

Vorwort

Liebe Leserin, Lieber Leser,

Frühling lässt sein blaues Band wieder flattern durch die Lüfte, Körper, Geist und Seele nimmt er mit.

Die Tage werden länger, die ersten, warmen Sonnenstrahlen auf der Haut, das morgendliche Vogelgezwitscher.

Schneeglöckchen, Narzissen, Hyazinthen, Krokusse und die herrlich blühenden Kirschbäume, welch eine Freude.

Dankbarkeit erfüllt uns und setzt ungeahnte Energien frei.

Balkone und Terrassen müssen bepflanzt werden, Gartenmöbel können wieder nach draußen. Lust auf ein neues Kleid? Die Waage sagt nein! Vielleicht eine neue Frisur? Welch verwegener Gedanke!

Zugeben meine Herren, hier sind sie im Nachteil. Aber – unter einem haarlosen Schopf verbirgt sich ein munterer Geist der, wie bei uns allen, geweckt werden will.

Nur ein paar Schritte führen zum Ziel. Ob beim Gedächtnistraining, bei einem Glas Wein am Abend im Weinclub oder beim gemütlichen Nachmittagskaffee mit frischen Waffeln, Kirschen und Sahne. Alles Gelegenheiten, sich angeregt zu unterhalten und neue Leute kennenzulernen. Nicht lange überlegen, zur Tat schreiten.

Wenn das Akkordeon erklingt und alle laustark „Warum hat jeder Frühling, ach nur einen Mai, warum geht denn die Liebe gar so schnell vorbei“ singen, bezieht sich LIEBE nicht nur auf Zweisamkeit.

Die Welt und die Zeit in der wir leben, brauchen sehr, sehr viel davon.

Herzlich

Ursel Plass

Ehrenamtliche im „zentrum *plus*“ Heerdt

Beratung

Wenn Sie im schönen Stadtteil Heerdt wohnen und Rat rund um das Leben im Alter suchen, oder ein Gegenüber zum Gespräch wünschen, sind wir für Sie da.

Wir beraten Sie persönlich und individuell, schauen gemeinsam, welche Hilfe und Unterstützung Sie wann und von wem brauchen.

Wir leisten Beistand in Ihren Angelegenheiten mit Behörden oder Ärzten. Keine Fragen bleiben unbeantwortet und ungelöst – wir tun unser Bestes, um Ihnen helfen zu können.

Sie können während der regelmäßigen Öffnungszeiten Kontakt mit Frau Skarzauskaite aufnehmen und/ oder einen individuellen Termin vereinbaren.

Sollten Sie nicht die Möglichkeit haben in unsere Einrichtung zu kommen, wird Frau Skarzauskaite Sie auch zu Hause besuchen. Ein Anruf unter der Tel. Nr. 0211 503129 genügt.

Ergänzend zu den Sprechzeiten im „zentrum *plus*“ stehen Ihnen im Stadtteil Heerdt folgende Personen / Institutionen beratend zur Seite:

Frau Theuringer, Seniorenrat und Herr Tabath, Polizei

Dienstag 30. Mai um 14.30 Uhr
im „zentrum *plus*“ Heerdt

Frau Gillandt, Sachbearbeiterin für Mietsachen, SWD

Vorerst keine Sprechstunden im Mieterbüro!

Zu erreichen unter der Telefon Nummer: 8904 129

Herr Franz, Hausbeauftragter, SWD

Montags - freitags 9 - 10 Uhr im Mieterbüro,
Knechtstedenstr. 59, Tel.: 8904 177

BEATE Gruppe „Am Schildkrötenteich“

Was verbirgt sich hinter diesem exotischen Namen?

Es ist schnell erklärt: Seit Mai 2009 findet im „zentrum *plus*“ Heerdt, idyllisch an einer Wassertreppe inmitten des grünen, gepflegten Innenhofes gelegen, ein wöchentliches Treffen für demenziell erkrankte Menschen statt.

