

Wochenprogramm der 49. Berliner Seniorenwoche - Berlin.de

40 Ergebnisse gefunden

Sortieren nach:

Bitte wählen

Titel der Veranstaltung				
Datum der Veranstaltung	Kategorie	Bezirk	Höhe der Kosten	Wiederholende Angebote
Beschreibung der Veranstaltung				
Stuhlymnastik				
29.06.2023	Bewegung	Pankow	1 €	
Mehr...				
Qi Gong				
27.06.2023	Bewegung	Pankow	2 €	
Wir üben in lockerer Kleidung im Stehen und Sitzen. Mehr...				
Filmvorführung: Usedom - die großen Seebäder				
27.06.2023	Kultur & Bildung	Pankow	2 €	
Mehr...				
Sprachkurs: Englisch				
28.06.2023	Kultur & Bildung	Pankow	2 €	
Englisch für Anfänger mit und ohne Vorkenntnisse Mehr...				
Sprachkurs: Englisch				
26.06.2023	Kultur & Bildung	Pankow	3 €	
Englisch für Fortgeschrittene Mehr...				

Tablet-Kurs für Einsteiger

29.06.2023

Kultur &
Bildung

Pankow 3 €

Tablet-Kurs mit praktischen Tipps und speziellen Funktionen für Einsteiger.

Ob individuell, im Einzelunterricht, im 2er- Team oder in überschaubaren Kleingruppen.
Mehr...

KiezCafé und Tauschbörse

24.06.2023

Soziales

Pankow 1,50 € - 2,50 €

26.06.2023 - 28.06.2023, 9:00 - 15:00
Uhr
29.06.2023, 9:00 Uhr-17:00 Uhr
30.06.2023, 9:00 Uhr-15:00 Uhr
01.07.2023, 10:00-17:00 Uhr

Kaffee, Tee oder Bionade drinnen oder draußen genießen. In der Tauschbörse Schätze finden, ein Gesellschaftsspiel spielen oder in Ruhe in einem Buch schmökern. Samstags bis 17 Uhr möglich.
Mehr...

Kiezcafe

27.06.2023

Soziales

Pankow Je nach Verzehr

Das Kiezcafé im Stadtteilzentrum Weißensee ist ein offener Treffpunkt für alle Nachbar*innen. Es ist eine schöne Möglichkeit, neue Bekanntschaften zu machen, sich auszutauschen und das Stadtteilzentrum mit seinen Angeboten kennen zu lernen.
Mehr...

Bewegungsgruppe am Weißen See

26.06.2023

Bewegung

Pankow Keine

BIB - Bewegungsförderung für ältere Menschen im Bezirk Pankow. Offenes Bewegungsangebot für Menschen ab 65 Jahre. Dieses wird von qualifizierten Trainer*innen in ausgewählten Parkanlagen Pankows durch QVNIA e.V. angeleitet. Es findet eine Gruppe von 10:00 Uhr - 11:30 Uhr statt. Eine telefonische Anmeldung ist beim QVNIA e.V. am Donnerstag, den 22.06.2023 von 11:00 Uhr - 16:00 Uhr, erforderlich. Für nähere Informationen besuchen Sie unsere Internetseite: www.qvnia.de/nachrichten/bib-homepage
Mehr...

Fragen rund ums Ehrenamt - Seminar / offene Runde

26.06.2023

Soziales

Pankow Keine

Känguru - hilft und begleitet

.....und informiert: Sie interessieren sich für ein Ehrenamt oder eine Familienpatenschaft, wissen aber nicht genau, ob sich eine Ehreamtspauschale auf die Rente auswirkt, was die Ehrenamtskarte bringt ob ob eine Familienpatenschaft vielleicht das richtige für Sie sein könnte? Kommen Sie vorbei!

Wir haben eine Expertin vor Ort, die Ihnen gerne alle Fragen rund ums Ehrenamt beantwortet. Wir freuen uns auf ein geselliges Beisammensein mit Ihnen bei Kaffee und Keksen.
Mehr...

