

# Gemeinsam das Alter (er)leben

Friedrichshain ve Kreuzberg'li  
Emekliler için Program

программа для людей пожилого возраста

برنامج مصلحة شؤون المسنين في دائرة فريدريخسهاين – كرويتسبيرج

## Veranstaltungskalender Oktober 2020

### Aktuelles

#### „Frauenfrühstück“ wird zum „Frauentreff“

Leider können wir wegen der aktuellen Hygieneregeln kein Frühstück anbieten. Die Kulturangebote werden wir aber unter dem Titel „Frauentreff“ wieder aufgreifen.

**Mi 07.10., 11.00 Uhr**

**Die Frauen der Familie Humboldt in Berlin** mit Beate Neubauer.

**Mi 21.10., 11.00 Uhr**

**Die Dichterin Else Lasker-Schüler** mit Claudia von Gélieu

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Falckensteinstraße  
Falckensteinstr. 6, 10997 Berlin

**Anmeldung erforderlich:** Telefon 030 69 53 40 51

Kostenbeitrag: 2,00 €

#### NKM in Bewegung - Kultur im Stadtteilzentrum

**Di, 13. 10., 15.00 Uhr**

**Die wunderbaren Klänge einer keltischen Harfe live erleben**  
mit Dagmar Flemming

Veranstaltungsort: Hof Stadtteilzentrum Volkssolidarität  
Friedenstraße 32, 10249 Berlin

**Anmeldung erforderlich:** Telefon: 030 29 03 55 79

Kein Kostenbeitrag

Eine Veranstaltung des **NKM** - Netzwerks **K**ulturarbeit ältere **M**enschen



## IntoDance – ein digitales Angebot.

**Mi 14. und 28.10., 17.30 Uhr**

Das inklusive Tanz-Angebot richtet sich bewusst an Menschen mit körperlichen Einschränkungen. Egal ob sitzend, stehend oder im Rollstuhl. Der kostenlose Kurs findet in Form eines **ZOOM-MEETINGS** statt. Interessierte bekommen nach der Anmeldung einen Link, um den Livestream zu starten.

**Anmeldung** und weitere Informationen bei Tim Ünsal

[t.uensal@nachbarschaftshaus.de](mailto:t.uensal@nachbarschaftshaus.de), Tel. 0178 31 12 803

Eine Kooperation von Bezirksamt, NHU Urbanstr. und dem MGH Gneisenaustr.

Sie Kennen **ZOOM-Meeting** nicht? Sie benötigen eine **Anleitung**?

Das Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V. hat in Kooperation mit dem „Kompetenz Zentrum Interkulturelle Öffnung der Altenhilfe“ (kom•zen) im Rahmen der Berliner Seniorenwoche eine mehrsprachigen Video-Anleitung erarbeitet.

**Hier können Sie lernen an einem Zoom-Meeting teilzunehmen:**

<https://vimeo.com/458186288> (deutsch)

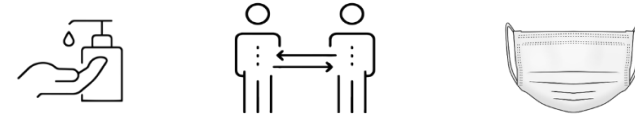
<https://vimeo.com/458197118> (türkisch)

<https://vimeo.com/458212859> (russisch)

<https://vimeo.com/458331519> (arabisch)

## Informationen zu den neuen Hausregeln

Aus Gründen des Infektionsschutzes sind wir angehalten **veränderte Hausregeln** aufzustellen. Diese dienen der Corona-Eindämmung. Damit tragen wir nicht nur zu Ihrem Schutz bei, sondern Sie schützen auch Ihre Mitmenschen.



