

Unser Programm im August 1 x monatlich

Mittwoch	06.08.2025	14.30 Uhr	Spieletreff
Mittwoch	20.08.2025	14.30 Uhr	Treffen der Gewerkschaft NGG
Mittwoch	27.08.2025	15.00 Uhr	Chor der Lierenfelder "AWO-Lerchen"

Liebe Wanderfreunde,
für aktuelle Informationen zu der nächsten Wanderung wenden Sie sich bitte an
Anne Kühl oder Suzana Salmen.

Inhaber*innen des Düsseldorfspasses
zahlen jeweils die Hälfte.

Der Internationale-(Frauen-) Nähreff ist derzeit in Sommerpause.
Wir informieren Sie, sobald es wieder los geht.

Unsere Extra-Termine im August

Freitag	01.08.2025	14.00 Uhr	Kreativtreff
	08.08.2025	22.08.2025	
Um eine Anmeldung wird gebeten. Die Teilnahme ist kostenfrei.			Gemeinsam Wunderschönes, Zauberhaftes und Außergewöhnliches gestalten :) Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich inspirieren. Wir freuen uns auf Sie! Alle sind herzlich willkommen!
Samstag	02.08.2025	10.00 - 16.30 Uhr	Fortsetzung Basisqualifizierung
	05.08.2025	09.00 - 13.00 Uhr	
	09.08.2025	10.00 - 14.30 Uhr	
Für Informationen sowie zur Anmeldung wenden Sie sich gerne an Anne Kühl unter anne.kuehl@awo-duesseldorf.de , alternativ per Telefon: 0211/60025-576			Ob in einer Betreuungsgruppe oder beim Besuch zu Hause: Wer Freude am Umgang mit Menschen hat, Geduld mitbringt und offen auf andere zugeht, kann für die betroffenen Personen viel bewirken. Vorwissen oder Erfahrung sind nicht notwendig – im Rahmen dieser rund 40-stündigen Schulung werden Sie umfassend vorbereitet und begleitet.
Dienstag	05.08.2025	15.00 Uhr	Einfach Kunst machen
Mittwoch	06.08.2025	15.00 Uhr	
Freitag	05.09.2025	15.00 Uhr	
Samstag	06.09.2025	10.00 Uhr	
Für Informationen zu den Terminen sowie zur Anmeldung wenden Sie sich gerne an Anne Kühl und Suzana Salmen unter zentrumplus-lierenfeld@awo-duesseldorf.de , alternativ per Telefon: 0211/60025-576			Menschen mit Demenz erleben eine fortschreitende Einschränkung in ihrer Wahrnehmung, Kommunikation und Selbständigkeit. Kunst und gestalterische Methoden bieten hier eine wertvolle Brücke, um Ressourcen zu aktivieren und die Lebensqualität zu verbessern. Unter Einsatz von Alltagsmaterialien werden künstlerische Inhalte und Methoden vorgestellt und direkt ausprobiert. Der Workshop findet unter fachlicher Anleitung von Frau Sophie Voets-Hahne statt.
Dienstag	05.08.2025	17.00 Uhr	Foto-AG
	19.08.2025		
Um eine Anmeldung wird gebeten. Die Kosten betragen 5,00 Euro.			Kreative Umsetzung eigener Ideen mittels des Mediums der Fotografie!

... siehe nächste Seite

Donnerstag	07.08.2025 21.08.2025	18.00 Uhr	Anonyme Selbsthilfegruppe Weitere Informationen erhalten Sie bei Anne Kühl und Suzana Salmen.
Mittwoch	13.08.2025	10.00 Uhr	Zugehende Arbeit Beratung von Senior*innen, welche eine Zuwanderungsgeschichte aufweisen. Um eine Anmeldung wird gebeten. Die Beratung ist kostenfrei.
			Die Beratung findet im „Multikulturellen Forum e.V.“ auf der Posener Str. 2 in 40231 Düsseldorf statt.
Freitag	15.08.2025	14.00 Uhr	Sommerfest Ob Köfte oder Kartoffelsalat, Chai oder Cola - bei unserem interkulturellen Sommerfest ist für jeden Geschmack etwas dabei. Gemeinsam möchten wir miteinander lachen, tanzen, reden und den Sommer genießen.
			Um eine Anmeldung wird gebeten. Für eine Spende wären wir sehr dankbar.
Sonntag	24.08.2025	13.30 Uhr	Wollengel e.V. Treffen des „Wollengel e.V.“ zum gemeinsamen Stricken für Menschen ohne Obdach.
			Weitere Informationen erhalten Sie bei Anne Kühl und Suzana Salmen.
Mittwoch	27.08.2025	18.30 Uhr	Austauschgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz Sich austauschen, vernetzen, einander zuhören, einander unterstützen - die Austauschgruppe bietet einen geschützten Rahmen hierzu und wird professionell begleitet. Alle sind herzlich willkommen.
			Um eine Anmeldung wird gebeten. Die Teilnahme ist kostenfrei.
Samstag	30.08.2025	14.30 Uhr	Manuels Kitchen Kocht ihr gerne oder möchtet in einer internationalen Männergruppe das Kochen erlernen? Dann meldet euch sehr gerne. Alle sind herzlich willkommen :)
			Um eine Anmeldung wird gebeten. Die Kosten betragen 4,50 Euro.
			„Plus_mobil“ Aktionen im Rahmen von „plus_mobil“ im Stadtteil könne Sie bei Suzana Salmen und Anne Kühl erfragen.
			Die Veranstaltung ist kostenfrei.

