

## Veranstaltungen/Angebote

### „Schuldnerberatung“

jeden MONTAG von 12:00 - 18:00 Uhr

### Schulden?

... und kein Ausweg?



### Fahrt zum **Kürbistfest** Klaistow

... dazu haben wir uns einen Bus gemietet



**19.10.2021**  
Treffpunkt: 09:00 Uhr  
Stralsunder Str. 6

Fahrtkosten ohne Verpflegung  
**5,- € pro Person**  
Möglichkeit des Mittagessens ist vor Ort gegeben  
Rückfahrt 15:00 Uhr bis Stralsunder Str. 6  
... angenehme Fahrt

## Veranstaltungen/Angebote

### Gedächtnistraining

Denk mit



und Du bleibst fit!

Gedächtnistraining für jedermann

DIENSTAG 13:00 Uhr ... mit Frau Vater

### Einladung zu einer Fahrt in den **Spreewald**



**05.10.2021**

Treffpunkt: 09:00 Uhr  
Stralsunder Str. 6

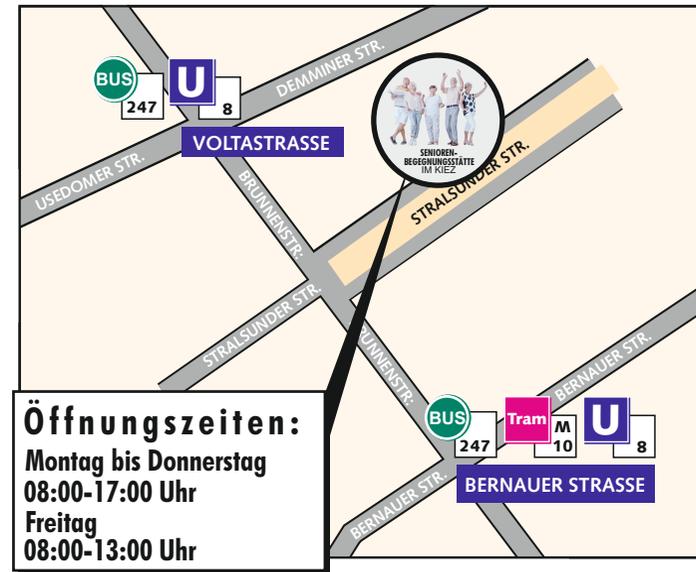
Fahrtkosten ohne Verpflegung  
**5,- € pro Person**  
Möglichkeit des Mittagessens ist vor Ort gegeben  
Rückfahrt 15:00 Uhr bis Stralsunder Str. 6  
... angenehme Fahrt

Zu Veranstaltungen bitte anmelden!

Gefördert durch:



## So erreichen Sie uns



Öffnungszeiten:  
Montag bis Donnerstag  
08:00-17:00 Uhr  
Freitag  
08:00-13:00 Uhr

### Senioren-Begegnungsstätte im Kiez

Stralsunder Straße 6, 13355 Berlin-Mitte

Tel.: (030) 46 45 03 6

stralsunderstr@jahresringe-ev.de

Spendenkonto:

IBAN: DE97100205000003086115

Bank für Sozialwirtschaft Berlin

BIC: BFSWDE33BER

## JAHRESRINGE

Gesellschaft für Arbeit und Bildung e. V.

Bitterfelder Straße 15,  
12681 Berlin

Tel.: (030) 29 34 18 13

Fax: (030) 29 34 18 10

gesellschaft@jahresringe-ev.de

www.jahresringe-ev.de



**JAHRESRINGE**  
Gesellschaft für Arbeit und Bildung e. V.



## Veranstungsplan

**OKTOBER  
2021**



**SENIOREN-  
BEGEGNUNGSSTÄTTE  
IM KIEZ**

**BERLIN - MITTE**  
Stralsunder Straße 6, 13355 Berlin  
Telefon: (030) 46 45 03 6

## Veranstaltungen/Angebote

## Veranstaltungen/Angebote

## Veranstaltungen/Angebote

## Veranstaltungen/Angebote

+++ KAFFEEPLAUSCH täglich von 09:00 Uhr - 15:00 Uhr, auf der Terrasse oder drinnen, je nach Wetterlage +++

### Spielenachmittag

Für Senioren die Lust und Laune an Gesellschaftsspielen haben

DONNERSTAG ab 13:30 Uhr  
07.10. 14.10. 21.10. 28.10.



### Parkinson II

... jeden 2. Donnerstag im Monat

DONNERSTAG 16:00 Uhr - 18:00 Uhr  
14.10.



### Kreativgruppe

... jeden Montag im Monat

MONTAG 15:00 Uhr - 18:00 Uhr  
04.10. 11.10. 18.10. 25.10.



### Wer hat Lust auf Bewegung mit Musik?

...kostenfrei

Lockere, rhythmische Bewegung mit Freude an Musik für Senioren

mit unserer Übungsleiterin Maggi

MONTAG 11:00 - 12:00 Uhr  
04.10. 11.10. 18.10. 25.10.



### Computer TREFF

Computerkenntnisse erwerben oder auffrischen...

...kostenfrei

MITTWOCH 14:00 - 16:00 Uhr  
06.10. 13.10. 20.10. 27.10.

+++ IN VORBEREITUNG +++ IN VORBEREITUNG +++  
Der Umgang mit dem Smartphone



### Tonarbeiten

MITTWOCH 15:00 Uhr - 21:00 Uhr  
06.10. 13.10. 20.10. 27.10.



### Tischtennis

-ein Sport für alle

Wir haben noch freie Plätze!

DIENSTAG 10:00 Uhr  
05.10. 12.10. 19.10. 26.10.  
MITTWOCH 10:00 Uhr  
06.10. 13.10. 20.10. 27.10.



### STUHL-YOGA

Einheit von Körper und Seele!  
„Ganzheitlich aktiv“

FREITAG 10:00 - 11:00 Uhr  
01.10. 08.10. 15.10. 22.10. 29.10.



Neu!

Pilates mit Kathrin  
Fitness für Bauch, Beine, Po

MITTWOCH 09:00 Uhr - 10:00 Uhr  
06.10. 13.10. 20.10. 27.10.  
DONNERSTAG 19:00 Uhr - 20:00 Uhr  
07.10. 14.10. 21.10. 28.10.



### Sitzgymnastik

mit Übungsleiterin Kathrin

MONTAG 10:00 Uhr - 11:00 Uhr  
04.10. 11.10. 18.10. 25.10.

### Senioren-Frühstück



DIENSTAG 11:00 Uhr  
DONNERSTAG + FREITAG 11:00 Uhr  
Kostenbeitrag: 3,50 €



Erfahrungsaustausch unter Gleichgesinnten

### Fotografen-Vereinigung Kreuzberg

DIENSTAG 18:00 Uhr  
05.10. 19.10.

### Kaffeeklatsch

... mit Musik



DIENSTAG 14:00 - 17:00 Uhr  
12.10.

### Gymnastik

mit Übungsleiterin Kathrin

MONTAG 09:00 - 10:00 Uhr  
04.10. 11.10. 18.10. 25.10.  
DONNERSTAG 10:00 - 11:00 Uhr  
07.10. 14.10. 21.10. 28.10.