- Wir sind verpflichtet eine Anwesenheitsdokumentation zu führen. Die Anwesenheitsliste wird vier Wochen aufbewahrt und danach vernichtet.
- Nach dem Betreten der Einrichtung ist Händewaschen oder -desinfizieren verbindlich.
- Speisen und Getränke werden nicht angeboten, können aber mitgebracht werden. Kein Tausch untereinander!
- Der Sicherheitsabstand von 1,5 m muss eingehalten werden.
- Nasen-Mundschutz muss getragen werden bis Sie Platz genommen haben und sobald Sie sich im Raum bewegen. Während der Einzelgespräche besteht Maskenpflicht.
- Neben den aufgeführten allgemein geltenden Regeln erhalten Gruppen/Kurse, wie z.B. Gymnastik, Kreativangebote, Theater und Trommeln für sie eigens vorgesehene Sicherheitsregeln.
- Wenn Sie innerhalb von zwei Wochen nach dem Besuch unserer Einrichtung Symptome von COVID-19 haben oder positiv getestet wurden, müssen Sie uns unverzüglich informieren.

**Vielen Dank für Ihre Mitarbeit und Ihr Verständnis.**

Berlin, den 23.09.2020

## Begegnungsstätte Charlottenstraße

Charlottenstr. 85, 10969 Berlin  
begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de  
☎ 030 50 58 51 37 - Frau Harde



Wegen der andauernden Renovierungsarbeiten können wir leider noch keinen endgültigen Öffnungstermin nennen. Bitte beachten sie die Aushänge oder Fragen Sie bei der Leitung nach.

Eine **Voranmeldung** für die Angebote ist erforderlich.

Mo 14.00 Uhr  
Handarbeitsnachmittag

Di 11.00 Uhr  
Gymnastik mit Frau Bollmann

Di 13. und 27.10.20, 14.00 Uhr  
Malen / Zeichnen

Do 11.00 Uhr  
Sitzgymnastik mit Frau Wigger

Do 14.00 Uhr  
Spielenachmittag

Mo - Fr  
Es können Termine für **Einzelgespräche** vereinbart werden

## Begegnungsstätte Mehring-Kiez

Friedrichstr. 1, 10969 Berlin  
begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de  
☎ 030 225 05 01 40 - Frau Teufel

Eine **Voranmeldung** ist für alle Angebote erforderlich. Wir müssen uns leider vorbehalten, dass Gäste nicht in die Räumlichkeiten können, wenn diese bereits ausgelastet sind.

Mo – Fr, 12.00 und nach Absprache  
Offener Treff

Mo ab 13.00 Uhr  
Spiele z.B. Bingo, Stadt-Land-Fluss, Quiz (max. 6 Gäste möglich)

Mo ab 18.00 Uhr  
Kiezkrähen

Di & Fr 10.00 Uhr  
Gymnastik mit Kraft- und Balanceübungen

Mi ab 19.00 Uhr  
Gymnastik für Frauen unter ehrenamtlicher Leitung

Do ab 18.00 Uhr  
Nähgruppe

Fr 02.10. + 16.10.20 ab 17.00 Uhr  
Offener Treff schwuler Männer über 50

Fr 09.10. + 23.10.20 ab 18.00 Uhr  
Offener Treff lesbischer Frauen über 50

Sa 15.00 Uhr  
Wechselndes Programm mit Bagdad e.V.  
Infos unter [inf@dan4media.de](mailto:inf@dan4media.de)

So jeden 2. und 4. ab 16.00 Uhr  
Treffen sich Besucher\*innen zum Gärtnern und Austausch

**Herr Rainer Witzel, Mitglied der Seniorenvertretung** berät kompetent bei Fragen rund ums Alter und unterstützt bei Problemen und speziellen Nöten. Info & Anmeldung unter Tel. 030 22 50 50 140

## Begegnungsstätte Gitschiner Straße

Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin  
begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de  
☎ 030 50 58 54 50 – Herr Folgner



**Voranmeldung** für die Angebote ist erforderlich.

Di 13.00 Uhr  
Spielegruppen

Di, nach Absprache, 13.00 Uhr  
Handarbeitsgruppe

Do 10.15 Uhr  
Sitzgymnastik

Do 01. und 15.10., 15.00 Uhr  
Mieterberatung, Terminvergabe halbstündlich

Fr 15.00 Uhr  
Englisch

Mo - Fr  
Es können Termine für **Einzelgespräche** vereinbart werden

Bitte informieren Sie sich am Aushang vor der Begegnungsstätte.