... siehe nächste Seite



Weitere tolle Angebote finden Sie im „zentrum plus“
Flingern-Süd (Ronsdorfer Straße 126, 40233 Düsseldorf).

Durch Scannen des QR-Codes gelangen Sie direkt zum
dortigen Monatsprogramm.

Sie möchten an einer Veranstaltung teilnehmen oder haben Fragen?
Melden Sie sich gerne bei Anne Kühl und Suzana Salmen für weitere Informationen.

„zentren plus“ go Social Media



awo_duesseldorf

Folgen

Nachricht senden



436 Beiträge

1.355 Follower

119 Gefolgt

AWO Kreisverband Düsseldorf

Aus Düsseldorf für Düsseldorf ♥ Wir sind ein sozialpolitisch engagierter Verband mit 2.000
Mitarbeitenden in über 150... mehr

🔗 linktr.ee/awo_duesseldorf



Wichtig!



Events!



...wirkt!



Mach mit!



Scan mich!

@awo_duesseldorf

... siehe nächste Seite

Unser regelmäßiges Programm im August 1x wöchentlich

montags	11.00 - 17.00	Büroöffnungszeit
	08.30 - 09.30	Feldenkrais
	10.30 - 11.30	Fitness für Männer
	13.00 - 16.00	Kreativrunde* - Handarbeiten in geselliger Runde
	18.30 - 19.30	Feldenkrais - Wohltuende Übungen gegen Verspannungen
dienstags	11.00 - 17.00	Büroöffnungszeit
	08.30 - 10.15	Frühstückstreff + Lateinamerikanischer Tanz für Frauen
	10.30 - 12.00	Kraft- und Balance-Training
	14.00 - 17.00	„Kaffee Talk“
mittwochs	11.00 - 17.00	Büroöffnungszeit
	08.30 - 09.30	Yoga
	10.00 - 11.00	Bewegung mit Musik - Tanzen im Sitzen
	13.00 - 14.00	Digitale Sprechstunde
donnerstags	11.00 - 17.00	Büroöffnungszeit
	10.00 - 12.00	Frühstückstreff
	14.30 - 16.00	Gedächtnistraining
freitags	11.00 - 17.00	Büroöffnungszeit
	08.30 - 10.00	Latin Dance“
	10.30 - 12.00	Körpergymnastik (pausiert momentan)
	12.00 - 14.00	Digitale Sprechstunde - Teil 2
	16.00 - 17.00	Fitnessgruppe
samstags	10.00 - 13.00	BEAtE-Betreuungsgruppe für Menschen mit demenziellen Veränderungen / Entlastungsangebot
	13.00 - 14.00	"PME" im Wechsel mit "Nordic Walking"
sonntags	11.00 - 12.00	"Gynetixx" für Frauen (pausiert momentan)

In den "zentren plus" gibt es momentan keine gesetzlichen Hygienevorschriften mehr. Bitte nehmen Sie trotz alledem Rücksicht aufeinander und kurieren Sie sich bei Erkrankungen auf. In diesen Situationen unterstützen wir Sie sehr gerne.

Ehrenamtliche Tätigkeit? Sprechen Sie uns an.

Wir sind interessiert, welche Aktivitäten Sie zu unserem Programm beitragen möchte und welche Ideen Sie haben, die wir mit Ihnen zusammen weiter entwickeln können.

Beratung*:

Wir **beraten** Sie individuell und qualifiziert zu Fragen rund ums Alter. Wir zeigen Ihnen Wege, auch mit Hilfe- und Pflegebedürftigkeit so lange wie möglich in der eigenen Wohnung leben zu können. Wir **informieren** über Unterstützungsmöglichkeiten und Leistungsansprüche und **beraten** zu speziellen Themen wie Vorsorgevollmacht, Betreuungs- oder Patientenverfügung, Demenz Pflegegrad etc.

Bitte sprechen Sie uns an und vereinbaren Sie einen persönlichen Termin mit uns.
Es beraten Sie: Anne Kühl und Suzana Salmen

Wir freuen uns auf Sie! Bleiben Sie gesund!