährung im Alter	15	Hausnotruf	24
Barrierefreies Bauen und Wohnen	15	Die Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein	25
Von der seniorengerechten Wohnung bis zum Wohnen mit Service	17	Im Stadtbezirk 1 niedergelassene Ärzte und Psychotherapeuten	25



SELBSTBESTIMMT LEBEN

Ob Beratung und Begegnung im zentrum plus oder einfühlsame Pflege im Tersteegen-Haus – die Diakonie bietet Ihnen in Derendorf und Golzheim alles rund ums Leben im Alter. Rufen Sie uns an: Telefon 51 60 240

TERSTEEGEN-HAUS Friedrich-Lau-Straße 27-29
40474 Düsseldorf www.diakonie-duesseldorf.de



Gesetzliche Sozialleistungen und Vergünstigungen	27	Angebote des Caritasverbandes Düsseldorf	36
Rente	27	Seniorenzentrum Ernst-Gnoß-Haus	37
Kranken- und Pflegeversicherung	27	Edmund-Hilvert-Haus	38
Leistungen des Sozialhilfeträgers bei Pflegebedürftigkeit	27	Kirchengemeinden	38
Finanzielle Hilfe für Menschen mit Behinderung	28	Evangelische Kirchengemeinden	38
Wohngeld und Wohnberechtigungsschein	28	Jüdische Gemeinde	39
Vorsorge treffen	29	Katholische Kirchengemeinden	39
Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung	29	Notrufnummern	40
Testament	30	Ordnungs- und Servicedienst (OSD)	40
Hospize	31	Polizei – Sicherheit und Vorbeugung	40
Bestattung	33	Polizeiwache Nord	40
Trauerbegleitung	34	Polizeiwache Stadtmitte	40
DRK-Aktivtreff Pempelfort – Wir sind alle anders	35	Rechtsberatung	41
Geburtstage und Ehejubiläen	35	Wohnungsauflösung und Entrümpelung	41

HÖR-STUDIO



BRODBECK

HÖRSYSTEME FÜHRENDER HERSTELLER UND:

KOSTENLOSE HÖRANALYSE
HÖRGERÄTE BATTERIEN
TINNITUS RETRAINING
HAUSBESUCHSSERVICE
REINIGUNGSSERVICE
HÖRSYSTEM-DESIGN
REINIGUNGSMITTEL
TINNITUS NOISER
MEISTERBETRIEB
PFLEGEMITTEL
LÄRMSCHUTZ



TV ZUBEHÖR
LICHTWECKER
GEHÖRSCHUTZ
OHRPASSTÜCKE
SCHWIMMSCHUTZ
TINNITUS MASKER
VIBRATIONSUHREN
REPARATURSERVICE
TELEFONVERSTÄRKER
DRAHTLOSE SIGNALANLAGEN
VERTRAGSPARTNER DER KASSEN

... der Düsseldorf-er!

ERLEBEN SIE MODERNSTE HÖRSYSTEME
UND ENTSPANNEN SIE
BEI EINER LECKEREN TASSE KAFFEE.
BEI FRAGEN STEHEN WIR
IHNEN GERNE ZUR VERFÜGUNG.

BILKER ALLEE 110	LUEGALLEE 132
FON: 0211 - 33 41 65	FON: 0211 - 55 71 585
40217 DÜSSELDORF	40545 DÜSSELDORF
KAISERSWERTHER STR. 281	NORDSTRASSE 74
FON: 0211 - 22 97 42 10	FON: 0211 - 49 42 34
40474 DÜSSELDORF	40477 DÜSSELDORF

mobiluxLED
Die praktische Leuchtlupe für unterwegs

www.bessersehen-besserleben.de



Kleingedrucktes
immer und überall
gut lesbar

ESCHENBACH

LOW VISION
ergra

Institut für
vergrößernde Sehhilfen



- Sehhilfen bei Makuladegeneration (AMD)
- Diabetische Retinopathie
- Grauer/Grüner Star

Rufen Sie an oder kommen Sie zu einer unverbindlichen Beratung vorbei.

Ergra Low Vision GmbH
Schadowstr. 68 • 40212 Düsseldorf
Tel.: (0211) 171 12 70
www.ergra-low-vision.de

**Wir
stehen
für
besseres
Hören und
Sehen!**

HÖRWELT
DIGITAL

... so hört man heute!

Inhabergeführtes Hörerätiefachgeschäft

Wir führen eine breite Palette von Herstellern. Vom zuzahlungsfreien Hörgerät bis zum hochwertigen Hörsystem für erlesenes Klangerlebnis bieten wir alles, was Ihr Ohr begehrt.

Bei uns stehen Sie als Mensch im Mittelpunkt. Gern erläutern wir Ihnen unser Finanzierungskonzept „Hörabo“ – damit Sie sich gutes Hören auch leisten können. Im Rahmen eines Hörabo-Plus erhalten Sie Ihre Batterie kostenlos.

Zubehör wie Spezialwecker, Lichtklingeln, Weckuhren, Vibrationswecker und TV-Hörverstärker können Sie unverbindlich bei uns ausprobieren. Sie finden uns in der Schadowstraße 84 direkt gegenüber Karstadt in der ersten Etage. Wir freuen uns auf Sie!

Schadowstraße 84 · 40212 Düsseldorf · Telefon 02 11-17 12 210 · Fax 02 11-17 12 069 · r.heitkoetter@t-online.de

Liebe Leser! Hier finden Sie eine wertvolle Einkaufshilfe, einen Querschnitt leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.alles-deutschland.de.

Aktiv im Alter	6
Alltagshilfen	19
Ambulante Altenhilfe.....	20
Ambulanter Pflegedienst	19, 20
Bäder	9
Banken.....	U 2
Beratung	18
Bestattungen	29, 32
Erbrecht	30, 31
Friedhofsgärtnerei	33
Grabpflege	33
Haushaltsnahe Dienstleistungen	5

Hausnotruf.....	21, 24
Hilfe	18
Hörsysteme.....	3, 4
Krankenfahrten	27
Krankengymnastik.....	26
Mahlzeitendienst.....	24
Menüservice.....	21, 22, 23
Physiotherapie.....	26
Rechtsanwälte	30, 31
Sauna	9
Sehhilfen.....	4
Senioreneinrichtungen	16
Seniorenresidenzen.....	17
Seniorentanz.....	6, 12
Seniorenwohnanlage.....	35
Sozialverband	18
Trauerbegleitung.....	29, 32
Vergrößernde Sehhilfen.....	U 3
Vorsorge.....	29, 32
Wohnen im Alter.....	2, 35

U = Umschlagseite

Zeit für wirklich wichtige Momente

Wir bieten:

Botengänge / Einkaufen / Kochen
Begleitung zu Terminen/Arzt etc.
Wohnungs-, Blumen- und/oder Tierbetreuung
Wohnungsreinigung / Bügeln, u.v.m.

Bitte rufen Sie uns an. Wir helfen Ihnen gerne.

02 11/171 93 42



CASA BLANKA

Ein Betrieb der

ZWD

Zukunftswerkstatt
Düsseldorf

6 Gemeinsam aktiv für das Alter

Das „zentrum plus“ der AWO Altstadt – Beratung, Begegnung und mehr

Mit der Neuausrichtung der Seniorenarbeit in Düsseldorf sind in allen Stadtteilen Begegnungszentren für ältere Menschen entstanden – die sogenannten „zentren plus“. Unter ihrem Dach werden bestehende und zusätzliche Informations-, Beratungs-, Service- und Freizeitangebote gebündelt sowie vielfältige Kontakte zu vorhandenen Netzwerken entwickelt.

Spezielle Angebote im Stadtteil richten sich unter anderem an jüngere, arbeitslose und alleinstehende Senioren ab 50 plus. Für Menschen mit besonderen Problemen steht ein Fallmanagement bereit. Kooperationen mit „Service Wohnen“ und betreutem Wohnen sowie Aktivitäten zum Erhalt der Häuslichkeit werden verstärkt, die Eigeninitiative und die selbstbestimmte Lebensführung der Senioren gefördert.

Auch das „zentrum plus“ der AWO Altstadt ist Anlaufstelle für Fragen aller Art rund um das Alter – der ideale Startplatz auf dem Weg in die dritte Lebensphase. In zentraler Lage direkt neben dem U-Bahnhof Heinrich-Allee bietet die Einrichtung (im Anbau des Wilhem-Marx-Hauses) in angenehmer Atmosphäre die Möglichkeit, Menschen aus der Nachbarschaft kennenzulernen und mit ihnen gemeinsam aktiv zu werden. Selbst organisierte Seniorengruppen etwa können die großzügigen Räumlichkeiten mit schönem Blick auf die Altstadt für ihre Treffen nutzen.

Ein täglich „offenes Café“ lädt ein zum entspannten Beisammensein bei Kaffee und Kuchen, Tanzveranstaltungen, Spiele-Treffs, Chorproben und anderen vielfältigen Kultur- und Weiterbildungsangeboten. Wer Unterstützung im Alltag oder Freizeitangebote wünscht oder Tipps zur Gesunderhaltung sucht, wird ebenfalls im „zentrum plus“ Altstadt fündig.

Das aktuelle Programm findet sich im Netz unter www.awo-duesseldorf.de (in der Rubrik Seniorenhilfe).

- ▼ „zentrum plus“ der AWO Altstadt, Kasernenstr. 6
Telefon: 0211/60025-573
E-Mail: zentrumplus-altstadt@awo-duesseldorf.de

tanzschule fern & absolut tanzbar



aktiv mit
Seniorentanz

**Regelmäßig neue Gruppen,
kostenlose Probestunden und Tanztee**

tanzschule fern jacobistr. 18 40211 düsseldorf tel. 0211 / 350 553 www.tanzschule-fern.de
absolut tanzbar grafenberger allee 39 40237 düsseldorf tel. 0211 / 691 46 83 www.absoluttanzbar.de

Das „zentrum plus“ Derendorf-Golzheim der Diakonie – Begegnung, Beratung und mehr

Das „zentrum plus“ Derendorf-Golzheim der Diakonie in Kooperation mit der evangelischen Kreuzkirche arbeitet an zwei Standorten und ist ein Treffpunkt für alle Menschen ab Mitte 50. Denn nach dem Berufsleben eröffnen sich für viele neue Möglichkeiten. Endlich hat man mehr Zeit für Begegnungen mit netten Menschen, für gemeinsame Aktivitäten, für ein neues Engagement. Wir im „zentrum plus“ unterstützen Sie dabei, mit Gleichgesinnten neue Ideen zu entwickeln und in die Tat umzusetzen, z. B. in unserer Kulturwerkstatt, in unseren generationenübergreifenden Projekten oder in unserem Internetcafé. Zudem hält das „zentrum plus“ vielfältige Freizeit-, Gesundheits-, Kultur- und Bildungsangebote für Sie bereit und bietet jedes Jahr mehrere begleitet Seniorenreisen und Ausflüge an. Unser aktuelles Programm finden Sie im Internet unter www.zentrum-plus-diakonie.de.

Schauen Sie doch einfach mal vorbei – wir freuen uns auf Ihren Besuch! Wenn Ihnen das Älterwerden nicht so leicht fällt und Sie Unterstützung brauchen, beraten wir Sie gerne zu allen Fragen rund ums Leben im Alter. Wir begleiten Sie intensiv bei der Lösung von Problemen und vermitteln Ihnen alle notwendigen Hilfen, damit Sie möglichst lange selbstständig in Ihrer Wohnung leben können. Wenn Sie nicht die Möglichkeit haben in unsere Einrichtung zu kommen, können Sie von uns auch zu Hause besucht werden.

▼ Standort 1

„zentrum plus“ Derendorf-Golzheim
Klever Straße 75, 40477 Düsseldorf
Telefon 0211/9482750
E-Mail: zentrumplus.derendorf@gmx.de

Ihre Ansprechpartnerinnen:



Inge Gößling



Maike Keske

Netzwerkarbeit im „zentrum plus“

Die Netzwerkarbeit versteht sich als eine Form der Seniorenarbeit, bei der Selbstorganisation, bürgerschaftliches Engagement und soziale Vorsorge für das Leben im Alter im Mittelpunkt stehen. Im Netzwerk Golzheim des „zentrum plus“ haben Sie die Möglichkeit, im Stadtteil und in der Nachbarschaft Menschen mit gleichen Interessen kennenzulernen.

