



Bezirksamt
Lichtenberg

BERLIN



Veranstaltungsangebote

der kommunalen Begegnungsstätten im
Bezirk Lichtenberg

März/ April 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
	16.00 - 19.00 Uhr	NEU: Miniaturen-Klub mit Florian
	18.30 - 20.30 Uhr	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	Gesprächsrunde der VS mit Frau Linke
	15.00 - 16.00 Uhr	Ernährungsberatung (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
	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	Line Dance für Fortgeschrittene
18.15 - 19.00 Uhr	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
11.15 - 12.30 Uhr **NEU: Gehirnjogging mit Petra**

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

Veranstaltungen im März 2026

Donnerstag, 05.03.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZ ZUM FRAUENTAG

Live-Musik mit **Joe Morris**

KB: 5 € inkl. Tasse Kaffee

Tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 12.03.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Hartmut & Mandy: „Zille lebt!“**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Dienstag, 17.03.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Graziano Facchini**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Montag, 23.03.2026

14.00 bis 15.00 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



SINGEN MACHT LAUNE!

mit dem Chor „Friedrichsfelder

Spätsommer“ unter der Leitung von Stefan Graser

Für alle, die Freude am Singen haben.

Eintritt frei, tel. Anmeldung erbeten!

Dienstag, 24.03.2026

14.00 bis 15.00 Uhr

Einlass: 13.30 Uhr



ZEIT FÜR GESCHICHTE

Archiv- und Sammlungsleiter DR. DIRK

MOLDT stellt das MUSEUM LICHTENBERG vor

Eintritt frei, tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 26.03.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Dorit Gäbler: Ein bisschen Sex muss sein**

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck
Kartenvorverkauf!

Dienstag, 31.03.2026

14.00 bis 15.30 Uhr



NEU: QUATSCH-CAFÉ

Kennenlernen bei Kaffee und Kuchen
Eintritt frei, tel. Anmeldung erbeten!

Veranstaltungen im April 2026

Donnerstag, 02.04.2026

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, 07.04.2026

14.00 bis 15.00 Uhr



BUCHTAUSCHBÖRSE

Für Leseratten!

Bringen Sie Bücher mit und tauschen Sie (sich aus)!

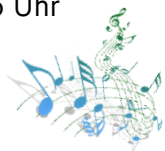
Es gibt Kaffee und Kuchen

Eintritt frei, tel. Anmeldung erbeten!

Donnerstag, 09.04.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Dagmar Gelbke + Wolfgang Flieder:**

BIG HELGA SHOW Teil 2

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Kartenvorverkauf!

Dienstag, 14.04.2026

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, 16.04.2026

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!

Donnerstag, 23.04.2026

14.30 bis 15.30 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



EINE RUNDE STUNDE

mit **Uwe Jensen**

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

Feststehende Termine Freizeitangebote:

Montag	09.30 - 12.00 Uhr	Handarbeiten und kreatives Gestalten
	10.00 - 11.30 Uhr	NEU: Bingo mit Sylvia
	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	Plaudercafé - Plaudern 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
Mittwoch		
Jeden 1.	10.00 - 11.00 Uhr	NEU: Treffen des Literaturkreises
	12.15 - 16.00 Uhr	Spielnachmittag (Skat, Rommé, Schach u.a.)
	17.00 - 18.30 Uhr	NEU: Yoga mit Johanna

<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 März 2026

Dienstag, 03.03.2026

14.00 Uhr im Café

Einlass: 13.45 Uhr



KLASSIK - NACHMITTAG

mit **Klaus-Jürgen Böhme**

„L’elisir d’amore“ („Der Liebestrank“),

Opera buffa von Gaetano Donizetti

KB: 5,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Donnerstag, 05.03.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



TANZNACHMITTAG

mit **DJ Ollis kleiner Nachtmusik**

KB: 08,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Mittwoch, 11.03.2026

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, 12.03.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



FRAUENMÄRZ

Kulturprogramm mit Künstlern und der Volkssolidarität

KB: 5,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Donnerstag, 26.03.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



SCHLAGERSTUNDE MIT SIGGI

Zu Gast: Dagmar Frederic

KB: 10,00 €

Tel. Voranmeldung erbeten!

Veranstaltungen im April 2026

Dienstag, 07.04.2026

14.00 Uhr im Café

Einlass: 13.45 Uhr



KLASSIK - NACHMITTAG

mit **Klaus-Jürgen Böhme**

„Aida“ - Oper in vier Akten von Giuseppe Verdi (1871)

KB: 5,00 € inkl. Kaffeegedeck

Tel. Voranmeldung erbeten!

