

# Programm SEPTEMBER 2025



„zentrum plus“ /  
AWO in Stadtmitte

Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
 <b>Handy Sprechstunde</b> montags-donnerstags jeweils 2 x 45 min. Einzelgespräch	montags	15.00 – 15.45	Bengt Sondermann	Anmeldung + Termin wg. individueller Beratung erforderlich Tel. 600 25 573
	dienstags	15.50 – 16.35		
	mittwochs	11.00 – 11.45 11.50 – 12.35	Stephan Bode u. Ronja Schnieder	
	donnerstags			

## Veranstaltungen Mo. – So.

 <b>Tauschring Düsseldorf</b> und Umgebung	Montag <b>01.09.25</b>	10.30 – 13.00	Margret L.	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> ZAKK   Fichtenstr. 40 Frühstück www.tauschring-duesseldorf.de Info unter 0211 4228301
 <b>Kartenspiele</b> Ortsverein Altstadt	Montag <b>08.09.25</b>	14.00 – 16.30	Liesel Antel	Interessierte sind willkommen [jeden 2. Montag des Monats]
 <b>Chorverband Düsseldorf e.V.</b>	Montag <b>29.09.25</b>	16.30 – 19.00	Christel Paschke-Sander 1. Vorsitzende	Vorstandssitzung
 <b>Magic Monday</b> Theaterkurs	Montag <b>01.09.25</b> <b>08.09.25</b> <b>15.09.25</b> <b>22.09.25</b> <b>29.09.25</b>	18.45 – 21.45    19.15–22.15	Konstanze Brüning Arnd vom Felde	vomfelde brüning Schauspiel GbR Theaterpäd. Theater+Tanzpädagogin Infos unter: www.schauspielwerkstatt.fun www.konstanzebrueuning.de
 <b>Ortsverein Oberkassel</b>	Montag September fällt aus <b>06.10.25</b>	14.30 – 16.30	Helga Brückner	Anmeldung Tel. 600 25 573 [montags, Ende des Monats]
 <b>Burnout Café</b> online mit ZOOM	Anderes Burnout Café Düsseldorf pausiert. Wenn Sie Interesse an der Gruppe haben, schreiben Sie bitte an Lea Seibt ls@bbud.info.			<b>online mit zoom</b> weitere Infos zu Online-Selbsthilfegruppen + Terminkalender unter www.anderes-burnout-cafe.de
 Ein Herz für Queere <b>Ungehindert Queer</b>	Dienstag <b>02.09.25</b> <b>16.09.25</b> <b>30.09.25</b>	17.00 – 19.00	Bernd Plöger	Anmeldung: ungehindertqueer@queerhandicap.de Ältere queere Menschen mit Behinderung können sich im geschützten Rahmen austauschen und vernetzen.

# Programm SEPTEMBER 2025

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	<b>Freundschaftswochen</b> Tanzen mit Freundinnen Freundschaft bewegt Tanz verbindet der „zentren plus“ gefördert durch Stadt Düsseldorf	Dienstag 09.09.25 & Freitag 12.09.25	10.00 – 11.30	Hanna Jenet	<b>Alle sind herzlich eingeladen</b> Die „zentren plus“ begehnen die „Freundschaftswochen“, die Teilnahme an allen Angeboten ist kostenlos. <b>Ein Vormittag mit Musik, Bewegung und Gemeinschaft: bringen Sie Ihre Freundinnen, Freunde, Nachbarinnen und Nachbarn mit, wir tanzen, lachen und feiern gemeinsam.</b>
	<b>Tanzen</b>	dienstags & freitags	10.00 – 11.30	Hanna Jenet	5,00 € für 90 Min.
	<b>Schach</b>	dienstags	14.00 – 17.00	Christoph Meißner	Anmeldung und Info Tel. 600 25 573
	<b>NS-Erzählcafé</b>	Mittwoch 03.09.25	14.00 – 16.00	Svetlana Fourer	Geschlossene Veranstaltung Infos unter <a href="http://www.nsberatung.de">www.nsberatung.de</a> [in der Regel jeden 1. Mittwoch des Monats]
  Kooperation DRK zp Friedrichstadt AWO zp Stadtmitte Sophie Voets-Hahne gefördert durch Stadt Df.	<b>Kunst Kultur Freundschaft</b> Aufaktveranstaltung	Mittwoch 03.09.25	14.00 – 17.00 <sup>s</sup>	Sophie Voets-Hahne zentrum plus Stadtmitte <b>zentrum plus Friedrichstadt Jahnstr. 47 Anmeldung Tel. 3849199</b>  <a href="mailto:zentrumplus.friedrichstadt@drk-duesseldorf.de">zentrumplus.friedrichstadt@drk-duesseldorf.de</a>	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> <b>Alle sind herzlich eingeladen</b> Im Alter stellt sich oft die Frage, wie sich Freundschaften erhalten und neue finden lassen. Die Beschäftigung mit Kunst, Kultur und Natur kann Menschen zusammenbringen und verbinden. Zum Start der Reihe Lebenskunst   Freundschaftskunst sammeln wir gemeinsam Ideen, dazu sind auch Künstler eingeladen. Geplant sind Workshops (u.a. im Kunstpalastr), Naturerkundungen, biographische Entdeckungen, ...
	<b>Gedächtnistraining</b>	Mittwoch 10.09.25	10.30 – 12.00	Rita Meißner	8,50 € für 90 Min.
	<b>Ortsverein Altstadt</b>	Mittwoch 10.09.25	14.00 – 16.30	Liesel Antel Vorsitzende	Interessierte sind herzlich willkommen [jeden 2. Mittwoch des Monats]

