

# TREFFPUNKT

STADTTEILKALENDER

**GARATH/HELLERHOF**  
**JAN - FEB - MÄRZ - APR 2024**

108



## Impressum

### Herausgeber:

BIG – Bürger – und  
Interessengemeinschaft Garath e.V.

**Vorsitzender:** Fred Puck Telefon: 0211 /  
750332

### Redaktionsteam:

Jürgen Meier, Egon Waltke,  
[vorstand@big-garath.de](mailto:vorstand@big-garath.de)

**Bankverbindung:** IBAN: DE94 3005 0110  
1008 8482 83

**Druck:** Druck+Medien Heiligenhaus GmbH  
Telefon: 020 56 / 58 00-0  
[info@druckundmedien.de](mailto:info@druckundmedien.de)

**Satz:** Oliver Holtermann

**Erscheint:** Alle vier Monate

**Bezugspreis:** Kostenlos

### Anzeigenpreise:

Preisliste bitte bei der BIG anfordern. Der  
Nachdruck ohne Genehmigung der BIG ist  
verboten. Die Rechte bleiben bei den  
Autoren.

**Bei Ihrem nächsten Einkauf  
berücksichtigen Sie bitte die  
Inserenten dieses Heftes. Ohne  
die der Treffpunkt nicht zustande  
gekommen wäre. Danke.**

## Werden Sie Mitglied im ältesten Verein von Garath.

Kommen Sie einfach mal zu  
unserem Stammtisch. Zum klönen,  
nette Leute kennenzulernen,  
gesellig beisammen sein oder sich  
nur informieren. Unser **Stammtisch**  
findet **jeden 2. Donnerstag im  
Monat** statt. Im „**Brauhaus Rittel**“  
Petersstr. 35, 40593 Düsseldorf.  
Direkt an der Bushaltestelle. Hin  
und wieder haben wir auch einen  
interessanten Gastredner mit  
aktuellen Themen. Regelmäßige  
Aktivitäten der BIG.

- Neujahrsempfang
- Frühschoppen
- Herbstfest
- Adventsfeier
- Veranstaltungen zu aktuellen  
Themen
- Besichtigungen und  
Führungen
- Treffpunkt / Stadtteilkalender

**Bei Interesse wenden Sie sich bitte  
an unseren Vorsitzenden Fred  
Puck. 0211 750332**



EIN VEREIN AUS  
**:DÜSSELDORF**



## Vorwort

Liebe Mitglieder, liebe Leser,

die Jugendfreizeiteinrichtung an der Lüderitz-Straße war in die Jahre gekommen. Deshalb beschloss man den Standort aufzugeben um an der Theodor-Litt-Straße neu zu bauen. Das machte die Quartierserneuerung Garath 2.0 möglich. Die Einrichtung steht allen Kindern und Jugendlichen von 6 bis 21 Jahren zur Verfügung. Im Außenbereich befindet sich eine Kletterwand, man kann Fußball spielen und was gerade angesagt ist auch ein Basketballfeld ist dort. In der Cafeteria werden kleine Mahlzeiten und Getränke angeboten. Zur Freizeitgestaltung tragen Kicker, Billard, Spielkonsolen, Tischtennis und andere handwerklichen sowie kreativen Bereiche bei. Ferner steht ein großer Fitnessbereich mit professionellen Geräten zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen Ihre  
Bürger- und Interessengemeinschaft Garath e.V.  
Der Vorstand



**DRUCK+  
MEDIEN**  
Heiligenhaus

**Druck+Medien Heiligenhaus GmbH**  
Hauptstraße 51-53  
42579 Heiligenhaus

Telefon: 0 20 56 - 58 00-0  
Telefax: 0 20 56 - 58 00-11

[info@druckundmedien.de](mailto:info@druckundmedien.de)  
[www.druckundmedien.de](http://www.druckundmedien.de)



**EXKLUSIVE DRUCKSACHEN AUS HEILIGENHAUS!**



# Hotte-Hü

- idyllisch gelegen
- angenehme Atmosphäre
- frisch zubereitetes Essen
- gemütlicher Biergarten
- nettes Personal
- angrenzende Reitanlage
- bis zu 100 Sitzplätze
- ideal auch für Ihre Feier

## Restaurant & Café Hotte-Hü

Rudolf-Breitscheid-Straße 71 · 40595 Düsseldorf · [www.restaurant-hotte-hue.de](http://www.restaurant-hotte-hue.de)



B

Düsseldorf  
Hellerhof



AM | A1 | A2 | A

Düsseldorf  
Benrath



BE

Düsseldorf  
Hassels

INHABER: Mirko Basevic ☎ 0172 8690177  
[www.die-fahrschule-duesseldorf.de](http://www.die-fahrschule-duesseldorf.de)  
[info@die-fahrschule-duesseldorf.de](mailto:info@die-fahrschule-duesseldorf.de)



## Geschichtswerkstatt Garath / Hellerhof

Besuchen Sie die Geschichtswerkstatt. Hier erfahren Sie vieles über Garath oder Hellerhof was Sie schon immer wissen wollten. Terminabsprache unter 0172 / 2021721 oder per Mail: Geschichtswerkstatt\_G-H@t-online.de \* BIG GW

**Sollten Sie noch alte Bilder, Broschüren oder wissenswertes über Garath oder Hellerhof los werden wollen, bitte melden Sie sich unter der angegebenen Rufnummer. Wir holen es ab.**

*Montag 15:00 bis 16:00 Uhr*

### 1. Neujahrs-Gottesdienst mit Abendmahl

\*ev. Kirche

**Anne-Frank-Haus, Miep-Gies-Platz 1**

*Dienstag 14:00 bis 16.00 Uhr*

### 2. Waffel-Café

Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig. Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus

**zentrum plus - Begegnungscafé**

### 2. Dienstag

Das zentrum plus ist nur eingeschränkt geöffnet. Es finden in dieser Woche keine Beratungen oder Sprechstunden mit Fr. Pfaff und Fr. Buchheister statt. \*Zentrum Plus

### 3. Mittwoch

Das zentrum plus ist nur eingeschränkt geöffnet. Es finden in dieser Woche keine Beratungen oder Sprechstunden mit Fr. Pfaff und Fr. Buchheister statt. \*Zentrum Plus

### 4. Donnerstag

Das zentrum plus ist nur eingeschränkt geöffnet. Es finden in dieser Woche keine Beratungen oder Sprechstunden mit Fr. Pfaff und Fr. Buchheister statt. \*Zentrum Plus

### 5. Freitag

Das zentrum plus ist nur eingeschränkt geöffnet. Es finden in dieser Woche keine Beratungen oder Sprechstunden mit Fr. Pfaff und Fr. Buchheister statt. \*Zentrum Plus

### 6. Dienstag 10:00 bis 13:00 Uhr Trödelmarkt für Kindersachen

Alles rund ums Kind Second Hand: Kleidung, Schuhe, Spielzeug, Fahrräder/Roller, Bücher, CDs/DVDs, Babyzubehör, Kinderwagen u.v.m. \*SOS

**SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga**

### 6. Samstag vormittags Sternsingen im Stadtteil

die Sternsinger werden an verschiedenen Orten im Stadtteil stehen und den Segen „to go“ spenden. Wegen der Uhrzeiten bitte auf die Vermeldungen der Kirchengemeinde achten. \*St. Matthäus

**Garath Haupteinkaufszentrum, Hellerhof Aldi-Parkplatz.**

### 6. Samstag 15:00 bis 17:00 Uhr Offene Mediensprechstunde

Offene Mediensprechstunde für alle Fragen zur Nutzung digitaler Medien. Keine Anmeldung erforderlich. Kursleitung: Herr Hindenburg Informationen: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus

### 7. Sonntag 15:00 bis 18:00 Uhr Tanztee

prüfen Sie den neuen Tanzboden im KHS auf seine Tauglichkeit bei Live-Musik. Kostenbeitrag 8,00 € incl. frischen Kaffee und ein Stück selbstgebackene Kuchen. \*TT

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## 8.

Montag 13:00 Uhr

### Kettenkurs

In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**

## 8.

Montag 14:00 bis 15:00 Uhr

### Düsseldorfer Südsinger

Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## 9.

Dienstag 9:30 bis 11:00 Uhr

### Stadtteilfrühstück

NEU! NEU! Das beliebte Stadtteilfrühstück findet jetzt 2x im Monat statt! Jetzt immer am 2. und am letzten Di im Monat. Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

## 9.

Dienstag 14:00 bis 15:30 Uhr

### Die Verbraucherzentrale informiert: Das E-Rezept und Informationen zur elektronischen Patientenakte

Die Verbraucherzentrale ist zu Gast und erklärt uns den neuen Umgang mit der Krankenkarte und gibt einen Einblick in die geplante Elektronische Patientenakte! Anmeldung, zwecks Planung ideal. Informationen: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

## 9.

Dienstag 11:00 bis 13:00 Uhr

### Kaffee und Kino

Eintritt: 6,00 inkl. Kaffee und Kuchen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## 9.

Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr

### Garather Kinderparlament

Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## 10.

Mittwoch 15:00 bis 17:00 Uhr

### Repaircafé

Am 2. Mittwoch im Monat + Kaffeetrinken vor Ort Was macht man mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert, einer Lampe die nicht mehr brennt? Man bringt sie zur kostenlosen Reparatur ins Repaircafé. Während unser Team ihre Geräte repariert können Sie einen Kaffee trinken. Informationen unter: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

## 11.

Donnerstag 18:00 Uhr

### BIG-Stammtisch

Unterhaltung, Information, Klönen, Quatschen, gemütliches beisammen sein \*BIG  
**Brauhaus Rittel, Petersstrasse 35, 40593 Düsseldorf**

## 11.

Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr

### Handy, Tablet & Laptop-Gruppe

Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau \*Zentrum Plus Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81  
**zentrum plus - Gruppenraum**

## 11.

Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr

### Kino

Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## 11.

Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr

### Kino

Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

# LERNEN SIE UNS 6 MONATE KOSTENLOS KENNEN!



## Heimatverein Garather Jonges 1969 e.V.

### Willkommen beim Heimatverein Garather Jonges 1969 e.V.!

Lernen Sie uns ein halbes Jahr kostenlos kennen.

Regelmäßige Heimatabende    Filmvorträge  
Waldkönigsschießen    Brauchtumpflege  
Stadtführungen    Denkmalpflege    Feste  
Rundgänge    Vorträge    Dart-Turniere  
Soziales Engagement im Stadtbezirk

Mehr Informationen erhalten Sie jeden 2. Freitag  
im Monat in unserem Haus Koblenzer Str. 133  
auf der Bezirkssportanlage des Garather SV.

 [www.garather-jonges.de](http://www.garather-jonges.de)

 [kontakt@garather-jonges.de](mailto:kontakt@garather-jonges.de)

 0163 243 03 93

*„Tradition ist Bewahrung des Feuers  
und nicht Anbetung der Asche.“*

Gustav Mahler, Komponist/Direktor



Heimatverein

Garather Jonges 1969 e.V.

Koblenzer Str. 133

40595 Düsseldorf

[kontakt@garather-jonges.de](mailto:kontakt@garather-jonges.de)

12.

*Freitag 19:00 bis 21:00 Uhr*

### Heimatabend

Monatl. Heimatabend der Garather Jonges (Gäste sind herzlich willkommen) \*GJ  
**Vereinshaus der Garather Jonges, Koblenzer Str. 133, 40595 Düsseldorf (Bezirkssportanlage des GSV)**

12.

*Freitag 15:30 bis 17:00 Uhr*

### Gaming- Nachmittag

Kommt vorbei und zockt mit uns eine Runde an der Switch. Ob Klassiker wie Autorennen oder neue kooperative Post- und Umzugsspiele, die ihr nur im Team gewinnt. Hier könnt ihr es ausprobieren. \*Bücherei

**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**

12.

*Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*

### Theaterkurs für Kinder

9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

12.

*Freitag 18:00 bis 21:00 Uhr*

### Töpfern mit Stefan Linke

Teilnahmegebühr: 15 Euro pro Stunde und Person \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

12.

*Freitag 20:00 bis 22:00 Uhr*

### Lars Hohlfeld präsentiert Pop-Up-Comedy

Comedy – Eintritt: 23,00 \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

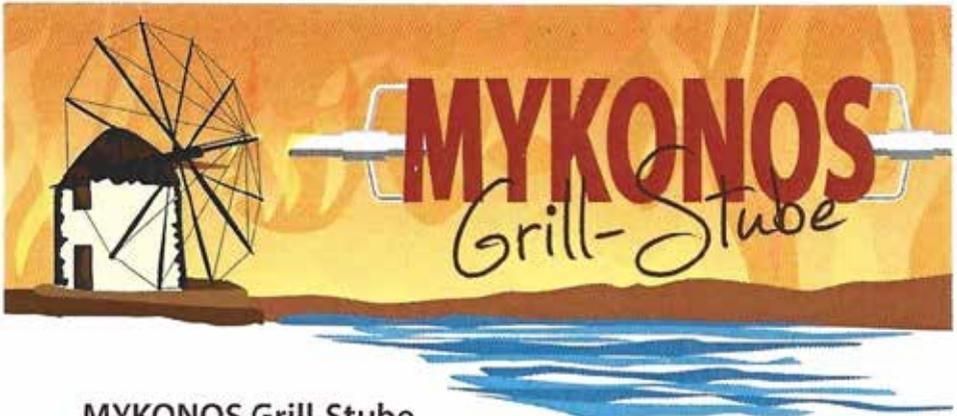
13.

*Samstag 15:00 bis 18:00 Uhr*

### Töpfern mit Stefan Linke

Teilnahmegebühr: 15 Euro pro Stunde und Person \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**



**MYKONOS Grill-Stube**

Ricarda-Huch-Straße 5

40595 Düsseldorf

Telefon: 0211 701717

Inhaber: Petros Kotsis

- 14.** *Sonntag 11:00 bis 13:00 Uhr*  
**BIG-Neujahrsempfang**  
Besuchen Sie den diesjährigen Neujahrsempfang. Kommen Sie zu netten Gesprächen, Informationen und gemütlichen beisammen sein. \*BIG  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 14.** *Sonntag 15:00 bis 16:00 Uhr*  
**Kindergottesdienst**  
\*ev. Kirche  
**Ev. Gemeindezentrum Hellerhof**
- 15.** *Montag 13:00 Uhr*  
**Kettenkurs**  
In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 15.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 16.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 16.** *Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Waffel-Café**  
Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig. Informationen unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 16.** *Dienstag 15:00 bis 16:00 Uhr*  
**Theater Töfte: Schneewittchen**  
Kindertheater ab 4 Jahre – Eintritt 4,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 16.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 17.** *Mittwoch 15:30 bis 17:00 Uhr*  
**Gaming- Nachmittag**  
Kommt vorbei und zockt mit uns eine Runde an der Switch. Ob Klassiker wie Autorennen oder neue kooperative Post- und Umzugsspiele, die ihr nur im Team gewinnt. Hier könnt ihr es ausprobieren. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 17.** *Mittwoch 10:30 bis 12:00 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Bilow  
\*Zentrum Plus Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81  
**zentrum plus - Gruppenraum**

18.

*Donnerstag 14:00 bis 16:00 Uhr*

### Stadtteilspaziergang

Entdecken Sie Garath (neu) und lernen Sie Ihren Stadtteil von einer anderen Seite kennen. Anmeldung erwünscht unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus

**zentrum plus - am Eingang**

18.

*Donnerstag 18:00 bis 21:30 Uhr*

### Grünkohl-Essen für Mitglieder und Interessenten

Die Mitglieder und Menschen, die es vielleicht werden wollen, treffen sich zum jährlichen Grünkohl-Essen. Veranstalter: Bürgerverein Hellerhof. ANMELDUNG erforderlich. \*BVH

**ev. Gemeindezentrum Hellerhof, Dresdener Str. 63**

18.

*Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*

### Kino

Eintritt: 7,00 \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

18.

*Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*

### Kino

Eintritt: 7,00 \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

19.

*Freitag 11:00 bis 17:00 Uhr*

### Märchenrätsel + Märchenmalwettbewerb

Anlässlich der Märchenwoche 19.1. - 03.02.24 bieten wir zu den Öffnungszeiten ein Märchenrätsel und einen Märchenmalwettbewerb an. \*Bücherei

**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**



## TIM ENGELS RECHTSANWALT

FRITZ-ERLER-STR. 20 · 40595 DÜSSELDORF  
TEL. 02 11 - 70 20 48 UND 70 63 27 · FAX 02 11 - 70 90 553

### TEILBEREICHE DER BERUFSTÄTIGKEIT

- EHE- UND FAMILIENRECHT
- STRAF- UND VERKEHRSRECHT
- MIETRECHT
- KRIEGSDIENSTVERWEIGERUNGS- UND WEHRRECHT

### BÜROZEIT:

MONTAG BIS DONNERSTAG: 9 - 18 UHR

FREITAG: 9 - 15 UHR

TERMINE NACH VEREINBARUNG

### VERKEHRSANBINDUNG:

S-BAHN S6 UND S6B, DÜSSELDORF-GARATH ODER  
A59 AUSFAHRT DÜSSELDORF GARATH

- 19.** *Freitag 14:00 Uhr*  
**Vortreffen Gabentisch**  
**- für alle die mitorganisieren wollen**  
Wir planen den Gabentisch 2024, alle Ehrenamtlichentreffen sich zur Planung und Besprechung. Anmeldung erforderlich. Informationen unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 19.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 19.** *Freitag 18:00 bis 21:00 Uhr*  
**Töpfern mit Stefan Linke**  
Teilnahmegebühr: 15 Euro pro Stunde und Person \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 19.** *Freitag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Wilfried Schmickler: Es hört nicht auf**  
Kabarett – Eintritt: 23,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 20.** *Samstag 15:00 bis 17:00 Uhr*  
**Offene Mediensprechstunde**  
Offene Mediensprechstunde für alle Fragen zur Nutzung digitaler Medien. Keine Anmeldung erforderlich. Kursleitung: Herr Hindenburg Informationen: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 20.** *Samstag 15:00 bis 18:00 Uhr*  
**Töpfern mit Stefan Linke**  
Teilnahmegebühr: 15 Euro pro Stunde und Person \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 20.** *Samstag 19:00 bis 1.00 Uhr*  
**Krönungsball**  
Gesellschaft 2. Grenadiere \*Schützen  
**Balkan im Garather Hof, Frankfurter Str. 261, 40595 Düsseldorf**
- 21.** *Mittwoch 10:00 bis 12:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück Hellerhof**  
Jung und Alt treffen sich bei leckeren Brötchen und Kaffee zum gemeinsamen Austausch, Veranstalter: JFE St. Matthäus und Bürgerverein Hellerhof e. V. \*BVH  
**JFE St. Matthäus, Bertha-von-Suttner-Str. 17**
- 22.** *Montag 13:00 Uhr*  
**Kettenkurs**  
In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€ Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 22.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 23.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 € Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 23.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

- 24.** *Mittwoch 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Energieberatung**  
Fr. Beyer von der Energieberatung der Caritas ist zu Gast mit wertvollen Tipps zum Energiesparen. Anmeldung erwünscht unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 25.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau  
\*Zentrum Plus Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 25.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 25.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 26.** *Freitag 11:00 bis 12:00 Uhr*  
**WINTER{NACHTS}TRAUM**  
Aufaktveranstaltung Märchenwochen Düsseldorf 2024 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 26.** *Freitag 16:00 bis 17:00 Uhr*  
**WINTER{NACHTS}TRAUM**  
Aufaktveranstaltung Märchenwochen Düsseldorf 2024 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 26.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 26.** *Freitag 18:00 bis 21:00 Uhr*  
**Töpfern mit Stefan Linke**  
Teilnahmegebühr: 15 Euro pro Stunde und Person \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 27.** *Samstag 15:00 bis 18:00 Uhr*  
**Töpfern mit Stefan Linke**  
Teilnahmegebühr: 15 Euro pro Stunde und Person \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 27.** *Samstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**12 bars/Fat City Band/Famous Fat Horns**  
Soul-Funk-Blues-Night – Eintritt: 10,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 28.** *Sonntag 17:00 Uhr*  
**Die Gabe der Weisen**  
Eine musikalische Lesung mit Liedern gesungen von Vox Humana \*ev. Kirche  
**Ev. Gemeindezentrum Hellerhof**



**NEUE  
ADRESSE!**  
Frankfurter Str. 255  
40595  
Düsseldorf-  
Garath



**KINDER      JUGENDLICHE      ERWACHSENE      FAMILIEN      SENIOREN**

Integrations-  
agentur NRW

Bildung für  
Kinder

Musikschule

Sprachen und  
Integrations-  
kurse BAMF

Kunstschule

Nachhilfe  
Lernförderung  
Hausaufgaben

Tanzclub  
Kampfsport  
Tischtennis  
Schachklub  
Yoga

G.A.S.T-  
Prüfungs-  
zentrum

Robotik  
und  
Werken

Tagespflege  
für Kinder

Kindertheater  
Theaterstudio  
für  
Erwachsene

OGS-Angebote



0211 779 209 50



www.kin-top.de



kontakt@kin-top.de



/KinTop.e.V

Mitglied im:



- 29.** *Montag 10:00 bis 11:00 Uhr*  
**Märchenerzählen Deutsch - Tamazight**  
Anlässlich der Märchenwoche 19.1. - 03.02.24 bieten wir eine bilinguale Märchenlesung an. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 29.** *Montag 15:00 bis 16:00 Uhr*  
**Märchenerzählen Deutsch - Tamazight**  
Anlässlich der Märchenwoche 19.1. - 03.02.24 bieten wir eine bilinguale Märchenlesung an. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 29.** *Montag 11:00 bis 12:00 Uhr*  
**Seniorenrat**  
Die Seniorenvertreter\*innen für Garath und Hellerhof sind für Sie da! \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 29.** *Montag 13:00 Uhr*  
**Kettenkurs**  
In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 29.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 30.** *Dienstag 17:00 Uhr*  
**Sitzung der Bezirksvertretung 10**  
\*BV10  
**Kulturhaus Süd / Freizeitstätte Garath, Arenasaal**
- 30.** *Dienstag 9:30 bis 11:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück**  
NEU! NEU! Das beliebte Stadtteilfrühstück findet jetzt 2x im Monat statt! Jetzt immer am 2. und am letzten Di im Monat. Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 30.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 30.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 31.** *Mittwoch 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Florian Hacke: Happy End**  
Kabarett – Eintritt: 17,20 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## Geschichtswerkstatt Garath / Hellerhof

Besuchen Sie die Geschichtswerkstatt. Hier erfahren Sie vieles über Garath oder Hellerhof was Sie schon immer wissen wollten. Terminabsprache unter 0172 / 2021721 oder per Mail: Geschichtswerkstatt\_G-H@t-online.de \* BIG GW

**Sollten Sie noch alte Bilder, Broschüren oder wissenswertes über Garath oder Hellerhof los werden wollen, bitte melden Sie sich unter der angegebenen Rufnummer. Wir holen es ab.**

1.

*Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*

### Kino

Eintritt: 7,00 \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

1.

*Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*

### Kino

Eintritt: 7,00 \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

2.

*Freitag 16:00 bis 18:00 Uhr*

### Einzelberatung zu Fragen rund um Handy, Tablet und Co.

Herr Bilov hat Zeit für Sie und Ihre Fragen. Unter der Tel. 60 25 481 können Sie sich Ihr Zeitfenster buchen und Ihre Fragen beantworten lassen. \*Zentrum Plus  
**zentrum plus- Netzbüro**

2.

*Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*

### Theaterkurs für Kinder

9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

3.

*Dienstag 10:00 bis 13:00 Uhr*

### Trödelmarkt für Kindersachen

Alles rund ums Kind Second Hand: Kleidung, Schuhe, Spielzeug, Fahrräder/Roller, Bücher, CDs/DVDs, Babyzubehör, Kinderwagen u.v.m. \*SOS

**SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga**

3.

*Samstag 15:00 bis 17:00 Uhr*

### Offene Mediensprechstunde

Offene Mediensprechstunde für alle Fragen zur Nutzung digitaler Medien. Keine Anmeldung erforderlich. Kursleitung: Herr Hindenburg Informationen: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus

**zentrum plus - Gruppenraum**

3.

*Samstag 17:00 bis 18:00 Uhr*

### Taizé-Gottesdienst

\*ev. Kirche

**Ev. Gemeindezentrum Hellerhof**

4.

*Sonntag 15:00 bis 16:00 Uhr*

### Kindergottesdienst

\*ev. Kirche

**Ev. Gemeindezentrum Hellerhof**

4.

*Sonntag 15:00 bis 18:00 Uhr*

### Tanztee

prüfen Sie den neuen Tanzboden im KHS auf seine Tauglichkeit bei Live-Musik. Kostenbeitrag 8,00 € incl. frischen Kaffee und ein Stück selbstgebackene Kuchen. \*TT

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## 5.

Montag 13:00 Uhr

### Kettenkurs

In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**

## 5.

Montag 14:00 bis 15:00 Uhr

### Düsseldorfer Südsinger

Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## 5.

Montag 19:30 bis 21:00 Uhr

### Ratinger Kommödchen

Musikalische Lesung. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**

## Beratung und Schutz

in Mietangelegenheiten



**DMB**

**MIETERVEREIN**  
DUSSELDORF

Oststraße 47 • 40211 Düsseldorf • 0211 / 16 99 60 • [www.mieterverein-duesseldorf.de](http://www.mieterverein-duesseldorf.de)  
Auch in Neuss, Ratingen, Grevenbroich und Erkrath

## 6.

Dienstag 11:00 bis 13:00 Uhr

### Kaffee und Kino

Eintritt: 6,00 inkl. Kaffee und Kuchen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## 6.

Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr

### Deutschkonversation

Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**

## 6.

Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr

### Waffel-Café

Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig. Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

## 6.

Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr

### Garather Kinderparlament

Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

- 7.** *Mittwoch 10:30 bis 12:00 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Bilov Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 7.** *Mittwoch nachmittags*  
**Schnatterball, Frauenkarneval**  
Kartenvorverkauf im Pfarrbüro \*St. Matthäus  
**Matthäus-Haus, René-Schickele-Str. 4**
- 8.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 8.** *Donnerstag 14:00 bis 17:00 Uhr*  
**Altweiberfeier mit Musik Intakt!**  
Die große Altweiberfeier im zentrum plus Garath! Karten für das Event gibt es ab Januar im Netzwerkbüro! Wir feiern mit Musik Intakt! Weitere Infos: 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 8.** *Donnerstag 18:00 Uhr*  
**BIG-Stammtisch**  
Fällt wegen Altweiber aus \*BIG  
**Brauhaus Rittel, Petersstrasse 35, 40593 Düsseldorf**
- 9.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter lina.lee@duesseldorf.de \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 9.** *Freitag 18:00 Uhr*  
**Düsseldorf im Augenblick (Garath)**  
Videoprojekt: Eintritt: 5,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 9.** *Freitag 19:11 bis 23:30 Uhr*  
**Pfarrkarneval**  
Kartenvorverkauf im Pfarrbüro \*St. Matthäus  
**Matthäus-Haus, René-Schickele-Str. 4**



Alpha Apotheke Düsseldorf

Kamuran Yüksel  
Apothekeninhaber

Emil-Barth-Straße 21  
40595 Düsseldorf

info@alpha-apotheke.net  
www.alpha-apotheke.net

Tel.: 0211/703437  
Fax.: 0211/701779

Täglicher  
Lieferservice

**12.** *Montag*  
**Rosenmontag**  
Das Zentrum Plus bleibt heute geschlossen. \*Zentrum Plus

**13.** *Dienstag 9:30 bis 11:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück**  
NEU! NEU! Das beliebte Stadtteilfrühstück findet jetzt 2x im Monat statt! Jetzt immer am 2. und am letzten Di im Monat. Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

**13.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**

**13.** *Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Angehörigengesprächskreis**  
Für Dich! Angehörigengesprächskreis von Menschen mit Demenz. Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung möglich. Informationen & Anmeldung: 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

**13.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

**14.** *Mittwoch 10:00 bis 11:00 Uhr*  
**Lachyoga**  
Einmal im Monat wird gelacht! Die Lachyogatrainerin Fr. Dombrowsky lädt zum Lachen ein! Kosten: keine Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

**14.** *Mittwoch 15:00 bis 17:00 Uhr*  
**Repaircafé**  
Am 2. Mittwoch im Monat + Kaffeetrinken vor Ort Was macht man mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert, einer Lampe die nicht mehr brennt? Man bringt sie zur kostenlosen Reparatur ins Repaircafé. Während unser Team ihre Geräte repariert können Sie einen Kaffee trinken. Informationen unter: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

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

helfen · beraten · betreuen  
Das Fachgeschäft seit 1850

Garath · Peter-Behrens-Straße 111  
Pempelfort · Liebigstraße 3

Telefon 0211.48 50 61  
[www.schwietzke.com](http://www.schwietzke.com)

