

Unser Programm im Monat Dezember 2024

Montag	16.12.2024	15.00 - 20.00	Iranischer Kulturtreff
	09.12.2024	19.00 - 21.00	SHG Erwachsene Geschwister Düsseldorf
Mittwoch	04.12.2024	11.00 - 14.00	Kaffee Klatsch
		15.00 - 17.00	Parkinson SHG
	11.12.2024	10.30 - 13.00	Weihnachtsfrühstück
		15.30 - 16.00	Bingo/ Dabellna
		18.00 - 20.00	Daaf - Rahmentrommel
	18.12.2024	13.00 - 14.00	Mittagessen persische Köstlichkeiten
		14.30 - 17.00	Bingo/ Dabellna
	25.12.2024	10.30 - 13.00	Frühstück
13.00 - 15.00		Geburtstagskaffee Kostenloses Angebot für Besucher*innen, welche im November geboren wurden.	
18.00 - 20.00		Daaf - Rahmentrommel	

Unser Programm im Monat Dezember 2024

Freitag	13.12.2024	13.00 - 14.30	Club der digitalen Silberperlen - Digitaltraining
	20.12.2024	13.00 - 14.30	Club der digitalen Silberperlen - Digitaltraining
	06.12.2024	14.00 - 15.30	SHG Pustebblume
Sonntag	01.12.2024	15.00 - 16.30	SHG 55+ Frauen aus der Türkei
		17.00 - 20.00	Frauentreff Frauen aus der Türkei
	22.12.2024	15.00 - 16.30	SHG 55+ Frauen aus der Türkei
		17.00 - 20.00	Frauentreff Frauen aus der Türkei

Unsere Extra Termine im Dezember 2024

<p>Montag 02. 12. 2024 12.30 – 14.15</p> <p>Wo: „zentrum plus“ / AWO Flingern – Süd, Ronsdorferstr. 126, 40233 Düsseldorf</p> <p>Die Veranstaltung ist kostenlos.</p> <p>Anmeldungen bitte bei Petra Hoberg und Suzana Salmen unter:021160025576.</p>	<p>Clever Energie sparen</p> <p>Die Kosten schießen in die Höhe, Ressourcen werden immer knapper. Energiesparen ist in aller Munde. Die Budgetberatung der Diakonie Düsseldorf gibt Tipps, wie Sie mit teils ungewöhnlichen Methoden bares Geld einsparen können. Die ein oder andere bisher unbekannt Information ist mit Sicherheit auch für Sie dabei. Ebenso bekommen Sie Hinweise zur Bezuschussung von Kühlschränken (einkommensabhängig, kein Rechtsanspruch). Veranstalter: Budgetberatung der Diakonie Düsseldorf.</p>
<p>MITTWOCH, 04. 12. 2024</p> <p>Wann: 15.00 - 16.30 Uhr</p> <p>Wo: FLINGERN, PLATZ DER DIAKONIE 40233 Düsseldorf</p> <p>Die Veranstaltung ist kostenlos.</p>	<p>ZUHÖR.BANK FLINGERN</p> <p>Ehrenamtliche sind vor Ort und hören zu. Komm Sie gerne vorbei ☺ und erleben Sie ganz unkomplizierte Begegnungen im Stadtbezirk 02.</p> <p>Wer gemeinsam mit uns starten will: 14.30 Uhr Treffpunkt „zentrum plus“ / AWO Flingern – Süd, Ronsdorferstr. 126, 40233 Düsseldorf</p>
<p>Donnerstag, 05. 12. 2024</p> <p>Wann: 12.00 – 14.00 Uhr</p> <p>Wo: „zentrum plus“ / AWO Flingern – Süd, Ronsdorferstr. 126, 40233 Düsseldorf</p> <p>Interessierte bitte bei Petra Hoberg und Suzana Salmen unter 0211 60025576 telefonisch melden.</p>	<p>Aufbautreff zur Installation der „BEAtE Gruppe“ 2025 mit Schwerpunkt Zuwanderung</p> <p>Qualifizierte EA*innen entwickeln gemeinsam einen Rahmen für die Betreuung von Menschen mit Zuwanderungsgeschichte. Hierbei steht die Entlastung der An- und Zugehörigen im Fokus.</p>

