



**Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin  
Abteilung Bürgerdienste und Soziales  
Amt für Soziales**

– Seniorenservice –  
[www.charlottenburg-wilmersdorf.de](http://www.charlottenburg-wilmersdorf.de)

---

SenPro ProSen

**Seniorenprogramm**

**Juli**

**August**

**September**

**2026**

## Inhaltsverzeichnis:

---

<b>1.</b>	<b>Vorankündigungen und Neuigkeiten</b>	
1.1	Grußwort	3
1.2	Aktuelles	4
1.3	Ehrenamt	16
<b>2.</b>	<b>Aktivitäten in den Seniorenclubs</b>	
2.1	Herthastraße 25 a	19
2.2	Wallotstraße 4	25
2.3	Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)	31
2.4	Seniorenbegegnungsstätte „Schlange“	36
2.5	Stadtteilzentrum Charlottenburg-Nord	39
<b>3.</b>	<b>Aktivitäten außerhalb der Seniorenclubs</b>	
3.1	Sportgruppen	45
<b>4.</b>	<b>Mitteilungen der Seniorenvertretung</b>	
4.1	Interessantes	47
4.2	Sitzungstermine	47
4.3	Kontakt	48
4.4	Beratungsstunden für Senior*innen	48
<b>5.</b>	<b>Allgemeine Informationen</b>	
5.1	Wilmsdorfer Seniorenstiftung	49
5.2	Wichtige Telefonnummern und Einrichtungen	50
5.3	Krankenhäuser	53
5.4	Patientenfürsprecherinnen und -fürsprecher	54
<b>6.</b>	<b>Teilnahme- und Haftungshinweise</b>	55
<b>7.</b>	<b>Impressum</b>	55

GSB = Grundsicherungsbezieher

**Alle Angaben ohne Gewähr!**

**Änderungen vorbehalten!**

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

---

## 1.1 Grußwort

Sehr geehrte Seniorinnen,  
sehr geehrte Senioren,

die schönste Zeit des Jahres liegt vor uns und Charlottenburg-Wilmersdorf zeigt sich wieder von seiner lebendigen Seite. Ob bei einem Spaziergang durch den Schlossgarten Charlottenburg, beim Verweilen auf dem Ludwigkirchplatz oder beim Bummel rund um den Kurfürstendamm – der Sommer lädt dazu ein, Zeit im Freien zu verbringen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Dazu gehören auch **unsere Plauderbänke**, die Gelegenheit zum Austausch und zum Kennenlernen bieten. Sie finden diese im Volkspark Wilmersdorf (dienstags von 11 bis 12 Uhr), am Nikolsburger Platz (mittwochs von 11 bis 12 Uhr) sowie am Fennsee (donnerstags von 15 bis 16 Uhr). Während dieser Zeiten stehen oder sitzen dort feste Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner zum gemeinsamen „Plaudern“ bereit.

Außerdem möchte ich Sie erneut auf das **Mobile Bürgeramt** aufmerksam machen. Es bringt Verwaltungsdienstleistungen direkt zu den Menschen – insbesondere zu älteren oder mobilitätseingeschränkten Bürgerinnen und Bürgern. Senioreneinrichtungen, soziale Einrichtungen, Pflegeheime oder Bibliotheken können hierfür Termine vereinbaren. Angeboten werden unter anderem (vorläufige) Personalausweise, Reisepässe, An- und Ummeldungen, Meldebescheinigungen, Führungszeugnisse und Anwohnerparkausweise. Weitere Informationen zur Kontaktaufnahme finden Sie im Seniorenprogramm auf Seite 6.

Die Meteorologinnen und Meteorologen sagen einen **sehr heißen Sommer** voraus. Bitte achten Sie gut auf sich: Trinken Sie ausreichend, vermeiden Sie möglichst Wege und Erledigungen während der Mittagshitze und suchen Sie kühle Orte auf. Auch unsere Straßenbäume freuen sich in trockenen Zeiten über eine zusätzliche Wassergabe.

Anfang September startet zudem der Kandidatenaufwurf für die **Seniorenvertretungswahl 2027**. Jede und jeder ab dem sechzigsten Lebensjahr mit Hauptwohnsitz in Charlottenburg-Wilmersdorf kann sich beim Bezirksamt – Seniorenservice – als Kandidatin oder Kandidat melden. Auch Vorschläge durch andere Bürgerinnen und Bürger sind möglich. Weitere Informationen hierzu finden Sie ebenfalls im Seniorenprogramm.

Am 20. September 2026 entscheiden die Berlinerinnen und Berliner über die neue Zusammensetzung des Abgeordnetenhauses von Berlin sowie der Bezirksverordnetenversammlung in Charlottenburg-Wilmersdorf. Bitte machen Sie von Ihrem Wahlrecht Gebrauch – ob per Briefwahl oder im Wahllokal.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Sommerzeit und viele angenehme Begegnungen in unserem Bezirk.

Astrid Duda

Ihre Astrid Duda

Bezirksstadträtin für Bürgerdienste und Soziales



Bild: BACW

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

## 1.2 Aktuelles

### Kostenloses und persönliches Informationsangebot der Berliner Hausbesuche:

### Aktiv älter werden beginnt mit guten Informationen

Berlin bietet eine Vielfalt an Angeboten auch für ältere Menschen. Unsere Lotsinnen Juliane Voß und Nora Plogstedt zeigen Ihnen, welche Angebote, Orte und Möglichkeiten Ihr Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf für ein lebendiges, selbstbestimmtes Leben bereithält.

Sie bringen Ihnen die wichtigsten Informationen direkt nach Hause:

Persönlich, kostenlos und ganz in Ruhe – so wie es für Sie am besten passt.

#### Unsere Themen:

- | Kultur, Bildung & neue Interessen
- | Sport- und Bewegungsangebote
- | Engagement & Begegnung im Kiez
- | Wohnen & Alltag gut gestalten
- | Digitale Themen
- | Unterstützung für Angehörige
- | Finanzielle Orientierung



Foto: Nora Plogstedt und Juliane Voß

Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin gerne telefonisch montags bis freitags zwischen 09:00 und 16:00 Uhr.

Frau Voß und Frau Plogstedt sind erreichbar unter der Telefonnummer

**030-348003-240** oder

per E-Mail ([bhb.charlottenburg-wilmersdorf@malteser.org](mailto:bhb.charlottenburg-wilmersdorf@malteser.org)).

Weitere Informationen (auch mehrsprachig) finden Sie online unter:

[www.berliner-hausbesuche.de](http://www.berliner-hausbesuche.de) oder aber Sie scannen den QR-Code:

<https://www.malteser.de/standorte/berlin/berline...>



Sehr gerne können Sie uns auch an unserem Infostand besuchen:

Jeden zweiten Montag im Monat von 10:00 bis 13:00 Uhr sind wir mit einem Infostand in den Wilmersdorfer Arcaden (Wilma Shoppen; Wilmersdorfer Str. 46 im Erdgeschoss).

Dort können Sie sich unkompliziert informieren und mit den Lotsinnen ins Gespräch kommen.

Wir freuen uns auf Sie!



Senatsverwaltung  
für Wissenschaft,  
Gesundheit und Pflege

**BERLIN**



# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

---

## 1.2 Aktuelles

Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin  
Abteilung Bürgerdienste und Soziales



## Gemeinsam aktiv – Ihre Erfahrung zählt in der Seniorenvertretung

### Möchten Sie in unserem Bezirk etwas verändern/gestalten/mitwirken?

Berlin ist eine Stadt für alle – und Ihre Ideen und Ihr ehrenamtliches Engagement machen sie noch lebenswerter!

#### Wie können Sie dies tun?

Kandidieren Sie, um Mitglied in unserer Seniorenvertretung zu werden!  
Die Seniorenvertretung hat ein Mitwirkungsrecht in unserem Bezirk, ist in den Sachausschüssen zugegen und die 17 Mitglieder der Seniorenvertretung werden für 5 Jahre gewählt.

#### Wer darf sich zur Seniorenvertretung wählen lassen?

In die Seniorenvertretung berufen werden können alle Seniorinnen und Senioren, die zum Zeitpunkt der Wahl **das 60. Lebensjahr vollendet haben und mit Hauptwohnsitz im Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf** gemeldet sind.

#### Wie können Sie Ihr Interesse bekunden?

Sie können sich selbst oder aber eine andere Person vorschlagen

#### Was ist dabei zu beachten?

Die Berufungsvorschläge sind schriftlich in verschlossenem Umschlag unter der Angabe des Vor- und Nachnamens, des Geburtsdatums, sowie der Anschrift des Hauptwohnsitzes der oder des zur Berufung Vorgeschlagenen an das Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf, Soz 430, Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin, Stichwort: „Berufungsvorschlag Seniorenvertretung – VERSCHLOSSEN“

**bis einschließlich 02.10.2026**

zu richten.

Form und Frist sind zu wahren, da nur frist- und formgerecht eingereichte Berufungsvorschläge berücksichtigt werden dürfen.

#### Wann wird gewählt?

Vom **05. bis 12. März 2027**.

Briefwahl ist ebenfalls möglich.

Die jetzige Seniorenvertretung (siehe Seite 48) können Sie gerne bei Fragen kontaktieren.

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

---

## 1.2 Aktuelles

### **Mobiles Bürgeramt: Charlottenburg-Wilmersdorf bringt Verwaltung direkt in den Kiez**

Mit dem „mobilen Bürgerkoffer“ in Charlottenburg-Wilmersdorf ist ein Angebot entstanden, das insbesondere älteren und mobilitätseingeschränkten Menschen den Zugang zu wichtigen Dienstleistungen erleichtert.

Seit Juli 2025 sind Mitarbeitende der Bürgerämter in Charlottenburg-Wilmersdorf mit einem mobilen Koffer unterwegs. Ausgestattet mit allem, was für klassische Verwaltungsleistungen nötig ist, verwandeln sie soziale Einrichtungen kurzerhand in temporäre Bürgerämter.

Folgende Dienstleistungen können nach vorheriger Terminbuchung beantragt werden:

<i>Personalausweis</i>	<i>Meldebescheinigung</i>
<i>vorläufiger Personalausweis</i>	<i>Lebensbescheinigung</i>
<i>Reisepass</i>	<i>Führungszeugnis</i>
<i>Anwohnerparkausweis</i>	<i>An- und Ummeldung</i>

Bitte beachten Sie, dass die Bezahlung **ausschließlich bargeldlos** – nur per EC- oder Kreditkarte erfolgt.

Ein Modell mit Zukunft: Die Ansätze des mobilen Bürgerservices machen moderne Verwaltung nahbar, flexibel und rücken die Bürgerinnen und Bürger in den Mittelpunkt. Sie reagieren auf die Lebenswelten der Menschen und setzen ein starkes Signal für eine Verwaltung, die sich anpasst – und nicht umgekehrt.

### **Mobiler Bürgerkoffer in der Stadtteilbibliothek Halemweg**

Der mobile Bürgeramtsstandort in der Stadtteilbibliothek Halemweg ist an folgenden Tagen geöffnet:

<u>Wann:</u>	jeden ersten Montag im Monat von 10:00 bis 16:30 Uhr jeden dritten Donnerstag im Monat von 9:00 bis 13:00 Uhr
<u>Wie:</u>	Termine können montags bis freitags von 10:00 bis 18:00 Uhr telefonisch unter (030) 9029-25284 vereinbart werden.
<u>Wo:</u>	Mobiles Bürgeramt in der Stadtteilbibliothek Halemweg Halemweg 18 13627 Berlin

### **Sie möchten für Ihre Einrichtung das mobile Bürgeramt buchen?**

#### **Kontakt für Rückfragen und Termine für Einrichtungen**

Einrichtungen im Bezirk, die den mobilen Bürgerkoffer nutzen möchten, können sich direkt beim Bürgeramt Charlottenburg-Wilmersdorf melden. Das Angebot wird regelmäßig in wechselnden Einrichtungen durchgeführt und soll stetig ausgebaut werden.

Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf  
Bürgeramt / Projekt mobiler Bürgerkoffer  
Andrea Dorn

**Telefon:** (030) 9029-15021

**E-Mail:** [backoffice@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:backoffice@charlottenburg-wilmersdorf.de)

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

---

## 1.2 Aktuelles

### Hinweis zur Nutzung von QR-Codes

Wie auch in diesem Heft begegnen Ihnen im Alltag, im Restaurant, im Museum, auf Zeitschriften zunehmend kleine, schwarz-weiße Quadrate mit vielen Punkten und Kästchen. Das ist ein QR-Code, der sehr nützlich sein kann.



Dieser QR-Code bringt Sie direkt zum Seniorenportal der bezirklichen Internetseite.

### Was ist das eigentlich und welchen Nutzen hat man davon?

QR-Codes sind eine Art moderne Strichcodes, wie Sie sie auf jeder Verpackung finden, nur in quadratischer Form dargestellt und mit mehr Informationen. Wenn man diese Codes mit seinem Smartphone einliest (auch scannen genannt), dann gelangt man automatisch auf die dahinter abgespeicherte Internetseite und braucht keine langen Internetadressen eintippen. Ein QR-Code funktioniert quasi wie ein Tor ins Internet.

### Wie scanne (lese) ich einen QR-Code? (Schritt-für-Schritt)

Voraussetzung: Sie benötigen ein Smartphone oder Tablet mit einer Kamera und Internetverbindung.

- Schritt 1: Öffnen Sie die Kamera-App mit der Sie sonst Fotos machen, auf Ihrem Smartphone.
- Schritt 2: Halten Sie die Kamera so auf den QR-Code (scannen), dass er gut im Bild zu sehen ist (Abstand ca. 10-15 cm).
- Schritt 3: Die Kamera erkennt den Code automatisch. Es erscheint eine kleine Meldung oder ein Link auf dem Bildschirm.
- Schritt 4: Tippen Sie auf diesen Link. Ihr Smartphone öffnet nun die dazugehörige Internetseite.

### Sicherheitstipps!!!

- Vertrauen:** Scannen Sie nur QR-Codes, die Sie an vertrauenswürdigen Orten finden (z.B. in Restaurants, auf offiziellen Broschüren). **Aber auch hier ist Vorsicht geboten!** Bitte überprüfen Sie, ob der eigentliche QR-Code wohlmöglich überklebt wurde, dann sollten Sie diesen nicht scannen!
- Überprüfung:** Achten Sie nach dem Scannen darauf, ob die Internetadresse seriös aussieht, bevor Sie auf den Link tippen.
- Vorsicht:** Scannen Sie keine QR-Codes, die einfach irgendwo aufgeklebt sind z.B. auf fremden Zetteln an der Straße. Wenn Sie aufgefordert werden persönliche Daten, wie Passwörter oder Kontonummern einzugeben, **geben Sie keine Daten ein** und schließen die Seite wieder!

**Zusammenfassend:** QR-Codes machen den Alltag bequemer und helfen, schneller an Informationen zu kommen, weil sie das Tippen auf kleinen Handy-Tastaturen überflüssig machen. Ob beim Einkaufen, im Restaurant oder beim Reisen – mit ein paar Handgriffen ist alles erreichbar. Aber Vorsicht ist geboten, wenn Sie nach persönlichen Daten gefragt werden.

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

## 1.2 Aktuelles

**Der Cura Betreuungsverein Charlottenburg-Wilmersdorf – Ihr Ansprechpartner im Bezirk rund um Fragen zu Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen und rechtlicher Betreuung**

### Unsere Aufgaben

Für erwachsene Menschen kann vom Gericht eine Betreuung angeordnet werden, wenn sie aufgrund einer Erkrankung oder Behinderung nicht in der Lage sind, ihre rechtlichen Angelegenheiten selbst zu regeln. Rechtliche Betreuerinnen und Betreuer vertreten betroffene Menschen gegenüber öffentlichen Stellen oder privaten Personen und Einrichtungen. Betreuungen können beruflich oder ehrenamtlich geführt werden. Der Cura Betreuungsverein möchte engagierte Menschen für dieses anspruchsvolle Ehrenamt gewinnen. Wir begleiten und beraten ehrenamtliche

Betreuerinnen und Betreuer sowie Vorsorgebevollmächtigte und unterstützen sie durch Fortbildungen und Erfahrungsaustausch. Gleichzeitig führen unsere Mitarbeitenden beruflich Betreuungen, insbesondere wenn diese erweiterte fachliche Anforderungen stellen.

Durch Erteilung einer Vorsorgevollmacht kann eine rechtliche Betreuung vermieden werden. Mit einer Betreuungsverfügung kann bestimmt werden, wer ggf. zu einem späteren Zeitpunkt als Betreuerin bzw. Betreuer eingesetzt werden soll und wie diese Person ihr Amt ausüben soll. Unter dem Dach des Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V. ist Cura ein vom Land Berlin anerkannter Betreuungsverein mit Büros in den Bezirken Charlottenburg-Wilmersdorf, Steglitz-Zehlendorf und Tempelhof-Schöneberg.

### Unsere Leistungen

Wir informieren und beraten zu

- Vorsorgevollmachten, Betreuungs- und Patientenverfügungen
- betreuungsbedürftige Menschen, ihre Angehörigen, Lebenspartner, Freunde und Bekannte über die Voraussetzungen einer Betreuung
- Menschen, die ehrenamtlich eine rechtliche Betreuung übernehmen möchten
- ehrenamtliche rechtliche Betreuerinnen und
- Betreuer sowie Bevollmächtigte

Wir bieten Informationsveranstaltungen und Gruppenberatungen zu betreuungs- rechtlichen Themen, Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen an.

Wir informieren und beraten Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen sozialer Dienste zu Fragen des Betreuungsrechts.

Wir kooperieren mit lokalen Trägern der psychosozialen Versorgung.

Wir führen hauptberuflich Betreuungen.

### Unser Selbstverständnis

Unser Anliegen ist es, die Selbstbestimmung betreuter Menschen zu bewahren und durch Einschaltung ambulanter sozialer Dienste die vorhandenen Fähigkeiten zu erkennen und zu fördern sowie zu helfen, wieder in der Gemeinschaft Fuß zu fassen.

