

Gemeinsam das Alter (er)leben

Friedrichshain ve Kreuzberg'li
Emekliler için Program

программа для людей пожилого возраста

برنامج مصلحة شؤون المسنين في دائرة فريدريخسهاين – كرويتسيرج

Veranstaltungskalender

Mai 2018

* * * Inhaltsverzeichnis * * *

Seite	Inhalt
2	Informationen zur Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg
3	Angebote außerhalb unserer Begegnungsstätten /
4	Ehrenamt
5 - 14	Veranstaltungen der Begegnungsstätten/ Von allen Ufern (S. 6)
15	Vorschau

**Ermäßigte Karten erhalten Empfänger*innen von Grund-
sicherung / berlinpass bei entsprechenden Nachweisen.**

Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg
Seniorenvertretung@friedrichshain-kreuzberg.net

Unsere öffentlichen Sprechstunden finden statt:

Begegnungsstätte „Lebensfreude“ Kadiner Str. 1, 10243 Berlin
(Friedrichshain), dienstags 10.00 - 11.00 Uhr, ☎ 2123 7076

Yorckstraße 4 - 11, Raum 1066, 10965 Berlin (Kreuzberg),
freitags 10.00 - 11.00 Uhr ☎ 90298 2452

Eine weitere Sprechstunde wird im **Seniorenbegegnungs- &
Beratungszentrum, Singerstr. 83**, 10243 Berlin, an jedem 1. Dienstag
im Monat von 10.00 - 11.00 Uhr von Horst Martin durchgeführt.

Weitere Mitglieder der Seniorenvertretung halten öffentliche
Sprechstunden in **einigen anderen Begegnungsstätten** regelmäßig
ab - Einzelheiten finden Sie auf den folgenden Seiten unter den
Programmen der Begegnungsstätten.

Haben Sie Fragen oder Wünsche an die Seniorenvertretung außerhalb
dieser Zeiten, können Sie sich gern per E-Mail (siehe oben) oder per
Telefon an die 2123 7076 (Anrufbeantworter) wenden oder Sie
besuchen eine unserer **öffentlichen Sitzungen**: Die nächste
öffentliche Sitzung findet am 09.05.2018 um 10.00 Uhr statt. Ort und
Thema bitte erfragen.

Weitere Informationen erhalten Sie auch unter
www.seniorenvertretung.friedrichshain-kreuzberg.net
www.landesseniorenvertretung-berlin.de und www.ü60.berlin

Unsere Angebote (meist außerhalb der Begegnungsstätten)

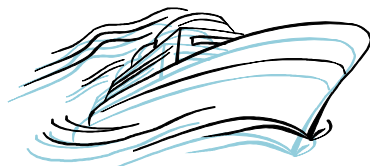
Anmeldung unter der jeweils angegebenen Telefonnummer

Dienstag, 15. Mai 2018, 16.15 Uhr: Lesung "Das Singen der Sirenen" Mit Michael Wildenhain. Wir laden Sie herzlich ein - der Eintritt ist frei. Ort: Alfred-Döblin Bibliothek im Vivantes Klinikum Am Urban (Foyer im Neubau), Dieffenbachstr. 1, ☎ 130 22 31 56. Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg, Stadtteil- und Seniorenangebote

Mittwoch, 16. Mai 2018 - im Anschluss an das Frauenfrühstück: **Musikalisches Programm "Ein heiterer Streifzug von Busch bis Tucholsky"** Mit Gitarrenbegleitung von Brigitte Else Rüffer-Böhm mit Partner. Kostenbeitrag: 2,00 € (zusätzlich zum Frauenfrühstück). Ort: bitte erfragen, ☎ 69 04 97 20. Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg, Stadtteil- und Seniorenangebote

Donnerstag, 17. Mai 2018, 14.00 Uhr: Stadterkundungen - Spurensuche. Schloss Schönhausen - Hausführung. Kosten: 2,00 €. Treff: 13.50 Uhr am Eingang. Anmeldung: ☎ 79 74 06 40 - Frau Schliebe (elke.schliebe@gmx.de) oder ☎ 90298 3001 - Frau Schulz

