

Programm OKTOBER 2026



„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	Handy Sprechstunde auch für Tablet + Laptop 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	Stephan Bode	
			11.50 – 12.35		
			14.00 – 14.45 14.50 – 15.35	Cem Yörük	

Veranstaltungen Mo. – So.

	Tauschring Düsseldorf und Umgebung	Montag 05.10.26	10.30 – 13.00	Margret L.	außerhalb zp Stadtmitte ZAKK Fichtenstr. 40 Frühstück www.tauschring-duesseldorf.de Info unter 0211 4228301
	Magic Monday Theaterkurs	Montag 05.10.26 12.10.26	18.45 – 21.45	Konstanze Brüning Arnd vom Felde	vomfelde brüning Schauspiel GbR Theaterpäd. Theater+Tanzpädagogin Infos unter: www.schauspielwerkstatt.fun www.konstanzebrueining.de
	Ortsverein Oberkassel	Montag 05.10.26	14.30 – 16.30	Helga Brückner	Anmeldung Tel. 600 25 573 [einmal monatlich montags]
	Kartenspiele Ortsverein Altstadt	Montag 12.10.26	14.00 – 16.30	Liesel Antel	Interessierte sind willkommen [jeden 2. Montag des Monats]
	Ungehindert Queer	Dienstag 13.10.26 27.10.26	17.00 – 19.00	Ralf + Lothar	Anmeldung: ungehindertqueer@queerhandicap.de Ältere queere Menschen mit Behinderung können sich im geschützten Rahmen austauschen und vernetzen.
	Tanzen	dienstags & freitags	10.00 – 11.30	Hanna Jenet	5,00 € für 90 Min. fällt aus Di. 13.10. + Fr. 16.10.
	Schach	dienstags & donnerstags	14.00 – 17.00	Christoph Meißner	Anmeldung und Info Tel. 600 25 573
	kunstaktiv im Atelier	dienstags begrenzte Platzanzahl – bitte verbindlich anmelden: zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de	14.00 – 17.00	Svijetlana Stefanac	außerhalb zp Stadtmitte Ideen erarbeiten + realisieren im Atelier des café creativ Fürstenwall 100 (Schulgebäude) Eingang über Toreinfahrt Florastraße Voraussetzung: Lust auf kreativ, Lust auf Leute

AWO KV | **zentrum plus Stadtmitte**
Mintropstraße 20-22 | 40215 Düsseldorf | Info: Svijetlana 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 OKTOBER 2026

„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	NS-Erzählcafé	Mittwoch 07.10.26	14.00 – 16.00	Svetlana Fourer	Geschlossene Veranstaltung [in der Regel jeden 1. Mittwoch des Monats] Infos unter www.nsberatung.de
	Franz Marc Die Suche nach einer besseren Welt Ausstellung im K20 Kunstsammlung NRW Grabbeplatz 5	Mittwoch 07.10.26	14.00 ~ 16.30 Treffen 13.50 h vor dem Eingang zum Abschluss gemeinsam auf die Rater Straße zum Rheinufer	Barbara Miriam Luca Svijetlana 	außerhalb zp Stadtmitte Franz Marc 1880 – 1916, bedeutender Maler des Expressionismus. Mitbegründer der Gruppe Blauer Reiter. K20 gibt einen umfassenden Einblick in das Werk des Ausnahmetalents. Eintritt 17,- / ermäßigt 15,- Kunst ist für alle da. Wenn die Finan- zierung des Angebots problematisch ist bitte Svijetlana Stefanac ansprechen.
	Gedächtnis- training	Mittwoch 14.10.26	10.30 – 12.00	Rita Meißner	8,50 € für 90 Min.
	Ortsverein Altstadt	Mittwoch 14.10.26	14.00 – 16.30	Liesel Antel Vorsitzende	Interessierte sind herzlich willkommen [jeden 2. Mittwoch des Monats]
	Tauschring Düsseldorf und Umgebung	Donnerstag 29.10.26	17.30 – 21.00	Margret L.	zentrum plus Stadtmitte Monatstreffen www.tauschring-duesseldorf.de Info unter 0211 4228301
	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	18.00 – 21.00	Claus + Holger zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de	02.10. Gesprächsabend [zp] 09.10. "Brokeback Mountain" Schauspiel im Theater Oberhausen Treffen 16.00 h Infopoint Hbf Df. 16.10. Filmabend [zp] 23.10. Spieleabend [zp] 30.10. Treffen im Café Vielfalt Karlstr. 11

Programm OKTOBER 2026

„zentrum plus“ /
AWO in Stadtmitte

	Was	Wann	Zeit	Wer	Bitte beachten
	Lesben-frühstück	Sonntag 11.10.26	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	Sonntag 18.10.26	10.00 – 13.00	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 18.10.26	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 25.10.26	10.00 – 13.00	Das Frühstück wird liebepoll gestaltet von Claus + Karl + Norman + Karlheinz	Anmeldung Tel. 600 25 573 zentrumplus-stadtmitte@awo-duesseldorf.de Kostenbeitrag 7,00 € [jeden letzten Sonntag des Monats]
	iranischer Freundeskreis	Sonntag 04.10.26 11.10.26 18.10.26 26.10.26 01.11.26	13.00 – 17.00 13.00 – 17.00 15.00 – 19.00 15.00 – 19.00 13.00 – 17.00	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

AWO KV | **zentrum plus Stadtmitte**
Mintropstraße 20-22 | 40215 Düsseldorf | Info: Svijetlana 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