



SOZIALWERK des dfb
(Dachverband) e.V.

Dezember 2024



Frauen*treff
UNDINE

Montag

13 - 15.30 Uhr

Freizeitangebote für und von
geflüchtete/n Frauen

17- 18 Uhr

Selbsthilfegruppe für Frauen mit
Depression / Ängsten

Dienstag

10 - 13 Uhr Strickclub

14 - 15 Uhr Englisch Grundkenntnisse

17.12. 15 Uhr

Singekreis mit Dr. Brigitte Jammer und
Gitarre

Donnerstag

13 - 16 Uhr Frauengespräche*
Individuelle Gespräche zu Hilfen im
Alltag

Neu 19.12. 15:30 - 16:45 Heiltanz für
Frauen*

17 - 18.30 Uhr

Sprachcafé für alle Level

Mittwoch

11 - 13 Uhr Frauensportgruppe
"proBeweglich" (Holzhaus, Gotlindestr. 38)

Neu 14 - 15 Uhr Stressbewältigung und
Achtsamkeit

Neu 18 - 19:15 Uhr Yoga mit Christina*

Freitag

10 - 12 Uhr Soziale Beratung
(6. und 20.12.)

12 - 13.30 Uhr Küche für alle
Essensausgabe

18.12. 13 bis 14 Uhr Buchtourauftakt:

Lizzie Líbera liest aus ihrem neuen Buch "Das
Haus der Frauen"



Fest für alle!

Do. 26.12. 14 bis 16 Uhr

*Für dieses Angebot bitte per E-Mail oder
telefonisch anmelden:

0176 45264074

frauentreff.alt-lichtenberg@sozialwerk-dfb-berlin.de



@frauentreff.undine



Beratungsangebote im Kieztreff UNDINE

mit Terminvergabe:

Mieter:innenberatung:

Montag 14 - 17 Uhr

Dienstag 14 - 17 Uhr

Donnerstag 15 - 17 Uhr

Bitte unter (030) 293 43 10 anmelden.

Rentenberatung:

mit Herrn Schneider, (12. und 19.12.)

Deutsche Rentenversicherung Bund.

Anmeldung unter **0170 811 93 55**

Hausaufgabenhilfe 1. - 7. Klasse

Mo - Mi 16 bis 18 Uhr* (kostenlos)

KulturLeben

Jede*r hat das Recht, am kulturellen Leben teilzunehmen!

Bei uns sind Anmeldungen möglich.

Mo. 15 bis 17 Uhr

Entspannung für alle

6. und 13.12. 11 - 12 Uhr

Origamie für alle

Mo. 9.12. 16 bis 18 Uhr

Pimp your phone

in der Kreativwerkstatt

Mit. 11.12. 10 bis 12Uhr

Vortrag und Austausch gegen "Der Dritte Weg"!

Do. 12.12. 18 Uhr

Bastel deine Vision 2025

in Kreativwerkstatt

Mit. 18.12. 15:30 bis 17:30

Kontakt:

Hagenstr. 57 | 10365 Berlin

S- und U-Bahnhof Lichtenberg |

Ausgang Siegfriedstraße

S-Bahn: S5, S7 | U-Bahn: U5 | Tram: 21, 37 |

Bus: 240, 256

Öffnungszeiten

Mo bis Do 10.00 - 18.00 Uhr

Fr 10.00 - 14.00 Uhr

und nach Vereinbarung

Monika Maas | Leitung

TEL: 030/577 99 410 oder -11

frauentreff.alt-lichtenberg@sozialwerk-dfb-berlin.de

Wir suchen immer Ehrenamtliche, die unsere Projekte unterstützen.

Vielleicht haben Sie eine Idee für eine neue Gruppe?

Möchten Sie gerne Ihr Wissen an andere vermitteln?

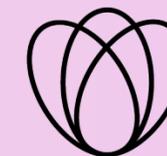
Melden Sie sich gerne!

Wir sind eine behindertenfreundliche Einrichtung.

Träger: SOZIALWERK des dfb (Dachverband) e. V.

Sie möchten uns kostenfrei mit Ihrem
nächsten Online-Einkauf
unterstützen?

Über das Portal [WeCanHelp.de](https://www.wecanhelp.de)
geht das leicht und sicher.



Frauen*treff
UNDINE

Dezember 2024

Unter einem Dach -
miteinander
füreinander da sein.



SOZIALWERK des dfb
(Dachverband) e. V.

Mitglied im