Sonntag, 27. Mai 2018, 14.00 Uhr: Tanztee. Mit Kiry Janev. Kosten für Kaffee & Kuchen: 3,50 €. Eintritt frei. Ort: Stadtteilzentrum Familiengarten, Oranienstr. 34 (Hof). Eine Veranstaltung des **NKM** – Netzwerk Kulturarbeit für ältere Menschen



Mittwoch, 30. Mai 2018, 13.30 - 16.30 Uhr: Dampferfahrt mit der Geschichtswerkstatt "Rebellisches Berlin". Abfahrt / Ankunft: Anlegestelle Märkisches Ufer, Reederei Riedel. Karten: 8,00 €; ermäßigt 4,00 €. Der Vorverkauf hat begonnen. Karten bei Frau Schulz, ☎ 90298 3001 (AB)

Ehrenamt

Mo, 14.05., 10.00 Uhr: Besichtigung des WBM-Seniorenwohnhauses - Kennenlernen des Nachbarschaftstreffs WIR IM KIEZ

Referentin: Frau Lenhard, Leiterin Nachbarschaftstreff Ort: Koppenstr. 62, 10243 Berlin Info: Beratungsbörse Fr. Schack, ☎ 529 22 90



Engagieren Sie sich ehrenamtlich!

Ehrenamtliches Engagement ist nicht nur eine sinnstiftende Aufgabe sondern bietet auch die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen und Erfahrungen zu sammeln.

Unter dem Schwerpunkt motto "sich für andere engagieren", können sich interessierte Bürgerinnen und Bürger für den ehrenamtlichen Dienst bewerben. Zahlreiche Ehrenamtliche engagieren sich u.a. in Sozialkommissionen bei Gratulationen und Ehejubiläen, beim Besuchsdienst älterer und behinderter Menschen oder bei der aktiven Freizeitgestaltung in Begegnungsstätten.

Soziales Engagement bedeutet nicht nur anderen zu helfen sondern auch durch die direkte Hilfe den Erfolg Ihrer Tätigkeit zu erfahren. Erfahrungsaustausch mit anderen ehrenamtlichen Mitarbeiter_innen oder durch Fortbildungen stärken das Fachwissen und die Kompetenz.

Gesucht werden Bürgerinnen und Bürger, die ehrenamtlich tätig sein wollen

*bei Gratulationen zu Geburtstagen und Ehejubiläen,
bei Besuchen älterer und behinderter Menschen
in aktiven Freizeitgruppen in Begegnungsstätten*



Nähere Auskünfte erhalten sie unter
☎ 90 298-27 81 - Herr Dr. Kaczinski,
E-Mail: uwe.kaczinski@ba-fk.berlin.de

Monatliche Sonder-Veranstaltungen der Begegnungsstätten

Bitte melden Sie sich zu den Veranstaltungen **rechtzeitig** telefonisch in der jeweiligen Einrichtung an, das erleichtert die Planung.

**Hinweise auf regelmäßige Veranstaltungen
finden Sie im Ratgeber.**

Begegnungsstätte Charlottenstraße

(Region 1)

Charlottenstraße 85, 10969 Berlin

ba-charlottenstr.85@gmx.de

☎ 50 58 51 37 - Seneb Harges



Mo 07.05., 14:00 Uhr: Nähcafé für Jüngere und Ältere.
Offener Treff

Di 08.05., 14:00 Uhr: Kreatives Arbeiten

**Mi 16.05., 16:30 Uhr: Treffen des
Sehbehinderten und Blindenvereins**

**Fr 18.05., 14:00 Uhr: Autorinnenlesung "Kieselstein -
eine Altersliebe"** Antje Arbor liest aus ihrem Buch

Di 22.05., 14:00 Uhr: Kreatives Arbeiten

Mi 23.05., 14:00 Uhr: Bingo.
Ein Angebot der AWO Kreuzberg

Fr 25.04., 09:30 Uhr: Frühstück

Vorschau: Fr, 15.06., 14.00 Uhr: Sommerfest.
Live-Musik mit Danilo Rogoli

Begegnungsstätte Mehring-Kiez (Region 1)