Jeden Dienstag von 9.30 bis 12.30 Uhr bieten geschulte Mitarbeiter ein Programm an, das speziell auf die Bedürfnisse dieser Menschen abgestimmt ist: Mit einer Vielzahl an kreativen, aktivierenden Angeboten und Ritualen. Auch für Essen und Trinken ist gesorgt.

Die pflegenden Angehörigen können auf eine liebevolle Versorgung der Teilnehmer vertrauen und eine wichtige Entlastung, sowie einen notwendigen Ausgleich zum Alltag für sich selbst finden.

Drei Stunden Aufenthalt im Café „Am Schildkrötenteich“ kosten 30 Euro, inklusiv Frühstück und Getränke. Unter bestimmten Voraussetzungen werden die Kosten von der Pflegekasse übernommen.

Wenn Sie neugierig geworden sind, dann seien Sie unser Gast!






„zentrum *plus*“ Heerdt, Aldekerkstraße 31, 40549 Düsseldorf.
Nähere Informationen unter Telefon: 503129.

Regelmäßige Angebote

Montag:	9.00	Frühstück
	13.30	Gedächtnistraining
	14.30	Spielenachmittag
Dienstag:	9.30	BEATE Gruppe „Am Schildkrötenteich“
	10.15	Yoga
	14.00	Informativer Kaffeeklatsch
Mittwoch:	12.30	Frisch gekocht (siehe Seiten 6 – 11)
	11.00	Tanzen im Sitzen
	14.30	Treff des Seniorenclubs der ev. Kirchengemeinde Heerd mit Pfarrer Jörg Jerzembeck-Kuhlmann (außer in den Schulferien)
Donnerstag:	9.30	Gymnastik
	10.00	Friseur
	11.30	Fahrdienst
	14.30	Café und besondere Veranstaltungen
Freitag:	9.00	Frühstück
	15.30	Kultursalon (je 3. Freitag im Monat)
	16.00	Freitagskino (jeden letzten Freitag)
Samstag	17.00	Nachbarn treffen sich (jeden 2. Samstag im Monat)
Sonntag:	11.00	Sonntagsbrunch (siehe Programm)

Besondere Angebote

<p>04.04 Dienstag </p>	<p>Informativer Kaffeeklatsch Neuigkeiten, Tipps und Termine. Zum Kaffeetrinken sind Sie herzlich eingeladen! 14 – 16 Uhr</p>
<p>05.04 Mittwoch </p>	<p>Frisch gekocht Spaghetti Bolognese, Dessert. Kosten: 5,00 € Um Anmeldung wird gebeten, 12.30 Uhr</p>
<p>06.04 Donnerstag</p>	<p>Bingo! Dieses Spiel macht nicht nur Spaß, man kann auch was gewinnen! Kaffee & Kuchen ab 14.30 Uhr, Spielbeginn um 15 Uhr.</p>
<p>08.04 Samstag</p>	<p>Nachbarn treffen sich im „zentrum plus“ Gemütliches Beisammensein Ab 17 Uhr Info Frau Schannowske Tel.: 5047698</p>
<p>11.04 Dienstag</p>	<p>Remo Mode im „zentrum plus“ Heerdt Verkauf von Damenmode. 14 – 16 Uhr</p>
<p>12.04 Mittwoch </p>	<p>Frisch gekocht. Polosaferan (persische Küche) – Hähnchen mit Safranreis, Dessert. Kosten: 5,50 € Um Anmeldung wird gebeten, Tel.: 503129 12.30 Uhr</p>
<p>13.04 Donnerstag</p>	<p>Wellnessoase Das Verwöhn Programm lässt Sie tief entspannen und zur Ruhe kommen. Die detaillierte Beschreibung finden Sie auf Seite 12.</p>
<p>19.04 Mittwoch </p>	<p>Frisch gekocht Bratfisch in Tomatensauce mediterraner Art mit Kartoffelpüree, Dessert. Kosten: 6,00 € Um Anmeldung wird gebeten. 12.30 Uhr</p>
<p>20.04 Donnerstag</p>	<p>Singen macht glücklich, so lasst uns singen! Mit Ossi Oberhof am Akkordeon. Kaffee & Kuchen ab 14.30 Uhr</p>

