

Veranstaltungen Oktober 2022

Dienstag, 04.10.22

- 09:00 Uhr** **SozialBeratung für Frauen**
Margita Rümpler, Diplomsozialarbeiterin, bietet Hilfe und Beratungsgespräche an.
- 14:00 Uhr** **Frauengespräche**
Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag mit Ilona Schmidt
- 15:00 Uhr** **Frauen ans Netz**
Praktische Hilfe und Unterstützung am PC und bei der Nutzung des Internet

Mittwoch, 05.10.22

- 11:00 Uhr** **Frauensportgruppe**
„proBeweglich“ mit Frau Böhmert
(Ort: „Holzhaus“, Gotlindestr.38)
- 15:00 Uhr** **Kreativangebot für Frauen**
Die Strickgruppe „Strickdesign“ trifft sich.

Donnerstag, 06.10.22

- 16:00 Uhr** **Frauengespräche**
Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag mit Ilona Schmidt

Freitag, 07.10.22

- 10:00 Uhr** **Frauen ans Netz**
Praktische Hilfe und Unterstützung am PC und bei der Nutzung des Internets

Montag, 10.10.22

- 13:00 Uhr** **Nachbarinnentreff**
Freizeit- und Informationsangebote für und mit Frauen mit Fluchtgeschichte
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, 11.10.22

- 14:00 Uhr** **Frauengespräche**
Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag mit Ilona Schmidt
- 15:00 Uhr** **Frauen ans Netz**
Praktische Hilfe und Unterstützung am PC und bei der Nutzung des Internets

Mittwoch, 12.10.22

- 11:00 Uhr** **Frauensportgruppe**
„proBeweglich“ mit Frau Böhmert
(Ort: „Holzhaus“, Gotlindestr.38)
- 14:00 Uhr** **Frauenvesper**
„Griechenland“
Im **östlichen Mittelmeer** liegen die Wurzeln unserer europäischen **Kultur**. In keiner anderen Region Europas gibt es so viele Zeugnisse des Altertums. Es ist das Land der „Tausend Inseln“, bekannt für gute Weine und mediterranes Essen. **E.Ch.Kittel** bringt Ihnen Land, Menschen und Kultur durch Ihre wundervollen Bilder näher.
- 15:00 Uhr** **Kreativangebot für Frauen**
Die Strickgruppe „Strickdesign“ trifft sich.

Donnerstag, 13.10.22

13:30 Uhr **Kreativangebot für Frauen**
Kreatives Basteln und Gestalten

16:00 Uhr **Frauengespräche**
Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag
mit Ilona Schmidt

Freitag, 14.10.22

10:00 Uhr **Frauen ans Netz**
Praktische Hilfe und Unterstützung am PC und bei
der Nutzung des Internets

Montag, 17.10.22

10:00 Uhr **Treff der Selbsthilfegruppe für pflegende und
betreuende Angehörige**
Ein Angebot der Kontaktstelle PflegeEngagement.

13:00 Uhr **Nachbarinnentreff**
**Freizeit- und Informationsangebote für und mit
Frauen mit Fluchtgeschichte**
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, 18.10.22

14:00 Uhr **Frauengespräche**
Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag
mit Ilona Schmidt

15:00 Uhr **Frauen ans Netz**
Praktische Hilfe und Unterstützung am PC und bei
der Nutzung des Internets

Mittwoch, 19.10.22

11:00 Uhr **Frauensportgruppe**
„**proBeweglich**“ mit Frau Böhmert
(Ort: „Holzhaus“, Gotlindestr.38)

15:00 Uhr **Kreativangebot für Frauen**
Die Strickgruppe „Strickdesign“ trifft sich.

Donnerstag, 20.10.22

16:00 Uhr **Frauengespräche**
Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag
mit Ilona Schmidt

Freitag, 21.10.22

10:00 Uhr **Frauen ans Netz**
Praktische Hilfe und Unterstützung am PC und bei
der Nutzung des Internets

Montag, 24.10.22

13:00 Uhr **Nachbarinnentreff**
**Freizeit- und Informationsangebote für und mit
Frauen mit Fluchtgeschichte**
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, 25.10.22

14:00 Uhr **Frauengespräche**
Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag
mit Ilona Schmidt

15:00 Uhr **Frauen ans Netz**
Praktische Hilfe und Unterstützung am PC und bei
der Nutzung des Internets

15:00 Uhr **Singekreis**
Wir laden dazu alle ein, die gern mit anderen singen.
Mit der Gitarre und ihrer Stimme begleitet uns Dr.
Brigitte Jammer.

