



**Starlight Woman** *Sonntag 15:00*  
**Afrikanische Frauengruppe**

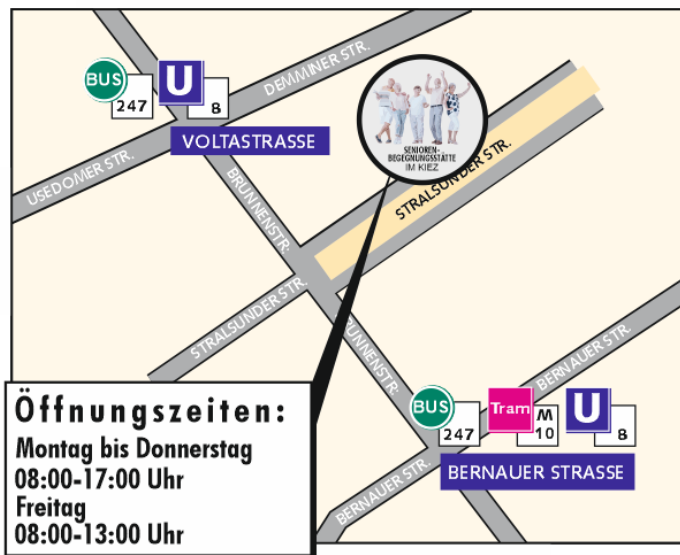
**Türkischer Chor** *Sonntag 18:00*  
**„Gülñihal Musiki Cemiyeti“ Berlin**

**Tischtennis** *Montag 13:00*  
 -ein Sport für alle *Mittwoch 10:00*



**Wir  
haben  
noch  
freie  
Plätze!**

**Zu Veranstaltungen bitte anmelden!**



**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: DE04370205000003086115**

SozialBank AG

BIC: BFSWDE33XXX

## JAHRESRINGE

Gesellschaft für Arbeit und Bildung e. V.

Bitterfelder Straße 15, 12681 Berlin

Telefon (030) 29 34 18 13

Fax (030) 29 34 18 10

Mail: gesellschaft@jahresringe-ev.de

Web: www.jahresringe-ev.de



## Veranstaltungsplan



**Dezember 2025**



**SENIOREN-  
BEGEGNUNGSSTÄTTE  
IM KIEZ**

**Die Begegnungsstätte bleibt vom  
22.12. bis 04.01. geschlossen.**

**BERLIN-MITTE**

**Stralsunder Straße 6, 13355 Berlin**

**Telefon (030) 46 45 03 6**

Gefördert durch:



## Ständige Wochenangebote

### Montag

09:00 – 10:00 Pilates  
 10:00 – 11:00 Sitzgymnastik  
 11:00 – 12:45 Tanz und Bewegung mit Maggi  
 13:00 – 15:00 Tischtennis

### Dienstag

10:00 – 11:30 Chor  
 11:30 – 13:00 Smartphonetreff für Senioren  
 Computertreff für Senioren

### Mittwoch

09:00 – 10:00 Pilates  
 10:00 – 12:00 Tischtennis  
 12:30 – 16:30 Türkische Kulturgemeinde  
 "Dostluk"  
 12:00 – 18:00 Schuldnerberatung  
 19:00 – 22:00 Square Dance Club

### Donnerstag

10:00 – 11:00 Gymnastik  
 11:00 – 12:00 Seniorenfrühstück  
 11:00 – 12:30 Spiele-Treff  
 19:00 – 20:00 Pilates

### Freitag

10:00 – 11:00 Stuhlyoga  
 11:00 – 12:00 Seniorenfrühstück

### Sonntag

18:00 – 20:00 Türkischer Chor

## Monatliche Veranstaltungen

### Dienstag

14:00 – 17:00 Tanz mit Josef  
**09.12.25**  
 (am 2. Dienstag im Monat)  
 Eintritt: 8,00 €  
 (Kaffee/Tee & Kuchen inbegriffen)



15:00 – 17:00 Parkinson I  
**02.12.25** (am 1. Dienstag)

15:00 – 17:00 Parkinson Gruppe Reinickendorf  
**16.12.25** (am 3. Dienstag)

18:00 – 21:00 Fotografenvereinigung  
**02.12. + 16.12.25**  
 (am 1. + 3. Dienstag)

### Donnerstag

14:30 – 18:00 Parkinson II  
**11.12.25** (am 2. Donnerstag)

14:30 – 18:00 Parkinson  
 offene Gesprächsrunde  
**25.12.25** (am 4. Donnerstag)

### Sonntag

15:00 – 18:00 Starlight Woman  
 Afrikanische Frauengruppe  
**14.12.25** (am 2. Sonntag)

## Kurzvorstellung einzelner Angebote

### Smartphonetreff für Senioren

**Dienstag 11:30 Uhr Smartphone und Handy**

**Dienstag 11:30 Uhr Computer und Internet**

**Sie wollen mehr über den Umgang mit dem Computer wissen oder neu einsteigen?**

- ▶ wie funktioniert ein Computer
- ▶ Umgang mit gängigen Programmen
- ▶ einfache Texte schreiben und gestalten
- ▶ Fotos bearbeiten und ordnen

**Sie wollen mehr über die Möglichkeiten des Internets erfahren?**

- ▶ Termine buchen (z.B. Arzt)
- ▶ Fernseh- und Radiosendungen verfolgen
- ▶ Zeitungen am Computer lesen
- ▶ Informationen finden („googeln“)
- ▶ Shopping im Internet



aber auch über die Risiken im Internet:

- ▶ gefälschte Webseiten und E-Mails (Phishing)
- ▶ Tipps für sicheres Surfen im Internet

**Sie möchten mehr über den Umgang mit Ihrem Handy, Smartphone (Android), Tablet wissen?**

- ▶ nützliche Apps finden und Installieren
- ▶ WhatsApp Nachrichten, Fotos bearbeiten
- ▶ den richtigen Weg ans Ziel finden (Navigieren)
- ▶ Termine planen, Erinnerungen einrichten

Sie haben weitere Wünsche an den Computertreff? Dann sprechen Sie uns an, wir sind für fast alles offen.