Die Netzwerkaktiven organisieren gemeinsam eine Vielzahl von Aktivitäten wie Internetkurse, Besichtigungen, Sprachangebote oder was sonst noch gewünscht wird. Wenn die Freunde in der Nähe wohnen, ist auch die Hilfe im Notfall leichter. Wer gut in ein soziales Netz eingebunden ist, kann dem Älterwerden gelassen entgegensehen.

▼ Standort 2

Netzwerk Golzheim
Friedrich-Lau-Straße 27, 40474 Düsseldorf
Telefon 516024-43 oder 516024-17
www.netzwerke-duesseldorf.de

Das Projekt „zentrum plus“ – gemeinsam aktiv für das Alter wird durch die Stadt Düsseldorf gefördert.

8 Gemeinsam aktiv für das Alter

Seniorenkreise in den Gemeinden – Freizeit und Ausflüge

- ▼ **Seniorentreff in Sankt Adolfus**
Kontakt über Pfarrbüro:
Telefon: 0211/946848150
Treffen: alle zwei Wochen montags 15 Uhr
Pfarrheim St. Adolfus, (3. Gruppenraum),
Kaiserswerther Straße 62
- ▼ **Seniorenkreis Sankt Rochus**
Leitung: Frau Beate Maibaum
Telefon: 0211/155665
Treffen: wöchentlich donnerstags 15 – 17 Uhr
Pfarrsaal St. Rochus, Rochusmarkt 6
- ▼ **Seniorenkreis Heilige Dreifaltigkeit**
Leitung: Frau Doris Bongartz
Telefon: 0211/443469
Treffen: alle zwei Wochen dienstags 15 – 17 Uhr
Pfarrheim Hl. Dreifaltigkeit, Becherstraße 25 a
- ▼ **Seniorennachmittag in Heilig Geist**
Leitung: Frau Vera Quenter
Telefon: 0211/488988
jeweils am 3. Donnerstag im Monat 15 Uhr Senioren-
messe in der Heilig-Geist-Kirche, anschließend heiterer
Nachmittag im Pfarrzentrum, Ludwig-Wolker-Straße 10

AK 60 plus in Sankt Rochus

Der AK 60 plus in St. Rochus (=Aktivenkreis 60 plus) wurde im Jahr 1997 ins Leben gerufen, um Menschen über 60 Jahre, die größtenteils damals schon ihr aktives Arbeitsleben hinter sich hatten, Gelegenheit zu geben, viele verschiedene Dinge gemeinsam und sinnvoll zu tun. So ist es oft leichter, im Gespräch und Austausch mit anderen Gleichgesinnten den oftmals eintönigen Alltag besser zu meistern und die positiven Dinge herauszustellen. Ein nicht zu gering zu achtender Nebeneffekt hat hier und da sogar zu neuen Freundschaften geführt. Man kam überein, alle 14 Tage Gelegenheit zu einem Treffen anzubieten. Und auf Wunsch vieler Teilnehmer der ersten Stunden ergab es sich, dass im 14-tägigen Wechsel einmal eine Exkursion bzw. ein Vortrag und ein Kaffee- und Info-Nachmittag veranstaltet wurde. Als Exkursionen wurden in der Vergangenheit Besuche von Museen und Baudenkmalern wie Kirchen, Burgen und Schlösser durchgeführt, Werks-, Brauerei- und Städte-Besichtigungen sowie Zoobesuche etc. vorgenommen. In manchen Jahren wurden auch schon mal mehrtägige Reisen veranstaltet. Dem AK 60 plus steht ein Leitungsteam aus vier Männern und vier Frauen vor, das als Vorausschau ein halbjähriges Programm erarbeitet und dafür verantwortlich zeichnet. Im AK 60 plus gibt es keine feste Mitgliedschaft, und ein Beitrag wird nicht erhoben. An den Kaffee/Info-Nachmittagen bzw. an den Exkursionen beteiligen sich jeweils zwischen 35 und 55 Personen, die mehrheitlich aus der Pfarre St. Rochus stammen. Neue Gäste sind immer herzlich willkommen. Die Kaffee/Info-Nachmittage finden immer dienstags von 15.00 bis 17.00 Uhr im Pfarrsaal St. Rochus, Rochusmarkt 6, statt.

Ansprechpartner: H. Rausch, Telefon: 358443

Sport- und Bewegungsangebote für ältere Menschen

Bezeichnung	Anschrift/Telefon	Bereiche/Zielgruppe
Aktionsring Frau und Welt e. V.	Bastionstr. 6, 40213 Düsseldorf 0211/8985234	Bereiche: Tanzen, Gymnastik ab 50 u. ab 70 Jahre
Evangelisches Familien-Bildungswerk e. V. (efa)	Hohenzollernstr. 24, 40211 Düsseldorf 0211/6002820	Bereiche: Fit ab 50 Zielgruppe: Senior(inn)en
Judosportschule	Liebigstr. 11, 40479 Düsseldorf 0211/484040	Bereiche: Ki-Jitsu, Sicherheitstraining Zielgruppe: Senior(inn)en
Hallenbad Derendorf	Münsterstr. 13 0211/8212632	Bereiche: Wassergymnastik Zielgruppe: Senior(inn)en
Kneipp-Verein Düsseldorf e. V.	Münsterstr. 114 0211/219244	Bereiche: Wassergymnastik, Schwimmen Zielgruppe: Senior(inn)en
„zentrum <i>plus</i> “	Klever Str. 75, 40477 Düsseldorf 0211/9482750	Bereich: Gymnastik, Tanzgruppe Zielgruppe: Senior(inn)en
Düsseldorf sur place e. V.	Zietenstr. 63, 40476 Düsseldorf 0211/486925	Bereiche: Boules für Menschen ab 55 Zielgruppe: Senior(inn)en
Lady-Fitness	Klosterstr. 30, 40211 Düsseldorf 0211/354411	Bereiche: Wirbelsäulengymnastik, Stretch und Relax mit Einstellung spezieller Trainingspläne Zielgruppe: Senior(inn)en
Turn- und Sportverein Derendorf 1919 e. V.	Eulerstr. 31, 40477 Düsseldorf 0211/6009095	Bereiche: Ausgleichsgymnastik mit anschließendem Prellballspiel, gemeinsamer Stammtisch Zielgruppe: Senior(inn)en
Ballspielverein 04 e. V. Düsseldorf	Hans-Böckler-Str. 31 0211/426729, 0211/9892870	Bereiche: Gymnastik für Damen, Tischtennis, Jui-Jitsu, Zielgruppe: Damen ab 55
Sportverein Dssd. e. V.	Tannenstr. 26, 40476 Düsseldorf 0211/8706802	Bereiche: Gymnastik und Spiele Zielgruppe: Ü 55

... und wie halten Sie sich fit?



Aquacycling 55+

Ein Kurs für Teilnehmer ab 55 Jahren. Das Trainingsprogramm wird an die Kursteilnehmer angepasst, so dass keine Überforderung eintritt.

Dieses Kursangebot findet montags von 8:45 bis 9:30 Uhr als offener Kurs statt.

»Schwimm' in Bilk«, Bachstraße 145,
40217 Düsseldorf, Tel. 0211/821-65 95



Schwimmen

Einfach nur schwimmen und seine Bahnen ziehen – das ist der „Gesundheitsklassiker“, der durch fast nichts zu ersetzen ist. Unser Tipp: in den Zeiten zwischen 12:00 und 15:00 Uhr haben wir „Nebensaison“. Hier können Sie besonders in Ruhe und fast ungestört Ihre Bahnen ziehen.

Wenn Sie gerne unter fachkundiger Anleitung das Schwimmen erlernen wollen, sind Sie in unseren Schwimmkursen bestens beraten. Von Anfängerschwimmen bis zum Schwimmtraining ist Vieles möglich. Wir beraten Sie gerne.

Tel: 0211/821-26 05
www.baeder-duesseldorf.de



Wassergymnastik

Die sanfte Art der Aquafitness. Probieren Sie es aus (Offener Kurs / 30 Min. / 0,90 € zum Eintritt) und freuen Sie sich über die Ergebnisse, die Sie in Sachen Fitness, Figurformung, Ausdauer und Koordination erzielen werden.

Unterrath, Sauna-Bad-Niederheid, Rheinbad, Münster-Therme, Oberkassel, Benrath, Düsseldorf, »Schwimm' in Bilk«

Tel: 0211/821-26 05
www.baeder-duesseldorf.de
E-Mail: baeder@swd-ag.de

Sport- und Bewegungsangebote für ältere Menschen

11

Bezeichnung	Anschrift/Telefon	Bereiche/Zielgruppe
Body & Mind 18 Uhr	Bagelstr. 104, 40479 Düsseldorf 0211/442266	Bereiche: Best-Age-Club-Fitness Zielgruppe: ab 50
Polizei-Sportverein Düsseldorf e. V.	Ernst-Poensgen-Allee 60, 40629 Düsseldorf 0211/8707507	Bereiche: Turnen für Senioren
Verein für Gesundheitssport e. V. (VGS)	Kasernenstr. 61, 40213 Düsseldorf 0211/8225523	Bereiche: Wassergymnastik Zielgruppe: alle
ASG-Bildungsforum	Gerresheimer Str. 90, 40233 Düsseldorf 0211/17400	Bereiche: Gymnastik ab 60, ab 50, Tri-Vital für Damen ab 50, Tanz u. Bewegung ab ca. 58 Zielgruppe: Senior(inn)en
AWO-Familienbildungswerk	Liststr. 2 0211/60025111	Bereiche: Bewegungsbad, Wasser- gymnastik, Fit mit 55, Gymnastik für ältere Frauen, Sport für auslän- dische Senioren Zielgruppe: Senior(inn)en
Seniorenbegegnungsstätte Pestalozzihaus e. V.	Grafenberger Allee 186, 40237 Düsseldorf 0211/666787	Bereiche: Gymnastik Zielgruppe: Senior(inn)en
AWO-Begegnungsstätte Kürtenhof	Bruchstr. 12, 40235 Düsseldorf 0211/60025558	Bereiche: Sitzgymnastik, Schwim- men und Wassergymnastik im „düs- selstrand“, Gedächtnistraining Zielgruppe: Senior(inn)en
Caritas-Begegnungsstätte Liebfrauen	Flurstr. 57 c, 40235 Düsseldorf	Bereiche: Gymnastik Zielgruppe: Senior(inn)en
Düsseldorfer SC 1899 e. V.	Windscheidstr. 18, 40239 Düsseldorf 0211/402733	Bereiche: Frauen-Gymnastik Zielgruppe: Senior(inn)en
SSVG Freie Schwimmer Dssd 1910 e. V.	Flinger Broich 91, 40235 Düsseldorf 0211/231910	Bereiche: Wassergymnastik, Schwimmtraining Zielgruppe: Senior(inn)en
DJKTUS Rheinfranken 08	Flingerbroich 89, 40235 Düsseldorf 0211/623416	Bereiche: Alt-Herren-Fußball Zielgruppe: alle

12 Sport- und Bewegungsangebote für ältere Menschen

Heimatverein Derendorfer Jonges e. V.

Der Zweck des Vereins ist der Zusammenschluss der Derendorfer, Golzheimer und Pempelforter Bürger zur Heimat- und Kulturpflege. Der Verein ist parteipolitisch und konfessionell neutral, er verfolgt ausschließlich und un-mittelbar gemeinnützige und mildtätige Zwecke im Sinne der Gemeinnützigkeitsverordnung vom 24.12.1953. Der Zweck des Vereins ist nicht auf einen wirtschaftlichen Geschäftsbetrieb gerichtet. Etwaige Überschüsse dürfen nur für satzungsgemäße Zwecke verwendet werden.

Neben den monatlich durchgeführten Heimatabenden mit Referenten aus unterschiedlichen Interessengebieten beteiligt sich der Verein an der Gestaltung der Stadtteile Derendorf, Golzheim und Pempelfort sowie für die Erhaltung charakteristischer Bauten, Denkmäler und Brunnen.

Der Derendorfer Martinszug wird seit fast 50 Jahren von den Derendorfer Jonges durchgeführt, seit den 70er-Jahren werden sie von den Derendorfer Schützen tatkräftig unterstützt.