Mittwoch, 08.04.2026

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, 09.04.2026

14.00 Uhr im Saal

Einlass: 13.45 Uhr



TANZNACHMITTAG

mit **Joe Morris** - Live Musik zum Tanzen

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

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

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

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 März 2026

Dienstag, 03.03.2026

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

Dienstag, 17.03.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr

TANZ IN DEN FRÜHLING

Live-Musik mit **ROMANTICA**

(Fanny & Milcho)

KB: 10,00 € inkl. Kaffeegedeck

Karten im Vorverkauf



Dienstag, 31.03.2026

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

Veranstaltungen im April 2026

Dienstag, 14.04.2026

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, 16.04.2026

14.00 bis 16.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



VORTRAG & VORFÜHRUNG

zum Thema Hausnotruf „Notfallknopf“

in Kooperation mit der Volkssolidarität

Tel. Voranmeldung bis 13.4.2026

unter 030/510 98 160

Dienstag, 28.04.2026

14.00 bis 17.00 Uhr

Einlass: 13.15 Uhr



TANZNACHMITTAG

Live-Musik mit **Joe Morris**

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?**

Dann melden Sie sich ganz einfach bei Frau Weise

Tel. 030/510 98 160.



(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 Dienstagsmaler“
	13.30 Uhr	Rommé mit Wally
<u>Dienstag</u>	09.30 Uhr	Smartphone/Tablet-Schulung mit Georg
	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 mit Georg
	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 März 2026

Mittwoch, 04.03.2026

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.

Donnerstag, 05.03.2026

14.00 bis 17.00 Uhr



TANZ IN DEN MÄRZ

mit **Michael Honza**

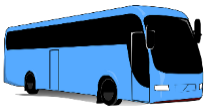
Viel Spaß beim Wunschkonzert!

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

Mittwoch, 11.03.2026

08.30 bis 19.30 Uhr



TAGESBUSFAHRT

nach Schwerin

Weitere Informationen bitte in der BST erfragen

Sonntag, 15.03.2026

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, 19.03.2026

12.00 bis 13.00 Uhr



FUTTERN WIE BEI MUTTERN

Mittagstisch frisch und lecker

Teilnehmeranzahl: 15-20 Personen

KB: 6,00 €

Sonntag, 22.03.2026

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

Donnerstag, 26.03.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



FRÜHSTÜCKSBUFFET mit Heike

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 6,00 € inkl. 1 Glas Sekt

Freitag 27.03.2026

14.30 bis 16.30 Uhr



KIEZ- UND NATURSPAZIERGANG

mit Naturbegleiterin Vivien mit

anschließender Kaffeerunde

Treffpunkt: Eingang der Begegnungsstätte

Warnitzer Bogen 8

Veranstaltungen im April 2026

Mittwoch, 01.04.2026

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.

Donnerstag, 09.04.2026

10.00 bis 13.00 Uhr



HAUSFLOHMARKT

„Stehrümchen“

Nützliches und Schönes kann getauscht, verschenkt, verkauft werden

Sonntag, 12.04.2026

14.00 bis 16.00 Uhr



SPIELENACHMITTAG

Brettspiele, Scrabble und mehr mit **Petra**

Teilnehmeranzahl: 15 Personen

KB: kostenfrei, Getränke bitte selbst zahlen

Donnerstag, 16.04.2026

12.00 bis 13.00 Uhr



FUTTERN WIE BEI MUTTERN

Mittagstisch frisch und lecker

Teilnehmeranzahl: 15-20 Personen

KB: 6,00 €

Sonntag, 19.04.2026

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

Donnerstag, 23.04.2026

10.00 bis 12.00 Uhr



FRÜHSTÜCKSBUFFET

mit Heike

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 6,00 € inkl. 1 Glas Sekt

Freitag 24.04.2026

14.30 bis 16.30 Uhr



KIEZ- UND NATURSPAZIERGANG

mit Naturbegleiterin Vivien mit anschließender Kaffeerrunde

Treffpunkt: Eingang der Begegnungsstätte Warnitzer Bogen 8

Donnerstag, 30.04.2026

14.00 bis 17.00 Uhr



TANZ IN DEN MAI

mit der **Alex-Band**

Teilnehmeranzahl: 26 Personen

KB: 8,00 € inkl. Kaffeegedeck

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>	10.00 - 13.00 Uhr	Digitale Bildbearbeitung (14-tägig)
	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

Veranstaltungen im März 2026

Jeden Freitag im März

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, 03.03.2026

15.00 Uhr



EIN 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, 10.03.2026

14.00 Uhr



BUNTER FRAUENTAGS-NACHMITTAG

mit dem „Oranke-Duo“ – bei Kaffee und Kuchen hören Sie flotte Rhythmen – sowie Lieder zum Mitsingen, Schunkeln und Tanzen.

