

# Programm JUNI 2026





„zentrum plus“ /  
AWO in Stadtmitte

Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
 <b>Handy Sprechstunde</b> Einzelgespräche	montags	15.00 - 16.30	Bengt Sondermann nur "apple"	Anmeldung + Termin wg. Individueller Beratung erforderlich Tel. 600 25 573
	donnerstags	11.00 - 11.45 11.50 - 12.35	Stephan Bode	
	samstags	10.00 - 10.45 10.50 - 11.35	Cem Yörük	

## Veranstaltungen Mo. - So.

geschlossen: Do. 04.06. Frohnleichnam

	<b>Tauschring Düsseldorf</b> und Umgebung	Montag <b>01.06.26</b>	10.30 - 13.00	Margret L.	außerhalb zp Stadtmitte ZAKK   Fichtenstr. 40 Frühstück www.tauschring-duesseldorf.de Info unter 0211 4228301
	<b>Magic Monday</b> Theaterkurs	Montag <b>01.06.26</b> <b>08.06.26</b> <b>15.06.26</b> <b>22.06.26</b>	18.45 - 21.45	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 <b>08.06.26</b>	14.30 - 16.30	Helga Brückner	Anmeldung Tel. 600 25 573 [einmal monatlich montags]
	<b>Kartenspiele</b> Ortsverein Altstadt	Montag <b>11.05.26</b>	14.00 - 16.30	Liesel Antel	Interessierte sind willkommen [jeden 2. Montag des Monats]
	<b>Senioren in Bewegung</b> für alle geeignet	montags	10.00 - 11.00 und 11.00 - 12.00 Bitte anmelden für 10 od. 11 h Tel. 600 25 573	Karoline Haller	Abwechslungsreiche, bedarfsorientierte Übungen für Herz+Kreislauf, Gleichgewicht und Muskulatur. Im Sitzen+Stehen. Unter professioneller Anleitung. Einstieg jederzeit möglich. <b>Kosten pro Stunde 4 €</b> Kostenfrei: mit Düsselpass und bei geringer Rente/Einkommen. Bitte wenden Sie sich an das Team des zentrum plus Stadtmitte.
	<b>Ungehindert Queer</b>	Dienstag <b>09.06.26</b> <b>23.06.26</b>	17.00 - 19.00	Bernd Plöger	Anmeldung: ungehindertqueer@queerhandicap.de Ältere queere Menschen mit Behinderung können sich im geschützten Rahmen austauschen und vernetzen.
	<b>Tanzen</b>	dienstags & freitags	10.00 - 11.30	Hanna Jenet	5,00 € für 90 Min.









# Programm JUNI 2026

„zentrum plus“ /  
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	Schach	<b>dienstags</b> & <b>donnerstags</b>	14.00 – 17.00	Christoph Meißner	Anmeldung und Info Tel. 600 25 573
	NS-Erzählcafé	Mittwoch <b>03.06.26</b>	14.00 – 16.00	Svetlana Fourer	Geschlossene Veranstaltung [in der Regel jeden 1. Mittwoch des Monats] Infos unter <a href="http://www.nsberatung.de">www.nsberatung.de</a>
	Gedächtnis- training	Mittwoch <b>10.06.26</b>	10.30 – 12.00	Rita Meißner	8,50 € für 90 Min.
	Ortsverein Altstadt	Mittwoch <b>10.06.26</b>	14.00 – 16.30	Liesel Antel Vorsitzende	Interessierte sind herzlich willkommen [jeden 2. Mittwoch des Monats]
  <small>Kooperation DRK zp Friedrichstadt AWO zp Stadtmitte Sophie Voets-Hahne gefördert durch Stadt Df</small>	<b>Wir feiern Freundschaft</b>  zum Abschluss der Reihe Lebenskunst Freundschafts kunst	Mittwoch <b>10.06.26</b>	14.30 – 16.30	Sophie Voets-Hahne zp Stadtmitte  zp Friedrichstadt Jahnstraße 47 <b>Bitte anmelden</b> <b>Tel. 600 25 573</b>	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> <b>Alle sind herzlich eingeladen</b> zu einem entspannten Nachmittag mit Musik, Bildern, Gesprächen und kulinarischen Kleinigkeiten. Feiern Sie mit, wir freuen uns auf Sie!  <b><a href="mailto:zentrumplus.friedrichstadt@drk-duesseldorf.de">zentrumplus.friedrichstadt@drk-duesseldorf.de</a></b>
	Bridge	<b>donnerstags</b>	11.00 – 14.00	Marianne Dengler	Anmeldung Tel. 600 25 537 <b>Im Juni können wg. Urlaubs Termine ausfallen.</b>
	Boule am Rhein	<b>donnerstags</b>	15.00 – 18.00	Ada Hartmann	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> KIT [Kunst im Tunnel]  Mannesmannufer 1 b
Theodor Mintrop  	<b>ein Fest für alle</b>  auf dem Mintropplatz	Freitag <b>12.06.26</b>	14.00 – 16.30	Inge Sauer Unsere Straßen Unsere Künstler Café Pur zp Stadtmitte Arbeit + Leben	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> <b>Alle sind herzlich eingeladen</b> zu einem unterhaltsamen Nachmittag auf dem Mintropplatz mit Besuch von Schüler*innen, Spielen, Kaffee und Kuchen, Kalt- getränken etc.