<p>21.04 Freitag</p> 	<p>Kultursalon Kammermusik am Nachmittag mit Flöte und Klavier. Gespielt werden Werke von Mozart, Schumann, Mendelssohn. Takeshi Orai/Querflöte Yukiko Fujieda/Klavier Eintritt frei, Spenden erwünscht. Einlass: 15.30 Uhr Konzertbeginn: 16 Uhr</p>
<p>25.04 Dienstag</p> 	<p>Informativer Kaffeeklatsch Seniorenreisen 2017 von Caritasverband Düsseldorf mit Daniela Becker. Ab 14 Uhr Kaffeeklatsch Ab 14.30 Uhr wird es informativ ☺</p>
<p>26.04 Mittwoch</p> 	<p>Frisch gekocht Lammfilet in Burgundersoße mit Speckbohnen und Kartoffeln, Dessert. Kosten: 6,50 € Um Anmeldung wird gebeten, Tel.: 503129 12.30 Uhr</p>
<p>27.04 Donnerstag</p> 	<p>Literaturcafé. Frau Oberhof liest Kurzgeschichten aus dem Buch „Alles kein Zufall“ von Elke Heidenreich. Kaffee und Kuchen ab 14.30 Uhr, Lesung ab 15 Uhr Neue Gäste sind herzlich willkommen!</p>
<p>28.04 Freitag</p>	<p>Freitagskino in „zentrum plus“ Heerd Filmbeginn: 16 Uhr</p>
<p>03.05 Mittwoch</p> 	<p>Frisch gekocht Gulasch mit Spätzle und Gurkensalat, Dessert. Kosten: 5,50 € Um Anmeldung wird gebeten, 12.30 Uhr</p>
<p>04.05 Donnerstag</p>	<p>Bingo! Dieses Spiel macht nicht nur Spaß, man kann auch was gewinnen! Kaffee und Kuchen ab 14.30 Uhr, Spielbeginn um 15 Uhr</p>
<p>05.05 Freitag</p> <p>18 Uhr</p>	<p>Club der Weinfreunde Ein Abend für Liebhaber des Rebensaftes – mit Geselligkeit und Fachsimpelei ☺ Nur mit Voranmeldung!</p>

<p>09.05 Dienstag</p>	<p>Informativer Kaffeeklatsch Leistungen der Pflegeversicherung. Was ist neu ab 2017? Mit Evelyn Ochs, Leiterin der Tagespflege Heerdt, Diakonie Düsseldorf Ab 14 Uhr</p>
<p>10.05 Mittwoch</p> <p></p>	<p>Frisch gekocht Spargel mit gekochtem Schinken, Soße und Kartoffeln, Dessert. Kosten: 6,50 € Um Anmeldung wird gebeten. 12.30 Uhr</p>
<p>11.05 Donnerstag</p>	<p>Waffeln mit Vanilleeis, heißen Kirschen & Kaffee 14.30 Uhr</p>
<p>13.05 Samstag</p>	<p>Nachbarn treffen sich im „zentrum plus“ Gemütliches Beisammensein Ab 17 Uhr Info Frau Schannowske Tel.: 5047698</p>
<p>17.05 Mittwoch</p> <p></p>	<p>Frisch gekocht Heringsstipp mit Pellkartoffeln, Dessert. Kosten: 4,50 € Um Anmeldung wird gebeten! 12.30 Uhr</p>
<p>18.05 Donnerstag</p>	<p>Singen macht glücklich, so lasst uns singen! Mit Ossi Oberhof am Akkordeon. Kaffee & Kuchen ab 14.30 Uhr</p>
<p>19.05 Freitag</p> <p></p>	<p>Kultursalon Bekannte Lieder und Duetts aus Operetten und Musicals. Mit Egle und Vasile Chisiu (Mezzosopran, Bariton). Einlass: 15.30 Uhr Beginn der Veranstaltung: 16 Uhr Eintritt frei, Spenden erwünscht.</p>
<p>24.05 Mittwoch</p> <p></p>	<p>Frisch gekocht Rinderroulade mit Rotkohl und Kartoffeln, Dessert. Kosten: 6,50 € Um Anmeldung wird gebeten. 12.30 Uhr</p>
<p>25.05 Christi Himmel- fahrt</p>	<p>Literaturcafé. Frau Oberhof liest Kurzgeschichten aus dem Buch „Alles kein Zufall“ von Elke Heidenreich. Kaffee und Kuchen ab 14.30 Uhr, Lesung ab 15 Uhr</p>