Jedes Jahr im November lädt der Heimatverein alle älteren Mitglieder aus unseren Stadtteilen zum gemütlichen Seniorennachmittag ein. Bei dieser beliebten Veranstaltung ist der Ratschlägersaal

der Rheinterrasse mit ca. 800 Personen jedes Mal voll besetzt. Geboten wird ein fröhliches Unterhaltungsprogramm mit Show und Musik, dazu gibt es Kaffee, Kuchen und Getränke.

Dank der finanziellen Unterstützung mehrerer Sponsoren konnte Anfang der 90er-Jahre die Buscher Mühle, eine der letzten ursprünglich 23 Mühlen entlang der Düssel (mit vermutetem Ursprung im 14. Jahrhundert) für alle Mitbürger zu einer Begegnungsstätte ausgebaut werden. Wir sind Mitglied im Deutschen Mühlenverband und beteiligen uns jährlich am Deutschen Mühltage am Pfingstmontag. Am letzten Samstag im August findet seit 1992 jährlich unser Familien- und Mühlenfest mit Livemusik statt. Zu beiden Veranstaltungen ist die Mühle auch zu besichtigen.

Gemeinsam mit dem Förderverein zur Erhaltung des Alten Golzheimer Friedhofes e. V. wurden in den letzten Jahren mehrere Aktionen, unterstützt durch Fachfirmen, auf dem Golzheimer Friedhof (Grabmalkonservierung, Wiederherstellung der Umrandungen und Gitter, Freilegung der Grabmale von Pflanzenwucherungen etc.) durchgeführt. Beteiligt sind auch die Düsseldorfer Friedhofsgärtner.

Alles fit?

Keine Frage des Alters.



„Vital 55+“ – der IKKimpuls-Kurs für den entspannten (Wieder-)Einstieg in die sportliche Betätigung. Nähere Infos unter der **01880 455 1278** oder per Mail an das impuls-team@ikk-nordrhein.de.



Die Krankenkasse, die ihr Handwerk versteht.



Seniorenbeirat

Im März 2009 wählten im Stadtbezirk 01 (Altstadt, Carlstadt, Stadtmitte, Pempelfort, Derendorf und Golzheim) rund 3800 Bürgerinnen und Bürger ab 60 Jahre ihre Vertretung für den Seniorenbeirat der Stadt Düsseldorf. Nach 15 Jahren im Ehrenamt war die sehr verdiente Irmgard Scheinemann nicht mehr zur Wahl angetreten.

Seit April 2009 vertritt nun die Sozialarbeiterin und Dipl.-Pädagogin Marlene Utke (63) stimmberechtigt die Interessen der älteren Generationen (über 17 000 Personen) im Seniorenbeirat, beratend in verschiedenen Ausschüssen des Rates und der Bezirksvertretung 01 sowie weiteren Gremien. Sie hat offene Ohren, informiert und vermittelt gerne, denn wichtige Dinge stellen sich plötzlich anders dar, wenn man älter wird.

Als Stellvertreter wurde wieder Dr. Hartmut Mühlen (65) gewählt. Sein Arbeitsschwerpunkt ist das Wohnen im Alter. Gemeinsam setzen sich Marlene Utke und Hartmut Mühlen für den Dialog der Generationen und Kulturen ein und sind mit anderen Haupt- und Ehrenamtlichen in der Stadtbezirkskonferenz aktiv. Unter dem Motto „Düsseldorf – gemeinsam aktiv für das Alter“ engagieren sich alle für individuelle wie sozialräumliche Anpassungen an die Bedürfnisse älterer Menschen – die oftmals auch jungen Familien zugute kommt. Für Fragen und Probleme, Kritik und Anregungen stehen sie monatlich in zwei Sprechstunden* zur Verfügung. Brennende Probleme im Stadtbezirk sind die fehlenden Einkaufsmöglichkeiten in Golzheim und Derendorf sowie der fehlende Aufzug an der U-Bahnhaltestelle Nordstraße. Bei der Park- und Spielplatzgestaltung bedarf es dringender Neuerungen, die die Bewegung von Jung und

Alt fördern. In allen zehn Stadtbezirken arbeiten Seniorenbeiräte überparteilich und überkonfessionell. Der Seniorenbeirat Düsseldorf steht in direktem Kontakt zu Politik und Verwaltung, der Pflege- und Gesundheitskonferenz, dem Behindertenbeirat, der Polizei, der Rheinbahn usw. und ist in überregionalen Fachgremien präsent.

*Jeden 1. Dienstag im Monat von 10 bis 12 Uhr, Kasernenstraße 6, 4. Etage, jeden 3. Mittwoch im Monat von 10 bis 12 Uhr, Klever Str. 75, zentrumplus



▼ Marlene Utke, Seniorenbeirätin
Bagelstr. 133
40479 Düsseldorf
Telefon: 0211. 48 21 07
E-Mail: marlene.utke@arcor.de

▼ Dr. Hartmut Mühlen, Stellvertreter
Poststraße 13
40213 Düsseldorf
Telefon: 0211. 57 57 52
E-Mail: hartmut.muehlen@t-online.de

Gremium: Bezirksvertretung 1

Brune, Volkhard.....	(CDU)
Cardeneo, Elke.....	(B 90/Grüne)
Cardeneo, Jörk.....	(B 90/Grüne)
Cromme, Edeltraud.....	(FDP)
Ernesti, Margarete.....	(CDU)
Gieseler, Horst.....	(SPD)
Groth, Gisela.....	(SPD)
Hachenberg, Wilfried.....	(CDU)

14 Politik/Seniorenpolitik

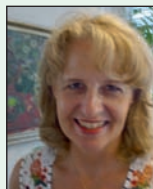
Jacobskrüger, Horst (FDP)
Kamenschek, Jürgen (B 90/Grüne)
Dr. Klose, Christoph (CDU)
Landau, Ingrid..... (B 90/Grüne)
Mikoleit, Friederike (CDU)
Schendel, Andreas (CDU)
Schmidt, Sabine (CDU)
Schneider, Reinhard (fraktionslos)
Spillner, Marina..... (SPD)
Tacer, Philipp (SPD)
Dr. Werkmeister, Frank..... Die Linke

Die Bezirksverwaltungsstelle 1 ist Verbindungsstelle zwischen der Bezirksvertretung 1 und den Fachämtern der Verwaltung.

Sie unterstützt die Bezirksvertretung 1 bei der Wahrnehmung ihrer Aufgaben, indem sie u. a. ihre Sitzungen (Termine und Tagesordnungspunkte sind in den Schaukästen Kasernenstraße/Carschhaus, Platz an der Haltestelle Theodor-Heuss-Brücke, Nord-/Duisburger Straße, gegenüber der Haltestelle Spichernplatz, gegenüber den Verkaufsständen am Rochusmarkt und unter www.duesseldorf.de/bv/01 veröffentlicht) vorbereitet.

Die betroffenen Beschlüsse werden an die Fachverwaltung weitergeleitet und ihre Ausführungen zeitnah begleitet. Darüber hinaus stehen alle Mitarbeiterinnen den Bürgerinnen und Bürgern für Auskünfte und für die Entgegennahme von Anregungen in allen Angelegenheiten des Stadtbezirks zur Verfügung.

Bezirksverwaltungsstelle 1, Kasernenstr. 6
(Anbau Wilhelm-Marx-Haus)



▼ Eliane Vogt
Leitung
Telefon: 0211/8999301
Fax: 0211/8929158
E-Mail: Eliane.vogt@stadt.duesseldorf.de



▼ Petra Ihme
Sachbearbeitung/Schriftführung
Telefon: 0211/8996026
Fax: 0211/8929158
E-Mail: Petra.ihme@stadt.duesseldorf.de



▼ Dorothea Kranz
Assistenz
Telefon: 0211/8999300
Fax: 0211/8929158
E-Mail: Dorothea.kranz@stadt.duesseldorf.de

Ernährung im Alter

Informationen über wirtschaftliche, ernährungswissenschaftliche und medizinische Aspekte einer gesunden Ernährung im Alter erhalten Sie beim Ministerium für Generationen, Familie, Frauen und Integration NRW, Horionplatz 1, 40213 Düsseldorf, Telefon: 0211/861850

Barrierefreies Bauen und Wohnen

Seniorenrechtliches Bauen und Wohnen gewinnt zunehmend an Bedeutung. Der überwiegende Teil der Seniorinnen und Senioren möchte so lange wie möglich in seinen

eigenen vier Wänden sowie im eigenen Quartier wohnen bleiben. Im Einzelfall können bei umsichtiger Planung von Neubauten oder geschicktem Umbau von Altbauten viele Barrieren vermieden werden, ohne dass es zu erheblichen Mehrkosten führt.

Zudem können in diesem Bereich diverse Fördermöglichkeiten genutzt werden. So kann z. B. der Arzt gewisse Hilfsmittel wie Haltegriffe, spezielle Toiletten und Waschbecken verschreiben; die Krankenkassen zahlen bei Bedarf teilweise oder ganz die Anschaffungskosten. Zusätzlich erhalten Personen, denen eine der drei Pflegestufen zugesprochen wurde, für einen barrierefreien Um- oder Neubau von der Pflegekasse bis zu 2 500 Euro.



16 Wohnen im Alter

Von der seniorenrechten Wohnung bis zum Wohnen mit Service

Das Amt für Wohnungswesen und das Pflegebüro haben gemeinsam die Broschüre „Wohnen im Alter“ herausgegeben, u. a. mit diesen Themen:



- Vermittlung und Anbieter von seniorenrechten Wohnungen
- Hilfe bei senioren- und behindertengerechten Umbauten
- Einrichtungen für betreutes Wohnen oder Wohnen mit Service, inkl. Kosten
- Umzugshilfen

▼ Amt für Wohnungswesen

Brinckmannstr. 5 oder Dienstleistungszentrum
Willi-Becker-Allee 7

Informationen zum Wohngeld erhalten Sie unter der Rufnummer: 0211/8996366, Informationen zum Wohnberechtigungsschein erhalten Sie unter der Rufnummer 0211/8997500.

E-Mail: pflegebuero@stadt.duesseldorf.de
www.duesseldorf.de/senioren



Hier leben Sie

- qualifiziert und fachkundig gepflegt und betreut
- fröhlich und beschwingt durch Musik und Gesang
- geistig rege durch Gedächtnistraining
- körperlich fit durch Kegeln und Gymnastik
- mit traditionellen Rezepten in der Backgruppe
- mit guten Ideen in der Kreativgruppe
- in vertrauter Atmosphäre und erfahren einfühlsame Betreuung in Ihrer demenziellen Veränderung
- mit Neugierde auf unsere kulturellen Veranstaltungen
- in geistlicher Begleitung bei pastoralen Angeboten

Edmund-Hilvert-Haus · Senioreneinrichtung der katholischen Kirchengemeinde **Herz Jesu**

Rossstraße 79 · 40476 Düsseldorf · Tel.: 0211 / 43 49 41 · Fax: 0211 / 43 40 83 · E-Mail: info@edhh.de · Internet: www.edhh.de

Hausnotruf

Wenn Sie hilfe- oder pflegebedürftig sind und in der eigenen Wohnung leben, können Sie diese mit einem Notrufsystem ausstatten lassen. (Näheres im Komplex „Hilfe und Unterstützung im Alltag“ >> Hausnotruf!)

Umzug in ein Alten- und Pflegeheim

In Alten- und Pflegeheimen werden Menschen, die nicht mehr allein in ihrer Wohnung leben können, rund um die Uhr versorgt und betreut. Wenn eine stationäre Dau-

erpflege in einem Heim erforderlich ist, gibt es viele Fragen:

- Was kostet ein Heimplatz?
- Was leistet die Pflegeversicherung?
- Dürfen eigene Möbel mitgebracht werden?
- Gibt es Ein- und Zweibettzimmer?
- Dürfen Haustiere mit einziehen?
- Welche sozialen und kulturelle Angebote gibt es?

Umfangreiche Beratungsangebote

unter Telefon: 0211/899-8998

E-Mail: pflgebuero@stadt.duesseldorf.de

Kompetente Pflege und spürbare Menschlichkeit

Wohnen mit individuellen Betreuungs- und Pflegeleistungen – Geborgenheit, Sicherheit und Lebensfreude genießen. Freundliche, kompetente Mitarbeiter, abwechslungsreiche Aktivitäten – unser Haus ist Ihr Zuhause. Wir informieren Sie gerne.