Spielenachmittag

26.06.2023 Soziales Pankow Keine
Karten, Brett und Würfelspiele
Mehr...

Rummikub

26.06.2023 Gesundheit Pankow Keine
Spielenachmittag
Mehr...

Bewegungsgruppe auf dem Brennerberg

26.06.2023 Bewegung Pankow Keine
BIB - Bewegungsförderung für ältere Menschen im Bezirk Pankow. Offenes Bewegungsangebot für Menschen ab 65 Jahre. Dieses wird von qualifizierten Trainer*innen in ausgewählten Parkanlagen Pankows durch QVNIA e.V. angeleitet. Es findet eine Gruppe von 14:00 Uhr - 15:30 Uhr statt. Eine telefonische Anmeldung ist beim QVNIA e.V. am Donnerstag, den 22.06.2023 von 11:00 Uhr - 16:00 Uhr, erforderlich. Für nähere Informationen besuchen Sie unsere Internetseite: www.qvnia.de/nachrichten/bib-homepage
Mehr...

Qi Gong

26.06.2023 Gesundheit Pankow Keine
"Qi steht für die Lebensenergie, Gong bedeutet Arbeit oder Übung. Mittels Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen sollen Blockaden in den Energiebahnen des Körpers, den Meridianen, gelöst werden, um das Qi im Körper wieder zum Fließen zu bringen."
Mehr...

Infoveranstaltung Ehrenamt und Familienpatenschaft

26.06.2023 Soziales Pankow Keine
Känguru - hilft und begleitet - und informiert!

Das Familienangebot Känguru hat eine Expertin vor Ort, die bei Kaffee und Keksen alle Ihre Fragen rund ums Ehrenamt beantwortet:

Wie wirkt sich die Aufwandsentschädigung auf die Rente aus?

Was bringt die Ehrenamtskarte?

Könnte eine Familienpatenschaft etwas für mich sein?

U.v.m.

Infoveranstaltung 13-14 Uhr.

Offenes Infocafé 14-16h Uhr.

Wir freuen uns auf Sie und Ihr Interesse am Ehrenamt!
Mehr...

Bewegungsgruppe in der Schönholzer Heide

28.06.2023 Bewegung Pankow Keine

BIB - Bewegungsförderung für ältere Menschen im Bezirk Pankow. Offenes Bewegungsangebot für Menschen ab 65 Jahre. Dieses wird von qualifizierten Trainer*innen in ausgewählten Parkanlagen Pankows durch QVNIA e.V. angeleitet. Eine telefonische Anmeldung ist beim QVNIA e.V. am Donnerstag, den 22.06.2023 von 11:00 Uhr - 16:00 Uhr, erforderlich. Mehr...

Bewegungsgruppe im Schlosspark Buch

28.06.2023 Bewegung Pankow Keine 28.06.2023 um 15:40 Uhr

BIB - Bewegungsförderung für ältere Menschen im Bezirk Pankow. Offenes Bewegungsangebot für Menschen ab 65 Jahre. Dieses wird von qualifizierten Trainer*innen in ausgewählten Parkanlagen Pankows durch QVNIA e.V. angeleitet. Eine telefonische Anmeldung ist beim QVNIA e.V. am Donnerstag, den 22.06.2023 von 11:00 Uhr - 16:00 Uhr, erforderlich. Mehr...

Pankower Spaziergang

28.06.2023 Kultur & Bildung Pankow Keine

1,5 stündiger Spaziergang zum Thema Bildung, Braukunst und Hans Fallada durch die Schönholzer Straße in Alt-Pankow. Mehr...

Nordic Walking

28.06.2023 Bewegung Pankow Keine

Nordic Walking
Mehr...

Leichte Gymnastik für Senior*innen

28.06.2023 Bewegung Pankow Keine

Leichte Gymnastik für Senioren und Seniorinnen mit Kati Golke von "momsletics". Kati Golke ist ausgebildete Fitnesstrainerin und Ernährungsberaterin. Abwechslungsreiche Gvmnastik hält fit und macht Spaß. Die Übungen sollen

wieder zu mehr Beweglichkeit verhelfen - und das in einer entspannten und positiven Atmosphäre. Jeder darf hier im Rahmen seiner individuellen Möglichkeiten mitmachen.
Mehr...