26.05 Freitag	Freitagsskino im „zentrum <i>plus</i> “ Heerdt Filmbeginn: 16 Uhr
27.05 Samstag	Seniorentag am Barbarossa Platz Mit Info-Ständen und Informationen zum Thema „Gemeinsam geht's besser – Nachbarschaft leben!“, sowie buntem Bühnenprogramm, kalten und heißen Getränken, Grillwürstchen und leckerem Kuchen.
11 -16 Uhr	
30.05 Dienstag	Informativer Kaffeeklatsch mit Seniorenrat und Polizei Frau Theuringer und Herr Tabath informieren und beantworten Ihre Fragen. 14.30 Uhr
	
31.05 Mittwoch	Frisch gekocht Hähnchenkeule mit Gemüse, Soße und Reis, Dessert. Kosten: 5,50 € Um Anmeldung wird gebeten. 12.30 Uhr
	
01.06 Donnerstag	Bingo! Dieses Spiel macht nicht nur Spaß, man kann auch was gewinnen! Kaffee und Kuchen ab 14.30 Uhr, Spielbeginn um 15 Uhr
03.06 Samstag	Ausflug nach Brüggen Abfahrt: 10 Uhr Aldekerkstr 31 Rückkehr: 16 Uhr, Kosten für die Busfahrt: 9 € Anmeldung bis 24. Mai im „zentrum plus“ Heerdt.
07.06 Mittwoch	Frisch gekocht Fischeintopf (mit 3 Sorten Fisch) mit Baguette, Dessert. Kosten: 6,50 € Um Anmeldung wird gebeten. 12.30 Uhr
	
08.06 Donnerstag	Waffeln mit Vanilleeis, heißen Kirschen & Kaffee 14.30 Uhr
10.06 Samstag	Nachbarn treffen sich im „zentrum <i>plus</i> “ Gemütliches Beisammensein. Ab 17 Uhr Info Frau Schannowske Tel.: 5047698
13.06 Dienstag	Informativer Kaffeeklatsch Fit und gesund durch die Jahreszeiten. Tipps und Empfehlungen von Josephine Riedel. 14.30 Uhr
	

<p>14.06 Mittwoch </p>	<p>Frisch gekocht Hausgemachte Putenfleischfrikadellen mit Erbsen, Möhren, Soße und Kartoffeln, Dessert. Kosten: 5,50 € Um Anmeldung wird gebeten. 12.30 Uhr</p>
<p>15.06 Fron- leichnam</p>	<p>Lasst uns singen! Musikalische Begleitung von Ossi Oberhof am Akkordeon oder Klavier. Kaffee & Kuchen ab 14.30 Uhr</p>
<p>18.06 Sonntag 11 - 14 Uhr</p>	<p>Sommerbrunch! Vom Frühstückbuffet bis zur Mittagssuppe – lassen Sie sich verwöhnen. Kosten: 8,00 € Um Anmeldung wird gebeten!</p>
<p>21.06 Mittwoch</p>	<p>Frisch gekocht Kohlrouladen mit Kartoffeln, Dessert. Kosten: 6,00 € Um Anmeldung wird gebeten.</p>
<p>22.06 Donnerstag</p>	<p>Waffeln mit Vanilleeis, heißen Kirschen & Kaffee 14.30 Uhr</p>
<p>23.06 Freitag Ab 17 Uhr </p>	<p>Kultursalon zum Mitsommer Mit Wein, Musik und Gesang, mit Grillgut und kühlem Bier – wir feiern den Sommer bis in die Nacht! Um ca. 20 Uhr musikalischer Intermezzo mit dem Bläusersatz der Band „Soulfoodcompany“. Auf der Terrasse des „zentrum plus“ Heerdt. Herzlich willkommen!</p>
<p>28.06 Mittwoch </p>	<p>Frisch gekocht Bratfisch in Tomatensauce mediterraner Art mit Reis, Dessert. Kosten: 6,00 € Um Anmeldung wird gebeten. 12.30 Uhr</p>
<p>29.06 Donnerstag </p>	<p>Literaturcafé Frau Oberhof liest Kurzgeschichten aus dem Buch „Alles kein Zufall“ von Elke Heidenreich. Kaffee und Kuchen ab 14.30 Uhr, Lesung ab 15 Uhr</p>
<p>30.06 Freitag</p>	<p>Freitagsskino im „zentrum plus“ Heerdt Filmbeginn: 16 Uhr</p>