## Begegnungsstätte Falckensteinstraße

Falckensteinstr. 6, 10997 Berlin  
begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de  
☎ 030 69 53 40 51 - Herr Block



Eine **Voranmeldung** für die Angebote ist erforderlich.

Mo 07.09. + 14.09.20, 10.30 - 12.00 Uhr  
Trommelgruppe

Mo 13.00 Uhr  
Malgruppe

Di 10.00 Uhr  
Theatergruppe

Di 12.00 Uhr  
Töpfergruppe

Mi 07.10., 11.00 Uhr  
Die Frauen der Familie Humboldt in Berlin mit Beate Neubauer.  
Siehe Seite 1

Mi 21.10., 11.00 Uhr  
Die Dichterin Else Lasker-Schüler mit Claudia von Gélieu  
Siehe Seite 1

Mi 14.00 Uhr  
„6 x 3 = 18 – Unser neues Quiz“

Mo – Fr  
Es können Termine für **Einzelgespräche** vereinbart werden

## Begegnungsstätte Lebensfreude

Kadiner Str. 1, 10243 Berlin  
begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de  
☎ 030 21 23 70 83 - Frau Skejic



Eine **Voranmeldung** ist für alle Angebote, außer „Offener Treff“ erforderlich. Die max. Zahl gleichzeitig Anwesender beträgt für den „Offenen Treff“ derzeit sechs Personen. Wir müssen uns daher leider vorbehalten, dass Gäste nicht in die Räumlichkeiten können, wenn diese bereits ausgelastet sind.

Mo - Fr 10.00 Uhr  
Offener Treff

Mo 12.10.20, 10.00 Uhr  
Beratungsbörse mit Fr. Riebe zum Thema. Mietdeckel

Mo 12.10. und 26.10.20, 13.00 Uhr  
Sprechstunde VdK

Mo 19.10.20, 10.00 Uhr  
Schreibende Jahresringe

Di 10.00 Uhr  
Sprechstunde der Seniorenvertretung

Di 10.00 und 11.00 Uhr  
Gymnastik

Mi 19.10. und 28.10.20, 11.00 Uhr  
Gedächtnistraining

Do 14.00 Uhr  
Handarbeitsgruppe

Do 01.10.20, 14.30 Uhr  
Literatur Café mit Ruth Roma-Völz

Fr 10.00 und 11.00 Uhr  
Gymnastik

Mo – Fr  
Es können Termine für **Einzelgespräche** vereinbart werden.

## Ehrenamt

Mo 12.10.20, 10.00 Uhr

**Beratungsbörse – Leitung Frau Werner**

Thema: Mietdeckel, Referentin Frau Riebe

Veranstaltungsort: Begegnungsstätte Lebensfreude  
Kadiner Str. 1, 10243 Berlin

**Anmeldung erforderlich:** Di 10.00 – 12.00 Uhr, Frau Werner

Telefon: 030 21 23 70 76

Kein Kostenbeitrag

Herr Dr. Kaczinski wird ab 19.10.20 nicht mehr im Ehrenamtlichen Dienst (EaD) tätig sein. Wir bedanken uns für seine langjährige, engagierte Tätigkeit und wünschen einen schönen (Un-)Ruhestand.

EaD-Interessierte wenden sich bitte zunächst an:

E-Mail: [ehrenamt@ba-fk.berlin.de](mailto:ehrenamt@ba-fk.berlin.de) oder ☎ F. Hüttmann 030 90 298 2164

## EHRENSACHE - Machen Sie mit!

Durch die Unterstützung der Senatskanzlei gibt es jetzt in allen Berliner Bezirken in Zeiten von Corona eine Koordinierungsstelle für freiwilliges Engagement.

### Koordinierungsstelle für ehrenamtliche Corona-Hilfe in Friedrichshain-Kreuzberg

Trotz oder gerade wegen der Corona-Krise hält die Hilfsbereitschaft weiter an und auch der Bedarf nach Engagement bleibt bestehen. Deshalb sollen Privatpersonen und Initiativen weiter vernetzt werden. Menschen, die helfen möchten, können sich hier melden, genauso wie bedürftige Personen, die Hilfe suchen, und gemeinnützige Institutionen und Organisationen, die Beratung und Unterstützung benötigen.

