

Unser Programm im Monat Februar 2025

Montag	10.02.2025	19.00 -21.00	SHG Erwachsene Geschwister Düsseldorf
Mittwoch	12.02.2025	10.30 - 13.00	Frühstück
		15.30 - 16.00	Bingo/ Dabellna
		18.00 - 20.00	Daaf - Rahmentrommel
	19.02.2025	13.00 - 14.00	Mittagessen persische Köstlichkeiten
		14.30 - 17.00	Bingo/ Dabellna
	26.02.2025	10.30 - 13.00	Frühstück
	26.02.2025	13.00 - 15.00	Geburtstagskaffee Kostenloses Angebot für Besucher*innen, welche im November geboren wurden.
	12.02.2025	18.00 - 20.00	Daaf - Rahmentrommel
	26.02.2025	18.00 - 20.00	Daaf - Rahmentrommel
Donnerstag	13.02.2025	14.00 - 18.00	SHG Türkische Frauen
	27.02.2025	14.00 - 18.00	SHG Türkische Frauen



Unser Programm im Monat Februar 2025

Freitag	04.02.2025	13.00 - 14.30	Club der digitalen Silberperlen - Digitaltraining
	18.02.2025	13.00 - 14.30	Club der digitalen Silberperlen - Digitaltraining
	21.02.2025	14.00 - 15.30	SHG Pustebblume
Samstag	08.02.2025	10.30 - 15.00	Wechselnde Internationale Küche

Unsere Extra Termine im Februar 2025

<p>MITTWOCH, 14. 02. 2025</p> <p>Wann: 15.00 – 17.00 Uhr</p> <p>Wo: ZUHÖR.BANK DÜSSELTAL, ZOO PARK - EINGANG BREHMPLATZ</p> <p>Die Veranstaltung ist kostenlos. Keine Anmeldung nötig.</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>Samstag, 15.02.2025</p> <p>Wann: 11.00 – 14.00 Uhr</p> <p>Wo: „zentrum plus“ / AWO in Lierenfeld Leuthenstr. 36, 40231 Düsseldorf</p> <p>Diese Veranstaltung kostet 10,00 € mit DP 5,00 €</p> <p>Anmeldungen bitte bei Anne Kühl und Suzana Salmen unter:021160025576</p>	<p>„Hütt on wie et wor“</p> <p>Karnevalsfeier im „zentrum plus“ Lierenfeld. Kommt gerne vorbei und lasst uns mit leckeren Köstlichkeiten „Jeck sein“☺. Alle sind herzlich Willkommen mit und ohne Verkleidung.</p>
<p>DONNERSTAG, 20. 02.2025,</p> <p>Wann: 13.00 – 15.00</p> <p>Wo: „zentrum plus“ / AWO in Flingern – Süd</p> <p>Die Veranstaltung kostet 5,00 €, DP: 2,50 €</p> <p>Anmeldungen bitte bei Feryal unter: 015785524922</p>	<p>Spendarmazgan -Feiern Sie mit uns das persische Fest „Verehrung der Frauen“</p> <p>Ph. Dr. Homayoun wird einleitend einen kurzen Vortrag zum Verständnis und Ursprung „Verehrung der Frauen“ auf Deutsch und Farsi halten.</p> <p>Zudem werden persische Sandwiches, Chai und Kaffee angeboten.</p>
<p>Mittwoch , 26 02. 2025</p> <p>Wann: 12.00 – 13.30</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:021160025353.</p>	<p>Überversichert? Clever planen</p> <p>Welche Versicherungen sind wirklich nötig? Tipps und Hinweise zum Thema möglicher Überversicherung</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
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 - Rahmentrommel
Sonntags	11.00 - 18.00	Deraf - Kaviani e. V. Begleitende Einzelgespräche, Chorgruppe, Generationsübergreifende Angebote und Kreativ Angebote

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!