

Sonderveranstaltungen

Caritas-Ludgerustreff



Gemeinsam Kronkorken sammeln für Menschen mit Behinderung

Der Ludgerustreff unterstützt in Kooperation mit der Kath.Kirchengemeinde St.Michael und Paulus Velbert diese tolle Kronkorkenaktion

Kontakt & Information unter 02056-21189

Büchertausch (Foyer, rechts von GOSIAs Beauty)

Das Buch ist schon ausgelesen, aber der Platz für ein neues ist nicht vorhanden – tauschen statt kaufen!

Hier finden Ihre Bücher einen neuen Besitzer und vielleicht entdecken Sie selbst ein neues Buch, dass Sie gerne mitnehmen möchten.

Sie haben Ideen und Anregungen zum Jahresthema des Ludgerustreffs? Dann melden Sie sich gerne im Büro oder schreiben eine Email an ludgerustreff@caritas-mettmann.de. Vielen Dank!



Zusätzlich zu unserem Programm treffen sich regelmäßig die ZWAR-Basisgruppe Heiligenhaus sowie weitere ZWAR-Interessensgruppen im Ludgerustreff. Sprechen Sie uns an!

Sonderveranstaltungen

Caritas-Ludgerustreff

Kostenlose Vortragsreihe:

Mittwoch, 02.09.2026 14:00 – 16:30

Energie sparen heißt Geld sparen

Die Verbraucherzentrale Velbert kommt ins Haus und gibt praxistaugliche Tipps für den Haushalt

Mittwoch, 09.09.2026 16:00 – 17:30

Gesunde Ernährung im Alter zur Vorbeugung von Demenz und anderen Erkrankungen

Bettina Andreeff, Fach-Dozentin Gesundheitswesen

Mittwoch, 23.09.2026 09:30 – 11:00

Finanz-Check im Alter mit der Kreissparkasse Düsseldorf

Anmeldung erforderlich

Kontakt & Information unter 02056-21189

Welt-Alzheimerntag am Montag, 21.09.2026

Das Demenznetzwerk Heiligenhaus lädt ein zum „Improvisationstheater der Frizzles“ im Club

Kontakt & Information unter 02056-21189 oder Stadt Heiligenhaus: 02056-13270

Caritas für den Kreis Mettmann

Anita Hungele

Telefon: 02056 21189

Mobil: 0157 80601134

Email: ludgerustreff@caritas-mettmann.de

Bürosprechzeiten: Mo-Do 10.00 – 13.00 Uhr

Helfen Sie uns Helfen!

Spendenkonto:

Caritasverband für den Kreis Mettmann e.V.

Pax-Bank für Kirche und Caritas E.G.

IBAN DE31 37060193 0000 0110 10

Verwendungszweck: 6270 Ludgerustreff



CARITAS-BEGEGNUNGSSTÄTTE LUDGERUSTREFF

Ludgerusstr. 2a
42579 Heiligenhaus

3. Quartal 2026



Caritas
Kreis Mettmann

Regelmäßiges Programm

MONTAG

**„Bleib fit – mach mit“
Gymnastik für Damen 09.00 – 10.30
mit Heike Fritsch**
Kurs in Kooperation mit dem Katholischen
Bildungsforum Ratingen
Kursgebühr wird erhoben!

Stricken und Quatschen 14.00 – 17.00
Teilnahmebeitrag: 1,50 €

**Gesprächskreis DEMENZ
für pflegende Angehörige 17.00 – 18.00**
Termine: 06.07., 03.08., 07.09., 05.10., 02.11., 07.12.26
abwechselnd im **Caritas-Ludgerustreff**
oder im AWO-Treff
Anmeldung unter 02056-21189 oder per Email an
ludgerustreff@caritas-mettmann.de

DIENSTAG

ab 07.07.2026
Gedächtnistraining Gr. 1 10.00 – 11.30
Gedächtnistraining Gr. 2 13.30 – 15.00
Gedächtnistraining Gr. 3 15.30 – 17.00
mit Dr. Helga Block
Kurs in Kooperation mit dem Katholischen
Bildungsforum Ratingen
Kursgebühr wird erhoben!

**Sitzgymnastik ab 07.07. 14.30 – 15.30
mit Anja Winterscheidt**
Kurs in Kooperation mit dem Katholischen
Bildungsforum Ratingen
Kursgebühr wird erhoben!

ZWAR Basisgruppentreffen 19.00 – 21.00
14-tägig in der geraden Kalenderwoche

Regelmäßiges Programm

MITTWOCH

ab 09.09.2026
**Englisch (Fortgeschritten) 14.00 – 15.30
mit Ute Pieczewski**
Kurs in Kooperation mit dem Katholischen
Bildungsforum Ratingen
Kursgebühr wird erhoben!

**Lesetreff 10.00 – 11.30
mit Literaturwissenschaftler Björn Brehe**
Termine: 05.08., 02.09., 07.10., 04.11., 02.12.2026
Kurs in Kooperation mit dem Katholischen
Bildungsforum Ratingen
Kursgebühr wird erhoben!

Mittwochsfrühstück 08.30 – 10.00
Einlass: 08:30 Uhr!
Termine: 08.07., 12.08., 09.09., 14.10., 11.11., 09.12.26
Kostenbeitrag: 5,00 €

**Digitale Sprechstunde
DIGITALPATEN helfen 10.00 – 11.30**
Termine: 08.07., 12.08., 09.09., 14.10., 11.11., 09.12.26
Kostenfrei!
Gerne können Sie vorab Ihre Fragen per Mail senden:
Peter Alfers p.alfer@web.de
Andreas Bongers andreasbongers@t-online.de
Kirsten Wirtz post@kirstenwirtz.de

**Literatur & Geschichte 09.30 – 11.45
mit Literaturwissenschaftlerin Gabriele Fischer**
Termine: 26.08., 23.09., 21.10., 18.11., 16.12.2026
Kurs in Kooperation mit dem Katholischen
Bildungsforum Ratingen
Kursgebühr wird erhoben!

Spielenachmittag 3.Mi 15.00 – 17.00
Teilnahmebeitrag: 1,00 €

ZWAR philosophisch 3.Mi 18.00 – 19.30
Teilnahmebeitrag: 1,00 €

Regelmäßiges Programm

DONNERSTAG

**Stuhl-Yoga 09.30 – 11.00
mit Ute Gregorius-Oder**
Kurs in Kooperation mit dem Katholischen
Bildungsforum Ratingen
Kursgebühr wird erhoben!

BINGO im Ludgerustreff 14.30 – 16.30
Termine: 23.07., 27.08., 24.09., 22.10., 26.11.2026
Teilnahmebeitrag für Bewirtung: 3,00 €

ZWAR-Skatgruppe 1.+3.+5.Do 15.00 – 17.00
Teilnahmebeitrag: 1,00 €

ZWAR-Theatergruppe 19.00 – 21.00
Teilnahmebeitrag: 1,00 €

**Der Ludgerustreff als Treffpunkt
für Menschen mit Vergesslichkeit
und Ihre Angehörige**
Angebote als Unterstützung im Alltag entstehen in Kürze
(Kooperation mit der **Caritas-Fachstelle Demenz**)



Täglicher Mittagstisch Beginn: 11:45 Uhr

Wechselndes Hauptgericht mit Nachtisch.
Durchschnittspreis, je nach Anzahl der
Gerichte von 7€ bis 8€ pro Gericht.

Bestellung auch für einzelne Tage möglich.
**Anmeldung mittwochs für die darauffolgende
Woche unbedingt erforderlich!**