

Offene, regelmäßige Spaziergangs- angebote in Steglitz-Zehlendorf



Im Rahmen der Aktionstage können Sie sich die regelmäßig stattfindenden Spaziergangsgruppen näher anschauen. Vielleicht möchten Sie in Zukunft daran teilnehmen oder selbst eine Spaziergangsgruppe anleiten. Für die Teilnahme müssen Sie sich nicht anmelden, vorbeikommen und mitmachen genügt.

Spaziergang im Maria Rimkus Haus – für Senior*innen

Spaziergang im Gemeindepark Lankwitz

Treffpunkt: Maria Rimkus Haus, Gallwitzallee 53, 12249 Berlin

Wann: donnerstags, 11.30 – 12.30 Uhr

Kiezspaziergang im Maria Rimkus Haus – für Senior*innen

Spaziergang im Gemeindepark Lankwitz

Treffpunkt: Maria Rimkus Haus, Gallwitzallee 53, 12249 Berlin

Wann: freitags, 11.00 – 12.30 Uhr

Walking-Gruppe I im Hertha Müller Haus – für Senior*innen

Nordic Walking rund um die Krumme Lanke

Treffpunkt: Hertha Müller Haus, Argentinische Allee 89, 14163 Berlin

Wann: dienstags, 10.00 – 11.00 Uhr

Walking Gruppe II im Hertha Müller Haus – für Senior*innen

Nordic Walking rund um die Krumme Lanke

Treffpunkt: Hertha Müller Haus, Argentinische Allee 89, 14163 Berlin

Wann: donnerstags, 10.00 – 11.00 Uhr

Spaziergangsgruppe der Anlaufstelle für ältere Menschen des Mittelhof e.V.

Spaziergang in der Umgebung mit anschließender Möglichkeit zum Mittagessen in der Villa Mittelhof

Treffpunkt: Villa Mittelhof, Königstraße 42-43, 14163 Berlin

Wann: mittwochs, 11.00 – 12.30 Uhr

Besondere Aktionen im Rahmen der Spaziergangstage 2022



Freitag, 02.09.2022

3.000 Schritte extra. Der gesunde Bezirksspaziergang mit Bezirksstadträtin Carolina Böhm

Kooperation der Villa Donnersmarck, dem inklusiven Treffpunkt der Fürst Donnersmarck-Stiftung, mit dem Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf, Abteilung Jugend und Gesundheit. Für alle Interessierten mit und ohne Behinderung geht es mit den Waldpädagoginnen Bettina Foerster-Baldenius sowie Tabea Ball von der Waldschule Zehlendorf durch den Düppeler Forst. Die Strecke ist im Rollstuhl befahrbar. Am Ende wartet ein Picknick.

Treffpunkt: S-Bhf. Wannsee

Uhrzeit: 14.00 - 17.00 Uhr,

Anmeldung: Villa Donnersmarck, Schädestraße 9-13, 14165 Berlin, Tel.: 030 847 187 0

E-Mail: villadonnersmarck@fdst.de

Mittwoch, 07.09.2022

Spaziergang zum Thema „Pflege“

Kooperation des Pflegestützpunktes Ferdinandstraße, der Kontaktstelle PflegeEngagement und des Kieztreffs: Für pflegende Angehörige, Pflegebedürftige, ältere Alleinstehende und alle Interessierten. Kurzer Umgebungsspaziergang mit Antworten auf die Frage „Welche Angebote gibt es, die den Alltag im Alter leichter machen?“ Mit anschließendem Kaffeetrinken im Kieztreff.

Treffpunkt: Kieztreff, Celsiusstraße 60, 12207 Berlin

Uhrzeit: 11.00 - 12.30 Uhr

Anmeldung (erwünscht): Pflegestützpunkt Ferdinandstraße 34, 12209 Berlin, Tel.: 030 338 53 64 80,

E-Mail: lichterfelde@pspberlin.de (Stichwort: Spaziergang)

Montag, 12.09.2022

Bei den Nachbarn vorbeischaun: Lankwitz trifft Mariendorf Nord

Kooperation des Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf und des Bezirksamtes Tempelhof-Schöneberg: für Senior*innen. Von der Seniorenfreizeitstätte Maria-Rimkus-Haus in Lankwitz durch den Gemeindepark Lankwitz, von dort mit dem Bus 181 zum Gelände des alten Gaswerkes, weiter bis zum Volkspark

Mariendorf und von dort zur Seniorenfreizeitstätte „Sorgenfrei“ in Mariendorf Nord (Markgrafenstraße 10, 12105 Berlin). Sie lernen auch die beiden Einrichtungen und Angebote kennen. In gemütlichem Tempo, auf Barrierearmut wird geachtet. Toiletten am Start- und Zielpunkt. Mit Kaffee und Kuchen am Ziel.

