Unser Düsseldorfer Team

Alex Ritter	0176 56974993
Anja Markutzik	0157 34105008
Aysel Öztürk	0176 42792346
Benedikt Müller	0176 57737980
Christina Dirks	0155 66446240
Christina London-Stein	0155 66446241
Christiane Gates	0155 60448110
Claudia Schiefer	0176 45933171
Elise Jaster	0157 34105007
Gianna Esser	0176 57910265
Ikbal Marangoz	0157 72117059
Ines Eisermann	0176 13429547
Julia Ruby	0176 45809223
Jörn Quade	0177 3887756
Katharina Kodal	0176 56613375
Klaus Stöcker	0176 56833587
Lena Medick	0157 58188115
Marc Goßen	0176 45879398
Marcus Horzella	0155 60768963
Maria Abadia	01590 4814049
Michelle Spickenagel	0163 5193560
Migle Witte	0157 58211130
Mike Duda	0176 34630077
Sahin Özgen	0157 58218694
Samya Baumann	0176 45902876
Samantha Böhm	0155 66446243
Sarah Niesmann	0157 30225509
Stephanie Kruse	0157 74004416
Svenja Schiemann	0176 89090072
Büro Emma-Str. (Sabine Möseler)	0211 50948489
Büro Merowingerstr. (Agnieszka Sujka-Link)	0211 46862915
Verwaltung Merowingerstr.	0211 46862916

www.Bewo-Auxilio.de

face to face

Freizeitflyer Düsseldorf Mai 2025

BeWo-AuXilio Alexander Ritter

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
			1	2 Brunch (11:00 Uhr) Tischtennis (13:00 Uhr)	3
5	6 Minigolf U-See (12:00 Uhr) Mobility Kurs im Park (14.00 Uhr)	7 Freizeitfrühstück (10:00 Uhr) Bistro (12.00 Uhr) Sportsalat (15.00 Uhr) *	8 Kochen mit Leichtigkeit (10:00 Uhr) Eselspaziergang (11.00 Uhr)	9 Tretbootfahren (10:00 Uhr) Tischtennis (13:00 Uhr)	10 * Yoga-Schauspielhaus (17.00 Uhr)
12 Musiktreff (15.00 Uhr)	13 Frühstück (10.00 Uhr) Mobility Kurs im Park (14.00 Uhr) Wir machen Theater (16.00 Uhr)	14 Freiraum (14:00 Uhr) Bistro (12.00 Uhr) Sportsalat (15.00 Uhr)	15 Kochen mit Leichtigkeit (10:00 Uhr) Ausflug nach Bonn oder Wuppertal (10.00 Uhr)	16 Brunch (11:00 Uhr) Tischtennis (13:00 Uhr)	17
19 Musiktreff (15.00 Uhr)	20 Frühstück (10.00 Uhr) Wir machen Theater (12.15 Uhr) Mobility Kurs im Park (14.00 Uhr)	21 Sportsalat (15: 00 Uhr) Bistro (12.00 Uhr) Yoga-Schauspielhaus (17.00 Uhr)	22 Kochen mit Leichtigkeit (10:00 Uhr) Wandern im Grafenbergerwald (12:00 Uhr)	23 Grillen (13:00 Uhr) Tischtennis (13:00 Uhr)	24
26 Musiktreff (15:00 Uhr)	27 Wir machen Theater (12.15 Uhr) Mobility Kurs im Park (14.00 Uhr)	28 Freiraum (14:00 Uhr) Bistro (12.00 Uhr) Sportsalat (15:00 Uhr)	29 Feiertag	30 Kanutour auf der Niers (9.00 Uhr) Frauenbrunch (11.00 Uhr) Tischtennis (13:00 Uhr)	31

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

Tischtennis & Kicker

Freitag, den **02.05, 09.05, 16.05, 23.05 & 30.05**
von **13:00-15:00 Uhr**
Wo: In der Emmastraße
------ M. Goßen, K. Stöcker-----