Im Mittelpunkt unserer Arbeit steht das Wohlergehen unserer Betreuten.

Als konfessionell ungebundener Verein achten und unterstützen wir Menschen jeder kulturellen Prägung und religiösen Ausrichtung oder Weltanschauung unabhängig von der Herkunft.

**Kontakt:** Cura Betreuungsverein Charlottenburg-Wilmersdorf  
Wilhelmsaue 33, 10713 Berlin  
Telefon: (030) 300 96 98-10, E-Mail: [cura-cw@nbhs.de](mailto:cura-cw@nbhs.de)

### Sprechzeiten

Dienstag: 10 – 12 Uhr  
Donnerstag: 16 – 18 Uhr  
und nach Vereinbarung

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

## 1.2 Aktuelles

### Plauderbänke

Auf einer Bank Platz nehmen und mit anderen ins Gespräch kommen – das ist die Idee der „Plauderbänke“. Ab Dienstag, 26. Mai, bis Donnerstag, 24. September 2026, stehen die Bänke wieder im Volkspark Wilmersdorf, am Nikolsburger Platz und am Fennsee bereit. Menschen jeden Alters aus der Nachbarschaft, dem Bezirk und darüber hinaus können hier Platz nehmen und miteinander ins Gespräch kommen.

Die Bänke sind mit gut sichtbaren Aufklebern mit der Aufschrift „Plauderbank“ gekennzeichnet. Unter der Woche sitzen dort Gesprächspartner:innen aus dem Netzwerk Nachbarschaft Wilmersdorf und der bezirklichen Freiwilligenagentur. Sie freuen sich auf offene Gespräche und neue Begegnungen.

Ein Fahnenaufsteller neben der Bank signalisiert zu den folgenden Zeiten die Gesprächsbereitschaft:

- Volkspark Wilmersdorf (zwischen den Sportplätzen): dienstags, 11:00 bis 12:00 Uhr
- Nikolsburger Platz: mittwochs, 11:00 bis 12:00 Uhr
- Fennsee (nahe der Bushaltestelle Mecklenburgische Straße): donnerstags, 15:00 bis 16:00 Uhr

Bei Regen oder Sturm bleiben die Bänke unbesetzt.

Auch jenseits der festgelegten Termine laden die Plauderbänke zum Austausch ein. Wer hier Platz nimmt, signalisiert: „Ich habe Lust auf ein Gespräch.“ Andere Menschen können sich dazugesellen – ganz ohne Verpflichtung oder Termin.

Die „Plauderbänke“ sind ein gemeinsames Angebot des Netzwerks Nachbarschaft Wilmersdorf, der Mobilien Stadtteilarbeit Wilmersdorf (nachbarschaft e.V.) und der Sozialraumorientierten Planungscoordination (SPK) des Bezirksamtes Charlottenburg-Wilmersdorf. Weitere Informationen sind auf der Webseite der SPK zu finden.

Kontakt:  
Johanna Honkomp und Florian Seitz  
Mobile Stadtteilarbeit  
E-Mail: [mosta@nachbarschaft-ev.de](mailto:mosta@nachbarschaft-ev.de)

Katja Worch-Fouhakue  
Sozialraumorientierte Planungscoordination  
Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf  
E-Mail: [spk@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:spk@charlottenburg-wilmersdorf.de)



**Plauderbank**

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

## 1.2 Aktuelles

### **Barrierefrei mit Bus und Bahn unterwegs, selbst wenn der Aufzug fehlt oder ausfällt – mit der VBB Barrierefreier Alternativ-Verkehr geht es für Sie weiter**

Wenn ein Aufzug an einer Station defekt oder nicht vorhanden ist, wird es für Fahrgäste, die körperlich in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, oft schwierig, ihre Fahrt anzutreten oder fortzusetzen. Genau hier hilft der VBB-BAV.

#### **Was ist der VBB-BAV?**

VBB-BAV steht für „Barrierefreier Alternativ-Verkehr“ und löst damit das bisherige Projekt, des ergänzenden Fahrdienstes der BVG Muva, ab.

Dieser kostenlose Service unterstützt mobilitätseingeschränkte Menschen dabei, ihre Fahrt im öffentlichen Personennahverkehr in Berlin dennoch fortsetzen zu können – zuverlässig und sicher.

#### **So funktioniert's – Schritt für Schritt**

##### **1. Aufzug ausgefallen oder nicht vorhanden?**

Sie können deshalb Ihre Fahrt mit Bus oder Bahn aufgrund Ihrer Behinderung nicht antreten oder nicht fortsetzen?

Dann rufen Sie den VBB-BAV-Kundencenter an: **030 – 25 41 44 44**

##### **2. Der VBB-BAV prüft Ihren Fahrtwunsch.**

Die Mitarbeitenden des VBB-BAV-Kundencenters beraten Sie, ob eine barrierefreie Umfahrung mit dem Nahverkehr möglich ist.

##### **3. Keine barrierefreie Alternative? Der VBB-BAV holt Sie ab.**

Ist keine alternative Umfahrung möglich, organisiert der VBB-BAV ein geeignetes Taxi – bei Bedarf ein barrierefreies. Dieses bringt Sie direkt zu einer geeigneten barrierefreien Station oder Haltestelle. Es wird bei der Buchung darauf geachtet, dass VBB-BAV, Bus und Bahn sich gut ergänzen. Ändern sich durch die Nutzung des VBB-BAV die zu benutzenden Linien oder Umsteigepunkte, werden Sie über die neue Route informiert.

Weitere Informationen stehen Ihnen unter: [www.vbb.de/barrierefrei-unterwegs/bav/](http://www.vbb.de/barrierefrei-unterwegs/bav/) zur Verfügung oder Sie scannen den QR Code mit Ihrer Handykamera:



### **Einladung kostenlose Fahrradregistrierung**

**Am 14.07., 28.07. & 18.08.26, von 10:00 bis 12:00 Uhr**

lädt die Berliner Polizei/Abschnitt 25 und die Jugend-Verkehrs-Schule Charlottenburg zur Fahrradregistrierung und Helmberatung in die

**Jugend-Verkehrs-Schule Charlottenburg, Loschmidtstr. 6-10, 10587 Berlin,**

**Tel.: 015129275320** ein. Interessenten sollen bitte ein Ausweisdokument, einen Eigentumsnachweis und selbstverständlich das Fahrrad mitbringen.

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

## 1.2 Aktuelles



### Einladung Kostenloses Pedelec-Training für Senioren\*innen und alle Interessierten

Am **15.07., 29.07. & 04.08.26** von **10:00 bis 12:00 Uhr**  
laden die Berliner Polizei/Abschnitt 25 und  
die Jugendverkehrsschule Charlottenburg zum Pedelec-Training in die  
**Jugend-Verkehrs-Schule Charlottenburg,**  
**Loschmidtstr. 6-10, 10587 Berlin,**  
**Tel.: 015129275320** ein.

Wir möchten Ihnen die Gefahren, wie z.B. die Geschwindigkeit, Abstand, "Toter Winkel", Reaktionszeiten, Sichtbarkeit, Schutzkleidung, Diebstahlschutz etc., nahebringen. Pedelecs und auch Helme werden zur Verfügung gestellt, damit geübt und probiert werden kann. Interessierte melden sich bitte in der Jugend-Verkehrs-Schule telefonisch an, Mindestteilnehmerzahl 4.

**Wenn vorhanden, bringen Sie bitte einen eigenen Fahrradhelm mit und achten Sie auf angepasste Kleidung.**



### Einladung Kostenloses E-Scooter-Training für Senioren\*innen und alle Interessierten

Am **16.07., 30.07. & 11.08.26** von **10:00 bis 12:00 Uhr**,  
laden die Berliner Polizei/Abschnitt 25  
und die Jugend-Verkehrs-Schule Charlottenburg  
in die **Jugend-Verkehrs-Schule Charlottenburg,**  
**Loschmidtstr. 6-10, 10587 Berlin,**  
**Tel.: 0151 29275320** ein.



Haben Sie Lust, einen E-Scooter auszuprobieren?  
Möchten Sie über Gefahren und Vorschriften informiert werden?  
E-Scooter und auch Helme werden zur Verfügung gestellt,  
damit geübt und probiert werden kann.

Interessierte melden sich bitte in der Jugend-Verkehrs-Schule telefonisch an, Mindestteilnehmerzahl 4.

**Wenn vorhanden, bringen Sie bitte einen eigenen Fahrradhelm mit und achten Sie auf angepasste Kleidung.**

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

## 1.2 Aktuelles

### Berlin bewegt sich – kostenfreie Bewegungsangebote in der Hauptstadt



Bild: SenWGPG

Bewegung ist wichtig für unsere Gesundheit – in jedem Alter. Wer sich regelmäßig bewegt, kann viel für das eigene Wohlbefinden tun. Bewegung kann helfen, Krankheiten vorzubeugen, zum Beispiel Bluthochdruck, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Übergewicht. Auch die seelische Gesundheit profitiert: Bewegung kann die Stimmung verbessern und Einsamkeit entgegenwirken.

Darum setzt sich das Land Berlin dafür ein, dass alle Menschen die Möglichkeit haben, sich mehr zu bewegen – einfach, wohnortnah und ohne große Hürden.

Das Programm „Berlin bewegt sich“ ist ein kostenfreies Bewegungsangebot für alle Menschen in Berlin. Mitmachen kann jede und jeder – unabhängig vom Alter, von der Fitness oder von den persönlichen Lebensumständen.

Die Angebote sind leicht zugänglich, finden an verschiedenen Orten statt und werden von geschulten Personen begleitet. Dazu gehören zum Beispiel Angebote in Stadtteilzentren, Parks, Begegnungsstätten oder anderen Einrichtungen in der Nachbarschaft.

Besonders wichtig ist: Auch Menschen in besonderen Lebenssituationen sollen gut erreicht werden. Deshalb gibt es unterschiedliche Angebote, damit jede Person etwas Passendes finden kann.

Alle Bewegungsangebote werden auf der Webseite „Berlin bewegt sich“ gesammelt und übersichtlich dargestellt. Dort können Sie nach passenden Angeboten suchen – zum Beispiel nach Ort oder Interesse. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Machen Sie mit – für mehr Bewegung, Gesundheit und gemeinsame Erlebnisse im Alltag!

Weitere Informationen finden Sie unter: [www.berlin.de/berlin-bewegt-sich](https://www.berlin.de/berlin-bewegt-sich) oder aber Sie scannen den QR-Code

<https://www.berlin.de/berlin-bewegt-sich/>



„Berlin bewegt sich“ ist ein Landesprogramm der  
Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege

---

## Ehrenamtliche Unterstützung gesucht!

Sie haben Freude am Umgang mit Menschen,  
bewegen sich gerne an der frischen Luft und möchten etwas Sinnvolles bewirken?

Dann suchen wir genau **Sie!**

Für den **Aufbau einer Senioren-Wandergruppe** bzw. **regelmäßiger Spaziergänge** suchen wir engagierte Ehrenamtliche, die Lust haben,

gemeinsame Aktivitäten in netter Gesellschaft zu begleiten und mitzugestalten.

Ziel ist es, Seniorinnen und Senioren Bewegung, soziale Kontakte und schöne gemeinsame Erlebnisse in der Natur zu ermöglichen.

Bereits kleine Spaziergänge können große Freude schenken und das Miteinander stärken.

Ob gemütlicher Spaziergang oder kleine Wanderung – im Vordergrund stehen Gemeinschaft, Austausch und Freude an der Bewegung.

Wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren möchten und Teil dieses wertvollen Angebots werden wollen, freuen wir uns sehr über Ihre Unterstützung!

Bei Interesse melden Sie sich bitte: **Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf**

**Tel:** (030) 9029 14 797

**E-Mail:** [freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de)

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

## 1.2 Aktuelles

### Direktion 2 - Präventionstheater des Abschnitts 22

Die Polizistinnen und Polizisten des Abschnitts 22 spielen mit Engagement und Witz seit vielen Jahren für ältere Menschen Theater. Dargestellt werden Tricktaten an der Wohnungstür und am Telefon. Durch die Darstellung der jeweiligen Vorgehensweisen der Kriminellen in zwei Szenen – erst als Tatvollendung und dann noch einmal als verhinderte Tat durch richtiges Verhalten – werden die Informationen und Verhaltenstipps für das Publikum erlebbar. Die Darstellungen sorgen auf amüsante Weise mit dennoch ernstem Unterton für ein nachhaltiges Erlebnis. Das Theaterstück beinhaltet unter anderem den Enkeltrick, den Zetteltrick, den Falschen Handwerker und den Falschen Polizisten. Die Aufführung wird von einer Moderation begleitet. Informationen zum Taschendiebstahl runden das Angebot ab.

Die Veranstaltungen finden einmal im Monat jeweils von 15:00 – 17:00 Uhr statt und sind kostenfrei.

**Um Anmeldung wird telefonisch oder per E-Mail gebeten:**

**Telefonnummern**

(030) 4664-601331

(030) 4664-601332

(030) 4664-601333

**E-Mail an:** [seniorentheater@polizei.berlin.de](mailto:seniorentheater@polizei.berlin.de)

### Termine 2026:

**02.07.26, 10.09.26, 08.10.26, 12.11.26 und 03.12.26** jeweils 15:00 – 17:00 Uhr,  
Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin, **Bürgersaal**. Alle Veranstaltungen sind barrierefrei.

Darüber hinaus wird das Präventionstheater am **13. September 2026** beim **Tag der offenen Tür der Polizei Berlin**, Charlottenburger Chaussee 67, 13597 Berlin, wieder drei Aufführungen im Haus 12 geben. Die Spielzeiten sind um 12:00 Uhr, 14:00 Uhr und 16:00 Uhr.

## Veröffentlichung Neuauflage Journal 55plus

Begrüßen Sie mit uns die neue Ausgabe des Journal 55plus für 2026/27!

**Am Samstag, den 12. 09. 2026 von 11:00 – 17:00 Uhr**

laden Sie die Seniorenstiftung Wilmersdorf und das Unionhilfswerk Charlottenburg Wilmersdorf in den Seniorenclub Hertha Str. 25a im Grunewald ein!



- Druckfrisch mit vielen Informationen und Terminen zu Veranstaltungen sagen wir Willkommen zur Neuauflage.
- Umrahmt mit Getränken, Grillwurst, Kuchen zu clubüblichen Preisen.
- Lernen Sie dabei auch die vielen Angebote vor Ort kennen!
- Für musikalische Unterhaltung ist gesorgt.



# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

---

## 1.2 Aktuelles



### Neues aus der Kontaktstelle PflegeEngagement (Alle unsere Angebote sind kostenfrei)

#### Workshop für pflegende An- und Zugehörige: **Leben mit Verlusten – Es geht weiter, aber anders** Donnerstag, 23.07.2026 von 15:00-17:30 Uhr

Wer einen nahestehenden Menschen pflegt, erlebt viele Formen von Verlust – nicht nur den Abschied von gemeinsamen Plänen und Perspektiven. Auch die eigene Gesundheit, Autonomie oder finanzielle Sicherheit können darunter leiden, und oft bleibt wenig Raum, die Trauer, um das eigene Leben wahrzunehmen.

In dieser Veranstaltung wollen wir gemeinsam erkunden, wie diese Verluste erlebt werden, was den Trauerprozess erschweren kann und was dabei hilft, neue Orientierung und Perspektiven zu entwickeln. Die Erfahrungen, das Wissen und die Fragen der Teilnehmenden stehen dabei im Mittelpunkt.

Wir freuen uns auf Ihre/Eure Teilnahme!

**Wo:** Kontaktstelle PflegeEngagement, Bismarckstr. 101, 10625 Berlin

**Anmeldung:** Tel.: 030 890 285 35 oder Mail: [pflegeengagement@sekis-berlin.de](mailto:pflegeengagement@sekis-berlin.de)

### Freie Plätze in unserer Kreativgruppe für pflegende An- und Zugehörige

Für unsere Gruppe suchen wir pflegende oder sorgende An- und Zugehörige, die ihre Erfahrungen und Belastungen in der häuslichen Pflege kreativ ausdrücken möchten. Im Vordergrund steht der Austausch über das, was zum Vorschein kommt. In der Gruppe können Sie künstlerisch Ihre Fantasie ausleben und Ihre Gefühle ergründen. Glücksgefühle und Tränen, alles ist möglich, alles darf sein. Das Angebot wird angeleitet und soll Sie bei der Bewältigung Ihres Alltags stärken.

#### 1. und 3. Montag im Monat von 16 – 17:30 Uhr

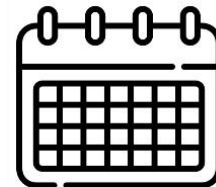
Sie haben Interesse? Melden Sie sich gerne bei uns!

**Wo:** Kontaktstelle PflegeEngagement, Bismarckstr. 101, 10625 Berlin

**Kontakt:** Tel.: 030/ 890 28535 oder per E-Mail: [pflegeengagement@sekis-berlin.de](mailto:pflegeengagement@sekis-berlin.de)

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

---



## 1.2 Aktuelles

### Weitere Termine

#### Offenen Bürgersprechstunde

Das Amt für Soziales Charlottenburg-Wilmersdorf bietet ab Juni 2026 regelmäßig im Rathaus Charlottenburg (Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin), Raum 347a, eine offene Bürgersprechstunde an.

Bürgerinnen und Bürger können ihre Anliegen und Hinweise in einem persönlichen Gespräch mit der Amtsleitung des Sozialamts besprechen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die Sprechstunde findet an folgenden Terminen, jeweils von 9:00 bis 10:00 Uhr statt:

Dienstag, 2. Juli 2026

Montag, 2. November 2026

Mittwoch, 2. September 2026

Mittwoch, 2. Dezember 2026

Freitag, 2. Oktober 2026

#### 3. Interkulturelles Nachbarschaftsfest

am 22. August im Nachbarschaftshaus am Schoelerpark, Straße am Schoelerpark 37, 10715 Berlin von 14:00 – 20:00 Uhr. Mit Bühnenprogramm und vielen interaktiven Angeboten zum Mitmachen.