Informationen

Frühstücks - Angebot

Seit September 2016 arbeite ich im „zentrum plus“ Heerdt und die meisten unserer Gäste kennen mich schon. Mir macht es Freude den Raum und den Tisch dem Anlass entsprechend zu dekorieren, den Kuchen zu backen und die Gäste zu empfangen.

Das Frühstück montags und freitags bereite ich besonders gerne zu. Den Tag mit einem leckeren, vielfältigen Mahl zu beginnen ist schon etwas Feines. Nicht zu vergessen – eine fröhliche, lockere Gesellschaft direkt am Morgen. Hier kann man Neuigkeiten austauschen, Rat bzw. Empfehlungen bekommen oder sich für später verabreden.

Das Frühstück kostet 3 €, Kaffee und alles auf dem Tisch gehören unbegrenzt dazu☺.

Sie waren noch nicht zum frühstücken im „zentrum plus“ Heerdt? Dann wäre es jetzt die höchste Zeit es nachzuholen.



Herzlich
Bella Weber-Bolsakova

Wellnessoase

An diesem Gründonnerstag ist das „zentrum plus“ Heerd Ihre Wellnessoase – ein Treffpunkt für erholsame Stunden mit einem kostenlosen Verwöhnprogramm. Dieser Wellnesstag wird Sie tief entspannen und zur Ruhe kommen lassen. Das gesamte Programm steht auch allen Herren der Schöpfung zur Verfügung.

Von 9 – 13 Uhr und von 14.30 – 17 Uhr werden Körper, Geist und Seele angesprochen und in höchstem Maße verwöhnt.

Heidi Seifert nimmt sich Ihrer fleißigen Hände mit einer pflegenden und wunderschönen Handmassage an. Gepflegt und gut duftend kann der Wellnesstag beginnen.

Renata Liesenfeld verwöhnt Sie mit einer herrlichen Kopfmassage, die Sie entspannt und berät Sie, auf Wunsch, mit Stylingstipps für ein typgerechtes Make up und modischer Frisur.

Silke Lampe spricht mit professioneller Fuß und Beinmassage Ihre Reflexzonen an. Diese Tiefenentspannung teilt sich dem gesamten Körper mit. Leichtfüßig werden Sie den restlichen Tag bestreiten.

Uschi Plass behandelt Sie mit einer 20-minütigen Gesichts- und Dekolleté Massage. Tiefe Entspannung verführt zum Einschlafen.

In kurzen Behandlungspausen steht Ihnen ein kleines Buffet mit gesunden Köstlichkeiten zur Verfügung.

Ab 14.30 Uhr werden Geist und Seele verwöhnt, indem Marga Oberhof aus Ihrem unerschöpflichen Bücherschatz Kurzweiliges und Nachdenkliches liest. Mit Kaffee und selbstgebackenem, gesundem Kuchen wird auch für Ihr leibliches Wohl gesorgt.

Eine kleine, vielleicht auch etwas größere Spende, die Sie entspannt und erholt geben werden, geht an die „Arche Düsseldorf“, Freizeiteinrichtung für Kinder.

Da das Interesse sehr groß sein wird, bitten wir um rechtzeitige Anmeldung unter der Telefon Nr.: 503129.