Residenz Düsseldorf

Gertrud-Woker-Straße 31 · 40589 Düsseldorf
Telefon 02 11/7 57 01-09 · www.pro-seniore.de

Info-Hotline 0 18 01/84 85 86

(3,9 ct/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunkpreis max. 42 ct/Min.)

Grafenberger Wald

– Seniorenresidenz –



Gestalten Sie Ihr Leben bei uns aktiv und selbstständig – doch wenn Sie Hilfe benötigen, sind Sie nicht alleine.

Erleben Sie eine familiäre Atmosphäre, in der individuelles Wohnen und professionelle Pflege in einem ganzheitlichen Betreuungskonzept gewährleistet sind.

Seniorenresidenz Grafenberger Wald

Ernst-Poensgen-Allee 1 40629 Düsseldorf

Tel.: 0211 / 28040-0 Fax: 0211 / 28040-121

www.grafenbergerwald.de info@grafenbergerwald.de

18 Beratung, Hilfe, Unterstützung im Alltag



ROTRUNNER

Einige Dinge sollten Sie irgendwann einfach nicht mehr tun müssen.

➤ Superhilfe! Ihre Hilfe bei jedem Engpass: z.B. Apothekengänge, schwere Dinge bewegen, auf Leitern kraxeln...

Rufen Sie uns an! **ab 5€**

Bismarckstr. 50 . 40210 Düsseldorf . www.rotrunner.de . Telefon 0211-179961-0

Wir helfen Ihnen gern weiter!

Sozialverband
VdK
NORDRHEIN-WESTFALEN

Kreisverband Düsseldorf
Fürstenwall 132, 40217 Düsseldorf
Telefon/-fax: (02 11) 37 87 76
E-Mail: kv-duesseldorf@vdk.de
Rechtsberatung/Rechtsbetreuung:
Telefon: (02 11) 3 84 12-36
www.vdk.de/nrw

Sprechstunden: mittwochs 9.00 bis 12.00 und 15.00 bis 17.00 Uhr
nach Terminvereinbarung Tel. (02 11) 3 84 12-36

- ✔ **Wir machen aktive Sozialpolitik**
für 1,5 Mio. Mitglieder (Bund), 250.000 Land NRW
- ✔ **Wir helfen Ihnen gegenüber Behörden im Verwaltungsverfahren**
bei der Antragstellung und der Durchsetzung Ihres Rechts in vielen Bereichen des Sozialrechts, ...
- ✔ **Wir vertreten Sie vor den Sozialgerichten,**
- ✔ **Wir geben Ihnen die Möglichkeit, eine ehrenamtliche Funktion zu übernehmen,**
für die Sie regelmäßig geschult werden, ...
- ✔ **Wir bieten Ihnen ein Forum,**
wo Sie mit Ihren Problemen nicht allein sind, sondern Menschen mit ähnlichen Problemen finden, ...

... wenn Sie bei uns Mitglied sind.

(Monatsbeitrag
ab 2009 4,50 €)

Bezirkssozialdienst Außenstelle Kasernenstr. 6

Der Bezirkssozialdienst berät und hilft, wenn Sie im Alter Betreuung und Versorgung benötigen, z. B.

- Sie möchten in Ihrer Wohnung bleiben und benötigen dafür kleine Hilfen im Alltag.
- Ihre Eltern sind durch Krankheit plötzlich pflegebedürftig.
- Ihr Nachbar ist ohne Angehörige und kommt nicht mehr zurecht.

Servicebüro-Telefon: 0211/8995450

Persönliche Besuchs- und Sprechzeiten:

Montag – Freitag: 10.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 16.00 Uhr

E-Mail: BSD201@stadt.duesseldorf.de

Telefonseelsorge

In Krisensituationen können Sie sich rund um die Uhr an die Telefonseelsorge wenden. Bitte haben Sie Verständnis, wenn Sie wegen intensiver Beratungsgespräche nicht beim ersten Versuch Kontakt bekommen.

Telefon: 0800/1110111 (gebührenfrei), 0800/1110222

Patienteninformationsdienst

Ansprechpartner für den Patienten, z. B. bei der wohnort-nahen Arztsuche, der Suche nach Fachärzten mit besonderen Qualifikationen, Fragen zum Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung und Beschwerdestelle
Telefon: 0800/6224488 (gebührenfrei)

E-Mail: patienteninformationsdienst@kvno.de

Weitere Beratungsstellen

mit näheren Informationen sind aus „Leben in Düsseldorf – Wegweiser für Ältere und Junggebliebene“ zu entnehmen:

- ▼ Behindertenberatung, zentraler Service für alle Behindertenbereiche
Gesundheitsamt/Amt für soziale Sicherung und Integration
Willi-Becker-Allee 6 – 8, Telefon: 8925842
- ▼ Beratungsstelle für behinderte, alte und chronisch kranke Menschen
Gesundheitsamt, Kölner Str. 180, Telefon: 8992681
- ▼ Demenz-Servicezentrum für die Region Düsseldorf
Räume des Pflegebüros, Kölner Str. 186, Telefon: 8922228
- ▼ Pflegebüro
Amt für soziale Sicherung und Integration
Kölner Str. 186, Telefon: 8998998
- ▼ Selbsthilfe-Servicebüro
Gesundheitsamt, Kölner Str. 180, Telefon: 8992244
E-Mail: selbsthilfeservicebuero@stadt.duesseldorf.de
- ▼ Schlaganfall-Büro
Gesundheitsamt, Kölner Str. 180, Telefon: 8996654
E-Mail: schlaganfallbuero@stadt.duesseldorf.de

Ambulante Pflegedienste

Bei Pflegebedürftigkeit sind ambulante Pflegedienste eine wichtige und notwendige Unterstützung, um im Alltag zurechtzukommen.

Die Pflegedienste im Stadtbezirk 1 helfen beispielsweise bei der täglichen Körperpflege, bieten die Leistungen der Pflegeversicherung an und erledigen im Rahmen der Behandlungspflege u. a. das Zusammenstellen, Austeilen und Verabreichen von Medikamenten.

Darüber hinaus haben manche Dienste hauswirtschaftliche Hilfen, Nachtwachen und Einkaufsservice sowie die Vermittlung von zum Beispiel Krankengymnastik, medizinischer Fußpflege oder Putzhilfen im Angebot. Es empfiehlt sich, vor Abschluss eines Pflegevertrages verschiedene Angebote zu vergleichen. Der Vertrag sollte alle

	Häusliche Krankenpflege	Ambulant Betreutes Wohnen
Witzelstraße 63 Tel.: 02 11 – 15 92 55 0 Fax: 02 11 – 15 92 55 20 www.pflegedienste-hkg.de		40225 Düsseldorf 02 11 – 15 92 55 25 02 11 – 15 92 55 20 www.ambulantbetreuteswohnen.info



www.jahr-rheinruhr.de

**Unterstützend!
Die Johanniter-Alltagshilfen.**

0211 73830-21

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

20 Beratung, Hilfe, Unterstützung im Alltag

Leistungen mit Preisen, Kündigungszeiten und besondere Vereinbarungen beinhalten. Pflegedienste rechnen nach der Art der erbrachten Leistung ab und nicht nach Stundensätzen.

- ▼ **Krankenpflegegruppe**
Petra Klingen, Sabine Leithäuser
Frankenstr. 26, 40476 Düsseldorf
Telefon: 0211/431129, Fax: 0211/4708337
- ▼ **Mobile Pflege – Häusliche Kranken- und Seniorenpflege**
Branca Stefic, Rheinbabenstr. 5, 40476 Düsseldorf
Telefon: 0211/43616999, Fax: 0211/6959489

- ▼ **Pflege- und Beratungsteam Hansen**
Gumbertstr. 91, 40229 Düsseldorf
Telefon: 0211/6005200
- ▼ **Private individuelle Krankenpflege Lippman**
Andrea Lippman, Rather Str. 82, 40476 Düsseldorf
Telefon: 0211/3850228, Fax: 0211/3850226
- ▼ **Alloheim Mobil**
Ambulante und psychiatrische Krankenpflege
Tersteegenstr. 77, 40474 Düsseldorf
Telefon: 0211/2382964

Das Team für Lebensqualität



Pflege- und Beratungs-
Team
Ralf Hansen

Krankenpflege Nachtpflege
kostenl. Beratungen

Bundesweit erster
qualitätsgeprüfter und
zertifizierter ambulanter
Pflegedienst nach:



Heinzelmännchen
2004



Für
Alt und Jung

Hausputz? Einkauf? Wäsche reinigen?
Pflanzen versorgen? Kinder betreuen?
Haustiere betreuen?
Wird erledigt.

Telefon: 0211 - 600 5200
Gumbertstr. 91 - 40229 Düsseldorf

Tel.: 0211-600 2000

Zu Hause für Sie da!

24 Std.-Rund-um-Versorgung

Top Team 24

Häusliche Alten- und
Krankenpflege

Elvira Linn

Leuthenstraße 28

40231 Düsseldorf

Tel. (02 11) 2 29 34 09

Fax (02 11) 2 20 11 99

Mobil (01 73) 9 22 16 67

▼ Amulante Dienste der Diakonie in Düsseldorf

Häusliche Pflege Nord

Friedrich-Lau-Str. 27, 40474 Düsseldorf

Telefon: 0211/51602434

▼ HKG – Häusliche Krankenpflege

Witzelstr. 63, 40225 Düsseldorf

Telefon: 0211/1592550, Fax: 0211/15925520

▼ Optimal-Pflege Mobil GmbH Bernd Kantelberg

Duisburger Str. 39, 40479 Düsseldorf

Telefon: 0211/5002119, Fax: 0211/6002120

▼ Profi-Pflege Düsseldorf, Helmtraud Heinig

Carl-Mosterts-Platz, 40477 Düsseldorf

Telefon: 0211/4695848, Fax: 0211/4695879

▼ AKAP Ambulante Kranken- und Altenpflege

Micheline Schwarz, Friedrich-Ebert-Str. 42, 40210 Düsseldorf, Telefon: 1640561, Fax: 0211/1640563

▼ Citi-Hauskrankenpflege GbR

Worringerstr. 68, 40211 Düsseldorf

Telefon: 0211/3883667, Fax: 0211/3883668

▼ Mobile Hauskrankenpflege Medea GbR

Frau Brisker, Stephanienstr. 42

Telefon: 0211/9365217/18, Fax: 0211/9365219

▼ Peci

Häusliche Kranken- und Altenpflege

Nihad Peco, Rheinland, Karl-Anton-Str. 19

Telefon: 0211/1646324, Fax: 0211/1646324



Ihr DRK vor Ort im Stadtbezirk:

- Seniorenpflegeheim
- Seniorenwohnungen
- Hausnotruf
- Mahlzeitenservice
- Häusliche Hilfen
- Kultur- und Bildungsangebote



DRK-Düsseldorf: Wir helfen sicher.

Tel. 0211 2299-2000
www.DRK-duesseldorf.de



Selbsthilfe – Selbsthilfe-Service-Büro

ist eine Informations-, Beratungs- und Koordinationsstelle für die Selbsthilfe in der Stadt Düsseldorf. Sie hilft und unterstützt Selbsthilfegruppen, Gruppen suchende Bürgerinnen und Bürger sowie professionelle Helferinnen und Helfer und andere Fachkräfte. Weiter reichende Informationen über die folgenden und andere Selbsthilfegruppen finden Sie in „Zeitung von und für Selbsthilfegruppen“ Ausgabe 28, herausgegeben vom Selbsthilfe-Service- Büro im Gesundheitsamt Düsseldorf, Kölner Str. 180, Telefon: 89-92244

E-Mail: selbsthilfeservicebuero@stadt.duesseldorf.de
www.duesseldorf.de/gesundheit/selbsthilfe

„apetito zuhaus“ trifft Geschmack der Tischgäste

Privater Menübringdienst bringt Wunschgerichte bis auf den Tisch

„Eine Woche lang habe ich die Menüs des Menübringdienstes von „apetito zuhaus“ getestet. Mein Fazit: Sowohl das Schweinelendchen, die Rinderroulade als auch das Seelachsfilet haben mir sehr gut geschmeckt. „Ich kann nur

für mich sprechen und sagen, ich werde die Menüs und den Service weiterempfehlen“, erzählt Hermann Albers.