Informationsveranstaltung der Polizei Berlin

29.06.2023 Bewegung Pankow Keine

Mehr...

Informationsveranstaltung der Polizei Berlin

29.06.2023 Bewegung Pankow Keine

Schwerpunkte: Sicher im Alter durch den Straßenverkehr.
Mehr...

Sprechstunde mit der Senior*innenvertretung Pankow

29.06.2023 Soziales Pankow Keine

Die Senior*innenvertretung steht Ihnen als Ansprechpartnerin zur Verfügung. Wir verstehen uns als Ihr Sprachrohr, sozusagen als Verstärker von Anliegen älterer Menschen. Wir sind für alle Fragen und Anliegen älterer Bürger*innen da. Einige Antworten und Hilfen werden mit vorhandenen Trägern und Organisationen in bewährter Weise gefunden, andere Anliegen von Bürger*innen tragen wir direkt an die Fachabteilungen des Bezirksamtes zur Klärung heran.
Mehr...

Bewegungsgruppe im Volkspark Prenzlauer Berg

29.06.2023 Bewegung Pankow Keine

BIB - Bewegungsförderung für ältere Menschen im Bezirk Pankow. Offenes Bewegungsangebot für Menschen ab 65 Jahre. Dieses wird von qualifizierten Trainer*innen in ausgewählten Parkanlagen Pankows durch QVNIA e.V. angeleitet. Eine telefonische Anmeldung ist beim QVNIA e.V. am Donnerstag, den 22.06.2023 von 11:00 Uhr - 16:00 Uhr, erforderlich. Für nähere Informationen besuchen Sie unsere Internetseite: www.qvnia.de/nachrichten/bib-homepage
Mehr...

Bewegungsgruppe im Schlosspark Schönhausen

29.06.2023 Bewegung Pankow Keine

BIB - Bewegungsförderung für ältere Menschen im Bezirk Pankow. Offenes Bewegungsangebot für Menschen ab 65 Jahre. Dieses wird von qualifizierten Trainer*innen in ausgewählten Parkanlagen Pankows durch QVNIA e.V. angeleitet. Eine telefonische Anmeldung ist beim QVNIA e.V. am Donnerstag, den 22.06.2023 von 11:00 Uhr - 16:00 Uhr, erforderlich. Für nähere Informationen besuchen Sie unsere Internetseite: www.qvnia.de/nachrichten/bib-homepage
Mehr...

Wir spielen Skat

29.06.2023 Gesundheit Pankow Keine

Mehr...

der 6 landeseigenen Wohnungsbaugesellschaften können ihre Wohnung tauschen. Wie wird diese Möglichkeit genutzt? Wie funktioniert das? Welche Kosten entstehen? Zum Gespräch eingeladen wird der/die zuständige Senator*in von Berlin und Ansprechpartner*innen der Berliner Wohnungsbaugesellschaften.
Mehr...

Interkulturelles Sofa der Seniorenvertreter*innen

24.06.2023 Soziales Pankow Keine

Auf dem Gelände des Zeiss-Großplanetariums laden wir Sie herzlich ein, auf unserem gemütlichen Sofa Platz zu nehmen und mit den Seniorenvertreter*innen ins Gespräch zu kommen. Wir sprechen Arabisch, Englisch, Französisch, Griechisch, Koreanisch, Persisch, Portugiesisch, Rumänisch, Spanisch, Türkisch und natürlich Deutsch. Kommen Sie vorbei und lernen Sie uns kennen! Wir sind Ihre Stimme für ein würdevolles Altern in Berlin!
Mehr...

Karten- und Brettspielenachmittag

27.06.2023 Soziales Pankow Keine

Mühle, Rommé, Mensch, ärgere dich nicht! und viele andere beliebte Brett- und Kartenspiele könnt ihr gemeinsam bei uns im NAIMO spielen.

