

Programm JANUAR 2026



„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte










	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	Handy Sprechstunde Einzelgespräche	montags	15.00 – 16.30	Bengt Sondermann nur "apple"	Anmeldung + Termin wg. individueller Beratung erforderlich
		donnerstags	11.00 – 11.45 11.50 – 12.35	Stephan Bode	Tel. 600 25 573

Veranstaltungen Mo. – So.

	Tauschring Düsseldorf und Umgebung	Montag 05.01.26	10.30 – 13.00	Margret L.	außerhalb zp Stadtmitte Café du Kräh Krahestr. 20 Frühstück www.tauschring-duesseldorf.de Info unter 0211 4228301
	Kartenspiele Ortsverein Altstadt	Montag 12.01.26	14.00 – 16.30	Liesel Antel	Interessierte sind willkommen [jeden 2. Montag des Monats]
	Seniorenrat Sprechstunde	Montag 12.01.26	14.30 – 16.00	Lothar Jansen Tel 0173 5850888	außerhalb zp Stadtmitte Diakonie zp Derendorf-Golzheim Kleverstr. 75 Im Rahmen des Neujahrsempfangs + Einzelgespräche
	Ortsverein Oberkassel	nicht im Jan. Montag 02.02.26	14.30 – 16.30	Helga Brückner	Anmeldung Tel. 600 25 573 [einmal monatlich montags]
	Magic Monday Theaterkurs	Montag 12.01.26 19.01.26 26.01.26	18.45 – 21.45	Konstanze Brüning Arnd vom Felde	vomfelde brüning Schauspiel GbR Theaterpäd. Theater+Tanzpädagogin Infos unter: www.schauspielwerkstatt.fun www.konstanzebruening.de
	Ungehindert Queer	Dienstag 06.01.26 20.01.26	17.00 – 19.00	Bernd Plöger	Anmeldung: ungehindertqueer@queerhandicap.de Ältere queere Menschen mit Behinderung können sich im geschützten Rahmen austauschen und vernetzen.
	Haus der Geschichte Bonn	Dienstag 20.01.26	9.30 h Treffen Info Hbf Df. ab RE5 9.58 h an Bonn 10.59 h	Barbara Svijetlana Bitte kurz anmelden Tel oder Email s.u.	außerhalb zp Stadtmitte Alle sind herzlich willkommen Kurzer Weg zwischen Bahnhof Bonn UN Campus und Museum Eintritt frei – barrierefrei Restaurant im Haus Wenn die Finanzierung des Ausflugs problematisch ist, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Svijetlana Stefanac.






Programm JANUAR 2026

„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	Tanzen	dienstags & freitags	10.00 – 11.30	Hanna Jenet	5,00 € für 90 Min. nicht am Di. 06.01. + Fr. 09.01.
	Schach	dienstags	14.00 – 17.00	Christoph Meißner	Anmeldung und Info Tel. 600 25 573
	NS-Erzählcafé	Mittwoch 07.01.26	14.00 – 16.00	Svetlana Fourer	Geschlossene Veranstaltung [in der Regel jeden 1. Mittwoch des Monats] Infos unter www.nsberatung.de
	Gedächtnis- training	Mittwoch 14.01.26	10.30 – 12.00	Rita Meißner	8,50 € für 90 Min.
	Ortsverein Altstadt	Mittwoch 14.01.26	14.00 – 16.30	Liesel Antel Vorsitzende	Interessierte sind herzlich willkommen [jeden 2. Mittwoch des Monats]
	Bridge	donnerstags	11.00 – 14.00	Marianne Dengler	Anmeldung Tel. 600 25 537
	Boule am Rhein	donnerstags <i>Winterpause</i>	15.00 – 18.00	Ada Hartmann	außerhalb zp Stadtmitte KIT [Kunst im Tunnel] Mannesmannufer 1 b
	Gay + Grey	freitags	18.00 – 21.00	Bernd Plöger kommissarisch	09.01. offener Abend 16.01. Spieleabend 23.01. Filmabend 30.01. Gesprächsabend
	Pro Retina Selbsthilfegruppe	Samstag 31.01.26	13.00 – 17.30	Ulrich Kanders	Kontakt ulrich.kanders@pro-retina.de

Programm JANUAR 2026

„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	Lesben-frühstück in Kooperation mit "Queer im Alter"	Sonntag 11.01.26	11.00 – 13.00 2 Brötchen Butter Marmelade Käse 1 Ei Wasser Tee Kaffee Kosten: 6 €	Helga Gölitz leckere Mitbringsel – gerne Ankündigung nicht nötig	außerhalb zp Stadtmitte Anmeldung: helgagoelitz@web.de AWO Kürtenhof Bruchstr. 12 [jeden 2. Sonntag des Monats]
	Sonntags-frühstück	nicht im Jan. wg. AWO Karnevals- sitzung in Rhein- terasse Sonntag 15.02.26	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 18.01.26	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 25.01.26	10.00 – 12.30	Claus + Karl	Anmeldung Tel. 600 25 573 zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de Kostenbeitrag 7,00 € [jeden letzten Sonntag des Monats]
	iranischer Freundeskreis	Sonntag 04.01.26 11.01.26 18.01.26 25.01.26	13.00 – 17.00 13.00 – 17.00 13.00 – 17.00 15.00 – 19.00	H. Shirazi	Anmeldung iran.freundeskreis@gmail.com

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