Neu ist das Probierangebot von „apetito zuhaus“

Bereits seit 50 Jahren wird bei apetito tagtäglich gekocht und dabei viel Wert auf ausgewählte Zutaten gelegt. Erstmals hält der Menübringdienst ein Probierangebot für all diejenigen bereit, die sich von der Qualität und dem Service von „apetito zuhaus“ überzeugen

möchten. Je nach Wunsch bringt der Menükurier heiße oder tiefkühlfrische Menüs ins Haus. Soll das Essen heiß gebracht werden, steht den Kunden eine wöchentlich wechselnde Speisekarte mit täglich sieben verschiedenen Menüs zur Verfügung. Die Gerichte werden zur Mittagszeit gebracht, auch an Wochenenden und Feiertagen. Alle, die lieber spontan entscheiden, wann und welches Menü sie essen möchten, können aus über 200 tiefkühlfrischen Menüs ihr Lieblingsessen wählen. Zur gewünschten Zeit kann das Essen durch Erhitzen in der Mikrowelle oder im

Backofen zu Ende gekocht werden. Der Menübringdienst „apetito zuhaus“ hält auch ein Angebot für besondere Ernährungssituationen, wie diabetikergeeignete Menüs und Schonkost bereit. Abgerundet wird das Angebot durch Salate, Desserts und Kuchen.



Der private Menübringdienst „apetito zuhaus“ hält ein Probierangebot für seine Tischgäste bereit. (Foto: apetito)

Für eine individuelle Beratung oder eine unverbindliche Menübestellung stehen die freundlichen Mitarbeiterinnen von „apetito zuhaus“ gerne zur Verfügung:

**Montag bis Freitag
8.00 bis 18.00 Uhr**

0211-9216314



Köstlich frisch ins Haus gebracht

Mit allem, was das Herz begehrt:

- Leckere Menüs aus erntefrischen Zutaten
- Zur Mittagszeit ins Haus gebracht
- Auf Wunsch jeden Tag
- Große Menüauswahl in bester Qualität
- Natürlich ohne vertragliche Bindung

www.apetito-zuhaus.de

**Rufen Sie uns an!
0211-9216314**



apetito
ZUHAUS

Mit Liebe gekocht.

Mit Freude gebracht.

**PROBIER-
ANGEBOT**

Jetzt bestellen und
selbst überzeugen!



- ▼ **Selbsthilfegruppe Inkontinenz**
Treffen: jeden 2. Mittwoch im Monat, 18 Uhr
Selbsthilfe-Service-Büro, Telefon: 89-92244
E-Mail: duesseldorf@selbsthilfeverband-inkontinenz.org

- ▼ **Deutsche Rheumaliga NRW e. V.**
Arbeitsgemeinschaft Düsseldorf
Treffen: Do. 15 bis 17 Uhr im Krankenhaus St. Martinus,
Martinstr. 7, Telefon: 379801

- ▼ **Prostatakrebs-Selbsthilfegruppe**
Treffen: 1. Di. im Monat, 17 Uhr im Marien-Hospital,
Besprechungsraum 3. OG, Rochusstraße

Mahlzeitendienste und Mittagstisch

Wer nicht mehr selbst kochen kann oder möchte, hat die Möglichkeit, sich das Essen nach Hause zu bestellen. Mahlzeitendienste haben für jeden Geschmack etwas im Angebot. Außer den in der Liste über Angebote für ältere Menschen im Kapitel „Wissenswertes und Adressen von A bis Z“ verzeichneten Einrichtungen und Institutionen, die Mittagstisch anbieten, gibt es einige Restaurants, Metzgereien und Lebensmittelgeschäfte mit diesem Angebot. Bei Bedarf wird auch nach Hause geliefert. Folgende Mahlzeitendienste bieten ihre Dienste an:

- ▼ **apetito zuhaus**
Arminstr. 13, Telefon: 9216314
E-Mail: info@apetito-zuhaus.de, www.apetito-zuhaus.de
- ▼ **Arbeiterwohlfahrt-Mahlzeitenservice**
Hohenfriedbergstr. 32, Telefon: 60025820

Der Menü-Service in Ihrer Region



Verpflegung mit System
Düsseldorfer Menüservice





Genuss, der ankommt.

- Heiße oder gekühlte Anlieferung
- Porzellan- oder Einwegschale
- täglich **9 Menüs** zur Auswahl
- auch **kleine Menüs** oder **Sonderdiäten**

ab
4,95 €

0211 - 251 94 99

www.duesseldorfer-menueservice.de

Menüdienst • Betriebsmenüdienst • Catering

Rundum gut versorgt





Heiß geliebt!
Der Johanniter-Menüservice.

0211 73830-21

www.jjh-rheinruhr.de

DIE
JOHANNITER

Aus Liebe zum Leben

24 Beratung, Hilfe, Unterstützung im Alltag

- ▼ Caritas-Mahlzeiten-Service
Hubertusstr. 5, Telefon: 16021324
- ▼ Diakonie – Sauels
Manthenstr. 25, Telefon: 29180-0
- ▼ Düsseldorfer Menüservice
Gerresheimer Landstr. 72, Telefon: 2519499
- ▼ Johanniter Regionalverband Rhein Ruhr e. V.
Erkrather Str. 245, Telefon: 7383027



Ehrenamtliche Hilfsangebote

Neben den professionellen Hilfen gibt es oftmals unbürokratische Unterstützung von Ehrenamtlichen. Sie helfen bei „kleinen“ Dingen des Alltags wie zum Beispiel eine defekte Glühlampe wechseln oder sie gehen mit einkaufen oder zum Arzt. Informationen hierzu erhalten Sie bei den Netzwerken, bei Ihrer Kirchengemeinde oder in der Liste der Angebote für ältere Menschen. Dort finden Sie auch den Ökumenischen Hilfsdienst, der u. a. Haushalts- und Einkaufshilfe oder Unterstützung bei Arztbesuchen im Angebot hat. Wenn Sie selbst ehrenamtlich tätig werden möchten, können Sie sich an die vorgenannten Einrichtungen wenden oder unter Telefon: 9460021 oder www.duesseldorf-aktiv.net, Mach-mit-Servicebüro Telefon: 0211/7353362

Hausnotruf

Senioren, Kranke oder Behinderte möchten so lange wie möglich in der gewohnten Umgebung, der eigenen Wohnung, dem eigenen Haus wohnen bleiben – auch wenn sie allein leben. Doch wer altersbedingte Einschränkungen hat, körperbehindert ist, ein Anfallsleiden hat, an Kreis-



Malteser
...weil Nähe zählt.

**Hausnotruf · Mahlzeitendienst
Besuchs- und Begleitungsdienst**

Tel.: 0211/38 60 7-0 www.malteser-duesseldorf.de

laufschwäche oder z. B. an einer Herzkrankheit leidet, kann leicht in eine kritische Situation geraten. Häufig fürchten auch besorgte Familienangehörige einen Unfall oder andere Situationen, in denen eine plötzliche Hilflosigkeit eintritt. Hausnotrufdienste leisten hier mehr Sicherheit. Adressen von Anbietern erfahren Sie im „zentrum *plus*“ Altstadt, Telefon: 60025573 oder Klever Str. 75, Telefon: 9482750/60 sowie im Pflegebüro, Telefon: 899- 8998.

Die Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein

In der Region Nordrhein führen die niedergelassenen Ärzte und Psychotherapeuten im Jahr rund 200 Millionen Behandlungen von gesetzlich krankenversicherten Patienten durch. Die mehr als 18 000 niedergelassenen Ärzte und Psychotherapeuten der Regierungsbezirke Köln und Düsseldorf sind in der Kassenärztlichen Vereinigung (KV) Nordrhein zusammengeschlossen. Die Aufgaben einer KV sind vielfältig. Die KV sorgt dafür, dass eine ausreichende Zahl von Ärzten und Psychotherapeuten für die ambulante Versorgung zur Verfügung steht, dass in sprechstundenfreien Zeiten ein ärztlicher Notdienst vorhanden ist und dass die Qualität der Leistungen stimmt. Die KV prüft die Abrechnungen der niedergelassenen Ärzte und Psychotherapeuten und sorgt für die Verteilung des Honorars. Sie vertritt die Interessen ihrer Mitglieder bei Honorar-, Arzneimittel- und Vertragsverhandlungen mit den Krankenkassen. Über dieses Kerngeschäft hinaus versteht sich die KV als Dienstleister für Mitglieder und Bürger.

Homepage der Kassenärztlichen Vereinigung:
www.kvno.de

Im Stadtbezirk 1 niedergelassene Ärzte und Psychotherapeuten


Hausarztverträge und Programme für chronisch Kranke bieten viele Vorteile

Hausarztverträge und die sogenannten Disease-Management-Programme für chronisch Kranke bieten Patienten viele Vorteile. Wir möchten Ihnen die Vorzüge dieser Verträge und Programme vorstellen und Ihnen eine Teilnahme ans Herz legen. Unser Ziel ist es, dass Sie einen Hausarzt Ihres Vertrauens haben oder wählen, der Sie als Lotse sicher durch unser Gesundheitssystem führt. Er sollte für Sie die erste Anlaufstelle bei gesundheitlichen Problemen sein. Er kennt Sie und ihre Lebensgeschichte, er weiß um Ihre familiäre Situation und Ihre berufliche Belastung. Bei ihm laufen Befunde und Therapieprogramme zusammen. Er koordiniert Ihre Behandlung beim Facharzt oder im Krankenhaus. Er hilft Ihnen, wenn Rehabilitationsmaßnahmen anstehen oder häusliche Krankenpflege nötig ist. Er achtet auf Ihre Arzneiverordnungen, damit



www.juhn-rheinruhr.de

Auf Draht!
Der Johanniter-Hausnotruf.

 0211 73830-21

DIE JOHANNITER 
Aus Liebe zum Leben

26 Beratung, Hilfe, Unterstützung im Alltag

Unverträglichkeiten erst gar nicht entstehen. Dies sind nur einige Vorteile, die für einen Hausarzt sprechen. Mit der Teilnahme an einem Hausarztvertrag können Sie die Praxisgebühr sparen oder erhalten einen Bonus von Ihrer Kasse.

Hinter dem Begriff Disease- Management-Programme, kurz DMP, stehen Programme zur strukturierten Behandlung chronisch Kranker beim Haus- oder Facharzt. Inzwischen gibt es solche Programme bei uns in Nordrhein für Diabetes Typ I und II, Brustkrebs, Herzkrankgefäßkrankheiten sowie Asthma und Bronchitis.

Diese strukturierten Behandlungsprogramme gibt es für Versicherte aller Krankenkassen. Auch hier genießen Sie als Patient finanzielle Vorteile, weil Sie weniger Zuzahlungen leisten müssen, die Praxisgebühr sparen oder einen Bonus erhalten können. Vor allem aber erfahren Sie eine strukturierte Behandlung. Ihr Hausarzt koordiniert Ihre Versorgung im ambulanten und stationären Bereich, bezieht Sie in die Behandlung ein und unterstützt Ihre aktive Mitarbeit im Interesse Ihrer Gesundheit.

Sie sehen, es lohnt sich teilzunehmen.
Ihre Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein.

ars
movendi

Praxis für Krankengymnastik & physikalische Therapie

Klaudia Kintgen
Physiotherapeutin

Eulerstr. 50 • 40477 Düsseldorf • Tel. 02 11/463448 • Fax 02 11/5 150446
www.arsmovendi-kintgen.de

Jan Selder

Praxis für Physiotherapie

Krankengymnastik, Massagen, Physikalische Therapie

Ein starkes Team
für Ihre Gesundheit!

Tel.: (02 11) 48 76 17
Glockenstraße 24
40476 Düsseldorf
(Eingang Rheinbabenstraße)
www.physiotherapie-selder.de

Privat und alle Kassen



Rente

Für die meisten älteren Menschen ist die Rente die wichtigste Einkommensquelle. Zu Fragen des Rentenanspruchs können Sie sich außer bei Ihrem Rentenversicherungsträger ortsnah und neutral auch vom Sozialversicherungs-Service des Versicherungsamtes beraten lassen.

