



Bezirksamt
Lichtenberg

BERLIN



Veranstaltungsangebote

der kommunalen Begegnungsstätten im
Bezirk Lichtenberg

September/Oktober 2026





Einbecker Str. 85, 10315 Berlin

Leitung: Florian Manthey/Gabi Palm

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

Fahrverbindungen: U5 bis Friedrichsfelde, S-Bahn bis Bahnhof Lichtenberg,
Bus 296 (Haltestelle "Lincolnstr./Einbecker Straße")

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag: 09.00 bis 17.00 Uhr

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u>	10.00 – 11.00 Uhr	Gymnastik mit Frau Matzka
jeden 1.	10.00 – 12.00 Uhr	Nähkurs mit Frau Veith
ab Oktober	10.00 – 13.00 Uhr	NEU! Mietrechtliche Beratung
	13.00 – 14.30 Uhr	Chor Friedrichsfelder Spätsommer, Leitung Hr. Graser (z.Zt. keine Anmeldung möglich)
ab Oktober	14.00 – 18.00 Uhr	NEU! Mietrechtliche Beratung
	16.00 – 17.00 Uhr	Zumba mit Frau Matzka
	16.00 – 19.00 Uhr	Miniaturen-Klub mit Florian: Zinnfiguren, Tabletop & Modellbau
	18.30 – 20.30 Uhr	Beatles Chor
<u>Dienstag</u>	10.00 – 11.00 Uhr	Gymnastik mit Frau Lenk
jeden 3.	12.00 – 15.00 Uhr	„Die Strickmädels“ mit Frau Kühnel
	14.00 – 16.30 Uhr	Gesprächsrunde der VS mit Frau Linke
	15.00 – 16.00 Uhr	Erährungsberatung (Terminvereinb.)
	17.00 – 19.00 Uhr	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
	12.00 – 16.00 Uhr	Treffen der Skatfreunde
	13.00 – 16.00 Uhr	Spielemittwoch Canasta

<u>Mittwoch</u>	15.00 - 16.00 Uhr	Handarbeiten und kreatives Gestalten
	17.00 - 18.00 Uhr	Line Dance für Fortgeschrittene
	18.15 - 19.00 Uhr	Line Dance für Anfänger mit Annette
<u>Donnerstag</u>	14.30 - 17.00 Uhr	Veranstaltungen lt. Programm
<u>Freitag</u>	10.00 - 11.00 Uhr	Gymnastik mit Frau Böhmert
	10.00 - 15.00 Uhr	Spielesachmittag Rommé
	11.10 - 14.15 Uhr	Seniorentanzkreis Lichtenberg
	11.15 - 12.30 Uhr	Gehirnjogging mit Petra
	16.00 - 17.30 Uhr	NEU: „Gemeinsam statt einsam: Spielezeit“ Ein Angebot der „Teilhabe-Hilfe-Card“

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

Kartenverkauf ist an jedem Mittwoch von 09.00 bis 12.00 Uhr.

Zu den TANZNACHMITTAGEN - bitte beachten!

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

Einbecker Büro Tel.: 030/525 20 42

Bitte seien Sie bis **spätestens 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!

Veranstaltungen im September 2026

Freitag, 04.09.2026

14.00 bis 18.30 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



SPÄTSOMMERBALL der kommunalen Begegnungsstätten Berlin-Lichtenberg

Trabrennbahn Karlshorst

KB: 15,00 € inkl. 1 Glas Sekt,

Kaffeegedeck, Grillwurst sowie vielfältigem
Musikprogramm

Kartenvorverkauf ab 1. Juli 2026

Montag, 07.09.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

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

KB: kostenfrei, keine Anmeldung
erforderlich

Dienstag, 08.09.2026

14.00 bis 15.00 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



MUSIKALISCHE LESUNG

„Der halbe Mann und andere Geschichten“
von und mit **Astrid Reimann**

Musikalische Begleitung: **Udo Glaser** -
Gitarre und Gesang

KB: kostenfrei, tel. Anmeldung erbeten!

Dienstag, 08.09.2026

Abfahrt:

8:00 Uhr Einbecker Str.,

8:20 Uhr Judith-Auer-Str.



BUSTAGESFAHRT

nach Waren und Schifffahrt auf der Müritz
inkl. Mittagessen, 3-Seen- u. Kanalfahrt
Müritz mit Kaffee & Kuchen

KB: 94,00 €, *Bezahlung im Büro: 08.07.-
07.09.2026, Kartenvorverkauf!*

Donnerstag, 10.09.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **DJ Guido**

KB: 5,00 € inkl. Tasse Kaffee

Tel. Anmeldung erbeten!

Dienstag, 15.09.2026

14.00 bis 15.30 Uhr



QUATSCH-CAFÉ

Kennenlernen bei Kaffee & Kuchen
- für alle, die einfach mal „quatschen“
möchten anstatt alleine zu sein!

KB: Kostenfrei

Tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 17.09.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Alenka & Frank**

Operette quer Beet

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Montag, 21.09.2026

14.00 bis 15.00 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



SINGEN MACHT LAUNE

Der „**Friedrichsfelder Spätsommerchor**“
feiert 35-jähriges Jubiläum!

KB: Kostenfrei

Tel. Anmeldung erbeten!

Dienstag, 22.09.2026

13.00 - 16.00 Uhr



VERANSTALTUNG ZUR WOCHE DER DEMENZ

Demenz vorbeugen – Demenz verstehen
Bilderausstellung, Erlebnisparkours und
Fachvortrag bieten Einblicke in die
Lebenswelt von Menschen mit Demenz und
laden zum Informieren, Erleben und
Austausch ein. Wir erfahren auch, wie man
sich geistig fit halten kann.

Die Ausstellung der Berliner
Alzheimergesellschaft mit dem Titel „Nike
verändert sich“ hängt zwischen dem
15.09.-08.10.2026 in der kommunalen
Begegnungsstätte Einbecker Str.

KB: Kostenfrei

Tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 24.09.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG zum OKTOBERFEST

Live-Musik mit der

Alex-Band

KB: 5,00 € inkl. Tasse Kaffee

Tel. Anmeldung erbeten!

Dienstag, 29.09.2026

14.00 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



INFOVERANSTALTUNG

Souverän mit Smartphone, Tablet & Co

Das Projekt **COMHARD** stellt sich vor,
informiert und berät zum Thema
Kommunikation (E-Mails, WhatsApp, SMS)

KB: Kostenfrei

Tel. Anmeldung erbeten!

Veranstaltungen im Oktober 2026

Donnerstag, 01.10.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

Mit **Marina & Michael Kaljushny**

„France en musique – Leidenschaft, Farbe und Esprit“

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Montag, 05.10.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

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

KB: kostenfrei, keine Anmeldung erforderlich

Donnerstag, 08.10.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **Gabis Mini Band**

KB: 5,00 € inkl. Tasse Kaffee

Tel. Anmeldung erbeten!

Dienstag, 13.10.2026

14.00 bis 15.00 Uhr



ZEIT FÜR GESCHICHTE

Esperanto und Berlin-Lichtenberg

Fritz Wollenberg berichtet, was die Plansprache mit Lichtenberg verbindet

KB: kostenfrei

Tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 15.10.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

Mit **Danny Buller**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck
Kartenvorverkauf!

Dienstag, 20.10.2026

14.00 bis 15.30 Uhr



QUATSCH-CAFÉ

Kennenlernen bei Kaffee & Kuchen
für alle, die einfach mal „quatschen“
möchten anstatt alleine zu sein!

KB: Eintritt frei

Tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 22.10.2026

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

Donnerstag, 29.10.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Die Wilden Witwer**

„Fräulein, pardon!“

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck
Kartenvorverkauf!

Judith-Auer-Str. 8, 10369 Berlin

Leitung: Karsten Palm

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

Fahrverbindungen: Tram M5, M6 bis Judith-Auer-Straße (nicht barrierefrei)
Tram M16, M13 bis Hohenschönhauser Str. (barrierefrei)

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag: 09.00 bis 17.00 Uhr



Sonntagscafé 14.00 bis 17.00 Uhr
(jeden 1. und 3. Sonntag im Monat)

Feststehende Termine Freizeitangebote:

Montag 09.30 - 12.00 Uhr Handarbeiten und kreatives Gestalten
10.00 - 11.30 Uhr Bingo mit Sylvia (14-tägig)
10.00 - 12.00 Uhr Sport und Fitness mit Martina (Sporthalle)
12.45 - 15.00 Uhr Spielnachmittag (Canasta, Rommé, Skat)
14.00 - 16.00 Uhr Plauder-Café (gemütlicher Austausch ist gut gegen Einsamkeit)

Dienstag 09.30 - 12.15 Uhr Club der Kreativen
10.00 - 11.00 Uhr Sport und Fitness mit Elke (Sporthalle)
13.00 - 15.30 Uhr Malgruppe Farbenkreis
16.00 - 18.00 Uhr Häkelclub „Jung & Alt“
Die Schülerinnen Sara und Jette wollen mit Euch nach der Schule häkeln.
(14-tägig)

Mittwoch
Jeden 1. 10.00 - 11.00 Uhr Treffen des Literaturkreises
12.15 - 16.00 Uhr Spielenachmittag
(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

Veranstaltungen im September 2026

Dienstag, 01.09.2026

10.00 Uhr im Café



GEMEINSAM STATT EINSAM

Rustikales Frühstücksbuffet

KB: 6,00 € inkl. 1 Tasse Kaffee/Tee

Begrenztes Platzangebot!

Tel. Voranmeldung erbeten!

Dienstag, 08.09.2026

Abfahrt: 8:20 Uhr

Judith-Auer-Str. 8



Bustagesfahrt

nach Waren an der Müritz

KB: 94,00 €

inkl. Mittagessen, Stadtbummel,

Schiffahrt mit 3-Seen- und Kanalfahrt +

Kaffee und Kuchen

Mittwoch, 09.09.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

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

Nur mit vorheriger Terminvereinbarung unter 030 - 97 10 62 51 oder im Büro!

Donnerstag, 10.09.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



TANZ CAFÉ

mit **DJ Peppi**

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Donnerstag, 17.09.2026

14.00 Uhr im Café

Einlass: 13.45 Uhr



LESUNG UND GESPRÄCH

Gabi Rimmele liest aus Ihrem Buch: "Mit Leichtigkeit zur Lebensfreude"

KB: 5,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Donnerstag, 24.09.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



LIVE - KONZERT

Uwe Jensen

mit Siggie Trzoß

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

(Tel. Voranmeldung erbeten!)

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren und uns unterstützen?

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,

Ansprechpartner: Herr Palm

Veranstaltungen im Oktober 2026

Donnerstag, 01.10.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



LIVE - KONZERT

Friedrichsfelder Spätsommer-Chor

„Mitsingen erwünscht“

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Dienstag, 06.10.2026

14.00 Uhr im Café

Einlass: 13.45 Uhr



KLASSIK - NACHMITTAG

mit **Klaus-Jürgen Böhme**

„Madama Butterfly“, tragische Oper von Giacomo Puccini

KB: 5,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Mittwoch, 07.10.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



BERATUNGSANGEBOT

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

Nur mit vorheriger Terminvereinbarung unter 030 - 97 10 62 51 oder im Büro!

Donnerstag, 22.10.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



TANZ CAFÉ

mit **DJ Jürgen Pölitz**

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Dienstag, 27.10.2026

14.00 Uhr im Café



INFO-VERANSTALTUNG

Hr. Kobs vom DRK informiert über den Hausnotruf, für ein sicheres und selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden

KB: Eintritt frei, inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Donnerstag, 29.10.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



LIVE - KONZERT

mit **Uta Carina & Andreas Gieseke**

als Duo ZWEIERLIVE mit moderner

Popschlager-Power

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Sewanstr. 235, 10319 Berlin

Leitung: Christiane Weise

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

Fahrverbindungen: U5, M17, M27 u. M37 bis Tierpark oder Bus 296 bis Mellenseestr./Sewanstr.

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag: 09.00 bis 17.00 Uhr



Sonntagscafé 14.00 bis 17.00 Uhr
(1., 2. und 3. Sonntag im Monat)

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u>	09.30 – 10.30 Uhr	Sitz-Yoga für Anfänger mit Frau Christen
Jeden 1. & 3.	15.00 – 16.00 Uhr	Gemeinsames Singen mit Frau Rott
<u>Dienstag</u>	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
<u>Mittwoch</u>		
Jeden 1. & 3.	14.00 – 16.00 Uhr	NEU! Spielenachmittag mit Petra; Brett-/Würfel-/Kartenspiele und mehr
<u>Donnerstag</u>	10.00 – 11.00 Uhr	Sitz-Yoga für Anfänger mit Frau Christen
<u>Freitag</u>	10.00 – 11.30 Uhr	NEU ab 11.09.: Bingo mit Sylvia – ein geselliger Vormittag, voller Spannung und Spaß (14-tägig)
	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 September 2026

**Jeden Montag im
September**

16.00 bis 17.00 Uhr



DIGITALE SPRECHSTUNDE

Geschulte junge Menschen beantworten Ihre Fragen zu: Smartphone, Tablet oder Internet-Anwendungen.

Einfach vorbeikommen und Hilfe erfahren.

Eine Kooperation mit Sonay soziales Leben e.V.

Mittwoch, 02.09.2026

14.00 bis 16.00 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



ZU GAST:

Ines Dalchau, ehemalige Solotänzerin der Deutschen Staatsoper Berlin. An ihrer Seite der Musiktheater- und Ballettdramaturg Jürgen Nitschmann. Er kommentiert die Filmszenen, vom Start als Zehnjährige bis zur Solistin. In Kooperation mit der Volkssolidarität.

KB: 7,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Anmeldung bis 31.08.2026.

Dienstag, 08.09.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **Michael Honza**

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf

Donnerstag, 17.09.2026

14.00 bis 16.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



INFO-VERANSTALTUNG

Den eigenen Abschied gestalten: Vorsorge treffen – Angehörige entlasten.

Bestattungsarten sowie Möglichkeiten und Wege der Vorsorge werden durch Vertreter eines Bestattungsinstituts und des Zentralfriedhofs Berlin aufgezeigt. Bringen Sie gern Ihre Fragen mit.

In Kooperation mit der Volkssolidarität.

Tel. Anmeldung bis 15.09.2026.

Dienstag, 22.09.2026

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, 29.09.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **Gabi`s Mini-Band**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf

Mittwoch, 30.09.2026

14.00 bis 16.00 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



INFO-VERANSTALTUNG

Vortrag zum Thema **Vorsorge im Alter** mit dem Juristen Wilfried Lucko und der Volkssolidarität. Ihre Fragen sind uns willkommen.

KB: 5 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Anmeldung bis 28.09.2026.

Veranstaltungen im Oktober 2026

Jeden Montag im

Oktober

16.00 bis 17.00 Uhr



DIGITALE SPRECHSTUNDE

Geschulte junge Menschen beantworten Ihre Fragen zu: Smartphone, Tablet oder Internet-Anwendungen.

Einfach vorbeikommen und Hilfe erfahren.

Eine Kooperation mit Sonay soziales Leben e.V.

Dienstag, 06.10.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **Jörg`s Musik-Mix**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf

Dienstag, 20.10.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit dem **Oranke Duo**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf

**Ihre Gruppe sucht einen Raum, den sie nutzen kann?
Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren und uns unterstützen?**

**Oder Sie wollen unsere kleine Volkslieder-Singegruppe
jeden 1. und 3. Montag im Monat verstärken?**

**Dann melden Sie sich ganz einfach bei Christiane Weise
Tel. 030/510 98 160.**



Warnitzer Str. 8, 1.OG, 13057 Berlin, Eingang an der Fußgängerpassage

Leitung: Birgit Glindemann

Tel./Fax: 030/929 02 84, NEU! E-Mail: sbst-warnitzer@vav-lichtenberg.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 bis Freitag: 09.00 – 17.00 Uhr

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u>	09.00 – 11.00 Uhr	Perlentechnik – kreative Objektgestaltung
	09.00 – 12.00 Uhr	Arbeiten mit Holz mit den „Holzwürmern“
	09.00 – 15.00 Uhr	geführte Radtour (März-Oktober) mit Jürgen
	09.30 – 12.00 Uhr	Smartphone/Tablet-Schulung mit Georg
	10.00 – 11.00 Uhr	Gymnastik mit Egon
	12.00 – 15.00 Uhr	Ölmalerei „Farbwelten“
	13.00 – 15.00 Uhr	Aquarellmalerei „Die Dienstagsmaler“
	13.30 – 17.00 Uhr	Rommé mit Wally
<u>Dienstag</u>	09.30 – 12.00 Uhr	Smartphone/Tablet-Schulung mit Georg
	10.00 – 11.00 Uhr	Singegruppe „Spätlese“ mit Anne
	11.30 – 12.30 Uhr	Gedächtnistraining
	12.45 – 14.30 Uhr	Spielegruppe „Ruck Zuck“
	13.00 – 15.00 Uhr	Die fleißigen Stricklieseln stricken
Jeden 3.	14.00 Uhr	Bowling mit Egon
	18.00 – 20.00 Uhr	Line Dance Beginner mit Marlies (mit guten Vorkenntnissen)

<u>Mittwoch</u>	09.30 - 11.30 Uhr	Frauenfrühstücksrunde
Jeden 2. & 4.	09.30 - 11.30 Uhr	Kreatives Gestalten
	09.30 - 12.00 Uhr	Smartphone/Tablet-Schulung mit Georg
	12.15 - 13.15 Uhr	Tai Chi-Kurs für Senior:innen
	13.00 - 15.00 Uhr	Tillys - Kreativnähen
	13.30 - 17.00 Uhr	Rommé mit Wally
	14.00 - 16.30 Uhr	Spielegruppe „Solo“
	14.30 - 16.00 Uhr	Englisch mit Brigitte
	16.00 - 17.30 Uhr	Smartphone-Sprechstunde mit jugendlichen Digitallots:innen in Kooperation mit Sonay soziales Leben e.V.
	18.00 - 20.00 Uhr	Line Dance Anfänger (mit Vorkenntnissen) mit Marlies
<u>Donnerstag</u>	09.00 - 12.00 Uhr	Arbeiten mit Holz mit den „Holzwürmern“
	09.00 - 15.00 Uhr	geführte Radtour (März-Oktober) mit Jürgen
Jeden 1. & 3.	09.30 - 11.30 Uhr	Encaustic - Malen mit heißem Wachs
	13.00 - 14.30 Uhr	Computerkurs mit Matthias
	13.00 - 17.00 Uhr	Treffen der Skatfreunde
Jeden 3.	14.00 - 16.00 Uhr	Tablet-/Smartphone Sprechstunde mit Büro 55+
<u>Freitag</u>	10.00 - 11.00 Uhr	Gymnastik
Jeden 4.	11.00 - 14.00 Uhr	Gesprächskreis „Miteinander-Füreinander“
	13.00 - 14.00 Uhr	Gymnastik „Hohenschönhausener Hasen“
	16.00 - 18.00 Uhr	Hohenschönhausener Bürgerbühne

Veranstaltungen im September 2026

Mittwoch, 02.09.2026

16.00 bis 17.30 Uhr



DIGITAL-SPRECHSTUNDE

Zeit für Fragen zu Smartphone, Tablet und Internet

In Kooperation mit Sonay soziales Leben e.V.

Donnerstag, 03.09.2026

10.00 bis 11.30 Uhr



INFOVERANSTALTUNG

zur E-Patientenakte. Kurze Einführung zum Thema und Zeit für Fragen

Teilnehmeranzahl: 20

KB: kostenfrei, Getränke bitte selbst zahlen

Donnerstag, 10.09.2026

12.00 bis 13.00 Uhr



FUTTERN WIE BEI MUTTERN

Mittagstisch frisch und lecker

Teilnehmeranzahl: 15-20 Personen

KB: 6,00 €

Sonntag, 13.09.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



SPIELENACHMITTAG

mit **Petra**

Brettspiele, Scrabble und mehr in geselliger Runde

Teilnehmeranzahl: 15 Personen

KB: kostenfrei, Getränke bitte selbst zahlen

Mittwoch, 16.09.2026

09.30 bis 19.00 Uhr



TAGESBUSFAHRT

in den Niederer Fläming mit Aufenthalt im
Museumsdorf Baruther Glashütte

Details bitte in der BST erfragen

Mittwoch, 16.09.2026

16.00 bis 17.30 Uhr



DIGITAL-SPRECHSTUNDE

Zeit für Fragen zu Smartphone, Tablet und
Internet

In Kooperation mit Sonay soziales Leben
e.V.

Donnerstag, 17.09.2026

14.00 bis 17.00 Uhr



TANZ IN DEN HERBST

mit der Alex Band

Teilnehmeranzahl: 26 Personen
KB: 8,00 €

Donnerstag, 24.09.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



FRÜHSTÜCKSBUFFET

mit Heike

Teilnehmeranzahl: 26 Personen
KB: 6,00 € inkl. 1 Glas Sekt

Sonntag, 27.09.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



SONNTAGSCAFÉ

mit netten Leuten in gemütlicher Runde und
exklusiv „Frau Holle“ in Kurzform - live
präsentiert von der „Hohenschönhausener
Bürgerbühne“ (**um 15 Uhr**)

Teilnehmeranzahl: 20 Personen

KB: 4,00 € inkl. kleines Kaffeegedeck

Dienstag 29.09.2026

15.00 bis 16.30 Uhr



KIEZ- UND NATURSPAZIERGANG

mit anschließender Kaffeerrunde

Weitere Infos bitte in der BST erfragen

Treffpunkt: Eingang der Begegnungsstätte
Warnitzer Bogen 8

Veranstaltungen im Oktober 2026

Donnerstag, 01.10.2026

14.00 bis 15.00 Uhr



MUSIKALISCHE LESUNG

Astrid Reimann liest aus „Der halbe Mann“, begleitet von Udo Glaser

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 4,00 € inkl. kl. Kaffeegedeck

Mittwoch, 07.10.2026

16.00 bis 17.30 Uhr



DIGITAL-SPRECHSTUNDE

Zeit für Fragen zu Smartphone, Tablet und Internet

In Kooperation mit Sonay soziales Leben e.V.

Donnerstag, 08.10.2026

12.00 bis 13.00 Uhr



FUTTERN WIE BEI MUTTERN

Mittagstisch frisch und lecker

Teilnehmeranzahl: 15-20 Personen

KB: 6,00 €

Sonntag, 11.10.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



SPIELENACHMITTAG

mit **Petra**

Brettspiele, Scrabble und mehr in geselliger Runde

Teilnehmeranzahl: 15 Personen

KB: kostenfrei, Getränke bitte selbst zahlen

Donnerstag, 15.10.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

TANZ

Mit **Reni & Chris (DUO CANTANO)**



Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 8,00 €

Mittwoch, 21.10.2026

16.00 bis 17.30 Uhr

DIGITAL-SPRECHSTUNDE

Zeit für Fragen zu Smartphone, Tablet und Internet

In Kooperation mit Sonay soziales Leben e.V.



Donnerstag, 22.10.2026

10.00 bis 12.00 Uhr

FRÜHSTÜCKSBUFFET

mit Heike



Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 6,00 € inkl. 1 Glas Sekt

Sonntag, 25.10.2026

14.00 bis 16.00 Uhr

SONNTAGSCAFÉ

mit netten Leuten in gemütlicher Runde und einer Märchenerzählung



Teilnehmeranzahl: 20 Personen

KB: 4,00 € inkl. kleines Kaffeegedeck

Dienstag 27.10.2026

15.00 bis 16.30 Uhr

KIEZ- UND NATURSPAZIERGANG

mit anschließender Kaffeerunde



Treffpunkt: Eingang der Begegnungsstätte Warnitzer Bogen 8

Ribnitzer Str. 1 b, 13051 Berlin

Leitung: Silke 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 bis Freitag 09.00 - 17.00 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	Spielesachmittag Skat
	13.00 - 17.00 Uhr	Spielesachmittag 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)
Jeden 1.-3.	13.00 - 15.30 Uhr	Spielenachmittag mit Wiebke und Axel
Jeden 1.-3.	18.00 - 20.00 Uhr	NEU! Wir lernen spanisch mit Hans Herbert (Lernen anhand der Mythen der alten Maya-Zivilisation mithilfe von Symbolen und Bildern)
<u>Donnerstag</u>	10.00 - 13.00 Uhr	Digitale Bildbearbeitung (14-tägig)
	13.00 - 16.00 Uhr	Kreativ und Basteln
	14.00 - 17.00 Uhr	Schach
Jeden 1.	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

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

Veranstaltungen im September 2026

**Jeden Freitag im
September**
11.30 Uhr



GEMEINSAMES MITTAGESSEN

„angerichtet und aufgetischt“.

Genießen Sie die Mahlzeit in netter Gesellschaft.

Ehrenamtliche kochen frisch.

KB: ab 6,00 €, nur mit Anmeldung.

Beachten Sie unsere aktuellen Aushänge mit dem Speiseangebot und Preisen.

Dienstag, 01.09.2026
15.00 Uhr



MUSIKALISCHER NACHMITTAG

Genießen Sie

einen heiteren Nachmittag mit Musik, Gesang und guter Laune! Freuen Sie sich auf schöne Melodien, gemeinsames Singen und im Anschluss nette Gespräche in geselliger Runde.

KB: nach Verzehr, um Voranmeldung wird gebeten.

Dienstag, 15.09.2026
15.00 Uhr



BLAUE STUNDE

Die besondere Lesung!

Der bekannte Sänger, Schauspieler, Pianist Christian Steyer liest als Autor aus seinem Hörbuch „Am Anfang war der Baum – Legenden aus Amazonien“.

Karten im Vorverkauf;

KB: 5,00 € inkl. 1 Tasse Tee/ Kaffee und Gebäck.

Mittwoch, 16.09.2026

09.30 bis 19.00 Uhr

Abfahrt

Bushaltestelle

Falkenberger Chaussee

HERBST-TAGESBUSFAHRT

nach Niederer Fläming mit „Museumsdorf Baruther Glashütte“ – Beachten Sie bitte unsere Werbeaushänge.
Begrenzte Anzahl.



Samstag, 19.09.2026

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 tel. Anmeldung: 030/929 71 68

Donnerstag, 24.09.2026

16.00 Uhr



MÄRCHEN-VORLESE-NACHMITTAG

„für kleine und große Kinder – junge und alte Zuhörer“.
Entdecken Sie die Märchenwelt und die Lust am Lesen und Zuhören.
KB: kostenfrei;
um Voranmeldung wird gebeten.
Beachten Sie unsere aktuellen Aushänge.

**Hinweis: Das Nachbarschaftshaus ist am Freitag den 18.09.2026 geschlossen: Die Arbeit der Mitarbeiter:innen des Vereins für aktive Vielfalt e. V. wird an diesem Tag gewürdigt.
Wir bedanken uns für Ihr Verständnis.**

Veranstaltungen im Oktober 2026

Jeden Freitag im Oktober

11.30 Uhr

GEMEINSAMES MITTAGESSEN

„angerichtet und aufgetischt“.

Genießen Sie die Mahlzeit in netter Gesellschaft.

Ehrenamtliche kochen frisch.

KB: ab 6,00 €, nur mit Anmeldung.

Beachten Sie unsere aktuellen Aushänge mit dem Speiseangebot und Preisen.



Donnerstag, 01.10.2026

14.45 Uhr bis 16.15 Uhr

"Generationen bewegt"

Unter diesem Motto des Bezirksamts

Lichtenberg laden wir in der Kommunalen Begegnungsstätte zum Yoga mit Tanja ein.

Nur mit Voranmeldung, Anzahl der Plätze begrenzt.



Dienstag, 06.10.2026

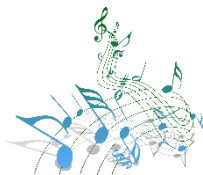
15.00 Uhr

MUSIKALISCHER NACHMITTAG

Genießen Sie

einen heiteren Nachmittag mit Musik, Gesang und guter Laune! Freuen Sie sich auf schöne Melodien, gemeinsames Singen und im Anschluss nette Gespräche in geselliger Runde.

KB: nach Verzehr, um Voranmeldung wird gebeten.



Freitag, 09.10.2026

15.00 Uhr



TANZ Ü55

mit der Alex-Band

unter dem Motto: „Der Herbst ist da“
wird sich auf der Tanzfläche ausgetobt zu
Schlagern und Liedern von den 50ern bis
heute.

KB: 10,00 € inkl. kl. Kaffeegedeck.

Karten nur im Vorverkauf bis 07.10.2026

Samstag, 17.10.2026

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 tel.
Anmeldung: 030/929 71 68

Donnerstag, 22.10.2026

16.00 Uhr



MÄRCHEN-VORLESE-NACHMITTAG

„für kleine und große Kinder — junge und
alte Zuhörer“.

Entdecken Sie die Märchenwelt und die
Lust am Lesen und Zuhören.

KB: kostenfrei;

um Voranmeldung wird gebeten.

Beachten Sie unsere aktuellen Aushänge.

Kommunale Begegnungsstätte Rusche 43



(in Kooperation mit Kiezspinne FAS e.V.)

Ruschestr. 43, 10367 Berlin

Leitung: Till Buchwald

Tel.: 030/559 23 81, E-Mail: till.buchwald@kiezspinne.de

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

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag: 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)
	13.00 Uhr	Nähkurs
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>	09.00 Uhr	Taiji
	10.30 Uhr	Line Dance
Jeden 3.	15.00 Uhr	Edgarkartensammler (nach Absprache)
	19.00 Uhr	Chorprobe von Pretty Noise
<u>Mittwoch</u>	10.00 Uhr	Seniorengymnastik
	11.00 Uhr	Deutschkurs

<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>	17.00 Uhr	Treffen der IDO-Sprachgruppe
	17.00 Uhr	Druckangebot (in Kooperation mit dem Graphik Collegium Berlin e.V.)
<u>Sonntag</u>		
Jeden 1.u.3.	13.00 Uhr	Singen & Tanzen nach deutschen & vietnamesischen Liedern

Veranstaltungen im September 2026

Donnertsag, 03.09.2026

14.00 Uhr



BILDVORTRAG

von **Peter Hasler** "Wanderung durch die Eifel"

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Mittwoch, 09.09.2026

15.00 Uhr



LESUNG

mit dem Thema "Über Wolken" (Goethe trifft C. D. Friedrich, eine unterhaltende Reise im Takt der Zeit durch Wort, Bild, Melodie und Gespräch)

KB: kostenfrei

Donnertsag, 10.09.2026

14.00 Uhr



REISEVORTRAG

mit **Charly Kittel & Sohn** "Mongolei - abseits des Tourismus mit unberührter Natur, Teil 1"

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Freitag, 11.09.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



TANZTEE

mit **DJ Tommy**

Um eine Voranmeldung wird gebeten.

KB: kostenfrei

Mittwoch, 16.09.2026

14.30 Uhr



LICHTENBEGRER OPERETTENKREIS

Vortragender: **Klaus-Jürgen Böhme**

„Gräfin Mariza“, Operette von Emmerich Kálmán

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 5,00 €

Mittwoch, 23.09.2026

15.00 Uhr



MUSIKSTUNDE FILMMUSIK

Tauchen Sie mit Frau **Lea Beckmann** ein in die berausgende Welt der Filmmusik.

Hören Sie Hedwigs Thema aus "Harry Potter" oder Zithermusik vom "Dritten Mann" und viele andere weltberühmte Melodien. Sie werden begeistert sein.

Versprochen.

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Donnertsag, 24.09.2026

15.00 Uhr



PORTRAIT

Manfred Krug - eine Legende

Diesen Mann kennt jeder - beliebter Schauspieler der DDR und mit seiner sanften Stimme auch ein

außergewöhnlicher Sänger. Frau **Lea Beckmann** wird über diesen streitbaren Künstler sprechen und seine schönsten Lieder erklingen lassen. Es wird natürlich auch über seine Filme und sein Buch gesprochen.

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Mittwoch, 30.09.2026

14.00 Uhr



BILDVORTRAG

von **Peter Hasler** "Auf dem

Heidschnuckenweg durch die Lüneburger Heide"

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030/5592381

KB: 4,00 €

Veranstaltungen im Oktober 2026

Mittwoch, 07.10.2026

14.00 Uhr



BILDVORTRAG

von **Peter Hasler**

"Jakobsweg Teil 1"

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Donnerstag, 08.10.2026

15.00 Uhr



DICHTERSTUNDE

"Bunt sind schon die Wälder, gelb die
Stoppelfelder und der Herbst beginnt".
Genießen Sie mit Frau **Lea Beckman** den
goldenen Oktober mit den schönsten
deutschen Herbstgedichten.

