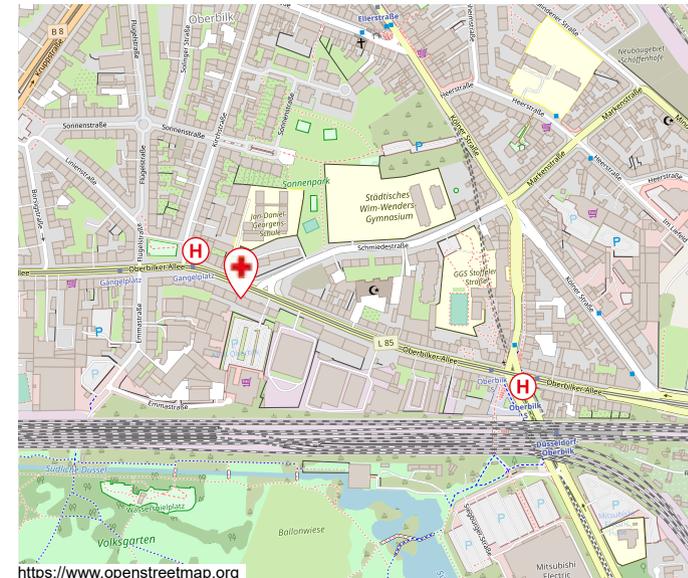


## Anmeldetermine



### Anfahrt:

Linien STR 701 (Haltestelle Gangelplatz) oder S1, S6, U76, U79 (Düsseldorf-Oberbilk S-Bahnhof)

### Besuchen Sie uns in der HERZWERKstatt

Oberbilker Allee 233  
40227 Düsseldorf

Tel.: 0211 2299-1106 | 0211 56677336  
herzwerk@DRK-duesseldorf.de

### Öffnungszeiten:

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

### Schreiben Sie uns an unsere Postadresse:

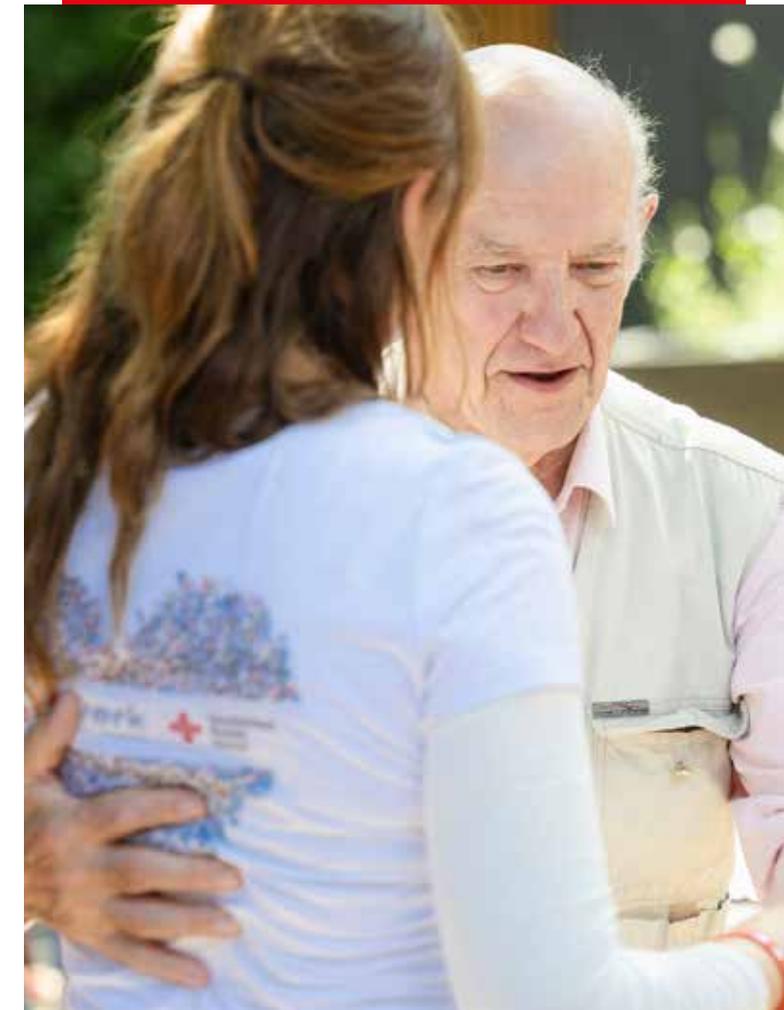
**HERZWERK**  
Kölner Landstraße 169  
40591 Düsseldorf



HERZWERKstatt

Angebote

Januar - April 2026



www.herzwerk-duesseldorf.de



Für die Angebote **Gesund Essen, Frühstück, Internet-Workshops / Smartphone-Sprechstunde, Plauderrunde und Friseur** sowie alle **besonderen Veranstaltungen** gelten folgende Anmeldetermine:

### Mittwoch | 10. Dezember 2025

10:00 bis 13:00 Uhr: Anmeldung für Januar 2026

### Mittwoch | 21. Januar 2026

10:00 bis 13:00 Uhr: Anmeldung für Februar 2026

### Mittwoch | 18. Februar 2026

10:00 bis 13:00 Uhr: Anmeldung für März 2026

### Mittwoch | 18. März 2026

10:00 bis 13:00 Uhr: Anmeldung für April 2026

Individuelle Angebote wie die Abholung von **Yakult, Hausbesuche / Zeitspenden und Technikbegleitung im Haushalt** sind von den Anmeldeterminen ausgenommen! Hierzu können Sie zu den Öffnungszeiten der Herzwerkstatt jederzeit fragen und wir vereinbaren individuell Termine.