▼ Information:

Versicherungsamt, Rathausufer 8, 4. Etage
Telefon: 899-3568 oder 899-3540 oder 899-3566

Kranken- und Pflegeversicherung

Im Krankheits- oder Pflegefall ist es gut zu wissen, dass es soziale Leistungen gibt, die weiterhelfen können. Bei Ihrer Krankenkasse erfahren Sie, welche Leistungen angeboten werden für medizinisch notwendige Hilfen, z. B. die häusliche Pflege nach einem Krankenhausaufenthalt. Bei andauernder Pflegebedürftigkeit (Hilfebedürftigkeit länger als sechs Monate) können Sie Leistungen aus der Pflegeversicherung bei der Pflegekasse beantragen, die Sie über Ihre Krankenkasse erreichen. Um Leistungen aus der Pflegeversicherung zu erhalten, muss ein bestimmter Pflegebedarf erfüllt sein, der in Form von vier Pflegestufen festgeschrieben ist. Nähere Einzelheiten dazu entnehmen Sie bitte der Broschüre „Leben in Düsseldorf – Wegweiser für Ältere und Junggebliebene“. Darüber hinaus beraten Sie gerne das Pflegebüro und das Demenz-Servicezentrum, die Ihnen auch bei der Antragstellung helfen.

▼ Information:

Amt für soziale Sicherung und Integration
Pflegebüro – Kölner Str. 186

Telefon: 8998998, Fax: 8929392

E-Mail: pflgebuero@stadt.duesseldorf.de

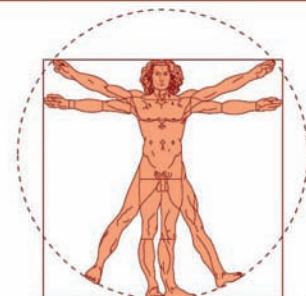
Demenz-Servicezentrum für die Region Düsseldorf,
Kölner Str. 186, Telefon: 8922228

Leistungen des Sozialhilfeträgers bei Pflegebedürftigkeit

Pflegebedürftige, die nicht in der Pflegeversicherung versichert sind oder bei denen die Leistungen aus der Pflege-

Kranken- und Dialysefahrten

Der zuverlässige
Fahrservice
für mehr
Lebensqualität



Tel. (0211) 6002 6002

www.mobilis-gmbh.de
info@mobilis-gmbh.de

Fax: (0211) 6002 6006

MOBILIS
DIE BESONDERE KRANKENFAHRT

Dialysefahrten
Arztfahrten
Entlassungen
Privatfahrten

Rollstuhlfahrten
sitzend im Tragestuhl
liegend

Mobilis GmbH Düsseldorf | Heerdtter Lohweg 61 | 40549 Düsseldorf

28 Gesetzliche Sozialleistungen und Vergünstigungen

versicherung nicht ausreichen, können Hilfe zur Pflege nach dem Sozialgesetzbuch XII beantragen.

▼ Information:

Amt für soziale Sicherung und Integration
Ambulante Pflege, Telefon: 8925866
Stationäre Pflege, Telefon: 8996194



Finanzielle Hilfe für Menschen mit Behinderung

Behinderte Menschen benötigen für ein selbstständiges und aktives Leben in der Gemeinschaft häufig Hilfen. Dies fördert der Sozialgesetzgeber durch verschiedene Dienst- und Sachleistungen, die auch in Form eines persönlichen Budgets zu erhalten sind.

▼ Information:

Amt für soziale Sicherung und Integration
Telefon: 8995417 und 8925858

Wohngeld und Wohnberechtigungsschein

Wenn Sie über ein nur geringes Einkommen verfügen, können Sie sich in Bezug auf Mietzahlungen beim Amt für Wohnungswesen beraten lassen. Unter bestimmten Voraussetzungen können Sie auf Antrag Wohngeld erhalten. Mit einem Wohnberechtigungsschein kann eine kostengünstige Sozialwohnung bezogen werden.

▼ Information:

Zum Thema Wohngeld, Telefon: 8996366
Zum Wohnberechtigungsschein, Telefon: 8997500
Amt für Wohnungswesen, Brinckmannstr. 5 und
Dienstleistungszentrum, Willi-Becker-Allee 7

Vorsorge treffen

29

Für viele Menschen sind Krankheit, Unfall und Tod Tabuthemen. Selbst im Kreis der engsten Freunde und Familienangehörigen wird nicht darüber gesprochen. Doch im eigenen Interesse und im Interesse der Angehörigen sollten Sie rechtzeitig vorsorgen. Vollmachten und Verfügungen gewährleisten, dass Ihre Wünsche berücksichtigt werden, und helfen Ihren Angehörigen, in Ihrem Sinne zu handeln.

Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

Was sich hinter diesen Begriffen verbirgt und wozu sie dienen, erfahren Sie u. a. in „Leben in Düsseldorf – Wegweiser für Ältere und Junggebliebene“. Darüber hinaus gibt es folgende Informations- und Anlaufstellen:

▼ Jugendamt – Betreuungsstelle
Willi-Becker-Allee 7, Telefon: 89989-57 o. 71

▼ Vermittlung von Notaren oder Rechtsanwälten:
Rheinische Notarkammer, Burgmauer 53, 50667 Köln
Telefon: 0221/2575291, Fax: 0221/2575310

▼ Rechtsanwaltskammer Düsseldorf
Freiligrathstr. 25, 40479 Düsseldorf
Telefon: 495020, Fax: 4950228

▼ Zuständig für Betreuungsangelegenheiten:
Amtsgericht Düsseldorf, Betreuungsgericht
Mühlenstr. 34, Telefon: 83060

Betreuungsvereine
beraten und unterstützen ehrenamtliche Betreuer(innen)
und informieren über Vorsorgemöglichkeiten:

▼ Betreuungsverein der AWO
Kreisverband Düsseldorf e. V.
Schlossallee 12 c, Telefon: 60025380



FERBER
BESTATTUNGEN



Sich beizeiten kümmern.

Der Tradition verbunden – dem Neuen aufgeschlossen.

Dienstleistungen rund um den Trauerfall • Trauerbegleitung • Überführungen im In- und Ausland
• Bestattungsvorsorge • Finanzierung/Absicherung der Bestattungskosten

Patientenverfügungen und Bestattungsvorsorgeordner können bei uns abgeholt werden.

Lorettostraße 58
Aachener Straße 206
Düsseldorf

Tel: 0211 39 26 74
Fax: 0211 99 444 24

info@ferber-bestattungen.de

S | C | H | W | I | E | T | Z | K | E
B E S T A T T U N G E N

Das Fachgeschäft seit 1850 helfen · beraten · betreuen
jederzeit für Sie erreichbar

Überführungen im In- und Ausland
Erd-, Feuer- und Seebestattungen
kostenlose Bestattungsvorsorge

Derendorf / Pempelfort · Liebigstr. 3 Telefon 0211.48 50 61
Garath · Emil-Barth-Straße 1 www.schwietzke.com

30 **Vorsorge treffen**

- ▼ **Betreuungsverein des DRK, Kreisverband Düsseldorf e. V.**
Kölner Landstr. 169, Telefon: 22991249
- ▼ **Betreuungsverein der Diakonie in Düsseldorf e. V.**
Langerstr. 20 a, Telefon: 7353392
- ▼ **Betreuungsverein der Lebenshilfe e. V.**
Kölner Landstr. 251, Telefon: 750696
- ▼ **Betreuungsverein des Sozialdienstes
Katholischer Frauen und Männer e. V.**
Ulmenstr. 67, Telefon: 4696284
- ▼ **Verein für Soziale Betreuung in Düsseldorf e. V.**
Ernst-Abbe-Weg 50, Telefon: 9440012

Testament

Auch zu diesem Thema finden Sie Ausführliches in „Leben in Düsseldorf – Wegweiser für Ältere und Junggebliebene“.



KUKORUS & KUKORUS Rechtsanwälte

Wir vertreten Ihre Interessen in erblichen Angelegenheiten.

ANWALTSOZIOZETÄT KUKORUS & KUKORUS
BERLINER ALLEE 51 · 40212 DÜSSELDORF

TELEFON 0211/76977497
WWW.KUKORUS.DE · INFO@KUKORUS.DE

Vorsorge treffen

Weitere Informationen und Anlaufstellen:

- ▼ Amtsgericht Düsseldorf, Abteilung Nachlassgericht
Werdener Str. 1 (Nähe Oberbilker Markt)
40227 Düsseldorf, Telefon: 0221/83060
- ▼ Rheinische Notarkammer, Burgmauer 53, 50667 Köln
Telefon: 0221/2575291, Fax: 0221/2575310
- ▼ Verbraucherzentrale NRW, Beratungsstelle Düsseldorf
Heinz-Schmölle-Str. 17, Telefon: 7106490, Fax: 71064911
www.verbraucherzentrale-nrw.de/duesseldorf

Hospize

Hospize mit ihren hauptberuflich und ehrenamtlich arbeitenden Mitarbeiter(inne)n begleiten unheilbar kranke Menschen auf ihrer letzten Wegstrecke, damit sie bis zu ihrem Tod menschenwürdig leben können. Informationen:

- ▼ Amt für soziale Sicherung und Integration
Das Pflegebüro, Kölner Str. 186
Telefon: 8 99 89 98, Fax: 8 92 93 92
E-Mail: pfluegebuero@stadt.duesseldorf.de
- ▼ Ökumenische Hospizgruppe Gerresheim e. V.
Hospiztelefon: 297059, Kontaktadressen: Inge Müller,
Hagener Straße 51, Hiltrud Moers, Hochdahler Straße 30 a
Unter www.duesseldorf.de/senioren/pflege finden Sie
weitere Hospize in Düsseldorf.

Bischofs & Kollegen

Rechtsanwälte in Bürogemeinschaft



Die Würde des Menschen ist unantastbar!



Christiane Bischofs

- Rechtsanwältin -

- Patientenverfügungen /
Vorsorgevollmachten
- Testamentsgestaltung
- Pflichtteilsrecht
- Erbengemeinschaft
- Erbaueinandersetzung
- Erbschaftsabwicklung

Gemeinsam mit Ihnen erarbeite ich Vorschläge und Lösungen und helfe bei offenen Fragen.

Bischofs & Kollegen
RAin Christiane Bischofs
Glabbacher Str. 21
D – 40219 Düsseldorf

www.bischofs-kollegen.de
Tel 0211 / 930 47 32
Fax 0211 / 917 98 99
info@bischofs-kollegen.de



Individuelle Hilfe & persönliche Beratung
Trauerbegleitung • Vorsorge
Hauskapellen • Steinmetz
Friedhofsverwaltung

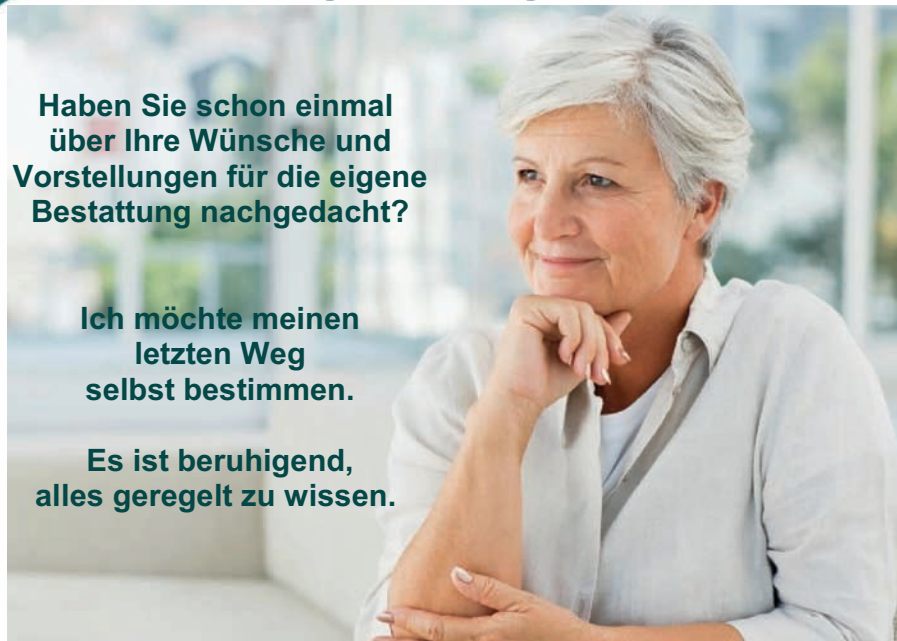
*Wenn der Mensch
den Menschen
braucht*

Vorsorge. Ein gutes Gefühl.