- 15.** *Donnerstag 11:00 bis 15:00 Uhr*  
**Annahme Gabentisch Frühlingsdeko**  
Angenommen wird alles rund um das Thema Ostern, Frühling, Geburtstage und Hochzeit. Informationen unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Netzwerk**
- 15.** *Donnerstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Stadtteilspaziergang**  
Entdecken Sie Garath (neu) und lernen Sie Ihren Stadtteil von einer anderen Seite kennen. Anmeldung erwünscht unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - am Eingang**
- 15.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 15.** *Donnerstag 20:00 bis 21:30 Uhr*  
**Monatsversammlung: „Rund ums Testament: vererben, verschenken, stiften“.**  
Referent: Dipl.-Kfm. Thomas Terhaag, Steuerberater, Fachberater Testamentsvollstreckung und Nachlassverwaltung (DStV e.V.). Veranstalter: Bürgerverein Hellerhof e.V. \*BVH
- 15.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 16.** *Freitag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Nostalgiecafé**  
Gemeinsam schauen wir einen amüsanten Film. Mit Kaffee und Kuchen. Ort: Begegnungscafé  
Kostenbeitrag: 3,50€ Anmeldung unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 16.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 16.** *Freitag 19:00 bis 21:00 Uhr*  
**Heimatabend**  
Monatl. Heimatabend der Garather Jonges (Gäste sind herzlich willkommen) \*GJ  
**Vereinshaus der Garather Jonges, Koblenzer Str. 133, 40595 Düsseldorf (Bezirkssportanlage des GSV)**
- 16.** *Freitag 20:00 bis 22:30 Uhr*  
**Roter Kreis / Support: Tice**  
Rock-Punk-Rap-Konzert – Eintritt: 26,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 17.** *Samstag 15:00 bis 17:00 Uhr*  
**Offene Mediensprechstunde**  
Offene Mediensprechstunde für alle Fragen zur Nutzung digitaler Medien. Keine Anmeldung erforderlich. Kursleitung: Herr Hindenburg Informationen: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 18.** *Sonntag 14:00 bis 17:00 Uhr*  
**Kirche kunterbunt**  
Für Familien: Aktiv sein, kreativ sein, Gottesdienst feiern, gemeinsam Essen \*St. Matthäus  
**Matthäus-Haus, René-Schickele-Str. 4**

- 19.** *Montag 13:00 bis 13:00 Uhr*  
**Kettenkurs**  
In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 19.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 20.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 20.** *Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Waffel-Café**  
Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig.  
Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 20.** *Dienstag 15:00 bis 16:00 Uhr*  
**Lille Kartoffler: Bremer Stadtmusikanten**  
Kindertheater ab 4 Jahre – Eintritt 4,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 20.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 21.** *Mittwoch 10:00 bis 12:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück Hellerhof**  
Jung und Alt treffen sich bei leckeren Brötchen und Kaffee zum gemeinsamen Austausch, Veranstalter: JFE St. Matthäus und Bürgerverein Hellerhof e. V. \*BVH  
**JFE St. Matthäus, Bertha-von-Suttner-Str. 17**
- 21.** *Mittwoch 10:30 bis 12:00 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Bilov Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 21.** *Mittwoch 14:00 bis 14:00 Uhr*  
**Kulturausflug**  
Wir sind zu Gast im „Dom“, dem ältesten Brauhaus in Neuss. Gemeinsam besichtigen wir die Brauerei, lernen die Geschichte des Altbieres kennen und genießen im Anschluss eine Altverköstigung. Kosten: 8€ / Person Treffpunkt: 14 Uhr am Haupteingang des zentrum plus Anmeldung und Informationen unter: 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**14 Uhr Treffen am Haupteingang zentrum plus**
- 21.** *Mittwoch 15:30 bis 17:00 Uhr*  
**Gaming- Nachmittag**  
Kommt vorbei und zockt mit uns eine Runde an der Switch. Ob Klassiker wie Autorennen oder neue kooperative Post- und Umzugsspiele, die ihr nur im Team gewinnt. Hier könnt ihr es ausprobieren. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**

- 22.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 22.** *Donnerstag 14:00 bis 17:00 Uhr*  
**Annahme Gabentisch Frühlingsdeko**  
Angenommen wird alles rund um das Thema Ostern, Frühling, Geburtstage und Hochzeit. Informationen unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Netzwerk**
- 22.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 22.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 23.** *Freitag 15:30 bis 17:00 Uhr*  
**Gaming- Nachmittag**  
Kommt vorbei und zockt mit uns eine Runde an der Switch. Ob Klassiker wie Autorennen oder neue kooperative Post- und Umzugsspiele, die ihr nur im Team gewinnt. Hier könnt ihr es ausprobieren. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 23.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 24.** *Samstag 13:00 bis 17:00 Uhr*  
**BIG-Ausflug Champignonzucht**  
Wir fahren zur Champignonzucht Leichlingen. Kosten 24,00 €, die bei Anmeldung fällig werden. Anmeldung bei Gillessen-Schneider 0176 41 50 44 19 oder beim BIG-Stammtisch bis zum 31.01.24. Bei Anmeldung bitte auch ankreuzen ob man mit dem Auto fährt. \*BIG
- 24.** *Samstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Das Geld liegt auf der Fensterbank Marie**  
Kabarett – Eintritt: 17,20 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 26.** *Montag 11:00 bis 12:00 Uhr*  
**Seniorenrat**  
Die Seniorenvertreter\*innen für Garath und Hellerhof sind für Sie da! \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 26.** *Montag 13:00 bis 13 Uhr*  
**Kettenkurs**  
In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€ Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 26.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

- 27.** *Dienstag 9:30 bis 11:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück**  
NEU! NEU! Das beliebte Stadtteilfrühstück findet jetzt 2x im Monat statt! Jetzt immer am 2. und am letzten Di im Monat. Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 27.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 27.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 27.** *Dienstag 16:00 bis Uhr*  
**Konzert am Flügel mit Herrn Nachtigal**  
Eintritt ist frei. \*Zentrum Plus  
Keine Anmeldung erforderlich  
Informationen unter: 0211 758 480  
**Otto-Ohl-Haus**
- 27.** *Dienstag 17:00 bis Uhr*  
**Sitzung der Bezirksvertretung 10**  
\*BV10  
**Kulturhaus Süd / Freizeitstätte Garath, Arenasaal**
- 28.** *Mittwoch 9:15 bis Uhr*  
**Tageswanderung mit Herr Rösler**  
Gemeinsames wandern mit dem Wanderführer Herr Rösler. Informationen unter 0211 60 25 481  
\*Zentrum Plus  
**9:15 Uhr Treffen am S-Bahnhof Garath**
- 29.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 29.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## Geschichtswerkstatt Garath / Hellerhof

Besuchen Sie die Geschichtswerkstatt. Hier erfahren Sie vieles über Garath oder Hellerhof was Sie schon immer wissen wollten. Terminabsprache unter 0172 / 2021721 oder per Mail: Geschichtswerkstatt\_G-H@t-online.de \* BIG GW

**Sollten Sie noch alte Bilder, Broschüren oder wissenschaftliches über Garath oder Hellerhof los werden wollen, bitte melden Sie sich unter der angegebenen Rufnummer. Wir holen es ab.**

*Freitag 16:00 bis 18:00 Uhr*

### 1. Einzelberatung zu Fragen rund um Handy, Tablet und Co.

Herr Bilov hat Zeit für Sie und Ihre Fragen. Unter der Tel. 60 25 481 können Sie sich Ihr Zeitfenster buchen und Ihre Fragen beantworten lassen. \*Zentrum Plus

**Otto- Ohl- Haus**

*Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*

### 1. Theaterkurs für Kinder

9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

*Freitag 17:00 Uhr*

### 1. Weltgebetstag

\*ev. Kirche

**Gemeindehaus Dietrich-Bonhoeffer-Kirche**

*Freitag 19:00 Uhr*

### 1. Kulturnacht

Mit stimmungsvoller Musik, Wein und Häppchen. Eintritt ist frei. Keine Anmeldung erforderlich

Informationen unter: 0211 758 480 \*Zentrum Plus

**zentrum plus - Gruppenraum**

*Dienstag 10:00 bis 13:00 Uhr*

### 2. Trödelmarkt für Kindersachen

Alles rund ums Kind Second Hand: Kleidung, Schuhe, Spielzeug, Fahrräder/Roller, Bücher, CDs/DVDs, Babyzubehör, Kinderwagen u.v.m. \*SOS

**SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga**

*Samstag 15:00 bis 17:00 Uhr*

### 2. Offene Mediensprechstunde

Offene Mediensprechstunde für alle Fragen zur Nutzung digitaler Medien. Keine Anmeldung erforderlich. Kursleitung: Herr Hindenburg Informationen: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus

**zentrum plus - Gruppenraum**

*Samstag 19:00 bis 1.00 Uhr*

### 2. Krönungsball

Tanzgarde Amazonen-Corps Garath \*Schützen

**Balkan im Garather Hof, Frankfurter Str. 261, 40595 Düsseldorf**

*Sonntag 15:00 bis 18:00 Uhr*

### 3. Tanztee

prüfen Sie den neuen Tanzboden im KHS auf seine Tauglichkeit bei Live-Musik. Kostenbeitrag 8,00 € incl. frischen Kaffee und ein Stück selbstgebackene Kuchen. \*TT

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

*Montag 13:00 Uhr*

### 4. Kettenkurs

In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€ Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus

**zentrum plus - Gruppenraum**

*Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*

### 4. Düsseldorfer Südsinger

Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

- 5.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 5.** *Dienstag 11:00 bis 13:00 Uhr*  
**Kaffee und Kino**  
Eintritt: 6,00 inkl. Kaffee und Kuchen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 5.** *Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Waffel-Café**  
Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig.  
Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 5.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 6.** *Mittwoch 10:30 bis 12:00 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Bilov Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 7.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 7.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

## Pflege Täglich...Daniel Schott Ambulanter Pflegedienst



Häusliche Alten- und Krankenpflege  
Wir sind 24 Stunden für Sie da!  
Privat und alle Kassen!  
Wir pflegen Sie Gerne!  
Ihr ambulanter Pflegedienst in Garath,  
Hellerhof und Umgebung!  
Pflegerische und hauswirtschaftliche  
Dienste bei Ihnen Zuhause!

**PFLEGE TÄGLICH...Daniel Schott Tel.0211-285202**  
Emil-Barth-Straße 3, Fußgängerzone - Garath

- 8.** *Freitag 10:00 bis 16:00 Uhr*  
**Gabentisch „Dekoration“**  
Der Gabentisch 2024! Kommen Sie vorbei und stöbern Sie, es ist sicherlich etwas für Sie dabei! Eine schöne Kerze, Tischschmuck oder eine neue Vase. Alles kostenfrei und im Sinne der Nachhaltigkeit. Informationen unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 8.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 8.** *Freitag 19:00 bis 21:00 Uhr*  
**Heimatabend**  
Monatl. Heimatabend der Garather Jonges (Gäste sind herzlich willkommen) \*GJ  
**Vereinshaus der Garather Jonges, Koblenzer Str. 133, 40595 Düsseldorf (Bezirkssportanlage des GSV)**
- 11.** *Montag 13:00 Uhr*  
**Kettenkurs**  
In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
**Otto- Ohl- Haus**
- 11.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 11.** *Montag 15:30 Uhr*  
**Konzert zum Mitschwingen, Mitsingen und Mit-tanzen mit der One-Man-BigBand**  
Eintritt ist frei. Keine Anmeldung erforderlich Informationen unter: 0211 758 480 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 12.** *Dienstag 9:30 bis 11:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück**  
NEU! NEU! Das beliebte Stadtteilfrühstück findet jetzt 2x im Monat statt! Jetzt immer am 2. und am letzten Di im Monat. Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 12.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 12.** *Dienstag 14:00 Uhr*  
**KI - Künstliche Intelligenz**  
Was ist das? Wir laden Sie zu einer kleinen Einführung mit Herrn Max Bilow ein! Anmeldung erforderlich. Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 12.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

- 13.** *Mittwoch 10:00 bis 11:00 Uhr*  
**Lachyoga**  
Einmal im Monat wird gelacht! Die Lachyogatrainerin Fr. Dombrowsky lädt zum Lachen ein! Kosten: keine Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 13.** *Mittwoch 10:00 bis 12:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück Hellerhof**  
Jung und Alt treffen sich bei leckeren Brötchen und Kaffee zum gemeinsamen Austausch, Veranstalter: JFE St. Matthäus und Bürgerverein Hellerhof e. V. \*BVH  
**JFE St. Matthäus, Bertha-von-Suttner-Str. 17**
- 13.** *Mittwoch 15:00 bis 17:00 Uhr*  
**Repaircafé**  
Am 2. Mittwoch im Monat + Kaffeetrinken vor Ort Was macht man mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert, einer Lampe die nicht mehr brennt? Man bringt sie zur kostenlosen Reparatur ins Repaircafé. Während unser Team ihre Geräte repariert können Sie einen Kaffee trinken. Informationen unter: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 13.** *Mittwoch 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Carmela De Feo: Groß, Blond, Erfolgreich**  
Kabarett – Eintritt: 17,20 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 14.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 14.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 14.** *Donnerstag 18:00 Uhr*  
**BIG-Stammtisch**  
Unterhaltung, Information, Klönen, Quatschen, gemütliches beisammen sein \*BIG  
**Brauhaus Rittel, Petersstrasse 35, 40593 Düsseldorf**
- 14.** *Donnerstag 20:00 bis 21:30 Uhr*  
**Jahreshauptversammlung mit Wahlen und Satzungsänderung**  
\*BVH  
**JFE St. Matthäus, Bertha-von-Suttner-Str. 17**
- 14.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 15.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

**16. Für Kinder: die Weltretterbande motiviert zum Müllsammeln**

Samstag 10:30 bis 11:00 Uhr

Polli, der Eisbär ist auch wieder dabei. Veranstalter: Bürgerverein Hellerhof e.V. \*BVH  
**Aldi-Parkplatz, Nähe Container**

**16. Pflege der Jahrtausendsteine**

Samstag 11:00 bis 12:00 Uhr

Jährliche Pflege der Jahrtausendsteine von Anton Tripp \*GJ  
**Güstrower Str., 40595 Düsseldorf**

**16. Frühjahrsputz in Hellerhof**

Samstag 11:00 bis 12:30 Uhr

Wir befreien Hellerhof vom Wintermüll, Handschuhe und Greifzangen werden gestellt. Veranstalter: Bürgerverein Hellerhof e. V. \*BVH  
**Treffpunkt: Aldi-Parkplatz, Nähe Container**

**16. Offene Mediensprechstunde**

Samstag 15:00 bis 17:00 Uhr

Offene Mediensprechstunde für alle Fragen zur Nutzung digitaler Medien. Keine Anmeldung erforderlich. Kursleitung: Herr Hindenburg Informationen: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**

**Wir machen  
Ihre Steuererklärung.**

Beratungsstellenleiterin Bettina Bongartz

-  Walter-Wiederhold-Straße 20  
40721 Hilden
-  02103 – 262 63 76
-  [bettina.bongartz@steuerring.de](mailto:bettina.bongartz@steuerring.de)
-  [www.steuerring.de/bongartz](http://www.steuerring.de/bongartz)



**Rundum-  
Service  
zum fairen  
Preis.**

Lohn- und Einkommensteuer Hilfe-Ring Deutschland e.V.  
(Lohnsteuerhilfeverein) | Wir erstellen Ihre Steuererklärung –  
für Mitglieder, nur bei Arbeitseinkommen, Renten und Pensionen.

