

## Unser Düsseldorfer Team

Alex Ritter	0176 56974993
Anja Markutzik	0157 34105008
Aysel Öztürk	0176 42792346
Benedikt Müller	0176 57737980
Boris Hill	0176 47026632
Christina Dirks	0155 66446240
Christina London-Stein	0155 66446241
Claudia Schiefer	0176 45933171
Dirk Nudel	0176 89090072
Elise Jaster	0157 34105007
Gianna Esser	0176 57910265
Ida Jallow	0176 56613375
Ikbal Marangoz	0157 72117059
Ines Eisermann	0176 13429547
Julia Ruby	0176 45809223
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
Büro Emma-Str. (Sabine Möselers)	0211 50948489
Büro (Agnieszka Sujka-Link)	0211 46862915
Verwaltung Merowingerstr.	0211 46862916



**BeWo-AuXilio GbR**

# Freizeitflyer Düsseldorf Januar 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
30	31	1  Feiertag	2	3  Tischtennis (13:00 Uhr)	4
6	7	8  Bistro (12:00 Uhr) Freiraum (14:00 Uhr) Sportsalat (15:00 Uhr)	9	10  Tischtennis (13:00 Uhr)	11
13	14  Freizeitfrühstück (10:00 Uhr) Wir machen Theater (14:00 Uhr)	15  Bistro (12:00 Uhr) Sportsalat (15:00 Uhr)	16  Kochen mit Leichtigkeit (10:00 Uhr)	17  Tischtennis (13:00 Uhr)	18
20  Leckere Alltagsküche (13:00 Uhr)	21  Kreativkiste Ideenreich (14:00 Uhr)	22  Bistro (12:00 Uhr) Freiraum (14:00Uhr) Sportsalat (15:00 Uhr)	23  Kino – Bohemian Rhapsody (15:00Uhr)	24  Tischtennis (13:00 Uhr)	25
27	28  Lieblingsstücke flicken (14:00 Uhr)	29  Bistro (12:00 Uhr) Sportsalat (15:00 Uhr)	30  Kochen mit Leichtigkeit (10:00 Uhr)	31  Tischtennis (13:00 Uhr)	Bistro 1: jeden Mittwoch 12-14h Kochen mit Leichtigkeit jeden zweiten Donnerstag (10-14h)

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

## **Tischtennis & Kicker**

**Freitags, den 03.01., 10.01., 17.01.,  
24.01. & 31.01.**

**von 13:00-15:00 Uhr**

**Wo:** In der Emmastraße

-----mit M. Goßen-----

## **Sportsalat**

**Mittwoch, den 08.01., 15.01., 22.01.  
& 29.01.**

**von 15:00-16:30 Uhr**

**Wo:** In der Emmastraße

-----mit S. Özgen -----

## **Freizeitfrühstück**

**Dienstag, den 14.01.**

**von 10:00- 12:00 Uhr**

**Wo:** In der Merowingerstraße

**-Eigenanteil 1€-**

-----S.Niesmann-----

## **Leckere Alltagsküche**

**Montag, den 20.01.**

**Von 13:00-15:00 Uhr**

**Wo:** In der Merowingerstraße

**-Eigenanteil 1€-**

----mit M. Abadia----

## **„Freiraum“- Selbsthilfegruppe**

**Mittwochs, den 08.01. & 22.01.**

**um 14:00-16:00 Uhr**

**Wo:** In der Emmastraße

-----mit S. Kruse -----

## **Lieblingsstücke flicken**

**Dienstag, den 28.01.**

**von 14:00 – 16:00 Uhr**

**Wo:** Halle Emmastraße

-----M. Abadia-----

## **Ideenreich (kreatives Gestalten)**

Bringt viele Ideen mit!

**Dienstag, den 21.01.**

**von 14:00-16:00 Uhr**

**Wo:** In der Emmastraße

-----mit M. Abadia-----

## **Wir machen Theater**

von Sprüchen, Wortspielen,  
zum Rollenspiel

**Dienstag, den 14.01.**

**von 14:00-16:00 Uhr**

**Wo:** In der Emmastraße

-----mit M.Abadia-----

## **Kochen mit Leichtigkeit**

Gemeinsam kochen, gemeinsam essen,  
gemeinsam aufräumen

**Donnerstags, den 16.01. & 30.01**

**von 10:00-14:00 Uhr**

**Wo:** In der Emmastraße

**-Eigenanteil 1,50€-**

-----mit M. Horzella-----

## **Kino Bohemian Rhapsody**

**Donnerstag, den 23.01.**

**von 15:00-18:00 Uhr**

**Wo:** In der Emmastraße

-----M.Goßen-----