Haben Sie schon einmal
über Ihre Wünsche und
Vorstellungen für die eigene
Bestattung nachgedacht?

Ich möchte meinen
letzten Weg
selbst bestimmen.

Es ist beruhigend,
alles geregelt zu wissen.



Sprechen Sie mit uns.

Wir machen uns gemeinsam mit Ihnen Gedanken
und beraten Sie ausführlich.
Unverbindlich. Kostenlos.

Telefon (0211) 9 48 48 48

Bestattungshaus Frankenheim GmbH & Co. KG
8x in Düsseldorf, Mettmann und Krefeld
www.bestattungshaus-frankenheim.de

BESTATTUNGSHAUS
FRANKENHEIM
BESTATTER UND TRAUERBEGLEITER

Vorsorge treffen

Bestattung

Sie können schon zu Lebzeiten bestimmen, wie und wo Sie bestattet werden möchten. Ihre Wünsche sollten Sie schriftlich verfassen und eine Person Ihres Vertrauens über die Aufbewahrung des Schriftstücks informieren. Ausführlichen Erläuterungen in „Leben in Düsseldorf – Wegweiser für Ältere und Junggebliebene“ und in einem Ratgeber zu Bestattungsfragen, zu erhalten bei der Verbraucherzentrale NRW (s. Kapitel „Vorsorge treffen“).

Hier eine weitere Informationsquelle:

- ▼ Friedhofswegweiser, zu erhalten beim Garten-, Friedhofs- und Forstamt, Service-Telefon: 89948 00

Alternativen zur konventionellen Bestattung:

Friedwälder und Ruheforst. In einem als Friedwald ausgewiesenen Wald können Sie sich einen Baum aussuchen, an dessen Wurzeln Ihre Asche in einer biologisch abbaubaren Urne beigesetzt werden soll.

Grabpflege ist nicht nötig, dies wird von der Natur übernommen. Informationen bei

- ▼ FriedWald GmbH, Im Leuschnerpark 3, 64347 Griesheim
Telefon: 06155/848100, www.friedwald.de
Sogenannte Ruheforste sind an verschiedenen Standorten in Deutschland zu finden:

Friedhofsgärtnerei Blumen Boelmann

- Grabanlage und Pflege
- Dauergrabpflege
- Gartenpflege

Neusser Weg 80
40474 Düsseldorf

Tel.: 0211 - 437 05 01

E-Mail: klausboelmann@arcor.de
www.blumen-boelmann.de

Mobil: 0172 - 605 12 52

Fax: 0211 - 416 44 81

Florale Form des Abschieds

Friedhofsgärtnerei Wächter

die Gärtnerei mit Herz

Grabanlagen
Dauergrabpflege
Blumen, Kränze
Instandhaltung

Wir arbeiten auf
allen Düsseldorfer
Friedhöfen

Unterrather Straße 49
40468 Düsseldorf

Tel.: 02 11/4 1557686

Fax: 02 11/4 1557685

blumen-waechter@arcor.de
www.blumen-waechter.de

- ▼ RuheForst Hümmel (Eifel)
Forsthaus, 53520 Hümmel
Telefon: 02694-930256,
www.ruheforst-huemmel.de
- ▼ RuheForst Philipphöhe, Forstamt Hagen
Rathausstr. 11, 58095 Hagen
Telefon: 02331/20745-08 o. 57, 2074433
www.ruheforst.hagen.de

34 **Vorsorge treffen**

Trauerbegleitung

Hilfe bieten Ärzte, Seelsorger der Kirchengemeinden und die folgenden Ansprechpartner:

- ▼ Hospizverein Düsseldorf Nord e. V., Trauertreff
Münsterstr. 77, Telefon: 0211/615278
www.hospizverein-duesseldorf.de
- ▼ Caritasverband, Fachberatung Hospizarbeit
Offene Trauergruppe, Hubertusstr. 5
Telefon: 16021312
- ▼ Ev. Matthäi-Kirchengemeinde
Sonntagscafé für Trauernde (jeden 3. So.)
Pestalozzihaus/Seniorenbegegnungsstätte
Grafenberger Allee 186, Telefon: 684280
- ▼ Das Deutsche Rote Kreuz bietet einen Witwentreff an,
bei dem gemeinsame Freizeitgestaltung im Vordergrund steht.
DRK, Jahnstr. 47, Telefon: 3849199
- ▼ Evangelische Zionskirchengemeinde
Düsseldorf-Derendorf, Ulmenstr. 90 – 96
sonntags: Trauercafé in Derendorf –
„Wie zerbrechlich wir sind“

Das Trauercafé möchte eine Plattform bieten, um wieder Kontakt zu finden und ins Gespräch zu kommen. Das heißt: Leid und Kummer teilen, zuhören, erzählen dürfen und spüren, wie gut das tut. Das Besondere bei uns ist, dass auch Menschen in Lebenskrisen wie Krankheit/Scheidung/Trennung oder dem Verlust von Lebensplänen bei uns willkommen sind, angenommen werden und ein offenes Ohr finden. Alle Mitarbeiter arbeiten ehrenamtlich, begleitet wird das Café von Trauerbegleiterin Lisa Hoyer, die bei der „Lebensquelle Trauer“ von Elsa Tsangaris ausgebildet wurde. Der Besuch des Trauercafés sowie Kaffee und Kuchen sind kostenlos.

Zeit und Ort:

Jeden ersten Sonntag im Monat von 15.00 bis 17.00 Uhr in den Räumen der ehemaligen Altentagesstätte am Ernst-Gnoß-Haus, Metzgerstr. 15 a, in Derendorf.

Das Trauercafé ist ein Angebot der evangelischen Zionskirchengemeinde, des AWO-Seniorenzentrums und Lisa Hoyers.
Information und Ansprechpartnerin:
Trauerbegleiterin Lisa Hoyer
Telefon: 0211/7580800

Der DRK-Aktivtreff Pempelfort arbeitet seit 1974 im Stadtteil. 2007 haben monatlich ca. 1 600 Menschen den DRK-Aktivtreff als Treffpunkt für gemeinsame Aktivitäten genutzt. Beliebt sind Jazzfrühschoppen, Sonntagsmatinee, Kunstausstellungen, internationales Frühstück. Jeden Donnerstag erfreut „Frisch auf den Tisch“ zahlreiche Senioren. 18 Ehrenamtliche entwickelten und organisieren mit hauptamtlichen Mitarbeitern seit 2002 neue Projekte für Menschen ab 55. Die DRK „Kunstpfade“ bieten Kunstinteressierten organisierte Museumsbesuche und Führungen im näheren und weiteren Umfeld an. Mehrfach im Jahr werden Sonntagslesungen mit landestypischen Buffets angeboten. 15 Nationalitäten und mehr treffen sich im Internationalen Treff. Diese Nationalitätengruppe entwickelte Konzepte für Sprachgruppen für Senioren. Ehrenamtlich wird eine Gruppe Migrant(inn)en in der Kindertagesstätte Sternstr. 33 in deutscher Sprache unterrichtet. Einmal im Monat wird ein „internationales Frühstück“ angeboten. Man ist zu Gast in einem fremden Land, d. h., die Frühstücksriten und die Esskultur anderer Länder werden aufgezeigt und natürlich auch probiert. 30 bis 50 Personen genießen gemeinsam das internationale Flair in den Räumen des DRK-Aktivtreffs. Das DRK-Forum Gemeinsam Reisen bietet monatlich Reisen und Ausflüge in und über Nordrheinwestfalen hinaus an. Die Niederlande, Belgien, Luxemburg gehören ebenfalls zum Repertoire.

▼ Ansprechpartnerin: Carin Tücks
Deutsche Rotes Kreuz
Aktivtreff Pempelfort
Sternstr. 31, 40479 Düsseldorf
Telefon: 0211/4930814
E-Mail: Carin.tuecks@DRK-duesseldorf.de

DRK-Serviceangebote für Senioren im Stadtbezirk:
www.drk-duesseldorf.de

▼ Edmund-Hilvert-Haus
Alten- und Pflegeheim
Der katholischen Kirchengemeinde Herz Jesu
Roßstr. 79, 40476 Düsseldorf
Telefon: 0211/434941, Fax: 0211/434083
E-Mail: info@edhh.de, Internet: www.edhh.de

Geburtstage und Ehejubiläen

Zum 80., 90. und 95. Geburtstag erhalten Sie einen schriftlichen Glückwunsch des Oberbürgermeisters. Ab dem 50. Ehejubiläum überreicht Ihnen die Stadt eine Ehrengabe. Dazu ist eine Anmeldung im Dienstleistungszentrum erforderlich (auch von Freunden oder Verwandten möglich)

▼ Willi-Becker-Allee 7
Zentrale Telefonvermittlung: 8991
E-Mail: einwohnermeldeamt@stadt.duesseldorf.de



Wohlfühlen ist unsere Devise - Service ist für uns selbstverständlich.
Seit 110 Jahren ein verlässlicher Partner: BWB

Beamten-Wohnungs-Baugenossenschaft eG · Kaiserstraße 46 · 40479 Düsseldorf · Telefon: 0211-4975-0 · Telefax: 0211-4975-92 · E-Mail: bwb@bwb-eg.de · www.bwb-eg.de

Wohnen im Alter bei der BWB

- Seniorengerechtes Wohnen in ansprechendem Ambiente
- Vielfältige Betreuungs- und Freizeitaktivitäten
- Internet-Cafés
- Wohnen mit Serviceleistungen
- Verschiedene Beratungs- und Dienstleistungen
- Gemeinsam aktiv sein
- Netzwerke von und mit Bewohnern

36 Angebote des Caritasverbandes Düsseldorf

Alten- und Pflegeheim St.-Anna-Stift

▼ Eiskellerstraße 7, 40213 Düsseldorf

Telefon: 0211/13 97-0, Fax: 0211/32 44 79

E-Mail: az.st.annastift@caritas-duesseldorf.de

Das St.-Anna-Stift im Norden der Düsseldorfer Altstadt ist eine traditionsreiche Einrichtung für alte Menschen. 1871 gegründet, ist das St.-Anna-Stift, zwischen Eiskellerstraße und Ritterstraße gelegen, heute ein Alten- und Pflegeheim und bietet 99 Bewohnerinnen und Bewohnern, die umfassender Pflege und Betreuung bedürfen, eine Heimat.

Die ruhige Gartenanlage im Innenbereich steht Bewohnern und Gästen zur Entspannung offen. Das St.-Anna-Stift befindet sich mitten in der Düsseldorfer Altstadt, ist aber trotzdem ruhig gelegen. Die Altstadt bietet eine optionale Infrastruktur, wie z. B. Einkaufsmöglichkeiten und Cafés.

Es stehen 51 Einzel- und 24 Doppelbettzimmer zur Verfügung. Unsere Mitarbeiter unterstützen unsere Bewohner im Umgang mit Behörden. Regelmäßig finden aktivierende Angebote, wie z. B. Gymnastik, Gedächtnistraining und Spielestunden, statt. Das Hauscafé am Dienstag und Sonntag gehört fest zum Alltag des Hauses. In der Hauskapelle werden katholische und evangelische Gottesdienste gefeiert.

Caritas Häusliche Dienste Nord

▼ Alexandra Langhorst, Hubertusstraße 5

Telefon: 0211/16 02-13 17

E-Mail: chd.nord@caritas-duesseldorf.de

Erreichbarkeit: montags bis sonntags 00.00 – 24.00 Uhr

Die Caritas Häuslichen Dienste stellen bei alten, kranken und pflegebedürftigen Menschen die Pflege und haus-

wirtschaftliche Versorgung zu Hause sicher und betreuen stundenweise. In enger Zusammenarbeit mit dem behandelnden Arzt helfen die fachkundigen Mitarbeiter beim Waschen und Anziehen, Baden und Duschen, Wechseln von Verbänden, Setzen von Injektionen, Betten und Lagern, Aufstehen und Laufen, Einkaufen, Reinigen der Wohnung, Versorgen der Wäsche, Besuch von Ärzten und Behörden.

