



# WIR TREFFEN UNS

Gruppenangebote  
für ältere Bürgerinnen und Bürger

September 2024 bis August 2025  
1. Auflage



Bezirksamt  
Steglitz-Zehlendorf

**BERLIN**



# Inhalt

|   | Seite |
|---|-------|
| <b>Grußwort des Bezirksstadtrates</b>                         | 2-3   |
| <b>Sprechzeiten Allgemeiner Sozialdienst</b>                  | 4     |
| <b>Möchten Sie sich sozial engagieren?</b>                    | 5     |
| <b>Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West</b>             | 6     |
| Gruppenangebot  | 7-9   |
| <b>Hans-Söhnker-Haus (Club Steglitz)</b>                      | 10    |
| Gruppenangebot  | 11-16 |
| <b>Maria-Rimkus-Haus</b>                                      | 17    |
| Gruppenangebot  | 18-23 |
| <b>Kommunikationszentrum am Ostpreußendamm</b>                | 24    |
| Gruppenangebot  | 25-29 |
| <b>Hertha-Müller-Haus</b>                                     | 30    |
| Gruppenangebot  | 31-39 |
| Weihnachtssterne 2024   | 40    |
| <b>Hans-Rosenthal-Haus</b>                                    | 41    |
| Gruppenangebot  | 42-46 |
| <b>Freizeitstätte Süd</b>                                     | 47    |
| Gruppenangebot  | 48-53 |
| <b>Gruppenangebote außerhalb der Freizeitstätten</b>          | 54-56 |
| <b>Das Wandern ist des Müllers Lust, Wandergruppe 1 und 2</b> | 57-65 |
| <b>Ein ganzer Tag Natur</b>                                   | 66-69 |
| <b>Der Dachverband</b>  |       |
| Gruppenangebote außerhalb der Freizeitstätten                 | 70-71 |
| <b>Fördervereine</b>  | 72    |
| <b>Impressum</b>  |       |

## **Bitte beachten Sie:**

In Einrichtungen und bei Veranstaltungen des Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf, Amt für Soziales, wird eine Haftung für Schäden und Verluste, die nicht auf einer Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit beruhen, auf solche Schäden beschränkt, die auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung seiner Mitarbeiter oder seiner Erfüllungsgehilfen beruhen. Eine weitergehende Ersatzpflicht des Bezirksamtes wird hiermit ausgeschlossen.



Bild: Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,  
sehr geehrte Damen und Herren,

herzlich willkommen zu einem neuen Jahr voller spannender Möglichkeiten in den Freizeitstätten unseres Bezirks! Es ist mir eine große Freude, Ihnen unser vielseitiges Programm vorstellen zu dürfen, dass auch in diesem Jahr zahlreiche interessante und abwechslungsreiche Angebote bereithält. Ich möchte Sie herzlich einladen, diese Angebote wahrzunehmen und an den verschiedenen Programmen teilzunehmen.

Die Gäste der sieben Freizeitstätten haben Gelegenheit, ihren Hobbys nachzugehen, sie zu pflegen oder auch „Neues“ zu entdecken.

Was erwartet Sie in unseren Freizeitstätten? Unsere Freizeitstätten sind nicht nur Orte der Begegnung, sondern auch wahre Schatzkammern für spannende Aktivitäten und wertvolle Erlebnisse. Von Sportangeboten über kreative Workshops bis hin zu entspannenden Wellness-Aktivitäten – hier ist für jeden etwas dabei. Viele engagierte Menschen haben an der Konzeption dieses Programms mitgewirkt, um sicherzustellen, dass wir Ihnen ein abwechslungsreiches und ansprechendes Angebot bieten können. Nehmen Sie sich bitte die Zeit und schauen Sie in die Broschüre und machen Sie sich ein Bild von unseren umfangreichen Angeboten.

Unsere Einrichtungen sind nicht nur ideal zum Entspannen und Genießen, sondern auch perfekte Treffpunkte, um neue Kontakte zu knüpfen und bestehende weiter zu vertiefen.

Ich möchte Sie ermutigen, Ihre Erfahrungen mit Familie, Freunden und Kollegen zu teilen, denn gemeinsam macht es noch mehr Spaß! Sagen Sie es weiter und lassen Sie auch andere von unserem breiten Angebot profitieren.

Besonders am Herzen liegt mir auch die Suche nach neuen ehrenamtlichen Mitarbeitern, die unsere Teams bereichern und unterstützen möchten.

Wenn Sie Interesse haben, mehr über ehrenamtliches Engagement in unseren Einrichtungen zu erfahren, besuchen Sie uns während unserer Sprechzeiten beim Amt für Soziales, Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin - dienstags und donnerstags in der Zeit von 09:00 bis 12:00 Uhr - oder kontaktieren Sie uns unter der Telefonnummer 030 90299-6530 oder -6357 oder per E-Mail: [soz-ehrenamt@ba-sz.berlin.de](mailto:soz-ehrenamt@ba-sz.berlin.de).

Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen und sind dankbar über jede Unterstützung!

Gerne nehmen wir Ihre Anregungen auf, um das Angebot auszubauen und nach ihren Wünschen und Ideen zu optimieren.

Ich möchte es nicht versäumen, den vielen ehrenamtlich tätigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus den unterschiedlichen Bereichen meinen Respekt und meine Anerkennung zu bekunden. Durch Ihren Einsatz und Ihre Hingabe tragen Sie maßgeblich zum Erfolg unserer Freizeitstätten bei und bereichern das Gemeinschaftsleben in unserem Bezirk. Seien Sie versichert, dass ich Ihren Dienst an der Allgemeinheit sehr schätze.

Abschließend möchte ich Ihnen viel Spaß bei unseren Veranstaltungen wünschen! Genießen Sie die Vielfalt unseres Programms, lassen Sie sich inspirieren und erleben Sie unvergessliche Augenblicke in unseren Freizeitstätten.

Es grüßt Sie herzlich  
Ihr



Tim Richter  
Bezirksstadtrat

# Tätigkeiten des Allgemeinen Sozialdienstes (ASD)

**Beratung und Hilfestellung bei der Beantragung von Leistungen,**  
Hilfe zur Pflege, Pflegegeld, Grundsicherung, Wohngeld, Grad der Behinderung, GEZ

**Beratung über finanzielle Unterstützungsangebote (Stiftungen)**

**Beratung im Bereich Pflege:**

Pflegekasse, Pflegegrad, Pflegedienst, Pflegewohngemeinschaft-Demenz, Mobilitätshilfedienst, Hausnotruf, Mittagstisch, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Rechtliche Betreuung

**Vermittlung sozialer Kontakte:**

Ehrenamt, Freizeitangebote, Mobilitätshilfedienst

**Vermittlung an andere Beratungsstellen:**

Rentenberatung, Beratungsstelle für Menschen mit Behinderung, Sozialpsychiatrischer Dienst, Schuldnerberatung, kostenfreie juristische Beratung, private Pflegeberatung - compass, Pflegestützpunkte

**Beratung in schwierigen Lebenssituationen:**

Vermittlung an Krisendienst, Selbsthilfegruppen usw.

**Hilfestellung und Beratung zu altersgerechten Wohnformen**

**Planungsübersicht Sprechzeiten ASD in Freizeitstätten**

**Nach Absprache und Bedarf:**

Hans-Rosenthal-Haus

Frau Starke Tel.: 811 91 96

09:00 - 11:00 Uhr Frau Burg

Tel.: 90299 4936

# Ruhestand?! Ehrenamt!



## **Miteinander Kultur, Bildung und Sport erleben**

In unseren sieben bezirklichen Freizeitstätten bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich ehrenamtlich zu engagieren und gleichzeitig neue Menschen kennenzulernen. Unterstützen Sie uns bei der Veranstaltungsorganisation, im Gästeservice oder werden Sie Gruppenleiter\*in für eines Ihrer Hobbys. Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihr Wissen und Können und besonders Ihre Freude ehrenamtlich weiterzugeben. So wird Ihr Ehrenamt ein Gewinn für alle Beteiligten.

## **Schenken Sie Zeit**

Besuchen Sie regelmäßig ältere und einsame Menschen in Ihrem Kiez. Leisten Sie Ihnen Gesellschaft beim Spaziergehen und kommen Sie miteinander ins Gespräch. Nachbarschaftliche Beziehungen in Ihrem Wohnumfeld können Sie auch durch Mitwirkung im Gratulationsdienst stärken. Überbringen Sie Glückwünsche zu Geburtstagen und Ehejubiläen, tauschen Sie Informationen aus und erhalten Sie Dankbarkeit zurück. Hierbei können gute Bekanntschaften oder echte Freundschaften entstehen, die auch Ihr Leben bereichern.

## **Sie Telefonieren gerne?**

Ältere Mitbürger\*innen wünschen sich einfach mal jemanden zum Reden. Als Ehrenamtliche/r am Seniorentelefon hören Sie ihnen zu, spenden bei Bedarf etwas Trost oder beraten bei persönlichen Anliegen. Wo es möglich ist, unterstützen Sie und vermitteln ggf. Kontakte zu anderen Einrichtungen des Bezirksamtes. Ein offenes Ohr für andere zu haben, schafft Nähe und verbindet.

## **Haben wir Ihre Neugierde geweckt?**

Gerne beraten wir Sie zu den Einsatzmöglichkeiten. Starten Sie mit einer unverbindlichen Probearbeit und schnuppern Sie erst einmal rein ins Ehrenamt. Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen erhalten neben einer Einarbeitung und einer Aufwandsentschädigung das gute Gefühl, andere glücklich zu machen.

Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf, Frau Weidner, Tel.: 030 90299 2843 oder E-Mail: [soz-ehrenamt@ba-sz.berlin.de](mailto:soz-ehrenamt@ba-sz.berlin.de)

# Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West

Hans-Sachs-Straße 4 e  
12205 Berlin

Leiter: Herr Ohrt

☎ 843 131 14

✉: [bahnhof-lichterfelde-west@ba-sz.berlin.de](mailto:bahnhof-lichterfelde-west@ba-sz.berlin.de)

[www.steglitz-zehlendorf.de/buergertreffpunkt-lichterfelde-west](http://www.steglitz-zehlendorf.de/buergertreffpunkt-lichterfelde-west)

Facebook: [www.facebook.com/buergertreffpunktbahnhoflichterfeldewest](https://www.facebook.com/buergertreffpunktbahnhoflichterfeldewest)



**Öffnungszeiten:** Montag bis Freitag 10.30 bis 17.30 Uhr

**Fahrverbindungen:** S-Bahn **S 1** bis Bahnhof Lichterfelde West  
Bus **M 11** und **188** bis „S-Lichterfelde West / Gardeschützenweg“  
Bus **101** und **M 48** bis „Unter den Eichen / Drakestraße“

Herr Ohrt, das ehrenamtliche Team und der Förderverein des Bürgertreffpunktes freuen sich auf Ihren Besuch!

**Aufgrund eingeschränkter Raumnutzung sind Änderungen der Gruppenangebote vorbehalten und im Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West bitte zu erfragen!**

## Montag

**10.00 - 14.00 Uhr**

**Doppelkopf**

Leitung: **Frau Schröder**

**10.00 - 16.00 Uhr**

**Tischtennis mit Spaß für Anfänger/innen und lustige Fortgeschrittene**

Ohne Leitung

**15.00 - 16.30 Uhr**

**Smartphonekurs für Fortgeschrittene**

**vom 09.09.2024 bis 14.10.2024**

(Kostenbeitrag 36 € je Kurs mit 6 Terminen / je 90 Minuten)

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet voll aufgeladen mit.

Leitung: **Frau Schwerdtner** ☎ 679 258 79

---

Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich nach Kursende bitte bei der Leitung der Freizeitstätte nach weiteren Kursterminen.

---

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 21.00 Uhr**

**Repair-Café**

1x monatlich am 2. Montag im Monat

Do-It-Yourself-Reparaturen an Kleingerätschaften aller Art

mit fachkundiger Unterstützung **nach Anmeldung**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Büttner** ☎ 01578 - 169 46 34

✉: [repaircafe@bastler-beutel.de](mailto:repaircafe@bastler-beutel.de)

**Ab 19.00 Uhr**

**Video-Club**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Winterfeldt** ☎ 033708 93 99 93

## Dienstag

**10.30 - 12.00 Uhr**

**Gedächtnistraining**

14-tägig

Leitung: **Frau Buß**

**12.30 - 14.00 Uhr**

**Italienisch im kleinen Kreis**

Leitung: **ohne Leitung**

**11.00 - 16.00 Uhr**

**Auf Anfrage, je nach Wetterlage**

**Hausfrauen - Trödel**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Zitzlaff** ☎ 834 27 11



## **BÜRGERTREFFPUNKT BAHNHOF LICHTERFELDE WEST**

**14.30 - 16.30 Uhr**

**Djembe-Gruppe**

**Wir trommeln im Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West**

Ansprechpartnerin: **Frau Rieprecht**

### **Mittwoch**

**15.00 Uhr**

**Kulturelle Veranstaltungen**

(siehe Hausprogramm)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**19.00 - 21.30 Uhr**