Unsere Extra Termine im Dezember 2024

<p>Mittwoch, 11.12.2024</p> <p>Wann: 10.00 – 13.00</p> <p>Wo: „zentrum plus“ / AWO in Flingern – Süd</p> <p>Die Veranstaltung ist kostet 5,00 Euro.</p> <p>Anmeldungen bitte bei Petra Hoberg und Suzana Salmen unter:021160025576 oder bei Feryal.</p>	<p>Weihnachtsfrühstück</p> <p>In gemütlicher Atmosphäre und festlicher Stimmung wollen wir die Weihnachtszeit miteinander genießen. Alle sind herzlich eingeladen.</p>
<p>MONTAG, 16. DEZEMBER, 11 - 20</p> <p>Wann: ab 18 Uhr</p> <p>Wo: Hütte auf dem Weihnachtsmarkt Vor dem Düsseldorfer Rathaus</p>	<p>HÜTTE auf dem WEIHNACHTSMARKT vor dem Rathaus mit Stammtisch</p> <p>Wir sind in 3-Stunden-Schichten von 11-14, 14-17, 17-20 Uhr vor Ort.</p> <p>Es gibt etwas zu Essen und warme Getränke☺</p>
<p>Samstag, 21.12.2024</p> <p>Wann: 15.00 – 20.00</p> <p>Wo: „zentrum plus“ / AWO in Flingern – Süd, Ronsdorferstr.126, 40233 Düsseldorf</p> <p>Kosten: 20,00 € mit DP: 10,00 € Anmeldungen bitte unter 0211 60025353 oder bei Feryal</p>	<p>Yalda Nacht</p> <p>Wir laden Sie herzlich zu dem iranischen Fest ein. Dies wird in der dunkelsten und längsten Nacht des Jahres gefeiert. Genießen Sie Köstlichkeiten und Musik aus dem Orient mit uns.</p>

Unser regelmäßiges Programm 1x wöchentlich

montags	14.30 - 15.30	Yoga im Sitzen
	17.30 - 19.30	Saz Gruppe (pausiert momentan)
dienstags	10.00 - 11.00	Deutschkurs für Fortgeschrittene
	11.00 - 12.00	Deutschkurs für Anfänger*innen
	14.00 - 15.00	Gedächtnistraining in persischer Sprache
	15.00 - 16.00	Mal- und Zeichenkurs (pausiert momentan)
donnerstags	13.00 - 14.00	Handysprechstunde (vorherige Anmeldung)
	11.00 - 13.00	Strick - und Häkelkurs
	15.30 - 17.30	Gitarrenkurs im Aufbau
freitags	10.30 - 11.30	Latin Dance
	16.00 - 19.00	Muttersprachlicher Unterricht Generationsübergreifendes Angebot für Kinder und Jugendliche aus Eritrea
samstags	11.00 - 13.00	Daaf Kurs

In den "zentren plus" gibt es momentan keine gesetzlichen Hygienevorschriften mehr. Bitte nehmen Sie trotz alledem Rücksicht aufeinander und kurieren Sie sich bei Erkrankungen aus. In diesen Situationen unterstützen wir Sie sehr gerne.

Ehrenamtliche Tätigkeit? Sprechen Sie uns an.

Wir sind interessiert, welche Aktivitäten Sie zu unserem Programm beitragen möchten und welche Ideen Sie haben, die wir mit Ihnen zusammen weiter entwickeln können.

Beratung*:

Wir **beraten** Sie individuell und qualifiziert zu Fragen rund ums Alter. Wir zeigen Ihnen Wege, auch mit Hilfe- und Pflegebedürftigkeit so lange wie möglich in der eigenen Wohnung leben zu können.

Wir **informieren** über Unterstützungsmöglichkeiten und Leistungsansprüche und **beraten** zu speziellen Themen wie Vorsorgevollmacht, Betreuungs- oder Patientenverfügung, Demenz, Pflegegrad etc.

**Bitte sprechen Sie uns an und vereinbaren Sie einen persönlichen Termin mit uns.
Es beraten Sie: Petra Hoberg und Suzana Salmen**

Wir freuen uns auf Sie! Bleiben Sie gesund!