KB: 6,00 €, inkl. Kaffeegedeck

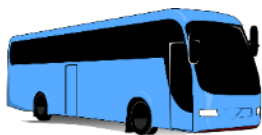
Gemeinschaftsveranstaltung mit der Volkssolidarität

Karten nur im Vorverkauf bis 06.03.2026

Hinweis: auch Männer dürfen mitfeiern

Mittwoch, 11.03.2026

Abfahrt 8.30 Uhr



FRAUENTAGS-BUSFAHRT

Genießen Sie einen besonderen Ausflug voller Freude, vieler Eindrücke und netter Gesellschaft.

Weitere Infos in der Begegnungsstätte.
Begrenzte Teilnehmeranzahl.

Samstag, 14.03.2026

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, 19.03.2026

10.00 Uhr



FRÜHSTÜCKEN

in geselliger Runde - Ein Morgen voller Genuss, Gespräche und Gemeinschaft.
Kosten nach Verzehr.

Nur mit vorheriger Anmeldung und Bestellung.

Donnerstag, 26.03.2026

16.00 Uhr



MÄRCHEN-VORLESE-NACHMITTAG

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

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

KB: kostenfrei;

um Voranmeldung wird gebeten.

Beachten Sie unsere aktuellen Aushänge.

Freitag, 27.03.2026

15.00 Uhr



TANZ Ü55

mit der **Alex Band** unter dem Motto: „Mit Schwung in den Frühling“ 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 24.03.2026

Veranstaltungen im April 2026

Jeden Freitag im April

11.30 Uhr



GEMEINSAMES MITTAGESSEN

„angerichtet und aufgetischt“.

Genießen Sie die Mahlzeit in netter Gesellschaft.

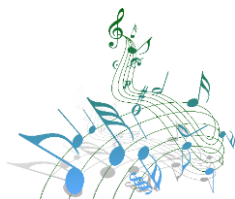
Ehrenamtliche kochen frisch.

KB: ab 6,00 €, nur mit Anmeldung.

Beachten Sie unsere aktuellen Aushänge mit dem Speiseangebot und Preisen.

Dienstag, 07.04.2026

15.00 Uhr



EIN 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.

Donnerstag, 09.04.2026

15.00 Uhr



BLAUE STUNDE

die besondere Lesung mit **Elfi Sinn**.

Sie liest die Geschichte mit dem Titel "Ein Löffelchen Gift?". Anschließend singt der Seniorinnen-Chor „Die Herbstzeitlosen“ bekannte und beliebte alte Schlager und Küchenlieder aus dem kriminellen Bereich.
KB: 3,00 €, Karten nur im Vorverkauf.

Samstag, 18.04.2026

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, 23.04.2026

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 - 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)
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	Taiji
	10.30 Uhr	Line-Dance
jeden 3.	15.00 Uhr	Edgarkartensammler
	19.00 Uhr	Chorprobe von Pretty Noise
<u>Mittwoch</u>	10.00 Uhr	Senioren-gymnastik
	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
	17.00 Uhr	Druckangebot (in Kooperation mit dem Graphik Collegium Berlin e.V.)

Veranstaltungen im März 2026

Dienstag 03.03.2026

14.00 Uhr



REISEVORTRAG

mit **Charly Kittel und Sohn**

„Ein Winterspaziergang durch Wien“

Telefonische Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Mittwoch, 04.03.2026