Friedrichstraße 1, 10969 Berlin, ba-friedrichstr.1@gmx.de

☎ 225 05 01 40 - Beatrix Teufel

Öffnungszeiten Offener Treff: Montag bis Freitag 12 - 16 Uhr

Mittwoch, 16.05., 12.00 Uhr: Sprechstunde der Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg. Mit Herrn Witzel - Beratung bei Fragen rund ums Alter und Unterstützung bei Problemen und in speziellen Lebenslagen.

Vorschau: Sa, 02.06., 15.00 Uhr: Sommerfest. Mit den Kiez-Krähen. Kaffee, Kuchen und Sommerbowle zum Selbstkostenpreis. Wir bitten um Anmeldung bis 25.05.

Vorschau: Di, 12.06., 19.00 Uhr: Satirischer Auftakt zur WM 2018 "Gib mir die Kugel". Mit Gerald Wolf. Kulturbeitrag: 2,00 €. Bitte anmelden.

Vorschau: Fr, 29.06., 19.00 Uhr: Show-Highlights. Mit Dieter Rita Scholl und Uwe Streibel am Flügel. Kulturbeitrag: 2,00 €. Wir bitten um Anmeldung bis 25.06.

Bitte beachten Sie die aktuellen Programmaushänge



'Von allen Ufern'



Lesbische Frauen ab 50 treffen sich jeden 2. und 4. Freitag im Monat, 18.00 Uhr, zum "Offenen Treff". Info-☎ 0176-21954764 - Ulrike Haase

Schwule Männer ab 50 treffen sich jeden 1. und 3. Freitag im Monat, 17.00 Uhr, zum "Offenen Treff". Infos ☎ 0170 233 31 93, E-Mail: g55plus@gmx.de - Dieter Telge



Das **Quartiersmanagement-Büro** ist Anlaufstelle für Ideen von Bewohner*innen aus dem Kiez. Probleme sollen erkannt und gelöst werden.

Kommen Sie jeden 1. Mittwoch zu den Kiezzunden in der Friedrichstraße 1. Nächste Termine: 02.05. und 06.06.2018. Info: Frau Hartmann, Kunstwelt e.V., ☎ 39 93 32 43

Begegnungsstätte Gitschiner Straße (Region 1)

Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin, ba-gitschinerstr@gmx.de

☎ 50 58 54 50 - Gertrud Kaiser



Do, 03.05., 14.00 Uhr: Kooperationsveranstaltung

mit dem Deutschen Sozialbund. Weiteres bitte telefonisch erfragen

Di, 29.05., 14.00 Uhr: Bingo mit Kaffeetafel.

Kostenbeitrag: 2,- € - ohne Anmeldung

Do, 31.05., 16.00 Uhr: Interkulturelles Frauentreffen.

Informationen über Mütter ohne Grenzen,

Afife Centintas, ☎ 0163-169 47 30

Vorschau: Mi, 06.06., 13.30 Uhr: Tanznachmittag. Live-Musik mit

Kiry Janev. Kartenverkauf am 29.05., 14.00 Uhr

Mittwochs, 18.00 Uhr: Orientalischer Tanz. Entdecken Sie sich und

Ihren Körper neu und machen Sie Ihre Stärken mobil. Leitung: Frau Bergsdorf. Ohne Anmeldung.

Kooperationsveranstaltung mit der Simeongemeinde

Mi, 24.05., 14.00 Uhr. Filmnachmittag. Mit Kaffeetafel

MehrGenerationenHaus Wassertor 48 e.V. (Region 1)

Wassertorstr. 48, 10969 Berlin, mgh@mgh-wassertor.de

☎ 61 50 72 61 - Julia Lehmann



Unsere regelmäßigen kostenlosen Bildungs-, Beratungs- und Begegnungsangebote für Senior_innen finden Sie im Ratgeber oder unter www.mgh-wassertor.de

Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V. (Region 2)

Urbanstr. 21, 10961 Berlin, info@nachbarschaftshaus.de

☎ 69 04 97-20 – Ann-Brit Keck



Durch Umbaumaßnahmen finden Veranstaltungen an anderen Standorten statt. Unter anderem im Mehrgenerationenhaus Gneisenastr. 12., s.u. Aktuelles finden Sie unter www.nachbarschaftshaus.de

!!!!Bitte erfragen Sie den Veranstaltungsort für das Frauenfrühstück bzw. für das anschließende Programm bei der Anmeldung!!!!

Mi, 16.05. 10.00 Uhr: Frauenfrühstück. Eingeladen sind Frauen, die miteinander ins Gespräch kommen, sich mit frauenspezifischen Themen beschäftigen, vielleicht gemeinsame Unternehmungen starten wollen uvm. Kosten: 7,- €. Teilnahme nur mit Anmeldung bis zum 14.05., 16 h unter a.keck@nachbarschaftshaus.de oder ☎ 69049720

11.00 Uhr (im Anschluss an das Frauenfrühstück): **Musikalisches Programm "Ein heiterer Streifzug von Busch bis Tucholsky"** Mit Gitarrenbegleitung von Brigitte Else Rüffer-Böhm mit Partner. Kostenbeitrag: 2,00 € (zusätzlich zum Frauenfrühstück). Ort: bitte erfragen. Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg, Stadtteil- und Seniorenangebote

Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße (Region 2)

Gneisenastr. 12, 10961 Berlin, mgh-gneisenu@nachbarschaftshaus.de

☎ 28 50 84 42 – Carla Miranda

Dienstags, 14.00 Uhr: Offenes Lese- und Schreibcafé. Es unterstützen Sie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Arbeitskreis Orientierungs- und Bildungshilfe e.V und des Mehrgenerationenhauses beim Verfassen von Briefen, Ausfüllen von Formularen oder Informationen aus dem Internet zu lesen. Kostenfrei, ohne Anmeldung

AWO Begegnungszentrum Kreuzberg (Region 3)

Adalbertstraße 23 a, 10997 Berlin, filiz.mueller-lenhartz@awoberlin.de

☎ 69 53 56 13 - Filiz Müller-Lenhartz

Mo, 14.05., 14.00 Uhr: Kleine Stadtführung aus der Perspektive von Neuzuwanderern. Treffpunkt bitte erfragen. Bitte anmelden.

Mo, 28.05.: Besuch der Behinderten-Werkstätte Stephanus in Wilhelminenhof. Treffpunkt und Uhrzeit bitte erfragen. Bitte anmelden.

Di, 29.05., 14.00 Uhr: Erzähl-Café. Mit der offenen Schreibgruppe von Katharina Ludwig und mit musikalischer Einleitung von Amela C. Bitte anmelden.

Stadtteilzentrum-Familiengarten des Kotti e.V. (Region 3)

Oranienstr. 34 (Hof), 10999 Berlin, kotti.neriman-kurt@online.de

☎ 614 35 56 - Neriman Kurt



Do, 03.05., 16.30 Uhr: Vortrag mit anschließender Diskussion "Wohnungsbaugenossenschaften - die Lösung von Wohnproblemen und Wohnungsnot in den Großstädten?" Wohnungsbaugenossenschaften im heutigen Berlin. Referent: Alfred Pieper-Eiselen

Mo, 07.05. und Mo, 14.05., 13.00 Uhr: Gesundheitsthemenreihe "Migrantinnen und Gesundheit - Körperliche Veränderungen und gesundheitliche Risiken in der 2. Lebenshälfte." Für Migrantinnen ab 45 in türkischer Sprache Die Patientinnenschulung wird von der AOK gefördert und ist kostenlos. In Kooperation mit dem FFGZ.