**17. Jahrespfang 2024 Bürgerverein Hellerhof e.V.**

Sonntag 11:00 bis 13:00 Uhr

Vereine und politische Vertreter\*innen, Mitglieder und Einwohner\*innen, Akteure aus dem Stadtteil treffen sich zu Austausch und Vernetzung. Musikalische Begleitung: JAZZOPHINE. Photoausstellung: Tom Jasny \*BVH  
**ev. Gemeindezentrum Hellerhof, Dresdener Str. 63**

**18. Düsseldorfer Südsinger**

Montag 14:00 bis 15:00 Uhr

Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

**18. „Der Klügere gibt nach?!“**

Montag 19:30 bis 21:00 Uhr

Lesung im Rahmen des Weltfrauentags \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**

- 19.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 19.** *Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Waffel-Café**  
Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig.  
Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 19.** *Dienstag 15:00 bis 16:00 Uhr*  
**Tandera Theater: Bettmän**  
Kindertheater ab 4 Jahre – Eintritt 4,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 19.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 20.** *Mittwoch 8:00 bis 12:00 Uhr*  
**BIG-Ausflug Thomashof**  
Wir fahren zum Thomashof mit Frühstück. Kosten 20,00 €, die bei Anmeldung fällig werden. Anmeldung bei Gilllessen-Schneider 0176 41 50 44 19 oder beim BIG-Stammtisch bis zum 15.01.24. Bei Anmeldung bitte auch ankreuzen ob man mit dem Auto fährt. \*BIG
- 20.** *Mittwoch 10:30 bis 12:00 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Bilov Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - am Eingang**
- 20.** *Mittwoch 15:30 bis 17:00 Uhr*  
**Gaming- Nachmittag**  
Kommt vorbei und zockt mit uns eine Runde an der Switch. Ob Klassiker wie Autorennen oder neue kooperative Post- und Umzugsspiele, die ihr nur im Team gewinnt. Hier könnt ihr es ausprobieren. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 21.** *Donnerstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Stadtteilspaziergang**  
Entdecken Sie Garath (neu) und lernen Sie Ihren Stadtteil von einer anderen Seite kennen. Anmeldung erwünscht unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 21.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 21.** *Donnerstag 19:30 bis 22:00 Uhr*  
**Hellerhofer Kulturtag in Kooperation mit der Jazz-Schmiede Düsseldorf**  
Das erste Konzert der neuen Kooperationspartner. \*BVH  
**ev. Gemeindezentrum Hellerhof, Dresdener Str. 63**
- 21.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

- 22.** *Freitag 15:30 bis 17:00 Uhr*  
**Gaming- Nachmittag**  
Kommt vorbei und zockt mit uns eine Runde an der Switch. Ob Klassiker wie Autorennen oder neue kooperative Post- und Umzugsspiele, die ihr nur im Team gewinnt. Hier könnt ihr es ausprobieren. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 22.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 25.** *Montag 10:00 bis 14:00 Uhr*  
**Manga-Workshop mit Alexandra Völker**  
Ihr liebt Mangafiguren? Und möchtet sie am liebsten selbst zeichnen können. Dann meldet euch unter [stbgarath@duesseldorf.de](mailto:stbgarath@duesseldorf.de) an. Das Angebot ist für alle ab 10 und für euch kostenfrei. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 25.** *Montag 11:00 bis 12:00 Uhr*  
**Seniorenrat**  
Die Seniorenvertreter\*innen für Garath und Hellerhof sind für Sie da! \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 25.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 26.** *Dienstag 9:30 bis 11:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück**  
NEU! NEU! Das beliebte Stadtteilfrühstück findet jetzt 2x im Monat statt! Jetzt immer am 2. und am letzten Di im Monat. Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**9:15 Uhr Treffen am S-Bahnhof Garath**
- 26.** *Dienstag 17:00 Uhr*  
**Sitzung**  
Bezirksvertretung 10 (Garath / Hellerhof) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 27.** *Mittwoch 9:15 Uhr*  
**Tageswanderung mit Herr Behne**  
Gemeinsames wandern mit dem Wanderführer Herr Behne. Informationen unter 0211 60 25 481  
\*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 27.** *Mittwoch 10:00 bis 11:00 Uhr*  
**Oster-Bilderbuchkino**  
Für alle ab 3 Jahre eine Ostergeschichte zum Lauschen und eine Kreativaktion im Anschluss.  
\*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**

- 28.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus
- 28.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**„Kreativität trifft 3D-Stift“**  
In unserem 3D-Stift-Workshop lernt ihr die Handhabung des Stifts und wir zeigen euch, wie ihr tolle Objekte herstellen könnt. Dann meldet euch unter stbgarath@duesseldorf.de an. Das Angebot ist für alle ab 7 und für euch kostenfrei. \*Bücherei  
Selbstverständlich dürft ihr sie dann mit nach Hause nehmen.  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erlar-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 28.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erlar-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 28.** *Donnerstag 19:00 bis 20:00 Uhr*  
**Abendmahlmesse**  
\*St. Matthäus  
**St. Matthäus, René-Schickele-Str. 6**
- 28.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erlar-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 29.** *Freitag 15:00 bis 16:00 Uhr*  
**Karfreitagsliturgie**  
\*St. Matthäus  
**St. Matthäus, René-Schickele-Str. 6**
- 29.** *Freitag 11:00 bis 12:00 Uhr*  
**Karfreitag für Familien**  
\*St. Matthäus  
**St. Matthäus, René-Schickele-Str. 6**
- 29.** *Freitag*  
**Karfreitag**  
Das Zentrum Plus bleibt heute geschlossen. \*Zentrum Plus
- 30.** *Samstag*  
**Offene Mediensprechstunde entfällt wegen Ostern**  
\*Zentrum Plus
- 30.** *Samstag*  
**Osternachtfeier**  
Die Uhrzeit stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Anschl. Agape \*St. Matthäus  
**St. Matthäus, René-Schickele-Str. 6**
- 30.** *Samstag 18:00 bis 23:00 Uhr*  
**Großes Osterfeuer**  
Osterfeuer auf dem Schützenplatz \*Schützen  
**Balkan im Garather Hof, Frankfurter Str. 261, 40595 Düsseldorf**

## Geschichtswerkstatt Garath / Hellerhof

Besuchen Sie die Geschichtswerkstatt. Hier erfahren Sie vieles über Garath oder Hellerhof was Sie schon immer wissen wollten. Terminabsprache unter 0172 / 2021721 oder per Mail: Geschichtswerkstatt\_G-H@t-online.de \* BIG GW

**Sollten Sie noch alte Bilder, Broschüren oder wissenschaftliches über Garath oder Hellerhof los werden wollen, bitte melden Sie sich unter der angegebenen Rufnummer. Wir holen es ab.**

*Dienstag 11:00 bis 13:00 Uhr*

### 2. Kaffee und Kino

Eintritt: 6,00 inkl. Kaffee und Kuchen \*KHS

**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

*Dienstag 10:00 bis 13:00 Uhr*

### 2. Lego-Roboter-Workshop

Ihr wolltet schon immer mal einen Roboter programmieren? Dann kommt und lernt mit uns LEGO-Roboter zu programmieren. Meldet euch unter [stbgarath@duesseldorf.de](mailto:stbgarath@duesseldorf.de) an. Das Angebot ist für alle ab 10 und für euch kostenfrei. \*Bücherei

Denn auch wenn Roboter viele Aufgaben schon selbst erledigen können, müssen sie noch programmiert werden – und zwar von euch! Baut und programmiert eure Roboter bei uns und macht sie zum Beispiel zu Break-Dance-Maschinen, Wettervorhersagen oder was ganz Neuem.

Bringt euch gern Verpflegung mit. Getränke stellen zur Verfügung.

**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**

*Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr*

### 2. Waffel-Café

Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig.

Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus

**zentrum plus - Begegnungscafé**

*Mittwoch 10:00 bis 11:00 Uhr*

### 3. Oster-Bilderbuchkino

Für alle ab 3 Jahre eine Ostergeschichte zum Lauschen und eine Kreativaktion im Anschluss.

\*Bücherei

**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**

*Mittwoch 10:30 bis 12:00 Uhr*

### 3. Handy, Tablet & Laptop-Gruppe

Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Bilov Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus

**zentrum plus - Gruppenraum**



**Robbe Puck**  
[www.fewo-extra.de/robbe-puck-un-554.php](http://www.fewo-extra.de/robbe-puck-un-554.php)  
Die Ferienwohnung " Robbe Puck " in Norden-Norddeich bietet ihnen für 4 Personen Platz – eine weitere Person auf Anfrage !!

Von dieser Wohnung aus, gelangen Sie in kürzester Zeit zum Erlebnisbad „Ocean Wave“, zum Meer bzw. Strand.

Der Deich mit seiner Promenade ist ebenfalls nur einen kurzen Spaziergang (ca. 7 Minuten) entfernt.

**Buchen Sie Ihre Unterkunft online!**

- 4.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**„Kreativität trifft 3D-Stift“**  
In unserem 3D-Stift-Workshop lernt ihr die Handhabung des Stifts und wir zeigen euch, wie ihr tolle Objekte herstellen könnt. Selbstverständlich dürft ihr sie dann mit nach Hause nehmen. Meldet euch unter [stbgarath@duesseldorf.de](mailto:stbgarath@duesseldorf.de) an. Das Angebot ist für alle ab 7 und für euch kostenfrei.  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 4.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 4.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 5.** *Freitag 16:00 bis 18:00 Uhr*  
**Einzelberatung zu Fragen rund um Handy, Tablet und Co.**  
Herr Bilov hat Zeit für Sie und Ihre Fragen. Unter der Tel. 60 25 481 können Sie sich Ihr Zeitfenster buchen und Ihre Fragen beantworten lassen. \*Zentrum Plus  
**zentrum plus- Netzbüro**
- 6.** *Dienstag 10:00 bis 13:00 Uhr*  
**Trödelmarkt für Kindersachen**  
Alles rund ums Kind Second Hand: Kleidung, Schuhe, Spielzeug, Fahrräder/Roller, Bücher, CDs/ DVDs, Babyzubehör, Kinderwagen u.v.m. \*SOS  
**SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga**
- 7.** *Sonntag 11:00 bis 12:00 Uhr*  
**Jubelkommunion**  
alle die vor 50, 60 oder mehr runden Jahren zur Erstkommunion gegangen sind, sind eingeladen, sich anzumelden. \*St. Matthäus  
**St. Matthäus, René-Schickele-Str. 6**
- 7.** *Sonntag 15:00 bis 18:00 Uhr*  
**Tanztee**  
prüfen Sie den neuen Tanzboden im KHS auf seine Tauglichkeit bei Live-Musik. Kostenbeitrag 8,00 € incl. frischen Kaffee und ein Stück selbstgebackene Kuchen. \*TT  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 8.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 9.** *Dienstag 9:30 bis 11:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück**  
NEU! NEU! Das beliebte Stadtteilfrühstück findet jetzt 2x im Monat statt! Jetzt immer am 2. und am letzten Di im Monat. Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 9.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 € Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 9.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

- 10.** *Mittwoch 10:00 bis 11:00 Uhr*  
**Lachyoga**  
Einmal im Monat wird gelacht! Die Lachyogatrainerin Fr. Dombrowsky lädt zum Lachen ein! Kosten: keine Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 10.** *Mittwoch 15:00 bis 17:00 Uhr*  
**Repaircafé**  
Am 2. Mittwoch im Monat + Kaffeetrinken vor Ort Was macht man mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert, einer Lampe die nicht mehr brennt? Man bringt sie zur kostenlosen Reparatur ins Repaircafé. Während unser Team ihre Geräte repariert können Sie einen Kaffee trinken. Informationen unter: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 11.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 11.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 11.** *Donnerstag 19:00 bis Uhr*  
**BIG-Jahreshauptversammlung**  
Diese JHV ist turnusmäßig mit Wahlen verbunden. Durch den Rücktritt unseres Vorsitzenden wird sich der Vorstand komplett neu aufstellen. Um den Verein weiterführen zu können, suchen wir interessierte Mitglieder. Bitten um Meldungen an den Vorstand. \*BIG  
**Zentrum Plus, Begegnungsstätte, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf**
- 11.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 12.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 12.** *Freitag 19:00 bis 21:00 Uhr*  
**Heimatabend**  
Monatl. Heimatabend der Garather Jonges (Gäste sind herzlich willkommen) \*GJ  
**Vereinshaus der Garather Jonges, Koblenzer Str. 133, 40595 Düsseldorf (Bezirkssportanlage des GSV)**
- 12.** *Freitag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Hagen Rether: Liebe**  
Kabarett – Eintritt: 28,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 15.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 15.** *Montag 14:00 bis Uhr*  
**Lesung Erich Kästners Gedichte**  
Fr. Hallen-Scholten und Fr. Garbe-Bresztowszky von Mimento lesen Gedichte von Erich Kästner vor. Gönnen Sie sich ein wohlführendes Vergnügen für das Herz und die Seele. \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**

- 16.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 16.** *Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Waffel-Café**  
Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig.  
Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 16.** *Dienstag 15:00 bis 16:00 Uhr*  
**Spielraumtheater: Traumfresserchen**  
Kindertheater ab 4 Jahre – Eintritt 4,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 16.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

**Getränkeliieferservice.**  
Garath | Benrath | Urdenbach | Hellerhof | Reisholz **Ergin**

Emil-Barth-Strasse 61  
40595 Düsseldorf  
Telefon: 0211 - 36184885  
Telefax: 0211 - 36184873  
Mobil: 0177 - 4021267

[www.getraenke-ergin.de](http://www.getraenke-ergin.de)



- 17.** *Mittwoch 10:30 bis 12:00 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Bilov Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 17.** *Mittwoch 15:30 bis 17:00 Uhr*  
**Gaming- Nachmittag**  
Kommt vorbei und zockt mit uns eine Runde an der Switch. Ob Klassiker wie Autorennen oder neue kooperative Post- und Umzugsspiele, die ihr nur im Team gewinnt. Hier könnt ihr es ausprobieren. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**

18. **Stadtteilspaziergang**

Donnerstag 14:00 bis 16:00 Uhr

Entdecken Sie Garath (neu) und lernen Sie Ihren Stadtteil von einer anderen Seite kennen. Anmeldung erwünscht unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - am Eingang**

18. **Kino**

Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr

Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

18. **Monatsversammlung: „Wie Logopädie im Alter unterstützen kann: Sprach-, Sprech- und Schlucktherapie“**

Donnerstag 20:00 bis 21:30 Uhr

Referentin: Celine Schilaski, Staatlich anerkannte Logopädin, Bachelor of Science – angewandte Therapiewissenschaften \*BVH  
**ev. Gemeindezentrum Hellerhof, Dresdener Str. 63**

18. **Kino**

Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr

Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

**OPTIK RÖSENER**

Wolfgang-Döring-Straße 4  
40595 Düsseldorf (Garath)  
Tel. 0211 - 708989  
[www.roesener.com](http://www.roesener.com)

JEDES GLAS EIN MEISTERWERK –  
DAS RODENSTOCK MARKENZEICHEN  
BÜRGT FÜR QUALITÄT UND 100 %  
DEUTSCHE INGENIEURSKUNST.