**Seniorencafé:** immer dienstags um 16:00 Uhr im Gemeindezentrum Herz Jesu, Alt-Lietzow 19, 10587 Berlin. In geselliger Runde gibt es Kaffee und Kuchen.

**„Kieztreff mit Herz“:** offener Nachbarschaftstreff immer mittwochs von 12:00–16:00 Uhr, im Gemeindezentrum Herz Jesu, Alt-Lietzow 19, 10587 Berlin

#### Sommercafés:

- **Montags 15:00 bis 19:00 Uhr, Lindenkirchengemeinde**, Johannisberger Straße 15A, 14197 Berlin, im Garten und auf der Terrasse, Kaffee, Tee, Kuchen, Eis, Grill, kühle Getränke
- **Mittwochs 15:00 bis 17:00 Uhr, Auenkirchengemeinde**, Wilhelmsaue 118 A, 10715 Berlin, im Erdgeschoss des Gemeindehauses und auf der Terrasse  
Kuchen, Muffins, kühle und warme Getränke
- **am 2. Freitag des Monats 16:00 bis 18:00 Uhr, Friedensgemeinde**, Tannenbergallee 6, 14055 Berlin, Kaffee & Kuchen mit Kulturangebot

#### Vortragsreihe "So lange wie möglich selbstbestimmt leben":

Dienstag, 22. September 2026, 17:30 Uhr: Die Betreuungsverfügung

Ein Überblick zur rechtlichen Betreuung: Wann wird sie eingerichtet?

Wie bestimmen Sie, wie ein:e Betreuer:in für Sie handeln soll? Was können Sie vorher regeln?

Referent: Matthias Scharlipp, Cura Betreuungsverein Charlottenburg-Wilmersdorf

Veranstaltungsort: Evangelischer Campus Daniel, Kirchsaal (EG),  
Brandenburgische Straße 51, 10707 Berlin

Anmeldung und Kosten: Der Vortrag dauert rund 90 Minuten.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Bitte melden Sie sich vorher an,  
per Telefon 030 863 90 99 00 (Büro Campus Daniel) oder  
per E-Mail an [buero@campus-daniel.de](mailto:buero@campus-daniel.de)

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

---

## 1.3 Ehrenamt

### Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf



Die Freiwilligenagentur Charlottenburg – Wilmersdorf existiert seit 1998 in unserem Bezirk und bietet Ihnen ein breitgefächertes Angebot an Einsatzstellen.

Die Freiwilligenagentur gliedert sich in drei Teilbereiche mit unterschiedlichen Schwerpunkten, aber einem gemeinsamen Ziel: - den Bürgerinnen und Bürgern des Bezirks das Ehrenamt näher zu bringen und Sie für die gute Sache zu gewinnen.

Wenn auch Sie daran interessiert sind:

- **Ihre Umgebung aktiv mit zu gestalten,**
- **Ihre nachbarschaftlichen Beziehungen zu erweitern,**
- **anderen zu helfen**
- **und auch für sich selbst eine Aufgabe zu finden, in der Sie sich entfalten und interessante neue Erfahrungen machen können und Spaß haben,**  
dann sind Sie bei uns richtig! Wir beraten Sie gerne!

Bitte melden Sie sich bei uns für ein Kennlerngespräch:

#### **Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf**

Rathaus Charlottenburg  
Kordinatorin Ehrenamt Frau Bieber  
Otto-Suhr-Allee 100  
10585 Berlin

**Tel:** (030) 9029 14 797 / **E-Mail:** [freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de)

**Das Team der Freiwilligenagentur Charlottenburg – Wilmersdorf erwartet Sie!**



Bild: BACW, C. Bauer, J. Wedel, A. Bieber, S. Kruschke

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

---

## 1.3 Ehrenamt

### Ehrenamtsdienste



#### Ein Lächeln schenken – Ehrenamtlicher Gratulationsdienst sucht Verstärkung!

Haben Sie Lust, anderen eine besondere Freude zu bereiten?  
Möchten Sie Teil eines Teams werden, das Seniorinnen und Senioren unseres Bezirks an ihren besonderen Tagen besucht?  
Dann sind Sie bei uns genau richtig! Der **Gratulationsdienst** sucht engagierte Ehrenamtliche, die Zeit und Herzlichkeit verschenken möchten.

#### Warum ist Ihr Einsatz so wertvoll?

In Charlottenburg-Wilmersdorf leben viele ältere Menschen, die an ihren runden Geburtstagen (ab 90+) oder Jubiläen wie der Diamantenen Hochzeit keine Familie in der Nähe haben. Ein persönlicher Besuch, ein kleines Gespräch oder eine liebevolle Aufmerksamkeit können an diesen Tagen ein strahlendes Lächeln ins Gesicht zaubern.

#### **Sie können dieses Lächeln schenken!**

Als Ehrenamtliche oder Ehrenamtlicher im Gratulationsdienst besuchen Sie Seniorinnen und Senioren in ihrer Wohnung, überreichen eine Glückwunschkarte, eine kleine Aufmerksamkeit und nehmen sich Zeit für ein kurzes Gespräch. Oft entstehen dabei wunderbare Momente des Austauschs und der Verbundenheit – für beide Seiten.

#### Was erwartet Sie?

**Sinnstiftendes Engagement:** Sie bereichern das Leben anderer und erleben, wie viel Freude ein kleiner Besuch machen kann.

**Ein herzliches Team:** Sie sind nicht allein! Wir unterstützen Sie mit einer Einführung, Materialien und stehen Ihnen bei Fragen zur Seite.

**Vielfältige Begegnungen:** Jeder Besuch ist einzigartig und bereichernd. Sie lernen Menschen mit spannenden Lebensgeschichten kennen.

**Aufwandsentschädigung:** Für Ihre Tätigkeit erhalten Sie eine kleine finanzielle Anerkennung und sind Unfall- und Haftpflicht versichert.

#### Was bringen Sie mit?

**Freude am Umgang mit Menschen:** Sie sind offen, freundlich und haben ein Herz für Seniorinnen und Senioren.

**Mobilität:** Sie sind bereit, Seniorinnen und Senioren in Ihrer Nähe zu besuchen. Die Einsätze werden nach Wohnort koordiniert, sodass Sie keine weiten Wege haben.

**Zuverlässigkeit:** Sie halten vereinbarte Termine ein und gehen verantwortungsvoll mit Ihrer Aufgabe um.

#### Wie können Sie mitmachen?

Sie haben Interesse oder möchten mehr erfahren? Dann melden Sie sich bei uns!  
Wir laden Sie herzlich zu einem unverbindlichen Gespräch ein, in dem wir Ihnen alles Wissenswerte erklären und Ihre Fragen beantworten.

**Telefon:** (030) 9029 14 795

**E-Mail:** [freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de)

**Persönlich:** Rathaus Charlottenburg, Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin (Raum 126c)

**Sprechzeiten:** Dienstag und Donnerstag von 9:00 bis 12:00 Uhr – oder nach Vereinbarung.

# 1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

## 1.3 Ehrenamt

### *Sie suchen ein Ehrenamt?*

### *Wir unterstützen Sie dabei!*

### *Das bietet Ihnen die Ehrenamtsvermittlung:*

- Wir **informieren** Sie über die allgemeinen und rechtlichen Rahmenbedingungen des Ehrenamts.
- Wir **beraten** Sie bei der Suche nach einer für Sie geeigneten ehrenamtlichen Tätigkeit.
- Wir **vermitteln** Sie an gemeinnützige Einrichtungen und stellen die entsprechenden Kontakte her.
- Wir **begleiten** Sie bei Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit und stehen für Rückfragen und eventuelle Konfliktklärung zur Verfügung.

### *Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf:*

- **Rufen** Sie uns an: **9029-13601** (außerhalb der Sprechzeiten Anrufbeantworter)
- Schicken Sie uns eine **E-Mail**:  
**[ehrenamtsvermittlung@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:ehrenamtsvermittlung@charlottenburg-wilmersdorf.de)**
- Benutzen Sie das **Online-Formular** „Suche von Einsatzmöglichkeiten“

Weitere Informationen und das Online-Formular finden Sie auf unserer **Webseite**:  
**[www.ehrenamtsvermittlung.charlottenburg-wilmersdorf.de](http://www.ehrenamtsvermittlung.charlottenburg-wilmersdorf.de)**

Mit dem Formular können Sie Ihr Interesse an einem Ehrenamt anmelden und zugleich eine Vorauswahl für mögliche Betätigungsfelder treffen.

Nach Ihrer Kontaktaufnahme melden wir uns umgehend bei Ihnen per Telefon oder E-Mail und laden Sie zu einem **Beratungs- und Vermittlungsgespräch** im Rahmen unserer **Sprechzeiten** ein:

dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr

mittwochs von 10:00 – 12:00 Uhr und 15:00 – 17:00 Uhr

donnerstags von 16:00 – 18:00 Uhr

**Raum 126 im Rathaus Charlottenburg,  
Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin**

**Ehrenamts-  
vermittlung**

FREIWILLIGENAGENTUR  
CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF

Engagiert  
im Bezirk!



Foto: © R. Müller / v.v.: B. Staude, H. Hansen,  
M. Briese, M. Mandel, Bodo Lamche

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs


---

### 2.1 SC Herthastraße 25 a



## Seniorenclub Herthastraße 25 a

in 14193 Berlin-Grünwald

 891 72 95

Fax: 747 53 690

E-Mail: [herthastrasse@wilmstift.de](mailto:herthastrasse@wilmstift.de)



**Leitung:** Frau Liedtke  
**Bürozeiten:** Montag bis Freitag von 10:00 bis 15:00 Uhr

**Fahrverbindungen:** Bus 110, M 29 Haltestelle Herthastraße  
Der Club liegt in der Seniorenwohnanlage am Hubertussee.

**Öffnungszeiten:** 09:00 bis 17:00 Uhr (in der Regel)

---

**Bitte melden sie sich für Veranstaltungen an,  
damit wir besser planen können!**

---

Starten Sie gut in den Sommer,  
trinken Sie genügend und bleiben Sie gesund!  
Kommen Sie unsere Terrasse besuchen und  
genießen einen Eiskaffee.

---

**Alle Angaben ohne Gewähr! Änderungen vorbehalten.  
Nutzen Sie auch die Homepage:  
[www.wilmersdorfer-seniorenstiftung.de/seniorenclubs](http://www.wilmersdorfer-seniorenstiftung.de/seniorenclubs)**

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.1 SC Herthastraße 25 a

#### Senioren - aktiv! geht neue Wege

Seit 15 Jahren trifft sich der Arbeitskreis Senioren - aktiv! zweimal monatlich in der Seniorenfreizeitstätte in der Herthastraße. Im Laufe dieser Zeit haben wir zahlreiche Projekte in Angriff genommen, die speziell die Senioren und Seniorinnen im Bezirk betreffen. In den vergangenen zwei Jahren beschäftigen wir uns mit der zunehmenden Digitalisierung, bei der ältere Menschen oft auf der Strecke bleiben.

Da es im Bereich Weiterbildung schon viele Angebote von Seniorenclubs, Kirchengemeinden, der AWO, dem Digitalen Engel, dem Digitalen Zebra, der BAGSO und anderen gibt, haben wir uns entschlossen, einen anderen Weg zu gehen. Wir wollen an „die andere Seite“: an Dienstleister, Banken, Versicherungen, Theaterkassen, Arztpraxen und weitere Institutionen herantreten und sie mit „ins Boot holen“.

Zunächst möchten wir die konkreten Probleme bei der Nutzung digitaler Geräte genauer erfassen. Wobei genau wird Hilfe benötigt? Muss die Sprache vereinfacht werden oder ist die intuitive Menüführung unverständlich? Gibt es Fragen zum Kauf eines Geräts oder bei der Installation der Programme? Sind die Geräte zu teuer? Oder wechselt die Technik durch häufige Updates zu oft? Oder liegen die Schwierigkeiten ganz woanders?

Diese Fragen wollen wir vorab klären. Mit den Antworten schaffen wir eine Grundlage, um die Unternehmen, Dienstleister, Behörden usw. gezielt auf notwendige Verbesserungen anzusprechen. Wir wollen ein Umdenken bewirken, damit die Bedürfnisse älterer Menschen bei der stetigen Weiterentwicklung von Software und digitalen Angeboten stärker berücksichtigt werden.

Die Seniorenvertretung Charlottenburg-Wilmersdorf unterstützt bereits unser Anliegen. Wir haben eine gemeinsame Arbeitsgruppe ins Leben gerufen, damit das Thema vorangebracht wird.

Für die Arbeitsgruppe Digitalisierung

Cornelia Beckmann    Hans-Detlev Küller    Hannelore Kamwa

### Einladung zu Veranstaltungen im Juli, August, September 2026

Als neues Angebot möchten wir Ihnen am Dienstag, Mittwoch & Donnerstagsvormittag

**Einzelberatung zu Themen wie Patientenverfügung und Vorsorge** anbieten.

Bitte melden Sie sich im Seniorenclub an, Termine werden dann vereinbart.

**Jeden Donnerstag von 10:15 – 11:45, von 12:00 – 13:00 und von 13:00 – 14:00 Uhr**

gibt es **Fitness-Gymnastik mit Musik**.

Sich einfach wohlfühlen und Spaß haben ist unser Motto.

Wenn Sie Spaß an Bewegung haben, erwartet Sie ein Ganzkörpertraining mit Elementen aus Ganzkörpergymnastik, Tai-Chi, Pilates, Yoga und Aerobic. Alles wird zu einer Einheit verbunden und mit Musik begleitet. Schrittfolgen werden einstudiert, Atem, Koordination und Körperhaltung werden gestärkt. Das Programm variiert, die Übungen werden im Stehen, Sitzen oder auch auf Matten durchgeführt.

Gerne werden die Übungen durch Sportzubehör unterstützt.

Sie werden von einer qualifizierten Trainerin mit viel Freude und Spaß trainiert.

**Mittwochs von 11:30 – 12:30 Uhr** gibt es weiterhin **TanzFit Soft**...für alle, die fit und agil sein wollen und Musik lieben. Nach einer Gymnastikeinheit zu Tanzmusik mit Schwerpunkt auf Beweglichkeit und Gleichgewicht (ohne Bodenübungen) studieren wir unterhaltsame Party- und Gesellschaftstänze ein. So trainieren wir Koordination, Kondition und Konzentration und lernen nebenher Grundsätze der Standard- und Lateintänze. **Nutzen Sie das Angebot, es lohnt sich!**

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

### 2.1 SC Herthastraße 25 a

## Einladung zu Veranstaltungen im Juli, August, September 2026

Jeden Montag von 10:15 bis 12:45 Uhr gibt es noch freie Plätze in der **Gruppe Malen mit Fantasie**. Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen!

### Sommerfest im Seniorenclub Herthastraße



**Am Freitag, den 17. Juli 2026 ab 12:00 Uhr** feiern wir zusammen mit dem UHW unser jährliches Sommerfest. Alle Gäste des Clubs sind herzlich eingeladen.

Der Eintritt kostet 8 €.

Dafür gibt es Gegrilltes, Salate, und für Kaffee und Kuchen ist auch gesorgt.

Getränke gibt es zu den clubüblichen Preisen.

Um Anmeldung wird gebeten.

Wir freuen uns auf Sie.

Begrüßen Sie mit uns die **neue Ausgabe des Journal 55plus** für 2026/27!

**Am Samstag, den 12. 09. 2026 von 11:00 – 17:00 Uhr**

laden Sie die Seniorenstiftung Wilmersdorf und das Unionhilfswerk Charlottenburg Wilmersdorf in den Seniorenclub Hertha Str. 25a im Grunewald ein!

Umrahmt mit Getränken, Grillwurst, Kuchen zu clubüblichen Preisen. Für musikalische Unterhaltung ist gesorgt.

### Wie funktioniert mein Smartphone?

**Dienstag, 19. August bis 30. September, 14:30 bis 16:00 Uhr**

**(7 Termine immer dienstags)**

In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in die Möglichkeiten, die ein solches Telefon bietet. Sie lernen den Umgang mit Ihrem Gerät. Wir werden Adressen eingeben, Telefonnummer speichern, die Benutzeroberfläche anpassen, die Verbindung mit einem WLAN herstellen, nützliche Apps hinzufügen und vieles mehr.

Vorraussetzung: ein eigenes Smartphone mit dem Betriebssystem Androide ab Version 11.0 oder höher, eine Anmeldung Ihres Smartphones bei Google sowie einen Anbieter für die Bereitstellung für den Zugang zum Internet und zum Telefonieren.

**Anmeldung erforderlich!**

**Teilnehmerbeitrag: 60,00 €**

### **Auffrischung Smartphone**

**Dienstag, 19. August bis 09. September 16:15 bis 17:45 Uhr**

**(4 Termine immer dienstags)**

Wie ging das gerade noch mal mit dem ... Da war doch eine Funktion, die ich gut gebrauchen könnte. Kein Problem. Wir schauen uns das in Ruhe nochmal an und finden heraus, wie es geht.

Vorraussetzung: ein eigenes Smartphone mit dem Betriebssystem Androide ab Version 11.0 oder höher, eine Anmeldung Ihres Smartphones bei Google sowie einen Anbieter für die Bereitstellung für den Zugang zum Internet und zum Telefonieren.

