

Programm SEPTEMBER 2025



„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

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

Veranstaltungen Mo. – So.

	Tauschring Düsseldorf und Umgebung	Montag 01.09.25	10.30 – 13.00	Margret L.	außerhalb zp Stadtmitte ZAKK Fichtenstr. 40 Frühstück www.tauschring-duesseldorf.de Info unter 0211 4228301
	Kartenspiele Ortsverein Altstadt	Montag 08.09.25	14.00 – 16.30	Liesel Antel	Interessierte sind willkommen [jeden 2. Montag des Monats]
	Chorverband Düsseldorf e.V.	Montag 29.09.25	16.30 – 19.00	Christel Paschke-Sander 1. Vorsitzende	Vorstandssitzung
	Magic Monday Theaterkurs	Montag 01.09.25 08.09.25 15.09.25 22.09.25 29.09.25	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
	Ortsverein Oberkassel	Montag September fällt aus 06.10.25	14.30 – 16.30	Helga Brückner	Anmeldung Tel. 600 25 573 [montags, Ende des Monats]
	Burnout Café online mit ZOOM	Anderes Burnout Café Düsseldorf pausiert. Wenn Sie Interesse an der Gruppe haben, schreiben Sie bitte an Lea Seibt ls@bbud.info.			online mit zoom weitere Infos zu Online-Selbsthilfe- gruppen + Terminkalender unter www.anderes-burnout-cafe.de
	Ungehindert Queer	Dienstag 02.09.25 16.09.25 30.09.25	17.00 – 19.00	Bernd Plöger	Anmeldung: ungehindertqueer@queerhandicap.de Ältere queere Menschen mit Behin- derung können sich im geschützten Rahmen austauschen und vernetzen.

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

Programm SEPTEMBER 2025

„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
 Freundschafts- wochen der „zentren plus“ gefördert durch Stadt Düsseldorf	Tanzen mit Freundinnen Freundschaft bewegt Tanz verbindet	Dienstag 09.09.25 & Freitag 12.09.25	10.00 – 11.30	Hanna Jenet Anmeldung Tel. 60025573 zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de	Alle sind herzlich eingeladen Die „zentren plus“ begehen die „Freundschaftswochen“, die Teilnahme an allen Angeboten ist kostenlos. Ein Vormittag mit Musik, Bewegung und Gemeinschaft: bringen Sie Ihre Freundinnen, Freunde, Nachbarinnen und Nachbarn mit, wir tanzen, lachen und feiern gemeinsam.
	Tanzen	dienstags & freitags	10.00 – 11.30	Hanna Jenet	5,00 € für 90 Min.
	Schach	dienstags	14.00 – 17.00	Christoph Meißner	Anmeldung und Info Tel. 600 25 573
	NS-Erzählcafé	Mittwoch 03.09.25	14.00 – 16.00	Svetlana Fourer	Geschlossene Veranstaltung Infos unter www.nsberatung.de [in der Regel jeden 1. Mittwoch des Monats]
 Kooperation DRK zp Friedrichstadt AWO zp Stadtmitte Sophie Voets-Hahne gefördert durch Stadt Df.	Kunst Kultur Freund- schaft Auftakt- veranstaltung	Mittwoch 03.09.25	14.00 – 17.00	Sophie Voets-Hahne zentrum plus Stadtmitte zentrum plus Friedrichstadt Jahnstr. 47 Anmeldung Tel. 3849199 zentrumplus.friedrichstadt@drk-duesseldorf.de	außerhalb zp Stadtmitte Alle sind herzlich eingeladen Im Alter stellt sich oft die Frage, wie sich Freundschaften erhalten und neue finden lassen. Die Be- schäftigung mit Kunst, Kultur und Natur kann Menschen zu- sammenbringen und verbinden. Zum Start der Reihe Lebenskunst Freundschaftskunst sammeln wir gemeinsam Ideen, dazu sind auch Künstler eingeladen. Geplant sind Workshops (u.a. im Kunst- palast), Naturerkundungen, biographische Entdeckungen, ...
	Gedächtnis- training	Mittwoch 10.09.25	10.30 – 12.00	Rita Meißner	8,50 € für 90 Min.
	Ortsverein Altstadt	Mittwoch 10.09.25	14.00 – 16.30	Liesel Antel Vorsitzende	Interessierte sind herzlich willkommen [jeden 2. Mittwoch des Monats]

AWO KV | zentrum plus Stadtmitte
 Mintropstraße 20–22 | 40215 Düsseldorf | Info: Svetlana 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

Programm SEPTEMBER 2025

„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	Perspektivwechsel Foto-Ausstellung im Stadtmuseum	Mittwoch 24.09.25	14.00 – 17.00  Fotografieren in Düsseldorf	Barbara Svjetlana	außerhalb zp Stadtmitte Alle sind herzlich willkommen Stadtmuseum Bergerstr. 2 Haupteingang am Ende der Citadellstraße, gegenüber 'Zicke' Treffen 13.50 h Eintritt 4,- Anmeldung nicht nötig
	Seniorenrat Sprechstunde	Donnerstag 11.09.25	09.30 – 11.00	Lothar Jansen	außerhalb zp Stadtmitte DRK zentrum plus Blumenthalstr. 2 Stadtteilfrühstück + Einzelgespräche
 Kooperation DRK zp Friedrichstadt AWO zp Stadtmitte Sophie Voets-Hahne gefördert durch Stadt Df	Hans-Peter Feldmann Ausstellung + Workshop Kunstpallast	Donnerstag 25.09.25	16.00 – 18.00 Treffpunkt: 15.45 h im Foyer Kunstpallast Ehrenhof 4-5	Sophie Voets-Hahne zp Stadtmitte zp Friedrichstadt	außerhalb zp Stadtmitte Alle sind herzlich eingeladen Anlässlich der Ausstellung Hans-Peter Feldmann im Kunst- pallast haben wir die Gelegen- heit, Workshops im Kunst- pallast durchzuführen. Weitere Workshops folgen.
	Bridge	donnerstags	11.00 – 14.00	Marianne Dengler	Anmeldung Tel. 600 25 537
	Boule am Rhein	donnerstags	15.00 – 18.00	Ada Hartmann	außerhalb zp Stadtmitte KIT [Kunst im Tunnel] Mannesmannufer 1 b
	Gay + Grey	freitags 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
	Pro Retina Selbsthilfegruppe	Samstag 27.09.25	13.00 – 17.30	Ulrich Kanders	Kontakt ulrich.kanders@pro-retina.de

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

Programm SEPTEMBER 2025

„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

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