Informationen

Seien Sie Gast im Kultursalon Heerdt!

Wenn Sie schon mal einem Konzert im „zentrum *plus*“ beigewohnt haben und begeistert waren, so können Sie dieses Erlebnis 2017 öfter haben. Einmal im Monat werden wir kulturvolle Nachmittage für Sie organisieren, die von professionellen Musikern, Sängern oder von engagierten Hobby-Künstlern gestaltet werden. Kultursalon im „zentrum *plus*“ Heerdt jeden dritten Freitag im Monat – so soll es sein! Wir werden keinen Eintritt erheben aber um Spenden für dieses Projekt bitten.

Yoga

Yoga hat nachweislich positive Auswirkungen auf das körperliche und seelische Wohlergehen des Menschen. Wenn Sie es kennenlernen möchten, sind Sie zu einem kostenlosen Training eingeladen. Yoga findet jeden Dienstag um 10.15 Uhr im Untergeschoss statt – probieren Sie es aus!
Kosten: 5 € / Std.

„Givebox“ für Lebensmittel

Lebensmittel spenden statt wegwerfen – das ist im „zentrum *plus*“ Heerdt möglich. Die Idee wird gut angenommen - die Tauschbörse mit Lebensmitteln findet kontinuierlich statt. Wer etwas zu viel hat – Lebensmittel, Getränke – stellt es in die „Givebox“, wer etwas sieht, was er braucht, nimmt es sich einfach heraus. Die Verpackungen der Lebensmittel dürfen nicht angebrochen und das Verfallsdatum nicht abgelaufen sein.

Die „Givebox“ ist zu den Öffnungszeiten des „zentrum *plus*“ Heerdt zugänglich.

Informationen

Friseur

Schneiden	12.50 Euro
Waschen und trocknen	15.00 Euro
Waschen und trocknen incl. Schneiden	27.00 Euro
Dauerwelle incl. Schneiden und Trocknen	44.00 Euro

Termine können Sie unter Tel: 503129 oder im „zentrum plus“ vereinbaren.

Fußpflege

Jeden Dienstag von **8.30 bis 12.30 Uhr** haben Sie die Möglichkeit, eine medizinische Fußpflege ganz in Ihrer Nähe in Anspruch nehmen zu können. Im Clubraum (Untergeschoss) des „zentrum plus“ werden Ihre Füße verwöhnt. Kosten: 20.00€
Termine können Sie unter Tel: 503129 oder im „zentrum plus“ vereinbaren.

Möchten Sie unsere Räume nutzen?

Wenn Sie eine Feier, einen Seminar oder eine Versammlung planen und nach einem passenden Raum für bis zu 30 Personen suchen, dann fragen Sie uns. Unser Aufenthaltsraum (inkl. Nutzung der Küche) steht Ihnen an Wochenenden oder abends zur Verfügung.

Unkosten: für die Bewohner des Wohnparks bis 4 Stunden – 15.00 €, länger als 4 Stunden – 25.00 €.

Für alle anderen bis 4 Stunden – 30.00 €, länger als 4 Stunden – 60.00 € Weitere Informationen: Saule Skarzauskaite

Ihre Meinung ist uns wichtig

Für Ihre Vorschläge, Ihr Lob, Ihre Kritik haben wir den „weißen Briefkasten“. Er befindet sich im Eingangsbereich des „zentrum plus“. Hier sind auch Karten, auf denen Sie uns Ihre Meinung mitteilen können.

Aus dem Quartier

Am Samstag 20. Mai von 14 - 18 Uhr im Heerdter Freizeitpark findet das Familienfest der drei städtischen Jugendhäuser - Internationaler Treffpunkt Schiessstraße, Rondell und Westend - statt. Jede Menge Spaß bieten kostenlose Spiel- und Sportangebote, Bastelaktionen und ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm sowie Live-Musik.

Ein großes Kuchenbuffet, kleine Snacks und Grillwürstchen nebst Getränken zum fairen Preis runden das Angebot ab.

Herzlich willkommen!

