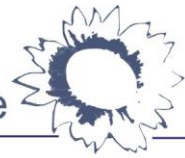


1993-2018 25 Jahre



SOZIALWERK des dfb
(Dachverband) e.V.

Unsere Veranstaltungen April 2018



Frauentreff Alt-Lichtenberg
Hagenstr. 57, 10365 Berlin
Tel.: 577 99 410
E-mail: frauentreff.alt-lichtenberg@sozialwerk-dfb-berlin.de
Leiterin: Ilona Schmidt

Im Frauentreff Alt - Lichtenberg bieten wir:

Soziale Beratung und Informationen für Frauen

Wir bieten Ihnen an, sich mit Problemen die Sie belasten oder egal welche Fragen Sie haben, sich an uns zu wenden. Unser Ziel ist es, für Sie da zu sein und gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen zu suchen und Ihnen zur Seite zu stehen.

Neben der Möglichkeit des täglichen Gesprächskontaktes, der Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung von Alltagsproblemen, der Vermittlung von Kontakten zu anderen Beratungsstellen und zu Ämtern bieten wir:

- montags von 14:00 - 16:00 Uhr Sprechstunden zur **individuellen Lebensberatung**
- jeden 1. Dienstag im Monat von 9:00 -11:00 Uhr **soziale Beratung** für Frauen
- zweimal monatlich eine **Rentenberatung** im Kieztreff UNDINE
- montags von 10:00 – 12:00 Uhr für geflüchtete Frauen Auskünfte oder Weitervermittlung

Information und Bildung

- Informationsveranstaltungen und Veranstaltungsreihen zu frauenspezifischen und lebenspraktischen Themen
- Gesprächsrunden und Diskussionen zu aktuellen Fragen und kommunalen Belangen
- Fragen rund um die Arbeitssuche und Bewerbung
- Frauen ans Netz - Möglichkeit der PC-Nutzung und individuelle Hilfe
- Nutzung der Fraueninfothek

Sie suchen eine Heimat für Ihre Interessengruppe?

Sie wollen eine Interessengruppe gründen?

Bei uns finden Sie die passenden Räume und Unterstützung für Ihre Anliegen. Kommen Sie vorbei und informieren Sie sich.

In unseren Räumen bieten wir auch wechselnde Ausstellungen an. Hobby- und Berufskünstler_innen eröffnen wir die Möglichkeit, ihre Werke auszustellen und begleiten Sie bei der Umsetzung. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Ständige Angebote

Zu allen Veranstaltungen wird um Anmeldung gebeten!

Montag

14:00 Uhr Frauengespräche

Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag mit Ilona Schmidt

15:00 Uhr Frauen ans Netz

Praktische Hilfe bei der Nutzung des Internets

Kostenbeitrag: 0,50€/Std.

17:00 Uhr Kreativangebot für Frauen

Treff der Montagsmalerinnen

Kreatives Gestalten und Gespräche über Kunst und Kultur

Dienstag

14:00 Uhr Sport für Seniorinnen mit Manja

16:00 – 18:00 Uhr Sprachunterricht für syrische Kinder

(Anmeldung unbedingt erforderlich!)

Mittwoch

11:00 Uhr Frauensportgruppe

„proBeweglich“ mit Frau Böhmert (Ort: „Holzhaus“, Gotlindestr. 38)

Donnerstag

10:00 – 11:00 Uhr Computerkurs mit Herrn Derr

Besuchen Sie die **Fraueninfothek** innerhalb unserer Öffnungszeiten. Sie finden eine Vielzahl von Literatur, Ratgebern und Flyer zu verschiedensten Themen.

Dienstag, 03.04.18

09:00 Uhr

Soziale Beratung für Frauen

Margita Rümpler, Diplomsozialarbeiterin, bietet Hilfe und Beratungsgespräche an.
Anmeldung erbeten!

Mittwoch, 04.04.18

14:00 Uhr

Thema der Woche

Reihe: Mütter und Töchter

Ann F. Caron „Töchter werden junge Frauen“

- Der Beginn der Pubertät -

„Wie wichtig sind die Väter für ihre Töchter.“

Die Pubertät - mehr als eine Phase des „Übergangs“.

Sie hat ihre ganz eigenen Muster von Wachstum und Wandel. Sie bietet den Vätern eine ganz neue Chance, Einfluss zu nehmen.

Gesprächsrunde mit dem Team Frauentreff.

Donnerstag, 05.04.18

14:00 Uhr

Kreativangebot für Frauen

Kreatives Basteln und Gestalten
Bringen Sie Ihre Ideen ein oder
holen Sie sich selbst neue
Anregungen!



Freitag, 06.04.18

14:30 Uhr

Gedächtnistraining



„Was Lieschen nicht lernt, lernt Lisa nimmermehr!“

FALSCH! Denn wenn Lisa auch über 70 ist, lernt sie immer noch – nur anders als Lieschen.

Ein gutes Gedächtnis bis ins hohe Alter.

Einfache Übungen zur Denk- und Gedächtnisschulung, Merkstrukturen sowie Vergnüglich-Unterhaltsames helfen die Motivation und Kreativität zu aktivieren.

Kostenbeitrag: 2,00 €

Samstag, 07.04.18

TAG DER OFFENEN TÜR
im Kieztreff UNDINE und im Frauentreff Alt-Lichtenberg

Von 10:00 Uhr bis 16:30 laden wir Sie herzlich in unsere Räume und in unseren Garten zum Kieztgespräch mit Frühstück und Musik, zum Flohmarkt für Kinderbekleidung, zu Mitmach-Angeboten, zur Ausstellungseröffnung mit den Werken von Heidi Rehak, zum kennen lernen unserer zahlreichen Angebote und Projekte u.v.m. ein.



Montag, 09.04.18

10:00 Uhr

Interkulturelles Treffen

Frauen aus verschiedenen Ländern begegnen sich, lernen sich und ihre Kulturen kennen und erzählen von ihren Erfahrungen, Erlebnissen und Wünschen. Wir laden Sie ein, teilzunehmen und Neues kennen zu lernen.

14:30 Uhr

Kreativangebot für Frauen

Kreativgruppe „Frauentreff“
Wir laden Sie ein, in eine Runde von kreativ Interessierten – zum Ideenaustausch, zur Anregung und zum Wohlfühlen.

Kostenbeitrag: 1,00 €



15:00 Uhr

Nachbarinnentreff

Freizeit- und Informationsangebote für und mit geflüchteten Frauen

Frauen aus dem Frauentreff und der Nachbarschaft gestalten gemeinsam mit geflüchteten Frauen ihre Freizeit bzw. geben ihnen in einer entspannten Atmosphäre Auskünfte auf ihre Fragen und Probleme und vermitteln an kompetente Stellen.



Dienstag, 10.04.18

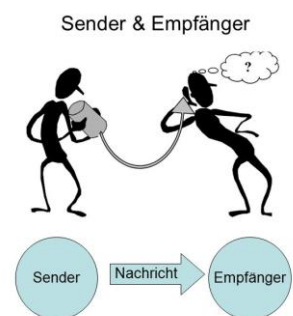
14:00 Uhr

Thema der Woche

Das hab' ich nicht gesagt!

Kommunikationsprobleme im Alltag
Warum wir nicht sagen, was wir meinen.

Wie sende ich klare Signale.
Offene Gesprächsrunde.



David Cazzetta, Mike Abegg, Michel Schwab & Maurizio Ischi 07.03.2011



4

Mittwoch, 11.04.18

14:00 Uhr

Frauenvesper

„Städtereise entlang der Blumenküste – Riviere, Monaco, Genua“

Edith Charlotte Kittel führt Sie diesmal entlang der schönsten europäischen Küste von Frankreich nach Italien.