**Anmeldung erforderlich! Teilnehmerbeitrag: 35,00 €**

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.1 SC Herthastraße 25 a

## Computerkurse in der Herthastr. 3. Quartal 2026

Soweit nicht nachfolgend anders erwähnt, gelten folgende **Regelungen**:

- **Kurse beginnen** jeweils zum Quartalsanfang.
- **An Kursen** werden Sie einmal wöchentlich für rd. 2 Stunden immer am selben Wochentag zur selben Uhrzeit (zwischen 09:30 und 16:00 Uhr) **teilnehmen**.
- **Der Kursbeitrag** beträgt vierteljährlich 54 €, Bezieher von Transferleistungen (Nachweis erforderlich) zahlen 15 €, Kaufberatung 10 € pro Stunde.
- Die **Teilnehmerzahl** ist auf 6 Personen begrenzt.
- Das **Übungsgerät**, ein sog. Tisch-PC einschl. Maus und Tastatur, steht bereit, Ihren eigenen Laptop können Sie nach Vereinbarung mit dem Kursleiter mitbringen.
- **Anmeldungen** für alle Kurse werden im Büro des Seniorenclubs persönlich oder telefonisch (8917295) entgegengenommen und werden dann in einer Anmelde-liste erfasst. Die Zusammenstellung neuer Kurse erfolgt jeweils etwa 4 Wochen vor Beginn eines Quartals. Sie werden persönlich angerufen, wenn ein neuer Kurs zustande kommt. Die Aufnahme von Teilnehmern für neue Kurse kann in einigen Fällen begrenzt sein, wenn z.B. die Anmelde-liste zu lang ist.

### **Folgende Kurse und Beratungsangebote können Sie nutzen:**

Die angegebenen Zeiten (Tag und Uhrzeit) sind abhängig von der Anzahl der Anmeldungen und können sich bei Bedarf ändern.

#### **1 Grundkurs Montag & Dienstag**

Termine werden bekanntgegeben, wenn die Teilnehmereinträge der Anmelde-liste ausgewertet worden sind.

#### **2 Internetkurs**

Termine werden bekanntgegeben, wenn die Teilnehmereinträge der Anmelde-liste ausgewertet worden sind.

#### **3 Auffrischkurs immer mittwochs**

Termine werden bekanntgegeben, wenn die Teilnehmereinträge der Anmelde-liste ausgewertet worden sind.

**Themen aus dem Grundkurs und dem Internetkurs (siehe oben)**, die zu Beginn des Kurses vorgestellt und mit Wünschen aus dem Teilnehmerkreis ergänzt werden.

### **Hilfe bei Computerfragen**

Computer macht nicht, was er soll? Auf dem Bildschirm erscheinen seltsame Meldungen? Fragen zu E-Mail und Internet? Fragen zu Datenschutz und Updates? Oder andere Fragen zur Bedienung des PCs/Laptops/ Smartphones / I-Phone?

Individuelle Beratung bei Herrn George (030/55643300 oder 015738287590)

Kosten 15,00 €/Std. (bei 2 Personen zur gleichen Zeit je 7,50 €/Std.)

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.1 SC Herthastraße 25 a

#### Monatliche Gruppenaktivitäten im Club: Juli, August, September 2026

- am 21.07., 18.08. & 15.09.      **ein französischer Nachmittag,**  
bei dem Sie Ihre Französischkenntnisse anwenden und  
verbessern können  
15:00 bis 17:00 Uhr
- am 23.07., 27.08. & 24.09.      **Tea afternoon with English conversation**  
Teenachmittag in englischer Sprache  
15:00 bis 17:00 Uhr
- jeden 1. und 3. Montag  
im Monat      **Interkultureller Arbeitskreis „Senioren - aktiv“**  
in Charlottenburg – Wilmersdorf  
von 14:30 bis 16:30 Uhr
- jeden 2. Samstag im Monat      **Malkurse in der Bob Ross-Technik**  
von 13:00 bis 15:00 Uhr, Anmeldung unter 01724082664

#### Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:

##### montags:

- 10:15 – 12:45 Uhr      **Malen mit Fantasie**, Es gibt noch freie Plätze!  
quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
- 14:00 – 15:30 Uhr      **Sturzprävention: Sicher stehen – Sicher gehen.**  
Es gibt noch freie Plätze!  
quartalsweise 66,00 €/GSB 7,50 €
- 14:00 – 17:00 Uhr      **offener Spielnachmittag**, vor allem Skat und Canasta  
14:30 – 16:30 Uhr      **Senioren aktiv**, beteiligen sie sich an jeden 1. und 3. Montag  
im Monat
- 16:00 – 17:30 Uhr      **Line Dance mit Liz** für Fortgeschrittene,  
quartalsweise: 56,00 €/GSB 7,50 €
- 19:00 – 21:00 Uhr      **Treffen der Guttempler Gemeinschaft Halensee**  
Kontaktgespräche sind ab 18:30 möglich

##### dienstags:

- 08:45 – 09:45 Uhr      **Rückengymnastik**, quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €
- 09:30 – 11:30 Uhr      **Französisch**, quartalsweise: 72,00 €/GSB 7,50 €.
- 10:00 – 11:30 Uhr      **Englisch**, quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
- 10:00 – 11:00 Uhr      **Rückengymnastik**, quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €
- 11:30 – 13:00 Uhr      **Hatha Yoga**, 5 € pro Termin
- 14:00 – 15:30 Uhr      **Line Dance mit Marlene** für Fortgeschrittene,  
quartalsweise: 56,00 €
- 16:00 – 17:30 Uhr      **Line Dance mit Liz**, quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
- 18:30 – 21:00 Uhr      **Treffen der Kreuzbund Gemeinschaft**

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.1 SC Herthastraße 25 a

#### Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:

##### mittwochs:

10:00 – 11:20 Uhr	<b>Hatha Yoga mit Naleem Arora</b> , 5,00 € pro Termin
11:30 – 12:30 Uhr	<b>TanzSoftFit Gymnastik &amp; Tanz</b> , pro Termin: 6,00 €
12:00 – 13:30 Uhr	<b>Parliamo italiano, Konversationskurs</b> , quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
13:00 – 14:30 Uhr	<b>Tanzen für Einsteiger</b> , Teilnahme pro Termin: 8,00 €
13:45 – 15:15 Uhr	<b>Italienisch mit guten Grundkenntnissen</b> , quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €. Es gibt noch freie Plätze!
14:30 – 16:00 Uhr	<b>Tanzen für Tänzer mit Vorkenntnissen</b> , pro Termin 8,00 €
14:30 – 16:30 Uhr	<b>Seidenmalerei</b> für Anfänger und Fortgeschrittene, pro Termin 2,00 €
17:00 – 19:00 Uhr	<b>Tischtennisgruppe</b> (UHW-Gruppe)
19:30 – 21:30 Uhr	<b>Chor „Viva musica Berlin e. V.“</b> , Chorbeitrag 15,00 € monatlich

##### donnerstags:

09:00 – 10:30 Uhr	<b>Spanisch für „Aficionados al español“</b> Lesen, übersetzen & diskutieren von einfachen spanischen Texten, quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
10:15 – 11:15 Uhr	<b>Fitness Sport Kurs 1</b> je eine Stunde 50 € pro Quartal
12:00 – 13:00 Uhr	<b>Fitness Sport Kurs 2</b> je eine Stunde 50 € pro Quartal In diesem Kurs gibt es noch freie Plätze.
13:00 – 14:00 Uhr	<b>Fitness Sport Kurs 3</b> je eine Stunde 50 € pro Quartal
14:15 – 15:15 Uhr	<b>Gedächtnistraining</b> , pro Termin: 6,00 €
14:30 – 16:00 Uhr	<b>„Keine Angst vor Kunst“</b> quartalsweise: 56,00 €/GSB 7,50 €
15:30 – 16:30 Uhr	<b>Gymnastik für Ältere</b> nicht am 4. Donnerstag im Monat 10 Termine für 30 €
16:30 – 17:30 Uhr	<b>Chinesisch</b> mit Vorkenntnissen quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €
18:00 – 19:00 Uhr	<b>Thai Chi Kurs</b> Anfänger & Vorkenntnisse quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €
19:30 – 21:00 Uhr	<b>Boogie Tanzkurs für Anfänger</b> Preise beim Kursleiter erfragen

##### freitags:

10:00 – 11:00 Uhr	<b>Rückengymnastik</b> , quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €
11:00 – 12:00 Uhr	<b>Beckenbodengymnastik</b> , quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €
11:00 – 14:00 Uhr	<b>Strick- und Häkel-Kreation Gruppe</b> Jeden 2. Freitag im Monat, 1,00 € pro Person
14:00 – 15:30 Uhr	<b>Line Dance mit Sun-Sun</b> , für Anfänger geeignet. Pro Termin 5,00 €
14:00 – 17:00 Uhr	<b>offener Spielenachmittag</b> , es wird Canasta gespielt
14:00 – 17:00 Uhr	<b>Schach spielen</b> neue Teilnehmer sind willkommen
19:00 – 21:30 Uhr	<b>Skatgruppe</b> vom UHW

##### sonntags:

18:00 – 20:00 Uhr	<b>koreanische Tanzgruppe</b>
-------------------	-------------------------------

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.2 SC Wallotstraße 4



## Seniorenclub Wallotstraße 4

in 14193 Berlin

☎ 824 11 21

E-Mail: [wallotstrasse@wilmstift.de](mailto:wallotstrasse@wilmstift.de)

<b>Leitung:</b>	<b>Herr Gerd Roth</b>
<b>Bürozeiten:</b>	Montag bis Freitag von 11:00 bis 15:00 Uhr (nach Absprache)
<b>Fahrverbindungen:</b>	Bus M19, Haltestelle Herbertstraße, 110 m Fußweg Bus M29, Haltestelle Bismarckplatz, 450 m Fußweg
<b>Öffnungszeiten:</b>	Montag bis Freitag 09:00 bis 17:00 Uhr (Änderungen vorbehalten)

---

Liebe Gäste, Interessierte und Neugierige,  
wir freuen uns mit Ihnen auf den Frühling! Im Frühjahr ist unser Seniorenclub noch  
schöner, weil wir dann wieder die Terrasse und den schönen Garten nutzen können.  
Genießen Sie Stunden der Ruhe sowie der lebhaften Geselligkeit bei uns im Wallotclub  
auch u.a. mit Tischtennis, Boccia sowie Tischfußball und vieles mehr.  
Sie sind herzlich willkommen – unabhängig davon, ob Sie Stammgast oder einfach nur  
neugierig sind, unseren Seniorenclub kennenzulernen!  
Bei uns im Seniorenclub können Sie beides tun: Sie können als Gast unser vielseitiges  
Programm, die Kurse und Veranstaltungen besuchen oder Sie können sich aktiv in die  
Gestaltung des Clubs einbringen. Z.B. als Kursleitung, Ehrenamtliche/r oder durch die  
Mitarbeit in unseren Projekten.

---

**Alle Angaben ohne Gewähr! Änderungen vorbehalten.**

**Nutzen Sie gerne auch die Homepage:**

<https://wilmstift.de/freizeit/seniorenclub-wallotstrasse/>

---

⇒ Bei Teilnahme wird evtl. ein Kostenbeitrag bzw. Gastbeitrag (GSB) je nach Kurs sowie ggf.  
**Wirtschaftsgeld von 1,00 €** erhoben.

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.2 SC Wallotstraße 4

#### Hier ein paar Infos zu unseren Angeboten:

**Unsere regelmäßigen Kurse und Angebote freuen sich immer über neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer.** In vielen Kursen gibt es freie Plätze und eine gute Durchmischung von jüngeren und älteren SeniorInnen belebt das Miteinander. Wir bitten aktuelle Infos zu den Veranstaltungen telefonisch oder vor Ort zu erfragen.

Für die Teilnahme an **unseren besonderen Veranstaltungen (z.B. Ausflüge, Feste, etc.)** bitten wir um vorherige Anmeldung! Eintrittskarten für Feste bitte im Vorverkauf bestellen und bei uns vor Ort bezahlen. Das erleichtert uns die Planung und Vorbereitungen.

⇒ **Benötigen Sie für eine Feier oder Veranstaltung Räumlichkeiten?** ⇐  
Melden Sie sich bei uns und wir besprechen die Möglichkeiten und Konditionen.  
Auch z.B. für Selbsthilfegruppen und ggf. anderen Vereinigungen mit regelmäßigen Treffen bieten wir nach Absprache Möglichkeiten!

#### Neuigkeiten aus unserem Club für Sie:

##### **Senioreninitiative Internationale Begegnungen – „Projekt Tandem Warschau“**

Ein Austausch der Kulturen seit 2014 – offen und generationsübergreifend.  
Wir treffen uns jeweils am 1. und 3. Freitag im Monat (16:00 – 18:00 Uhr).

Unsere **Rummikub-Damen** (mittwochs 13:00 – 16:00 Uhr) und unsere **Räuber-Rommé-Gruppe** (mittwochs 15:00 -17:00 Uhr) suchen nach Verstärkung. Wer Lust hat mitzuspielen, meldet sich gerne unter der 030-8241121 im Wallotclub.

**Für die Handy- & Computer-Hilfe** am Mittwochnachmittag von 15:00 -17:00 Uhr suchen wir aktuell eine Technik-versierte Person, die ehrenamtlich unsere SeniorInnen bei ihren Fragen unterstützen kann. Die bereits montags mit Frau Sen und freitags mit Herrn Boom durchgeführten Angebote freuen sich auf Ratsuchende und helfen gerne.

**Offene Spielegruppe für jüngere und ältere SeniorInnen.** Mittwochs (nach der Arbeit) von 18:00 – 21:00 Uhr. Es werden Brett- und Kartenspiele gespielt. Eigene Spiele können mitgebracht werden. Es gibt aber auch viele Spiele vor Ort. **Beitrag: 1,50 €.**

##### **Psychologische Beratung mit der Psychologin Frau Sen**

Jeden Montag von 14:00 bis 15:00 Uhr

Fühlen Sie sich oft gestresst oder müde? Haben Sie Probleme mit dem Schlaf oder können sich Dinge schlecht merken? Dann lassen Sie uns in Kleingruppengesprächen oder Einzelberatungen darüber reden „Gefühle, Stress, Schlaf & Achtsamkeit – selbst besser verstehen“.

Um Anmeldung wird gebeten.

##### **Haben Sie Lust auf Schreiben? Unsere Autorengruppe sucht TeilnehmerInnen.**

Jeden 1. Samstag im Monat ab 15:00 Uhr

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind willkommen, können gerne auch erst einmal „reinschnuppern“ und wir freuen uns auf Ihr Interesse!

⇒ Anmeldung bei Frau Rüländer 030 – 47399951

##### **Unsere Bingo-Gruppe mit Ehepaar Neumann sucht MitspielerInnen!**

Jeden 1. und 4. Dienstag im Monat. Bitte vorab informieren und ggf. anmelden.

##### **Unsere Theatergruppe „Frohsinn“ sucht weitere MitspielerInnen**

Wir proben jeden Freitag von 11:00 – 13:00 Uhr im kleinen Proberaum.

⇒ Traut Euch! Es macht sehr viel Spaß, zusammen zu Proben und uns dann bei den Aufführungen zu präsentieren! *Wir freuen uns auf Euch!* Infos bei Frau Hellthaler: 44352167.

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.2 SC Wallotstraße 4

**Im Juli, August, September laden wir Sie herzlich zu folgenden Veranstaltungen ein:**

Neues aus dem **Massai – Projekt**

Wie es weitergeht: Informatives, Neues, Skurriles.

Lilo Defounga berichtet aus ihrer Tätigkeit vor Ort in Entonet / Kenia

- **Freitag, 03. Juli 2026 16:00 Uhr**

⇒ Alle Interessierten sind willkommen!

---

**„Keine Angst vor falschen Tönen“ immer an ausgewählten Dienstagen 15:30 – 17:00 Uhr**

Ein Treffen mit Herrn Hübener für alle, die gern deutsche Volkslieder, Alt-Berliner Lieder/Schlager und Internationale Folklore singen. Am Klavier begleitet Frau Sabine Jakobs. Es werden auch Sitztänze eingestreut. **Beitrag: 15,- € im Quartal**

An den Dienstagen: **07.07. / 04.08. / 01.09.2026**

⇒ Bitte informieren Sie sich vorab telefonisch!

---

**Klangschalen, Zeitreise für Entspannung und innere Balance mit Musiktherapeut Peter Becker (0176-81329423)**

Die sanften Schwingungen und Klänge der Klangschalen stimulieren Sinne und verschiedene Körperregionen. Dadurch können Entspannung, innere Ruhe und Wohlbefinden gefördert werden. Die harmonischen Klänge wirken sich heilsam auf Körper, Geist und Seele aus.

**Immer am 1. Mittwoch im Monat, findet die ca. einstündige (18:00-19:00 Uhr) Klangreise statt, die zum Abschalten und Entspannen einlädt.:**

**08.07. / 05.08. / 02.09. / 07.10 / 04.11. / 02.12.2026**

⇒ Bitte mitbringen: leichte Decke und etwas zu trinken

⇒ Voraussetzungen: keine

---

**SinTala Qi-Gong mit Musiktherapeut Peter Becker (0176-81329423)**

In diesen 1,5-stündigen Workshop werden die physischen und seelischen Themen eines Meridians durch Singen, QiGong-Bewegungen, Atmung und bewusste Wahrnehmung erfahrbar gemacht. Die Lieder von Karl Adamek und die QiGong-Tänze von Heike Kersting fördern Entspannung, Selbstwahrnehmung und die Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Ergänzend finden Stillephasen, Klänge und Momente des bewussten Innehaltens statt. Die Bewegungen werden spielerisch angeleitet, Singkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Immer an Samstagen 10:00-12:00 Uhr, am:**

**11.07. / 01.08. / 12.09. / 03.10. / 14.11. / 05.12.2026**

---

**Ausflug in die rbb Dachlounge „Studio 14“**

**Am 30. Juli 2026 um 16:40 Uhr**

Treffpunkt: 16:40 Uhr Bushaltestelle Halensee Bus 143 (Richtung Brixplatz)

⇒ Eintritt ist frei ⇒ Essen und Trinken können zu moderaten Preisen erworben werden!

⇒ Für die Platzreservierung bitten wir um verbindliche Anmeldung im Wallotclub (max. 10 – 13 Personen)

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.2 SC Wallotstraße 4

## Im Juli, August, September laden wir Sie herzlich zu folgenden Veranstaltungen ein:

Wir lassen' s wieder krachen auf dem

⇒ **Sommerfest mit Joe Morris** ⇐

**Samstag, 01. August 2026 15:00 – 19:00 Uhr**

Sie sind herzlich eingeladen mit uns den Sommer zu feiern und freuen uns auf Sie. Joe Morris wird uns mit seiner Musik wieder kräftig einheizen, sodass auch wild getanzt werden kann. Ein gemütlicher Nachmittag zum Tanzen, mitsingen und die Geselligkeit genießen

**Eintritt 10 € im Vorverkauf und 12 € an der Tageskasse inkl. Kaffeegedeck und leckerem Abend-Imbiss.**

Bei schönem Wetter findet die Party ggf. draußen auf der Terrasse statt!