Am Samstag 27. Mai Seniorentag am Barbarossa Platz

Mit Info-Ständen und Informationen zum Thema „Gemeinsam geht's besser – Nachbarschaft leben!“, sowie buntem Bühnenprogramm, kalten und heißen Getränken, Grillwürstchen und leckerem Kuchen.

11 -16 Uhr

Am Sonntag 25. Juni lädt die Evangelische Kirchengemeinde

Heerd zu ihrem Gemeindefest ins und rund um das Paul-Gerhardt-Haus, Heerdter Landstraße 30, ein.

Das Fest beginnt mit einem Ökumenischen Familiengottesdienst um 10.30 Uhr.

Nach dem Gottesdienst gibt es ein Buffet u.a. mit internationalen Spezialitäten, eine Kuchentheke und ein abwechslungsreiches Programm.

Herzlich willkommen!

Bitte notieren und allen Interessierten weitersagen:

Das Sommerfest 2017 vom „zentrum plus“ Heerd findet am Samstag, den 2. September statt!

Weniger ist mehr

Für manche Zeitgenossen ist der Frühjahrsanfang ein ganz besonderes Datum. Spätestens dann steht die alljährliche Aktion an: der Frühjahrsputz!

Und dann gibt es kein Halten mehr: der Schmutz muss weg! Kein Raum darf verschont bleiben. Alles wird pingelig genau gesäubert. Es geht dabei nicht allein um den Staub auf Bilderrahmen und Kalkrückstände an Bad-Armaturen... Es geht um viel mehr.

Der Frühjahrsputz ist eine günstige Gelegenheit, die so schnell nicht wiederkommt. Bei der Generalreinigung hat man ja auch all sein kleines Hab und Gut in der Hand und stellt sich dabei die Frage: Was kann weg und muss entsorgt werden? Etwa die Kaffeetasse, deren Henkel abgebrochen ist? Die Tüten und Dosen, deren Verfallsdatum längst überschritten sind? Also: mutig ausmisten, entrümpeln und Platz schaffen! Alles, was in den letzten fünf Jahren nicht angerührt wurde, wird auch in den nächsten fünf Jahren nicht angerührt!

Manches davon ist noch gut und zu schade für die Mülltonne. Das könnte zur GIVE-BOX vor dem Fairhaus auf dem Nikolaus-Knopp-Platz gebracht werden, einem Ort, an dem kleine und gut erhaltene Dinge glückliche Abnehmer finden.

Frühjahrsputz – was hat man davon? Nun, ein wunderbares Gefühl tiefster Zufriedenheit! Es fühlt sich einfach nur gut an, durch eine blitzblanke Wohnung nach dem großen Reinemachen zu gehen und die Sauberkeit zu genießen. Das Weggeben erleichtert einen. Es ist wie ein neuer Anfang, wie ein neues Leben.

Übrigens: der siebenwöchigen Fastenzeit, eine Art: „Großreinigung von Leib und Seele“, folgt Ostern, das Fest der Auferstehung Jesu von den Toten. Auch da geht es um ein anderes, um ein neues Leben, das schon beginnt, hier und heute.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine gesegnete Osterzeit!

Pfarrer Jörg Jerzembeck-Kuhlmann

Wir für Sie

Saule Skarzauskaite Leitung „zentrum *plus*“ Heerd



Aldekerkstraße 31

40549 Düsseldorf

Tel: 0211 / 503129 Fax: 0211 / 5621145

Mail: saule.skarzauskaite@diakonie-duesseldorf.de

Öffnungszeiten:

Montag, Mittwoch: 09 – 15 Uhr

Dienstag, Donnerstag: 09 – 16 Uhr

Freitag: 09 – 12 Uhr

Samstag und Sonntag: nach Angebot

Internet: www.zentrum-plus-diakonie.de

www.diakonie-duesseldorf.de

Mit Ihrer Spende können Sie unsere Arbeit unterstützen.

Diakonie-Spendenkonto IBAN DE87 3005 0110 0010 1057 57 bei

der Sparkasse Düsseldorf (BIC DUSSEDDXXX), Stichwort:

„zentrum *plus*“ Heerd.