Demenznetz Düsseldorf

▼ Café St. Anna, Angela Spirres

Eiskellerstraße 7, 40213 Düsseldorf

Telefon 0211/1397-0, Handy 0162/4777334

Betreuungsgruppe für demenzkranke alte Menschen. Demenzkranke Menschen zu Hause zu versorgen, ist für deren Familien und Freunde sehr zeitaufwendig, körperlich und psychisch belastend. Eine Betreuungsgruppe übernimmt für einige Stunden die Verantwortung und verschafft den pflegenden Angehörigen so einen Freiraum, den sie für persönliche Aktivitäten nutzen können. Die Angehörigen erfahren Entlastung, die stellt eine Voraussetzung für die weitere Bewältigung der Betreuungs- und Pflegeaufgabe dar.

Der Ablauf der Betreuungsgruppe ist durch Rituale geprägt, die den Demenzkranken Ruhe und Sicherheit vermitteln. Der Gast erhält ein individuelles Kontakt- und Beschäftigungsangebot und damit wertvolle Fördermöglichkeiten. Das Gruppenerlebnis holt aus der Isolation heraus und trägt zur Förderung ihres Wohlbefindens bei. Durch die Kontakte und das gemeinsame „Tun“ in der Gruppe ist eine deutliche Verbesserung der Lebensqualität zu verzeichnen. Das Angebot findet jeden Mittwoch in der Zeit von 14.00 bis 17.00 Uhr statt.

Angebote des Caritasverbandes Düsseldorf

37

Migrationsdienst des Caritasverbandes Düsseldorf

▼ Oststraße 40, 40211 Düsseldorf

Telefon: 0211/1602-22 20, Fax: 0211/1602-22 24

E-Mail: migrationsdienst@caritas-duesseldorf.de

Der Caritas-Migrationsdienst vermittelt Hilfen in allen Lebensbereichen, auch für Seniorinnen und Senioren mit Unterstützungs- und/oder pflegerischem Bedarf. Der Migrationsdienst ist Ansprechpartner für Menschen aller Nationalitäten. Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und

unabhängig von der Konfession. Es wird eng mit anderen Fachdiensten und Einrichtungen zusammengearbeitet.

Auch andere Dienste und Einrichtungen, sowohl im Einzelfall als auch bei konzeptionellen und speziellen Fragen im Zusammenhang mit Migration, werden beraten. Die Beratung findet in den Landessprachen Englisch, Französisch, Griechisch, Italienisch, Koreanisch, Kroatisch, Polnisch, Portugiesisch, Russisch und Spanisch statt. So weit wie möglich wird kulturspezifische Beratung geleistet.

Seniorenzentrum Ernst-Gnoß-Haus

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht der Mensch – mit all seinen seelischen, körperlichen und sozialen Bedürfnissen.

– Wohnen im vertrautem Ambiente ...

Im Ernst-Gnoß-Haus leben achtzig Senioren in hellen und freundlichen Ein- und Zweibettzimmern.

– Gemeinsam statt einsam ...

Sicher werden Sie schnell Kontakt zu Ihren Mitbewohnern finden. Verschiedene Aktivitäten und Veranstaltungen erwarten Sie: u. a. Gymnastik, Singen, Malen, Lesenrunden, Ausflüge- und Gottesdienste.

Die hauseigene Küche kann auf Ihre Wünsche eingehen und bietet einen Mittagstisch für die Nachbarschaft an. In der Cafeteria haben Sie Gelegenheit, mit Ihren Gästen einen schönen Nachmittag zu verbringen.

– Kompetent gepflegt, liebevoll betreut ...

Im Ernst-Gnoß-Haus werden die Senioren von gut ausgebildeten Mitarbeitern und ehrenamtlichen Helfern liebevoll betreut und individuell gepflegt. Die ehrenamtlichen Helfer möchten hochbetagte und alleinstehende Bewohner in den letzten Tagen und Stunde begleiten und ihnen zur Seite stehen.

Den letzten Lebensabschnitt in Würde erleben, umgeben von menschlicher Wärme, Geborgenheit und Zuwendung, das braucht und wünscht sich jeder Mensch – sicher auch Sie.

– Wir sind gerne für Sie da.

Seniorenzentrum Ernst-Gnoß-Haus

▼ Metzger Straße 15, 40476 Düsseldorf, Telefon: 0211/44040

E-Mail: sz-ernst-gnoss-haus@awo-niederrhein.de

38 Edmund-Hilvert-Haus

Alten- und Pflegeheim der katholischen Kirchengemeinde Herz Jesu

▼ Roßstraße 79, 40476 Düsseldorf
Telefon: 0211/434941, Fax: 0211/434083
E-Mail: info@edhh.de, www.edhh.de

Hier leben Sie

- qualifiziert und fachkundig gepflegt und betreut
- fröhlich und beschwingt durch Musik und Gesang
- geistig rege durch Gedächtnistraining

- körperlich fit durch Kegeln und Gymnastik
- guten Appetit in der Backgruppe
- mit guten Ideen in der Kreativgruppe
- vertraute Atmosphäre bei der qualifizierten Dementenbetreuung
- Neugierde wecken bei kulturellen Veranstaltungen
- in geistlicher Begleitung bei pastoralen Angeboten

Kirchengemeinden

Die Kirchengemeinden aller Konfessionen im Stadtbezirk 1 bieten Freizeitangebote, Hilfe und Unterstützung an und beraten und begleiten Sie seelsorglich. Nähere Informationen erhalten Sie unter folgenden Adressen:

Evangelische Kirchengemeinden

Ev. Johannes-Kirchengemeinde

▼ Gemeindepädagogin Dörte Kiel
Schützenstraße 56, 40211 Düsseldorf
Telefon: 0211/354222
johanneskgm@evdus.de
www.ekir.de/johanneskirche

Ev. Kreuz-Kirchengemeinde

▼ Gemeindegewerkschafterin Maike Keske
Collenbachstraße 10, 40476 Düsseldorf
Telefon: 0211/2096936
kreuzkgm@evdus.de
www.kreuzkirche-duesseldorf.de

Tersteegen-Kirchengemeinde

▼ Pfarrerin Felicitas Schulz-Hoffmann
Tersteegenstraße 84, 40474 Düsseldorf
Telefon: 0211/431130
tersteegenkgm@evdus.de
www.tersteegen-kirche.de

Zionskirchengemeinde

▼ Pfarrer Rainer Kemberg
Ulmenstraße 96, 40476 Düsseldorf
Telefon: 0211/463245
zionskgm@evdus.de
www.zions-kirche-duesseldorf.de

Jüdische Gemeinde

▼ Zietenstraße 50, 40476 Düsseldorf
Telefon: 0211/469120
info@jgdus.de, www.jgd.de

Katholische Kirchengemeinden

Katholische Kirche Derendorf Pempelfort

▼ Pfarrer Heribert Dölle
Pastoralbüro Heilige Dreifaltigkeit
Barbarastraße 9, 40476 Düsseldorf
Telefon: 946848 0
Fax: 946848122
pastoralbuero@kath-derendorf-pempelfort.de

Wir sind für Sie da

Montag – Freitag	09.00 – 12.00 Uhr
Montag + Mittwoch	14.00 – 16.00 Uhr
Donnerstag	17.00 – 20.00 Uhr
Samstag	10.00 – 12.00 Uhr

Die zentrale Postadresse der Katholischen Kirche Derendorf Pempelfort ist:
Barbarastraße 9, 40476 Düsseldorf

Die Kirchen und weiteren Büros

Kirche Heilige Dreifaltigkeit

▼ Jülischer Straße 60, 40476 Düsseldorf

Kirche und Büro Heilig Geist

▼ Ludwig-Wolker-Straße 10, 40476 Düsseldorf
Telefon: 946848130

Kirche und Büro Herz Jesu

▼ Roßstraße 75, 40476 Düsseldorf
Telefon: 946848140

Kirche und Büro Sankt Adolfus

▼ Fischerstraße 77, 40477 Düsseldorf
Telefon: 946848150

Kirche und Büro Sankt Lukas

▼ Hugo-Viehoff-Straße 80, 40468 Düsseldorf
Telefon: 94 68 48 160

Kirche und Büro Sankt Rochus

▼ Rochusmarkt 6, 40479 Düsseldorf
Telefon: 946848170

Außerhalb der Öffnungszeiten werden die Telefonate der Außenstellen an das Pastoralbüro weitergeleitet.

40 Notrufnummern

Polizei.....	110
Feuerwehr.....	112
Rettungsdienst-Notarzt.....	112
Notrufzentrale.....	0180/5044100
Kronenstr. 15 (ev. Krankenhaus).....	0211/9867555
Zahnärztl. Notdienst.....	1576090-0
Giftnotruf (Bonn).....	0228/1924-0

Ordnungs- und Servicedienst (OSD)

Täglicher Streifendienst durch die Außendienstmitarbeiter. Jeden Donnerstag bietet der OSD für Bürgerinnen und Bürger mobile Sprechstunden an. Termine und Standorte werden in der Tagespresse veröffentlicht.

Serviceruf des OSD: 899-4000

Polizei – Sicherheit und Vorbeugung

Die Düsseldorfer Polizei bietet ein umfangreiches Programm für Seniorinnen und Senioren zum Schutz vor Kriminalität an, in der Regel zusammen mit einem Bildungsträger wie der VHS oder einer Senioreneinrichtung.

▼ Ihr Ansprechpartner:

Lutz Türk
Polizei Düsseldorf/Seniorenberatung
Telefon: 870-6881,
Fax: 870-6834
lutz.tuerk@duesseldorf.polizei.nrw.de

Die kriminalpolizeiliche Beratungsstelle berät Sie über technische Möglichkeiten zum Einbruchsschutz und zu technischen Sicherungen: Luisenstraße 2 (LVA-Hochhaus)
Telefon: 870-6868.

Die Polizei berät auch zum Thema „Sicherheit im Straßenverkehr für Seniorinnen und Senioren“. Das konkrete Angebot hierzu erhalten Sie bei der Verkehrssicherheitsberatung.

Polizeiwache Nord

(für den Stadtbezirk 1)
Ulmenstr. 130, Telefon: 870-9213

Polizeiwache Stadtmitte

(für den Stadtbezirk1)
Heinrich-Heine-Allee 16, Telefon: 0211/9213

Die Seniorenberater der Polizei – alles rund um den Verkehr

▼ Ansprechpartner:

Herr Tabath
Telefon: 0211/870-7062
E-Mail: joachim.tabath@polizei.nrw.de

▼ Herr Schuhen

Telefon: 0211/870-7061
E-Mail: stephan.schuhen@polizei.nrw.de

Rechtsberatung

zum Beispiel bei Erbfragen, Mietstreitigkeiten oder Schadenersatzansprüchen, erhalten Sie bei Rechtsanwälten, Notaren, Steuerberatern, Mieterschutz- oder Steuerhilfevereinen sowie der Verbraucherberatung. Bei geringem Einkommen können Sie evtl. eine kostenreduzierte oder kostenfreie Rechtsberatung in Anspruch nehmen. Auskünfte über die Voraussetzungen bekommen Sie bei Rechtsanwälten oder beim Amtsgericht.
(Telefon: 83 06-2251/2271)

Wohnungsauflösung und Entrümpelung

Neben den monatlichen Sperrmüllterminen bietet die AWISTA GmbH auch Wohnungsauflösung und Entrümpelung an:
AWISTA Gesellschaft für Abfallwirtschaft
und Stadtreinigung mbH
Telefon: 0180-1721155
www.awista-duesseldorf.de

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren,

an dieser Stelle war eine Übersicht von Ärzten und Fachärzten geplant.

Diese Übersicht hätte zusätzlich 27 Seiten in Anspruch nehmen müssen. Ihre Ärzte können Sie aber über das Internet unter **www.kvno.de** heraussuchen.

Die für den Bezirk 1 festgelegten Postleitzahlen sind: 40210–40213 und 40470–40479.

Die Redaktion

Telefonnummern:

IMPRESSUM

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit Stadt Düsseldorf – Stadtbezirk 1. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung oder das zuständige Amt entgegen. Titel, Umschlaggestaltung

sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

■ PUBLIKATIONEN ■ INTERNET ■ KARTOGRAFIE ■ WERBEMITTEL



mediaprint
infoverlag

mediaprint WEKA info verlag gmbh
Lechstraße 2, D-86415 Mering
Tel. +49 (0) 8233 384-0
Fax +49 (0) 8233 384-103
info@mp-infoverlag.de

www.mp-infoverlag.de
www.alles-deutschland.de
www.mediaprint.tv

40213157 / 2. Auflage / 2010