**Dixties**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Lenz** ☎ 804 905 58, 01515 924 18 42

**19.00 - 22.00 Uhr**

**Imkerverein**

**jeden 4. Mittwoch im Monat**

### **Donnerstag**

**11.00 - 12.30 Uhr**

**Englisch** - geeignet schon für Anfänger/innen mit geringen Vorkenntnissen

Leitung: **ohne Leitung**

**13.30 - 16.00 Uhr**

**Malgruppe**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Fischer** ☎ 802 66 60

**10.00 - 16.00 Uhr**

**Tischtennis mit Spaß für Anfänger/innen und lustige Fortgeschrittene**

Ohne Leitung

**14.00 - 16.00 Uhr**

**Fibromyalgie - Wir unterstützen Sie** **jeden 1. Donnerstag im Monat**

Um Anmeldung wird gebeten

Leitung: **Karin Klemme** ☎ 0173 608 48 66

**16.30 - 20.45 Uhr**

**Instrumente entstauben...und los geht's**

**50+ macht Musik**

Leitung: **Herr Karl-Josef Lenz** ☎ 8049 05 58, 01515 924 18 42

**Freitag**

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Kreistanz**

jeden 2. + 4. Freitag im Monat

Leitung: **Frau Scheil** ☎ 0176 490 874 68

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Ukulele für Anfänger**

Leitung: **Herr Kruse** ☎ 0176 531 240 86

**10.00 - 12.00 Uhr**

**BVG - fröhliches Singen**

jeden 1. und 3. Freitag im Monat

Leitung: **Herr Kirschke** ☎ 817 73 24

**12.30 - 14.00 Uhr**

**Kopflust - ganzheitliches Gedächtnistraining**

Leitung: **Frau Schwarzlose**

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**14.30 - 16.30 Uhr**

**Malgruppe - Aquarell**

Leitung: **Frau Nerling**

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 120 Minuten)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**Ab 19.00 Uhr**

**Arbeitsgemeinschaft Ostmitteleuropa**

1x im Monat

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Hanke** ☎ 215 54 53

[www.ostmitteleuropa.de](http://www.ostmitteleuropa.de)

**19.30 - 21.30 Uhr**

**Saiten Ensemble**

jeden 1.,2.,3. und 5. Freitag im Monat

Leitung: **Frau Goiny**

# Hans-Söhnker-Haus

Selerweg 18 - 22  
12169 Berlin



**Leiterin: Frau Knobloch**

☎ 395 014 18

Fax 395 014 20

✉: [hans-soehner-haus@ba-sz.berlin.de](mailto:hans-soehner-haus@ba-sz.berlin.de)

[www.steglitz-zehlendorf.de/hanssoehnerhaus](http://www.steglitz-zehlendorf.de/hanssoehnerhaus)

Facebook: [www.facebook.com/hanssoehnerhaus](https://www.facebook.com/hanssoehnerhaus)

**Ehrenamtliche Ansprechpartnerin: Frau Seydler**



**Öffnungszeiten** Montag bis Freitag 10.30 Uhr bis 17.30 Uhr

**Fahrverbindungen** Bus **181** bis „Selerweg“  
Bus **M 82, 282, 284** und **380**  
bis „Neue Filandastraße“

**Rollstuhlfahrende sind herzlich willkommen!**

**Frau Knobloch und das ehrenamtliche Team freuen sich auf Ihren Besuch!**

**Montag**

**10.30 - 14.00 Uhr**

**Billard**

(ohne Leitung)

**09.30 - 11.00 Uhr**

**Yoga-Stretching-Pilates mit Musik 50+**

Leitung: **Frau Lutter-Walther** ☎ 802 72 74

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**09.45 - 11.15 Uhr**

**Englisch für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen**

Leitung: **Frau Hornschuch** ☎ 0176 859 180 15

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**11.15 - 12.45 Uhr**

**Yoga-Stretching-Pilates mit Musik 50+**

Leitung: **Frau Lutter-Walther** ☎ 802 72 74

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**11.30 - 13.00 Uhr**

**Englisch für Anfänger/-innen mit Vorkenntnissen**

Ansprechpartner: **Herr Gentschow**

**11.45 - 12.45 Uhr**

**Findet derzeit nicht statt!**

**Englisch für Teilnehmer/innen mit guten Vorkenntnissen**

Leitung: **Frau Hornschuch** ☎ 0176 859 180 15

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**13.00 - 14.30 Uhr**

**Sturzprävention**

Leitung: **Frau Naumann** ☎ 795 95 21

**14.00 - 17.30 Uhr**

**Billard**

(ohne Leitung)

**13.30 - 17.30 Uhr**

**Skatgruppe „Kiebitz 70“**

Ansprechpartner: **Herr Kuhnert** ☎ 0176 642 423 16

**13.30 - 17.30 Uhr**

**Canasta**

(ohne Leitung)

## HANS-SÖHNKER-HAUS

**15.00 - 16.30 Uhr**

### **Kopflust statt Kopflast**

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Leitung: **Frau Schwarzlose**

Bitte bei der Leitung der Freizeitstätte anmelden  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**17.00 - 18.30 Uhr**

### **Griechisch Unterricht**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Bakalios**

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.30 - 20.00 Uhr**

### **Griechischer Tanz**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Bakalios**

## **Dienstag**

**09.30 - 12.00 Uhr**

### **Billard**

(ohne Leitung)

**10.00 - 11.30 Uhr**

### **Pilates/Stretching/Yoga**

Leitung: **Frau Lutter-Walther** ☎ 802 72 74

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 11.30 Uhr**

### **Smartphonekurs für Anfänger/\*innen**

**vom 10.09.2024 bis 15.10.2024 und**

**vom 29.10.2024 bis 03.12.2024**

(Kostenbeitrag 36 € für Kurs mit 6 Terminen / je 90 Minuten)

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet voll aufgeladen mit.

**Leitung:**

Ansprechpartnerin: **Frau Schwerdtner** ☎ 679 258 79

---

Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich bitte bei der Leitung der Freizeitstätte nach weiteren Kursterminen oder bei der Ansprechpartnerin.

---

**11.45 - 13.15 Uhr**

**Smartphonekurs für Fortgeschrittene  
vom 10.09.2024 bis 15.10.2024 und  
vom 29.10.2024 bis 03.12.2024**

(Kostenbeitrag 36 € für Kurs mit 6 Terminen / je 90 Minuten)

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet voll aufgeladen mit.

Ansprechpartnerin: **Frau Schwerdtner** ☎ 679 258 79

---

Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich bitte bei der Leitung der Freizeitstätte nach weiteren Kursterminen oder bei der Ansprechpartnerin.

---

**12.00 - 13.00 Uhr**

**Qigong und Meditation**

Leitung: **Frau Sardar** ☎ 609 258 18

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**13.00 - 17.30 Uhr**

**Billard**

(ohne Leitung)

**13.15 - 14.45 Uhr**

**Bewusstes Atmen kann**

- das Immunsystem stärken
- die Durchblutung fördern
- das Wohlbefinden positiv beeinflussen

Leitung: **Frau Gutmann** ☎ 785 93 90

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.30 - 15.00 Uhr**

**Englische Konversation und Wiederholung Grammatik-Grundkenntnisse**

Leitung: **Frau Hornschuch** ☎ 0176 859 180 15

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**15.15 - 16.45 Uhr**

**Computerkurs - Grundlagen**

**Vom 17.09.2024 bis 19.11.2024**

Leitung: **Herr Tockan** ☎ 0177 230 30 31

Mit Vorabanmeldung beim Kursleiter. Bitte eigenen Laptop mitbringen.

(Kostenbeitrag 69 € für Kurs mit 10 Terminen / je 90 Minuten)

**15.00 - 17.30 Uhr**

**Literatur - Kreis**

Ansprechpartnerin: **Frau Weber** ☎ 556 145 94

### **Mittwoch**

**09.30 - 10.45 Uhr**

**Fit-Mix Gymnastik**

Leitung: **Frau Dittwald** ☎ 890 940 50

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

## HANS-SÖHNKER-HAUS

**09.30 - 12.00 Uhr**

### Malgruppe

Leitung: **Frau Wigand** ☎ 342 83 79 oder 0177 781 87 48  
(Kostenbeitrag 8 € je Termin / **150** Minuten)

**10.00 - 11.30 Uhr**

### Französisch für Anfänger/\*innen mit Vorkenntnissen

Leitung: **Frau Hornschuch** ☎ 0176 859 180 15  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 13.30 Uhr**

### Billard

(ohne Leitung)

**11.00 - 12.15 Uhr**

### Tänzerische Gymnastik

Leitung: **Frau Dittwald** ☎ 890 940 50  
(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**12.30 - 13.45 Uhr**

### Gymnastik mit Musik

Leitung: **Frau Dittwald** ☎ 890 940 50  
(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**Findet derzeit nicht statt!**

jeden 2. Mittwoch,  
14-tägig, jedoch in  
Absprache mit der  
Dozentin

**14.00 - 17.30 Uhr**

### Billard

(ohne Leitung)

**15.00 - 17.00 Uhr**

### Malgruppe

Leitung: **Frau Wigand** ☎ 342 83 79  
(Kostenbeitrag 8 € je Termin / 120 Minuten)

**15.00 Uhr**

### Kulturelle Veranstaltungen

(Termine siehe Hausprogramm)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 21.00 Uhr**

### Chinesische Tanzgruppe Berlin

Leitung: **Frau Li**

## Donnerstag

**09.30 - 11.00 Uhr**

### Spanisch II für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 12.00 Uhr**

**„Beschwingter Kreis“**

**Wir tanzen deutsche Tänze und internationale Folklore!**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Teschendorf** ☎ 368 028 20

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Billard**

(ohne Leitung)

**11.15 - 12.45 Uhr**

**Spanisch - Konversation**

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**12.15 - 13.45 Uhr**

**Tänzerische Gymnastik**

Leitung: **Frau Dittwald** ☎ 890 940 50

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**13.00 - 14.30 Uhr**

**Spanisch für Anfänger\*innen ohne Vorkenntnisse**

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.45 - 14.40 Uhr**

**Französisch für Fortgeschrittene**

Leitung: **Frau Pauligk-Moritz** ☎ 505 677 11

(Kostenbeitrag 3 € je Termin / 55 Minuten)

**14.00 - 15.00 Uhr**

**Gymnastik**

Leitung: **Frau Wiechers** ☎ 0176 205 544 54

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**14.00 - 16.30 Uhr**

**Billard**

(ohne Leitung)

**14.00 - 17.30 Uhr**

**Canasta**

(ohne Leitung)

**15.15 - 16.45 Uhr**

**Tai Chi mit Vorkenntnissen**

Leitung: **Frau Yu**



## HANS-SÖHNKER-HAUS

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18:00 - 19.30 Uhr**

**Gymnastik, Yoga, Pilates mit Musik**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Lutter-Walther** ☎ 802 72 74

## Freitag

**09.30 - 13.00 Uhr**

**Billard**

(ohne Leitung)

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Seniorenchor Steglitz e.V.**

Leitung: **Frau Moenck** ☎ 0152 561 659 76

**13.00 - 17.30 Uhr**

jeden 1. und 3. Freitag im Monat

**Briefmarkenfreunde und Briefmarkenfreundinnen**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Hartmann** ☎ 774 44 73

**14.00 - 15.30 Uhr**

jeden 2. und 4. Freitag im Monat

**„Wirtschaft-Gesellschaft-Politik“ Diskussionen**

Leitung: **Frau Wieck**

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**14.00 - 16.30 Uhr**

**Malgruppe „Freitagsmaler“**

Leitung: **Frau Kath** ☎ 663 27 72

# Maria-Rimkus-Haus

Gallwitzallee 53  
12249 Berlin



**Leiterin: Frau Reinfeld**

☎ 766 838 62

Fax 766 859 88

✉: [maria-rimkus-haus@ba-sz.berlin.de](mailto:maria-rimkus-haus@ba-sz.berlin.de)

[www.steglitz-zehlendorf.de/maria-rimkus-haus](http://www.steglitz-zehlendorf.de/maria-rimkus-haus)

Facebook: [www.facebook.com/mariarimkushaus](https://www.facebook.com/mariarimkushaus)

**Ehrenamtliche Ansprechpartnerin: Frau Röder**



**Öffnungszeiten** Montag bis Freitag 10.30 Uhr bis 17.30 Uhr

**Fahrverbindungen** Bus **M 82** bis „Havensteinstraße“

**Rollstuhlfahrende sind herzlich willkommen!**

**Frau Reinfeld und das ehrenamtliche Team freuen sich auf Ihren Besuch!**

**Montag**

**09.15 - 10.15 Uhr**

**Gesundheitssport**

Leitung: **Frau Heiler** ☎ 0176 76 79 18 99  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Frau Bartsch** ☎ 833 19 27

**10.15 - 11.45 Uhr**

**Qi Gong**

**Atmung - Bewegung - Entspannung**

Leitung: **Frau Oßke**  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.15 - 11.45 Uhr**

**Computerkurs - Grundlagen**

**Vom 16.09.2024 bis 18.11.2024**

Leitung: **Herr Tockan** ☎ 0177 230 30 31  
Mit Vorabanmeldung beim Kursleiter. Bitte eigenen Laptop mitbringen.  
(Kostenbeitrag 69 € für Kurs mit 10 Terminen / je 90 Minuten)

**12.15 - 13.30 Uhr**

**Qi Gong**

**Atmung - Bewegung - Entspannung**

Leitung: **Frau Oßke**  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.00 - 17.00 Uhr**

**Canastagruppe**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Fornarelli und Frau Fesser**

**13.30 - 16.30**

**Kartenspielgruppe Hollywood (Phase 10)**

Ohne Leitung

**13.30 - 17.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Frau Bartsch** ☎ 833 19 27

**14.00 - 17.00 Uhr**

**Skat**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Seidel** ☎ 891 32 92

**16.00 - 18.00 Uhr**

**Linedance**

Leitung: **Herr Barnett** ☎ 0163 628 75 75  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**19.00 - 22.00 Uhr**

**Dynamite Devils Berlin SDC - Square Dance  
(Gruppe nicht für Anfänger/innen geeignet)**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Löscher** ☎ 0172 392 45 44

### Dienstag

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Malgruppe „Berliner Palette“**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Heckert** ☎ 774 48 28

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Frau Wistuba** ☎ 0157 866 735 77

**13.00 - 17.00 Uhr**

**Senienschachclub Steglitz**

Mitglied im Dachverband

Ohne Leitung

**13.30 - 17.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Frau Wistuba** ☎ 0157 866 735 77

**15.00 Uhr**

**Kulturelle Veranstaltungen**

(siehe Hausprogramm)