Bringt euch gegenseitig Spiele bei, knobelt um den letzten Trumpf und habt Spaß am geselligen Beisammensein.
Mehr...

Präventionsveranstaltung der Polizei: Sicherheit im Wohnumfeld

27.06.2023 Soziales Pankow Keine

Sicherheit im Wohnumfeld, Phänomen Betrugsdelikte und Taschendiebstahl, Sicher und mobil im Alter mit einem Power Point Vortrag.
Mehr...

Bewegungsgruppe im Brosepark Pankow

27.06.2023 Bewegung Pankow Keine 27.06.2023, 15:40 Uhr

BIB - Bewegungsförderung für ältere Menschen im Bezirk Pankow. Offenes Bewegungsangebot für Menschen ab 65 Jahre. Dieses wird von qualifizierten Trainer*innen in ausgewählten Parkanlagen Pankows durch QVNIA e.V. angeleitet. Eine telefonische Anmeldung ist beim QVNIA e.V. am Donnerstag, den 22.06.2023 von 11:00 Uhr - 16:00 Uhr erforderlich. Für nähere Informationen besuchen Sie unsere Internetseite: www.qvnia.de/nachrichten/bib-homepage
Mehr...

Wir singen im Kieztreff

27.06.2023 Soziales Pankow Keine

Singen macht glücklich! Deshalb - kommen Sie vorbei und singen Sie mit beim "Kieztreff" im Bucher Bürgerhaus. Wir werden an der Gitarre begleitet, freuen uns über viele Stimmen, nicht jeder Ton muss sitzen...
Mehr...

Blauer Himmel Weiße Wolken - über Demenz und Familie

25.06.2023 Kultur & Bildung Pankow 8 € / 6,50 € (ermäßigt)

Der Dokumentarfilm der Regisseurin Astrid Menzel wird nochmal im Kino gezeigt, nach dem offiziellen Kinostart Ende Mai. In BLAUER HIMMEL WEISSE WOLKEN begeben sich die Regisseurin und ihr Bruder auf eine mehrtägige Kanufahrt mit ihrer demenzkranken Oma, die seit dem Tod des Großvaters unter ihrer Einsamkeit leidet. Ein Abenteuer mit ungewissem Ausgang, dem sich die drei Reisenden von Etappe zu Etappe neu stellen müssen; schonungslos ehrlich, teilweise berührend, oft lustig, und immer voller Emotion. Mehr Informationen zum Film: <https://kino-krokodil.de/film/blauer-himmel-weiße-wolken/>
Mehr...

Rundgang durch die Ausstellung Musica di strada. Italiener*innen in Prenzlauer Berg - Handel, Handwerk & Musik mit Vorführungen alten mechanischen Musikinstrumenten.

27.06.2023 Kultur & Bildung Pankow Keine

Mit ihren besonderen Handwerkskünsten und Berufen prägten Italiener*innen Prenzlauer Berg über Jahrzehnte. Weltbekannt wurde die Firma Cocchi, Bacigalupo & Graffigna mit der Produktion von Drehorgeln und Orchestrion. In der Ausstellung werden diese mechanischen Musikinstrumente der Sammlung der Stiftung Stadtmuseum Berlin gezeigt und gespielt.

Die Ausstellung ist gefördert durch die Lotto-Stiftung Berlin.
Mehr...

Singen macht glücklich und verbindet

28.06.2023 Kultur & Bildung Pankow Keine

Anlässlich der Berliner Seniorenwoche laden wir herzlich zum gemeinsamen Singen mit Senior:innen ein.

Unter Anleitung des Musikpädagogen Fabian Fiedler wollen wir einen bunten Reigen von Liedern erklingen lassen.

Ob leidenschaftliches Chormitglied oder noch zaghaft beim Singen, wir freuen uns über zahlreiche Sangesfreudige.

Großeltern mit Enkeln, Eltern mit Kindern, Geschwister und Freunde, ihr seid alle willkommen!

Der Eintritt ist frei. Bitte melden Sie sich vorher an: (030) 90295 - 6965 / 6964

In Kooperation mit der Musikschule Musikseeräuber Pankow
Mehr...