Mittwoch, 26.10.22

09:30 Uhr **Frühstücksclub 65+**
Gemeinsam die Freizeit verbringen, Spaß haben, sich austauschen, über alles sprechen, was Frauen täglich bewegt, neue Bekannte, vielleicht auch Freundinnen finden.

Anmeldung erforderlich!

11:00 Uhr **Frauensportgruppe**
„**proBeweglich**“ mit Frau Böhmert
(Ort: „Holzhaus“, Gotlindestr.38)

15:00 Uhr **Kreativangebot für Frauen**
Die Strickgruppe „Strickdesign“ trifft sich.

Donnerstag, 27.10.22

13:30 Uhr **Kreativangebot für Frauen**
Kreatives Basteln und Gestalten

16:00 Uhr **Frauengespräche**
Individuelle Gespräche zu Hilfen im Alltag mit Ilona Schmidt

Freitag, 28.10.22

10:00 Uhr **Frauen ans Netz**
Praktische Hilfe und Unterstützung am PC und bei der Nutzung des Internets

Montag, 31.10.22

13:00 Uhr **Nachbarinnentreff**
Freizeit- und Informationsangebote für und mit Frauen mit Fluchtgeschichte
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.

Beratungsangebote im Kieztreff UNDINE mit Terminvergabe:

Mietenberatung: jeden Montag 14:00 – 17:00 Uhr

Rentenberatung: Donnerstag, 20.10. und 27.10.2022
ab 13:00 Uhr

Sozialberatung für Afghan*innen: Freitag 10:00 – 13:00 Uhr

Anmeldung unter 030/577 99 4-19 oder -11 oder
kieztreff.undine@sozialwerk-dfb-berlin.de

Büchertausch

Jeden Dienstag können Sie von 10:00 – 16:00 Uhr in unserer Bibliothek Ihre gelesenen und gut erhaltenen Bücher tauschen.

Ausstellung

„**Genussmomente und Wortspiele**“

Am 10.10.2022, um 16 Uhr, eröffnet Ilona Siebert, Hobbyfotografin mit Leidenschaft, ihre nächste Ausstellung. Ihre Fotografien regen bei den Betrachtern alle Sinne an oder verwandeln Redewendungen in Bilder. Erraten Sie, welche gemeint sind?

Aktion

Lichtenberger Sozialtage vom 13. bis 14.10.2022

Besuchen Sie uns und die Einrichtungen des SOZIALWERKES des dfb **am 14.10.2022, von 10 bis 20 Uhr**, an unserem Stand im Linden-Center, Prerower Platz. Die Besucherinnen und Besucher haben die Möglichkeit, sich über die vielfältigen Angebote zur Beratung, Unterstützung und Freizeitgestaltung im Bezirk zu informieren.



Sie möchten uns
kostenfrei mit Ihrem
nächsten Online-Einkauf
unterstützen?
Über das Portal [WeCanHelp.de](https://www.wecanhelp.de)
geht das leicht und sicher.
Oder scannen Sie einfach
den QR-Code.

Kontakt:

Ilona Schmidt | Leiterin
Tel.: 030/577 99 410 oder – 11
Fax: 030/577 99 422
E-Mail: frauentreff.alt-lichtenberg@sozialwerk-dfb-berlin.de
Web: sozialwerk-dfb-berlin.de

Wir sind eine behindertenfreundliche Einrichtung.
Träger: SOZIALWERK des dfb (Dachverband) e.V.

Unsere Öffnungszeiten:

Mo. Mi, Do	10:00 – 18:00 Uhr
Dienstag	10:00 – 16:00 Uhr
Freitag	10:00 – 14:00 Uhr

und nach Vereinbarung

Mitglied im



Gefördert von:



Das Projekt „**Verstärkung der Freizeitangebote für geflüchtete Frauen**“ wird gefördert aus Mitteln des bezirklichen Integrationsfonds des Bezirkes Lichtenberg.

Der Integrationsfonds ist eine Maßnahme des Gesamtkonzepts zur Integration und Partizipation Geflüchteter des Senates von Berlin.