**17.00 - 19.00 Uhr**

**LIO liest**

Leitung: **Frau Fléing**

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 22.00 Uhr**

**Schachclub Lasker Steglitz**

### Mittwoch

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Smartphonetraining für Senioren/innen**

Ansprechpartner: **Herr Kraatz**

**MARIA-RIMKUS-HAUS**

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Frau Schulte-Rebna** ☎ 0162 725 66 54

**11.00 - 12.30 Uhr**

**Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene**

Leitung: **Herr Köpp** ☎ 121 117 09

Bitte bei der Leitung der Freizeitstätte anmelden  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**11.45 - 13.15 Uhr**

**Kopflust statt Kopflast**

Ganzheitliches Gedächtnistraining -offene Gruppe-

Leitung: **Frau Schwarzlose**

Bitte bei der Leitung der Freizeitstätte anmelden  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.00 - 16.00 Uhr**

**Gesellschaftsspiele**

Ohne Leitung

**13.30 - 16.30 Uhr**

**Seniorenorchester Steglitz**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Blauert - Catudal** ☎ 752 59 81

**15.00 - 16.30 Uhr**

**Italienisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Leitung: **Frau Sale** ☎ 348 24 81

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**16.00 - 17.30 Uhr**

**Hauskreis**

Leitung: **Frau Bärend** ☎ 238 896 09

**16.30 - 17.30 Uhr**

**Singkreis**

jeden 2. Mittwoch im Monat

Leitung: **Frau Vogel**

**17.30 - 18.45 Uhr**

**Nefertari - orientalischer Tanz**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Altintas** ☎ 03379 322 47 94

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**19.00 - 22.00 Uhr**

**Dynamite Devils Berlin SDC - Square Dance**

**(Gruppe nicht für Anfänger/innen geeignet)**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Löscher** ☎ 0172 392 45 44

**Donnerstag**

**09.30 - 10.30 Uhr**

**Linedance**

Leitung: **Frau Ehrig** ☎ 0177 554 71 68  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Italienisch**

Leitung: **Frau Sale** ☎ 348 24 81  
(Kostenbeitrag 3 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 12.00 Uhr**

**GedankenLust statt GedankenLast**

Leitung: **Frau Schwarzlose**  
Bitte bei der Leitung der Freizeitstätte anmelden  
(Kostenbeitrag 8 € je Termin / 120 Minuten)

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Frau Wistuba** ☎ 0157 866 735 77

**11.30 - 12.30 Uhr**

**Hockergymnastik**

Leitung: **Frau Bischoff**

**13.30 - 17.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Frau Wistuba** ☎ 0157 866 735 77

**14.00 - 15.30 Uhr**

**Selbsthilfegruppe für Osteoporose**

Leitung: **Frau Panicke**

jeden 1. Donnerstag im Monat

**14.00 - 17.00 Uhr**

**SoVD Kreisverband Steglitz-Zehlendorf**

jeden 1. Donnerstag im Monat

**14.00 Uhr**

**Musikalisches Café**

(siehe Hausprogramm)

**15.00 - 17.00 Uhr**

**Schwul/Lesbischer Stammtisch (LSBTI\*)** jeden 1. Donnerstag im Monat  
(ohne Leitung)

**15.00 - 18.00 Uhr**

**Frauenselbsthilfe Krebs Berlin Lichterfelde Ost**

Leitung: **Frau Möckel** ☎ 771 905 11

Leitung: **Herr Gericke** ☎ 771 905 11

jeden 3. Donnerstag im Monat

## MARIA-RIMKUS-HAUS

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**19.00 - 20.30 Uhr**

**Yoga**

Leitung: **Frau Pätzold** ☎ 796 48 29

### Freitag

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Kopflust statt Kopflast**

Kreative Schreibgruppe

Leitung: **Frau Schwarzlose**

Bitte bei der Leitung der Freizeitstätte anmelden

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Frau Schulte-Rebna** ☎ 0162 725 66 54

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Malen (Aquarell)**

(ohne Leitung)

**11.00 - 13.00 Uhr**

**Handarbeitsgruppe**

(ohne Leitung)

**12.00 - 13.00 Uhr**

**Seniorengymnastik**

Leitung: **Frau Jankowski**

(Kostenbeitrag 4,00 € je Termin / 60 Minuten)

**14.00 - 16.00 Uhr**

**Line-Dance für fortgeschrittene Anfänger/innen**

14-tägig

Ansprechpartnerin: **Frau Nanni**

**14.00 - 17.30 Uhr**

**Skatgruppe**

Ansprechpartnerin: **Frau Röder** ☎ 772 37 62

**15.30 - 17.30 Uhr**

**Kreatives Schreiben**

jeden 2. + 4. Freitag im Monat

Leitung: **Frau Schwarzlose**

Bitte bei der Leitung der Freizeitstätte anmelden

(Kostenbeitrag 8 € je Termin / 120 Minuten)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 21.00 Uhr**

**Kreuzbund**

**Samstag**

**10.00 - 15.00 Uhr**

**Basteloase**

Schmuckgestaltung mit Perlen

Leitung: **Frau Westphal** ☎ 922 574 14



# Kommunikationszentrum am Ostpreußendamm

Ostpreußendamm 52  
12207 Berlin



**Leiterin: Frau Müller**

☎ 772 60 55

✉: [kommunikationszentrum-am-od@ba-sz.berlin.de](mailto:kommunikationszentrum-am-od@ba-sz.berlin.de)  
[www.steglitz-zehlendorf.de/kommunikationszentrum-am-ostpreussendamm](http://www.steglitz-zehlendorf.de/kommunikationszentrum-am-ostpreussendamm)

Facebook:

[www.facebook.com/kommunikationszentrumamostpreussendamm](https://www.facebook.com/kommunikationszentrumamostpreussendamm)

**Ehrenamtlicher Ansprechpartner: Herr Büscher**



**Öffnungszeiten** Montag bis Freitag 10.30 Uhr bis 17.30 Uhr

**Fahrverbindungen** Bus **184** und **186** bis „Bogenstraße“

**Rollstuhlfahrende sind herzlich willkommen!**

**Frau Müller und das ehrenamtliche Team freuen sich auf Ihren Besuch!**

**Montag**

**10.00 - 11.00 Uhr**

**Ganzheitliches Gedächtnistraining**

Leitung: **Frau Niggemann** ☎ 712 91 19 ✉ eva\_niggemann@yahoo.de  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 11.00 Uhr**

**Smartphone und Tablet für Einsteiger/ - innen  
vom 09.09.2024 bis 14.10.2024**

(Kostenbeitrag 24 € je Kurs mit 6 Terminen / je 60 Minuten)  
Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet voll aufgeladen mit.

Leitung: **Frau Schwerdtner** ☎ 679 258 79

---

Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich bitte bei der Leitung der Freizeitstätte oder bei der Kursleitung.

---

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnisse**

Leitung: **Herr Bornaz Villagarcia** ☎ 0178 551 20 06

**11.15 - 12.15 Uhr**

**Smartphone und Tablet für Fortgeschrittene  
vom 09.09.2024 bis 14.10.2024**

(Kostenbeitrag 24 € je Kurs mit 6 Terminen / je 60 Minuten)  
Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet voll aufgeladen mit.

Leitung: **Frau Schwerdtner** ☎ 679 258 79

---

Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich bitte bei der Leitung der Freizeitstätte oder bei der Kursleitung.

---

**12.00 - 13.30 Uhr**

**Spanisch für Fortgeschrittene**

Leitung: **Herr Bornaz Villagarcia** ☎ 0178 551 20 06

**12.00 - 13:30 Uhr**

**Selbsthilfegruppe Guttempler**

Ansprechpartner: **Herr Kraatz** ☎ 712 53 73

**13.00 - 17:00 Uhr**

**Canasta, Rommé & Co**

Ansprechpartner: **Frau Schulz** ☎ 772 59 39

**14.00 - 17.00 Uhr**

**Fotoclub Steglitz-Zehlendorf (Digital)**

Mitglied im Dachverband

Ansprechpartner: **Herr Krause** ☎ 625 33 56  
www.fotoclub-steglitz-zehlendorf.de

**15.15 - 17.15 Uhr**

**Selbsthilfegruppe! Rheuma und Ernährung**

Leitung: **Frau Dirks** ☎ 231 312 37

am 3. Montag im Monat

**17.00 - 18.00 Uhr**

**Linedance für Anfänger**

Leitung: **Frau Junkherr** ☎ 0178 939 95 46

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 20.00 Uhr**

**Orientalischer Tanz**

Leitung: **Frau Staats**

### **Dienstag**

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Englisch für Fortgeschrittene**

**Lesen und Konversation in vergnügter Runde**

Leitung: **Frau Adam** ☎ 0174 371 49 59

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Leitung: **Herr Bornaz Villagarcia** ☎ 0178 551 20 06

**14.30 - 17.30 Uhr**

**Acrylmalgruppe**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Vogt** ☎ 832 209 28

**15.00 Uhr**

**Kulturelle Veranstaltungen**

(siehe Hausprogramm)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**17.30 - 22.00 Uhr**

**Doppelkopf für Nichtraucher/innen**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Amor** ☎ 0176 72931675

### **Mittwoch**

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Englisch-Gruppe**

Ansprechpartnerin: **Frau Heubeck** ☎ 365 95 55

**11.00 - 14.00 Uhr**

**Doppelkopf ohne Neunen**

Mitglied im Dachverband

Ansprechpartner: **Herr Rook** ✉ [olepaul@gmx.de](mailto:olepaul@gmx.de)

**15.15 - 17.15 Uhr**

**Malgruppe Pinselstrich**

Leitung: **Herr Splitt** ☎ 0163 236 51 58 ✉ petsplet@freenet.de  
(Kostenbeitrag 8 € je Termin / **120** Minuten)

**16.30 - 22.00 Uhr**

**Skatgruppe**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Nickel** ☎ 791 16 59 ✉ svennickel@t-online.de

### **Donnerstag**

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Frohe Sängerrunde**

Leitung: **Frau Schröder** ☎ 852 37 68

**10.30 - 12.00 Uhr**

**Qi Gong**

**Atmung - Bewegung - Entspannung**

Leitung: **Frau Oßke** ☎ 705 71 69

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**12.30 - 14.00 Uhr**

**Bewusstes Atmen kann**

- das Immunsystem stärken
- die Durchblutung fördern
- das Wohlbefinden positiv beeinflussen

Leitung: **Frau Gutmann** ☎ 785 93 90

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**14.00 - 15.00 Uhr**

**Gymnastik im Sitzen**

Ansprechpartnerin: **Frau Rengert**

**14.30 - 16.30 Uhr**

**Bingo**

jeden 1. Donnerstag im Monat

Ansprechpartnerin: **Frau Neumann** ☎ 797 837 15

**15.00 - 17.00 Uhr**

**Gesprächskreis**

jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat

Leitung: **Frau Schulte** ☎ 0162 237 11 24

(Kostenbeitrag 4 € je Termin)

**17.00 - 19.30 Uhr**

**Linedance für Fortgeschrittene**

Ansprechpartnerin: **Frau Bär** ☎ 711 78 96

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 21.00 Uhr**

**Skatgruppe**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Weihe** ☎ 0170 588 75 13

**19.00 - 22.00 Uhr**

**Honey Bears Berlin SDC - Square Dance**

**(Gruppe nicht für Anfänger/innen geeignet)**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Rauter** ☎ 0174 309 07 39

### **Freitag**

**09.30 - 10.30 Uhr**

**Rückengymnastik**

Leitung: **Frau C. Schmidt** ☎ 0175 833 84 12 ✉ [clasch1907@freenet.de](mailto:clasch1907@freenet.de)

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Nei Yang Gong (Innen Nährendes Qi Gong):** „Wandle Muskeln und Sehnen und bewege das Qi“, Übungen 1 - 12 Fortlaufende Kurse mit jeweils 10 Übungsterminen für Anfänger/-innen und bereits Übende

Leitung: **Frau Grieser** ✉ [dorit.grieser@kabelmail.de](mailto:dorit.grieser@kabelmail.de) ☎ 772 47 93

**10.30 - 11.30 Uhr**

**Rückengymnastik**

Leitung: **Frau C. Schmidt** ☎ 0175 833 84 12 ✉ [clasch1907@freenet.de](mailto:clasch1907@freenet.de)

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**14.00 - 16.00 Uhr**

**Line-Dance für Fortgeschrittene Anfänger/innen 2. + 4. Freitag im Monat**

Ansprechpartnerin: **Frau Nanni** ✉ [sabine.nanni@web.de](mailto:sabine.nanni@web.de)

**13.00 - 16.00 Uhr**

**Spielend ins Wochenende**

In fröhlicher Gemeinschaft, bei Speis und Trank spielen wir verschiedene gesellige Spiele.

Ansprechpartnerin: **Frau Müller** ☎ 772 6055

(kostenfrei, zzgl. Speisen und Getränke)

**14.00 - 16.00 Uhr**

**Philosophische Wissensreihe**

1x monatlich

Leitung: **Frau Schütz** ✉ [sokrates1806@gmail.com](mailto:sokrates1806@gmail.com)

Termine bitte bei der Leitung der Freizeitstätte erfragen.