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Dienstag, 13.10.2026

14.00 Uhr



BILDVORTRAG

von **Peter Hasler**

"Jakobsweg Teil 2"

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Dienstag, 20.10.2026

15.00 Uhr



INFOVERANSTALTUNG

von der **Deutschen Rheuma-Liga** inklusive
Bewegungsangebot mit Julie

Tel. Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: kostenfrei

Mittwoch, 21.10.2026

14.30 Uhr



LICHTENBEGRER OPERETTENKREIS

Vortragender: **Klaus-Jürgen Böhme**

„Carmen“, Carlos Sauras Flamenco

Choreographie (1983) der gleichnamigen

Oper von Georges Bizet

Tel. Voranmeldung erbeten unter

030 5592381

KB: 5,00 €

Donnertsag, 22.10.2026

14.00 Uhr



REISEVORTRAG

mit **Charly Kittel & Sohn** „Mongolei -

abseits des Tourismus mit unberührter

Natur, Teil 2”

Tel. Voranmeldung erbeten unter

030/5592381

KB: 4,00 €

Donnertsag, 29.10.2026

14.00 Uhr



REISEBERICHT

Leuchtender Herbst in Amerika - Indian

Summer im Nordosten der USA

Hören Sie von den Quäkern und

bedeutenden Universitäten, schreiten Sie

mit Frau Beckmann über einen Bürgersteig

aus Marmor und bewundern Sie die weißen

Holzkirchen mit ihren schlanken Türmen vor

einer begeisternden Farbenpracht des

Herbstlaubs. Der Vortrag ist politikfrei.

Tel. Voranmeldung erbeten unter

030/5592381

KB: 4,00 €

Hönow Str. 30a, 10318 Berlin

Leitung: Dagmar 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
Bus 396 bis Hentigstr.

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag 09.00 - 17.00 Uhr
Freitag nach Vereinbarung

Feststehende Termine Freizeitangebote:

Jeden 1.	<u>Montag</u>	09.00 - 10.00 Uhr	Rückenfit mit Sylvi
		09.15 - 11.45 Uhr	Englisch VHS, Dozent Hr. Laurence
		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
Jeden 1. u. 3.	<u>Dienstag</u>	09.30 - 10.30 Uhr	Yoga-Kurs 1
		10.45 - 11.45 Uhr	Yoga-Kurs 2
		11.00 - 12.30 Uhr	Kultur- und Literaturfreunde (14-tägig)
		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
		15.00 - 17.00 Uhr ab 17.00 Uhr	Acryl- und Aquarellmalerei Schach für Kinder

<u>Dienstag</u>	ab 18.00 Uhr 18.00 – 20.00 Uhr	Schach - SG Eckturm Bürgerinitiative Ilse-Kiez
<u>Mittwoch</u>	09.30 – 12.00 Uhr 09.30 – 12.00 Uhr	Englisch VHS, mit Dozent Herr Badel Englisch VHS
Jeden 2.	13.00 – 14.00 Uhr 14.00 – 17.00 Uhr	Beratung Seniorenvertretung – Fr. Seliger Veranstaltungen laut Programm
<u>Donnerstag</u>	09.30 – 13.00 Uhr 10.00 – 11.00 Uhr 11.00 – 12.00 Uhr 13.30 – 14.30 Uhr 15.00 – 17.00 Uhr	Kabarettprobe „Die Weisetreter“ Tai-Chi Kurs für Fortgeschrittene Leitung Herr Teichert Tai-Chi Kurs für Anfänger Leitung Herr Teichert Line Dance mit Frau Preylowski (Kurs VHS) Probe Chorgemeinschaft „Bella Musica“
<u>Freitag</u>	09.30 – 10.30 Uhr 09.30 – 12.00 Uhr	„Fit ins Wochenende“, Kurs mit Sylvi Englisch VHS, mit Doz. Herr Badel

Veranstaltungen im September 2026

Mittwoch, 02.09.2026

14.00 Uhr



TANZ

Mathias Srp spielt auf zum Tanz

KB: 8,50 € inkl. Kaffeegedeck

Mittwoch, 09.09.2026



BUSTAGESFAHRT

zum Panorama-Restaurant Carlsburg,
nach Neuhardenberg und Buckow

p. P. 62,00 €

Montag, 21.09.2026



FAHRRAD-TOUR

Die Fahrradgruppe auf dem Mauerradweg
unterwegs

Interessenten bitte in der BST melden!

Mittwoch, 23.09.2026

14.00 Uhr



„Das reife Theater“

zeigt die Realität

- frei interpretiert und hochaktuell

KB: 6,50 € inkl. Kaffeegedeck

Mittwoch, 30.09.2026

14.00 Uhr



KAFFEEKLATSCH

mit **Rosi & Moni** und Lichtbildervortrag -

Reise durch Mexiko und Florida

KB: 3,50 € inkl. Kaffeegedeck

Veranstaltungen im Oktober 2026

Dienstag, 06.10.2026

ab 14.00 Uhr



„LICHTENBERG IN BEWEGUNG“

im Minipark Karlshorst West

mit Live-Musik, Schach, Line Dance u.v.m.

