

Unser Düsseldorfer Team:

Alex Ritter.....0176 56974993
 Anja Markutzik.....015734105008
 Aysel Öztürk.....0176 42792346
 Benedikt Müller.....0176 57737980
 Boris Hill.....0176 47026632
 Britta Jedfeld.....0157 58218694
 Dirk Nudel.....0176 89090072
 Elise Jaster.....015734105007
 Elke Voerste.....0176 45902876
 Gianna Esser.....0176-57910265
 Ida Jallow.....0176 56613375
 Ikbal Marangoz.....01577 2117059
 Julia-Melina Müller.....0176 45879398
 Maria Abadia.....015904814049
 Mike Duda.....0176 34630077
 Britta Jedfeld.....015785218694
 Michelle Spickenagel.....0163 5193560
 Stephanie Kruse.....01577 4004416
 Sahin Özgen.....0152 26839155
 Büro (Agnieszka Sujka-Link).....0211 46862915
 Verwaltung Merowingerstr.0211 46862916
 Büro Emma-Str. (Sabine Mösel).....0211 50948489



www.Bewo-Auxilio.de



Freizeitflyer Düsseldorf Juni 2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
			1 Wohlfühlsport für Frauen (11:00)	2 Brunch (11:00)	3
5 Sport Salat (15:00) ----- Musikgruppe (14:00)	6	7 Selbsthilfe- gruppe Freiraum (14:00)	8 Wohlfühlsport für Frauen (11:00)	9 Brunch (11:00)	10
12 Sport Salat (15:00) ----- Musikgruppe (14:00)	13	14	15 Wohlfühlsport für Frauen (11:00) ----- Suppenküche (13:00)	16 Brunch (11:00)	17
19 Sport Salat (15:00) ----- Musikgruppe (14:00)	20 Spaziergang am Rhein (10:00) ----- Art-Tune (14:00)	21 Selbsthilfe- gruppe Freiraum (14:00)	22 Kochen (14:00)	23 Brunch (11:00)	24
26 Sport Salat (15:00) ----- Musikgruppe (14:00)	27	28	29 Fahrradtour (10:00)	30 Grillen (14:00)	

Teilnahme nur bei vorheriger Anmeldung!
 Bitte bis spätestens einen Tag vorher anmelden.
 (Gruppenangebote finden erst ab 2 Personen statt.)

Selbsthilfegruppe „Freiraum“

Wann: Mittwoch, den 7.6. & 21.6.
um 14-16 Uhr

Wo: In der Emmastraße

-----mit Stephanie Kruse-----

Art-Tune

Wann: Dienstags, den 20.6.
um 14 Uhr

Wo: In der Merowingerstraße

-----mit Maria Abadia -----

Sportsalat

Wann: Montags, den 5.6., 12.6.,
19.6. & 26.6.
um 15:00-16:30 Uhr

Wo: In der Emmastraße

-----mit Alexander Ritter -----

Musikgruppe

Wann: Montags, den 6.6., 12.6.,
19.6. & 26.6.
um 14:00-16:00 Uhr

Wo: Düsselstraße 25

-----mit Benno Klissenbauer-----

Wohlfühlspor mit Musik

*Leichter Sport der Spaß macht
– nur für Frauen-*

Wann:
Donnerstags, den 1.6., 8.6. & 15.6.
von 11-12:30 Uhr

Wo: In der Emmastraße

-----mit Elise Jaster-----

Spaziergang am Rhein

Wann: Dienstag, den 20.6.
um 10:00-15:00 Uhr

Wo: Wir treffen uns in der
Merowingerstraße

-----mit Elise Jaster & Anja Markutzik-----

Fahrradtour

Wann: Donnerstag, den 29.6.
um 10 Uhr

Wo: Wir treffen uns in der
Emmasstraße

----- mit Ikbal Marangoz & Anja Markutzik -----

Kochen

Wann: Donnerstag , den 22.6.
um 14:00 Uhr

Wo: In der Merowingerstraße

- 1,50-€ *Eigenanteil* -

-----mit Maria Abadia-----

Suppenküche

Wann: Donnerstag , den 15.6.
um 13:00-15:00 Uhr

Wo: In der Merowingerstraße

- 1,50-€ *Eigenanteil* -

-----mit Ikbal Marangoz-----

Brunch

Wann: Freitags, den
den 2.6. (Stephanie Kruse), 9.6.
(Britta Jedfeld) , 16.6. (Maria
Abadia), & 23.6. (Michelle
Spickenagel)
von 11-14Uhr

Wo: In der Merowingerstraße

- 1,50-€ *Eigenanteil* -

Grillen

Wann: Freitag, den 30.6.
um 14 Uhr

Wo: In der Merowingerstraße

- 1,50,-€ *Eigenanteil* –

-----mit Elise Jaster, Anja Markutzik,, Michelle
Spichenagel-----

!!! Zur Anmeldung bitte in die jeweilige Teilnehmerliste eintragen!!!