---

**16.15 - 17.15 Uhr**

**Yoga**

Leitung: **Frau Richter** ☎ 0157 338 947 37

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 22.00 Uhr**

**“The Moonlight Gamblers”**

**Doppelkopf für Nichtraucher/ -innen**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Hofmann** ☎ 863 964 89

# Hertha-Müller-Haus

Argentinische Allee 89  
14163 Berlin



**Leiter: Herr Lehmann**

☎ 814 999 53

Fax 814 999 55

✉: [hertha-mueller-haus@ba-sz.berlin.de](mailto:hertha-mueller-haus@ba-sz.berlin.de)

[www.steglitz-zehlendorf.de/hertha-mueller-haus](http://www.steglitz-zehlendorf.de/hertha-mueller-haus)

Facebook: [www.facebook.com/herthamuellerhaus](https://www.facebook.com/herthamuellerhaus)

**Ehrenamtliche Ansprechpartnerin: Frau Knackstedt**



**Öffnungszeiten** Montag bis Freitag 10.30 Uhr bis 17.30 Uhr

**Fahrverbindungen** Bus **118** bis „Siebenendenweg“,  
Haltestelle direkt vor der Tür  
U-Bahn **U3** bis „Onkel Toms Hütte“, ca. 200 m  
Fußweg

**Rollstuhlfahrende sind herzlich willkommen!**

**Herr Lehmann, das ehrenamtliche Team und der Förderverein  
des Hertha-Müller-Hauses e.V. freuen sich auf Ihren Besuch!**

**Montag****10.00 - 11.30 Uhr****Qigong - Kurse**

Einfache Ruhe- und Bewegungsübungen aus der traditionellen chinesischen Medizin.

Leitung: **Frau Lienau**

---

Weitere Kurstermine erfragen Sie bitte bei der Leitung der Freizeitsstätte.

---

**10:00 - 11:30 Uhr****Wir gestalten Garten und Terrasse**

ab April

Leitung: **Herr Marquardt****10.00 - 12.30 Uhr****Malen und Zeichnen**

Vielfältige Techniken für Leute mit und ohne Talent

Leitung: **Frau Dr. Gaida****10.00 - 16.00 Uhr****Malerei und Grafik**Ansprechpartnerin: **Frau Vieth-Haase****11.00 - 12.00 Uhr****Französisch für Fortgeschrittene**Leitung: **Frau Furchtbar**

(Kostenbeitrag 3 € je Termin / 60 Minuten)

**11.30 - 13.00 Uhr****Bewusstes Atmen kann**

- das Immunsystem stärken
- die Durchblutung fördern
- das Wohlbefinden positiv beeinflussen

Leitung: **Frau Gutmann** ☎ 785 93 90

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.15 - 14.15 Uhr****Rhythmische Gymnastik**

Gelenk- und rüchenschonende Kräftigung des Skeletts und der Haltemuskulatur.

Leitung: **Herr Koch**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**13.30 - 17.00 Uhr****Kartenspielgruppe Hertha-Müller-Haus**

(ohne Leitung)

**13.30 - 17.00 Uhr****Schachgruppe**

(ohne Leitung)



**14.30 - 16.00 Uhr**

**Computerkurs - Grundlagen**

**Neue Kurse ab Herbst 2024**

Leitung: **Herr Tockan** ☎ 0177 230 30 31

Mit Vorabanmeldung beim Kursleiter. Bitte eigenen Laptop mitbringen.

(Kostenbeitrag 69 € für Kurs mit 10 Terminen / je 90 Minuten)

---

**Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich bitte bei der Leitung der Freizeitstätte nach weiteren Kursterminen.**

---

**14.30 - 16.30 Uhr**

**Wirtschaftskreis**

jeden 3. Montag im Monat

Der Wirtschaftskreis analysiert und geht aktuellen Themen aus Wirtschaft, Politik und Gesellschaft auf den Grund

Ansprechperson: **Frau Dankwerts** ☎ 891 66 19

**14.30 - 16.30 Uhr**

**Skat**

(ohne Leitung)

**15.00 - 16.30 Uhr**

**Lungensport**

Vielfältige Übungen zur Verbesserung der Atmung und der Beweglichkeit, insbesondere von Brustkorb und Wirbelsäule

Leitung: **Frau Ilchmann**

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten inkl. Umkleidezeit)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 22.00 Uhr**

**Bridge Sport Club Nr. 6**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Barnowski** ☎ 425 09 85

**18.00 - 22.00 Uhr**

**Schachgemeinschaft Bund e.V.**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Safai-Nia** ☎ 612 963 13

## **Dienstag**

**09.30 - 10.30 Uhr**

**Yoga I - die Lust am Leben**

Sanftes Yoga auf der Matte

Leitung: **Frau Kunze** ☎ 0163 826 98 96

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**09.30 - 10.30 Uhr**

**Atem und Bewegung (Ilse Middendorf)**

**im Sommerhalbjahr im Fischtalpark**

Leitung: **Herr Moericke** ☎ 0176 431 668 60

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**09.30 - 11.00 Uhr**

**Spanisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 11.00 Uhr** (Sommerzeit: 09.30 - 10.30 Uhr)

**Nordic Walking**

Leitung: **Frau Recknagel**

**10.00 - 13.00 Uhr**

**Kreative Arbeitsgruppe Ton und Keramik**

Leitung: **Frau Elton** ☎ 815 85 61

**11.00 - 12.00 Uhr**

**Yoga II - die Lust am Leben**

Sanftes Yoga auf dem Stuhl

Leitung: **Frau Kunze** ☎ 0163 826 98 96

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**11.00 - 12.30 Uhr**

**Englisch für Anfänger/innen mit guten Vorkenntnissen**

Leitung: **Frau McLarren**

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**11.15 - 12.45 Uhr**

**Spanisch für Fortgeschrittene**

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**12.20 - 13.20 Uhr**

**Yoga III - die Lust am Leben**

Sanftes Yoga auf der Matte

Yoga verstärkt die Gesundheit, beeinflusst das physische und psychische Wohlbefinden

Leitung: **Frau Kunze** ☎ 0163 826 98 96

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**13.00 - 14.30 Uhr**

**Englisch für Anfänger/innen**

Leitung: **Frau McLarren**

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.00 - 14.30 Uhr**

**Spanisch für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen**

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

## HERTHA-MÜLLER-HAUS

**13.45 - 15.15 Uhr**

**Yoga-Stretching-Pilates mit Musik**

Leitung: **Frau Lutter-Walther** ☎ 802 72 74

✉ [martina.sport.honig@gmail.com](mailto:martina.sport.honig@gmail.com)

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**15.00 - 16.30 Uhr**

**Treffen des Singkreises**

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat

ohne Leitung

**14.30 - 16.30 Uhr**

**Kreatives Formen von Speckstein**

Leitung: **Frau Thaens**

**15.00 Uhr**

**Kulturelle Veranstaltungen**

(siehe Hausprogramm)

**15.30 - 17.00 Uhr**

**TaiJi-Schwertform**

Leitung: **Frau Hergl**

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**19.00 - 21.00 Uhr**

**Kapelle B**

**Mitglied im Dachverband**

Leitung: **Herr Jaitner** ☎ 0173 882 00 76

**19.00 - 22.00 Uhr**

**Rubber Dollies Square Dance Club**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Schütten** ☎ 0163 700 05 94

## Mittwoch

**09.00 - 10.00 Uhr**

**Rückengymnastik**

Leitung: **Herr Hanowski**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**09.30 - 13.00 Uhr**

**Porzellanmalerei**

(ohne Leitung)

**11.00 - 13.00 Uhr**

**Tischtennis-Treff**

**bei gutem Wetter draußen auf dem Parkplatz**

(ohne Leitung)

**10.00 - 12.00 Uhr** jeden 2. Mittwoch im Monat  
**Sprechstunde Seniorenvertretung**  
Termine finden Sie auf dem Aushang in der Freizeitstätte oder unter  
[www.steglitz-zehlendorf.de/Senioenvertretung](http://www.steglitz-zehlendorf.de/Senioenvertretung)  
Ansprechpartnerin: **Frau Kannenberg** ☎ mit AB 90299 3040 und  
mobil: 0162 217 17 41

**10.00 - 14.00 Uhr**  
**Plastisches Gestalten**  
Ansprechpartnerin: **Frau Vieth-Haase**

**10.15 - 11.15 Uhr**  
**Stuhlgymnastik I**  
Leitung: **Herr Hanowski**  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.30 - 12.00 Uhr**  
**Yoga für Fortgeschrittene I**  
Leitung: **Frau Kunze** ☎ 0163 826 98 96  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.30 - 12.30 Uhr** jeden 2. Mittwoch im Monat  
**Freundeskreis Literatur**  
Der Kreis wendet sich an Interessierte, die sich unter Gleichgesinnten über  
moderne Literatur des 20. und 21. Jahrhundert austauschen möchten.  
Ansprechpartnerin: **Frau Danckwerts** ☎ 891 66 19

**11.30 - 12.30 Uhr**  
**Stuhlgymnastik II**  
Leitung: **Herr Hanowski**  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**12.30 - 14.00 Uhr**  
**Yoga für Fortgeschrittene II**  
Leitung: **Frau Kunze** ☎ 0163 826 98 96  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.30 - 17.00 Uhr** jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat  
**Treffen der Gehörlosengruppe**  
Ansprechpartner: **Herr Knörzer** **Fax:** 707 635 23 oder  
**SMS-Handy:** 0160 632 60 58

**14.00 - 17.00 Uhr**  
**Blindengruppe I und II im Wechsel**  
Leitung: **Frau Kramer, Herr Kramer, Frau Buß**

**14.00 - 17.00 Uhr**  
**Spielegruppe**  
(ohne Leitung)

## HERTHA-MÜLLER-HAUS

**14.00 – 17.00 Uhr**  
**Kartenspielgruppe**  
Ansprechpartner: **Frau Lilli**

**14.15 – 15.15 Uhr**  
**Rhythmische Gymnastik**  
Gelenk- und rüchenschonende Kräftigung des Skeletts und der Haltemuskulatur  
Leitung: **Herr Koch**  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**14.30 – 17.00 Uhr**  
**Tischtennis-Treff**  
**bei gutem Wetter draußen auf dem Parkplatz**  
(ohne Leitung)

**15.00 – 17.00 Uhr**  
**Sozialverband Deutschland** jeden 4. Mittwoch im Monat  
Ortsverband Steglitz-Zehlendorf  
Ansprechpartner: **Herr Engelmann** ☎ 764 032 10

**15.00 – 17.00 Uhr**  
**Klöntisch**  
Mittelhof e.V.  
Ansprechpartnerin: **Frau Hofbauer** ☎ 801 975 13

**15.45 – 20.00 Uhr**  
**Bridge Sport Club Nr. 6**  
**Bridge Turniere**  
Mitglied im Dachverband  
Leitung: **Herr Barnowski** ☎ 425 09 85

**16.00 – 17.30 Uhr**  
**Fotografie** jeden 1. Mittwoch im Monat  
Ansprechpartner: **Herr Liemandt** ☎ 0175 406 80 31  
✉ Liemandt@msn.com

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**19.30 – 22.30 Uhr**  
**Guttempler-Gemeinschaft „Harmonie“**  
Offene Suchtselbsthilfegruppe  
Ansprechpartner: **Herr Goede** ☎ 0163 719 09 57

## Donnerstag

**09.00 – 09.45 Uhr**  
**Pilates**  
Leitung: **Frau Proßowsky** ☎ 0163 751 24 56  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 11.00 Uhr**  
**Nordic-Walking II**  
 Leitung: **Frau Knackstedt**

**10.00 - 11.30 Uhr**  
**Die Feldenkrais - Methode**  
 Ist für alle Menschen geeignet  
 Die Methode ist für Menschen jeden Alters geeignet, die

- ihre Beweglichkeit verbessern wollen
- Stress und Verspannung abbauen wollen
- etwas für ihr Wohlbefinden tun wollen

Leitung: **Frau Kahlke** ☎ 809 056 22  
 (Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**11.30 - 13.00 Uhr**  
**Spanisch für Anfänger/-innen mit Grundkenntnisse**  
 Leitung: **Herr Arias Schreiber**  
 (Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**11.30 - 13.00 Uhr**  
**Die Feldenkrais - Methode**  
 Ist für alle Menschen geeignet  
 Die Methode ist für Menschen jeden Alters geeignet, die

- ihre Beweglichkeit verbessern wollen
- Stress und Verspannung abbauen wollen
- etwas für ihr Wohlbefinden tun wollen

Leitung: **Frau Kahlke** ☎ 809 056 22  
 (Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**12.30 -14.00 Uhr**  
**Italienisch für Fortgeschrittene II**  
 Leitung: **Frau Sale** ☎ 348 24 81  
 (Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**14.15 - 15.45 Uhr**  
**Italienisch für Anfänger/ -innen**  
 Leitung: **Frau Sale** ☎ 348 24 81  
 (Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**14.45 - 16.15 Uhr**  
**Internationaler Erlebnis- und Folkloretanz**  
 Tanzen macht Spaß und bringt Lebensfreude in den Alltag  
 Vielseitig und Interessant, Partner/in nicht erforderlich  
 Leitung: **Frau Boudodimus** ☎ 802 76 09

**15.00 - 17.00 Uhr** jeden 4. Donnerstag im Monat  
**ILCO Selbsthilfegruppe Darmkrebs**  
 Leitung: **Herr Mühlberg**

## HERTHA-MÜLLER-HAUS

**15.00 – 17.00 Uhr**

**Doppelkopf**

jeden 1.+3. Donnerstag im Monat

Leitung: **Herr Prokop**

**15.30 – 17.00 Uhr**

**Literaturkreis**

jeden 2. Donnerstag im Monat

Leitung: **Herr Dr. Walter**

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 – 22.00 Uhr**

**Bridge Sport Club Nr. 6**

am 2., 3. und 4. Do im Monat

(Unterricht und betreutes spielen)

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Barnowski** ☎ 425 09 85

## Freitag

**09.00 – 10.00 Uhr**

**Rückengymnastik**

Leitung: **Herr Hanowski**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**09.00 – 10.30 Uhr**

**Smartphone und Tablet für Einsteiger/ - innen**

**vom 06.09.2024 bis 11.10.2024**

(Kostenbeitrag 36 € für Kurs mit 6 Terminen / je 90 Minuten)

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet voll aufgeladen mit.