**Bitte melden Sie sich telefonisch an, holen die Karten bei uns ab und zahlen im Voraus. Um Anmeldung wird gebeten.**

---

### **Besuch des Futurium Museum mit Herrn Sonntag**

**Donnerstag, 13. August 2026 ca. 11:00 - 13:30 Uhr**

Im Futurium werden mögliche Szenarien für das Leben in der Zukunft entwickelt und gezeigt, welche Möglichkeiten Forschung und Innovation bieten. Zugleich ist es ein Forum für den Dialog über die Zukunft, an dem neben Wissenschaft, Wirtschaft und Politik vor allem Bürger teilhaben können und sich aktiv einbringen sollen. Wir besuchen gemeinsam die Ausstellung und haben im Anschluss die Möglichkeit, uns im schönen Café zu stärken. Hier werden auch warme Tagesgerichte angeboten.

Treffpunkt vor Ort: Futurium, Alexanderufer 2, 10117 Berlin um 11 Uhr

Bei Interesse ist eine Gruppenführung für uns möglich (Dauer ca.1Std.), Kosten 5,00 €  
Eintritt frei **um Anmeldung wird gebeten.**

## Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club

### montags:

- |   |  |
|---|--|
| 09:30 – 10:30 Uhr                         | <b>Yoga für Ältere</b> , Übungsgruppe, Beitrag: <b>1,50 €</b>  |
| 11:30 – 13:00 Uhr                         | <b>Französisch Anfänger</b> mit Frau Boldt-Hatai. Beitrag: <b>5,00 €</b>   |
| 13:00 – 14:00 Uhr                         | <b>Polnisch hautnah</b> für Anfänger mit Frau Krajewska, Beitrag: <b>35,00 €/Quartal</b> , GSB (Gastbeitrag) 7,50 €  |
| 13:00 – 14:00 Uhr                         | <b>Gefühle künstlerisch ausdrücken</b> mit Fr. Sen   |
| 13:00 – 17:00 Uhr                         | <b>Skat für alle</b>   |
| 14:00 – 15:00                             | <b>Psychologische Beratung</b> mit Frau Sen  |
| 14:00 – 17:00 Uhr                         | <b>Schachgruppe</b> für Damen & Herren unterschiedlichen Niveaus,  |
| 15:00 – 17:00 Uhr                         | <b>Handyhilfe</b> mit Frau Sen. Bitte vorab anmelden!  |
| 16:30 – 18:00 Uhr                         | <b>Mantra-Singen</b> mit Frau Voigt<br>Wir singen heilsame Meridian-Mantren in deutscher Sprache von Karl Adamek. Alle Interessierte sind willkommen! Beitrag: <b>2,00 €</b> |
| 18:00 – 20:00 Uhr<br>(jd. 2. & 4. Montag) | <b>Lesegruppe</b> mit Claudia von Braunmühl, Beitrag: <b>2,00 €</b><br>Wir lesen und sprechen über gemeinsam ausgewählte Bücher.   |

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.2 SC Wallotstraße 4

## Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club

### dienstags:

10:00 – 13:30 Uhr	<b>Bridge-Training</b> mit Herrn Tonke, Beitrag: <b>3,00 €</b>
11:00 – 13:00 Uhr (jeden 4. Dienstag)	<b>Bürgersprechstunde</b> der Seniorenvertretung. Beratung bei Problemen verschiedenster Art. <b>Kostenlos!</b>
14:00 – 16:00 Uhr (jeden 2. und 4. Dienstag)	<b>Bingo</b> mit Ehepaar Neumann. Neue Menschen sind herzlich willkommen!
14:00 – 17:30 Uhr	<b>Doppelkopf</b> mit Vorkenntnissen
15:30 – 17:00 Uhr (jeden 1. Dienstag)	<b>Deutsche Volkslieder, Alt-Berliner Schlager und internationale Folklore</b> mit Herrn Hübener und Frau Jacobs.
17:00 – 18:30 Uhr	<b>Singkreis - Come together songs – Lieder aus aller Welt</b> für Menschen allen Alters mit Peter Becker. Spenden sind willkommen.

### mittwochs:

10:00 – 13:00 Uhr (jeden 2. & 4. Mittwoch)	<b>Gruppe für Videofilm mit Kamera und Smartphone</b> mit Herrn Ebert
13:30 – 16:30 Uhr	<b>Seidenmalerei</b> mit Frau Jurczyk
13:00 – 16:00/17:00 Uhr	<b>Rummikub &amp; Räuber-Rommé-Gruppe</b>
14.00 – 17:00/18:00 Uhr (jeden 2. + 4. Mittwoch)	<b>Schmuck-Werkstatt</b> mit Frau Rogge
14:00 – 17:00 Uhr (jeden 1. & 3. Mittwoch)	Die Gruppe <b>Wollmäuse mit Frau Touma</b> fertigen Handarbeiten an, deren Erlös dem Kinderhaus ADDIS e.V. in Addis Abeba Äthiopien zugutekommt.
<b>(15:00 – 17:00 Uhr)</b>	<b>Handy- &amp; Computerhilfe: Technik-versierte Personen gesucht, die ehrenamtlich unsere SeniorInnen bei ihren Fragen unterstützen können!</b>
15:00 – 17:00 Uhr	<b>Deutsch als Fremdsprache</b> mit Herrn Rogge (Erweiterung der Sprachmöglichkeiten und Verbesserung der Grammatik) Anmeldung: 0151-10062867 / kulturbruecke.berlin@gmail.com
15:30 – 17:00 Uhr	<b>Italienisch-Lernen</b> mit Frau Zocchia, Vorkenntnisse sind von Vorteil,
18:00 – 19:00 Uhr	<b>Klangschalen – Zeitreise – Entspannungsreise</b> mit Peter Becker 08.07. / 05.08. / 02.09. / 07.10 / 04.11. / 02.12.2026
18:30 – 21:00 Uhr	<b>Spielegruppe</b> mit Frau Hohmeier

### donnerstags:

10:00 – 12:00 Uhr (jeden 1. & (3.)Donnerstag)	<b>Gesprächskreis „Berühmte Persönlichkeiten“</b> mit Frau Beckmann. Erforschen Sie mit uns das Leben und Wirken bekannter Personen der letzten 2000 Jahre!
10:00 – 11:00 Uhr	<b>Englisch Konversation</b> mit Frau Boldt-Hatai
12:00 – 13:00 Uhr	<b>Silber Yoga</b> mit Tracy Wong, Beitrag: <b>6,00 €</b>
12:30 – 14:00 Uhr	<b>Übungsgruppe Französisch</b> mit Frau Boldt-Hatai
13:00 – 17:00/17:30 Uhr	<b>Skat</b> - weitere TeilnehmerInnen gesucht mit Termin nach Absprache
14:30 – 19:00 Uhr	<b>Bridge</b> mit Herrn Tonke, Beitrag: <b>3,00 €</b>

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.2 SC Wallotstraße 4

## Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club

### freitags:

10:00 – 11:00 Uhr	<b>Lachyoga</b> mit Frau Arora, Beitrag: <b>5,00 €</b>
10:00 – 13:00 Uhr	<b>Deutsch für MigrantInnen</b> mit Frau Wittling-Heins
11:00 – 13:00 Uhr	<b>Theatergruppe</b> mit Frau Hellthaler, Beitrag: <b>1,50 €</b>
14:00 – 16:30 Uhr	<b>Gitarre für Anfänger und Fortgeschrittene</b> 14-tägig mit Herrn Peter Becker sowie zum Üben an den anderen Freitagen
16:00 – 18:00 Uhr	<b>„Projekt Tandem Warschau Berlin“.</b> Am 1. Freitag des Monats Info und geselliges Beisammensein. Am 3. Freitag des Monats Arbeitssitzung. Info über Seniorenclub.
15:00 – 17:00 Uhr	<b>PC- &amp; Handyhilfe</b> , mit Herrn Boom – <u>nur mit Anmeldung</u>

### samstags:

10:00 – 12:00 Uhr	<b>SinTala Qi-Gong</b> mit Musiktherapeut Peter Becker immer samstags: 11.07. / 01.08. / 12.09. / 03.10. / 14.11. / 05.12.2026
15:00 – 18:00 Uhr (jeden 1. Samstag)	Die <b>Autorengruppe</b> trifft sich jeden 1. Samstag im Monat. Anmeldung erbeten bei Frau Rüländer unter 030 – 47399951
Flexibel nach Absprache (ggf. 3. Sa. im Monat)	<b>Schmuckwerkstatt</b> mit Frau Rogge nach „Art-Clay-Silber Methode“. Materialkosten und Teilnahmebeitrag nach Absprache.

### sonntags:

13:00 – 17:00 Uhr	Das auf ehrenamtlichem Engagement beruhende <b>Projekt „Kulturbrücke“</b> bietet seit 2014 neuen Mitbürgern Hilfe zur Selbsthilfe: z.B. durch Sprachunterricht, Sprach- und Lerncafés, Beratung, gemeinsame Feiern, etc. Zudem Spiel & Sport, um die Anspannungen der Woche abzubauen und dabei spielerisch die deutsche Sprache zu lernen. <b>Info und Anfragen</b> unter <a href="mailto:kulturbruecke.berlin@gmail.com">kulturbruecke.berlin@gmail.com</a> oder Tel. 0151-10062867 Alle Interessierten sind willkommen!
-------------------	--

### **Der Seniorenclub Wallotstraße freut sich auf Ihren Besuch!**

Sie können bei uns im Café gemütlich frühstücken,  
mittags eine warme Bio-Suppe essen oder  
sich den Nachmittag mit Kaffee und Kuchen versüßen.

Auch wenn Sie einen Raum für eine eigene Gruppe suchen, können Sie uns ansprechen.  
Wir suchen immer wieder Ehrenamtliche für die Mitarbeit in verschiedenen Funktionen. Bei  
Interesse melden Sie sich gerne bei uns im Club.

 **824 11 21**    **Email:** [wallotstrasse@wilmstift.de](mailto:wallotstrasse@wilmstift.de)

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)



Interkulturelles  
Stadtteilzentrum

Nehringstraße 8 und Nehringstraße 26  
in 14059 Berlin-Charlottenburg

 546 21 216

 817 00 103

E-Mail: [kontakt@Nachbarschaftszentrum-divan.de](mailto:kontakt@Nachbarschaftszentrum-divan.de)



<b>Leitung</b>	Sevcan Lena Lutzke
<b>Projektkoordinator:</b>	Dr. Seda Nur Cinar, Dr. Doğu Toksöz
<b>Fahrverbindungen:</b>	Bus 309, M 45 Haltestelle Klausenerplatz, mit der S-Bahn bis S-Bahnhof Westend oder mit der U-Bahn bis U-Bahnhof Sophie-Charlotte-Platz
<b>Öffnungszeiten:</b>	10:00 bis 17:00 Uhr <b>*Sommerschließzeit: 03. bis 14. August*</b>

---

#### **SOMMERFEST! 4. JULI AB 14:00 UHR.**

**Wir laden Sie herzlich ein zu unserem Sommerfest, wir feiern mit Musik und herrlichen Grill-Snacks mit Getränken sowie kulturellem Programm.**

---

Liebe Besucher, unser Programm finden Sie auch tagesaktuell und bequem online. Scannen Sie dafür den QR-Code mit einer QR-Code App oder mit Ihrer Kamera App und klicken auf den Link.



**Alle Angaben ohne Gewähr! Änderungen vorbehalten.**

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)

#### Monatlich stattfindende Veranstaltungen:

<b>Sozialverband Deutschland</b>	<b>jeden 3. Dienstag im Monat, 14:30 – 17:00 Uhr</b> Ortsverband Charlottenburg Nehringstr 8
<b>Filmbühne</b>	<b>jeden 2. Mittwoch im Monat, 19:30 – 22:00 Uhr</b> organisiert durch die KiezKulturWerkstadt e.V. Nehringstraße 8
<b>Stimmспорт</b>	<b>jeden letzten Mittwoch im Monat, 18:30 – 21:00 Uhr</b> Stimm- und Atemtraining, Offenes Singen
<b>Asiatischer Senior*innen Treff</b>	<b>jeden 2. Donnerstag im Monat, 14:00 – 16:00 Uhr</b> Achtung: Nehringstraße 8
<b>Offene Kiezbühne</b>	<b>letzter Freitag im Monat, 20:00 – 22:30 Uhr</b> organisiert durch die KiezKulturWerkstadt e.V. Nehringstraße 8
<b>Dejak-Tomonokai e.V.</b>	<b>jeden 4. Freitag im Monat, 10:00 - 14:00 Uhr</b> <b>Achtung: Nehringstraße 26</b> Japanische Senior*innen
<b>Kiezdisco</b>	<b>jeden 1. Samstag im Monat, 19:00 – 24:00 Uhr</b> Nehringstraße 8
<b>Kameruner Verein</b>	<b>jeden 4. Samstag im Monat, 18:00 – 21:00 Uhr</b> Nehringstraße 8

#### Wöchentlich stattfindende Veranstaltungen

01., 15., 29. 26. 09., 23.	Juli August September	<b>Bingo mit Herrn Peters</b>	14:00 – 17:00 Uhr
08., 22. 19. 2., 16., 30.	Juli August September	<b>Spielenachmittag (Neu: Mit Skat)</b>	14:00 – 16:00 Uhr

## **2. Aktivitäten in den Seniorenclubs**

---

### **2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)**

#### **Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:**

##### **montags:**

13:30 – 14:45 Uhr	<b>Gymnastik für Frauen</b>
15:00 – 16:30 Uhr	<b>Orientalischer Tanz für Frauen ab 50</b>
17:00 – 19:00 Uhr	<b>Spanischer Chor „Capricho“</b>
18:00 – 19:00 Uhr	<b>Offene Mediationsgruppe (Achtung, Nehringstr. 8)</b>
19:30 – 24:00 Uhr	<b>Schachclub</b>

##### **dienstags:**

09:00 – 10:30 Uhr	<b>leichte Gymnastik für Frauen</b> Anmeldung: 030-817 00 103 / Nehringstr. 26
11:15 – 12:15 Uhr	<b>Osteoporose- und Wirbelsäulengymnastik</b>
12:00 – 15:00 Uhr	<b>Offenes Nähatelier</b> Achtung - Ort: Nehringstr. 26
15:00 – 16:00 Uhr	<b>Schonende Leichtgymnastik</b>
15:30 – 17:00 Uhr	<b>Deutsch - Grammatik - A2-B1 Niveau</b> Grammatikübungen für Deutschlernende – jetzt anmelden und Sprachkenntnisse verbessern. Anmeldung: 0176 56716301, Frau Henn
16:30 – 17:30 Uhr	<b>Power Dance</b>
19:30 – 22:00 Uhr	<b>Nehring Ensemble</b>

##### **mittwochs:**

11:45 – 12:45 Uhr	<b>Osteoporose- u. Wirbelsäulengymnastik</b>
18:00 – 19:30 Uhr	<b>Sprachcafé auf Deutsch A2-B1 Niveau</b>
18:30 – 20:00 Uhr	<b>Mudras (JinShin Jyutsu Selbsthilfe – Anfänger)</b>

##### **donnerstags:**

09:15 – 10:15 Uhr	<b>Yoga auf dem Stuhl</b>
10:00 – 12:00 Uhr	<b>Kreativ malen</b>
13:30 – 16:30 Uhr	<b>Kieztreff</b> Gespräche und Spiele bei Kaffee u. Tee
18:15 – 21:00 Uhr	<b>Kiez Klezmer</b>
18:30 – 20:00 Uhr	<b>Mudras (JinShin Jyutsu Selbsthilfe – Fortgeschr.)</b>
19:30 – 21:30 Uhr	<b>Lietzenchor</b>

##### **freitags:**

09:00 – 10:00 Uhr	<b>leichte Gymnastik für Frauen</b> Achtung- Ort: Nehringstr. 26
10:00 – 12:00 Uhr	<b>Kabarett „Pustekuchen“</b>
14:00 – 17:00 Uhr	<b>Frauentreff Türkische Seniorinnen</b>
19:30 – 24:00 Uhr	<b>Schachclub</b>

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)

#### Beratungsangebote:

<b>Soziales Schreibbüro</b>	<b>mittwochs 12:00 – 15:00 Uhr / Nehringstraße 26</b> Das soziale und mobile Schreibbüro des gemeinnützigen Trägers agens hilft Menschen bei Problemen mit dem Ausfüllen von behördlichen Formularen.
<b>Bürgerberatung</b>	<b>mittwochs 12:00 – 16:00 Uhr</b> Frau Kara – Erstberatung und Verweisberatung: Unterstützung zu Themen wie Antragsausfüllung für Behörden wie JobCenter, Krankenkasse etc. Termin: 030-81 70 01 03 – Achtung: Nehringstraße 26
<b>Offene Familiensprechstunde</b>	<b>montags 12:00 – 16:00 Uhr / Achtung: Nehringstr.26</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rund um Schwangerschaft &amp; junge Familien</li><li>• Finanzielle Leistungen für Familien</li><li>• Kita, Schule &amp; Bildung</li><li>• Umgang mit Ämtern &amp; Formularen</li><li>• Jugendamt &amp; Unterstützungssysteme</li></ul>
<b>Rechtsberatung</b>	<b>montags 15:00 – 17:00 Uhr</b> Erstberatung zu allen rechtlichen Themen Anmeldung: 030-54 62 12 16 - Nehringstr.8
<b>Seniorensprechstunde</b>	<b>jeden zweiten Dienstag im Monat 14:00 – 15:00 Uhr</b> <b>Bitte Termine tel. vereinbaren: 030- 54 62 12 16</b> Herr Jetschmann von der Seniorenvertretung Charlottenburg-Wilmersdorf zu Themen: Verweisberatung zur Rente, Pflegeangelegenheiten, Unterstützung bei Behördengängen und Beratung im Umgang mit Finanzen im Alter
<b>Einbürgerungsberatung</b>	<b>montags 16:00 – 19:00 Uhr (Termin: 030 54621216)</b> <b>dienstags 16:00 – 19:00 Uhr (Termin: 030 54621216)</b> <b>freitags 13:00 – 16:00 Uhr (offene Sprechstunde)</b> Einbürgerungsberatung für alle. Wir helfen Ihnen Schritt für Schritt zum deutschen Pass. <ul style="list-style-type: none"><li>• Alle Fragen klären: Wir beantworten alles zum Antrag</li><li>• Vorbereitung für Prüfungen: Wir finden passende Sprachkurse und helfen bei den Einbürgerungstests</li><li>• Lernen leicht gemacht: Wir geben Ihnen Material und Infos für eine gute Vorbereitung</li><li>• Mehrsprachige Beratung ist möglich</li></ul>

## **2. Aktivitäten in den Seniorenclubs**

---

### **2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)**

#### **Digitalisierung:**

##### **Tablet-Kurs**

**donnerstags, 10:00 – 12:00 Uhr**

Kursdauer 2 Monate für Teilnehmer\*innen mit eigenem  
Tablet (Betriebssystem Android ab 4.2)

Auskünfte und Anmeldung beim Kursleiter

Herrn Isernhagen Tel.: 030-67 03 12 77 oder

**E-Mail:** [frank.isernhagen@t-online.de](mailto:frank.isernhagen@t-online.de)

##### **Smart-Phone-Kurs**

**Aufbaukurs für Fortgeschrittene**

**freitags 10:00 – 13:15**

Ein Kurs der VHS Charlottenburg-Wilmersdorf in der Nehringstr. 8

Einführung in das Smart-Phone Generation 50+

Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone,

USB-Ladekabel sowie Ihre Zugangsdaten

(google-login, PIN) mit.