# Auf einen Blick – Angebote von Januar bis April 2026

## Regelmäßige Angebote (Anmeldung jeweils zu den angegebenen Terminen auf der Rückseite.)

**Dienstag | 18:30 Uhr**

### Gesund Essen

Gesundes und abwechslungsreiches, frisch gekochtes Abendessen. Wahlweise zum Mitnehmen oder gemeinsam vor Ort in der Herzwerkstatt.

gefördert durch:  


### Termine & Gerichte:

- 13. Januar | Wirsing-Reis-Pfanne
- 03. Februar | Grünkohl mit Kartoffelstampf & veg. Leberkäse
- 03. März | Linsen-Eintopf mit Räuchertofu
- 14. April | Gemüsesuppe

**Donnerstag | Abholung 9:30 Uhr | Vor Ort 10 Uhr**

### Frühstück

Leckeres, abwechslungsreiches Frühstück. Wahlweise zum Mitnehmen oder gemeinsam vor Ort in der Herzwerkstatt.

gefördert durch:  


**Termine: 15. Januar | 12. Februar | 12. März | 16. April**

**Freitag | 10:00 – 12:00 Uhr**

### Internet-Workshops / Smartphone-Sprechstunde

Das Internet bietet eine Fülle von Möglichkeiten und Chancen. Wir möchten Ihnen dabei behilflich sein, sich damit vertraut zu machen und diese zu nutzen. Die Workshops sind hierbei als Gruppenangebot mit einem theoretischen Teil und viel Raum für Rückfragen konzipiert, während die Sprechstunde bei Bedarf zeitgleich als individueller Einzeltermin stattfindet.

gefördert durch:  


**Termine: 30. Januar | 27. Februar | 27. März | 24. April**

**Donnerstag | 14:00 – 16:00 Uhr**

### Plauderrunde und Spiele am Nachmittag

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

**Termine: 29. Januar | 26. Februar | 26. März | 30. April**

**Dienstag | 14:00 – 17:00 Uhr**

### Friseurbesuch

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

**Termine: 13. + 27. Januar | 03. + 17. Februar  
03. + 17. + 24. März | 21. + 28. April**

gefördert durch:  

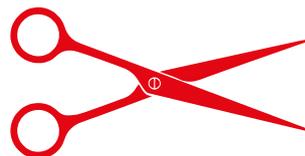

**Donnerstag | 13:30 Uhr**

### Wellnessprogramm NEU

Maniküre, Handmassage, Haare waschen/schneiden/föhnen, Kopfmassage, Haarkur und vieles mehr. Wellnessbehandlungen durch Jugendliche der Jugendberufshilfe.

**Termine: 15. + 29. Januar | 05. + 19. Februar  
05. + 19. + 26. März | 23. + 30. April**

gefördert durch:  

## Vormerklisten

**Zu den Öffnungszeiten telefonisch oder vor Ort**

### Café- und Restaurantbesuche / Kultur- und Sport-Veranstaltungen

Gelegentlich bekommen wir Einladungen für gemeinsame Besuche in unterschiedlichen Düsseldorfer Cafés und Restaurants sowie Kultur- und Sportveranstaltungen. Wenn Sie hieran interessiert sind, sprechen Sie uns bitte an und lassen sich in unsere Listen aufnehmen.

## Angebote nach individueller Vereinbarung

**10:00 – 13:00 Uhr**

### Yakult Ausgabe

Abholung 1 x im Monat innerhalb der Öffnungszeiten (nur nach Voranmeldung).

gefördert durch:  


**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! Sprechen Sie uns gerne an!

### 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.

**Herzwerk**  **Deutsches Rotes Kreuz**  
Aktiv gegen Armut im Alter

## Besondere Veranstaltungen

**Mittwoch, 22. April | 14:00 – 16.30 Uhr**



### Kreativnachmittag zu Käthe Kollwitz

Sigrid Shafagh berichtet aus dem Leben und den Werken von einer der bedeutendsten deutschen Künstlerinnen des 20. Jahrhunderts (1867 – 1945). Ihre Werke als Grafikerin, Malerin und Bildhauerin sind weltberühmt. Danach folgt ein Workshop mit Kohlestiften- ein Medium, das Käthe Kollwitz oft benutzte.

**Treffpunkt: Herzwerkstatt**

**Donnerstag, 23. April | 13:00 – 17.00 Uhr**

### Besuch des Eselpark Zons

Wir besuchen den Eselhof in Dormagen-Zons und lernen die neugierigen Langohren kennen. Anschließend gibt es Kaffee und Kuchen.

gefördert durch:  


**Treffpunkt: Herzwerkstatt**