100% Marken- und Meisterwerk, 100% Meisterwerkgarantie.  
Wir beraten Sie gerne bei allen Fragen zu Ihrem individuellen Sehkonzept.  
Kontakt: [info@roesener.com](mailto:info@roesener.com)

**RODENSTOCK**  
Das heißt. Gute Optik.

- 19.** *Freitag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Nostalgiecafé**  
Gemeinsam schauen wir einen amüsanten Film. Mit Kaffee und Kuchen. Ort: Begegnungscafé  
Kostenbeitrag: 3,50€ Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 19.** *Freitag 15:30 bis 17:00 Uhr*  
**Gaming- Nachmittag**  
Kommt vorbei und zockt mit uns eine Runde an der Switch. Ob Klassiker wie Autorennen oder neue kooperative Post- und Umzugsspiele, die ihr nur im Team gewinnt. Hier könnt ihr es ausprobieren. \*Bücherei  
**Stadtbücherei Garath, Fritz-Erler-Str. 21 40595 Düsseldorf**
- 19.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 21.** *Sonntag 14:00 bis 17:00 Uhr*  
**Kirche kunterbunt**  
Für Familien: Aktiv sein, kreativ sein, Gottesdienst feiern, gemeinsam Essen \*St. Matthäus  
**St. Matthäus, René-Schickele-Str. 4**
- 22.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 23.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 23.** *Dienstag 14:00 bis 16:00 Uhr*  
**Angehörigengesprächskreis**  
Für Dich! Angehörigengesprächskreis von Menschen mit Demenz. Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung möglich. Informationen & Anmeldung: 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 23.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 23.** *Dienstag 16:00 bis Uhr*  
**Konzert am Flügel mit Herrn Nachtigal**  
Eintritt ist frei. Keine Anmeldung erforderlich Informationen unter: 0211 758 480 \*Zentrum Plus  
**Otto- Ohl- Haus**
- 24.** *Mittwoch 9:15 bis Uhr*  
**Tageswanderung mit Herr Rösler**  
Gemeinsames wandern mit dem Wanderführer Herr Rösler. Informationen unter 0211 60 25 481  
\*Zentrum Plus  
**9:15 Uhr Treffen am S-Bahnhof Garath**
- 24.** *Mittwoch 10:00 bis 12:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück Hellerhof**  
Jung und Alt treffen sich bei leckeren Brötchen und Kaffee zum gemeinsamen Austausch, Veranstalter: JFE St. Matthäus und Bürgerverein Hellerhof e. V. \*BVH  
**JFE St. Matthäus, Bertha-von-Suttner-Str. 17**
- 24.** *Mittwoch 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Christoph Reuter & Dominik Wagner**  
Musik – Eintritt: 17,20 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**

- 25.** *Donnerstag 10:00 bis 11:30 Uhr*  
**Handy, Tablet & Laptop-Gruppe**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 25.** *Donnerstag 17:00 bis 19:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 25.** *Donnerstag 20:00 bis 22:00 Uhr*  
**Kino**  
Eintritt: 7,00 \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 26.** *Freitag 16:30 bis 18:00 Uhr*  
**Theaterkurs für Kinder**  
9-12 Jahre, Infos unter [lina.lee@duesseldorf.de](mailto:lina.lee@duesseldorf.de) \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 28.** *Sonntag 9:30 bis 10:30 Uhr*  
**Erstkommunion**  
**St. Matthäus, René-Schickele-Str. 6**
- 29.** *Montag 10:00 bis 11:00 Uhr*  
**Dankmesse der Erstkommunionkinder**  
**St. Matthäus, René-Schickele-Str. 6**
- 29.** *Montag 11:00 bis 12:00 Uhr*  
**Seniorenrat**  
Die Seniorenvertreter\*innen für Garath und Hellerhof sind für Sie da! \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 29.** *Montag 14:00 bis 15:00 Uhr*  
**Düsseldorfer Südsinger**  
Alle sind herzlich zum gemeinsamen Singen willkommen \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 30.** *Dienstag 9:30 bis 11:00 Uhr*  
**Stadtteilfrühstück**  
Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 30.** *Dienstag 11:30 bis 13:00 Uhr*  
**Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 €  
Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Gruppenraum**
- 30.** *Dienstag 14:00 bis Uhr*  
**Modemobil**  
Wir rollen den roten Teppich aus! Das Modemobil kommt, Damen- und Herrenkleidung kann erworben werden. Die Mode wird um 14.30 Uhr in einer Live- Modenschau präsentiert! Kommen Sie vorbei. Informationen unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
**zentrum plus - Begegnungscafé**
- 30.** *Dienstag 15:00 bis 16:30 Uhr*  
**Garather Kinderparlament**  
Sprechstunde \*KHS  
**Kulturhaus Süd, Fritz-Erler-Strasse 21, 40595 Düsseldorf**
- 30.** *Dienstag 17:00 bis Uhr*  
**Sitzung der Bezirksvertretung 10**  
\*BV10 **Kulturhaus Süd / Freizeitstätte Garath, Arenasaal**

# immer montags

- 8:00-18:00** **Café Hell-Ga**  
Offener Treff mit Kinderspielzimmer. Es gibt Frühstück, Mittagessen, Kaffee, Kuchen oder Waffeln. Alles wird selbst gefertigt und frisch zubereitet. Info/Reservierung 0211/75 84 888-755 \*SOS SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:00-12:00** **Spiel- und Gesprächskreis. Interkulturelles Eltern-Kind Spiel- und Gesprächskreis**  
In dieser Gruppe treffen sich Eltern mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren. Eltern und Kinder lernen auf spielerische Art und Weise die deutsche Sprache kennen und eine Vielzahl an altersgemäßen Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten. Wir spielen gemeinsam, singen, sprechen und lernen verschiedene Kulturen kennen. Erste Erfahrungen mit Gruppenritualen und Regeln werden ermöglicht. Eltern können sich austauschen und finden in unserem Haus eine Anlaufstelle für ihre Anliegen und Hilfe zur Integration. Es geht in dieser Gruppe um die Fragen der Familien und um eine gute Zeit miteinander. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 9:00-13:00** **Integrationskurse und Prüfungen. Beratung und Anmeldung**  
Integrationskurse A1-B1. Deutsch-Tests. Prüfungen telc - Anmeldung. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 9:30-10:30** **Hula Hoop Kurs**  
Anmeldung am Empfang des SOS-Kinderdorfs \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 10:00-12:00** **Interkulturelle Elternberatung. Sprechstunden bei der Psychologin**  
Elternberatung für Eltern mit Migrationshintergrund (Wir sprechen Deutsch und Russisch) Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 10:00-13:00** **„Vergessene Welt“ Treffen für Menschen mit demenziellen Veränderungen**  
Demenzcafé zur Entlastung pflegender Angehöriger inkl. Mittagessen. Auch für russischsprachige Menschen! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481. \*Zentrum Plus  
Otto- Ohl- Haus
- 10:00-15:00** **Foodsharing**  
Lebensmittel retten statt wegwerfen. \*Zentrum Plus  
zentrum plus
- 11:00-12:00** **Seniorenrat letzter Montag**  
Die Seniorenvertreter\*innen für Garath und Hellerhof sind für Sie da! Termine 2024: 29.01., 26.02., 25.03.,29.04. \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 12:00-13:00** **Mittagstisch**  
Frisch gekochtes Mittagsmenü für 5€. Anmeldung erforderlich: Mo. bis 9 Uhr, für Mi. und Fr. am Vortag bis 15 Uhr unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 12:00-14:00** **Büchertausch**  
Die letzte Seite ausgelesen, aber wohin mit dem Buch? Schenken Sie Ihren Büchern ein zweites Leben! Unser Bücherregal im Begegnungscafé „zentrum plus“ lädt zum Tausch, Autausch und Mitnehmen ein! \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 13:00** **Kettenkurs**  
In netter Gesellschaft werden Ketten und Armbänder angefertigt. Kosten z.B. für eine Kette 15€  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Kursleitung: Fr. Becker \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Gruppenraum
- 14:00-16:00** **Skat**  
Skat spielen in geselliger Runde. Mitspielende sind willkommen! Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
zentrum plus- Begegnungscafé

## immer montags

- 15:00-16:30 Zwergenkochen mit Eltern**  
ab 2 J. mit Clarissa, Anmeldung 0152 31969903 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 17:30-18:30 Wirbelsäulengymnastik beim GSV**  
Gymnastikhalle, Grundschule \*GSV  
Neustrelitzer Str. 10
- 18:00-19:00 Frauenfitness beim GSV**  
Gymnastikhalle, Grundschule \*GSV  
Adam-Stegerwald-Str. 14
- 18:00-19:30 Garather Sportverein Judo**  
Judo beim GSV Anfänger u. fortgeschrittene Kinder \*GSV  
Willi-Fährmann-Grundschule, Ricarda-Huch-Str.1
- 18:00-19:30 Querflötenkreis „Durch den Wind“**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 18:00-20:00 Senioren-Theater „Balagan“**  
Deutsch-Russische Theaterstücke. Lustige kleine Geschichten schreiben, vorlesen, darstellen. Für Deutsch- und Russischsprachigen ab 50 Jahre. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50.  
Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 18.30-19.30 Fitnesstraining**  
Anmeldung Fr. Stelzmann 0163 56921 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 19:30-21:00 Garather Sportverein Judo**  
Judo beim GSV Anfänger u. fortgeschrittene Erwachsene, Kata-Training \*GSV  
Willi-Fährmann-Grundschule, Ricarda-Huch-Str.1
- 19:30-21:30 Gymnastik/Indiaca**  
funktionale Ganzkörper-Gymnastik; anschließend Indiaca \*GSV  
Sporthalle links der Gesamtschule Stettiner Straße
- 19:30-21:45 Gynastik und Indiaca beim GSV**  
Turnhalle rechts, Gesamtschule \*GSV  
Stettiner Str. 98
- 20:00-21:30 Zeit für MICH**  
Frauentreff mit tollem Programm, kostenlos, Info/Anmeldung im MGH \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 20:00-21:30 Chorprobe Joyful Voices e.V. Düsseldorf**  
Wöchentliche Chorprobe (Schnupperer sind herzlich willkommen) \*Joyful Voices  
Johanneshaus, nach Klavierumzug Matthäushaus: René-Schickele-Str. 4, 40595 Düsseldorf
- 20:00-22:00 vox humana - Chorsensamble**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof



Familienrecht · Zivilrecht · Miet- & WEG-Recht · Seniorenrecht



Fachanwältin für Familienrecht

**Kanzlei:** Carlo-Schmid-Straße 1 · 40595 Düsseldorf-Hellerhof  
T: 02 11/16 842 833 · Mail: mg@anwalt-groth.de · www.anwalt-groth.de  
Mo-Do: 9-13 u. 15-18 Uhr · Fr: 9-13 u. 15-16 Uhr · Sa: nach Vereinbarung



# immer dienstags

- 8:00-18:00 Café Hell-Ga**  
Offener Treff mit Kinderspielzimmer. Es gibt Frühstück, Mittagessen, Kaffee, Kuchen oder Waffeln. Alles wird selbst gefertigt und frisch zubereitet. Info/Reservierung 0211/75 84 888-755 \*SOS SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:00-10:30 Die Kleinkinder Waldgruppe**  
Waldspielgruppe für Kleinkinder, Anmeldung bei Katharina Phippsen, +49 160 90786499 \*SOS SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:00-12:00 Spiel- und Gesprächskreis. Interkulturelles Eltern-Kind Spiel- und Gesprächskreis**  
In dieser Gruppe treffen sich Eltern mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren. Eltern und Kinder lernen auf spielerische Art und Weise die deutsche Sprache kennen und eine Vielzahl an altersgemäßen Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten. Wir spielen gemeinsam, singen, sprechen und lernen verschiedene Kulturen kennen. Erste Erfahrungen mit Gruppenritualen und Regeln werden ermöglicht. Eltern können sich austauschen und finden in unserem Haus eine Anlaufstelle für ihre Anliegen und Hilfe zur Integration. Es geht in dieser Gruppe um die Fragen der Familien und um eine gute Zeit miteinander. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top, Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 9:00-10:30 Krabbel- und Spielgruppe**  
Bilinguale ElternKindSpielgruppe, Deutsch-Russisch , Anmeldung im MGH 0211/75 84 888-755 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:30-11:00 Stadtteilfrühstück 2. und letzter Dienstag**  
NEU! NEU!Das beliebte Stadtteilfrühstück findet jetzt 2x im Monat statt! Jetzt immer am 2. und am letzten Di im Monat. Für 4,-€ bekommen Sie ein leckeres Frühstück und Kaffee/Tee. Nur mit Anmeldung, begrenzte Plätze! Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus zentrum plus - Begegnungscafé
- 10:00-17:00 Kindersachen Second Hand Laden**  
Alles rund ums Kind: Kleidung, Schuhe, Spielzeug,, CDs/DVDs, Babyzubehör u.v.m. \*SOS SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 10:00-12:00 Die Hebammensprechstunde**  
Hebamme B. Hoebel, Birgit.Hoebel@sos-kinderdorf.de \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 10:00-15:00 Foodsharing**  
Lebensmittel retten statt wegwerfen. \*Zentrum Plus  
zentrum plus
- 10:00-12:00 Café Kinderwagen**  
Hebammensprechstunde und Schwangerenstammtisch, B. Hoebel SOS-Hebamme, Birgit. Hoebel@sos-kinderdorf.de \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 10:30-12:00 Krabbelgruppe**  
Baby Spielgruppe, Anmeldung bei Katharina Phippsen, +49 160 90786499 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 10:30-12:00 Englisch Level A2 für Anfänger mit guten Vorkenntnissen**  
Kursleitung: Frau Renate Krauß. Kurse finden statt vom 09.01.-06.02. und 12.03.-14.05.2024  
Kosten: 60€ für 10 Kurseinheiten, Schnupperstunde möglich. Informationen und Anmeldung unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
zentrum plus-Gruppenraum
- 11:00-18:00 Berufsberatung**  
Beratungsstelle für Berufsberatung, Bildungscheck, Bildungsprämie, Beratung zur beruflichen Entwicklung, Fachberatung zur Anerkennung im Ausland Erworbene Berufsqualifikation. Termine nur nach telefonische Vereinbarung: \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top, Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 11:30-13:00 Deutschkonversation**  
Ein Gesprächskreis in kleiner Runde zu Themen des Alltags für Migrant:innen. Umlage einmalig 2 € Informationen unter 0211 60 254 81 Ansprechpartner Herr Vogel \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Gruppenraum