**Laufzeit & Anmeldung bitte direkt über VHS in der**

**Pestalozzistraße Nr. 40-41, Tel: 030-90 29 28 813**

##### **Handy, PC & Co.**

**Einzelberatung**

**dienstags und (neu) donnerstags nach telefonischer**

**Anmeldung: 030- 54 62 12 16**

Sie benötigen Hilfe beim Umgang mit Einstellungen auf Ihrem  
Smartphone, auf Ihrem Tablet oder Laptop, schreiben Sie sich  
Ihre Fragen auf und machen einen Termin.

**Bei Fragen, Interesse an Gruppenaktivitäten und Veranstaltungen oder  
an ehrenamtlichem Engagement wenden  
Sie sich gerne während der Öffnungszeiten telefonisch, per Mail oder auch  
persönlich vor Ort an uns.  
Wir sind für Sie da.  
Ihr Divan –Team**


## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.4 „Schlange“



**Seniorenbegegnungsstätte „Schlange“**  
Schlangenbader Straße 11 (Eingang im Innenhof), 14197 Berlin

 030 824 76 33

E-Mail: [zwiebler@drk-wilmersdorf.de](mailto:zwiebler@drk-wilmersdorf.de)  
Webseite: [www.drk-wilmersdorf.de](http://www.drk-wilmersdorf.de)



**Leitung:** **Frau Susanne Zwiebler**  
**Bürozeiten:** Montag bis Freitag 10:00 bis 15:00 Uhr  
**Um Voranmeldung für die Kurse und Veranstaltungen wird gebeten!**

#### **Fahrverbindungen:**

- Bus 186 Haltestelle Sodener Str. oder Binger Str.,
- Bus 249 oder 310 bis Haltestelle Forckenbeckstr. /Sportanlagen oder Rudolf-Mosse-Platz,
- U-Bahn U3 bis Heidelberger Platz oder Rüdeshheimer Platz,
- S-Bahn S41, S42, S46 bis Heidelberger Platz

**Öffnungszeiten:** Richten sich nach den stattfindenden Kursen

**Kurzfristige Änderungen sind möglich, bitte kontaktieren Sie uns telefonisch oder per Mail. Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.**



## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.4 „Schlange“

#### Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:

##### montags:

10:00 – 11:00 Uhr	Englisch für Profis
11:00 – 12:00 Uhr	Gymnastik am Montag
11:15 – 12:30 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene
13:00 – 14:00 Uhr	Englisch für Anfänger
14:00 – 16:00 Uhr	Ölmalerei (zweiwöchentlich)
17:00 – 19:00 Uhr	Darts

##### dienstags:

09:30 – 10:45 Uhr	Gymnastik mit Yogaübungen
11:00 – 12:15 Uhr	Gymnastik mit Yogaübungen (für Einsteiger geeignet)
11:00 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining
12:30 – 13:30 Uhr	Leichtes Ganzkörpertraining
14:00 – 15:30 Uhr	Technikhilfe für Handy + PC (jeden 1. Dienstag im Monat)
14:00 – 16:00 Uhr	Chor mit Klavierbegleitung
16:30 – 18:00 Uhr	Tanzen am Nachmittag (zweiwöchentlich, Tel.: 030 824 76 33)
16:30 – 18:30 Uhr	Tischtennis

##### mittwochs:

10:00 – 11:30 Uhr	Gehirnjogging (zweiwöchentlich)
10:30 – 11:30 Uhr	Leichtes Workout für Körper und Geist
11:30 – 13:00 Uhr	Exkursionen in Kunst, Geschichte und Kultur <ul style="list-style-type: none"><li>- jeden 2. Mittwoch im Monat Treffen um 11:30 Uhr</li><li>- jeden 4. Mittwoch Exkursion</li></ul>
12:00 – 13:30 Uhr	Gehirnjogging (zweiwöchentlich)
13:00 – 15:00 Uhr	Kunst und Klönen Neu!
14:00 – 16:00 Uhr	Bingo
16:15 – 18:00 Uhr	Skat! Gemischte Gruppen! (zweiwöchentlich)

##### donnerstags:

11:00 – 12:00 Uhr	Stuhlgymnastik
12:15 – 13:30 Uhr	Qigong (im Sommer auf der Dachterrasse)
12:30 – 13:30 Uhr	Italienisch Kurs - Neu ab September! Anmeldung läuft bereits (Vorkenntnisse erwünscht)
14:00 – 17:00 Uhr	Karten- & Gesellschaftsspiele
14:00 – 15:30 Uhr	Orientalischer Tanz mit Gymnastik
16:30 – 18:00 Uhr	Tischtennis

##### freitags:

11:00 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining (zweiwöchentlich)
14:00 – 15:00 Uhr	Gymnastik am Freitag
14:00 – 17:00 Uhr	Freitagscafé mit selbstgebackenem Kuchen & anderen Leckereien
14:30 – 16:30 Uhr	Handarbeiten
15:00 – 16:00 Uhr	Vorbereitung Erzählbühne (jeder kann mitmachen)
19:00 – 22:00 Uhr	Schachclub Lasker

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.4 „Schlange“

#### **Sonderveranstaltungen im Club mit Kaffee und Kuchen: Um Voranmeldung wir gebeten!**

- Freitag, den 10.07.2026 um 15:00 Uhr: Die Erzählbühne mit aktuellem Programm
- Freitag, den 17.07.2026 ab 14:00 Uhr: Sommerfest mit kühlen Getränken, Essen und Spielen
- Freitag, den 14.08.2026 um 15:00 Uhr: Vortrag über das faszinierende Myanmar
- Freitag, den 04.09.2026 um 15:00 Uhr: Kaffeeklatsch mit Michael Averkamp
- Montag, den 14.09.2026 um 14:30 Uhr: 1. Hilfe-Kurs speziell für Seniorinnen und Senioren
- Freitag, den 18.09.2026 ab 14:00 Uhr: Oktoberfest mit Norbi

---

#### **Offene Sprechstunde des Pflegestützpunktes Berlin:**

Der Pflegestützpunkt Wilmersdorf informiert kostenfrei in den Räumlichkeiten der DRK-Seniorenbegegnungsstätte rund um die Themen Pflege/Betreuung/Alter und Wohnen. Das neutrale individuelle Beratungsangebot findet grundsätzlich jeden 1. Donnerstag im Monat (außer Feiertage) von 11:00-12:00 Uhr statt. Termine:

Do. 02.07.2026/11:00 – 12:00 Uhr

Do. 06.08.2026/11:00 – 12:00 Uhr

Do. 03.09.2026/11:00 – 12:00 Uhr

#### **Um Voranmeldung wird gebeten!**

Weitere Veranstaltungen der Seniorenbegegnungsstätte geben wir auf unserer Internetseite und auf den Infotafeln in unserer Einrichtung bekannt.

---

### **Engagement im Alter: Ehrenamt beim DRK**

Wir suchen engagierte Menschen, die Lust haben,  
eigene Angebote oder kleine Kurse anzuleiten.

Gestalte gemeinsam mit uns ein lebendiges Miteinander und bring Deine Ideen ein,  
- zum Beispiel in den Bereichen Fremdsprachen, Tanz, Malerei, Musik und Bewegung!

Du hast noch keine Erfahrung im Ehrenamt!

Kein Problem.

Wir unterstützen Dich gern bei den ersten Schritten.

### **Wer kann mittwochs unseren Bingo-Kurs ab 14:00 Uhr leiten?**

Melde Dich bei:  
Susanne Zwiebler

☎ 824 76 33

E-Mail: [zwiebler@drk-wilmersdorf.de](mailto:zwiebler@drk-wilmersdorf.de)

Webseite: [www.drk-wilmersdorf.de](http://www.drk-wilmersdorf.de)

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

### 2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord



Halemweg 18  
in 13627 Berlin-Charlottenburg-Nord

☎ 9029-25260

E-Mail: [mail@stz-charlottenburg-nord.de](mailto:mail@stz-charlottenburg-nord.de)  
[www.stz-charlottenburg-nord.de](http://www.stz-charlottenburg-nord.de)

Das Stadtteilzentrum Charlottenburg-Nord...

...ist ein zentraler und gut erreichbarer Anlaufpunkt des nachbarschaftlichen Lebens in unserem Stadtteil mit vielfältigen Angeboten für die Anwohnerinnen und Anwohner von Charlottenburg-Nord.

Neben den nachbarschaftlichen und sozialen Angeboten, sind, mit der Stadtteilbibliothek und dem Bürgeramt, auch bezirkliche Dienstleistungen, gut erreichbar, direkt am Standort untergebracht.

Wichtige Anliegen der Arbeit des Stadtteilzentrums sind die Entwicklung des nachbarschaftlichen Miteinanders im Stadtteil, sowie die Förderung von Engagement aus der Anwohnerschaft.

Miteinander im Sozialraum bedeutet für uns auch Zusammenarbeit. Das Stadtteilzentrum versteht sich dabei als Partner für aktive Anwohnerinnen und Anwohner sowie für Einrichtungen und Akteure bei Entwicklung und Aufbau gemeinsamer Ansätze.

*Das Stadtteilzentrum mit samt allen Räumen ist barrierefrei. Barrierefreier Zugang über den seitlichen Eingang. Es gibt einen Fahrstuhl sowie ein barrierefreies WC.*

**Leitung:** Herr Jörg Schulenburg



**Fahrverbindungen:** U-Bahnhof Halemweg (U7)  
Bus 123 Haltestelle U-Halemweg

**Bürozeiten:** Montag bis Freitag 9:30 bis 13:00 Uhr  
und nach Vereinbarung

**Öffnungszeiten:** Mo. - Fr. 9:30 bis 17:00 Uhr  
Jeden 2./4. Sonntag geöffnet ab 15:00 Uhr

### Engagieren Sie sich für Ihren Kiez!

Wir als Stadtteilzentrum Charlottenburg-Nord unterstützen unsere Sonntags-Veranstaltungen so gut es geht. Dennoch sind wir auf freiwillige Helfer\*innen angewiesen.

Wenn also auch Sie Lust haben sich für Ihren Stadtteil zu engagieren, dann werden Sie Teil unseres Teams!

Wir suchen zum Jahresbeginn Helfer\*innen für den Auf und Abbau des Veranstaltungssetups. Eine finanzielle Entschädigung ist vorgesehen. Bringen Sie sich ein und engagieren Sie sich für eine lebendige Kulturszene in Charlottenburg Nord!

Bei Interesse melden Sie sich einfach bei unserem zuständigen Mitarbeiter Herrn Parschau unter Tel. 030/ 92140034 oder per Email an [mail@stz-charlottenburg-nord.de](mailto:mail@stz-charlottenburg-nord.de)

## **2. Aktivitäten in den Seniorenclubs**

---

### **2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord**

#### **Freizeitangebote im Halemweg 18**

<b>Handarbeiten</b>	montags 10:00 – 12:00 Uhr, im STZ kostenfrei
<b>Linedance Fortgeschrittene</b>	montags 10:45 – 11:30 Uhr, Kosten: 4 € / pro Treffen
<b>Nordic Walking</b>	montags Start 11:00 Uhr vor dem Stadtteilzentrum
<b>Tischtennis</b>	<b>dienstags</b> 10:00 – 12:00 Uhr <b>donnerstags</b> 11:00 – 13:00 Uhr <i>Kostenfreies Angebot</i>
<b>Qigong</b>	<b>mittwochs 10:00 – 11:00 Uhr</b> im STZ Kosten: 4 € / pro Treffen
<b>Fit im Kopf</b>	<b>mittwochs 10:00 – 12:00 Uhr</b> im STZ Kosten: 3 € / pro Treffen
<b>Tai Chi</b>	<b>mittwochs 11:00 – 12:00 Uhr</b> im STZ Kosten: 4 € / pro Treffen
<b>Yoga für Frauen</b>	<b>mittwochs 12:30 – 13:30 Uhr</b>
<b>Linedance Mittelstufe</b>	<b>donnerstags 09:30 – 10:30 Uhr</b> , Kosten: 4 € / pro Treffen
<b>Gehirnleistungstraining</b>	<b>donnerstags 10:00 – 12:00 Uhr</b> Kosten: 3 € / pro Treffen
<b>Gymnastik</b>	<b>freitags 10:30 – 12:00 Uhr</b>
<b>Soziales Schreibbüro</b>	<b>freitags 10:00 – 13:00 Uhr</b>
<b>Stilles Qigong</b>	<b>jeden 1. und 3. Freitag im Monat 10:00 – 11:00 Uhr</b>

#### **Sonntags - Veranstaltungen**

Jeweils ab 15:00 Uhr Infos unter Tel.: **9029-25260**

<b>Lesecafé</b>	<b>2. Sonntag im Monat</b> <b>Termin: 13.09.2026 ab 15 Uhr mit Kaffee und Kuchen,</b> <b>Eintritt frei</b>
<b>Schwof</b>	<b>Termin: 27.09.2026</b> <b>Eintritt frei</b>

#### **Angebote „Neue Medien“**

##### **Sprechstunde bei Fragen rund ums Smartphone, Tablet, Laptop**

Termine: Montag, 06.07.2026 und Montag, 07.09.2026, von 16:00 – 18:00 Uhr  
sowie jeden Donnerstag 10:00 – 12:00 Uhr und  
jeden Freitag 11:00 – 12:00 Uhr **mit Anmeldung Tel.: 9029-25260 kostenfrei**

## **2. Aktivitäten in den Seniorenclubs**

### **2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord**

#### **Beratungsangebote im Stadtteilzentrum Halemweg 18**

**Bitte unter Tel.: 9029-25260 anmelden**

- **Punkt informacyjny dla Polaków** - Proszę o wcześniejsze umówienie terminu telefonicznie Tel.: 9029-25260: Mo – Fr, 10:00 – 14:00 Uhr
- Unterstützung **Bürgergeld und Grundsicherung**: 1. Di 11:00 – 14:00 Uhr und 3. Di 15:00 – 18:00 Uhr mit Anmeldung
- Sprechstunde **Seniorenvertretung** Fr. Halten-Bartels, jeden 1. Di 14:00 – 16:00 Uhr
- **Kiezmütter und Kiezväter**: jeden Di und Do 10:00 – 12:00 Uhr vor Ort im STZ
- Die Beratungen des **Pflegestützpunktes Charlottenburg-Nord**  
**Bitte melden Sie sich direkt an beim Pflegestützpunkt unter Tel.: 3385364-910.**
- **Anlaufstelle Soziales**: jeden **Mittwoch 10:00 – 11:00 Uhr**  
Klärung von komplexen, sozialen Problemlagen mit Anmeldung
- Die Sprechstunde des **Sozialen Schreibbüros**: Formulare und Anträge ausfüllen, Briefe schreiben, Texte verstehen - jeden Freitag 10:00 – 13:00 Uhr, sowie jeden 1., 3. und 4. Donnerstag, 10:00 – 13:00 Uhr

#### **Freizeitangebote Kiezstube Reichweindamm 6, 13627 Berlin**

**Smartphone Kurs für Fortgeschrittene**

**Computer - Café**

**Dart und Rommé**

**Nachbarschaftscafé**

**Punkt informacyjny dla Polaków –**

**„Spotkania przy herbatce“**

**„Singen, schmettern und**

**die Hüften schwingen“**

**Kiez - Quiz** Senioren im Zentrum

jeden Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr

jeden 1. Dienstag im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr

jeden Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr

jeden Donnerstag 10:00 – 17:00 Uhr

jeden 2. Dienstag im Monat 15:00 – 17:00 Uhr

jeden 4. Dienstag im Monat 15:00 – 17:00 Uhr

Termine:

Dienstag, 18.08.2026, 15:00 – 17:00 Uhr

Dienstag, 15.09.2026, 15:00 – 17:00 Uhr

**Bingo** Kosten 3 € / pro Treffen

jeden 2. & 4. Freitag im Monat 14:00 – 17:00 Uhr

Termine:

10.07.26, 14.08.26, 28.08.26, 25.09.26

**Beratung Pflegestützpunktes Charlottenburg-Nord**

jd. 1. & 3. Donnerstag im Monat 10:00 -11:30 Uhr.