Sportsalat

Mittwoch, den **07.05., 14.05., 21.05., 28.05. & 30.04.**
von **15:00-16:30 Uhr**
Wo: In der Emmastraße
------- M. Horzella-------

Minigolf am Unterbacher See

Dienstag, den **06.05.**
von **12:00- 15:00 Uhr**
Wo: Treffen in der Emmastraße
-Eigenanteil 2,50€ -
----- S. Kruse & M. Witte----

Tretboot fahren

Freitag, den **09.05.**
von **10:00-13:00 Uhr**
Wo: Treffen in der Emmastraße
-Eigenanteil 5,00€- 10,00€-
----- S. Böhm & G. Esser-----

Kanutour auf der Niers

(Paddelzeit ca. 4 Stunden plus Pause)
Freitag, den **30.05.**
Von **09:00-18:00 Uhr**
Wo: Treffen an der Emmastraße
um 9.00 Uhr
-Eigenanteil 5,50€-
------- M. Goßen-------

Wandern im Grafenberger Wald

Donnerstag, den **22.05**
von **12:00-14:00 Uhr**
Wo: Treffen am Staufenplatz
---- S. Kruse & J. Ruby----

Mobility Kurs im Park

Dienstag 06.05, 12.05, 20.05 & 27.05
Von **14:00-15:30 Uhr**
Wo: Treffen in der Emmastraße
--- S. Schiemann----

Yoga im Schauspielhaus

Mittwoch, den **07.05 & 21.05**
von **17:00-18:30 Uhr**
Wo: Schauspielhaus Düsseldorf
----A. Markutzik ----

Eselspaziergang

Donnerstag, den **08.05**
von **11:00-14:00 Uhr**
Wo: In der Emmastraße
--------S. Böhm, G. Esser--------

Musiktreff

Montag, den **12.05. 19.05 & 26.05.**
von **15:00- 17:00 Uhr**
Wo: In der Halle Emmastraße
-------- J. Quade---------

Wir machen Theater

von Sprüchen, Wortspielen,
zum Rollenspiel
Dienstag, den **13.05., 20.05 & 27.05.**
!!!Unterschiedliche Uhrzeiten (siehe Kalender!!!)
Wo: Merowingerstraße
------- M. Abadia-------

Frauenbrunch

Freitag, den **30.05**
von **11:00- 14:00 Uhr**
Wo: In der Merowingerstraße
-Eigenanteil 2€-
--------S. Böhm---------

Frühstück

Dienstag, den **13.05** und **20.05**
von **10:00- 12:00 Uhr**
Wo: In der Merowingerstraße
-Eigenanteil 2€-
--------S. Baumann, I. Eisermann---------

Kochen mit Leichtigkeit

Gemeinsam kochen, gemeinsam essen,
gemeinsam aufräumen
Donnerstag, den **08.05, 15.05 & 22.05.**
von **10:00-14:00 Uhr**
Wo: In der Emmastraße
-Eigenanteil 1,50€ bis 2,50€-
--- K. Geppert, M. Abadia, M. Horzella, M. Goßen, ---

Brunch

Freitag, den **02.05. & 16.05**
von **11:00-14:00 Uhr**
Wo: In der Merowingerstraße
-Eigenanteil 2,50€-
----S. Niesmann & G. Esser ----

Freizeitfrühstück

Mittwoch, den **07.05**
von **10:00- 12:00 Uhr**
Wo: In der Merowingerstraße
-Eigenanteil 2€-
--------M. Witte--------

Grillen

Freitag, den **23.05**
von **13:00-16:00 Uhr**
Wo: In der Merowingerstraße
-Eigenanteil 3,00€-
----K. Stöcker----

„Freiraum“- Selbsthilfegruppe

Mittwoch, den **14.05. & 28.05.**
von **14:00-16:00 Uhr**
Wo: In der Emmastraße
-------S. Kruse -------

Ausflug nach Bonn o. Wuppertal

Donnerstag, den **15.05**
von **10:00- 14:00 Uhr**
Wo: Treffen am Hauptbahnhof
um 10.00 Uhr
-Selbstverpflegung-
--------A. Markutzik, I.Eisermann---------