14.00 Uhr



FRÜHLINGSKONZERT

zum internationalen Frauentag mit

Konstantin Nazarov

Kaffee & Kuchen ab 14:00 Uhr & Beginn
des Programms ab 14:30 Uhr

Telefonische Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: 8,00 €

Freitag, 06.03.2026

14.00 Uhr



TANZTEE

mit DJ Tommy

Telefonische Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: kostenfrei

Mittwoch, 11.03.2026

14.30 Uhr



LICHTENBERGER OPERETTENKREIS

Vortragender: **Klaus-Jürgen Böhme**

„Il barbiere di Siviglia“, komische Oper
von Gioacchino Rossini

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

Tel.: 030/559 23 81

KB: 5,00 €

Donnerstag, 12.03.2026

15.00 Uhr



SCHLAGERSTUNDE

mit **Frau Beckmann**

Viele berühmte Schlager waren langsame Walzer. Sie werden überrascht sein. Wir hören Mireille Mathieu mit ihrem "Walzer des Sommers am Meer", Peter Alexander und viele andere. Natürlich ist auch der Schneewalzer mit dabei und "An der schönen blauen Donau". Schunkeln Sie mit! Telefonische Voranmeldung erbeten unter 030/559 23 81

KB: 4,00 €

Dienstag, 17.03.2026

14.00 Uhr



FRAUENTAGSFEIER

in Kooperation mit der Volksolidarität & mit dem Senioren-Kabarett e.V.

Die Weisetreter

“Leise, leise und kein bisschen weise!”

Kaffee & Kuchen ab 14:00 Uhr, Beginn des Programms ab 14:30 Uhr

Teil des Kostenbeitrags ist ein Kaffeegedeck bestehend aus einem Stück Kuchen und einer Tasse Kaffee

Tel. Voranmeldung unbedingt erforderlich unter 030 5592381

KB: 6,00 €

Mittwoch, 18.03.2026

14.00 Uhr



LIVE-MUSIK & TANZ

mit **Michael** in der "Rusche43"

Tel. Voranmeldung erbeten unter 030 5592381

KB: 5,00 €

Mittwoch, 25.03.2026

14.00 Uhr



TANZTEE

mit DJ Tommy

Telefonische Voranmeldung erbeten unter
030 5592381

KB: kostenfrei

Donnerstag, 26.03.2026

15.00 Uhr



ENTSPANNUNG AM NACHMITTAG

mit **Frau Beckmann**

Sie hören besondere Entspannungsmusik mit Naturgeräuschen wie Wellenrauschen, Plätschern eines Baches, Vogelstimmen und schon fühlen Sie sich wie im Wald oder auf der Wiese mit weitem Horizont. Einige leichte Atemübungen und rhythmisches Schwingen im Sitzen entspannen Körper und Geist.

Tel. Voranmeldung notwendig unter
030 5592381

KB: 4,00 €

Veranstaltungen im April 2026

Dienstag, 14.04.2026

15.00 Uhr



SCHLAGERSTUNDE

mit **Frau Beckmann**

„Duette“ Lassen Sie sich verzaubern von Mireille Mathieu und Frank Schöbel, von Roland Kaiser und Maite Kelly, Udo Jürgens mit Tochter und Kerstin Ott mit Helene Fischer oder Howard Carpendale und viele ander ganz tolle Schlager und Chansons mit Reinhard Mey zu zweit gesungen.

Telefonische Voranmeldung erbeten unter 030/559 23 81

KB: 4,00 €

Mittwoch, 15.04.2026

14.30 Uhr



LICHTENBERGER OPERETTENKREIS

Vortragender: **Klaus-Jürgen Böhme**

“Zigeunerliebe”, Operette von Franz Lehar
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 €

Mittwoch, 22.04.2026

14.00 Uhr



TANZTEE

mit DJ Tommy

Telefonische Voranmeldung erbeten unter 030 5592381

KB: kostenfrei

Donnerstag 23.04.2026

14.00 Uhr



REISEVORTRAG

mit **Charly Kittel und Sohn**

„Albanien, im Land des schwarzen Adlers“

Telefonische Voranmeldung erbeten

unter 030/559 23 81

KB: 4,00 €

Dienstag, 28.04.2026

15.00 Uhr



SCHLAGERSTUNDE

mit **Frau Beckmann**

„Tulipan im Britzer Garten“ Die herrliche

Farbenpracht von Tausenden Tulpen auf

digitalen Fotos auf der Leinwand wird Sie

begeistern. Sie sehen die goldene

Tulpenzwiebel und erfahren von der

Tulpomanie in Holland und vieles mehr.

Spazieren Sie virtuell mit durch den Britzer

Garten.“

Telefonische Voranmeldung erbeten

unter 030/559 23 81

KB: 4,00 €



Hönowe 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
Bus 396 bis Hentigstr.