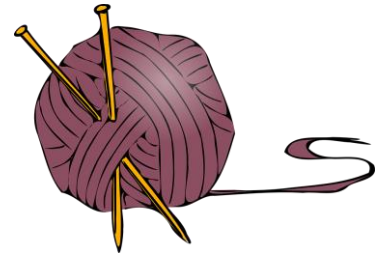
Kostenbeitrag: 3,00 € (incl. 1 Tasse Kaffee)

Anmeldung erbeten!



Donnerstag, 12.04.18

14:30 Uhr **Kreativangebot für Frauen**
Treff des Strick-Clubs
Kostenbeitrag: 1,00 €



Sonntag, 15.04.18

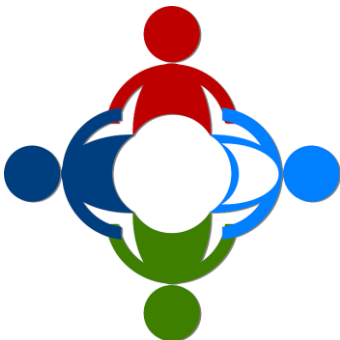
10:00 Uhr **Treff Fahrradgruppe**
Treffpunkt: S-Bahnhof Rahnsdorf
Wir erkunden die Natur rund um den Müggelsee
und genießen den Frühlingsbeginn.



Montag, 16.04.18

10:00 Uhr **Interkultureller Dialog**
Frauen aus verschiedenen Ländern begegnen sich,
lernen sich und ihre Kulturen kennen und erzählen von
ihren Erfahrungen, Erlebnissen und Wünschen.
Wir laden Sie ein, teilzunehmen und Neues kennen zu
lernen.

15:00 Uhr **Nachbarinnentreff**
**Freizeit- und Informationsangebote für und mit
geflüchteten Frauen**
Frauen aus dem Frauentreff und der Nachbarschaft
gestalten gemeinsam mit geflüchteten Frauen ihre
Freizeit bzw. geben ihnen in einer entspannten
Atmosphäre Auskünfte auf ihre Fragen und Probleme
und vermitteln an kompetente Stellen.



Mittwoch, 18.04.18

14:00 Uhr

Frauen der Welt

Berühmte Frauen der Weltgeschichte vorgestellt
von Brigitte Grahl

„Katharina von Bora“ (1499-1552)

Die Geschichte und der Einfluss dieser Frau zu Zeiten
der Reformation: – sächsische Adlige – Ordensschwester
– Lutheranerin.

Kostenbeitrag: 2,00 € (incl. 1 Tasse Kaffee)



Donnerstag, 19.04.18

10:00 Uhr

Frühjahrsputz in Lichtenberg

„Mitmachen“ ist die Devise, nach der das Bezirksamt
Lichtenberg auch in diesem Jahr zum traditionellen
Frühjahrsputz aufruft.

Auch wir wollen unsere Einrichtung und unseren Garten
mit Ihnen und für Sie einer Schönheitskur unterziehen.
Anschließend gibt es für die fleißigen Helfer einen kleinen
Imbiss. Kommen Sie vorbei und helfen Sie bei der
Verschönerung unseres Stadtteiles!



14:00 Uhr

Kreativangebot für Frauen

Kreatives Basteln und Gestalten
Bringen Sie Ihre Ideen ein oder
holen Sie sich selbst neue
Anregungen!

Kostenbeitrag: 1,00 €



Freitag, 20.04.18

14:30 Uhr



Gedächtnistraining

„Was Lieschen nicht lernt, lernt Lisa nimmermehr!“
FALSCH! Denn wenn Lisa auch über 70 ist, lernt sie immer noch – nur anders als Lieschen.

Ein gutes Gedächtnis bis ins hohe Alter.

Einfache Übungen zur Denk- und Gedächtnisschulung, Merkstrukturen sowie Vergnüglich-Unterhaltsames helfen die Motivation und Kreativität zu aktivieren.

