

Veranstaltungen/Angebote

NEU sind:

Musizieren einmal anders

Dienstag 12:00

Gemeinsam erproben wir unterschiedliche Musikinstrumente und spielen mit Melodie und Rhythmus. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Euch! *Cosima und Maggi*

Kreatives Tanzen der Generationen

Dienstag 12:00

Gemeinsam Tanzen und kreative Bewegung brauchen nur eine Sprache: die Musik. Ich freue mich auf Euch! *Tanz- und Bewegungspädagogin Maggi*

Smartphonekurs auf Türkisch

Mittwoch 13:00

Türkischer Chor

Sonntag 18:00

„Gülnihal Musiki Cemiyeti“ Berlin

Tischtennis

-ein Sport für alle

Montag 13:00

Mittwoch 10:00



**Wir
haben
noch
freie
Plätze!**

Zu Veranstaltungen bitte anmelden!

Gefördert durch:



Berlin

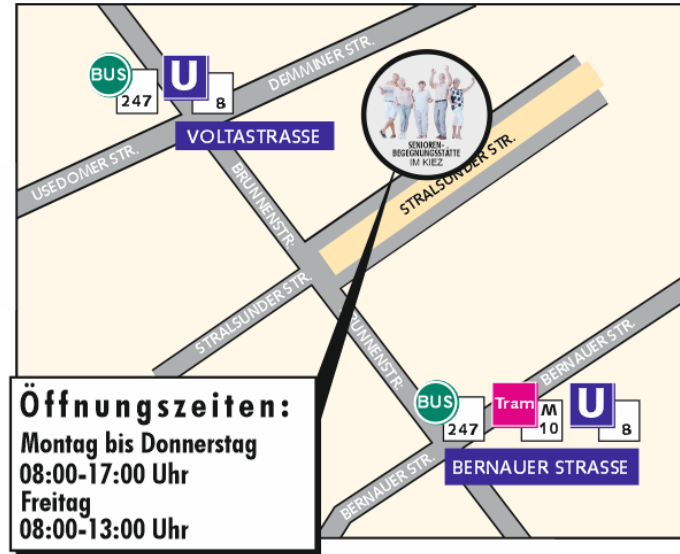
jobcenter



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat



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: DE04370205000003086115

Bank für Sozialwirtschaft Berlin

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



JAHRESRINGE
Gesellschaft für Arbeit und Bildung e. V.



Veranstaltungsplan



November 2023



**SENIOREN-
BEGEGNUNGSSTÄTTE
IM KIEZ**

BERLIN-MITTE

Stralsunder Straße 6, 13355 Berlin

Telefon (030) 46 45 03 6

Ständige Wochenangebote

Montag

- 09:00 – 10:00 **Pilates**
10:00 – 11:00 **Sitzgymnastik**
11:00 – 12:00 **Seniorenfrühstück**
11:00 – 12:00 **Gesprächsrunde**
„Wir erinnern uns“
11:00 – 13:00 **Bewegung mit Musik**
13:00 – 15:00 **Tischtennis**

Dienstag

- 09:00 – 11:00 **Smartphonetreff für Senioren**
11:00 – 12:00 **Computertreff für Senioren**
12:00 – 13:00 **NEU Musizieren einmal anders**
wöchentlich im Wechsel ↓
12:00 – 13:00 **NEU Kreatives Tanzen der Generationen**

Mittwoch

- 09:00 – 10:00 **Pilates**
10:00 – 12:00 **Tischtennis**
12:00 – 18:00 **Schuldnerberatung**
12:00 – 16:00 **Türkische Kulturgemeinde**
„Dostluk“
13:00 – 14:00 **Smartphonekurs auf Türkisch**
19:00 – 22:00 **Square Dance Club**

Donnerstag

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

Freitag

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

Sonntag

- 18:00 – 20:00 **NEU Türkischer Chor**

Monatliche Veranstaltungen

Täglich: Kaffeepausch von 09:00 – 15:00

Dienstag

13:00 – 14:00 **Gedächtnistraining**
21.11.23
(jeden 3. Dienstag im Monat)

14:00 – 17:00 **„Tanz mit Josef“**
14.11.23
(jeden 2. Dienstag im Monat)



Eintritt: 8,00 €

(Kaffee/Tee und Kuchen inbegriffen)

15:00 – 17:00 **Parkinson Gruppe Reinickendorf**
21.11.23
(jeden 3. Dienstag im Monat)

15:00 – 17:00 **Parkinson I**
07.11.23

(jeden 1. Dienstag)

18:00 – 21:00 **Fotografenvereinigung**
07.11. + 21.11.23
(jeden 1. + 3. Dienstag)

Donnerstag

16:00 – 18:00 **Parkinson II**
09.11.23
(jeden 2. Donnerstag)

16:00 – 18:00 **Parkinson II**
offene Gesprächsrunde
23.11.23
(jeden 4. Donnerstag)

Kurzvorstellung einzelner Angebote

Computertreff für Senioren

Dienstag 09:00 Uhr Smartphone und Handy

Dienstag 11:00 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, 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.