Bitte melden Sie sich direkt an beim

Pflegestützpunkt unter Tel. 3385364-910

**Kulturcafé**

Kreativangebot vom Projekt MoSt in

Kooperation mit dem Stadtteilzentrum

mittwochs 15:00 – 17:00 Uhr.

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord

#### Die Kiez-Kantine geht weiter:

Seit der Gründung der Kiez-Kantine im letzten Jahr haben wir gemeinsam viele schöne Stunden verbracht. Wir freuen uns sehr, dass dieses Angebot so gut angenommen wurde und ein fester Bestandteil unseres Stadtteilzentrums geworden ist.

Nach den angekündigten Kürzungen des Senats im vergangenen Jahr waren viele Projekte und Förderungen im sozialen Bereich gefährdet. Lange war unklar, inwieweit auch wir von den Kürzungen betroffen sind. Inzwischen haben wir jedoch Gewissheit und können erleichtert verkünden: Die KiezKantine bleibt bestehen! Es gibt jedoch einige Änderungen, die wir Ihnen hier vorstellen möchten.

Das Angebot „Mittag mit Nachbarn“ wird nicht mehr fortgeführt. Zunächst konzentrieren wir uns bei der Kiez-Kantine auf zwei Formate: das **Freitags-Buffer** und das **Kaffeehaus**. Um diese Angebote weiterhin in der gewohnten Qualität für alle aufrechterhalten zu können, werden wir leider eine Teilnahmegebühr einführen müssen.

Für **4 €** erhalten Sie beim **Freitags-Buffer** zwei Brötchenhälften sowie alle Getränke, Kekse/Kuchen und Obst/Gemüse nach Belieben.

Beim **Kaffeehaus** genießen Sie für **2,50 €** zwei Stück Kuchen, dazu Getränke nach Wahl.

Unsere Ausnahmeregelung gilt für Personen mit einem **Berechtigungsnachweis**; für Sie wird die Teilnahme mit **1 €** berechnet. Sollten Sie also im Besitz eines *Berechtigungsnachweises* sein, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an eine/n Mitarbeiter/in vom Stadtteilzentrum oder legen Sie diesen unserem Empfang vor.

#### **Die nächsten Termine:**

*Freitags-Buffer: 28.08.2026, 11:00 -13:00 Uhr / Teilnahme 4,00 € (ermäßigt 1,00 €)*

*Kaffeehaus: 25.09.2026, 11:30 -13:00 Uhr / Teilnahme 2,50 € (ermäßigt 1,00 €)*

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

### 2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord

## Mobile Stadtteilarbeit im Charlottenburg-Nord



Wir heißen **Simon Alvarez** und **Elena Melichowa** und führen die mobile Stadtteilarbeit (**MoSt**) fort. Auf vielen slawischen Sprachen heißt „most“ Brücke. Wir wollen mit Ihnen bildlich gesprochen Brücken im Stadtteil bauen. Brücken zwischen Nachbarschaft, Stadtteilzentrum, Kiezstube und anderen Einrichtungen in Charlottenburg-Nord. Wir wollen Orte und Anlässe im Kiez fördern, wo Nachbarschaft im Kleinen und Großen lebendig wird. Sie finden uns bei vielen mobilen Aktionen am Stand, auf der Straße, in der Kiezstube, im Stadtteilzentrum, bei Nachbarschaftsfesten oder an der Haustür.

Wir laden Sie ins KulturCafe in die Kiezstube ein, wo wir mit Ihnen einen Kaffee trinken und zusammen malen möchten. Wir stellen Ihnen den Raum, das nötige Material, eine kreative Atmosphäre und wenn nötig, eine Anleitung zur Verfügung.

**jeden Mittwoch 15:00 - 17:00 Uhr**  
in der Kiezstube (Reichweindamm 6)

Über die kalte Jahreszeit, von Oktober bis März, laden wir alle, die sich für die Gesellschaftsspiele interessieren zum Spielenachmittag ein. Wir haben Halma, Mensch ärgere dich nicht, die Siedler von Catan, Schach und viele andere Brettspiele.

Bringen Sie gerne Ihre Freunde und Lieblingsspiele mit!

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen und gemeinsam zu spielen.

**jeden Dienstag 15:00 – 17:00 Uhr**  
Zimmer 101, Stadtteilzentrums im Halemweg 18,

Bei uns können Sie sich über Angebote, Freizeitgruppen und Aktionen im Stadtteil informieren. Unsere Angebote sind kostenlos und jeder kann mitmachen. Wir freuen uns natürlich immer wieder auf neue Gesichter.

### Kontakt:

**Simon & Elena**

**Mobile Stadtteilarbeit des Stadtteilzentrums Charlottenburg-Nord**

**Halemweg 18 13627 Berlin, Zimmer 111**

**Tel.: 01784609224**

**E-Mail: [most-charlottenburg-nord@stadtteilverein.eu](mailto:most-charlottenburg-nord@stadtteilverein.eu)**

## 2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

---

### 2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord

#### Begegnung schafft Vertrauen

Initiative „Rodnik“ lädt zu Treffpunkt und Sprachcafé in die Kiezstube ein. In Charlottenburg-Nord entsteht ein neuer Ort der Begegnung: Die Initiative „Rodnik“ lädt russischsprachige Bewohnerinnen und Bewohner regelmäßig in die Kiezstube am Reichweindamm 6 ein. Ziel ist es, Austausch zu ermöglichen, Kontakte zu knüpfen und Brücken in die Nachbarschaft zu bauen.

**Jeden Donnerstag von 18:00 bis 20:00 Uhr** treffen sich Interessierte zum Gespräch auf Russisch. Dabei geht es um Themen des Alltags, kulturelle Fragen, gegenseitige Unterstützung und Informationen über lokale Angebote. Das Treffen versteht sich als offener Raum für Dialog, gegenseitigen Respekt und gemeinschaftliches Engagement im Quartier.

Ergänzend dazu startet ein Sprachcafé, das insbesondere die sprachliche Integration stärken soll. Zwei Mal im Monat – jeweils am zweiten und vierten Freitag von 14 bis 16 Uhr – wird in freundlicher Atmosphäre gemeinsam Deutsch gesprochen. Ziel ist es, Hemmschwellen abzubauen, praktische Sprachkenntnisse zu vertiefen und den Einstieg in Alltag, Beruf und Nachbarschaft zu erleichtern.

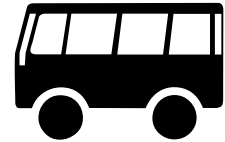
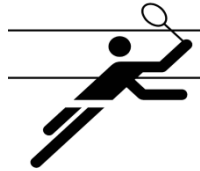
Gerade in Zeiten gesellschaftlicher Spannungen und Unsicherheiten ist persönliche Begegnung wichtiger denn je. Viele russischsprachige Menschen in Deutschland erleben derzeit eine ambivalente Situation: Sie möchten Teil der Gesellschaft sein und sich einbringen, sehen sich jedoch teilweise mit Vorurteilen oder pauschalen Zuschreibungen konfrontiert. Das Projekt setzt hier bewusst auf Transparenz, Offenheit und Dialog.

Integration gelingt durch Begegnung. Deshalb wer miteinander spricht, baut Missverständnisse ab.

Die Initiative „Rodnik“ und Sprachcafé arbeitet kooperativ mit lokalen Akteuren im Stadtteil zusammen und möchte einen Beitrag zu einem respektvollen, solidarischen Zusammenleben leisten.

Willkommen sind alle, die Interesse am Austausch haben – unabhängig von Herkunft oder Muttersprache.

Kontakt Projektleitung: Tel.: 0179 1296116 (russisch, deutsch)



### 3. Aktivitäten außerhalb der Seniorenclubs

---

#### 3.1 Sportgruppen

##### Weitere Informationen:

Frau Kruschke

Rathaus Charlottenburg, Zimmer 128

Sprechzeiten: nach Vereinbarung

☎ 9029-14792, Fax: 9029-14770

E-Mail: [freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de)

**Bitte beachten Sie, dass sich das Sportangebot an Bürger\*innen vornehmlich aus unserem Bezirk und die Generation 55+ richtet!**

##### montags:

13:15 – 16:00 Uhr

**Tischtennisgruppe** (Gruppe A) in der Werner-Ruhemann-Sporthalle  
Forckenbeckstraße 37 / Ecke Cunostraße.  
Jahresbeitrag: 20,00 € / GSB kostenfrei  
**Grundkenntnisse sind erforderlich!**

##### dienstags:

13:15 – 16:00 Uhr

**Badmintongruppe** in der Werner-Ruhemann-Sporthalle  
Forckenbeckstraße 37 / Ecke Cunostraße.  
Jahresbeitrag: 30,00 € / GSB kostenfrei  
**Grundkenntnisse sind erforderlich!**

##### mittwochs:

10:00 – 12:00 Uhr

**Bowlinggruppe**  
„Neue City - Bowling Hasenheide“, Hasenheide 107 - 109  
(„Neue Welt“, U-7 Bahnhof Hermannplatz)  
Mitgliedsbeitrag: monatlich 25 €  
Zusatzrunde: 2,50 €  
Gäste zahlen 8,50 € pro Spieltag  
**Interessenten sind herzlich Willkommen.**

13:15 – 16:00 Uhr

**Tischtennisgruppe** (Gruppe B) in der Werner-Ruhemann-Sporthalle  
Forckenbeckstraße 37 / Ecke Cunostraße.  
Jahresbeitrag: 20,00 € / GSB kostenfrei  
**Grundkenntnisse sind erforderlich!**  
**Interessenten können derzeit nur auf die Warteliste gesetzt werden.**

### 3. Aktivitäten außerhalb der Seniorenclubs

---

#### 3.1 Sportgruppen

##### donnerstags:

11:00 – 13:00 Uhr

##### **Kegelgruppe**

Im Stammhaus, Rohrdamm 24b, 13629 Berlin,  
die Gruppe trifft sich 14-tägig, pro Spieltag 5,00 €  
**Interessenten sind herzlich Willkommen.**

13:15 – 16:00 Uhr

##### **Tischtennisgruppe** (Gruppe C) in der Werner-Ruhemann-Sporthalle

Forckenbeckstraße 37 / Ecke Cunostraße.  
Jahresbeitrag: 30,00 € (für gemeinsame Aktivitäten) /  
GSB kostenfrei

**Grundkenntnisse sind erforderlich!**

**Interessenten sind herzlich Willkommen.**

##### freitags:

11:00 – 13:00 Uhr

##### **Pool-Billard** Billardhouse,

Rudolfstr. 4, 10245 Berlin-Friedrichshain  
Dauer max. 2 Stunden

Kosten pro Teilnehmer der Spielzeit 5,00 €, plus Verzehr

**Grundkenntnisse erforderlich!**

**Auf Wunsch wird Ihnen ein Queue gestellt.**

**Interessenten sind herzlich Willkommen.**

### **Ehrenamtliche Unterstützung gesucht!**

Für den **Aufbau einer Senioren-Wandergruppe** bzw. **regelmäßiger Spaziergänge** suchen wir dringend engagierte Ehrenamtliche, die Lust haben, Seniorinnen und Senioren Bewegung, soziale Kontakte und schöne gemeinsame Erlebnisse in der Natur zu ermöglichen.

Bereits kleine Spaziergänge können große Freude schenken und das Miteinander stärken.

Wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren möchten und Teil dieses wertvollen Angebots werden wollen, freuen wir uns sehr über Ihre Unterstützung!

Bei Interesse melden Sie sich bitte:

**Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf**

**Tel:** (030) 9029 14 797

**E-Mail:** [freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de)

---

**Aktuelle Hinweise, Informationen und Änderungen rund um die Seniorensportgruppen erhalten Sie auf der Bezirkshomepage [www.charlottenburg-wilmersdorf.de](http://www.charlottenburg-wilmersdorf.de) unter der Rubrik „Seniorensport“.**

<https://www.berlin.de/ba-charlottenburg-wilmersdorf...>



## 4. Mitteilungen der Seniorenvertretung

---

### 4.1 Interessantes

#### Jubiläen in Charlottenburg-Wilmersdorf

Der Seniorenservice in Charlottenburg-Wilmersdorf lädt monatlich im Namen des Bezirksamts Charlottenburg-Wilmersdorf zur Jubiläumskaffeetafel ins Rathaus in der Otto-Suhr-Allee 100 ein.

Zu dem Treffen im Bürgersaal des Rathauses werden die Bürgerinnen und Bürger des Bezirks eingeladen, die das 85., 90. und jedes weiteres Lebensjahr vollendet haben. Neben den Altersjubiläen werden in Charlottenburg-Wilmersdorf auch Ehe- und Lebenspartnerschaftsjubiläen zum 60-, 70- und 75-jährigen Bestehen der Ehe oder der Lebenspartnerschaft geehrt. Die eingeladenen Jubilarinnen und Jubilare können sich von einem Angehörigen oder einer anderen Vertrauensperson begleiten lassen.

Es ist guter Brauch, dass die Gäste von einer Mitarbeiterin des Teams beim Seniorenservice und von einem Mitglied des Bezirksamts begrüßt werden. In der Regel ist das die für Soziales im Bezirksamt zuständige Bezirksstadträtin Astrid Duda. Die bezirkliche Seniorenvertretung von Charlottenburg-Wilmersdorf lässt es sich nicht nehmen, auch Grußworte an die Jubilarinnen und Jubilare zu richten. So nahm für die Seniorenvertretung im Mai der Seniorenvertreter Joachim Jetschmann an der Feier teil. In den Monaten ab Juli werden mehrere Mitglieder der Seniorenvertretung abwechselnd teilnehmen.

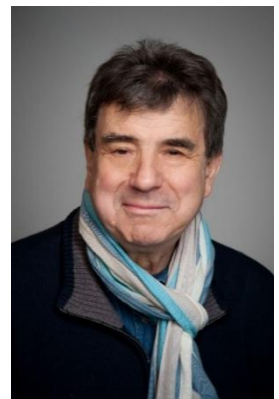


Bild: J. Jetschmann

Während der monatlichen Jubiläumskaffeetafeln werden die Jubilare von einer musikalischen Zeitreise erfreut. In einer Veranstaltungspause mit Erfrischungsgetränken informieren Mitarbeitende der Bezirksverwaltung und Beschäftigte der bezirklichen Einrichtungen und der sozialen Träger sowie Mitglieder der Seniorenvertretung über aktuelle Angebote für die älteren Menschen im Bezirk. Die Jubiläumskaffeetafel ist seit Jahren fester Bestandteil der Seniorenarbeit des Bezirks und wird aus dem Bezirkshaushalt finanziert. Die Feiern werden von Mitarbeiterinnen des Seniorenservice zusammen mit ehrenamtlichen Helfern mit viel Freude organisiert. Dafür danken die Eingeladenen und die bezirkliche Seniorenvertretung sehr herzlich auch hier.

Autor  
Joachim Jetschmann

### 4.2 Sitzungstermine

Die **öffentlichen Plenumssitzungen der Seniorenvertretung** im Rathaus Charlottenburg:  
Ab 14:00 Uhr im Lily-Braun-Saal  
Montag, den **28. September 2026**  
**(Juli und August finden aufgrund der Sommerpause keine Sitzungen statt)**  
Bitte beachten Sie unseren **Schaukasten** im Erdgeschoß (Ebene der Pfortnerloge)  
des Rathauses Charlottenburg Otto-Suhr-Allee 100

## 4. Mitteilungen der Seniorenvertretung

### 4.3 Kontakte der Seniorenvertretung

#### Kontakttelefone ☎

Marion Halten-Bartels: 313 46 47

Dr. Norbert Jacob: 701 896 91

Consuela Brosda-Rambichler: 304 25 33

Gerhard-Peter Schulz: 862 31 84

Jutta Riemann: 330 071 22

Jens Friedrich: 88 54 500

Christa Lüscher: 853 25 87

Joachim Jetschmann: 91 49 39 88

#### Postanschrift

Seniorenvertretung Charlottenburg-Wilmersdorf  
Rathaus Charlottenburg, Otto-Suhr-Allee, 10585 Berlin  
Raum 19

**E-Mail-Adresse:** [seniorenvertretung.cw@gmx.de](mailto:seniorenvertretung.cw@gmx.de)

**Homepage:** [www.seniorenvertretung.charlottenburg-wilmersdorf.de](http://www.seniorenvertretung.charlottenburg-wilmersdorf.de) **oder**  
[www.senior.vertretung-cw.de](http://www.senior.vertretung-cw.de)

### 4.4 Beratungen

Ort	Sprechzeiten
<b>Stadtteilzentrum Halemweg</b> Halemweg 18 13627 Berlin (U7/Bus 123 U Halemweg)	jeweils 1. Dienstag im Monat, 14:00 – 16:00 Uhr oder nach tel. Vereinbarung Ansprechpartnerin: Marion Halten-Bartels / Tel.: 313 46 47
<b>Nachbarschaftszentrum DIVAN</b> Nehringstraße 8 14059 Berlin	jeweils: 2. Dienstag im Monat 14:00 – 14:45 Uhr Ansprechpartner: Joachim Jetschmann Tel.: 030 91 49 39 88
<b>Interkulturelles Zentrum Pangea Haus</b> Trautenaustraße 5 10717 Berlin	jeweils 4. Donnerstag im Monat 14:00 – 16:00 Uhr Auskünfte: 0152 / 08 57 06 70 Ansprechpartner: Jens Friedrich / Tel.: 885 45 00
<b>Seniorenclub Wallotstraße</b> Wallotstraße 4 14193 Berlin	jeweils letzter Dienstag im Monat, 11:00 – 13:00 Uhr Ansprechpartner*in: Christa Lüscher / Tel.: 853 25 87 Eberhard Henze / Tel.: 881 52 26
<b>Evangelischer Campus Daniel</b> Brandenburgische Straße 51 10707 Berlin	jeweils 1. Mittwoch im Monat 14:00 – 16:00 Uhr Ansprechpartner*in: Frau Brosda-Rambichler: 304 25 33 Joachim Jetschmann / Tel.: 914 93 988
<b>Bürgeramt Hohenzollerndamm</b> Hohenzollerndamm 177 10713 Berlin	jeweils 2. Montag im Monat 10:00 – 12:00 Uhr nach tel. Absprache: Ansprechpartner: Dr. Norbert Jacob / Tel.: 701 89 691

## 5. Allgemeine Informationen

---

### 5.1 Wilmersdorfer Seniorenstiftung

#### Seniorenwohnungen und Seniorenheime

Die vom Bezirk gegründete Wilmersdorfer Seniorenstiftung hat nach ihrer Satzung den Zweck, „Alteneinrichtungen, die der Aufnahme älterer pflegebedürftiger Menschen vornehmlich des Bezirks Charlottenburg-Wilmersdorf dienen, zu errichten und zu betreiben“. Sie unterhält seit der Gründung im Jahr 1996 die zwei ehemals kommunalen Seniorenheime und verwaltet seit 2003 für den Bezirk vier Seniorenwohnhäuser mit 375 Wohnungen. Der Stiftungsvorstand wird von der Bezirksstadträtin für Bürgerdienste und Soziales geführt.