Leitung: **Frau Schwerdtner** ☎ 679 258 79

---

Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich bitte bei der Leitung der Freizeitstätte nach weiteren Kursterminen oder bei der Kursleitung.

---

**10.00 – 11.00 Uhr**

**Französisch mit Muße für Fortgeschrittene I**

(Auffrischung alter Schulkenntnisse)

Leitung: **Frau Furchtbar**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.30 – 12.00 Uhr**

**Folklore Tanzgruppe**

Ansprechpartnerin: **Frau Boudodimus** ☎ 802 76 09

**10.45 – 12.15 Uhr**

**Smartphone und Tablet für Fortgeschrittene**

**vom 06.09.2024 bis 11.10.2024**

(Kostenbeitrag 36 € für Kurs mit 6 Terminen / je 90 Minuten)

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet voll aufgeladen mit.

Leitung: **Frau Schwerdtner** ☎ 679 258 79

---

Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich bitte bei der Leitung der Freizeitstätte nach weiteren Kursterminen oder bei der Kursleitung.

---

**11.00 - 12.00 Uhr**

**Französisch mit Muße für Fortgeschrittene II**

(Zeitungen, Literatur und Gegenwartsfragen)

Leitung: **Frau Furchtbar**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**12.30 - 14.00 Uhr**

**Gymnastik für die Gesundheitsförderung**

Trainiert werden Muskeln, Bänder, der gesamte Halteapparat sowie Koordination und Konzentration der Teilnehmer/innen; für einzelne Bereiche Verwendung leichter Hilfsmittel.

Leitung: **Herr Siewert**

**15.00 - 16.30 Uhr**

**Gehirngymnastik**

Möchten Sie denkfit und -flexibel bleiben? Ich lade Sie herzlich zum ganzheitlichen Gedächtnistraining im Rahmen eines lebenserfrischenden Gruppenerlebnisses mit pfiffigen Tricks für den Alltag ein.

Leitung: **Frau Roth**

**Zertifizierte Gedächtnistrainerin im  
Bundesverband Gedächtnistraining e.V.**

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**15.30 - 16.30 Uhr**

**Autogenes Training**

Ansprechpartnerin: **Frau Steinborn** ☎ 516 313 83

**15.30 - 18.00 Uhr**

**Omas gegen Rechts**

jeden 3. Freitag im Monat

Ansprechpartnerin: **Frau Merkel-Anger**

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 22.00 Uhr**

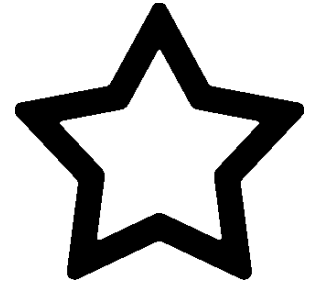
**Bridge Sport Club Nr. 6**

**Bridge Tuniere**

Leitung: **Herr Barnowski** ☎ 425 09 85



# Weihnachtssterne 2024 Im Hertha-Müller-Haus, Argentinische Allee 89, 14163 Berlin



Mittwoch, den  
4. Dezember 2024  
13:00 - 16:30 Uhr  
Einlass: 12:30 Uhr

Donnerstag, den  
5. Dezember 2024  
13:00 - 16:30 Uhr  
Einlass: 12:30 Uhr

Freitag, den  
6. Dezember 2024  
13:00 - 16:30 Uhr  
Einlass: 12:30 Uhr



Foto: Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin

Ein festlich geschmückter Bühnensaal und der Duft von Weihnachtsgebäck und Tannengrün sind ein Indiz für die alljährlich sehr beliebte Veranstaltungsreihe mit dem Titel „Die Weihnachtssterne“. Auch in diesem Jahr werden Sie die Weihnachtssterne mit stimmungsvoller Livemusik und einem köstlichen Mittagsbuffet auf die bevorstehenden Festtage einstimmen. Mit weihnachtlichem Gebäck und einer Tasse Kaffee lassen wir die Weihnachtssterne in gemütlicher Atmosphäre ausklingen.

Die Karten zum Preis von 18,00 € (ermäßigt 7,00 €) beinhalten das Mittagsbuffet, ein Getränk (ein Glas Wein oder ein alkoholfreies Getränk) sowie das Kaffeegedeck. **Die Teilnahme ist nur nach vorheriger telefonischer Anmeldung ab dem 15. Oktober 2024, 9:00 Uhr unter der 030 90299 6546 möglich. Die Karten können Sie nach der telefonischen Kartenreservierung im Hertha-Müller-Haus oder im Rathaus Lankwitz, Zimmer 30 abholen.** Bitte beachten Sie, dass aufgrund der hohen Nachfrage die Telefonleitung zwischenzeitlich belegt sein kann, versuchen Sie es bitte in diesem Fall später erneut.

Nur mit Kartenvorverkauf. Aufgrund der hohen Nachfrage werden höchstens 2 Karten pro Person verkauft. Die Karten sind tischweise nummeriert.

**Diese Veranstaltung des Amtes für Soziales wird ermöglicht durch eine Zuwendung der Stiftung Deutsche Klassenlotterie Berlin.**

# Hans-Rosenthal-Haus

Bolchener Str. 5  
14167 Berlin



**Leiterin: Frau Starke**

☎ 811 91 96

✉: [hans-rosenthal-haus@ba-sz.berlin.de](mailto:hans-rosenthal-haus@ba-sz.berlin.de)

[www.steglitz-zehlendorf.de/hans-rosenthal-haus](http://www.steglitz-zehlendorf.de/hans-rosenthal-haus)

Facebook: [www.facebook.com/hansrosenthalhaus](https://www.facebook.com/hansrosenthalhaus)

**Ehrenamtliche Ansprechpartnerin: Frau Schulz**



**Öffnungszeiten** Montag bis Freitag 10.30 Uhr bis 17.30 Uhr

**Fahrverbindungen** S-Bahn **S1** bis „Sundgauer Straße“,  
ca. 200 m Fußweg

Bus **X11** bis „Bolchener Straße“

**Rollstuhlfahrende sind herzlich willkommen!**

**Frau Starke, das ehrenamtliche Team und der Förderverein der Freunde des Hans-Rosenthal-Hauses e.V. freuen sich auf Ihren Besuch!**

**Montag**

**09.30 - 11.00 Uhr**

**Italienisch für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen**

Leitung: **Frau Sale** ☎ 348 24 81

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 11.00 Uhr**

**Gymnastik mit Musik**

Leitung: **Frau Kemps** ☎ 812 987 31

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Spanisch**

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Reise- und Wandergruppe „Post-Senioren“** jeden 1. Montag im Monat

Leitung: **Herr Bethge** ☎ 809 024 98

**11.00 - 13.00 Uhr**

**Tischtennis**

(ohne Leitung)

**11.15 - 12.45 Uhr**

**Italienisch für Anfänger/innen**

Leitung: **Frau Sale** ☎ 348 24 81

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**11.15 - 12.45 Uhr**

**Tanzgruppe „Bleib fit - mach mit“**

Leitung: **Frau Görtz** ☎ 0151 533 415 45

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**11.45 - 13.45 Uhr**

**Spanisch**

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70

(Kostenbeitrag 8 € je Termin / 120 Minuten)

**13.00 - 14.00 Uhr**

**Italienisch**

Leitung: **Frau Sale** ☎ 348 24 81

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**14.00 - 17.00 Uhr**

**Bridgegruppe**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Walter** ☎ 817 59 24

**14.30 - 17.00 Uhr**

**Töpfergruppe**

Leitung: **Herr Bojaschewsky** ☎ 823 14 34

**15.00 - 16.30 Uhr**

**Digitale Medien**

Leitung: **Herr Kitzing** ☎ 0163 775 68 96

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.30 -19.30 Uhr**

**Line-Dance**

Leitung: **Herr von Berg** ☎ 0163 987 20 13

### **Dienstag**

**09.00 - 10.00 Uhr**

**Yoga**

Leitung: **Frau Proßowsky** ☎ 0163 751 24 56  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 11.00 Uhr**

**Pilates**

Leitung: **Frau Proßowsky** ☎ 0163 751 24 56  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 13.30 Uhr**

**Kochgruppe**

Leitung: **Frau Grobe**

**11.00 - 12.00 Uhr**

**Rückengymnastik**

Leitung: **Hr. Koch** ☎ 0176 604 223 54  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**11.45 - 12.45 Uhr**

**Französisch für Fortgeschrittene**

Leitung: **Frau Pauligk-Moritz** ☎ 505 671 11  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**12.00 - 13.00 Uhr**

**Bewusstes Atmen**

Leitung: **Frau Kolkmeier**  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**13.50 - 14.50 Uhr**

**Qigong und Meditation**

Leitung: **Frau Sadar** ☎ 0152 063 923 44  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

## HANS-ROSENTHAL-HAUS

**14.00 - 17.00 Uhr**

**Porzellanmalgruppe**

Leitung: **Frau Hanninger** ☎ 033232 414 45

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / **180** Minuten)

**15.00 - 16.00 Uhr**

**Gedächtnistraining**

Leitung: **Frau Wolkenbrink El-Ali** ☎ 817 37 49

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**15.00 - 17.00 Uhr**

**Bastelgruppe**

(ohne Leitung)

**15.00 - 18.00 Uhr**

**Spielgruppe**

jeden 1. Dienstag im Monat

Ansprechpartnerin: **Frau Rüdiger**

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 21.30 Uhr**

**Shanty-Chor Berlin e. V.**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Herr Keller** ☎ 0172 763 98 36

## Mittwoch

**9.15 - 10.15 Uhr**

**Fit im Alltag**

**Sturzprophylaxe/Osteoporoserisiken**

Leitung: **Frau Funk** ☎ 0176 363 192 38

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 11.00 Uhr**

**Tischtennis**

Leitung: **Frau Reimann** ☎ 0179 999 86 06

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Spanisch**

Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Aquarell - Gruppe**

(ohne Leitung)

**10.00 - 12.30 Uhr**

**Patchwork- und Handarbeitsgruppe**

In netter geselliger Runde können Sie u.a. Strickmuster austauschen und neue Stricktechniken kennen lernen!

(ohne Leitung)

**10.30 - 13.30 Uhr**  
**Kochgruppe**  
Leitung: **Frau Schiller**

**11.00 - 12.00 Uhr**  
**Gymnastik mit Musik**  
Leitung: **Frau Kempf** ☎ 812 987 31  
(Kostenbeitrag 3 € je Termin / 60 Minuten)

**11.45 - 13.45 Uhr**  
**Spanisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse**  
Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70  
(Kostenbeitrag 8 € je Termin / 120 Minuten)

**12.00 - 13.00 Uhr**  
**Feldenkrais - Gruppe**  
Leitung: **Frau Hoffman** ☎ 690 407 20  
(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**13.30 - 15.00 Uhr**  
**Spanisch für Anfänger/innen ohne Vorkenntnisse**  
Leitung: **Frau Dittmann-Alvarado** ☎ 806 043 70  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**14.30 - 16.00 Uhr**  
**Internationale Folklore- und Gemeinschaftstänze**  
Leitung: **Herr Ebert** ☎ 833 22 52

**14.30 - 17.00 Uhr**  
**Skat**  
Leitung: **Frau Wiehle** ☎ 0174 935 50 25

**16.00 - 17.00 Uhr**  
**Linedance**  
Leitung: **Frau Romroth** ☎ 822 11 77  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.30 - 20.30 Uhr**  
**Frauenchor**  
Mitglied im Dachverband  
Leitung: **Frau Nicking** ☎ 803 58 38

### **Donnerstag**

**10.00 - 11.30 Uhr**  
**Kreatives Schreiben**  
Leitung: **Frau Grundmann** ☎ 0176 489 979 45

## HANS-ROSENTHAL-HAUS

**15.00 Uhr**  
**Kulturelle Veranstaltungen**  
(siehe Hausprogramm)

Außerhalb des Freizeitprogramms:  
**18.00 - 21.30 Uhr**  
**Schachclub Zehlendorf e.V.**  
Leitung: **Herr Flöel** ☎ 0176 433 841 25

## **Freitag**

**10.00 - 12.00 Uhr**  
**Treffen des Senioren - Singkreises**  
Ansprechpartnerin: **Frau Richter** ☎ 817 63 85

**10.00 - 12.00 Uhr**  
**Karten spielen**  
Ansprechpartnerin: **Frau Machui** ☎ 0171 190 51 90

**10.00 - 13.00 Uhr**  
**Porzellan - Malgruppe**  
Mitglied im Dachverband  
Leitung: **Frau Tschampel** ☎ 825 62 99

**10.30 - 13.30 Uhr**  
**Koch - Gruppe**  
Leitung: **Frau Weise**

**13.30 - 17.00 Uhr**  
**Schachgruppe**  
Leitung: **Herr Krombach**

Außerhalb des Freizeitprogramms:  
**19.00 - 21.00 Uhr**  
**Treffen der Staudengruppe** jeden 2. Freitag im Monat  
September bis April im Hans-Rosenthal-Haus  
Mai bis August Besichtigungen  
Leitung: **Frau Gorr**

**18.00 - 22.00 Uhr** jeden 1.,3. und 4. Freitag im Monat  
**Schachclub Zehlendorf e.V.**  
Leitung: **Herr Flöel** ☎ 0176 433 841 25

## **Samstag**

**14.00 - 19.00 Uhr**  
**Bridgegruppe**  
Mitglied im Dachverband  
Leitung: **Herr Walter** ☎ 817 59 24

**Im Hans-Rosenthal-Haus kann jederzeit Tischtennis gespielt werden**

# Freizeitstätte Süd

Teltower Damm 226  
14167 Berlin



**Leiterin: Frau Stahl**

☎ 845 077 60

✉: [freizeitstaettesued@ba-sz.berlin.de](mailto:freizeitstaettesued@ba-sz.berlin.de)

[www.steglitz-zehlendorf.de/freizeitstaette-sued](http://www.steglitz-zehlendorf.de/freizeitstaette-sued)

Facebook: [www.facebook.com/freizeitstaettesued](https://www.facebook.com/freizeitstaettesued)

**Ehrenamtliche Ansprechpartnerin: Frau Stand**



**Öffnungszeiten**

Montag bis Freitag 10.30 Uhr bis 17.30 Uhr

**Fahrverbindungen**

Bus **X 10** und **285** bis „Am Birkenknick“

**Rollstuhlfahrende sind herzlich willkommen!**

**Frau Stahl und das ehrenamtliche Team freuen sich auf Ihren Besuch!**



## FREIZEITSTÄTTE SÜD

### Montag

**9.45 - 11.30 Uhr**

**Yoga**

Leitung: **Frau Krause** ☎ 0152 241 246 82  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.30 - 12.00 Uhr**

**Englisch - Mittelstufe**

Leitung: **Frau Hayward** ☎ 0157 885 307 85  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**12.15 - 13.30 Uhr**

**Englisch - Konversation für Fortgeschrittene**

Leitung: **Frau Hayward** ☎ 0157 885 307 85  
(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.00 - 17.00 Uhr**

**Doppelkopf**

ohne Leitung

**13.15 - 14.15 Uhr**

**Smartphonekurs für Anfänger**

**vom 09.09.2024 bis 14.10.2024**

(Kostenbeitrag 24 € für Kurs mit 6 Terminen / je 60 Minuten)

**Smartphonekurs für Fortgeschrittene**

**vom 28.10.2024 bis 02.12.2024**

(Kostenbeitrag 24 € für Kurs mit 6 Terminen / je 60 Minuten)

Leitung: **Frau Schwerdtner** ☎ 679 258 79

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet voll aufgeladen mit. Tablets können leihweise gestellt werden.

