



## Frühstück für Arbeitslose - (solange der Vorrat reicht)

Termin: ab 09.01.2018  
14-tägig dienstags  
Uhrzeit: 10.00 – 11.30 Uhr

## Stammtisch

4 Termine: jeweils donnerstags  
18.01., 15.02., 22.03., 19.04.,  
17.05., 21.06.2018  
Uhrzeit: 14.30 – 16.30 Uhr

## Spiele AG

4 Termine: jeweils donnerstags  
25.01., 29.03., 26.04.,  
28.06.2018  
Uhrzeit: 14.30 – 16.30 Uhr



## Skatrunde

Termin: jeweils mittwochs  
ab 10.01.2018  
Uhrzeit: 13.30 – 16.00 Uhr  
Wo: Zentrum Plus,  
Klever Str. 75



## Düsseldorf mit dem Fahrrad kennenlernen

Ziel: Tour Natur Pur  
von Bilk nach Benrath  
Termin: 09.06.2018 11.00 Uhr, Sa  
Treffpunkt. Bilk S-Bahnhof  
Anmeldung:  
bei Regenwetter wird nicht gefahren



## Achtung:

Es gibt wieder die kleine Broschüre  
„Düsseldorf für nen' kleinen Euro“.  
Wo: Arbeitslosenzentrum reatec,  
Ellerkirchstr. 80

## Information zum Arbeitslosenzentrum:

Öffnungszeiten:  
mo – do 9.00 – 16.00 Uhr  
fr 9.00 – 12.00 Uhr

Alle Anmeldungen bei Frau Langenhof:  
Tel. 0211/22090-39  
Fax: 0211/22090-20  
Mail: langenhof@renatec.de

Teilnahme an allen Angeboten:  
mit Arbeitslosenpass oder Düssel-Pass

# Kostenfreie Bildungs- und Freizeitangebote

für

## Arbeitslose

Januar – Juni 2018



## Arbeitslosenzentrum reatec

Ellerkirchstr. 80/ 40229 Düsseldorf  
Tel. 0211/22090-39  
Fax: 0211/22090-20  
Mail: arbeitslosenzentrum@renatec.de  
Web: www.renatec.de



## Fremdsprachen

### Englisch für Fortgeschrittene

Termin: ab 09.01.2018, dienstags

Uhrzeit: 13.30 – 14.30 Uhr

### Französisch für Anfänger

Termin: ab 10.01.2018, mittwochs

Uhrzeit: 16.00 – 17.00 Uhr



### Ernährungsseminare

1. Thema: **Gesunde Ernährung – trotz wenig Geld**

Referentin: **Katrin Ehlert-Kaid**  
Heilpraktikerin

Termin: 05.04.2018, Donnerstag

Uhrzeit: 9.30 – 14.30 Uhr

Ort: Fichtenstr. 42

2. Thema: **Vital ernährt – Gewicht optimiert**

Referentin: **Katrin Ehlert-Kaid**  
Heilpraktikerin

Termin: 24.05.2018, Donnerstag

Uhrzeit: 9.30 – 14.30 Uhr

Ort: Fichtenstr. 42

Jeweils Anmeldung erforderlich



## Gesprächskreise

Thema: **Resilienz-oder von der Kunst, sich nicht unterkriegen zu lassen**

Referentin: **Daniela Weinzberg**, Gesundheits- u. Präventionberatungen

Termin: 01.02.2018, Donnerstag

Uhrzeit: 14.30 – 16.30 Uhr

Anmeldung: bis 25.01.2018



Thema: **Erfahrungen mit Migräne**

Referentin: **Angelika van den Berg**,

Termin: 22.02.2018, Donnerstag

Uhrzeit: 14.30 – 16.30 Uhr

Anmeldung: bis 15.02.208

Thema: **Neues vom Jobcenter**

Referentin: **Frau Soll**, Jobcenter-Mitte

Termin: 07.06..2018, Donnerstag

Uhrzeit: 13.30 Uhr

Treffpunkt: **Jobcenter Süd, Haupteingang**  
**Reisholzer Werftstr. 58**



## Theater AG

Termin: ab 09.01.2018, dienstags

Leitung: **Michael Fell**

Uhrzeit: 15.00 - 17.00 Uhr



## Das besondere Angebot

Wir besuchen das **Hakle-Museum**, mit Führung

Termin: 01.03.2018, Donnerstag

Uhrzeit: 14.00 Uhr

Treffpunkt: **Bonner-Str. 201, 40589**

Anmeldung: bis 20.02.2018

### Besichtigung Kraftwerk Lausward

Termin: 12.04.2018, Donnerstag

Uhrzeit: 13.30 Uhr

Treffpunkt: **Auf der Lausward 75**

Anmeldung: bis 31.03.2018

### Besuch der Ausstellung „Black and White“ von Dürer bis Elfasson

mit Führung u. Werkstattarbeit

Wo: **Kunstpalastr**

Termin: 03.05.2018, Donnerstag

Uhrzeit: 14.00 Uhr

Anmeldung: bis 22.04.2018



### Kurs: integrales Tai Chi

Termin: 06.04. – 25.05.2018

8 Termine, freitags

Uhrzeit: 14.00 – 15.30 Uhr

Kursleiter: **Holger Amend**

Anmeldung erforderlich

Einstieg jederzeit möglich

Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen