

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

September 2017

*** * * Inhaltsverzeichnis * * ***

Seite	Inhalt
3	Ehrenamt/Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg
4	Angebote außerhalb unserer Begegnungsstätten / Von allen Ufern
5 - 14	Veranstaltungen der Begegnungsstätten
15	Vorschau

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

Liebe Seniorinnen und Senioren,

Sie sind älter als 60 Jahre, wohnen in Friedrichshain-Kreuzberg, verfügen aber nur über Grundsicherung oder ein vergleichbar geringes Einkommen, dann können Sie gerne wieder kostenfrei an einer der Seniorenfahrten teilnehmen, die aus Mitteln einer Erbschaft finanziert werden. Im September gibt es folgende Fahrten:

Termin	Ziel	Anmeldung
08.9.	Botanischer Garten Dahlem mit Museum und Gaststättenbesuch	Frau Liebenthal, RUDI - Der Stralauer Kiezladen, Modersohnstr. 55, Tel. 2929603, sekretariat@bbb-verein.de
15.9.	Jagdschloss, Museum Schorfheide mit Besuch des Steak- & Schnitzelhauses	Frau Liebenthal, RUDI - Der Stralauer Kiezladen, Modersohnstr. 55, Tel. 2929603, sekretariat@bbb-verein.de
21.9.	Exkursion in die Zauche mit Essen in Oberjünne	Frau Jannek, DRK Begegnungsstätte Schreinerstraße 8, Tel. 4270104, jannek@drk-mueggelspree.de
21.9.	Tagesfahrt zum Ost-deutschen Rosengarten	Herr Dierks, AWO Kreuzberg „Unser Café“, Oranienstr. 69, Tel. 69535645, awo.kreuzberg@gmx.de
30.9.	Kloster Chorin mit Brauhaus Klosterladen u. Klostercafé	Frau Liebenthal, RUDI - Der Stralauer Kiezladen, Modersohnstr. 55, Tel. 2929603, sekretariat@bbb-verein.de

Ehrenamt

Mo, 11.09., 10.00 Uhr: Aktuelles zum Mietrecht – der neue Berliner Mietspiegel 2017. Referentin: Frau Riebe, Mitglied des Vorstands des Berliner Mietervereins und Mitglied der Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg Ort: Begegnungsstätte Kadiner Str. 1 Info: Beratungsbörse Fr. Schack, ☎ 5292290

Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg Seniorenvertretung@friedrichshain-kreuzberg.net

Dr. Dieter Kloß (1. Vorsitzender), Angelika Neiss (2. Vorsitzende)
Barbara Werner (Schriftführerin), Ernst Kutzner (Finanzen)

Reinhardt Benzin - Ursula Gode - Sigrid Gwiasda
Eveline Harkenthal-Davies - Joachim Konieczny - Bernd Kraft
Horst Martin - Charlotte Oberberg - Jörg Pauly
Gundel Riebe - Rainer Witzel - Dr. Wenfang Zhang
Bodo E. Zündorff

Öffentliche Sprechstunden finden statt:

Begegnungsstätte „Lebensfreude“ Kadiner Str. 1, 10243 Berlin (Friedrichshain), Dienstag 10.00 – 11.00 Uhr, ☎ 2123 7076
und **Yorckstraße 4-11, Raum 1066**, 10965 Berlin (Kreuzberg), Freitag 10.00 – 11.00 Uhr ☎ 90298 2452

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 nächsten öffentlichen Sitzungen finden am 13. September, 11. Oktober, 08. November und 13. Dezember statt. Ort und Uhrzeit bitte erfragen.

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

Unsere Angebote außerhalb der Begegnungsstätten

Anmeldung unter der jeweils angegebenen Telefonnummer

Samstag, 02.09.2017, 14.00 - 18.00 Uhr: Familienfest im Görlitzer Park. Kommen Sie vorbei wir sind mit einem Informationsstand dabei. **Teilhabe Älterer 'Familie hat auch Großeltern!'**

Mittwoch, 13.09.2017, 14.00 Uhr: 22. überbezirkliches Seniorenschnellschachturnier in Kooperation mit dem Schach-Club Kreuzberg e.V. Alle erforderlichen Informationen finden Sie auf S. 5.

Donnerstag, 14.09.2017, 16.00 - 18.00 Uhr: Sommerkonzerte "Balkanmusik" Mit Dusko Janovic und Gruppe. Ort: AWO Begegnungszentrum Adalbertstr. 23a. Anmeldung ☎ 69 53 56 13. Eine Kooperation mit dem AWO Begegnungszentrum.

Sonntag, 24.09.2017, 14.00 Uhr: Tanztee. Mit Kiry Janev. Kosten für Kaffee & Kuchen: 3,50 €. Eintritt frei. Ort: Stadtteilzentrum Familiengarten, Oranienstr. 34 (Hof). Eine gemeinsame Veranstaltung des **NKM**.



'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 und bisexuelle Männer ab 50 treffen sich jeden 1. und 3. Freitag im Monat, 17.00 Uhr, zum "Offenen Treff". Wir feiern unser

**15-jähriges Jubiläum mit einem Grillfest am
15. September 2017, 17.00 – 20.00 Uhr**

Grillgut gegen Selbstkosten-Spende und ein gemeinsam gestaltetes Buffet, sowie ein kleines Kulturprogramm erwarten die Gäste.

- Wir starten mit **Antônio Rodriguez** (Bauchtanz)
 - Später wird uns **Sigrid Grajek** mit ihrer Pianistin unterhalten.
- Infos ☎ 0170 233 31 93, E-Mail: g55plus@gmx.de - Dieter Telge

Veranstaltungsort für die "Offenen Treffs" ist die Begegnungsstätte Mehring-Kiez, Friedrichstraße 1, 10969 Berlin

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)

Charlottenstr. 85, 10969 Berlin, ba-charlottenstr.85@gmx.de

☎ 50 58 51 37 - Seneb Hardes



Di, 12.09., 14.00 Uhr: Kreatives Arbeiten. Mit Ingelore Fuchs

Mi, 13.09., 14.00 Uhr, Registrierung bis 13.30 Uhr!

22. überbezirkliches Seniorenschnellschachturnier. Modus: 7 Runden Schweizer System; 15 Minuten Bedenkzeit pro Partie/Spieler*in. Sonderpreis beste/r nicht aktive/r Spieler*in! Anmeldung erforderlich und nur möglich über den Schach-Club Kreuzberg e.V.: info@schachclubkrenzberg.de oder ☎ 615 91 91 (AB). Teilnahme ab Jahrgang 1962 oder älter. Startgeld 5,00 €.

Fr, 15.09., 12.00 Uhr: Gemeinsames Mittagessen. Kosten: 8,00 €

Mo, 18.09., 14.00 Uhr: Näh-Café für Jüngere und Ältere.
Offener Treff

Di, 19.09., 14.00 Uhr: AWO Kaffeetafel

Mi, 20.09., 16.30 Uhr: Treffen des Blinden u. Sehbehindertenvereins

Fr, 22.09., 14.00 Uhr: Tanz in den Herbst.

Kulturbeitrag: 2,00 €, Kaffeegedeck u. Imbiss 3,00 €

Di, 26.09., 14:00 Uhr: Kreatives Arbeiten. Mit Ingelore Fuchs

Mi, 27.09., 13.00 Uhr: Bingo. Ein Angebot der AWO Kreuzberg

Fr, 29.09., 09.30 Uhr: Gemeinsames Frühstück.

Kostenbeitrag: 4,00 €

Termin bitte erfragen: **"Stunden der Gemeinschaft - Kinder, Seniorinnen und Senioren treffen sich"**.

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

So, 10.09. und 24.09., 16.00 Uhr: Gesellschaftsspiele. Wir spielen gemeinsam Mühle, Mensch-ärgere-dich-nicht, Rommé, usw.

Sa, 02.09., 09.09., 23.09. und 30.09.: Programm. Mit Bagdad-Forum. Näheres bitte erfragen.

Information und Anmeldung: bagdad-forum@hotmail.de

Kooperationsveranstaltungen mit Bagdad-Forum für Kultur und Kunst e.V.

Do, 14.09. und 28.09., 13.30 Uhr: Heiteres Gedächtnistraining.

Mit Herrn Hoffmann. Dazu gibt es selbstgebackenen Kuchen.

Von allen
Ufern

Freitag, 15.09., 17.00 bis 20.00 Uhr: Der Offene Gesprächskreis schwuler und bisexueller Männer ab 50 Jahren feiert sein 15-jähriges Jubiläum! Er ist

damit das derzeit älteste durchgängig bestehende Angebot in Berlin für diese Zielgruppe! Kommen Sie vorbei – Feiern Sie mit uns – Lernen Sie uns kennen! Der Offene Treff lädt ein zu einem Grillfest. Es gibt Grillgut gegen Selbstkosten-Spende, ein gemeinsam gestaltetes Bufett und ein kleines Kulturprogramm. Wir starten mit **Antônio Rodriguez** (Bauchtanz), später wird uns **Sigrid Grajek** mit ihrer Pianistin unterhalten.

Mi, 27.09., 14.30 Uhr: Filmvorführung - Klassiker der Filmgeschichte

Mittwochs, 06., 13., 20. und 27.09., 19.00 Uhr: Gymnastik für Frauen. Unter ehrenamtlicher Leitung.



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: 06.09. und 11.10.2017. 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 

Mi, 13.09., 14.00 Uhr: Bingo mit Kaffeetafel. Kostenbeitrag: 2,- €

Do, 21.09., 14.00 Uhr: Kooperationsveranstaltung mit dem Deutschen Sozialbund. Nähere Informationen bitte erfragen.

Di, 26.09., 13.30 Uhr: Oktoberfest mit Live-Musik. Mit Kiry Janev. Kulturbeitrag: 2,- €, Kaffeegedeck und Imbiss: 3,- €. Kartenverkauf am 19.09., 14.00 Uhr oder telefonische Anmeldung.

Mi, 27.09., 14.30 Uhr: Interkulturelles Frauentreffen - Workshop "Grundlegende Informationen und vielfältige Selbsthilfetipps" Mit dem Feministischen Frauen Gesundheits Zentrum e.V. Berlin. Dozentin: Frau Bentz. Informationen über Mütter ohne Grenzen, Afife Centintas, ☎ 0163-169 47 30

Kooperationsveranstaltung mit der Simeongemeinde

Mi, 27.09., 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 - Christa Hagemann



Durch Umbaumaßnahmen finden Veranstaltungen an anderen Standorten statt. Unter anderem im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustr. 12, **siehe unten**
Aktuelles finden Sie unter www.nachbarschaftshaus.de

Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße (Region 2)

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

☎ 28 50 84 42 – Carla Miranda

Mi, 06.09. und 20.09., 10.00 Uhr: Frauenfrühstück. Eingeladen sind Frauen, die miteinander ins Gespräch kommen, sich mit frauenspezifischen Themen beschäftigen und vielleicht gemeinsame Unternehmungen starten wollen. Kostenbeitrag: 6,- €. Bitte anmelden. Info unter c.hagemann@nachbarschaftshaus.de

11.00 Uhr (im Anschluss an das Frauenfrühstück): Thema bitte erfragen

Do, 07.09. und 14.09., 10.00 Uhr: Frühstück für Seniorinnen. Hier können anregende Gespräche geführt und Erfahrungen ausgetauscht werden. Jede hat ihre individuelle Art, 'Dinge' anzupacken - und nicht nur das 'Gelbe vom Ei'. Kostenbeitrag: 4,- € - bitte anmelden.

Di, 12.09., 14.00 Uhr: Präventionsprojekt "Senioren unterwegs"
Für mehr Sicherheit im Straßenverkehr. Begrenzte Plätze; bitte anmelden unter ☎ 28 50 84 42 oder ☎ 69 04 97 20

Di, 26.09., 16.00 Uhr: Pflanzaktion im Mehrgenerationenhaus

Mi, 13.09. und 27.09., 19.30 Uhr: Stadtteilinitiative Wem gehört Kreuzberg? Aktiv gegen Verdrängung durch steigende Mieten, Umwandlung von Miet- in Eigentumswohnungen, Luxusmodernisierungen, spekulativen Leerstand, die massive Zunahme von Ferienwohnungen vor Ort. Jeden 2. und letzten Mittwoch im Monat.

Di, 10.00 Uhr: Sitzgymnastik. Für alle Altersgruppen aus der Nachbarschaft. Bitte in bequemer Kleidung kommen. Kosten: 1,- €/Termin.

AWO Begegnungszentrum Kreuzberg (Region 3)

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

☎ 69 53 56 13 - Filiz Müller-Lenhartz

Di, 05.09., 11.00 Uhr: Start der Schreibgruppe 2. Teil 'Interkulturelle Erzählwerkstatt' mit Katharina Ludwig. Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg, Stadtteil- und Seniorenangebote.

Di, 05.09., 14.00 Uhr: Treffpunkt der Kulturen - Grillnachmittag mit Live-Musik. Kostenbeitrag: 5,- €. Anmeldung bei Herrn Block, ☎ 69 53 40 51. Ort: Begegnungsstätte Falckensteinstr. 6, 10997 Berlin. Eine Kooperationsveranstaltung mit der Begegnungsstätte Falckensteinstr. 6

Sa, 09.09., 11.00 Uhr: Tag des Denkmals
- **Führung** im AWO Begegnungszentrum.

Do, 14.09., 16.00 Uhr: Sommerkonzert "Balkanmusik" Mit Dusko Jovanovic und **Tag der offenen Tür der Dobar dan-Gruppe.** Einlass: 15.00 Uhr. Eintritt frei. Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg, Stadtteil- und Seniorenangebote.

Fr, 22.09., 16.00 Uhr: Willkommen Marianne - Nachbarschaftliches Herbstfest. Es sind alle herzlich eingeladen – wir sind mit einem Stand dabei. Ort: Familiengarten, HH, Oranienstr. 34

Di, 26.09., 14.00 Uhr: Filmnachmittag "Haymatloz". Dokumentarfilm über deutsche Exilant*innen, die vor dem Naziregime in die Türkei geflohen waren. Aus der Reihe "Was ist Heimat für mich?". Ort: Spiegelsaal, 2. OG

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

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

☎ 614 35 56 - Neriman Kurt



Fr, 22.09., 16.00 Uhr: Willkommen Marianne - Nachbarschaftliches Herbstfest. Rund um den Mariannenplatz – Angebote für groß und klein. Es sind alle herzlich eingeladen.

So, 24.09., 14.00 Uhr: Tanztee. Mit Kiry Janev. Kosten für Kaffee & Kuchen: 3,50 €. Eintritt frei. Eine gemeinsame Veranstaltung des **NKM**.

Begegnungsstätte Falckensteinstraße

(Region 4)

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

☎ 69 53 40 51 - Stefan Block



Sa, 02.09., 18.00 Uhr: Art beats reality. Eine Gruppe von im Wrangelkiez lebenden Kunst- und Kulturschaffenden (Wrangel Pieces) präsentiert ein Programm quer durch die Darstellungsweisen (Worte, Klänge, Gesänge & Genüsse...)

Di, 05.09., 14.00 Uhr: Treffpunkt der Kulturen – Grillfest. Für die musikalische Unterhaltung sorgt 'ADAR'. Kostenbeitrag: 2,00 € - Essen & Trinken: 3,00 € Eine Kooperationsveranstaltung mit dem AWO-Begegnungszentrum

Mi, 06.09. und 13.09., 13.00 Uhr: Spielenachmittag - Rommé

Fr, 15.09. und 29.09., 13.00 Uhr: Bingo

Sa, 16.09., 18.00 Uhr: Homeless veggie dinner

Mi, 20.09. und 27.09., 13.00 Uhr: Spielenachmittag - Rommé

Sa, 30.09., 14.00 -18.00 Uhr: "Mein Kiez, der hat drei Ecken"
Entdecke **ECKI** und was wir uns für dich im Wrangelkiez ausgedacht haben. "Schau dich um im Dreieck dieser Orte!" - Wir haben viele Angebote wie Apfelschorle, Bratwürste, Dosenwerfen, Kaffee, Kindertheater, Kontrabass-Trio, Kuchen, Papierkleider schneiden, Stoffbeutel bedrucken/bemalen, Streetdance, Suppe, Tee, Töpfern u.v.m. Ein Angebot von FNZ (Nachbarschafts- und Familienzentrum, ALIA Mädchenzentrum und Begegnungsstätte Falckensteinstr. 6

Vorschau: Do, 12.10., 15.00 Uhr: Zumba trifft Bollywood. Party für Menschen in jedem Alter, aller Nationalitäten mit und ohne Behinderung. Wir haben Livemusik, Zumba & Überraschungen für Sie. Mitmachen und/oder Genießen. Siehe S. 15

Angebot unseres Netzwerkpartners FNZ in Kooperation mit der KPE

Mi, 13.09., 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

Di, 05.09., 15.00 Uhr: Spielenachmittag

"Rommee, Canasta und Skat, Schach..." Jeden 1. Mittwoch

Fr, 08.09., 10.30 Uhr: Kiezfrühstück mit Gedächtnistraining.

Bitte anmelden. Kostenbeitrag bitte erfragen

Mi, 13.09., 15.00 Uhr: Quizveranstaltung "Wer wird Europameister?" Mit Bürger Europas e.V.

So, 17.09.: Fahrt in die Apfelernte. Uhrzeit bitte erfragen

Do, 21.09., 15.00 Uhr: Tanz im September

Fr, 22.09.: Apfel Tag - Verarbeitung der Ernte. Ort und Zeit bitte erfragen.

Mi, 27.09., 15.00 Uhr: Vortrag "Zauber der Seidenstraße - eine Rundreise durch Usbekistan" Von und mit Frau B. Triems

Kurse für PC, Smartphone und Tablet - Einstieg jederzeit möglich
Sport, Handarbeit und Nähen

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

Sa, 02.09., 11.0 Uhr: Sommerfest im Garten

mit Musik, Tanz, Ge grilltem, Kaffee und Kuchen

Mo, 18.09., 15.00 Uhr: Quiz "Wer wird Europameister?" Fragen rund um die europäische Union mit kleinen Preisen. Bitte anmelden!

NEU: donnerstags, 17.00 Uhr: Line Dance. Mit Rainer Mischak

Begegnungsstätte Lebensfreude

(Region 7)

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

☎ 21 23 70 83 – Josipa Skejic



Fr, 01.09., 14.00 Uhr: Singen. Mit Uta

Di, 05.09., 14.00 Uhr: Überraschungsvortrag.
Mit Ingrid Galeski

Do, 07.09., 14.30 Uhr: Literaturcafé.
Mit Ruth Roma-Völz

Di, 12.09., 14.00 Uhr: Flimmerstunde.
Mit Hannelore Wolke

Mi, 13.09., 14.00 Uhr: Sprechstunde
mit dem Präventionsbeauftragten, Polizeikommissar Herrn Roloff

Do, 14.09., 13.30 Uhr: Bingo

Mo, 18.09., 9.45 Uhr: Stunden der Gemeinschaft –
mit der Kita bik entdeckerland

Di, 19.09., 14.00 Uhr: Ländervortrag. Mit Frau und Herrn Kutzner

Di, 19.09., 15.00 Uhr: Sprechstunde des Blinden-
und Sehbehindertenvereins Berlin

Mo, 25.09., 10.00 Uhr: Stunden der Gemeinschaft –
mit der Kita 'Die schlauen Mäuschen'

Di, 26.09., 14.00 Uhr: Vortrag "Bal, Bale, Ballett"
Vorgestellt von Helmut Kammel

Mi, 27.09., 14.00 Uhr: Lesung. Mit Lothar Besescheck

Do, 28.09., 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



Mi, 06.09., 13.30 Uhr: Kostenlose multilinguale Sprechstunde zu Fragen der **Krankenversicherung** (auf deutsch, italienisch, spanisch und englisch). Terminvereinbarung erforderlich. Mit Serena Manno - AOK

Mi, 13.09., 14.00 Uhr: Sprechstunde zum Mietrecht. Mit RA Hans-Peter Scholz. Kostenfrei. Terminvereinbarung erforderlich

Mo, 18.09., 10.00 Uhr: Vortrag "Ich und mein Smartphone" Umgang mit Smartphones für Senior*innen. Mit Herrn Walk. Kooperation mit dem Projekt 'Senioren Internetcafé Weltenbummler' des Humanistischen Verbands Deutschlands

Di, 19.09., 14.00 Uhr: "Spiel doch mal wieder!"

Do, 21.09., 11.00 Uhr: Kochkurs "Italienische vegetarische Küche" Parmigiana di melanzane (Auberginenauflauf mit Käse) Mit Valentina. Anmeldung erforderlich. Teilnahmebeitrag: 3,50 €

Mittwochs, 14.30 Uhr: Tanzkurs "Standard- und Latein" für fortgeschrittene Senior*innen. Kostenfrei. Anmeldung erforderlich

Sonntags, 16.30 Uhr: Tanznachmittag für Senior*innen. Mit Herrn Tin & Frau Thoa. Kostenbeitrag: 2 €

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

Sa, 30.09., 12.00 Uhr: Herbstlicher Kräuterspaziergang "Zeit des goldgelben Lichts" Durch den Naturpark Schöneberger Südgelände.
Treffpunkt: 12.00 Uhr S-Bahnsteig Priesterweg in Fahrtrichtung Blankenfelde mittig. Mit Constanze Dornhof, Heilpraktikerin Phytotherapie

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

Mi, 20.09., 15.00 Uhr: Café Kontakt "Nähe und Distanz?" Das richtige Maß in der Kommunikation. Ort: WIR IM KIEZ, Koppenstr. 62, 10243 Berlin. Bitte anmelden

Mo, 04.09. und 18.09., 13.00 Uhr: Im Alltag gesund bleiben. Kraftreserven auftanken und durchatmen durch Gespräche, Atem-, Bewegungs- und Entspannungstraining. Für pflegende Angehörige. Mit Marlies Carbonaro. Bitte anmelden.

Gesprächsgruppen "Gemeinsam die Pflege aus der Ferne gestalten", jeweils 18.00 - 19.30 Uhr. Ich wohne in Berlin, meine Eltern weit weg. Was tun, wenn Vater oder Mutter Pflege benötigen. Gemeinsame Treffen sollen Entlastung bringen.

- **Jeden 2. Mittwoch** (13. September) im Familien- und Nachbarschaftszentrum Wrangelkiez, Cuvrystraße 13 - 14
 - **Jeden 4. Donnerstag** (28. September) in der Kontaktstelle
- Um Anmeldung wird gebeten.

Weitere Termine finden Sie unter WIR IM KIEZ Seite 11

Wir empfehlen

Karten & Info am jeweiligen Veranstaltungsort

Sa, 09.09., 14.00 Uhr: Kiezfest in der Hornstraße – Rund um die Kirche 15.00 Uhr **Begrüßung & Eröffnung**, 15.15 Uhr **SWAZZOU** Swing/Jazz/Soul & ein bisschen Holland, 16.30 Uhr **MÖCKERNKIEZ-CHOR** in der Christuskirche, 17.00 Uhr **LISIENA** Poetischer Punk aus München, 17.30 Uhr **ARKADA** Musik aus Syrien, 18.30 Uhr **FRITZ & THE CATS** Rhythm & Groove, 20.00 Uhr **DEZIBEL** Rockmusic-Party sowie Kindertrödel, Infostände humanitärer, ökologischer und außerparlamentarischer Organisationen, Mietervereinigungen & genossenschaftlicher Projekte, Bürgerinitiativen, Parteien, Stände mit Kunst, Schallplatten, CDs & Büchern

* * * Vorschau * * *

Do, 12.10., 15.00 Uhr: Zumba trifft Bollywood. Party für Menschen in jedem Alter, aller Nationalitäten mit und ohne Behinderung. Wir haben Livemusik, Zumba & Überraschungen für Sie. Mitmachen und/oder Genießen. Kostenbeitrag: 2,- €. Anmeldung erforderlich: ☎ 69 53 40 51 oder ☎ 69 53 56 13 Ort: Begegnungsstätte Falckensteinstr. 6. Eine Veranstaltung des **NKM**-Netzwerk - Kulturarbeit für ältere Menschen in Kooperation mit der Beauftragten für Menschen mit Behinderungen und der AWO City gGmbH

So, 22.10., 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

Mi, 29.11., 15.00 Uhr: "Vorweihnachtlich Dampferfahrt" - 3-stündige Stadtrundfahrt über die Spree durch den Stadtkern von Berlin mit Erklärungen und vorweihnachtliche Erzählungen. Dazu gibt es ein Kaffeegedeck und eine kleine Überraschung. Abfahrt/Ankunft: Märkisches Ufer; Anleger Reederei Riedel. Karten: 13,00 €; ermäßigt 7,50 €. Kartenverkauf ab 10. Oktober 2017 zu den Sprechzeiten

Stadtteil- und Seniorenangebote

Dienstgebäude Yorckstr. 4 - 11, 10965 Berlin

Fax: 90 298 27 28

Heike Effertz **Zi. 1029** **☎ 90 298 21 64**

Leitung

E-Mail: heike.effertz@ba-fk.berlin.de

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 (nicht am 12.09.)

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/