Do, 24.05., 15.00 Uhr: Zweistündiger Rundgang durch den Kiez "Der Kotti im Wandel der Zeit!" Ein Viertel, das immer wieder zwischen Stadtrand und Stadtmitte seinen Platz zu finden versucht. Hier haben Mietproteste eine lange Tradition. Wo einst die Orangen blühten, ist 'urban gardening' angesagt; die gute alte Kreuzbergermischung bald nur eine Kaffeesorte? Führung: Birgit Michaelis. Anmeldung erforderlich - max. 25 Teilnehmer*innen.

So, 27.05., 14.00 Uhr: Tanztee. Tanzen bei Kaffee, Kuchen und Live-Musik. Mit Kiry Janev. Kosten für Kaffee & Kuchen: 3,50 €. Eintritt frei. Eine Veranstaltung des **NKM** – Netzwerk Kulturarbeit für ältere Menschen

Begegnungsstätte Falckensteinstraße

(Region 4)

Falckensteinstr. 6, 10997 Berlin,
begegnungsstaette@falckensteinstrasse.de

☎ 69 53 40 51 - Stefan Block



Mi, 02.05., 13.00 Uhr: Spielenachmittag

Fr, 04.05., 14.00 Uhr: Bingo

Mi, 09.05., 13.00 Uhr: Spielenachmittag

Sa, 12.05., 18.00 Uhr: Homeless veggie dinner

Mi, 16.05., 13.00 Uhr: Spielenachmittag

Sa, 19.05., 10.00 Uhr: Kochgruppe

Di, 22.05., 15.00 Uhr: Ausstellungseröffnung 'Analog trifft Digital'
der Bildbearbeitungsgruppe.

Und ab **16.00 Uhr kulturelle Umrahmung durch 'Selam Opera' - 'In zwei Heimaten zu Hause'**. Die Komische Oper Berlin kommt mit ihrem Operndolmuş nach Kreuzberg und lädt zu einem Opernprogramm in Kleinbus-Besetzung in die Begegnungsstätte Falckensteinstraße ein.

Mi, 23.05., 13.00 Uhr: Spielenachmittag

Fr, 25.05., 14.00 Uhr: Bingo

Sa, 26.05., Veranstaltung mit Joliba

Mittwoch, 23.05. 13.30 Uhr: Sprechstunde der Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg mit Herrn Dr. Kloß, Vorsitzender der Seniorenvertretung .

Angebot unseres Netzwerkpartners FNZ

in Kooperation mit der KPE

Mi, 09.05., 18.00 Uhr: Gesprächsgruppe "Gemeinsam die Pflege aus der Ferne gestalten" Jeden 2. Mittwoch. Ort: Familien- und Nachbarschaftszentrum Wrangelkiez, Cuvrystraße 13-14, 10997 Berlin

Stadtteil- und Seniorenbüro

(Region 5)

Büschingstr. 29, 10249 Berlin, petra.stoffregen@volkssolidaritaet.de

☎ 29 03 55 79 - Petra Stoffregen

Mi, 02.05., 15.00 Uhr: Spielenachmittag / Kaffeeklatsch

Mi, 09.05., 15.00 Uhr: "Frauen der Genies" Von und mit Ursel Schulz

Mi, 23.05., 15.00 Uhr: Auftritt der Line Dance Gruppe der KiezOase

Do, 24.05., 15.00 Uhr: Tanz in den Mai

Fr, 25.05., 10.30 Uhr: Kiezfrühstück mit Gedächtnistraining. Bitte [anmelden](#)

Montags, 14.00 Uhr: Nähstübchen. Ort: Mollstraße 17

Dienstags, 14.00 Uhr: Handarbeit Bibliothek

Jeden 4. Mi, 14.00 Uhr: Sprechstunde der Seniorenvertretung

Friedrichshain-Kreuzberg. Unterstützung, Beratung und Vermittlung bei der Lösung von Problemen im Alter. Mit Herrn Konieczny. Termin: 23.05.