- 13:00-14:00 Babymassage**  
Hebamme B. Hoebel, Birgit.Hoebel@sos-kinderdorf.de \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 13:15-14:45 Englisch Level B1 Englisch für Fortgeschrittene**  
Kursleitung: Frau Renate Krauß. Kurse finden statt vom 9.01.-06.02. und 12.03.-14.05.2024  
Kosten: 60€ für 10 Kurseinheiten, Schnupperstunde möglich. Informationen und Anmeldung  
unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
zentrum plus-Gruppenraum
- 14:00-16:00 Strickcafé**  
Ansprechpartnerin: Frau Kilic; Informationen unter 0211 6025481 Gäste sind immer gerne gesehen!  
Start: 09.01.24 \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 14:00-16:00 Waffel-Café 1. und 3. Dienstag**  
Ob nur mit Puderzucker oder mit Vanilleeis, heißen Kirschen oder allem! Frisch gebacken nach  
unserem Hausrezept mit Kaffee oder Tee! Keine Anmeldung nötig. Informationen unter 0211 60  
254 81 \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 15:00-16:00 Sozialverband VdK -Beratung 1. Dienstag**  
Ansprechpartner: Günter Meier. Informationen unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
zentrum plus
- 15:00-17:00 Spielekreis für Erwachsene alle 14 Tage dienstags (09.01.,  
23.01. usw.)**  
Karten-, Würfel- oder Gesellschaftsspiele, Kaffee u. Kuchen, \*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 15:00-16:30 Englisch für Anfänger**  
Kursleitung: Frau Renate Krauß, Kurse finden statt vom 9.01.-06.02. und 12.03.-14.05.2024  
Kosten: 60€ für 10 Kurseinheiten, Schnupperstunde möglich. Informationen und Anmeldung  
unter 0211 6025481 \*Zentrum Plus  
zentrum plus-Gruppenraum
- 15:00-18:00 Probleme in der Schule? Beratung für Lernförderung, BuT und  
Nachhilfe**  
Nachhilfe, kostenfreie Lernförderung für Schüler in allen Schulfächer. Lernförderung - Antragstel-  
lung. BuT-Antragstellung. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 15:30-18:00 Ukraine Treff**  
Ein offener Treff für Ukrainer und natürlich für alle die unterstützen und helfen wollen. \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 15:30-17:00 SOS-Dorfmaschen Stricktreff**  
Stricken, Häkeln und Söckchen für die Hebamme. Kostenlos ohne Anmldg. \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 16:00-18:00 Kinderkoch-und Backwerkstatt**  
Kochen und Backen für Kinder. Eltern können in der Zeit gerne unser Café genießen. Anmeldung  
bei Clarissa 0152 31969903 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 17:00-18:00 Frauenfitness beim GSV**  
Gymnastikhalle, Willi-Fährmann-Grundschule \*GSV  
Ricarda-Huch-Str. 1
- 18:00-20:00 Kinderturnen beim GSV**  
Gymnastikhalle, Grundschule \*GSV  
Stettiner Str. 98
- 18:00-20:00 Funktionsgymnastik beim GSV**  
Turnhalle rechts, Gesamtschule \*GSV  
Stettiner Str. 98

- 18:00-19:00 Beratung Patenschaften. Für Ehrenamtliche und Mentis**  
MENTOREN-PROGRAMM. Manchen Menschen fehlen Bezugspersonen, von denen sie im Alltag oder auf ihrem Bildungsweg Unterstützung bekommen können. Über zwischenmenschlichen Kontakt bei ganz alltäglichen Dingen können Patenschaften diese Lücke schließen. Sie verbessern dadurch Teilhabechancen und führen zu mehr Bildungsgerechtigkeit. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 18:00-19:30 Garather Sportverein Judo**  
Judo beim GSV Anfänger u. fortgeschrittene Kinder \*GSV  
Willi-Fährmann-Grundschule, Ricarda-Huch-Str.1
- 18:45-19:30 Jungbläserkreis „Brass Kids“**  
\*ev. Kirche  
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche



**SERVICE-STATION**  
Fon: 0211-709193

Wir erledigen alles rund um ihr Auto

Michael Dahlke | Reinhold-Schneider-Str. 13  
Mobil: 0177-3112296 | 40595 Düsseldorf  
Fax: 0211-7394666

- 19:00-21:00 Ökumenischer Bibelkreis 2. u. 4. Dienstag im Monat**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 19:30-20:30 Groove Dance Workout**  
Tanzen wie man selber möchte - ohne einstudierte Schritte. \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 19:30-21:00 Garather Sportverein Judo**  
Judo und Selbstverteidigung beim GSV Anfänger u. fortgeschrittene Erwachsene \*GSV  
Willi-Fährmann-Grundschule, Ricarda-Huch-Str.1
- 19:30 Bläserkreis „Beton u. Blech“**  
\*ev. Kirche  
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche
- 20:00-22:00 Turnen für Erwachsene**  
Gymnastikhalle, Grundschule \*GSV  
Stettiner Str. 98
- 20:00 Männerkreis 1. Dienstag im Monat ; Ausnahme Januar: Treff am 09.01.2024**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof

# immer mittwochs

- 8:00-18:00 Café Hell-Ga**  
Offener Treff mit Kinderspielzimmer. Es gibt Frühstück, Mittagessen, Kaffee, Kuchen oder Waffeln. Alles wird selbst gefertigt und frisch zubereitet. Info/Reservierung 0211/75 84 888-755 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:00-12:00 Spiel- und Gesprächskreis. Interkulturelles Eltern-Kind Spiel- und Gesprächskreis**  
In dieser Gruppe treffen sich Eltern mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren. Eltern und Kinder lernen auf spielerische Art und Weise die deutsche Sprache kennen und eine Vielzahl an altersgemäßen Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten. Wir spielen gemeinsam, singen, sprechen und lernen verschiedene Kulturen kennen. Erste Erfahrungen mit Gruppenritualen und Regeln werden ermöglicht. Eltern können sich austauschen und finden in unserem Haus eine Anlaufstelle für ihre Anliegen und Hilfe zur Integration. Es geht in dieser Gruppe um die Fragen der Familien und um eine gute Zeit miteinander. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 9:00-10:30 Spielgruppe**  
Spiel- und Kontaktgruppe für Kleinkinder, Anmeldung bei Katharina Philipsen, +49 160 90786499 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:15 Frauenfrühstück der Frauenhilfe 2. Mittwoch im Monat**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 9:15 Wandern mit Herrn Behne oder Herrn Rösler letzter Mittwoch oder Samstag**  
Gemeinsames Wandern mit den Wanderführern Herrn Behne oder Herrn Rösler. Termine unter 0211/60 25 481 \*Zentrum Plus  
9:15 Uhr Treffen am S-Bahnhof Garath
- 10:00-12:00 Integrationsagentur Kin-Top. Beratung**  
Bedarfsgerechte Integrationsarbeit, Projektplanung, Bürgerschaftliches Engagement, Interkulturelle Öffnung, Interkultureller Dialog. Termine nur nach telefonische Vereinbarung: 0179 122 97 50. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 10:00-15:00 Foodsharing**  
Lebensmittel retten statt wegwerfen. \*Zentrum Plus  
zentrum plus
- 10:30-12:00 Krabbelgruppe**  
Baby Spielgruppe, Anmeldung bei Katharina Philipsen, +49 160 90786499 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 11:00-12:30 Handy, Tablet & Laptop-Gruppe 1. und 3. Mittwoch**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitungen: Herr Fuchs \*Zentrum Plus
- 12:00-14:00 Büchertausch**  
Die letzte Seite ausgelesen, aber wohin mit dem Buch? Schenken Sie Ihren Büchern ein zweites Leben! Unser Bücherregal im Begegnungscafé „zentrum plus“ lädt zum Tausch, Autausch und Mitnehmen ein! \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 12:00-13:00 Mittagstisch**  
Frisch gekochtes Mittagsmenü für 5€. Anmeldung erforderlich: Mo. bis 9 Uhr, für Mi. und Fr. am Vortag bis 15 Uhr unter 0211 60 25 4781 \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 13:00-16:00 Interkulturelles Senioren-Lesekreis**  
Bibliothek, Bücherleih in Russisch und Deutsch für Senioren, Familien und Kinder \*Kin-Top  
Treffpunkt Kin-Top, Fritz-Erler-Str. 14, 40595 Düsseldorf

- 14:00-15:00 Ein Entspannungskurs**  
Erlernen Sie Methoden und Techniken zur erfolgreichen Entspannung. \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 14:00 Doppelkopf 3. Mittwoch**  
Re oder Kontra? Fuchsjäger und Kreuzdamen treffen sich zum gemeinsamen Zocken. Teilnahme jeder Zeit möglich. Informationen und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 14:30-16:30 Seniorennachmittag**  
Kaffee, Kuchen, Spielen, Klönen, Singen... \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 15:00-16:00 Hausaufgabenhilfe „Jedem Kind seine Chance“**  
Englisch für Schüler Kl. 1-5. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 15:00-17:00 Repaircafé 2. Mittwoch**  
Am 2. Mittwoch im Monat + Kaffeetrinken vor Ort Was macht man mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert, einer Lampe die nicht mehr brennt? Man bringt sie zur kostenlosen Reparatur ins Repaircafé. Während unser Team ihre Geräte repariert können Sie einen Kaffee trinken.  
Informationen unter: 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 15:00-18:00 Probleme in der Schule? Beratung für Lernförderung, BuT und Nachhilfe**  
Nachhilfe, kostenfreie Lernförderung für Schüler in allen Schulfächer. Lernförderung - Antragstellung. BuT-Antragstellung. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 16:00-18:00 Interkulturelle Elternberatung- Sprachstunden**  
Elternberatung für Eltern mit Migrationshintergrund (Wir sprechen Deutsch, Arabisch, Kurdisch, Türkisch) Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 16:00-18:00 Sprachcafé f. Deutschlernende**  
Konversation über aktuelle Themen, Anmeldung bei Heidi.Heider@sos-kinderdorf.de \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 16:15-17:00 Kinderchor**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 16:30-18:00 Mal-Nest**  
Voranmeldung bei Katrin v. Lettow, 0176-12606803 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 17:30-18:15 Blockflötenkreis „Holz und Wind“**  
\*ev. Kirche  
Gemeindehaus Dietrich-Bonhoeffer-Kirche
- 17:00-18:00 Wirbelsäulengymnastik beim GSV**  
Gymnastikhalle, Grundschule \*GSV  
Josef-Klesattel-Str. 13
- 18:00-19:00 Deutschkurs für Ukrainer**  
Ein Deutsch-Kurs für ukrainische Flüchtlinge \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 18:30-19:30 Querflötenkreis „Kreuz und Quer“**  
\*ev. Kirche  
Gemeindehaus Dietrich-Bonhoeffer-Kirche

## immer mittwochs

- 18:30-20:00** **Rossini-Reise alle 14 Tage mittwochs Beginn 03.01.2024**  
Bewegte Meditation zu Musik  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 18:30-20:30** **Mod. Körpertraining beim GSV**  
Gymnastikhalle, Grundschule \*GSV  
Neustrelitzer Str. 10
- 19:00-20:00** **Frauenfitness beim GSV**  
Gymnastikhalle, Willi-Fährmann-Grundschule \*GSV  
Ricarda-Huch-Str. 1
- 19:00-20:00** **Hula Hoop Kurs**  
Anmeldung am Empfang des SOS-Kinderdorfs \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 20:00-22:00** **Indiaca**  
Rückschlagspiel mit federballähnlichem Spielgerät nach grundlegenden Regeln des Volleyballspiels \*GSV  
Sporthalle links der Gesamtschule Stettiner Straße
- 20:00-21:45** **Garather Chor**  
\*ev. Kirche  
Gemeindehaus Dietrich-Bonhoeffer-Kirche
- 20:00-21:45** **Indiaca beim GSV**  
Turnhalle rechts, Gesamtschule \*GSV  
Stettiner Str. 98

## IHRE ZAHNÄRZTE IN DÜSSELDORF



ZAHNÄRZTE-TEAM

auch  
samstags  
geöffnet

### Behandlung von Angstpatienten

Implantologie, Kieferorthopädie, Parodontologie,  
Prophylaxe, Ästhetischer Zahnersatz

**Telefon 0211 - 21 09 500 0**

Rostocker Str. 18 | 40595 Düsseldorf  
[www.apollonia-praxisklinik.de](http://www.apollonia-praxisklinik.de)

  
**APOLLONIA**  
Praxisklinik für Zahnheilkunde

# immer donnerstags

- 8:00-18:00** **Café Hell-Ga**  
Offener Treff mit Kinderspielzimmer. Es gibt Frühstück, Mittagessen, Kaffee, Kuchen oder Waffeln. Alles wird selbst gefertigt und frisch zubereitet. Info/Reservierung 0211/75 84 888-755 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:00-12:00** **Spiel- und Gesprächskreis. Interkulturelles Eltern-Kind Spiel- und Gesprächskreis**  
In dieser Gruppe treffen sich Eltern mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren. Eltern und Kinder lernen auf spielerische Art und Weise die deutsche Sprache kennen und eine Vielzahl an altersgemäßen Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten. Wir spielen gemeinsam, singen, sprechen und lernen verschiedene Kulturen kennen. Erste Erfahrungen mit Gruppenritualen und Regeln werden ermöglicht. Eltern können sich austauschen und finden in unserem Haus eine Anlaufstelle für ihre Anliegen und Hilfe zur Integration. Es geht in dieser Gruppe um die Fragen der Familien und um eine gute Zeit miteinander. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 9:00-10:30** **Krabbelgruppe**  
Baby Spielgruppe, Anmeldung bei Katharina Philipsen, +49 160 90786499 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:30** **Frauenbibelkreis 1. u. 3. Donnerstag im Monat**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 9:45-10:45** **Sturzprävention I**  
Übungen zur Stärkung der Muskulatur und Förderung der Beweglichkeit, um Stürze zu vermeiden. Insbesondere für Menschen geeignet, die körperlich eingeschränkt sind oder/und Gleichgewichtsprobleme haben. Schnuppertermin möglich! Kosten: 3€/Stunde Kursleiterin: Fr. Beckmann  
Anmeldung erforderlich unter 0211 6025481. Start 11.1.2024 \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 10:00-11:30** **Nordic Walking Gruppe**  
Nordic-Walking-Gruppe .Jeden Donnerstag walken wir gemeinsam . Jede\*r kann mitmachen. Interessierte sind jederzeit willkommen. Infos und Anmeldung (kostenfrei) unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
Eingang vor dem zentrum plus
- 10:00-12:00** **Müttergesprächskreis für Deutsch-Arabisch**  
Wir besprechen viele Themen, wie Schule, Erziehung, Gesundheit, Kindergarten. Kinder sind auch willkommen! Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 10:00-15:00** **Foodsharing**  
Lebensmittel retten statt wegwerfen. \*Zentrum Plus  
zentrum plus
- 10:00-11:30** **Handy, Tablet & Laptop-Gruppe 2. und 4. Donnerstag**  
Alle zwei Wochen findet ein Angebot zu Themen der Digitalisierung statt. Bitte eigene Geräte mitbringen. Teilnahme nur mit vorheriger, verbindlicher Anmeldung! Kursleitung: Herr Mattikau  
\*Zentrum Plus
- 10:30-12:00** **Senioren Fitnessgruppe**  
Anmeldung bei Kerstin Strey, Zuschuss bei Pflegegrad \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 10:30-12:00** **Spielgruppe**  
Spiel- und Kontaktgruppe für Kleinkinder, Angebot Familienzentrum, Anmeldung bei Katharina, +49 160 90786499 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 11:00-12:00** **Sturzprävention II**  
Übungen zur Stärkung der Muskulatur und Förderung der Beweglichkeit, um Stürze zu vermeiden. Insbesondere für Menschen geeignet, die körperlich eingeschränkt sind oder/und Gleichgewichtsprobleme haben. Schnuppertermin möglich! Kosten: 3€/Stunde Kursleiterin: Fr. Beckmann  
Anmeldung erforderlich unter 0211 60 25 481. Start 11.1.2024 \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé

## immer donnerstags

- 12:00-14:00 Tischtennis**  
Endlich wieder Tischtennis! Gemeinsam Tischtennis spielen macht Spaß! 12-13 Uhr für Frauen; 13-14 Uhr für Männer. Kosten 1,-€ pro Stunde im Kulturhaus SÜD-Freizeitstätte Garath. Kursleiterin Frau Behne Infos und Anmeldung unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus
- 12:00-14:00 Info Alltagsunterstützung Senioren**  
Anmeldung bei Kerstin Strey \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 13:00-18:00 Integrationskurse und Prüfungen. Beratung und Anmeldung**  
Integrationskurse A1-B1. Deutsch-Tests. Prüfungen telc - Anmeldung. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 13:00-17:00 Kindersachen Second Hand Laden**  
Alles rund ums Kind: Kleidung, Schuhe, Spielzeug, CDs/DVDs, Babyzubehör u.v.m. \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 14:00-16:00 Stadtteilspaziergang 3. Donnerstag**  
Entdecken Sie Garath (neu) und lernen Sie Ihren Stadtteil von einer anderen Seite kennen. Anmeldung erwünscht unter 0211 60 25 481 \*Zentrum Plus  
zentrum plus- am Eingang
- 14:00-16:00 Steuerpflichtig?**  
Ob Sie als Rentner\*in steuerpflichtig sind, bespricht Fr. Bongartz gemeinsam mit Ihnen. Kommen Sie vorbei! Weitere Infos: 0157 7947774 \*Zentrum Plus  
zentrum plus- Netzwerkbüro
- 14:30-17:00 Seniorenclub**  
Klönen, Vorträge und Unternehmungen \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 14:30-16:00 Frische Farben für die grauen Zellen**  
Trainieren Sie Ihr Gedächtnis spielerisch in bewegter, lockerer Atmosphäre. Kosten: 5€ für 1,5 Std. wöchentlich. Kursleiterin: Frau Conen. Anmeldung erforderlich unter 0211 6025481. \*Zentrum Plus  
zentrum plus-Gruppenraum
- 15:30-17:00 Outdoor Spielgruppe**  
Waldgruppe für Kleinkinder, Anmeldung bei Katharina +49 160 90786499 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 16:00-17:00 Tanzgruppe f. Kinder 8-9 Jahre**  
Verschiedene Tanzarten. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50 \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 16:00-18:00 Trauer-Sprechstunde**  
Anmeldung bei Birgit Mahlke; Tel.Nr.: 0170-1077100 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 16:00-17:30 Spielgruppe**  
Bilinguale ElternKindSpielgruppe, Deutsch-Polnisch, Anmeldung im MGH \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 16:00-18:00 KinderBack Werkstatt**  
Anmeldung im MGH 7584888-755 \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 17:30-19:00 Präventions-u. Koronarsport beim GSV**  
Gymnastikhalle, Grundschule \*GSV  
Adam-Stegerwald-Str. 14
- 18:00-19:00 Mutter und Kindturnen beim GSV**  
Turnhalle rechts ,Gesamtschule, Nach Absprache \*GSV  
Stettiner Str. 98
- 18:00-19:30 Kinder bis 7 Jahre beim GSV**  
Turnhalle rechts, Gesamtschule \*GSV  
Stettiner Str. 98

## immer donnerstags

- 18:00-19:30 Garather Sportverein Judo**  
Judo beim GSV Anfänger u. fortgeschrittene Kinder \*GSV  
Willi-Fährmann-Grundschule, Ricarda-Huch-Str.1
- 18:15-20:00 Nordic Walking beim GSV**  
Treffpunkt: Vereinsheim \*GSV  
Koblenzer Str.
- 18:30-21:00 Frauenstammtisch 1. Do. im M.**  
Klönen, Unternehmungen und mehr \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 19:30-21:00 Garather Sportverein Judo**  
Judo beim GSV Anfänger u. fortgeschrittene Erwachsene \*GSV  
Willi-Fährmann-Grundschule, Ricarda-Huch-Str.1
- 19:30 Meditation im Alltag Info Herr Barth 70 45 44**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 19:30 Miteinander im Gespräch mit Pfarrerin Otto einmal im Monat (04.01., 29.02., 07.03...)**  
\*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 19:30-20:30 Kinder bis 10 Jahre beim GSV**  
Turnhalle rechts, Gesamtschule \*GSV  
Stettiner Str. 98
- 20:30-22:00 Turnen für Jugendliche beim GSV**  
Turnhalle rechts, Gesamtschule \*GSV  
Stettiner Str. 98



Die Bäckerei **Pass** steht für die Tradition eines Familienunternehmens. Wir arbeiten mit Liebe zur altbewährten Handwerkskunst und setzen auf natürliche Rohstoffe, ganz ohne künstliche Zusätze. Vom guten Brot bis hin zu süßen Teilchen und Kuchen: Erleben Sie **rheinische Backkunst** in unseren **Bäckereien und gemütlichen Cafés**.

In Düsseldorf, Erkrath,  
Monheim und Langenfeld.

Wir freuen uns  
auf Ihren Besuch!



@BAECKEREI\_PASS



/BAECKEREIPASS



WWW.BAECKEREI-PASS.DE

- 8:00-15:00** **Café Hell-Ga**  
Offener Treff mit Kinderspielzimmer. Es gibt Frühstück, Mittagessen, Kaffee, Kuchen oder Waffeln. Alles wird selbst gefertigt und frisch zubereitet. Info/Reservierung 0211/75 84 888-755 \*SOS SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 9:00-12:00** **Interkulturelles Eltern-Kind Spiel- und Gesprächskreis**  
In dieser Gruppe treffen sich Eltern mit Kindern im Alter von 0-6 Jahren. Eltern und Kinder lernen auf spielerische Art und Weise die deutsche Sprache kennen und eine Vielzahl an altersgemäßen Spiel- und Beschäftigungsmöglichkeiten. Wir spielen gemeinsam, singen, sprechen und lernen verschiedene Kulturen kennen. Erste Erfahrungen mit Gruppenritualen und Regeln werden ermöglicht. Eltern können sich austauschen und finden in unserem Haus eine Anlaufstelle für ihre Anliegen und Hilfe zur Integration. Es geht in dieser Gruppe um die Fragen der Familien und um eine gute Zeit miteinander. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 9:00-12:00** **Probleme in der Schule? Beratung für Lernförderung, BuT und Nachhilfe**  
Nachhilfe, kostenfreie Lernförderung für Schüler in allen Schulfächer. Lernförderung - Antragstellung. BuT-Antragstellung. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 9:30-10:30** **Krabbel- und Spielgruppe**  
Bilinguale ElternKindSpielgruppe, Deutsch-Arabisch Anmeldung im MGH \*SOS SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 10:00-11:00** **Beratung Patenschaften. Für Ehrenamtliche und Mentis**  
MENTOREN-PROGRAMM. Manchen Menschen fehlen Bezugspersonen, von denen sie im Alltag oder auf ihrem Bildungsweg Unterstützung bekommen können. Über zwischenmenschlichen Kontakt bei ganz alltäglichen Dingen können Patenschaften diese Lücke schließen. Sie verbessern dadurch Teilhabechancen und führen zu mehr Bildungsgerechtigkeit. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 10:00-12:00** **Integrationsagentur Kin-Top. Beratung**  
Bedarfsgerechte Integrationsarbeit, Projekteplanung, Bürgerschaftliches Engagement, Interkulturelle Öffnung, Interkultureller Dialog. Termine nur nach telefonische Vereinbarung: 0179 122 97 50. \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 10:00-13:00** **Foodsharing**  
Lebensmittel retten statt wegwerfen. \*Zentrum Plus  
zentrum plus
- 10:30-11:30** **Krabbel- und Spielgruppe**  
Bilinguale ElternKindSpielgruppe, Deutsch-Türkisch Anmeldung im MGH \*SOS SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 10:30-12:30** **Gesprächskreis Arabische Frauen**  
Anmeldung im MGH bei Nadiah \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 12:00-14:00** **Büchertausch**  
Die letzte Seite abgelesen, aber wohin mit dem Buch? Schenken Sie Ihren Büchern ein zweites Leben! Unser Bücherregal im Begegnungscafé „zentrum plus“ lädt zum Tausch, Austausch und Mitnehmen ein! \*Zentrum Plus  
zentrum plus - Begegnungscafé
- 14:00-16:00** **Skat**  
Skat spielen in geselliger Runde. Mitspielende sind willkommen! Informationen unter 0211 60 254 81 \*Zentrum Plus  
zentrum plus- Begegnungscafé

- 15:00-16:00 Hausaufgabenhilfe „Jedem Kind seine Chance“**  
Englisch für Schüler Kl. 6-12. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Online
- 15:30-17:00 Mittelalterzwerge**  
Freude, Spiel und Kreatives für Kinder ab 8 Jahren, Anmeldung im MGH \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 16:00-17:30 Kleine Fische**  
Kindergruppe für 6-10-jährige \*ev. Kirche  
Ev. Gemeindezentrum Hellerhof
- 16:00-17:00 Hausaufgabenhilfe „Jedem Kind seine Chance“**  
Deutsch für Schüler Kl. 1-5. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 17:00-18:30 Fitness am Freitag - der Yoga Kurs**  
Anmeldung bei Elke Kirchhoff \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 18:00-20:00 Mittelalter Stammtisch**  
Anmeldung im MGH \*SOS  
SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga
- 18:00-19:00 Kunstprojekt „Die Erde ist unser gemeinsames Haus“**  
Wir entwerfen Plakate zum Thema und veranstalten am Ende des Projektes eine Ausstellung. Für Kinder und Jugendlichen von 9 bis 16 Jahren. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf



## Zukunft sozial gestalten

Bundesweit über 2,1 Millionen Mitglieder. In NRW sind es 385.000 - organisiert in 43 Kreisverbänden und 800 Ortsverbänden. Der Kreisverband Düsseldorf mit Sitz an der Elisabethstraße 51, 40217 Düsseldorf zählt derzeit über 9.200 Mitglieder (Stand: Dezember 2021)

### Als VdK-Mitglied profitieren Sie von folgenden Service-Angeboten:

- ◆ Beratung in allen sozialrechtlichen Fragen vom Schwerbehinderten- bis zum Rentenrecht
- ◆ Rechtsvertretung vor den Sozialgerichten, dem Landessozialgericht, dem Bundessozialgericht
- ◆ Verbandseigenes Kur- und Erholungshotel u.v.m...

Der Mitgliedsbeitrag beträgt 5,50 Euro pro Monat und beinhaltet u. a. die kostenlose Zustellung der VdK-Zeitung.

### Kontakt

#### Ortsverband Benrath-Garath

Besuchen Sie uns im Internet: [www.vdk.de/ov-benrath-garath](http://www.vdk.de/ov-benrath-garath)

im Facebook: [www.facebook.com/vdk.1948](https://www.facebook.com/vdk.1948)

E-Mail: [ov-benrath-garath@vdk.de](mailto:ov-benrath-garath@vdk.de)

### Unsere Sprechstunden

Jeden 1. Montag im Monat im Rathaus Benrath  
von 16.30 - 18.00 Uhr (nur werktags)  
Jedenersten Dienstag im Monat in der Freizeitsstätte  
Garath, Fritz-Erler-Straße 21  
von 15.00 - 16.00 Uhr (nur werktags)  
STAMMTISCH:  
Jeden 3. Freitag im Monat halten wir einen  
Stammtisch in der Gaststätte Fuchs in Benrath ab.  
Börchemstr.18, Telefon: 0211 30293611  
(Es finden keine Beratungen statt).

➡ Werden Sie Mitglied !!

- 9:15 Wandern mit Herrn Behne oder Herrn Rösler letzter Mittwoch oder Samstag**  
Gemeinsames Wandern mit den Wanderführern Herrn Behne oder Herrn Rösler. Termine unter 0211/60 25 481 \*Zentrum Plus  
9:15 Uhr Treffen am S-Bahnhof Garath
- 10:00-11:00 Tanzgruppe f. Kinder 5-7 Jahre**  
Verschiedene Tanzarten. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50 \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 10:00-11:30 RecTime 1. Samstag im Monat**  
Blockflötenkreis für Erwachsene \*ev. Kirche  
Gemeindehaus Dietrich-Bonhoeffer-Kirche
- 10:00-13:00 Bambusflötenkreis „Bambuszauber“ 3. Samstag im Monat**  
\*ev. Kirche  
Gemeindehaus Dietrich-Bonhoeffer-Kirche
- 11:00-12:00 BlockFamily 2. u. 4. Samstag im Monat**  
Blockflötenkreis für Eltern und Kinder \*ev. Kirche  
Gemeindehaus Dietrich-Bonhoeffer-Kirche
- 11:00-12:00 Kickboxing für Kinder**  
Für Mädchen und Jungs von 6-10 Jahren. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50  
\*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 12:00-13:00 Tanzgruppe f. Kinder 5-7 Jahre**  
Standard und Latina. Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50 \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 13:00-16:00 Interkulturelles Senioren-Lesekreis**  
Bibliothek, Bücherverleih in Russisch und Deutsch für Senioren, Familien und Kinder. \*Kin-Top  
Treffpunkt Kin-Top, Fritz-Erler-Str. 14, 40595 Düsseldorf
- 14:00-15:00 Persisch für Kinder Spielgruppe**  
Persisch als Muttersprache für Kinder 5-16 Jahre Sprachförderung, Lesen, Schreiben, Basteln /  
Kostenfrei/ \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 14:00-15:00 Puppentheater „Spiel Mit“**  
Mit Kindern und von Kindern. Puppentheater „Spiel mit“ für Kinder ab 7. Jahre und Jugendliche.  
Nach telefonische Vereinbarung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf
- 15:00 Gatball beim GSV 2. und 4.Samstag**  
Treffpunkt: Sportanlage \*GSV  
Koblenzer Str.
- 15:00-17:00 Offene Mediensprechstunde 2. Samstag**  
Offene Mediensprechstunde für alle Fragen zur Nutzung digitaler Medien.START: 06.01.2024.  
Keine Anmeldung erforderlich. Kursleitung: Herr Hindenburg, Informationen: 0211 60 254 81  
\*Zentrum Plus  
zentrum plus- Gruppenraum
- 15:00-17:15 Wir bereiten uns auf die Schule vor! Interkulturelle Eltern-Kind Gruppe**  
Vorschule für Kinder ab 4.5 Jahre. Deutsch- Sprachförderung, erste Schritte Mathematik, Malen  
und Basteln. Wir Sprachen Deutsch, Türkisch, Arabisch, Kurdisch. Nach telefonische Vereinbar-  
ung: 0211 779 209 50. Kostenfrei \*Kin-Top  
Interkulturelles Zentrum Kin-Top. Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf

**11:00** **Gottesdienst**  
\*ev. Kirche  
Dietrich-Bonhoeffer-Kirche

**11:00** **Gottesdienst jeden 1. Sonntag im Monat**  
\*ev. Kirche  
Anne-Frank-Haus, Stettiner Straße 114

## Eine gute Zeit für Alle!

Testamentsgestaltung • Testamentsvollstreckung  
Steuroptimierung • Vermögensübertragung



### Terhaag & Terhaag GbR

Elsa-Brändström-Str. 5 Tel. 0211 879 37 37 [terhaag@duetrust.de](mailto:terhaag@duetrust.de)  
40595 Düsseldorf Fax 0211 879 37 38 [www.duetrust.de](http://www.duetrust.de)

**Kim Terhaag** • **Thomas Terhaag**  
zertifizierte Testaments- Dipl. Kaufmann, Steuerberater  
vollstreckerin der AGT e.V. Fachberater Testamentsvollstreckung  
Steuerfachangestellte und Nachlassverwaltung (DStV e.V.)