Treffpunkt: Maria-Rimkus-Haus, Gallwitzallee 53, 12249 Berlin

Uhrzeit: 13.30 - 17.00 Uhr (Gehzeit max. 1,5 h)

Anmeldung: Maria-Rimkus-Haus, Astrid Reinfeld, Tel.: 030 76683862, maria-rimkus-haus@web.de

Dienstag, 13.09.2022

Spaziergang rund um den Fliegeberg und Karpfenteich

Nachbarschaftshaus Lilienthal: für Nachbarn, Nachbarinnen und Interessierte. Mit anschließendem Kaffeetrinken im Nachbarschaftshaus.

Treffpunkt: Nachbarschaftshaus Lilienthal, Schütte-Lanz-Straße 41, 12209 Berlin

Uhrzeit: 10.00 - 11.00 Uhr

Anmeldung: Hanno Giese, Nachbarschaftshaus Lilienthal, Tel.: 030 49 80 56 47

Mittwoch 14.09.2022

Sie sind nicht allein - Rundgang von Seniorenangebot zu -angebot in der Thermometersiedlung

Kooperation des Quartiersmanagements Thermometersiedlung, des Kieztreffs, des Pflegestützpunktes Ferdinandstraße, des Café Anders Celsius und des AWO Kreisverbands Südwest e.V.: für Senior*innen. Bei diesem Spaziergang lernen Sie durch eine kleine Rundtour durch die Einrichtungen die Anlaufstellen kennen, die es für Senior*innen in der Thermometersiedlung gibt.

Treffpunkt: vor dem „Royal Garden“, Osdorfer Ecke Celsiusstraße, 12207 Berlin

Uhrzeit: 14.00 - 16.00 Uhr

Donnerstag, 15.09.2022

Spaziergang mit Bezirksstadtrat Tim Richter und Therapiehund Rudi

Freizeitstätte Süd: für alle Senior*innen, die gerne mit anderen Menschen und einem freundlichen Hund unterwegs sind. Spaziergang in der Umgebung.

Treffpunkt: Freizeitstätte Süd, Teltower Damm 226, 14167 Berlin

Uhrzeit: 10.00 Uhr

Anmeldung: Nicole Stahl, Freizeitstätte Süd, Tel.: 030 84 50 77 60

Dienstag, 20.09.2022

Spaziergang rund um den Fliegeberg und Karpfenteich

Nachbarschaftshaus Lilienthal: für Nachbarn, Nachbarinnen und Interessierte. Mit anschließendem Kaffeetrinken im Nachbarschaftshaus.

Treffpunkt: Nachbarschaftshaus Lilienthal, Schütte-Lanz-Straße 41, 12209 Berlin

Uhrzeit: 10.00 - 11.00 Uhr

Anmeldung: Hanno Giese, Nachbarschaftshaus Lilienthal, Tel.: 030 49 80 56 47

Mittwoch, 28.09.2022

Spaziergang der Anlaufstelle für ältere Menschen des Mittelhof e.V. mit Bezirksbürgermeisterin Maren Schellenberg

Kooperation des Mittelhof e.V. mit dem Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf. Sie sind eingeladen zum gemeinsamen Spaziergang im Zehlendorfer Wäldchen zusammen mit Bürgermeisterin Maren Schellenberg. Im Anschluss können Sie im Café Mittelhof ein preiswertes Mittagessen oder Getränk zu sich nehmen.

Treffpunkt: Villa Mittelhof, Anlaufstelle für ältere Menschen, Königstraße 42-43, 14163 Berlin

Uhrzeit: 11.00 - 12.30 Uhr

Anmeldung: Anlaufstelle für ältere Menschen, Bettina Zey, Tel.: 030 80 19 75 39, E-Mail: zey@mittelhof.org

Mittwoch, 28.09.2022

Tour de Lankwitz mit Bezirksstadtrat Urban Aykal

Gemeinsam mit Teilnehmenden der Stadtteilkonferenz und Bürgerbefragung geht es beginnend im Stadtteilzentrum SüdOst durch Lankwitz.

Treffpunkt: Stadtteilzentrum SüdOst, Leonorenstraße 85, 12247 Berlin

Uhrzeit: 14-16 Uhr

Anmeldung (erwünscht): E-Mail: Schreiber@stadtteilzentrum-steglitz.org

Weitere Informationen zu den Spaziergangsangeboten im Bezirk

finden Sie unter www.steglitz-zehlendorf.de/spaziergangsmonat