Begegnungsstätte Schreinerstraße

(Region 6)

Schreinerstr. 8, 10247 Berlin, sfs@drk-mueggelspree.de

☎ 427 01 04 - Jenny Jannek

Montags, 15.00 Uhr: Seniorensport. Ort: Liebig-Grundschule.

Ab 16.15 Uhr: Gemütliches Kaffeetrinken. Open End

Nachbarschaftstreff WIR IM KIEZ

(Region 7)

Koppenstr. 62, 10243 Berlin, sandra.lenhard@volkssolidaritaet.de

☎ 29 35 22 61 - Sandra Lenhard

Di, 01.05., 11.00 Uhr: Maifest. Mit musikalischer Unterhaltung, Modenschau

Do, 03.05., 15.00 Uhr: Infonachmittag "Gesunde Ernährung im Alter"

Mo, 07.05., 16.30 Uhr: Malkreis (ohne Vorkenntnisse). Kostenfrei

Mi, 23.05., 14.00 Uhr: Ausflug ins Zilletheater nach Köpenick.

Eintritt: 17,- €, Fahrt: 10,- € - nur mit Anmeldung

Do, 24.05., 18.00 Uhr: Gesprächsgruppe "Gemeinsam Pflege aus der Ferne gestalten"

Mi, 30.05., 14.00 Uhr: Bingo

Donnerstags, 17.00 Uhr, Line Dance. Offener Kurs

Jeden 3. Mi, 14.00 Uhr: Sprechstunde der Seniorenvertretung

Friedrichshain-Kreuzberg. Unterstützung, Beratung und Vermittlung bei der Lösung von Problemen im Alter. Mit Herrn Konieczny. Termin: 17.05.

Begegnungsstätte Lebensfreude

(Region 7)

Kadiner Straße 1, 10243 Berlin, bgs.lebensfreude@gmx.de

☎ 21 23 70 83 – Josipa Skejic



Mi, 02.05., 14.00 Uhr: Spielenachmittag

Do, 03.05., 14.30 Uhr: Literaturcafé. Mit Ruth Roma-Völz

Fr, 04.05., 14.00 Uhr: Singen mit Uta

Mo, 07.05., 10.00 Uhr: Gemeinsames malen und basteln
mit der Kita 'bik'

Di, 08.05., 14.00 Uhr: Spielenachmittag

Mo, 14.05., 10.00 Uhr: Gemeinsames malen und basteln
mit der Kita 'Die schlaunen Mäuschen'

Di, 15.05., 14.00 Uhr: Flimmerstunde. Mit Hannelore Wolke

Di, 15.05., 18.00 Uhr: Vortrag "Irak - zwischen Vergangenheit und Zukunft" Mit Muthanna Mhamood, irakisch-deutscher Journalist

Mi, 16.05., 11.00 Uhr: Gedächtnistraining

Mi, 16.05., 14.00 Uhr: Vortrag. Mit Ingrid Galeski

Do, 17.05., 13.30 Uhr: Bingo

Di, 22.05., 14.00 Uhr: Vortrag "Die Bilder haben laufen gelernt"
Mit Helmut Kammel

Mi, 23.05., 14.00 Uhr: Spielenachmittag

Do, 24.05., 16.30 Uhr: Benefizkonzert der Friedrichshainer Spatzen

Mo, 28.05., 10.00 Uhr: Schreibende Jahresringe

Mo, 28.05., 10.00 Uhr: Gemeinsames malen und basteln
mit der Kita 'bik'

Mo, 28.05., 17.30 Uhr: Treff der Briefmarkenfreunde

Di, 29.05., 14.00 Uhr: Vortrag "Bedingungsloses Grundeinkommen, Fantasterei oder realistisches Vorhaben?" Mit Rudolf Reddig

Mi, 30.05., 11.00 Uhr: Gedächtnistraining

Mi, 30.05., 14.00 Uhr: Gemeinsam Lesen

Do, 31.05., 13.30 Uhr: Bingo

Bayouma-Haus

(Region 8)