Kontakt

**Telefon: 030 69 04 97 50 / 51**

**Webseite: <https://www.die-freiwilligenagentur.de/>**



**seniorenvertretung@friedrichshain-kreuzberg.net**

Beratung bei Fragen rund ums Alter und Unterstützung bei Problemen und in speziellen Lebenslagen

Liebe Seniorinnen und Senioren,

wir sind bemüht, so viel Normalität als möglich in unsere Arbeit zurückzubringen. Ein Schritt dazu ist die Wiederaufnahme von dezentralen Sprechstunden in den Begegnungsstätten. Nähere Einzelheiten dazu weiter unten.

Unsere nächste Sitzung als bezirkliche Seniorenvertretung findet am 13. Oktober 2020 – 10:00 Uhr (ausnahmsweise an einem Dienstag) statt. Auf Grund der Abstandsregeln und dadurch eingeschränkten Platzanzahl muss diese Sitzung leider wieder ohne Gäste stattfinden. Über wichtige inhaltliche Fragen werden wir Sie auf unserer Internetseite **www.seniorenvertretung.friedrichshain-kreuzberg.net** informieren.

Unsere zentralen öffentlichen Sprechstunden finden wie gewohnt statt:

**Friedrichshain: Begegnungsstätte „Lebensfreude“ Kadiner Str. 1**

dienstags 10:00 – 11:00 Uhr

**Kreuzberg: Yorckstr. 4-11, Raum 1066**

freitags 10:00 – 11:00 Uhr

Weitere öffentliche Sprechstunden

**Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum Singerstr. 83**

Jeden 1. Dienstag im Monat, 10:00 Uhr mit Herrn Martin

**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße, Gneisenaustr. 12**

Jeden 3. Dienstag im Monat, 16:00 Uhr mit Frau Gwiasda

**Nachbarschaftstreff WIR IM KIEZ, Koppenstr. 62**

Jeden 3. Dienstag im Monat, 14:00-15:00 Uhr mit Herrn Konieczny

**Kontaktstelle PflegeEngagement, Gryphiusstr. 16**

Jeden 2. Dienstag im Monat, 11:00-12:00 Uhr mit Herrn Konieczny

**Friedenstraße 31**

Jeden 4. Dienstag im Monat, 14:00-15:00 Uhr mit Herrn Konieczny

Haben Sie Fragen oder Wünsche an die Seniorenvertretung außerhalb von Sprechzeiten, können Sie sich gern per E-Mail

**seniorenvertretung@friedrichshain-kreuzberg.net**

oder telefonisch 030 2123 7076 (Anrufbeantworter)

bzw. 0176-7065 5839 an uns wenden.

## Stadtteil- und Seniorenangebote

Dienstgebäude Yorckstr. 4 - 11, 10965 Berlin

Fax: 030 90 298 27 28

[www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/](http://www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/)

**Informationen** zu Freizeitangebote, Gratulationen, Ehrungen

**Marion Wilke** Zi. 1027 ☎ 030 902 98 30 01

E-Mail: [marion.wilke@ba-fk.berlin.de](mailto:marion.wilke@ba-fk.berlin.de)

### Redaktionsteam:

**Marion Dörner** Im Home Office:

E-Mail: [BA-Doerner@gmx.de](mailto:BA-Doerner@gmx.de)

**Diane Marks** Zi. 1027 ☎ 030 902 98 20 36

E-Mail: [diane.marks@ba-fk.berlin.de](mailto:diane.marks@ba-fk.berlin.de)

Unsere Veröffentlichungen finden Sie auch, wenn Sie dem Pfad folgen:

**www.berlin.de/sozialamt-fk**

auf der Übersichtsleiste links -

Stadtteil- und Seniorenangebote

### Impressum:

Herausgeber: Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin,  
Abteilung Arbeit, Bürgerdienste, Gesundheit und Soziales,  
Yorckstr. 4 - 11, 10965 Berlin, ☎ 90 298-0  
[www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/](http://www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/)

Herstellung: Hausdruckerei  
Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin  
Auflage: 1600 Stück