BESTATTUNGSHAUS  
**FRANKENHEIM**  
TRAUERBEGLEITER UND BESTATTER

## Bestattungsvorsorge: Gut vorbereitet für die letzte Reise

- | Sicherheit für Ihre Wünsche
- | Entlastung für Ihre Angehörigen
- | Schutz vor dem Zugriff Dritter
- | Insolvenzabsicherung
- | Exklusive Konditionen

### Wir sind 24 h für Sie erreichbar!

Kostenfreie und unverbindliche  
Beratung durch unsere Vorsorge-  
Spezialisten – auch telefonisch.  
Gratis Vorsorgeordner für Sie!

Bestattungshaus Frankenheim GmbH & Co. KG  
Zentrale Münsterstraße 75 | 40476 Düsseldorf  
Internet [www.bestattungshaus-frankenheim.de](http://www.bestattungshaus-frankenheim.de)

Düsseldorf 02 11 - 9 48 48 48  
Mettmann 0 21 04 - 28 60 50  
Krefeld 0 21 51 - 31 27 87

**Geschichte 1967:** Mit einer Eröffnungsfahrt im September 1967 zwischen Garath und Ratingen-Ost wurde der S-Bahnhof Düsseldorf-Garath mit den Gleisen 3 und 4 in Betrieb genommen. Diese Inbetriebnahme der neuen S-Bahn war zu der Zeit das erste neue S-Bahnsystem nach 1945. Die Fernbahngleise 1 und 2 sind durchgehend, ohne Halt. (Quelle Wikipedia und Erinnerungen)



II,A-1-01-1-0227-5-428

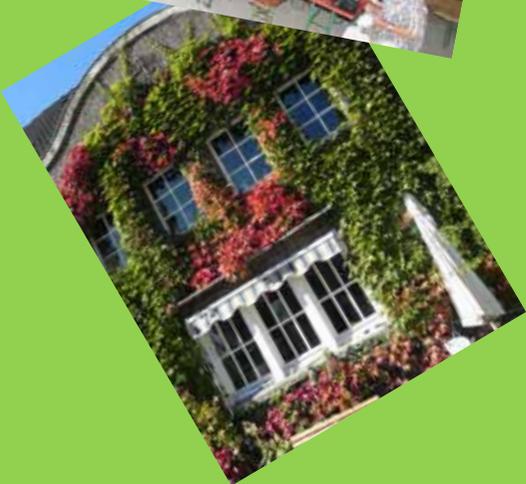


II,A-1-01-1-0227-5-387



II,A-1-01-1-0227-5-428-1

# BIG-Aktivitäten





## \* Kontaktdaten Ansprechpartner von beteiligten Vereinen und Veranstalter

- \*BIG**      **BIG Bürger- und Interessengemeinschaft Garath e.V.**  
Postfach 41 01 01, 40576 Düsseldorf, Jürgen Meier, Telefon: 02 11 / 700 55 10, [vorstand@big-garath.de](mailto:vorstand@big-garath.de)
- \*BIG GW**      **BIG Geschichtswerkstatt**  
Jürgen Bohrmann, Jakob-Kneip-Straße 23, 40595 Düsseldorf, Telefon: 01 72 / 98 09 747, [jbohrmann@t-online.de](mailto:jbohrmann@t-online.de)
- \*Bücherei**      **Stadtbücherei Garath**  
Fausia El Jerroudi, Fritz-Erlor-Str. 21, 40595 Düsseldorf Telefon: 02 11 / 89 – 97 570, [fausia.eljerroudi@duesseldorf.de](mailto:fausia.eljerroudi@duesseldorf.de)
- \*BVH**      **Bürgerverein Hellerhof e.V.**  
Carlo-Schmid-Str. 2, c/o Postshop, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 889 22 480, [info@buergervereinhellerhof.de](mailto:info@buergervereinhellerhof.de)
- \*BV 10**      **Bezirksverwaltungsstelle 10**  
Frankfurter Straße 225, 40595 Düsseldorf, Uwe Sandt, Telefon: 0211 / 89 – 97 541, [bezirksverwaltungsstelle.10@duesseldorf.de](mailto:bezirksverwaltungsstelle.10@duesseldorf.de)
- \*ev. Kirche**      **Ev. Kirchengemeinde Düsseldorf Garath**  
Gemeindebüro, Julius-Raschdorff-Straße 4, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 601 15 49 [karin.prasse@evdus.de](mailto:karin.prasse@evdus.de)
- \*Frankenheim**      **Bestattungshaus Frankenheim**  
Carl-Severing-Straße 1, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 948 48 46,
- \*GJ**      **Heimatverein Garather Jonges**  
Julius-Raschdorff-Str. 79, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 700 03 56, [p.heinen@garather-jonges.de](mailto:p.heinen@garather-jonges.de)
- \*GSV**      **Garather Sportverein 1966 e.V.**  
Koblenzer Str. 133, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 700 03 56, [geschaefsstelle@garathersv.de](mailto:geschaefsstelle@garathersv.de)
- \*Hell-Ga**      **Mehrgenerationenhaus Hell-Ga**  
Carl-Severing-Str. 4, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 75 84 888 – 704, [Sabine.Kopka@SOS-Kinderdorf.de](mailto:Sabine.Kopka@SOS-Kinderdorf.de)



- \*Joyful Voices**     **Joyful Voices e.V. Düsseldorf**  
Schalbruch 37, 40721 Hilden, Telefon: 0152 / 34 24 84 66,  
[roswitha.wilming@web.de](mailto:roswitha.wilming@web.de)
- \*Kin-Top**            **Kin-Top e.V.**  
Frankfurter-Str. 255, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 700 46 82, [chernova@kin-top.de](mailto:chernova@kin-top.de)
- \*KHS**                 **Kulturhaus Süd / Freizeitstätte Garath, Kultur- und Bürgerhaus**  
Maren Siegel, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 89 – 97 552,  
[maren.siegel@duesseldorf.de](mailto:maren.siegel@duesseldorf.de)
- \*Schützen**         **Garather Schützenverein 1967 e.V.**  
Frankfurter Str. 261, 40595 Düsseldorf, c/o Sylvia Wrobel, Telefon: 021 73 / 39 87 47, [sylla@ish.de](mailto:sylla@ish.de)
- \*SOS**                 **SOS-Kinderdorf Düsseldorf**  
Matthias-Erzberger-Str. 24, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 75 84 888 – 704,  
[Sabine.Kopka@SOS-Kinderdorf.de](mailto:Sabine.Kopka@SOS-Kinderdorf.de)
- \*St. Matthäus**      **Kath. Pfarramt St. Matthäus**  
René-Schickele-Str. 6, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 70 17 77, [Info@st-matthaeus-duesseldorf.de](mailto:Info@st-matthaeus-duesseldorf.de)
- \*TT**                  **Tanztee**  
FZS, Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Leitung: Edith Gilleßen-Schneider, Telefon: 01 76 / 41 50 44 19, [EuWSchneider@web.de](mailto:EuWSchneider@web.de)
- \*Zentrum Plus**     **„Zentrum Plus“ Garath**  
Fritz-Erler-Str. 21, 40595 Düsseldorf, Telefon: 02 11 / 602 54 81, [Michaela.Pfaff@diakonie-duesseldorf.de](mailto:Michaela.Pfaff@diakonie-duesseldorf.de)



Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Aktivitäten an.

**Name:** \_\_\_\_\_.

**Telefon:** \_\_\_\_\_.

**Ich weiss, das bei Anmeldung der Kostenbeitrag für alle Teilnehmer fällig wird.**

Datum:	Uhrzeit:	Aktivität:	Kosten:	Anzahl:	Bezahlt:
24.02.24	13:00	Champignonzucht in Leichlingen	24,00 €		
20.03.24	08:00	Thomashof mit Frühstück	20,00 €		

Gesamtbetrag: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
 Unterschrift

Zur Erinnerung für Sie bitte hier abtrennen:

**Anmeldungen**

**per Mail: [vorstand@big-garath.de](mailto:vorstand@big-garath.de), beim Stammtisch,  
 oder beim Vorstand.**



**Anmeldeschluss bitte unbedingt beachten**

Treffpunkt-					
Datum:	Uhrzeit:	Aktivität:	Kosten:	Anmeldeschluss:	
24.02.24	13:00	Champignonzucht in Leichlingen	24,00 €	<b>31.01.24</b>	
20.03.24	08:00	Thomashof mit Frühstück	20,00 €	<b>15.01.24</b>	

**Treffpunkt ist am S-Bahnhof Garath**



# • Vereinsanmeldung •

## Bürger- und Interessengemeinschaft Garath e. V.

Anschrift: **BIG, Postfach 41 01 01, 40576 Düsseldorf**

[www.big-garath.de](http://www.big-garath.de)

**Mitgliedschaft** (Jahresbeitrag: 25,00€)

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zur Bürger- und Interessengemeinschaft Garath e.V.

mit Wirkung vom

Anrede

 Herr  Frau

Vorname

Nachname

Geburtsdatum

Geburtsort

Beruf

E-Mail Adresse

Telefonnummer

Straße

PLZ

Ort

Düsseldorf, den

Unterschrift

Bürger- und Interessengemeinschaft Garath e.V., BIG, Postfach 41 01 01, 40576 Düsseldorf

Gläubiger-Identifikationsnummer: **DE05BIG00000226665**

Mandatsreferenz: **wird separat mitgeteilt**

### SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Bürger- und Interessengemeinschaft Garath e. V. (BIG), Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der (BIG) auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vorname und Name  
(Kontoinhaber)

Straße

PLZ

Ort

IBAN

BIC

Düsseldorf, den

Unterschrift



Mehr  
Generationen  
Haus



## SOS - Kinderdorf e.V. Düsseldorf

Einrichtungsleitung  
Herbert Stauber  
Matthias-Erzberger-Str. 20  
40595 Düsseldorf

Empfang/Info, Verwaltung:  
Tel. 0211-7584888-0  
**Mo-Do: 09.00 – 16.00 Uhr**  
**Fr: 09.00 – 14.00 Uhr**

## SOS - Bildungszentrum Hausaufgabenbetreuung/Förderunterricht

### Kinderdorffamilien

### Wohngruppen

### Schulsozialarbeit

### Ambulante Hilfen f. Familien

Sozialberatung Di im MGH-Hell-Ga nach Termin

### Kindertagespflege U2/U3

Matthias-Erzberger-Str. 9, Tel.: 758488844

**Kita Farbleckse** Carl-Friedrich-Goerdeler-Str.19  
Tel.: 7090017

**Kita Schatzkiste**, Matthias-Erzberger-Str. 22  
Tel.: 79518950

### SOS-Jugendtreff

Frankfurter Str. 255  
Tel.: 700890-74

### Second-Hand für Kinder 0-10 J. Kleidung, Spielzeug

## SOS-Mehrgenerationenhaus Hell-Ga offener Treffpunkt für alle am SOS-Zentrum Garath Süd-Ost

Matthias-Erzberger-Str.24  
40595 Düsseldorf

Tel.: 0211-7584888-755

**Öffnungszeiten Mo – Fr 8.00 bis 18.00 Uhr**

Teilhabe & Möglichkeiten im Mehrgenerationenhaus.  
Programminfo,  
Selber aktiv werden– wie geht das?  
Info/Beratung/ kompetente Weiterleitung.  
Akute Lebenssituationen,  
Info Eltern-Kind-Kuren,  
Alltagshilfen, Demenz in der Familie.

### Regelmäßiges Angebot:

**Baby/Kleinkind:** Elternbegleitung- & Beratung  
Betreute Spielgruppen ohne Eltern U2/U3,  
Spiel- & Krabbelgruppen Deutsch, Türkisch,  
Polnisch, Arabisch.

Rückbildung, Babymassage,  
Hebammenfrühstück/Sprechstunde,  
Café Kinderwagen

**Kinder/Jugend:** Kochen, Backen, Kreativwerkstatt  
Kindergruppen, Mittelalterprojekt.

**Erwachsene & Senioren:** Kreativkurse, Workshops,  
Wollcafé, Nähtreff, Veranstaltungen, Fitness, Yoga,  
Entspannung, Seniorentreffs, Gruppen  
Frauentreffs deutsch, arabisch, polnisch.



**Telefon: 0211-7584888-755**

Mo - Fr 9.00 bis 18.00 Uhr

*Info – Veranstaltungen, Gruppen, Initiativen,  
Stammtische, Kunst & Kultur.  
Frühstück, Mittagessen,  
Kaffee & Kuchen.*



# In der Region für die Region.

## Ein Geldkreislauf, der gut für alle ist.

Jeder uns anvertraute Euro fließt wieder zurück in den Geldkreislauf der Region. So fördern wir nachhaltig die Wertschöpfung und Entwicklung vor Ort. Mehr zu uns als Sparkasse und zum Thema Nachhaltigkeit erfahren Sie unter [sskduesseldorf.de](https://www.sskduesseldorf.de)



Stadtsparkasse  
Düsseldorf

Weil's um mehr als Geld geht.