Interkulturelles Gemeinwesenzentrum der AWO Spree-Wuhle
Frankfurter Allee 110, 10247 Berlin, bayouma-haus@awo-spree-wuhle.de
☎ 29 04 91 36 – Natascha Garay



Mo, 07.05., 16.00 Uhr: Sprechstunde zum Sozial- und Familienrecht.
Mit der Rechtsanwältin Bianca Geiß. Kostenfrei. Anmeldung
erforderlich

Mi, 09.05., 14.30 Uhr: Sprechstunde zum Mietrecht. Mit Rechts-
anwalt Hans-Peter Scholz. Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

Fr, 18.05., 13.00 Uhr: Ausflug zu den Gärten der Welt
in Marzahn-Hellersdorf. Näheres bitte erfragen. Bitte anmelden

Montags, 15.00 Uhr: Näh- und Schneiderwerkstatt. Für Frauen mit
und ohne Behinderung. Offenes und kostenfreies Angebot

Montags, 18.00 Uhr: Tanz mix Sport. Tanzchoreographien, die auch
der Gesundheit gut tun. Bewegungs- und Entspannungsangebot für
Menschen bis ca. 60 Jahre. Mit Birgit Westphal. Offenes und
kostenfreies Angebot

Dienstags, 10.00 Uhr: Spanisch mit Maria. Anfängerkurs für
Senior*innen. Teilnahmebeitrag 10,00 € - an die Kursleitung zu
entrichten

RuDi - Kultur- und Nachbarschaftszentrum (Region 8)

Modersohnstr. 55, 10245 Berlin, leiter@rudizentrum.de
☎ 292 96 03 – Gerd Maurer, Petra Liebenthal

Montags bis freitags durchgehender Galeriebetrieb



Dienstags, 10.00 Uhr: Frauenfrühstück mit Kultur –
wöchentlich wechselnde Themen zur Weltgeschichte

Mittwochs, 9.30 Uhr: Seniorensport

Weitere, vielfältige Angebote unter www.rudizentrum.de

Selbsthilfe-Treffpunkt F'hain-K'berg - Volkssolidarität (Region 8)
Boxhagener Str. 89, 10245 Berlin, info@selbsthilfe-treffpunkt.de
☎ 291 83 48 - Dr. Konstantin Ingenkamp

Vorschau: 09. Juni, 11.00 Uhr: Sommer-Kräuter-Spaziergang "Kräuter, Blüten, Bäume – Geschenke am Wegesrand II" Mit der Heilpraktikerin Constanze Dornhof. Ort: Natur-Park Schöneberger Südgelände, Prellerweg 47-49, 12157 Berlin Treffpunkt S-Bahnsteig Priesterweg Richtung Blankenfelde – mittig. Bitte anmelden.

Kontaktstelle PflegeEngagement F'hain-K'berg – Volkssolidarität (Reg. 8)
Gryphiusstr.16, 10245 Berlin, kpe@volkssolidaritaet.de
☎ 70 71 68 69 - Monika Vuong/Dr. Katharina Lange

Fr, 04.05., 14.00 Uhr: Gruppe 50+. Wir sind eine Gruppe von reifen Frauen, die Lust auf Gemeinsamkeit haben und freuen uns auf weitere Interessentinnen. Unsere Themen und Aktivitäten ergeben sich aus den Ideen der Teilnehmerinnen. Bitte anmelden.

Mo, 14.05., 14.00 Uhr: Erzählcafé "Geschichten, die mein Leben geprägt haben – Berufliche Werdegänge" Wie viele Geschichten gehen verloren, weil sie niemandem erzählt wurden? Mit unserem neuen Erzählcafé geben wir Raum zum Erzählen und Zuhören. Es lebt von euren bewegenden Geschichten. Lasst uns also zusammenrücken und in die Welt des anderen eintauchen. Und wer weiß, vielleicht findet sich in der gerade gehörten Geschichte der Anknüpfungspunkt für die eigene. Jeden 2. Montag. Bitte anmelden.