# Programm JUNI 2026

„zentrum plus“ /  
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	<b>Bühnenkunst in den 1920er Jahren</b> Theatermuseum Düsseldorf	Freitag 26.06.26	11.30 ~ 15.00  Treffen 11.30 h vor dem Eingang Jägerhofstr. 1  Alles weitere wird vor Ort entschieden.	Barbara, Luca, Miriam, Svijetlana  bitten um kurze tel. Anmeldung 600 25 573	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> Nach dem Museum geht es durch den Hofgarten, dann Kaffee trinken in der Nähe. Eintrittspreis 4 €, ermäßigt 2 € Geschichte von Theater und Kostüm   Entwicklung vom Handwerk zur Kunst theatermuseum.de/ausstellungen/buehnenkunst <b>Kultur ist für alle da!</b> Wenn die Finanzierung des Angebots problematisch ist, wenden Sie sich vertrauensvoll an das Team des zentrum plus Stadtmitte.
	<b>Gay + Grey</b>	freitags	18.00 – 21.00	Claus + Holger  zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de	05.06. CSD Düsseldorf Gruppenabend im Zelt 12.06. Spieleabend [zp] 19.06. Filmabend [zp] 26.06. <b>Queere Kunst gestern + heute</b> Talk mit Sascha Förster + Gästen <b>Polnisches Institut</b> Citadellstr. 7 Start 18.30 h <b>Bitte anmelden</b>
	<b>Lesben-frühstück</b> in Kooperation mit "Queer im Alter"	Sonntag 14.06.26	11.00 – 13.00  2 Brötchen Butter  Marmelade Käse 1 Ei Wasser Tee Kaffee Kosten: 6 €	Helga Gölitz  leckere Mitbringsel – gerne   Ankündigung nicht nötig	<b>außerhalb zp Stadtmitte</b> Anmeldung: helgagoelitz@web.de AWO Kürtenhof   Bruchstr. 12 [jeden 2. Sonntag des Monats]
	<b>Sonntags-frühstück</b>	Sonntag 21.06.26	10.00 – 13.00	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 21.06.26	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>Männer-Frühstück</b>	Sonntag 28.06.26	10.00 – 13.00	Das Frühstück wird liebevoll gestaltet von Claus + Karl + Norman + Karlheinz	<b>Anmeldung Tel. 600 25 573</b> zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de Kostenbeitrag 7,00 € [jeden letzten Sonntag des Monats]
	<b>Seniorenrat Sprechstunde</b>			Norbert Zeitz 0160 95870517	steht auch für Einzelgespräche zur Verfügung

# Programm JUNI 2026

„zentrum plus“ /  
AWO in Stadtmitte

Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten	
	iranischer Freundeskreis	Sonntag <b>07.06.26</b> <b>14.06.26</b> <b>21.06.26</b> <b>28.06.26</b>	13.00 – 17.00 13.00 – 17.00 15.00 – 19.00 15.00 – 19.00	H. Shirazi	Anmeldung <a href="mailto:iran.freundeskreis@gmail.com">iran.freundeskreis@gmail.com</a>



## 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**