Anmeldetermine

Für die Angebote **Frühstück**, **Mittagstisch**, **Gesund Essen**, **Plauderrunde**, **Ausflug Südpark**, **Friseurbesuch** und **Restaurantbesuch (L`Osteria)** sowie alle **besonderen Veranstaltungen** gelten folgende Anmeldetermine:

Mittwoch | 21. September 2022
10:00 - 13:00 Uhr: Anmeldung für Oktober

Mittwoch | 19. Oktober 2022
10:00 - 13:00 Uhr: Anmeldung für November

Mittwoch | 16. November 2022
10:00 - 13:00 Uhr: Anmeldung für Dezember

Die **Abholung von Yakult**, **Hausbesuche / Zeitspenden, Smartphone-Erste-Hilfe** und **Technikhilfe** sind von den Anmeldeterminen ausgenommen! Dazu können Sie zu den Öffnungszeiten der **HERZWERK***statt* jederzeit anfragen und wir vereinbaren individuell Termine.

Veranstaltungsreihe Frida

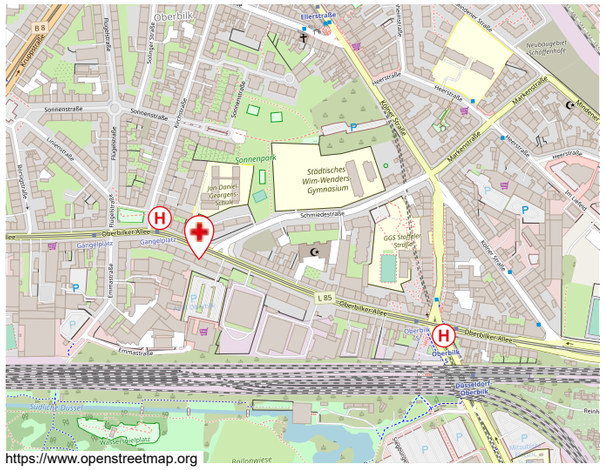
Welche Lebensträume hatte ich einst? Konnte ich diese leben oder wurden sie mir genommen? Was habe ich aktuell für Träume oder Wünsche? Frida Kahlo ließ sich ihre Träume nicht verbieten, sie malte und hielt sie so immer lebendig.
Im Fokus steht diesmal der Traumfänger, der auch in der mexikanischen Kultur eine Rolle spielt. Er soll schädliche Gedanken oder schlechte Träume abfangen und uns schützen und stärken. Neben Austausch, Reflexion und Textarbeit werden wir diesmal selbst individuelle Traumfänger gestalten.

Termin:
Mittwoch | 09. November 2022, 13:00 - 17:00 Uhr
„zentrum plus“ / DRK Friedrichstadt,
Jahnstr. 47, 40215 Düsseldorf

DRK-Kreisverband
Düsseldorf e.V.

Herzwerk
Aktiv gegen Armut im Alter

Deutsches Rotes Kreuz



https://www.openstreetmap.org

Anfahrt:
Linien STR 705 (Haltestelle Gangelplatz) oder S1, S6, S68, U74, U77, U79 (Düsseldorf-Oberbilk S-Bahnhof)

Besuchen Sie uns in der HERZWERK*statt*

Oberbilker Allee 233
40227 Düsseldorf

Tel.: 0211 2299-1106
herzwerk@DRK-duesseldorf.de

Öffnungszeiten:
Mittwoch bis Freitag: 10:00 bis 13:00 Uhr

Schreiben Sie uns an unsere Postadresse:

HERZWERK
Kölner Landstraße 169
40591 Düsseldorf

DRK-Kreisverband
Düsseldorf e.V.

Herzwerk
Aktiv gegen Armut im Alter

Deutsches Rotes Kreuz

HERZWERK*statt*

Angebote Oktober-Dezember 2022

www.herzwerk-duesseldorf.de

Auf einen Blick – Angebote von Oktober bis Dezember 2022

Herzwerk – Aktiv gegen Armut im Alter | Deutsches Rotes Kreuz

Regelmäßige Angebote - Anmeldung jeweils zu den angegebenen Terminen (siehe Rückseite)

Dienstag | 18:30 Uhr

Gesund Essen

Gesundes und abwechslungsreiches Abendessen - frisch, saisonal, regional. Je nach aktueller Lage wird das Essen zum Mitnehmen oder vor Ort in der Herzwerkstatt angeboten.

Termine & Gerichte:

gefördert durch: Yakult

11. Oktober | Spaghetti in Kürbissauce
08. November | Reis mit Tofu süß-sauer,
+ Vortrag (siehe besondere Veranstaltungen)
06. Dezember | Süßkartoffel-Chili-Ingwer-Suppe

Donnerstag | 14:00 – 16:00 Uhr

Ausflug Südpark

Ausflug zum Bauernhof Südpark, Einkauf im Hofladen mit Kaffee und Kuchen im Café. Vor Ort begegnen uns Gänse, Schweine, Esel, Schafe, Kaninchen und Ziegen. Treffpunkt: Eingang Café Südpark (In den Großen Banden 58, 40225 D.)