# Programm SEPTEMBER 2025

Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
 <b>Franz Marc</b> Ausstellung im K20	Mittwoch 24.09.25	14.00 – 17.00 	Barbara Svjetlana	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> <b>Alle sind herzlich willkommen</b> Kunstsammlung NRW Grabbeplatz 5 Treffpunkt: 13.45 h vor dem Eingang
 <b>Seniorenrat</b> Sprechstunde	Donnerstag 11.09.25	09.30 – 11.00	Lothar Jansen	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> DRK zentrum plus Blumenthalstr. 2 Stadtteilfrühstück + Einzelgespräche
 <b>Hans-Peter Feldmann</b> Ausstellung + Workshop Kunstpalaſt <small>Kooperation DRK zp Friedrichstadt AWO zp Stadtmitte Sophie Voets-Hahne gefördert durch Stadt Df</small>	Donnerstag 25.09.25	16.00 – 18.00 Treffpunkt: 15.45 h im Foyer Kunstpalaſt Ehrenhof 4-5	Sophie Voets-Hahne zp Stadtmitte zp Friedrichstadt	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> <b>Alle sind herzlich eingeladen</b> Anlässlich der Ausstellung Hans-Peter Feldmann im Kunst- palaſt haben wir die Gelegen- heit, <b>Workshops im Kunst-            palaſt</b> durchzuführen. Weitere Workshops folgen.
 <b>Bridge</b>	<b>donnerstags</b>	11.00 – 14.00	Marianne Dengler	Anmeldung Tel. 600 25 537
 <b>Boule am Rhein</b>	<b>donnerstags</b>	15.00 – 18.00	Ada Hartmann	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> KIT [Kunst im Tunnel] Mannesmannufer 1 b
 <b>Gay + Grey</b>	<b>freitags</b> keine Regel ohne Ausnahme	18.00 – 21.00 keine Regel ohne Ausnahme	Bernd Plöger kommissarisch	05.09. Queer Filmfest Bambi 17.00 h “Scham” 19.00 h “Alles was brennt” mit Darstellern 21.15 h “Queer Panorama” 09.09. 16-00 h “Fassadenkunst” Stadtführung mit Detlef 12.09. 18.00 h Spieleabend [zp] 19.09. 18.00 h Gruppentreffen [zp] 20.00 h Straßenbahnfahrt Aidshilfe 26.09. 19.00 h “Queere Moderne” Ausstellungseröffnung im K20   Grabbeplatz 5
 <b>Pro Retina</b> Selbsthilfegruppe	Samstag 27.09.25	13.00 – 17.30	Ulrich Kanders	Kontakt ulrich.kanders@pro-retina.de

# Programm SEPTEMBER 2025

Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
 <b>Queeres Zentrum Düsseldorf</b>	Sonntag <b>07.09.25</b>	11.00 – 14.00	Frank Schuster Finn Schmidt	<b>Open House Brunch</b> [jeden 1. So. des Monats, auch anderenorts] Kontakt   Anmeldung <b>info@queereszentrum.org</b>
 <b>Lesbenfrühstück</b> in Kooperation mit "Queer im Alter"	Sonntag <b>14.09.25</b>	11.00 – 13.00 2 Brötchen   Butter   Marmelade   Käse   1 Ei Wasser   Tee   Kaffee Kosten: 6 €	Helga Gölitz leckere Mitbringsel – gerne   Ankündigung nicht nötig	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> Anmeldung: helgagoelitz@web.de AWO Kürtenhof   Bruchstr. 12 [jeden 2. Sonntag des Monats]
 <b>Sonntagsfrühstück</b>	Sonntag <b>21.09.25</b>	10.00 – 12.30	Liesel Antel	<b>Anmeldung Tel. 600 25 573</b> zentrumplus-stadtmitte@awo- duesseldorf.de Kostenbeitrag 7,00 € [jeden 3. Sonntag des Monats]
 <b>Tauschring Düsseldorf und Umgebung</b>	Sonntag <b>21.09.25</b>	15.00 – 18.00	Margret L.	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> Café du Kräh   Krahestr. 20 SonntagsCafé www.tauschring-duesseldorf.de Info unter 0211 4228301
 <b>Männerfrühstück</b>	Sonntag <b>28.09.25</b>	10.00 – 12.30	Claus + Karl	<b>Anmeldung Tel. 600 25 573</b> zentrumplus-stadtmitte@awo- duesseldorf.de Kostenbeitrag 7,00 € [jeden letzten Sonntag des Monats]

## Sozialberatung der AWO für Senior\*innen



Nutzen Sie unsere kostenlose, individuelle Beratung in Lebens- und Alltagsfragen sowie rund ums Thema Pflege, Wohnformen im Alter, soziale Angelegenheiten, Hilfe bei Anträgen usw. Hausbesuche sind möglich.

**Bitte Termin vereinbaren: Natalie Buzov, Tel. 0172 44 84 380**

AWO KV | **zentrum plus** Stadtmitte

Mintropstraße 20–22 | 40215 Düsseldorf | Info: Svjetlana Stefanac | Tel.: 0211 60025-573  
zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de | www.awo-duesseldorf.de

**zentrum plus**  
gemeinsam aktiv für das Alter

Die „zentren plus“ werden gefördert durch die Landeshauptstadt Düsseldorf