Mittwoch, 07.10.2026

14.00 Uhr



„LICHTENBERG IN BEWEGUNG“

geführter Karlshorster Spaziergang zum

Seepark mit Lunchpaket

KB: 4,50 €

Mittwoch, 14.10.2026

14.00 Uhr



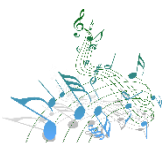
„WIR SCHWOFEN“

mit **Micha Honza**

KB: 6,50 € inkl. Kaffeegedeck

Mittwoch, 21.10.2026

14.00 Uhr



„Sie hat noch einen Koffer in Berlin“

Velia Krause mit ihrem

Hildegard Knef – Programm

KB: 8,50 € inkl. Kaffeedeck

Mittwoch, 28.10.2026

14.00 Uhr



„WIR SCHWOFEN“

mit **Olli**

KB: 6,50 € inkl. Kaffeegedeck

Termin unter Vorbehalt!



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

Senior:innen eine Freude machen
im Gratulationsdienst

**Du bringst
die Blumen,
wir den
Anlass.**

Jetzt
flexibel
engagieren



Dein Ehrenamt in Lichtenberg

Kontakt und mehr Informationen
zum Ehrenamt für Seniorinnen
und Senioren in Lichtenberg.

Tel.: 030 90296 8678

Foto-Quelle: freepik

Bezirksamt
Lichtenberg

BERLIN



htw

Hochschule für Technik
und Wirtschaft Berlin

University of Applied Sciences



SIE HABEN DIE WAHL!

Wahlen zu den bezirklichen
Seniorenvertretungen 2027

BERLIN



Mitreden. Mitgestalten. Mitentscheiden.

Vom 05. bis 12. März 2027 finden berlinweit die Wahlen zu den bezirklichen Seniorenvertretungen statt. Wahlberechtigt sind alle Menschen:

- ab 60 Jahren,
- mit Hauptwohnsitz in Berlin (für die Wahl in Lichtenberg: Hauptwohnsitz im Bezirk),
- unabhängig von der Staatsangehörigkeit.

Warum wählen?

Die Seniorenvertretung setzt sich ehrenamtlich und unabhängig für die Interessen älterer Menschen in Lichtenberg ein – z. B. zu den Themen Wohnen, Gesundheit, Mobilität, Barrierefreiheit und gesellschaftliche Teilhabe. Ihre Stimme zählt!

Jetzt kandidieren!

Sie möchten sich engagieren oder eine geeignete Person vorschlagen?
Vorschläge sind vom 04. September bis zum 02. Oktober 2026 möglich.

Bei Interesse melden Sie sich:

Bezirksamt Lichtenberg von Berlin

Amt für Soziales

Katharina Lotz

Alt-Friedrichsfelde 60

10315 Berlin

per Telefon unter: 030/90296 8332

per E-Mail an Katharina.Lotz@lichtenberg.berlin.de

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
- 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 Nord	Tel. 030 90296-8663
Frau Thom für	
Hohenschönhausen Süd/Lichtenberg Nord	Tel. 030 90296-8671
Frau Zuther für Fennpfuhl/Friedrichsfelde Nord	Tel. 030 90296-8668
Frau Dahlke für Lichtenberg Mitte/Süd	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 eine Außensprechstunde in der Begegnungsstätte Einbecker Straße an. Die genauen Termine können Sie dem Veranstaltungsheft entnehmen.

Rückblick auf den

16. Lichtenberger Mitmach-Sommer

Am 1. Juli 2026 war es endlich wieder so weit: Der mittlerweile schon legendäre Mitmach-Sommer, der in diesem Jahr wieder in der Einbecker Straße stattfand und durch das Amt für Soziales organisiert wurde.

Eröffnet wurde der Tag durch die Bezirksstadträtin Frau Dr. Gocksch, Kai-Uwe Heymann (Leiter des Amtes für Soziales) und Conny Karl (Fachbereichsleitung des Fachbereiches 2).

Für gute Stimmung sorgten Musiker Mark Rudolf mit einer emotionalen Hommage an Hildegard Knef, Bingo-Spaß für alle gab es mit Karsten Palm, dem Leiter der Begegnungsstätte in der Judith-Auer-Straße, Live-Musik vom Duo Reni und Chris, die zum Mitsingen und Tanzen einluden. Die einzelnen Mitmach-Stationen wurden mit viel Freude genutzt und für das leibliche Wohl war bestens gesorgt.

Ein großes Dankeschön für die Unterstützung an unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen. Mit Ihrer Hilfe war es ein rundum gelungener Tag für alle Beteiligten.

Das Organisations-Team hatte ebenso eine Menge Spaß und freut sich schon auf den kommenden Mitmach-Sommer!



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@rbo-inmitten.berlin

🌐 buero55plus-lichtenberg.de

📷 Instagram: @buero55plus

September 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				

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Oktober 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	

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Impressum

Herausgeber

Bezirksamt Lichtenberg von Berlin
Geschäftsbereich Soziales, Arbeit, Gesundheit und
Bürgerdienste
Amt für Soziales, Fachbereich 2
Altenhilfekoordination
Frau Lotz
E-Mail: katharina.lotz@lichtenberg.berlin.de
Tel.: 030 90296 8332

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

Bildnachweise:

Titelbild: Pixabay: ©Frauke Riether, ©Anette Meyer ©Pexels,
Fotolia©strixcode
Seite 44 Mitmach-Sommer: ©Franziska Ifflaender
Logos: ©Berliner Hausbesuche, ©Malteser; ©BA Lichtenberg
Programm-Icons: Pixabay: ©Stefan Schweihöfer, ©OpenClipart-
Vectors, ©ruhbastard, ©Clker-Free-Vector-Images, ©Aqib Azad
©OTH Amberg-Weiden, ©Darkmoon Art, ©Dee, ©Samuel Jiménez