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

Feststehende Termine Freizeitangebote:

<u>Montag</u>	09.00 - 10.00 Uhr	Rückenfit mit Sylvi
	09.15 - 11.45 Uhr	Englisch VHS, Dozent Hr. Laurence
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 Skaffreunde
	13.30 - 15.45 Uhr	Gymnastik 50+ (VHS)
	14.00 - 15.45 Uhr	Gedächtnistraining mit Petra
<u>Dienstag</u>	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 Eckturm
	18.00 - 20.00 Uhr	Bürgerinitiative Ilse-Kiez

<u>Mittwoch</u>	09.30 - 12.00 Uhr	Englisch VHS, mit Dozent 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 März 2026

Mittwoch, 04.03.2026

14.00 Uhr



„WIR SCHWOFEN“

mit **Olli**

Olli Hergaß spielt zum Tanz auf
KB: 6,50 € inkl. Kaffeegedeck

Mittwoch, 11.03.2026

14.00 Uhr



FRAUENTAGSPROGRAMM

mit der Musikkabarettistin **Sigrid Grajek**

„Ganz ohne Weiber geht die Chose nicht“
KB: 8,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 18.03.2026

14.00 Uhr



„WIR SCHWOFEN“

mit dem **Duo Cantano**

KB: 8,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 25.03.2026

14.00 Uhr



TANZ

Mathias Srp spielt zum Tanz auf

KB: 8,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Veranstaltungen im April 2026

Mittwoch, 01.04.2026

14.00 Uhr



SCHLAGERSTERNE

Heike Valentin mit ihrer Musik-Show mit Hits aus 50 Jahren
KB: 6,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 08.04.2026

14.00 Uhr



KAFFEEKLATSCH & LICHTBILDVORTRAG

„Eine Reise von der Alhambra nach Alcázar“ - durch das maurische Andalusien
KB: 3,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 15.04.2026

14.00 Uhr



„WIR SCHWOFEN“

mit **Kiry**
KB: 8,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 22.04.2026

14.00 Uhr



„Jetzt ham wa den Salat“

Bloß gut, dass ich schon älter bin!
von und mit **Wolfgang Reuter**
KB: 6,50 € (inkl. Kaffeegedeck)

Mittwoch, 29.04.2026

14.00 Uhr



„WIR SCHWOFEN“

mit **Wolle**
Wolfram Schäfer kommt
KB: 6,50 € (inkl. Kaffeegedeck)



Bezirksamt
Lichtenberg

BERLIN



31. Lichtenberger Sozialtage

Auch in diesem Jahr möchten wir soziale Verantwortung, Offenheit und Zusammenhalt in den Fokus rücken und Raum für Austausch, Vernetzung und Zusammenarbeit schaffen. Es erwartet Sie ein vielfältiges Programm, das ganz im Zeichen der Gemeinschaft und Solidarität steht.

 29. + 30. April 2026, jeweils von 10-20 Uhr

 Linden-Center Berlin, Prerower Platz 1

LINDEN-CENTER

Was wollen Sie mehr.



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



Bezirksamt
Lichtenberg

BERLIN



Mit Herz dabei: persönliche Beratung zum Ehrenamt im Gratulationsdienst

- einmal im Monat im LichtPunkt im Allee-Center -

Jeden letzten Freitag im Monat können Sie sich persönlich informieren über ehrenamtliche Tätigkeiten im Auftrag des Bezirksamtes für die Lichtenberger Seniorinnen und Senioren ehrenamtlich tätig zu sein.

Beraten wird insbesondere zum Gratulationsdienst und zu Begegnungsstätten.

Interessierte Personen mit Herz, Zeit und Freude an Begegnung mit anderen Menschen sind willkommen.

Ort: LichtPunkt (Allee-Center Berlin, Landsberger Allee 277, 13055 Berlin; Erdgeschoss, gegenüber der Sparkasse, Eingang Hochhausseite)

Zeit: letzter Freitag im Monat, 13.00 bis 15.00 Uhr

Dieses Beratungsangebot wird ermöglicht durch die Wirtschaftsförderung des Bezirksamtes Lichtenberg.

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	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.

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)

März 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					

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

April 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			

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

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: Pixabay: ©Frauke Riether, ©Olga Oginskaya ©u_ov5ctkzgcv,
©Bernard Verougstraete

Logos: ©Berliner Hausbesuche, ©Malteser; ©BA Lichtenberg
Programm-Icons: Pixabay: ©Stefan Schwehofer, ©OpenClipart-
Vectors, ©ruhbastard, ©Clker-Free-Vector-Images, ©Aquib Azad
©OTH Amberg-Weiden, ©Darkmoon Art, ©Dee, ©tanrıca