---

Bei Interesse an diesem Angebot erkundigen Sie sich bitte bei der Leitung der Freizeitstätte nach weiteren Kursterminen oder bei der Kursleitung.

---

**14.00 - 16.00 Uhr**

**Senioren - Schreibwerkstatt Zehlendorf**

**ab 16.09.2024**

Leitung: **Frau Hollmann-Wobschall**

(Kostenbeitrag 8 € je Termin / 120 Minuten)

**14.00 - 18.00 Uhr**

**Bridgegruppe**

Ansprechpartnerin: **Frau Tuchscherer**

**14.30 - 16.30 Uhr**

**Parkinson - Gruppe**

am 2. Montag im Monat

Leitung: **Herr Adler**

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**17.30 - 18.30 Uhr**

**Cantienica Beckenbodentraining**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Buchholz** ☎ 0163 727 87 26

(Kostenbeitrag 10 €)

**18.30 - 20.00 Uhr**

**Kundalini Yoga -Basiskurs-**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Belewsky** ☎ 0176 32 70 2000

(Kostenbeitrag 10 €)

ab November 2024

**19.00 - 20.00 Uhr**

**Gesundheitsorientiertes Trampoltraining auf dem Bellicon**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Lipowski** ☎ 0177 282 88 61

(Kostenbeitrag 5 €)

### Dienstag

**10.00 - 11.00 Uhr**

**Gedächtnistraining**

Leitung: **Frau Rambaud-Schulze**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Yoga für Leute ab 50 plus**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Goldbach** ☎ 0178 939 98 67 (Bitte SMS senden)

**10.30 - 12.30 Uhr**

**Tischtennis**

ohne Leitung

**12.00 - 13.00 Uhr**

**Gesundheitsorientierte Trampolinfitness**

Leitung: **Herr Belewsky**

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 60 Minuten)

**13.15 - 14.15 Uhr**

**Gesundheitsorientierte Trampolinfitness**

Leitung: **Herr Belewsky**

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 60 Minuten)

**13.30 - 16.30 Uhr**

**Unionhilfswerk - Geselliges Beisammensein**

Leitung: **Frau Ehrhardt**

am 2. Dienstag im Monat

## **FREIZEITSTÄTTE SÜD**

**14.30 - 15.30 Uhr**

**Gymnastik 60 +**

Leitung: **Frau Baldowski**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**14.00 - 17.30 Uhr**

- **Kreatives Arbeiten mit Stoff**            jeden 1. und 3. Dienstag im Monat

Leitung: **Frau Kettelhut**

- **Strickgruppe**    jeden 3. Dienstag im Monat

Leitung: **Frau Walther**

**15.00 - 16.30 Uhr**

**Gruppe 1**

**Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen**

**vom 06.08.2024 bis 03.12.2024**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Dillmann** ☎ 0163 604 89 52

**16.00 - 17.30 Uhr**

**Gruppe 2**

**Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen**

**vom 09.07.2024 bis 10.12.2024**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Dillmann** ☎ 0163 604 89 52

**16.00 - 17.00 Uhr**

**Sturzprävention - Sicher stehen, Sicher gehen**

Leitung: **Herr Rabisch**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / **60** Minuten)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 19.30 Uhr**

**Tai-Chi**

Leitung: **Herr Wagner** ☎ 0170 983 00 48

## **Mittwoch**

**09.30 - 10.30 Uhr**

**Bewegt in den Tag**

Leitung: **Frau Ratsch**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / **60** Minuten)

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Literaturkreis**

jede gerade Kalenderwoche

Leitung: **Frau Dethlefs**

**10.30 – 12.00 Uhr**

**Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen**

Ansprechpartner: **Frau Dannehl** ☎ 0177 339 89 43

**11.00 – 12.00 Uhr**

**Bewusstes Atmen**

Leitung: **Frau Kolkmeier**

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**12.00 – 17.00 Uhr**

**Fahrradgruppe (von April bis Oktober, siehe Aushang)**

Leitung: **Herr Schuster**

(Bei Interesse bitte an die Freizeitstättenleiterin wenden)

**12.15 – 13.45 Uhr**

**Qigong**

Leitung: **Frau Sardar**

(Kostenbeitrag 5 € je Termin / 90 Minuten)

**13.30 – 16.30 Uhr**

**Rummy Cup**

Ansprechpartnerin: **Frau Mießner**

**14.00 – 16.00 Uhr**

**Mahjong**

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat

Ansprechpartnerin: **Frau Höpfner**

**14.30 – 16.00 Uhr**

**Auszeit für die Seele (Meditation)**

Leitung: **Frau Nitsche** ☎ 0176 569 367 86

✉ ivette.nitsche@gmx.de

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**14.00 – 17.00 Uhr**

- **Schwulen und Lesben Stammtisch (LSBTI)**

jeden 4. Mittwoch im Monat

- **Spielegruppe für Frauen, die Frauen lieben und Männer, die Männer lieben 60+**

jeden 2. Mittwoch im Monat

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 – 24.00 Uhr**

**Schach**

Leitung: **Herr Schilke** ☎ 0175 757 19 71

**Donnerstag**

**09.00 - 10.00 Uhr**

**Latin-Jazz-Line-Dance für Anfänger/ -innen (kein Country-Western)**

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

Leitung: **Herr von Berg** ☎ 0163 987 20 13

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**09.30 - 11.00 Uhr**

**Pilates**

Leitung: **Frau Lorenzen**

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**10.05 - 11.05 Uhr**

**Latin-Jazz-Line-Dance für Fortgeschrittene (kein Country-Western)**

**Für Tänzer/innen mit tänzerischen Vorkenntnissen**

Leitung: **Herr von Berg** ☎ 0163 987 20 13

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**10.00 - 12.00 Uhr**

**Töpfer - Gruppe**

Leitung: **Frau Neidenbach**

**11.15 - 12.45 Uhr**

**Gesellschaftstänze für Paare mit tänzerischen Vorkenntnissen  
Standard und Lateinamerikanisch**

Leitung: **Herr von Berg** ☎ 0163 987 20 13

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**13.00 - 14.00 Uhr**

**Gesellschaftstänze Übungsgruppe  
Standard und Lateinamerikanisch**

Leitung: **Herr von Berg** ☎ 0163 987 20 13

(Kostenbeitrag 4 € je Termin / 60 Minuten)

**14.00 - 16.30 Uhr**

**Tiffany-Glasarbeiten**

Ansprechpartner: **Herr Dietze** ☎ 433 76 87

Mit Materialkostenersatz durch die Teilnehmenden

**14.30 - 16.30 Uhr**

**Bridge Unterricht**

jeden 3. Donnerstag im Monat

Ansprechpartnerin: **Frau Dr. Riebenschahm** ☎ 344 33 38

**15.00 - 16.30 Uhr**

**Line Dance (Country) Vorkenntnisse erforderlich**

Leitung: **Frau Giese** ☎ 0178 260 41 06

(Kostenbeitrag 6 € je Termin / 90 Minuten)

**17.00 - 19.00 Uhr**

**Schulungsreihe für Pflegende Angehörige von Demenz**

**Ab 19.09.2024**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Dillmann** ☎ 0163 604 89 52

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.30 - 19.30 Uhr**

**Yoga 50+**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Goldbach** ☎ 0178 939 98 67 (bitte SMS senden)

### **Freitag**

**14.00 - 17:00Uhr**

**Kulturelle Veranstaltungen**

(siehe auch Hausprogramm)

Außerhalb des Freizeitprogramms:

**18.00 - 24.00 Uhr**

**Schach**

Leitung: **Herr Schilke** ☎ 0175 757 19 71

---

## Gruppentreffen außerhalb unserer Freizeitstätten

### Montag

**09.00 - 13.00 Uhr**

Sporthalle Zehlendorf (im Mehrzweckraum), Onkel-Tom-Str. 58-60,  
14169 Berlin

**Tischtennisgruppe**

vorherige Anmeldung erforderlich

Leitung: **Frau Eimermacher**

**Anmeldung** ☎ 802 99 19 (mit AB)

Interessierte sind herzlich willkommen!

**15.00 - 15.30 Uhr**

PrimaVita-Bad im ehem. Reha-Zentrum, Teltower Damm 95-101,  
14167 Berlin

**Senioren-Schwimmgruppe der DLRG**

**Sehbehinderten-Schwimmen**

**Ärztliches Attest ist erforderlich!**

Teilnahmevoraussetzung: Beitritt zur DLRG / bestehende Mitgliedschaft

Leitung: **Herr Saß** ☎ 03320 37 80 80 oder

Handy: 0171 520 80 80

(Kostenbeitrag für das Seniorenschwimmen: 60 € / halbjährlich; zahlbar  
im Voraus, unabhängig von der tatsächlichen Teilnahme)

**16:30 - 18:00 Uhr**

Ski-SG Bund e.V., Türksteinweg 21d,  
14167 Berlin

**Leichtathletik und Sportabzeichenabnahme**

**Von April-September im Stadion Wilmersdorf**

Vereinsjahresbeitrag: 36,00 € für Einzelmitglieder und 68,00 € für

Ehepaare/Lebensgemeinschaften

Ansprechpartner: **Herr Hindrich** ☎ 815 40 80 oder

Handy: 0175 593 64 47

### Dienstag

**Ab 09.00 Uhr**

**Ein ganzer Tag Natur: Frau Schmidt** (siehe Seiten 66-69)

**10.00 - 12.00 Uhr**

Carl-Schuhmann-Halle, Osdorfer Str. 52

**Volleyball-Gruppe**

Ansprechpartner: **Herr Hartwig**

**17:00 – 20:00 Uhr**

Ski-SG Bund e.V., Türksteinweg 21d,  
14167 Berlin

**Gymnastik, Leichtathletik und Volleybal im Winterhalbjahr in der Fichteberg OS und im Sommerhalbjahr im Jagen 58 im Grundewald**

Vereinsjahresbeitrag: 36,00 € für Einzelmitglieder und 68,00 € für

Ehepaare/Lebensgemeinschaften

Ansprechpartner: **Herr Hindrich** ☎ 815 40 80 oder  
Handy: 0175 593 64 47

**Mittwoch**

**09.00 – 13.00 Uhr**

Sporthalle Zehlendorf (im Mehrzweckraum), Onkel-Tom-Str. 58-60,  
14169 Berlin

**Tischtennisgruppe** vorherige Anmeldung erforderlich

Leitung: **Frau Eimermacher**

**Anmeldung** ☎ 802 99 19 (mit AB)

Interessierte sind herzlich willkommen!

**09.30 oder 10.00 Uhr**

**Wandergruppe 1** – Leitung: **Frau Decke** (siehe Seiten 58-61)

**Wandergruppe 2** – Leitung: **Herr Kleinert** (siehe Seiten 62-65)

**Donnerstag**

**09.00 Uhr**

Treffpunkt: S-Bahnhof Mexikoplatz

**Wandergruppe** am 2. Donnerstag im Monat

Leitung: **Herr Huenecke-Fenk**

**14.00 – 17.00 Uhr**

Restaurant Enzian, Am S Bahnhof Botanischer Garten

**Kegelgruppe „Weiß“** 14-tägig

Leitung: **Frau Blask** ☎ 831 57 75

2. Vorsitzende: **Frau Imker** ☎

**15.00 – 20.00 Uhr**

Sporthalle Zehlendorf (im Mehrzweckraum), Onkel-Tom-Str. 58-60,  
14169 Berlin

**Tischtennisgruppe** vorherige Anmeldung erforderlich

Leitung: **Frau Eimermacher**

**Anmeldung** ☎ 802 99 19 (mit AB)

Interessierte sind herzlich willkommen!



## GRUPPENTREFFEN AUßERHALB UNSERER FREIZEITSTÄTTEN

### **16.00 - 18.00 Uhr**

Droste-Hülshoff-Schule (Untere Sporthalle), Schönower Str. 8,  
14165 Berlin

#### **Indiaca - Spielgruppe**

Dynamisches, volleyballähnliches Mannschaftsspiel südamerikanischen Ursprungs.

Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen!

Leitung: **Frau Volz** ☎ 815 25 19

### **19.00 - 21.30 Uhr**

Süd-Grundschule, Claszeile 56, 14165 Berlin

#### **Aikido**

Interessierte sind herzlich willkommen! Bitte kontaktieren Sie den Leiter telefonisch oder vor Ort.

Leitung: **Herr Dr. Nawrot** ☎ 712 25 45

## **Freitag**

### **15.00 - 20.00 Uhr**

Sporthalle Zehlendorf (im Mehrzweckraum), Onkel-Tom-Str. 58-60,  
14169 Berlin

#### **Tischtennisgruppe**

vorherige Anmeldung erforderlich

Leitung: **Frau Eimermacher**

**Anmeldung** ☎ 802 99 19 (mit AB)

Interessierte sind herzlich willkommen!

## **Samstag**

### **20:00 - 21:45 Uhr**

Ski-SG Bund e.V., Türksteinweg 21d,  
14167 Berlin

#### **Schwimmen im Schwimmbad Wilmersdorf II beim Stadion Wilmersdorf**

Vereinsjahresbeitrag: 36,00 € für Einzelmitglieder und 68,00 € für

Ehepaare/Lebensgemeinschaften

Ansprechpartner: **Herr Hindrich** ☎ 815 40 80 oder

Handy: 0175 593 64 47

**Nähere Informationen erhalten Sie telefonisch bei der  
Seniorenbetreuung ☎ 90 299 -6531, -6530**

---

# Das Wandern ist des Müllers Lust ...

Die Freizeit-Wandergruppen 1 und 2

**Programm**  
**vom 1. September 2024**  
**bis 31. August 2025**



## Kleine Regeln für die Teilnahme am Wanderprogramm

- Ein Kostenbeitrag wird nicht erhoben
- Dauer der Wanderungen etwa zwei bis drei Stunden mit kurzen Pausen
- Länge der Wanderstrecken zwischen fünf und zehn Kilometern
- Festes Schuhwerk wird empfohlen
- Keine Wanderung bei gefährlichen Wetterbedingungen
- **Die Wanderleitungen bestimmen das Tempo** - wo sie gehen, ist vorn.  
**Vielen Dank!**
- Keine Anmeldung erforderlich - Ausnahme:  
Tagesfahrten
- Die Wanderungen bewegen sich ausschließlich in den Tarifbereichen  
Berlin A, B, C  
des VBB Berlin-Brandenburg - Ausnahme: Tagesfahrten
- Fahrplanangaben im Programmheft ohne Gewähr. Bitte selbst auf  
Fahrplan-
- bzw. Linienänderungen achten (Presse, Rundfunk, Fernsehen / Video-  
Text, BVG-  
u. S-Bahn-Infos).
- Tagesfahrten finden zweimal im Jahr nach separater Bekanntmachung  
statt.  
Die Teilnahme ist hier nur nach vorheriger Anmeldung möglich.

**Alle Angaben ohne Gewähr! Änderungen vorbehalten!**

**Zur Beachtung!** Die Teilnahme an den Wanderungen geschieht auf eigene Rechnung und Gefahr. Das Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin und die Wanderleitungen übernehmen keine Haftung.

## Wanderplan der Wandergruppe I

**Leiterin:** Frau Kornelia Decke  
**Agenda:** Datum, Uhrzeit  
TP = Treffpunkt  
WW = Wanderweg  
FV = Fahrverbindung  
VBB = Tarif

**04.09.2024, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Königswusterhausen/Bahnhof Vorplatz zur Stadt**

**WW:** von Königswusterhause über Schenkendorf nach Mittenwalde

**FV:** S46

**VBB:** ABC

**18.09.2024, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Hoppegarten/Bahnhof Vorplatz**

**WW:** Von Hoppegarten nach Hellersdorfer Ausguck (U Hönow)

**FV:** S5

**VBB:** ABC

**02.10.2024, 10:00 Uhr**

**TP: U-Bhf. Hönow/Bahnhof Vorplatz**

**WW:** Von U Hönow an der Hönowe Weiherkette nach Kaulsdorf Nord

**FV:** U5

**VBB:** AB

**16.10.2024, 09:48 Uhr!**

**TP: Potsdam, Pirschheide Bhf.**

**WW:** Am Templiner See und Uferpark an der Havel bis Potsdam HbF

**FV:** RB 33

**VBB:** ABC

---

**27.10.2024** Ende der Sommerzeit: Bitte die Uhr eine Stunde **zurückstellen**

**30.10.2024, 09:40 Uhr!**

**TP: Hangelsberg Bhf.**

**WW:** Von Hangelsberg Bhf nach S Fangschleuse (Wanderweg: 9,5 km)

**FV:** RE 1 über Bln Hauptbahnhof

**VBB:** Deutschlandticket

**13.11.2024, genau 10:00 Uhr**

**TP: Ferch-Lienewitz**

**WW:** Durch die Lienewitz-Caputher Seen- und Feuchtgebietskette zum Schloss Caputh

**FV:** RB 33 (Fährt nur 1 x stündlich ab Potsdam Hbf)

**VBB:** ABC

**27.11.2024, 09:49 Uhr**

**TP: S-Bhf. Erkner**

**WW:** Tour: Flakensee, Bauersee, Kalksee, Woltersdorf

**FV:** RE 1

**VBB:** ABC

**11.12.2024**

14:00 Uhr

bis ca.

17:30 Uhr

**Weihnachtsfeier**

der Wandergruppen I (Frau Decke)  
und II (Herr Kleinert)

im Hans-Rosenthal-Haus, Bolchener Str. 5,  
14167 Berlin-Zehlendorf

Einladung (gilt gleichzeitig als Eintrittskarte) folgt  
separat.

## 2025

**08.01.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Grunewald/Karamelplatz**

**WW:** Über Kunsthaus Dahlem durch den Grunewald bis  
U Oskar-Helene-Heim

**FV:** S7

**VBB:** AB

**22.01.2025, 10:14 Uhr!**

**TP: Bhf. Brieselang**

**WW:** Durch Bredower Forst nach Bhf Finkenkrug

**FV:** RE 2 Richtung Nauen

**VBB:** ABC

**05.02.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Frohnau/Vorhalle**

**WW:** Über Loreleiburg und Invalidensiedlung zurück nach S Frohnau

**FV:** S1

**VBB:** AB

**19.02.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Potsdam Hauptbahnhof**

**WW:** Wanderung um "Heiliger See" bis Schiffbauergasse

**FV:** S7

**VBB:** ABC

**05.03.2025, 09:44 Uhr!**

**TP: Bhf. Wustermark**

**WW:** Von Wustermark nach Brieselang

**FV:** RB 21, RE 4

**VBB:** ABC

## WANDERGRUPPEN

**19.03.2025, 09:49 Uhr!**

**TP: S-Bhf. Erkner**

**WW:** Über den Bunkerberg nach S Wilhelmshagen

**FV:** RE 1

**VBB:** ABC

---

**30.03.2025** Beginn der Sommerzeit: Bitte die Uhr eine Stunde **vorstellen**

---

**02.04.2025, 09:42 Uhr!**

**TP: Bhf. Wünsdorf-Waldstadt**

**WW:** Wanderung um großen Wünsdorfer See

**FV:** RE 8 ab Berlin Hbf

**VBB:** Deutschlandticket

**16.04.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Tiergarten/Vorhalle**

**WW:** Durch den Tiergarten zum S Anhalter Bahnhof

**FV:** S9, S5

**VBB:** AB

**30.04.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Osdorfer Straße**

**WW:** Durch Grünzüge im Süden bis zum Kamenzer Damm

**FV:** S26, S25

**VBB:** AB

**14.05.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Mexikoplatz**

**WW:** Wanderung an den Grunewaldseen bis S Grunewald

**FV:** S1

**VBB:** AB

|                                |
|--------------------------------|
| <b>28.05.2025 Tagesausflug</b> |
|--------------------------------|

|   |
|---|
| Einzelheiten folgen mit separatem Rundschreiben |
|---|

**11.06.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Sonnenallee/Sigfried-Aufhäuser-Platz**

**WW:** An den Kanälen entlang von Neukölln bis Kreuzberg/  
U Mendelsohn-Bartholdy-Park

**FV:** S41, S42

**VBB:** AB

**25.06.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Westhafen**

**WW:** Über Plötzensee und Volkspark Rehberge bis S Wedding

**FV:** S41, S42

**VBB:** AB

**09.07.2025, 10:00 Uhr**

**TP: U-Bhf. Alt Tegel**

**WW:** Runde von Alt Tegel durch den Tegeler Forst

**FV:** U6 Ersatzverkehr (Stand Juni 2024) ab Kurt-Schumacher-Platz

**VBB:** AB

**23.07.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Gesundbrunnen/Hanne-Sobek-Platz**

**WW:** Über Weinbergspark und Pfefferberg bis Alexanderplatz

**FV:** S41, S42, S1, S2, S25, S26, U8

**VBB:** AB

**06.08.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Spandau/Schalterhalle**

**WW:** Entlang der Spandauer Havel bis S Pichelsberg

**FV:** S3, S9, U7

**VBB:** AB

**20.08.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Babelsberg/Vorhalle**

**WW:** Runde durch den Park von Schloß Babelsberg

**FV:** S7

**VBB:** ABC

Ich wünsche allen schöne Wanderungen bei hoffentlich immer gutem Wetter!

Ihre Wanderleiterin Kornelia Decke

Für Rück- und Nachfragen erreichen Sie mich wie folgt:

Telefon: 030 826 34 58; Mobil: 0174 974 99 91;

E-Mail: [kornela.decke@kabelmail.de](mailto:kornela.decke@kabelmail.de) oder [kornelia.decke@icloud.com](mailto:kornelia.decke@icloud.com)

## Wanderplan der Wandergruppe II

**Leiter:** Herr Detlef Kleinert  
**Agenda:** Datum, Uhrzeit  
P = Treffpunkt  
WW = Wanderweg  
FV = Fahrverbindung  
VBB = Tarif

|   |
|---|
| <b>11.09.2024 Tagesfahrt nach Gransee</b><br>Einzelheiten folgen mit separaten Rundschreiben! |
|---|

**25.09.2024, 10:00 Uhr**  
**TP: U-Bhf. Osloer Straße (Ausgang zum Finanzamt)**  
**WW:** Iranische Str. - Schillerpark - Domkirchhof  
**FV:** U8, U9  
**VBB:** AB

**09.10.2024, 10:00 Uhr**  
**TP: S-Bhf. Friedrichshagen (Vorplatz)**  
Gemeinsame Weiterfahrt nach Ansage  
**WW:** Rüdersdorfer Grund - Alt-Rüdersdorf  
**FV:** S3  
**VBB:** AB, ABC

**23.10.2024, 10:00 Uhr**  
**TP: S-Bhf. Schönefeld (Bahnsteig, ankommende Züge)**  
**WW:** BER - Schönefelder Seen - Park Berlin - Bohnsdorf  
**FV:** S9, S45  
**VBB:** ABC, AB

---

**27.10.2024** Ende der Sommerzeit: Bitte die Uhr eine Stunde **zurückstellen**

---

**06.11.2024, 10:00 Uhr**  
**TP: U-Bhf. Hallensee (Vorhalle)**  
**WW:** Ku´damm „rauf“ bis zur Gedächtniskirche  
**FV:** S41, S42, S46  
**VBB:** A

**20.11.2024, 10:00 Uhr**  
**TP: Südwestkirchhof Stahnsdorf (Haupteingang)**  
**WW:** Besuch von Grabstätten bedeutender Persönlichkeiten  
**FV:** S25/26 bis Teltow-Stadt, weiter mit Bus X1 bis  
Haltestelle „Stahnsdorf-Meisenweg“  
**VBB:** ABC

**04.12.2024, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Griebnitzsee (Vorplatz, Ausgang zum See)**

**WW:** Zu den Kirchen in Babelsberg

**FV:** S7

**VBB:** ABC

**11.12.2024**

14:00 Uhr

bis ca.