Termine:

gefördert durch: Paul und Mia Herzog STIFTUNG

20. Oktober | 17. November
15. Dezember

Donnerstag | 9:30 Uhr

Frühstücksangebot

Leckeres, abwechslungsreiches Frühstück. Je nach aktueller Lage wird das Frühstück zum Mitnehmen oder in der Herzwerkstatt angeboten.

Termine:

13. Oktober | 10. November | 15. Dezember

Freitag | 10:00 – 14:00 Uhr

Smartphone-Erste-Hilfe

Tipps, Tricks und Hilfestellung rund um Ihr Smartphone. Kompetente Ehrenamtler:innen helfen Ihnen bei all Ihren Fragen.

Termine:

21. Oktober | 18. November | 16. Dezember

Freitag | 12:00 Uhr

Mittagstisch

Je nach aktueller Lage wird das Essen zum Mitnehmen oder in der Herzwerkstatt angeboten.

Termine & Gerichte:

14. Oktober
Dicke Bohnen mit Speck, Kartoffeln und Nachtisch
11. November
Bratwurst mit Kartoffelpüree, Erbsen und Möhren & Nachtisch
09. Dezember
Gänse- oder Entenkeule mit Rotkohl und Knödel & Nachtisch

Donnerstag | 14:30 – 16:00 Uhr

Plauderrunde am Nachmittag

Austausch und Unterhaltung, Geselligkeit und Kontakt, Gespräche, Spiele usw. in kleiner gemütlicher Runde bei Kaffee/Tee.

Termine:

27. Oktober | 24. November | 22. Dezember

Mittwoch | 13:00 Uhr

Gemeinsamer Restaurant-Besuch

gefördert durch: L'Osteria × WorldChanger

Es ist ein tagesaktueller Corona-Test erforderlich.

26. Oktober | 23. November | 21. Dezember

Dienstag | 14:00 – 17:00 Uhr

Friseurbesuch

Wir laden Sie „hair"zlich dazu ein, sich bei einer professionellen Friseurin die Haare waschen, schneiden und legen zu lassen.

Termine:

11. + 25. Oktober | 08. + 22. November | 06. + 13. Dezember

Angebote nach individueller Vereinbarung

Mittwoch – Freitag | 10:00 – 13:00 Uhr

Yakult Ausgabe

Abholung jede erste und dritte Woche im Monat innerhalb der Öffnungszeiten.

Nach Vereinbarung

Hausbesuche / Zeitspenden

Würden Sie sich über jemanden an Ihrer Seite freuen, der Sie besucht und mit Ihnen Zeit verbringt? Wir haben engagierte Ehrenamtler:innen, die sich darauf freuen Sie kennenzulernen! Diese werden von uns ausgesucht, geschult und begleitet.

Technikbegleitung im Haushalt/ kleine Hausmeistertätigkeiten

Geschulte Ehrenamtler:innen können Sie bei kleinen Technikanliegen im Haushalt (z.B. Umgang mit dem Handy) oder kleinen Hausmeister-Tätigkeiten unterstützen.

Besondere Veranstaltungen

Dienstag, 08. November | 18:30 Uhr

Vortrag zu Gesund Essen: „Essen und Trinken für ein gutes Bauchgefühl"

In netter Gesprächsrunde bekommen Sie dazu einige praktische Tipps an die Hand.
Referentin: Ernährungswissenschaftlerin Susanne Fuhrländer (Yakult Deutschland GmbH)

Mittwoch, 09. November 2022 | 13:00 - 17:00 Uhr

Veranstaltungsreihe Frida (siehe Rückseite)

Samstag, 19. November | 13:00 – 16:00 Uhr

Ausflug zum Adventsbasar

gefördert durch: ART INVEST REAL ESTATE

Gemeinsam besuchen wir den Adventsbasar der Werkstatt für angepasste Arbeit im Südpark. Hier gibt es mit viel Liebe zum Detail hergestellte Einzelstücke wie Adventskränze, Gestecke und Dekorationsartikel aus eigener Produktion der WfaA. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Freitag, 25. November | 14:30 – 16:00 Uhr

Adventskranz-Basteln

gefördert durch: Jugendberufshilfe Düsseldorf JBH Chance für eine Zukunft

Unter fachkundiger Anleitung gestalten wir gemeinsam individuelle Adventskränze für zu Hause.

ACHTUNG:
Bei allen Angeboten innerhalb der Herzwerkstatt benötigen Sie einen negativen Corona-Testnachweis einer offiziellen Teststelle (max. 24 Std. alt).