Kostenbeitrag: 2,00 €

Montag, 23.04.18

10:00 Uhr

Interkulturelles Treffen

Frauen aus verschiedenen Ländern begegnen sich, lernen sich und ihre Kulturen kennen und erzählen von ihren Erfahrungen, Erlebnissen und Wünschen.

Wir laden Sie ein, teilzunehmen und Neues kennen zu lernen.

14:30 Uhr

Kreativangebot für Frauen

Kreativgruppe „Frauentreff“

Wir laden Sie ein, in eine Runde von kreativ Interessierten – zum Ideenaustausch, zur Anregung und zum Wohlfühlen.

Kostenbeitrag: 1,00 €



15:00 Uhr

Nachbarinnentreff

Freizeit- und Informationsangebote für und mit geflüchteten Frauen

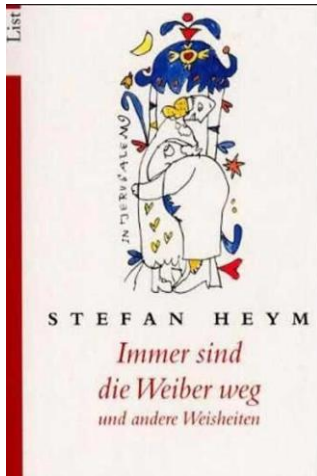
Frauen aus dem Frauentreff und der Nachbarschaft gestalten gemeinsam mit geflüchteten Frauen ihre Freizeit bzw. geben ihnen in einer entspannten Atmosphäre Auskünfte auf ihre Fragen und Probleme und vermitteln an kompetente Stellen.



Mittwoch, 25.04.18

15:00 Uhr

Literaturclub



Stefan Heym – „Immer sind die Weiber weg“

Diese komischen und traurigen, weisen und humorvollen Geschichten zeigen Stefan Heym von einer ganz neuen Seite, sie gehören zu dem Besten, was er je geschrieben hat.

Kostenbeitrag: 2,00 €

Anmeldung erbeten!

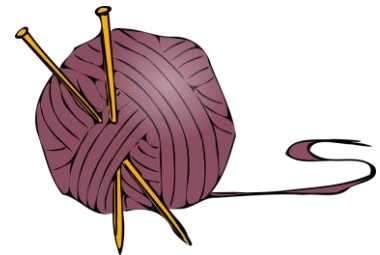
Donnerstag, 26.04.18

14:30 Uhr

Kreativangebot für Frauen

Treff des Strick-Clubs

Kostenbeitrag: 1,00 €



Dienstag, 27.04.18

10:00 Uhr

Frauen und Gesundheit

„Impulse für mehr Wohlbefinden - erwerbslos, geringverdienend, prekär beschäftigt?" -

Ein Angebot des FeministischenFrauenGesundheits Zentrums e.V. Berlin

Anmeldung erforderlich!

Nähere Informationen im Frauentreff.

Vorschau Monat Mai 2018

Mittwoch, 09.05.18

14:00 Uhr **Frauen der Welt**
Berühmte Frauen der Weltgeschichte vorgestellt
von Brigitte Grahl:
Clara Schumann (1819 -1896)
Kostenbeitrag: 2,00 €

Mittwoch, 16.05.18

15:00 Uhr **Literaturclub**
Sibylle Muthesius „Flucht in die Wolken“
Kostenbeitrag: 2,00 €

Mittwoch, 23.05.18

14:00 Uhr **Frauenvesper**
„New York – nicht nur Weltstadt“
Eine Reise von und mit E.Ch. Kittel.
Kostenbeitrag: 3,00 €

Freitag, 25.05.18

17:00 Uhr **Vernissage**
„Swinging Colors“
E.CH.Kittel stellt einen kleinen Ausschnitt ihrer
zahlreichen, in verschiedenen Techniken geschaffenen
Werke aus.