17:30 Uhr

**Weihnachtsfeier**

der Wandergruppen I (Frau Decke)  
und II (Herr Kleinert)

im Hans-Rosenthal-Haus, Bolchener Str. 5,  
14167 Berlin-Zehlendorf

Einladung (gilt gleichzeitig als Eintrittskarte) folgt  
separat

## 2025

**15.01.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Grunewald (Schmetterlingsplatz, Waldseite)**

**WW:** Dauerwaldweg - Eichkamp - S Bhf. Herrstr.

**FV:** S7

**VBB:** AB

**29.01.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Blankenburg**

**WW:** Blankenburg - Pankebecken - Karpfenteich - Alt-Blankenburg

**FV:** S2, S26, S8

**VBB:** AB

**12.02.2025, 10:00 Uhr**

**TP: U-Bhf. Westhafen (Ausgang zur Westhafenstr.)**

**WW:** Westhafen - Berlin-Spandauer-Schidddahrtskanal - EuropaCity

**FV:** S41, S42, U9

**VBB:** A

**26.02.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S Bhf. Ostkreuz (Ringbahnhalde, bei der S-Bahn Info)**

**WW:** Halbinsel Stralau

**FV:** Div. S-Bahnen und Regionalzüge

**VBB:** A

**12.03.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Nöldnerplatz (Bahnsteig)**

**WW:** Blockpark - Kraatz-Tränkegraben - Günzug - Tierpark  
Friedrichsfelde

**FV:** S5, S7, S75

**VBB:** AB



## WANDERGRUPPEN

**26.03.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Griebnitzsee (Vorplatz, Ausgang zum See)**

**WW:** Griebnitzsee - Steinstücken - Parforceheide - Südwestkirchhof  
Stahnsdorf

**FV:** S7

**VBB:** ABC

---

**30.03.2025** Beginn der Sommerzeit: Bitte die Uhr eine Stunde **vorstellen**

---

**09.04.2025, 10:00 Uhr**

**TP: Tierpark Berlin (Haupteingang)**

**WW:** Spaziergang durch den Tierpark (Eintritt kostenpflichtig)

**FV:** U5

**VBB:** AB

**23.04.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Jannowitzbrücke (Vorhalle)**

**WW:** „Längs der Spree“ von der Jannowitzbrücke bis Bellevue

**FV:** S3, S5, S7, S9, U8

**VBB:** A

**07.05.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Wilhelmsruh (Ausgang Kopenhagener Str.)**

**WW:** Wilhelmsruh - Birkenwäldchen - Schönholzer Heide

**FV:** S1, S85

**VBB:** AB

**21.05.2025, 10:00 Uhr**

**TP: U-Bhf. Rathaus Schöneberg (auf der Carl-Zuckmayer-Brücke)**

**WW:** Rudolph-Wilde-Park - Heinrich-Lassen-Park - Kleistpark

**FV:** U4

**VBB:** A

**04.06.2025, 10:20 Uhr**

**TP: Bhf. Dahlewitz**

**WW:** Dahlewitz (Rundgang)

**FV:** RB 8

**VBB:** ABC

**18.06.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Oranienburg (Vorplatz)**

**WW:** Spaziergang durch den Schloßpark

**FV:** S1

**VBB:** ABC

**02.07.2025, 10:00 Uhr**

**TP: S-Bhf. Poelchastr. (Bahnsteig)**

**WW:** Springpfuhlpark - Heinz-Graffunder-Park - Biesdorfer Promenade -  
Biesdorf

**FV:** S7

**VBB:** AB

**16.07.2025, 10:10 Uhr**

**TP: S-Bhf. Röntgental (Bahnsteig)**

**WW:** Röntgental - Panke - Ludwigspark - Schloßpark Buch

**FV:** S2

**VBB:** ABC, AB

**30.07.2025, 10:00 Uhr**

**TP: U-Bhf. Hönow (Ausgang in Fahrtrichtung)**

**WW:** Hönow - Weiherkette - Haussee - Retsee

**FV:** U5

**VBB:** AB, ABC

**13.08.2025, 10:00 Uhr**

**TP: Platz des 18. März (Brandenburger Tor)**

**WW:** Bummel auf der Prachtstraße „unter den Linden“ bis zum  
Dom/Stadtschloss

**FV:** S1, S2, S25, S26, U5

**VBB:** A

**27.08.2025, 09:15 Uhr**

**TP: Bhf. Königs Wusterhausen (Gleis 3)**

Gemeinsame Weiterfahrt nach Ansage

**WW:** Kammersdorf - Storkower Kanal - Philadelphia -  
Salzwiesen - Storkow

**FV:** S46

**VBB:** Deutschlandticket oder Einzelfahrschein

Uns allen schöne und erlebnisreiche Wandertage wünscht

Ihr Wanderleiter Detlef Kleinert

|   |
|---|
| Detlef Kleinert, Leonhardyweg 32, 12101 Berlin<br>Telefon: 030 785 66 51; Mobil: 0170 190 89 91;<br>E-Mail: tempelhoferaner@o2mail.de |
|---|

# Bewegung hält fit

Die Spaziergänge führen uns in die Mark Brandenburg unter dem Motto

**„Ein ganzer Tag Natur“.**

Landschaft und Geschichte der Mark Brandenburg sind vielfältig und interessant zum Erkunden. Unsere Ziele sind die schöne Natur unseres Landes sowie Schlösser, Klöster oder auch sehenswerte Parkanlagen.

Die Touren sind zwischen 9 bis 11 km lang und werden in gemächlichem Tempo durchgeführt.

Kein sportliches Wandern!

Anmeldung und Infos bei:

**Leiterin: Frau Karin Schmidt**

**[spaziergaengeinbrandenburg@yahoo.com](mailto:spaziergaengeinbrandenburg@yahoo.com)**

**Für alle Touren benötigen Sie das 49 € Ticket oder Sie kaufen ein Ticket.**

Zeit und Treffpunkt der Tour erhalten Sie immer nach Anmeldung (bis Donnerstag vor der Tour) per E-Mail!

Bitte keine Hunde mitbringen!

Bewegung ist Leben und Leben ist Bewegung! (Aristoteles)

Mit diesem Gedanken wünsche ich uns allen erlebnisreiche und erholsame Stunden auf unseren Spaziergängen!

Karin Schmidt

**Agenda:**      **Datum**  
                    **Treffpunkt**  
                    **WW = Wanderweg**  
                    **FV = Fahrverbindung**

**03.09.2024**

**TP: Friedrichstraße**

**WW: Görden - um den See**

**FV: RE 1**

**24.09.2024**

**TP: Südkreuz**

**WW: Chorin nach Britz**

**FV: RE 3**

**08.10.2024**  
**TP: Friedrichstraße**  
**WW: Wir sammeln Pilze**  
**FV: RE 7**

**29.10.2024**  
**TP: Südkreuz**  
**WW: Kaiserbahnhof zur Seezeit**  
**FV: RE 3**

---

**27.10.2024** Ende der Sommerzeit: Bitte die Uhr eine Stunde **zurückstellen**

---

**05.11.2024**  
**TP: Südkreuz**  
**WW: Haida nach Elsterwerda**  
**FV: RE 8**

**19.11.2024**  
**TP: Charlottenburg**  
**WW: Schwante nach Kremmen**  
**FV: RE 6**

**10.12.2024**  
**TP: Friedrichstraße**  
**WW: Havelberg**  
**FV: RE 2**

## **2025**

**07.01.2025**  
**TP: Lichterfelde Ost**  
**WW: Klasdorf und Glashütte**  
**FV: RE 8**

**21.01.2025**  
**TP: Charlottenburg**  
**WW: Schwante nach Vehlefanzen**  
**FV: RE 6**

**04.02.2025**  
**TP: Südkreuz**  
**WW: Brieselang nach Glien**  
**FV: RB 10**

**18.02.2025**  
**TP: Südkreuz**  
**WW: Criewen Rundtour**  
**FV: RE 3**

## WANDERGRUPPEN

**11.03.2025**

**TP: Südkreuz**

**WW:** Zum Tornower Schloß

**FV:** RE 3

---

**30.03.2025** Ende der Winterzeit: Bitte die Uhr eine Stunde **vorstellen**

---

**08.04.2025**

**TP: Charlottenburg**

**WW:** Blumenthal nach Heiligengrabe

**FV:** RE 6

**22.04.2025**

**TP: Friedrichstraße**

**WW:** Michendorf nach Caputh

**FV:** RE 7

**06.05.2025**

**TP: Südkreuz**

**WW:** Nennhausen rund

**FV:** RE 4

**20.05.2025**

**TP: Südkreuz**

**WW:** Gamengrund rund

**FV:** RE 3

**03.06.2025**

**TP: Friedrichstraße**

**WW:** Uetz nach Wustermark

**FV:** RE 1

**24.06.2025**

**TP: Südkreuz**

**WW:** Biesental rund

**FV:** RE 3

**08.07.2025**

**TP: Friedrichstraße**

**WW:** Briesen Mark rund

**FV:** RE 1

**22.07.2025**

**TP: Südkreuz**

**WW:** Forstbotanischer Garten

**FV:** RE 3

**05.08.2025**

**TP: Südkreuz**

**WW:** Groß Ziethen nach Chorin

**FV:** RE 3

**19.08.2025**  
**TP: Südkreuz**  
**WW: Boitzenburg rund**  
**FV: RE 3**

**Änderungen möglich!**

# DER DACHVERBAND

Der Dachverband Steglitz-Zehlendorfer Seniorenvereinigungen hat eine lange Tradition und vertritt seit 1973 über 50 Mitgliedsgruppen. Der Dachverband ist überparteilich, unabhängig, gemeinnützig und wird vom Amt für Soziales des Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf gefördert. In den Gruppen treffen sich weit über 1.500 Menschen ab 60 zu den unterschiedlichsten Freizeitaktivitäten unter dem Motto:

## „Aktiv im Alter - Gemeinsam statt einsam“

Angeboten werden: Kartenspielen (Bridge, Canasta, Doppelkopf, Skat), Tanzen, Schach, Gymnastik, Yoga, Fotografieren/Video, Wandern Reisen aber auch kreatives Gestalten (Töpfern, Emaille, Porzellan- und Seidenmalerei). Wer Lust hat, kann im Seniorenorchester spielen, im Chor singen oder Briefmarkensammler treffen. Ist einmal ein Elektrogerät defekt: Nicht verzweifeln, technischen Beistand bietet unser Repair-Café.

**Was Sie bei uns finden: Abwechslung und motivierende Gruppenerlebnisse.**

**Was Sie bei uns nicht finden: Langeweile.**

Die Gruppen haben alle eine Gruppenleitung, die ehrenamtlich tätig ist und Interessenten und Neueinsteiger/ -innen gerne berät.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann rufen Sie uns bitte an. Wir beraten und vermitteln Sie an eine unserer Gruppen. Wir stehen Ihnen ebenfalls zur Verfügung, wenn Sie eine Gruppe gründen möchten.

**Kontakt: Michael Mielke,**

**[0176 - 34 66 58 27](tel:0176-34665827), [michaelmielke1000@t-online.de](mailto:michaelmielke1000@t-online.de)**

**Zusätzliche Informationen finden Sie unter [www.seniorenmitpower.com](http://www.seniorenmitpower.com)**

---

**Außerhalb unserer Freizeitstätten finden folgende Gruppentreffen statt:**

**NACH ABSPRACHE**

**REISEGRUPPE „ERLEBNISREISEN“**

Leitung: **Herr Lohmann** ☎ 803 66 53

**Dienstag**

**10.00 - 11.00 Uhr**

Carl-Schuhmann-Sporthalle, Osdorfer Str. 52, 12207 Berlin

**Gymnastik für Herren „Old Gymnastics Boys“**

Ansprechpartner: **Herr Mielke**

☎ 0176 3466 58 27

✉: [michaelmielke1000@t-online.de](mailto:michaelmielke1000@t-online.de)

**11.00 - 12.00 Uhr**

Carl-Schuhmann-Sporthalle, Osdorfer Str. 52, 12207 Berlin

**Gymnastik „Gymmis I“ und „Gymmis II“**

Leitung: **Frau Kistler**

**ab 16.30 Uhr**

**Naturton-Salon**

Mitglied im Dachverband

Leitung: **Frau Schumann**

**Ab 18:00 Uhr**

**Skat Freunde Kute 85**

Mitglied im Dachverband/ Gäste sind herzlich Willkommen!

Restaurant Sternstunde, Vereinslokal FC Stern 1900

Kreuznacherstr. 29, 14187 Berlin

Ansprechpartner: **Herr Schutsch** ✉ Wolfgang@Schutsch.eu

**19.00 - 21.00 Uhr**

**Männergesangsverein Zehlendorf**

letzten Dienstag im Monat

(ohne Leitung)

**Mittwoch**

**14.00 - 17.30 Uhr**

(Ort bitte bei der Leitung erfragen)

**Seniorengruppe Feierabend**

jeden 1. Mittwoch im Monat

Leitung: **Herr Friedrich Limbach** ☎ 774 90 24



## Unter dem Motto „Bereitschaft zur Hilfe und Eigenhilfe“

arbeiten die Vereine zur  
Förderung der Seniorenarbeit in den Einrichtungen

- Hertha-Müller-Haus, Argentinische Allee 89, 14163 Berlin,  
☎ 814 999 53
- Hans-Rosenthal-Haus, Bolchener Str. 5, 14167 Berlin,  
☎ 811 91 96  
und
- Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West, Hans-Sachs-Str. 4d,  
12205 Berlin,  
☎ 843 131 14

**zum Wohle unserer lebensälteren Mitbürgerinnen und Mitbürger.**

Die Fördervereine der oben genannten Freizeitstätten unterstützen das Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf dabei, an diesen Orten ein breites Angebot an kulturellen Veranstaltungen und die Möglichkeit der Begegnung mit anderen Menschen vorzuhalten.

Dies geschieht sowohl durch finanzielle Unterstützung aber auch vor allem durch ehrenamtliches Engagement in vielfältiger Form. Es werden Tagesfahrten und Feste organisiert, kulturelle Veranstaltungen angeboten, die Cafeteria betrieben und die Besucherinnen und Besucher betreut. Ziel ist es, einen Ort mitzugestalten, der für ältere Menschen eine Begegnungsstätte ist, die ihr tägliches und soziales Leben bereichert und den sie gerne aufsuchen.

Unterstützen Sie uns bei diesen Aktivitäten, werden Sie Mitglied in einem der Fördervereine.

Wir stehen Ihnen gerne für ein Gespräch zur Verfügung.

**Änderungen vorbehalten**

**Alle Angaben ohne Gewähr**



## Impressum

**Herausgeber:** Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin,  
Abt. Bürgerdienste und Soziales  
Amt für Soziales  
Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin  
☎ 90299 6531

**Redaktion und  
verantwortlich:** Frau Linke ☎ 90299 6531

**Zeichnungen:** Axel Boy / Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf  
**Foto:** Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf

**1. Auflage:** September 2024 4.200 Stück

**Herstellung:** Hausdruckerei des  
Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf von Berlin

Die Broschüre im Internet: [www.steglitz-zehlendorf.de/wirtreffenuns](http://www.steglitz-zehlendorf.de/wirtreffenuns)  
Weitere Informationen finden Sie auch über die Homepage des  
Bezirksamtes:

[www.berlin.de/ba-steglitz-zehlendorf/auf-einen-blick/fuer-senioren](http://www.berlin.de/ba-steglitz-zehlendorf/auf-einen-blick/fuer-senioren)





Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf  
Amt für Soziales /  
Seniorenservice

Tel. (030) 90 299-65 31  
[soz-seniorenservice@ba-  
sz.berlin.de](mailto:soz-seniorenservice@ba-sz.berlin.de)