Die Seniorenheime verfügen über insgesamt 161 Plätze, davon 95 % in Einzelzimmern. Wer pflegebedürftig ist, kann hier einziehen und erhält rund um die Uhr Pflege und Betreuung. „So viel Selbständigkeit wie möglich, soviel Hilfe wie nötig“ ist das Motto. Die Heime liegen im grünen Wilmersdorf: in Grunewaldlage in der Königsallee, und am Rüdeshheimer Platz (Hohensteiner Straße). Sie legen Wert darauf, im Bezirk und im Kiez eingebunden zu sein. Besichtigen Sie die **Seniorenheime** in Ihrer Nähe:

- Grunewald: Seniorenheim Königsallee 15, 14193 Berlin  
☎ 896 799 310
- Rüdeshheimer Platz: Seniorenheim Hohensteiner Straße 6 – 12, 14197 Berlin  
☎ 827 799 20

Beratung wird großgeschrieben. Sie werden bei den Schritten auf der Suche nach einem Seniorenheim begleitet. Der Sozialdienst ist erreichbar unter ☎ 827 79 92 - 85, Hohensteiner Straße 6 – 12, 14197 Berlin, **E-Mail:** [sozialdienst@wilmstift.de](mailto:sozialdienst@wilmstift.de)

Die **Seniorenwohnhäuser** sind ein Angebot für Menschen ab 60, die in einer kleinen Wohnung selbständig leben und im Bedarfsfall die Hilfe einer Sozialstation in Anspruch nehmen wollen. Die Wohnungen haben in der Regel ein Zimmer mit Schlafnische, eine (Einbau-) Küche, ein Wannenbad und einen Balkon.

Die Seniorenwohnhäuser finden Sie in Charlottenburg:

- Pestalozzistraße 91, 10625 Berlin (Verwaltung aller Häuser)
- Roscherstraße 14 – 15, 10629 Berlin
- Schillerstraße 26a, 10625 Berlin
- Heckerdamm 228, 13627 Berlin

Die Bewerbungen für diese Häuser richten Sie bitte an:

Frau Katja Schnoor

Pestalozzistr. 91, 10625 Berlin,

☎ 030 / 74 74 18 20 oder [kontakt@wilmstift.de](mailto:kontakt@wilmstift.de)

## 5. Allgemeine Informationen

---

### 5.1 Wilmersdorfer Seniorenstiftung

Seit **April 2019** werden noch weitere Seniorenwohnungen für das Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin, Abteilung Bürgerdienste und Soziales von der Wilmersdorfer Seniorenstiftung vermittelt:

- Auguste-Viktoria-Str. 116, / Wangenheimstr. 8 – 10, 14193 Berlin
- Cunostr. 3 / Friedrichshaller Str. 34/37, 14199 Berlin
- Gierkeplatz 5, 10585 Berlin
- Heckerdamm 222, 13627 Berlin
- Herthastr. 21 – 25 / Hubertusallee 49, 14193 Berlin
- Johannisberger Str. 71, 14197 Berlin
- Kaiser-Friedrich-Str. 85, 10585 Berlin
- Krumme Str. 85, 10585 Berlin
- Otto-Suhr-Allee 91a, 10585 Berlin
- Preußenallee 7, 14052 Berlin
- Schloßstr. 26 – 27b, 14059 Berlin

Die Bewerbungen für die o.g. Seniorenwohnhäuser richten Sie bitte an:

#### **Wilmersdorfer Seniorenstiftung**

Schloßstr. 27a

14059 Berlin

☎ **29 03 29 78**

[www.wilmersdorfer-seniorenstiftung.de](http://www.wilmersdorfer-seniorenstiftung.de)

Die Sprechzeiten sind:

Dienstag 9:00 – 12:00 Uhr

Donnerstag 13:00 – 16:00 Uhr

### 5.2 Wichtige Telefonnummern und Einrichtungen

#### **Notrufe:**

Notarzt und Feuerwehr	112
Polizei	110
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116117
Aids-Beratungstelefon	194 11
Anonymen Alkoholikern	206 29 82 12
Berliner Hausbesuche	348 003 240
Berliner Krisendienst Charlb. – Wilmd.	390 63 20
DRK-Krankentransporte	197 27
Mobilitätsdienst Charlb. – Wilmd.	827 190 97
Drogen-Notdienst	192 37
Gift-Notruf	192 40
Rollstuhlverleih DRK HilfsmittelCentrum	600 300 200
Silbernetz – Netzwerk gegen Einsamkeit	0800 470 80 90
Telefonseelsorge	0800 / 111 0 111 0800 / 111 0 222
Tierklinik der FU Berlin	83 86 23 56
Zahnärztlicher Notdienst	89004-333

## 5. Allgemeine Informationen

### 5.2 Wichtige Telefonnummern und Einrichtungen

Die einheitliche Behördenrufnummer  
„115“ für Berlin

Für dringende und akute Angelegenheiten können Sie sich zu den Öffnungszeiten der Bürgerämter unter (030) 9029-15036 an die Notfallhotline für Charlottenburg-Wilmersdorf, wenden.

#### Allgemeiner Blinden- u. Sehbehindertenverein

Auerbachstraße 7, 14193 Berlin  
☎ (030) 895 88 0, Fax: (030) 895 88 99  
✉: info@absv.de  
🌐: www.absv.de/

#### Alzheimer Angehörigen-Initiative e.V.

Reinickendorfer Str. 61 (Haus 1), 13347 Berlin  
☎ (030) 47 37 89 95, Fax: 47 37 89 97  
✉: aai@alzheimer.berlin  
🌐: www.alzheimer-organisation.de/

#### Arbeiterwohlfahrt Landesverband Berlin e.V.

Seniorennetz Berlin  
Hallesches Ufer 30A, Innenhof | 10963 Berlin  
☎ 253 89 208  
✉: info@awoberlin.de  
🌐: www.awoberlin.de

#### Berliner Hausbesuche

Juliane Voß, Nora Plogstedt  
☎ 348 003 240  
✉: bhb.charlottenburg-wilmersdorf@malteser.org  
🌐: www.berliner-hausbesuche.de

#### Bewegungslotse Charlottenburg-Wilmersdorf

Adrian Löscher  
☎ 0170 49 45 770  
✉: loescher@bwgt.org  
🌐: www.bwgt.org/charlottenburg-wilmersdorf

#### Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.

Allgemeine Soziale Beratung (ASB) / gefördert durch Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf  
Pfalzburger Straße 18, 10719 Berlin  
☎ 666 33 - 960  
✉: asb-wilmersdorf@caritas-berlin.de  
🌐: www.caritas-berlin.de/beratungundhilfe/berlin/allgemeinesozialeberatung/

## 5. Allgemeine Informationen

---

### 5.2 Wichtige Telefonnummern und Einrichtungen

#### **Cura Betreuungsverein Charlottenburg-Wilmersdorf**

Wilhelmsaue 33, 10713 Berlin

☎ (030) 30 09 69 810

✉: cura-cw@nbhs.de

#### **Schoeler Schlösschen**

Wilhelmsaue 126, 10715 Berlin

☎ 459 64 726

✉: schoeler@charlottenburg-wilmersdorf.de

🌐: www.schoeler-schloesschen-berlin.de

#### **Kontaktstelle PflegeEngagement Charlottenburg-Wilmersdorf**

Förderung durch das Land Berlin und Landesverbände der Pflegekassen in Berlin und der Verband der Privaten Krankenversicherungen

Kontaktstelle PflegeEngagement Charlottenburg-Wilmersdorf

c/o SEKIS

Bismarckstr. 101, 10625 Berlin

☎ 890 285 35

✉: pflegeengagement@sekis-berlin.de

🌐: www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen/charlottenburg-wilmersdorf

#### **Pflegestützpunkte im Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf**

Wohnortnahe Anlaufstelle für hilfe👤 und pflegebedürftige Menschen

Träger: In gemeinsamer Trägerschaft des Landes Berlin und der Kranken- und Pflegekassen.

- Bundesallee 50, 10715 Berlin  
☎ 893 12 31, ☎ 893 12 72; Fax: 857 283 37  
✉: wilmersdorf@pspberlin.de
- Ernst-Reuter-Platz 2, 10587 Berlin  
☎ 0800 265 080 252 01;  
✉: charlottenburg@pspberlin.de
- Kaiserin-Augusta-Allee 85, 10589 Berlin  
☎ 33 85 36 49 10; Fax: 33 85 36 49 19  
✉: charlottenburgnord@pspberlin.de  
🌐: www.pflegestuetzpunkteberlin.de

#### **Selbsthilfe-Kontaktstelle Charlottenburg-Wilmersdorf**

Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin | Eingang Weimarer Str. | 5. Etage

Sprechzeiten: Mo 10 - 14 | Di 12 - 16 | Do 14 - 18 - und nach Vereinbarung

☎ 890 285 38

✉: selbsthilfe@sekis-berlin.de

🌐: www.selbsthilfe-charlottenburg-wilmersdorf.de/

#### **Silbernetz e. V. mit dem Silbertelefon (einfach mal reden) und Infotelefon (einfach mal fragen)**

☎ 0800 4 70 80 90 Silbertelefon – einfach mal reden oder

☎ 544 533 0 533 Infotelefon – einfach mal fragen

✉: kontakt@silbernetz.de

🌐: www.silbernetz.de

#### **Schwulenberatung Berlin**

Lebensort Vielfalt Charlottenburg/ Mehrgenerationenwohnen, Pflege-WG, Gesprächskreise und Gruppen

Niebuhrstraße 59/60, 10629 Berlin

☎ 44 66 88 111

✉: info@schwulenberatungberlin.de

🌐: www.schwulenberatungberlin.de/

## 5. Allgemeine Informationen

---

### 5.3 Krankenhäuser

- Alexianer St. Gertrauden  
Krankenhaus GmbH  
Paretzer Straße 12, 10713 Berlin  
☎ 827 20  
✉ [info@sankt-gertrauden.de](mailto:info@sankt-gertrauden.de)  
🌐 [www.alexianer-berlin-gertrauden.de](http://www.alexianer-berlin-gertrauden.de)
- DRK-Kliniken Berlin / Westend  
Spandauer Damm 130, 14050 Berlin  
☎ 3035 4000  
✉ [email@drk-kliniken-westend.de](mailto:email@drk-kliniken-westend.de)  
🌐 [www.drk-kliniken-berlin.de/westend](http://www.drk-kliniken-berlin.de/westend)
- Caritas-Klinik St. Anna  
Pillkaller Allee 1, 14055 Berlin  
☎ 3000 10  
✉ [verwaltung@malteser-krankenhaus-berlin.de](mailto:verwaltung@malteser-krankenhaus-berlin.de)  
🌐 [www.malteser-krankenhaus-berlin.de](http://www.malteser-krankenhaus-berlin.de)
- Franziskus Krankenhaus  
Budapesterstraße 15 – 19, 10787 Berlin  
☎ 030 26380  
✉ [info@franziskus-berlin.de](mailto:info@franziskus-berlin.de)  
🌐 [www. www.joseph-kliniken.de/](http://www.joseph-kliniken.de/)
- Martin-Luther-Krankenhaus  
Caspar-Theyß-Straße 27 - 31, 14193 Berlin  
☎ 895 50  
🌐 [www.mlk-berlin.de](http://www.mlk-berlin.de)
- Sana Paulinenkrankenhaus  
Dickensweg 25 - 39, 14055 Berlin  
☎ 300 080  
✉ [info@paulinenkrankenhaus.de](mailto:info@paulinenkrankenhaus.de)  
🌐 [www.sana.de/paulinenkrankenhaus](http://www.sana.de/paulinenkrankenhaus)

## 5. Allgemeine Informationen

### 5.4 Patientenfürsprecherinnen und -fürsprecher: Sachkundige Ansprechpartnerinnen und -partner im Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf

In den Krankenhäusern im Bezirk stehen den Patientinnen und Patienten ehrenamtliche Fürsprecherinnen / Fürsprecher als Mittler und Ansprechpartner zur Verfügung, die mit Rat und Tat helfen, Wünsche und Beschwerden vorzutragen, aber auch Anregungen für die Klinikleitung oder das Klinikpersonal weiter zu geben.

Die Bezirksverordnetenversammlung des Bezirks überträgt den Fürsprecher/-innen das Amt für die Dauer einer Wahlperiode. So ist gewährleistet, dass die Arbeit frei und unabhängig zum Wohl der Patientinnen und Patienten geleistet werden kann.

Die Patientenfürsprecher/-innen bieten regelmäßige Sprechstunden vor Ort in den Krankenhäusern an, so dass sie ohne Umstände für jedermann erreichbar sind. Patientinnen, Patienten, aber auch Angehörige können sich vertrauensvoll an sie wenden.

Selbstverständlich gilt die Schweigepflicht.

Wer sich für die Übernahme dieses Ehrenamtes interessiert, kann sich im BVV Büro erkundigen:

**Informationen:** Bezirksamt Charlottenburg - Wilmersdorf von Berlin  
BVV Büro  
BVV - Vorsteherin **Frau Judith Stückler**  
Otto-Suhr-Allee 100  
Zimmer 226a  
☎ 9029 - 14901

### Erreichbarkeit der Patientenfürsprecher\*innen

<b>Alexianer St. Gertrauden Krankenhaus</b> Paretzer Str. 12 10713 Berlin Ansprechpartnerin: Frau Roscha Schmidt Tel.: (030) 8272-2491 E-Mail: patf-st.gertrauden.som@berlin.de Bitte melden Sie sich vorab per Telefon oder E-Mail an. Sprechzeit: jeden Mittwoch von 15:00 – 16:00 Uhr	<b>DRK Kliniken Berlin Westend</b> Spandauer Damm 130 14050 Berlin Ansprechpartner: Günter Czichon Tel.:(030) 3035-4822 E-Mail-Kontakt: g.czichon@drk-kliniken-berlin.de Sprechzeit: mittwochs von 11:00 – 13:00 Uhr, Eingang E2, Zimmer 410
<b>DRK-Kliniken Berlin – Wiegmann-Klinik</b> Spandauer Damm 130 14050 Berlin Ansprechpartner: Nico Henke E-Mail: patf-drk.wiegmann-psy@berlin.de	<b>Friedrich von Bodelschwingh Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie</b> Landhausstraße 33-35 10717 Berlin und Standort Uhlandstr. 97 10717 Berlin Ansprechpartnerin: Saskia Möschl E-Mail: patf-fvb@berlin.de Tel.: (030) 5472-7860 / Sprechzeit: 1. und 3. Dienstag im Monat 15:00 – 16:00 Uhr
<b>Martin-Luther-Krankenhaus</b> Caspar-Theyß-Str. 27-31 14193 Berlin-Grunewald Ansprechpartnerin: Frau Eveline Kupke Tel.: (030) 8955-73843 E-Mail: patf-mlk@berlin.de Sprechzeit: jeden Mittwoch von 11:00 – 12:00 Uhr Haus 1, Erdgeschoss Raum 091	<b>Paulinenkrankenhaus</b> Dickensweg 25-39 14055 Berlin Ansprechpartner: Seref Gürtin Tel.: (030) 30008564 E-Mail: guertin@paulinenkrankenhaus.de

## 6. Teilnahme- und Haftungshinweise

---

Die Kostenbeiträge für die Gruppenangebote sind im Einzelnen ausgewiesen. Es gibt keine Kündigungsfristen, die Beitragspflicht besteht jedoch, aufgrund der günstigen Preise, bis zur Austrittserklärung gegenüber den amtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen und Gruppenaktivitäten des Seniorenprogramms (in und außerhalb der Seniorenclubs und des Seniorensports) geschieht eigenverantwortlich und auf eigenes Risiko. Bei Unfällen können Gruppen- bzw. Übungsleitungen oder das Bezirksamt nicht haftbar gemacht werden.

Für Neueinsteiger in die Sportangebote wird eine sportmedizinische Untersuchung empfohlen.

## 7. Impressum

---

Herausgeber:

Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin,  
Abteilung Bürgerdienste und Soziales - Fachbereich 4, Soziale Dienste  
Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin

☎ 9029-10

**Homepage:** [www.charlottenburg-wilmersdorf.de](http://www.charlottenburg-wilmersdorf.de)

Kontakt:

Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf /  
Seniorenservice:

Frau Bieber

Rathaus Charlottenburg, Zimmer 127 a

Sprechzeiten: nach Vereinbarung

☎ 9029-14797, Fax: 9029-14770

**E-Mail:** [freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de](mailto:freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de)

Herstellung: Hausdruckerei Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin

Auflage: 3400

**Das Seniorenprogramm finden Sie auch online  
auf unserer Bezirksseite zum Herunterladen.**

🌐 <https://www.berlin.de/ba-charlottenburg-wilmersdorf/verwaltung/aemter/soziales/senioren/artikel.192246.php>

oder Sie scannen den QR-Code mit Ihrer Smartphone Kamera und folgen dem Link:

