



Bezirksamt
Lichtenberg

BERLIN



Veranstaltungsangebote

der kommunalen Begegnungsstätten im
Bezirk Lichtenberg

Januar / Februar 2026





Einbecker Str. 85, 10315 Berlin

Leitung: Herr Manthey/Frau Lange

Tel. 030/525 20 42, E-Mail: sbst.einbecker85@gmx.de

Fahrverbindungen: U5 bis Friedrichsfelde, S-Bahn bis Bahnhof Lichtenberg,
Bus 296

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag: 09.00 bis 17.00 Uhr
Freitag: 10.00 bis 16.00 Uhr

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u> jeden 1.	10.00 - 11.00 Uhr	Gymnastik mit Frau Matzka
	10.00 - 12.00 Uhr	Nähkurs mit Frau Veith
	13.00 - 14.30 Uhr	Frauenchor, Leitung Herr Graser (z. Zt. keine Anmeldung möglich)
	16.00 - 17.00 Uhr	Zumba mit Frau Matzka
	ab 12.01.26 16.00 - 19.00 Uhr 18.30 - 20.30 Uhr	NEU: Miniaturen-Klub mit Florian Beatles Chor
<u>Dienstag</u> jeden 3.	10.00 - 11.00 Uhr	Gymnastik mit Frau Lenk
	12.00 - 15.00 Uhr	„Die Strickmädels“ mit Frau Kühnel
	14.00 - 16.30 Uhr	„Quatschkaffee“ - gemeinsam statt einsam
	14.00 - 16.30 Uhr	Gesprächsrunde der VS mit Frau Linke
	15.00 - 16.00 Uhr 17.00 - 19.00 Uhr	Ernährungsberatung (Terminvereinb.) Probe des Volksinstrumentenorchesters
<u>Mittwoch</u>	09.30 - 10.30 Uhr	Rückenschule mit Frau Matzka
	10.00 - 12.30 Uhr	Mal- und Zeichenkurs
	10.00 - 12.30 Uhr	Strickgruppe
	10.00 - 15.00 Uhr	Spielenachmittag Rommé
	12.00 - 16.00 Uhr	Treffen der Skatfreunde
	13.00 - 16.00 Uhr	Spielenachmittag Canasta
	15.00 - 16.00 Uhr	Handarbeiten und kreatives Gestalten
	17.00 - 18.00 Uhr 18.15 - 19.00 Uhr	Line Dance für Fortgeschrittene Line Dance für Anfänger mit Annette

Donnerstag 14.30 - 17.00 Uhr Veranstaltungen lt. Programm

Freitag 10.00 - 11.00 Uhr Gymnastik mit Frau Böhmert
11.10 - 14.15 Uhr Seniorentanzkreis Lichtenberg

ab 07.02.26 11.15 - 12.30 Uhr **NEU: Gehirnjogging mit Petra**

**NEU! “Handyhilfe“ mit Gabi - bei Fragen zu Ihrem mobilen Endgerät sprechen
Sie uns immer gerne an!**

Veranstaltungen im Januar 2026

Donnerstag, 08.01.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **CANTANO (Reni & Chris)**

KB: 5,00 € inkl. Tasse Kaffee

Tel. Anmeldung erbeten!

Dienstag, 13.01.2026

14.00 bis 15.00 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



INFONACHMITTAG

Die Polizei informiert:

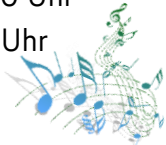
Sicherheit für Senioren

Eintritt frei, tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 15.01.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Regina Thoss**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Donnerstag, 22.01.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr

TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit der **Alex Band**

KB: 5,00 € inkl. Tasse Kaffee

Tel. Anmeldung erbeten!



Dienstag, 27.01.2026

14.00 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

Frau Zuther von der Senior:innenberatung vom Bezirksamt Lichtenberg informiert und berät zu unterschiedlichen Themen rund um das Alter. Tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 29.01..2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

Heinz Quermann - neues Programm mit

Petra Quermann

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Veranstaltungen im Februar 2026

Donnerstag, 05.02.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



FASCHINGSTANZ

Live-Musik mit **CANTANO (Reni & Chris)**

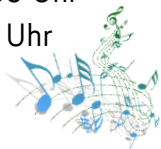
KB: 5,00 € inkl. Tasse Kaffee

Tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 12.02.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Jo & Josephine**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Donnerstag, 19.02.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **Joe Morris**

KB: 5,00 € inkl. Tasse Kaffee

Tel. Anmeldung erbeten!

Dienstag, 24.02.2026

14:00 bis 15:00 Uhr

Einlass: 13:30 Uhr

GESCHICHTE MIT FLORIAN

Das neue Format mit **Florian Manthey** für

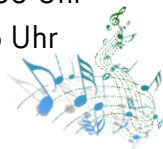
alle, mit Interesse an der Vergangenheit

Eintritt frei, tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 26.02.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

Winter, Fasching, Valentinstag

mit **Alenka & Frank**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Kartenverkauf ist an jedem Mittwoch von 09.00 bis 12.00 Uhr.

Zu den TANZNACHMITTAGEN - bitte beachten!

GROÙE NACHFRAGE! Bitte melden Sie sich immer **RECHTZEITIG**
telefonisch an!

Einbecker Büro Tel.: 030/525 20 42

Bitte seien Sie bis **spätstens um 14.30 Uhr** vor Ort.

Sollten Sie später als 14.30 Uhr erscheinen, kann Ihre Reservierung leider nicht mehr berücksichtigt werden und der Platz wird für andere Gäste freigegeben.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!



Judith-Auer-Str. 8, 10369 Berlin

Leitung: Frau Lotz

Tel. 030/971 06 251, E-Mail: sbst.judith-auer@gmx.de

Fahrverbindungen: Tram M5, M6 (M16, M13)

Öffnungszeiten:

Montag bis Mittwoch:	09.00 bis 16.30 Uhr
Donnerstag:	09.00 bis 17.30 Uhr (nur bei Veranstaltungen)
Freitag:	09.00 bis 14.30 Uhr

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u>	09.30 - 12.00 Uhr	Handarbeiten und kreatives Gestalten
	10.00 - 11.30 Uhr	NEU: Bingo mit Sylvia
	11.00 - 12.00 Uhr	Sport und Fitness mit Martina (Sporthalle)
	12.45 - 15.00 Uhr	Spielnachmittag (Canasta, Rommé, Skat)
	14.00 - 16.00 Uhr	NEU: Plaudercafé - Plaudern gegen Einsamkeit!
<u>Dienstag</u>	09.30 - 12.15 Uhr	Club der Kreativen
	10.00 - 11.00 Uhr	Sport und Fitness mit Elke (Sporthalle)
	11.00 - 13.00 Uhr	Digitale Medien leicht gemacht - Medienberatung für Senior:innen mit Herrn Schlammer
	13.00 - 15.30 Uhr	Malgruppe Farbenkreis
<u>Mittwoch</u>		
Jeden 1.	10.00 - 11.00 Uhr	NEU: Treffen des Literaturkreises
	12.15 - 16.00 Uhr	Spielnachmittag (Skat, Rommé, Schach u.a.)

<u>Donnerstag</u>	10.00 - 11.00 Uhr	Fitness/Gymnastik für Eingeschränkte mit Elke
	10.00 - 11.30 Uhr	Boule für alle bei schönem Wetter ... und bei schlechtem Wetter: Sport 2.0 - Bewegungsspiele auf der Spielekonsole (z. B. Bowling oder Tennis)
	10.30 - 12.00 Uhr	Kurs „Digitale Kompetenz“: für Laptop, Smartphone und Tablet (Fortgeschrittene)
	12.00 - 13.00 Uhr	Kurs „Digitale Kompetenz“: für Laptop, Smartphone und Tablet (Anfänger)
<u>Freitag</u>	09.00 - 12.30 Uhr	Kreatives Gestalten
	10.00 - 12.00 Uhr	Computerkurs Bildbearbeitung

**Jeden 1. und 3. Sonntag im Monat, 14.00 - 17.00 Uhr
laden wir Sie herzlich in unser Sonntagscafé ein!**



Veranstaltungen im Januar 2026

Donnerstag, 08.01.2026

14.00 Uhr

Einlass: 13.45 Uhr

NEUJAHRSKONZERT

mit **Gerd Christan**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!



Dienstag, 13.01.2026

10.00 Uhr im Café



KLASSIK - NACHMITTAG

mit **Klaus-Jürgen Böhme**

„Coppélia“ - Ballett mit der Musik
von Léo Delibes

KB: 5,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Mittwoch, 14.01.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

Frau Zuther von der Senior:innenberatung
vom Bezirksamt Lichtenberg informiert und
berät zu unterschiedlichen Themen rund
um das Alter.

Mittwoch, 14.01.2026

14.00 Uhr im Café



Einfach mal reden!

Elke Schilling, Gründerin von Silbernetz
stellt ihr Netzwerk und Strategien gegen
Einsamkeit im Alter bei einer Tasse Kaffee
vor

KB: frei

Tel. Voranmeldung erbeten!

Donnerstag, 22.01.2026

14.00 Uhr im Café

Einlass: 13.45 Uhr



WIR BEGRÜSSEN DAS NEUE JAHR

mit Live Musik von **CANTANO (Chris & Reni)**

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Donnerstag, 29.01.2026

10.30 Uhr im Café



VORTRAG

Elektronische Patientenakte (EPA) -
verständlich erklärt mit Michaela Wetzel
von "LEBEN - PFLEGE - DIGITAL", Berliner
Landeskompetenzzentrum Pflege 4.0

KB: frei

Tel. Voranmeldung erbeten!

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren und uns aushelfen?

Sie oder Ihre Gruppe suchen einen Raum, den Sie nutzen können?

Außerdem suchen wir eine ehrenamtliche Chorleitung - haben Sie Interesse?

Dann melden Sie sich gerne bei uns telefonisch unter der 97 10 62 51,

Ansprechpartnerin: Frau Lotz

Veranstaltungen im Februar 2026

Dienstag, 10.02.2026

14.00 Uhr im Café

Einlass: 13.30 Uhr



KLASSIK - NACHMITTAG

mit **Klaus-Jürgen Böhme**

„DRAMMA GIOCOOSO“ von Wolfgang
Amadé Mozart

KB: 5,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Mittwoch, 11.02.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

Frau Zuther von der Senior:innenberatung
vom Bezirksamt Lichtenberg informiert und
berät zu unterschiedlichen Themen rund
um das Alter.

Donnerstag, 12.02.2026

14.00 Uhr

Einlass: 13.45 Uhr



KARNEVAL IN DER JUDITH-AUER

mit Live Musik von Fanny & Milcho

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Donnerstag, 26.02.2026

14.30 Uhr im Café

Einlass: 14.00 Uhr



Der „Großstadt Rock'n'Roller“

Dirk Jüttner mit den Schlagern der 50ziger
& Showeinlagen

KB: 8,50 €

Tel. Voranmeldung erbeten!



Sewanstr. 235, 10319 Berlin

Leitung: Frau Weise

Tel. 030/510 98 160, E-Mail: sbst.sewanstr.235@gmx.de

Fahrverbindungen: U5, M17, 27 u. 37 bis Tierpark oder Bus 296

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag: 09.30 bis 16.30 Uhr
Freitag: 09.30 bis 16.00 Uhr
Sonntagscafé 14.00 bis 17.00 Uhr
(1., 2. und 3. Sonntag im Monat)

Feststehende Termine Freizeitangebote:

Montag

ab 09.02.26 09.30 - 10.30 Uhr

**NEU: Sitz-Yoga für Anfänger
mit Frau Christen**

Jeden 1. & 3. 15.00 - 16.00 Uhr

Gemeinsames Singen mit Frau Rott

Dienstag

14.00 - 17.00 Uhr

Veranstaltung lt. Programm

18.00 - 19.00 Uhr

Line-Dance mit Annette

19.15 - 20.15 Uhr

Line-Dance mit Annette

Mittwoch

Jeden 1. & 3. 14.00 - 16.00 Uhr

**NEU: Spielenachmittag mit Petra;
Brett-/Würfel-/Kartenspiele und mehr**

Donnerstag

10.00 - 11.00 Uhr

Sitz-Yoga für Anfänger mit Frau Christen

Freitag

12.30 - 16.00 Uhr

Treffen der Skatfreunde

**Gerne begrüßen wir Sie Montag bis Freitag von
13.00 bis 16.00 Uhr zu Kaffee und Kuchen.**



Veranstaltungen im Januar 2026

Dienstag, 13.01.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **Michael Honza**

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf

Dienstag, 27.01.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr

TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **Fanny & Milcho**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf



Veranstaltungen im Februar 2026

Dienstag, 10.02.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **der Alex-Band**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf

Dienstag, 17.02.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr

FASCHINGSTANZ

Live-Musik mit **CANTANO (Reni & Chris)**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf



Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren und uns unterstützen?
Dann melden Sie sich ganz einfach bei Frau Weise
Tel. 030/510 98 160.

Kommunale Begegnungsstätte Warnitzer Bogen



(in Kooperation mit dem Verein für aktive Vielfalt e.V., Ribnitzer Str. 1, 13051 Berlin)

Warnitzer Str. 8, 13057 Berlin, Eingang an der Fußgängerpassage

Leitung: Frau Glindemann

Tel/Fax: 030/929 02 84, E-Mail: sbst.warnitzer@gmx.de

Fahrverbindung: S 75, Bus 256, X54 bis S-Bhf. Hohenschönhausen,
Tram M4, M17, Bus 154 bis Prendener Str./Vincent-van-Gogh-Str.

Öffnungszeiten: Montag - Donnerstag: 09.00 - 17.00 Uhr
Freitag: 09.00 - 15.00 Uhr

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u>	09.00 Uhr	Perlentechnik - kreative Objektgestaltung
	09.00 Uhr	Arbeiten mit Holz mit den „Holzwürmern“
	09.00 Uhr	geführte Radtour (März-Oktober)
	09.30 Uhr	Smartphone/Tablet-Schulung
	10.00 Uhr	Gymnastik mit Egon
	12.00 Uhr	Ölmalerei „Harmonie in Farbe“
	13.00 Uhr	Aquarellmalerei „Die Dienstmaler“
	13.30 Uhr	Rommé mit Wally
<u>Dienstag</u>	09.30 Uhr	Smartphone/Tablet-Schulung
	10.00 Uhr	Singegruppe „Spätlese“ mit Anne
	11.30 Uhr	Gedächtnistraining
	12.45 Uhr	Spielegruppe „Ruck Zuck“
	13.00 Uhr	Die fleißigen Stricklieseln stricken
Jeden 3.	14.00 Uhr	Bowling mit Egon
	18.00 Uhr	Line Dance Beginner (mit Vorkenntnissen) mit Marlies

<u>Mittwoch</u>	09.30 Uhr	Frauenfrühstücksrunde
Jeden 2. & 4.	09.30 Uhr	Kreatives Gestalten
	09.30 Uhr	Smartphone/Tablet-Schulung
	12.15 Uhr	Tai Chi-Kurs für Senior:innen
	13.00 Uhr	Tillys - Kreativnähen
	13.30 Uhr	Rommé mit Wally
	14.00 Uhr	Spielegruppe „Solo“
	14.30 Uhr	Englisch mit Brigitte
	18.00 Uhr	Line Dance Anfänger mit Marlies
<u>Donnerstag</u>	09.00 Uhr	Arbeiten mit Holz mit den „Holzwürmern“
	09.00 Uhr	geführte Radtour (März-Oktober)
Jeden 1. & 3.	09.30 Uhr	Encaustic - Malen mit heißem Wachs
	13.00 Uhr	Computerkurs mit Matthias
	13.00 Uhr	Treffen der Skatfreunde
Jeden 3.	14.00 Uhr	Tablet-/Smartphone Sprechstunde mit Büro 55+
<u>Freitag</u>	10.00 Uhr	Gymnastik
Jeden 4.	11.00 Uhr	Gesprächskreis „Miteinander-Füreinander“
	13.00 Uhr	Gymnastik „Hohenschönhausener Hasen“
	15.00 Uhr	Hohenschönhausener Bürgerbühne

Veranstaltungen im Januar 2026

Mittwoch, 07.01.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

Frau Fack von der Senior:innenberatung vom Bezirksamt Lichtenberg informiert und berät zu unterschiedlichen Themen rund um das Alter.

Nur mit vorheriger Terminvereinbarung unter 030 90296-8663.

Sonntag, 11.01.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



SONNTAGSCAFÉ

mit netten Leuten in gemütlicher Runde und einer Märchenerzählung

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 4,00 € inkl. kleines Kaffeegedeck

Donnerstag, 15.01.2026

12.00 bis 13.00 Uhr



FUTTERN WIE BEI MUTTERN

Mittagstisch frisch und lecker

Teilnehmeranzahl: 15 Personen

KB: 6,00 €

Sonntag, 18.01.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



SPIELENACHMITTAG

Brettspiele, Scrabble und mehr mit **Petra**

Teilnehmeranzahl: 20 Personen

KB: kostenfrei, Getränke bitte selbst zahlen

Donnerstag, 22.01.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



FRÜHSTÜCKSBUFFET mit Heike

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 6,00 € inkl. 1 Glas Sekt

Freitag 23.01.2026

14.30 bis 16.30 Uhr



KIEZ- UND NATURSPAZIERGANG

mit Naturbegleiterin Vivien mit

anschließender Kaffeerunde

Treffpunkt: Eingang der Begegnungsstätte

Warnitzer Bogen 8

Donnerstag 29.01.2026

14.00 bis 17.00 Uhr



FASCHINGSPARTY

Live-Musik mit der **Alex Band**

Mit Kostüm gibt es 1 kleines Glas Sekt!

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 8,50 € inkl. Kaffeegedeck

Veranstaltungen im Februar 2026

Mittwoch, 04.02.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

Frau Fack von der Senior:innenberatung vom Bezirksamt Lichtenberg informiert und berät zu unterschiedlichen Themen rund um das Alter.

Nur mit vorheriger Terminvereinbarung unter 030 90296-8663.

Sonntag, 08.02.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



SPIELENACHMITTAG

Brettspiele, Scrabble und mehr mit **Petra**

Teilnehmeranzahl: 20 Personen

KB: kostenfrei, Getränke bitte selbst zahlen

Donnerstag, 12.02.2026

12.00 bis 13.00 Uhr



FUTTERN WIE BEI MUTTERN

Mittagstisch frisch und lecker

Teilnehmeranzahl: 15 Personen

KB: 6,00 €

Donnerstag, 19.02.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



FRÜHSTÜCKSBUFFET

mit Heike

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 6,00 € inkl. 1 Glas Sekt

Sonntag, 22.02.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



SONNTAGSCAFÉ

mit netten Leuten in gemütlicher Runde und einer Märchenerzählung

Teilnehmeranzahl: 20 Personen

KB: 4,00 € inkl. Kaffeegedeck

Freitag 27.02.2026

14.30 bis 16.30 Uhr



KIEZ- UND NATURSPAZIERGANG

mit Naturbegleiterin Vivien mit

anschließender Kaffeerrunde

Treffpunkt: Eingang der Begegnungsstätte

Warnitzer Bogen 8

Kommunale Begegnungsstätte Ribnitzer Straße



(in Kooperation mit dem Verein für aktive Vielfalt e.V., Ribnitzer Str. 1, 13051 Berlin)

Ribnitzer Str. 1 b, 13051 Berlin

Leitung: Frau Tews

Tel: 030/929 71 68, E-Mail: sbst-ribnitzer@vav-lichtenberg.de

Fax: 030/920 45 664

Fahrverbindungen: Tram: M4, M5 bis Zingster Straße/Ribnitzer Str.,
S-Bahn: S75 oder Bus: 256 am S-Bhf. Wartenberg

Öffnungszeiten: Montag, Dienstag, Donnerstag 09.00 - 17.00 Uhr
Mittwoch und Freitag 09.00 - 15.00 Uhr
(bei Veranstaltungen geänderte Öffnungszeiten)

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u>	10.30 - 12.30 Uhr	Frauengesprächskreis
Jeden 2.	11.00 - 12.30 Uhr	kreatives Bewegungsangebot für Menschen mit und ohne Demenz (Sportraum 1. Etage)
	13.00 - 17.00 Uhr	Spielenachmittag Skat
	13.00 - 17.00 Uhr	Spielenachmittag Rummikub, Dog u.a.
	13.30 - 15.00 Uhr	Englisch-Gesprächskreis für Fortgeschrittene
	13.30 - 16.00 Uhr	Handarbeitszirkel
<u>Dienstag</u>	10.00 - 11.00 Uhr	Stuhlgymnastik
	10.00 - 12.00 Uhr	Gehirnjogging Gr. I
	12.00 - 14.00 Uhr	Gehirnjogging Gr. II
	12.00 - 14.00 Uhr	Bingofieber (14-tägig)
	17.00 - 19.00 Uhr	Mieterberatung
<u>Mittwoch</u>	09.00 - 11.00 Uhr	Gymnastik (Turnhalle Klützer Str. 36)

<u>Donnerstag</u> Jeden 1.	10.00 - 13.00 Uhr	Digitale Bildbearbeitung (14-tägig)
	13.00 - 16.00 Uhr	Kreativ und Basteln
	14.00 - 17.00 Uhr	Schach
	14.45 - 16.15 Uhr	Yoga für Menschen mit und ohne Demenz
	16.30 - 18.00 Uhr	Stricken mit Heidi für Groß und Klein
<u>Freitag</u>	11.00 - 12.00 Uhr	Gymnastik und Bewegung für Senior:innen
	11.30 - 12.15 Uhr	Mittagstisch (nur mit Anmeldung)
	12.00 - 14.00 Uhr	Bingo
	12.15 - 14.30 Uhr	Mittagsgesprächskreis
	12.15 - 14.30 Uhr	Kartenspielrunde

Veranstaltungen im Januar 2026

Jeden Freitag im Januar

11.30 Uhr



GEMEINSAMES MITTAGESSEN

„angerichtet und aufgetischt“

Ehrenamtliche kochen frisch

KB: ab 5,50 € (nur mit Anmeldung)

Dienstag, 06.01.2026

15.00 Uhr



EIN MUSIKALISCHER NACHMITTAG

Bei Kaffee und Kuchen erklingt Klaviermusik und Lieder-Gesang.

KB: nach Verzehr, um Voranmeldung wird gebeten.

Samstag, 17.01.2026

10.00 Uhr



PREISSKAT

bei dem es nicht allein um den Spaß an der Freud geht. Viele Preise können gewonnen werden.

Selbstverständlich ist für einen kleinen Imbiss gesorgt.

Aus organisatorischen Gründen nur mit telef. Anmeldung: 030/929 71 68

Donnerstag, 22.01.2026

16.00 Uhr



MÄRCHEN-VORLESE-NACHMITTAG

„für kleine und große Kinder – junge und alte Zuhörer“ Entdecke die Märchenwelt und die Lust am Lesen, Zuhören.

KB: kostenfrei, um Voranmeldung wird gebeten.

Beachten Sie unsere aktuellen Aushänge.

Veranstaltungen im Februar 2026

Jeden Freitag im Februar

11.30 Uhr



GEMEINSAMES MITTAGESSEN

„angerichtet und aufgetischt“

Ehrenamtliche kochen frisch

KB: ab 5,50 € (nur mit Anmeldung)

Dienstag, 03.02.2026

15.00 Uhr



EIN MUSIKALISCHER NACHMITTAG

Bei Kaffee und Kuchen erklingt Klaviermusik und Lieder-Gesang im Advent bei Kerzenschein. Bekannte Adventslieder laden zum Mitsingen ein.

KB: nach Verzehr, um Voranmeldung wird gebeten.

Freitag, 13.02.2026

15.00 Uhr



TANZ Ü55

mit der Alex Band - unter dem Motto „Die Narren sind los!“ feiern auch in diesem Jahr die Karnevalisten ihren Saisonhöhepunkt.

Ein bunter Nachmittag voller Musik, guter Laune und Spaß in fröhlicher Runde.

Kostüme sind herzlich willkommen.

KB: 10,00 € inkl. kl. Kaffeegedeck

Karten nur im Vorverkauf bis 10.02.2026

Samstag, 14.02.2026

10.00 Uhr



PREISSKAT

bei dem es nicht allein um den Spaß an der Freud geht. Viele Preise können gewonnen werden.

Selbstverständlich ist für einen kleinen Imbiss gesorgt.

Aus organisatorischen Gründen nur mit telef. Anmeldung: 030/929 71 68

Donnerstag, 19.02.2026

10.00 Uhr



FRÜHSTÜCK

in geselliger Runde - Ein Morgen voller Genuss, Gespräche und Gemeinschaft. Kosten nach vorheriger Bestellung bis Montag, den 16.02.

Dienstag, 26.02.2026

16.00 Uhr



MÄRCHEN-VORLESE-NACHMITTAG

„für kleine und große Kinder – junge und alte Zuhörer“ Entdecke die Märchenwelt und die Lust am Lesen, Zuhören.

KB: kostenfrei, um Voranmeldung wird gebeten.

Beachten Sie unsere aktuellen Aushänge.

Bitte beachten Sie auch unsere Werbeaushänge im Schaukasten und im Werbeaufsteller beim Empfang des Nachbarschaftshauses.

Kommunale Begegnungsstätte Rusche 43



(in Kooperation mit Kiezspinne FAS e.V.)

Ruschestr. 43, 10367 Berlin

Leitung: Herr Buchwald

Tel.: 030/559 23 81, E-Mail: sbs.rusche43@gmx.de

Fahrverbindungen: U-Bahn bis Magdalenenstraße
Tram M13, M16 bis Loeperplatz
Bus 240 bis Vulkanstr./Josef-Orlopp-Str.

Öffnungszeiten: Montag - Donnerstag: 09.00 - 17.00 Uhr

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u>	nach Absprache	Unterstützung bei der Bedienung des Smartphones
	09.00 Uhr	Mobiles Schreibbüro, Hilfe bei Anträgen, Briefen und schwer verständlichen Texten
	13.00 Uhr	Spieletreff (Rommé, Canasta, Kniffel)
Jeden 1.u.3.	14.00 Uhr	IG Lichtenberger Numismatiker
Jeden 2.u.4.	14.00 Uhr	Tauschtag der Philatelistenfreunde
	19.00 Uhr	Internationaler Tanzkurs
<u>Dienstag</u>	08.30 Uhr	Tai-Chi
	10.30 Uhr	Line-Dance
	12.30 Uhr	Nähkurs
jeden 3.	15.00 Uhr	Edgarkartensammler
	19.00 Uhr	Chorprobe von Pretty Noise
<u>Mittwoch</u>	10.00 Uhr	Seniorengymnastik
	11.00 Uhr	Deutschkurs
	14.00 Uhr	Nähkurs
<u>Donnerstag</u>	10.00 Uhr	Donnerstagsmalerinnen
jeden 3.	12.30 Uhr	Treffen der BVG Senior:innen
jeden 1.	15.30 Uhr	Treffen des Telekom-Männer-Chores
<u>Freitag</u>	15.00 Uhr	Treffen der IDO-Sprachgruppe
	15.00 Uhr	Druckangebot (in Kooperation mit dem Graphik Collegium Berlin e.V.)

Veranstaltungen im Januar 2026

Dienstag, 06.01.2026

14.30 Uhr



SCHLAGERSTUNDE

mit **Frau Beckmann**

"Helga Hahneemann"

Telefonische Voranmeldung erbeten
unter 030/559 23 81

KB: 4,00 €

Mittwoch, 07.01.2026

14.30 Uhr



LICHTENBERGER OPERETTENKREIS

„Orphée aux enfers“ („Orpheus in der Unterwelt“), opéra-bouffe von Jacques Offenbach

Vortragender: **Klaus-Jürgen Böhme**

Eine telefonische Voranmeldung oder eine Anmeldung per E-Mail ist erbeten.

Tel.: 030/559 23 81

E-Mail: fill.buchwald@kiezspinne.de
(begrenztes Platzangebot)

KB: 5,00 €

Dienstag 13.01.2026

14.00 Uhr



REISEVORTRAG

mit **Charly Kittel**

„Ein Winterspaziergang durch Wien“

KB: 4,00 €

Mittwoch, 14.01.2026

14.00 Uhr



LIVE-MUSIK

mit **Michael** & Tanz in der "Rusche43"

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 8,00 €

Mittwoch, 21.01.2026

14.30 Uhr



SCHLAGERSTUNDE

„bunte Stunde“, Winter in Lichtenberg
mit **Frau Beckmann**

Austausch über die Winter in der Kindheit,
Gedichte, Winterschlager, sowie
„Diashow“ Winter in Lichtenberg
KB: 4,00 €

Veranstaltungen im Februar 2026

Donnerstag, 03.02.2026

14.00 Uhr



VORTRAG

von **Hr. Höftmann**

"210 Jahre Friedensfeste in Preußen"
KB: 3,00 €

Mittwoch, 18.02.2026

14.30 Uhr



LICHTENBERGER OPERETTENKREIS

„Un giorno di regno, ossia Il finto
Stanislao“ („König für einen Tag“)
Melodramma giocoso von Giuseppe Verdi
(1840)

Vortragender: **Klaus-Jürgen Böhme**

Eine telefonische Voranmeldung oder eine
Anmeldung per E-Mail ist erbeten.

Tel.: 030/559 23 81

E-Mail: till.buchwald@kiezspinne.de

(begrenzt Platzangebot)

KB: 5,00 €



Hönow Str. 30a, 10318 Berlin

Leitung: Frau Hesse

Tel.: 030/509 8 108, E-Mail: sbst.hoenower@gmx.de

Fahrverbindungen: S 3 bis Bahnhof Karlshorst
U 5 bis U-Bahnhof Tierpark
Tram 17, 27, 37 bis Treskowallee/HTW

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag 09.30 - 17.00 Uhr
Freitag nach Vereinbarung

Feststehende Termine Freizeitangebote:

Montag 09.00 - 10.00 Uhr Rückenfit mit Sylvi
Jeden 1. 10.00 - 12.00 Uhr PC-Kurs/Beratung
10.30 - 11.30 Uhr Line-Dance, Gruppe I - Frau Voss
11.45 - 13.15 Uhr Line-Dance, Gruppe II - Frau Kegel
12.00 - 16.00 Uhr Treff der Skatfreunde
13.30 - 15.45 Uhr Gymnastik 50+ (VHS)
14.00 - 15.45 Uhr Gedächtnistraining mit Petra

Dienstag 09.30 - 10.30 Uhr Yoga-Kurs 1
10.45 - 11.45 Uhr Yoga-Kurs 2
14-tägig 11.00 - 12.30 Uhr Kultur- und Literaturfreunde
11.00 - 15.00 Uhr Bastel- und Kreativgruppe
12.00 - 12.45 Uhr Gymnastik mit Musik
13.00 - 14.00 Uhr Gymnastik - Gruppe I
14.00 - 15.00 Uhr Gymnastik - Gruppe II
Jed. 1. und 3. 15.00 - 17.00 Uhr Acryl- und Aquarellmalerei
ab 17.00 Uhr Schach für Kinder
ab 18.00 Uhr Schach - SG Eckturnm
18.00 - 20.00 Uhr Bürgerinitiative Ilse-Kiez

<u>Mittwoch</u>	09.30 - 12.00 Uhr	Englisch VHS, mit Doz. Herr Badel
	09.30 - 12.00 Uhr	Englisch VHS
	Jeden 2. 13.00 - 14.00 Uhr	Beratung Seniorenvertretung - Fr. Seliger
	14.00 - 17.00 Uhr	Veranstaltungen laut Programm
<u>Donnerstag</u>	09.30 - 13.00 Uhr	Kabarettprobe „Die Weisetreter“
	10.00 - 11.00 Uhr	Tai-Chi Kurs für Fortgeschrittene Leitung Herr Teichert
	11.00 - 12.00 Uhr	Tai-Chi Kurs für Anfänger Leitung Herr Teichert
	13.30 - 14.30 Uhr	Line Dance mit Frau Preylowski (Kurs VHS)
	15.00 - 17.00 Uhr	Probe Chorgemeinschaft „Bella Musica“
	Jeden letzten 15.30 - 17.00 Uhr	Karlshorster Erzählcafé
<u>Freitag</u>	09.30 - 10.30 Uhr	„Fit ins Wochenende“, Kurs mit Sylvi
	09.30 - 12.00 Uhr	Englisch VHS, mit Doz. Herr Badel

Veranstaltungen im Januar 2026

Mittwoch, 07.01.2026

14.00 Uhr



„Wir zaubern uns ins neue Jahr“

Zaubershow mit **Olli**

KB: 6,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 14.01.2026

14.00 Uhr



NEUJAHRSSINGEN

mit dem **Chor „Bella musica“**

KB: 4,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 21.01.2026

14.00 Uhr



NEUJAHRSTANZ

mit der **Alex-Band**

KB: 8,50 € inkl. Kaffeegedeck

Mittwoch, 28.01.2026

14.00 Uhr



KAFFEEKLATSCH

mit **Rosi & Moni**

KB: 3,50 €

Veranstaltungen im Februar 2026

Mittwoch, 04.02.2026

14.00 Uhr



FASCHINGSTANZ

mit **Micha Honza**

KB: 6,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 11.02.2026

14.00 Uhr



SENIORENKABARETT

„Die Weisetreter“ sagt wo’s nicht lang geht!

KB: 6,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 18.02.2026

14.00 Uhr



BLAULICHT

Die Polizei rät mit PHK **Katrin Reetz** -
Verbrechensprävention

KB: 4,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 25.02.2026

14.00 Uhr



KONZERT

„Ein Hauch von Orient in der Hönow“
Musik aus Persien mit Elham Hamedi &
Peyman Salehyan an historischen
Instrumenten

KB: 8,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Senior:innenberatung

Die Senior:innenberatung ist ein kommunales Beratungsangebot des Amtes für Soziales, für Seniorinnen und Senioren. Wir beraten zu unterschiedlichen Themen rund um das Alter. Zu unseren Beratungsinhalten gehören:

- Grundsicherung SGB XII
- Haushaltsführung
- Begegnungsstätten
- Kultur- und Freizeitangebote
- Altersgerechtes Wohnen
- Wohnformen für Menschen mit Demenz
- Hilfen für pflegende Angehörige
- Hilfe zur Pflege SGB XII
- Ambulante und (teil-) stationäre Pflege
- Mobilitätshilfen



Bezirksamt
Lichtenberg

BERLIN



Anschrift

Bezirksamt Lichtenberg von Berlin, Amt für Soziales,
Alt-Friedrichsfelde 60, 10315 Berlin, Haus 2, 7.Etage

Sprechzeiten

Dienstag und Donnerstag von 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr sowie nach
Terminvereinbarung

Kontakt

Frau Fack für Hohenschönhausen	Tel.: 030/90296-8663
Frau Zuther für Fennpfuhl/Lichtenberg Mitte	Tel.: 030/90296-8668
Frau Thom für Lichtenberg Nord	Tel.: 030/90296-8671
Frau Dahlke für Lichtenberg Süd/Mitte	Tel.: 030/90296-8662

Wir können Ihnen unsere Beratung telefonisch, im Amt für Soziales oder bei Bedarf bei Ihnen zu Hause ermöglichen. Zudem bieten wir Außensprechstunden in den Begegnungsstätten Judith-Auer-Straße, Warnitzer Bogen und Ruschestraße an. Die genauen Termine können Sie dem Veranstaltungsheft entnehmen.



Bezirksamt
Lichtenberg

BERLIN



Wir brauchen Unterstützung im Ehrenamt

Möchten Sie in unseren Kommunalen Begegnungsstätten mitwirken und unser Team aus haupt- und ehrenamtlichen Helfer:innen verstärken?

Das können Sie bei uns tun:

- bei der Planung und Durchführung verschiedener Veranstaltungen und Angeboten mithelfen
- neue Hobbygruppen leiten und Menschen zusammenbringen
- oder haben Sie ein gutes Händchen fürs Handy und möchten Ihr Wissen an andere weitergeben?

Was wir Ihnen bieten:

- viele verschiedene Möglichkeiten sich zu engagieren
- fachliche Unterstützung und Anleitung
- flexible Zeiten, die sich gut an Ihre Termine anpassen lassen
- kleine Aufwandsentschädigung

Wenn Sie Interesse haben, melde Sie sich gerne bei uns:

Patricia Heidrich

Tel.: 030/90296-8678

E-Mail: patricia.heidrich@lichtenberg.berlin.de

Beatrice Bahr

Tel.: 030/90296-8673

E-Mail: beatrice.bahr@lichtenberg.berlin.de

Berliner Hausbesuche - wissen, was möglich ist



Malteser

...weil Nähe zählt.

Für ältere Menschen gibt es in Berlin eine Fülle von Angeboten, aber nur wenige kennen die Vielfalt an vorhandenen Möglichkeiten. Die Lotsen des vom Berliner Senat geförderten Projekts „Berliner Hausbesuche“ helfen neutral und kostenlos, passende Angebote für Ihre Anliegen zu finden. Im persönlichen Gespräch - daheim oder wo gewünscht - werden Interessierte unter anderem über Kulturangebote, Ehrenamtsmöglichkeiten, altersgerechtes Wohnen, Pflegebedürftigkeit von Angehörigen oder Umgang mit digitalen Medien informiert.

Melden Sie sich dazu bei den Lotsinnen Iris Heck und Claudia Hashemi unter **(030) 348003-250** oder unter **bhb.lichtenberg@malteser.org**.

Am Info-Stand im Linden-Center können Sie sich vor Ort ohne Termin, **jeden 1. Donnerstag im Monat, 10 - 12 Uhr** informieren lassen.



Gut informiert älter werden - mit dem Büro 55+

Sie möchten wissen, welche Angebote und Unterstützungsmöglichkeiten es für ältere Menschen in Lichtenberg gibt? Das Büro 55+ ist Ihre zentrale Anlaufstelle zu allen Fragen des Älterwerdens!

Wir informieren kostenfrei und unabhängig zu Themen wie Pflege, Freizeit, Ehrenamt und digitalen Medien. Ob telefonisch oder persönlich bei einem Gespräch in Ihrer Nähe - wir nehmen uns Zeit für Ihre Fragen.

Regelmäßige Sprechzeiten an verschiedenen Orten im Bezirk machen unsere Unterstützung wohnortnah und gut erreichbar. Am Info-Stand im Linden-Center können Sie sich vor Ort ohne Termin, jeden 1. Donnerstag im Monat, 10 - 12 Uhr informieren lassen.

Lassen Sie sich unterstützen und entdecken Sie die Möglichkeiten, die Ihnen Lichtenberg bietet!

📍 Büro 55+ - gut älter werden in Lichtenberg, im RoBERTO-
Begegnungsstätte im Haus der Generationen

(Paul-Junius-Str. 64A, 10369 Berlin)

Ihre Ansprechpartnerin: Beatrice Ewald

☎ 030 98 60 19 99 55

✉ buero55plus@lbd.de

🌐 buero55plus-lichtenberg.de

📷 Instagram: [@buero55plus](https://www.instagram.com/buero55plus)

Januar 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Februar 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Impressum

Herausgeber

Bezirksamt Lichtenberg von Berlin
Geschäftsbereich Soziales, Arbeit, Gesundheit und
Bürgerdienste
Amt für Soziales, Fachbereich 2
Altenhilfekoordination

Eventuelle Programmänderungen vorbehalten. Beachten
Sie die Aushänge in den Einrichtungen.

Bildnachweise:

Titelbild: ©fotolia

Logos: ©Berliner Hausbesuche, ©Malteser;

Programm-Icons: Pixabay: ©Stefan Schwehofer, ©OpenClipart-
Vectors, ©ruhabastard, ©Clker-Free-Vector-Images, ©Aqub Azad
©OTH Amberg-Weiden, ©Darkmoon Art, ©Dee,