Mi, 16.05., 15.00 Uhr: Café Kontakt "Im Alltag Ruhe finden"
Bitte anmelden.

mittwochs, 17.15 Uhr: Die Waag-Halsigen. Entspannen und beweglich bleiben. Leichtes Körper- und Achtsamkeitstraining für das reifere Semester in der Kleingruppe. Auch für Menschen mit Handicap geeignet. Bitte anmelden.

Jeden 2. Dienstag, 11.00 Uhr:
Sprechstunde der Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg.
Unterstützung, Beratung und Vermittlung bei der Lösung von Problemen im Alter. Mit Herrn Konieczny. Termin: 18.05.

* * * **Vorschau** * * *



SENIORENFAHRTEN 2018

Auch in diesem Jahr werden wieder Tagesausflüge für Ältere aus unserem Bezirk angeboten. Die Ausflüge werden von Freien Trägern organisiert und vom Amt für Soziales finanziell gefördert, um allen ab 60 Jahren mit geringem Einkommen die Teilnahme an einer Seniorenfahrt kostenfrei zu ermöglichen.

Di, 12. Juni: Fahrt nach Plau am See mit geführtem Rundgang, Mittagessen im 'Lenzer Krug' und einer Drei-Seen-Schiffahrt. Abfahrt: 7.00 Uhr Yorckstr. 4 - 11 und 7.45 Uhr Platz der Vereinten Nationen (Bushaltestelle, gegenüber der Tram). Anmeldungen unter ☎ 29 03 55 79 oder petra.stoffregen@volkssolidaritaet.de

Mi, 13. Juni, 11.00 Uhr (im Anschluss an das Frauenfrühstück):
Vortrag "Großmütter - Töchter - Enkelinnen" Ein interaktives Gespräch über unsere Vorfahrinnen. Mit Claudia von Gélieu.

Do, 14. Juni, 14.00 Uhr:
Stadterkundungen - Spurensuche. Museum für Kommunikation "Oh Yeah! Popmusik in Deutschland"

Sa, 23. Juni 2018, 9.30 - 17.00 Uhr:
Eröffnung der 44. Seniorenwoche "Altern gestalten" Mit vielen Ständen und Bühnenprogramm. Wir freuen uns auf Ihren Besuch an unserem Stand. Ort: Breitscheidplatz

So, 24. Juni 2018, 14.00 Uhr: Tanztee. Mit Kiry Janev.

Do, 28. Juni
Sommerkonzert im Garten "Balkanmusik".
Mit Duško Jovanovic (Violine) und Alma (Sängerin).

Stadtteil- und Seniorenangebote

Dienstgebäude Yorckstr. 4 - 11, 10965 Berlin

Fax: 90 298 27 28

Dr. Uwe Kaczinski Zi. 1025 ☎ 90 298 27 81

Ehrenamt

E-Mail: uwe.kaczinski@ba-fk.berlin.de

Marion Dörner Zi. 1028 a ☎ 90 298 27 82

Freizeitangebote, Begegnungsstätten

E-Mail: marion.doerner@ba-fk.berlin.de

Marion Schulz Zi. 1027 ☎ 90 298 30 01

Mitarbeit Freizeitangebote, Gratulationen, Ehrungen

E-Mail: marion.schulz@ba-fk.berlin.de

Sprechzeiten:

- im Büro, Zimmer 1027, Yorckstraße 4 - 11:

Montag und Mittwoch von 10.00 - 12.00 Uhr

- in der Begegnungsstätte Kadiner Str. 1, Tel.: 21 23 70 76:

jeden 2. Dienstag von 13.00 - 15.00 Uhr

Diane Marks Zi. 1027 ☎ 90 298 20 36

Gestaltung des Veranstaltungskalenders

E-Mail: diane.marks@ba-fk.berlin.de

Sigrid Rehfeld Zi. 1030 ☎ 90 298 26 10

Zuwendungen

E-Mail: sigrid.rehfeld@ba-fk.berlin.de

www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/