

Veranstaltungen/Angebote

„Schuldnerberatung“

jeden MONTAG von 12:00 - 18:00 Uhr

Schulden?
... und kein Ausweg?



Senioren-Frühstück

Kostenbeitrag: 3,50 €

DIENSTAG 11:00 Uhr

DONNERSTAG + FREITAG 11:00 Uhr



Veranstaltungen/Angebote

FREITAG



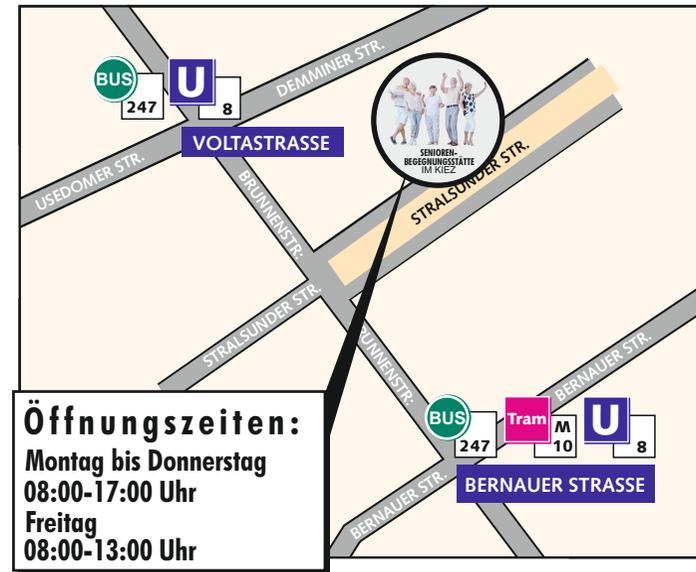
STUHL-YOGA

Einheit von Körper
und Seele!
„Ganzheitlich aktiv“

10:00 - 11:00 Uhr



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.



Veranstaltungsplan

NOVEMBER
2021



**SENIOREN-
BEGEGNUNGSSTÄTTE
IM KIEZ**

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

Zu Veranstaltungen bitte anmelden!

Gefördert durch:



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

MONTAG



Gymnastik
mit Übungsleiterin Kathrin

09:00 - 10:00 Uhr 



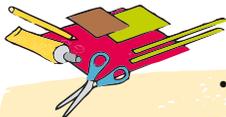
Sitzgymnastik
mit Übungsleiterin Kathrin

10:00 - 11:00 Uhr 



Wer hat Lust auf
Bewegung mit Musik?
...kostenfrei

Lockere, rhythmische Bewegung mit Freude
an Musik für Senioren
mit unserer Übungsleiterin Maggi



Kreativgruppe
... jeden Montag im Monat

14:00 - 16:00 Uhr 

15:00 - 18:00 Uhr 

DIENSTAG



Chor
... die Brunnenlerchen

ab 11:00 Uhr 

Denk mit
Gedächtnstraining
für jedermann
... mit Frau Vater



und Du bleibst fit!

ab 13:00 Uhr 

Gedächtnstraining



Erfahrungsaustausch
unter
Gleichgesinnten
jeden 2. und 4. Dienstag

**Fotografen-Vereinigung
Kreuzberg**

ab 18:00 Uhr 

MITTWOCH

Neu! **Pilates** mit Kathrin
Fitness für Bauch, Beine, Po



09:00 - 10:00 Uhr 



Tischtennis
-ein Sport für alle-
Wir haben noch freie Plätze!

ab 10:00 Uhr 

**Computer
TREFF**  55+

Computerkenntnisse
erwerben
oder auffrischen...
...kostenfrei

14:00 - 16:00 Uhr 



Tonarbeiten

15:00 - 21:00 Uhr 

DONNERSTAG



Gymnastik
mit Übungsleiterin Kathrin

10:00 - 11:00 Uhr 



Spielenachmittag
Für Senioren die Lust und Laune an
Gesellschaftsspielen haben

ab 13:30 Uhr 



Parkinson II
... jeden 2. Donnerstag im Monat

Plaudereien
... jeden 4. Donnerstag im Monat

16:00 - 18:00 Uhr 

Neu! **Pilates** mit Kathrin
Fitness für Bauch, Beine, Po



19:00 - 20:00 Uhr 