SOZIALWERK des dfb (Dachverband) e.V.

30 JAHRE

Januar 2025

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

28.01. 15 Uhr
Singekreis mit Dr. Brigitte Jammer und Gitarre

Donnerstag

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

Neu 15:30 - 16:45 Heiltanz für Frauen*
23.01.
17 - 18.30 Uhr
Sprachcafé für alle Level

Neu Nähgruppe jeden 2. Mittwoch
10 - 13 Uhr, 08. + 22.1.

*Für dieses Angebot bitte per E-Mail oder telefonisch anmelden:
0176 45264074
frauentreff.alt-lichtenberg@sozialwerk-dfb-berlin.de

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
(3. und 17.01.)

11:30 - 13.00 Uhr Küche für alle
Essensausgabe

@frauentreff.undine

BERLIN Bezirksamt Lichtenberg

BERLIN Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung

jobcenter Berlin Lichtenberg

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, (9. und 23.1.)
Deutsche Rentenversicherung Bund.
Anmeldung unter **0170 811 93 55**
Hausaufgabenhilfe 1. - 7. Klasse
Mo – Di 16 bis 18 Uhr* (kostenlos)

- **KulturLeben**
  Jede*r hat das Recht, am kulturellen Leben teilzunehmen!
  Bei uns sind Anmeldungen möglich.
  Mo. 6.1. 15 bis 17 Uhr

- **Entspannung für alle**
  Fr. 17.1. 11 – 12 Uhr

Wir wünschen Euch ein frohes und gesundes neues Jahr!

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 geht das leicht und sicher.

Frauen*treff
UNDINE

Januar 2025

Unter einem Dach – miteinander füreinander da sein.

30 JAHRE SOZIALWERK des dfb (Dachverband) e.V.

Mitglied im DER PARITÄTISCHE GESAMTVERBAND