



Starlight Woman *Sonntag 15:00*
Afrikanische Frauengruppe

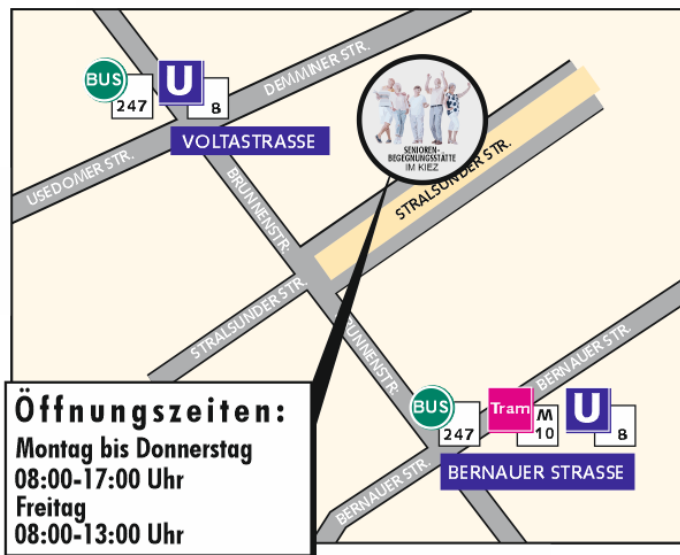
Türkischer Chor *Sonntag 18:00*
„Gülnihal Musiki Cemiyeti“ Berlin

Tischtennis *Montag 13:00*
Mittwoch 10:00
 -ein Sport für alle



**Wir
haben
noch
freie
Plätze!**

Zu Veranstaltungen bitte anmelden!



Senioren-Begegnungsstätte im Kiez
 Stralsunder Straße 6, 13355 Berlin-Mitte
 Tel.: (030) 46 45 03 6
 stralsunderstr@jahresringe-ev.de

Spendenkonto:

IBAN: DE04370205000003086115
 SozialBank AG
 BIC: BFSWDE33XXX

JAHRESRINGE

Gesellschaft für Arbeit und Bildung e. V.
 Bitterfelder Straße 15, 12681 Berlin
 Telefon (030) 29 34 18 13
 Fax (030) 29 34 18 10
 Mail: gesellschaft@jahresringe-ev.de
 Web: www.jahresringe-ev.de



Veranstaltungsplan

Juli 2025



**SENIOREN-
BEGEGNUNGSSTÄTTE
IM KIEZ**

BERLIN-MITTE

Stralsunder Straße 6, 13355 Berlin
Telefon (030) 46 45 03 6

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat



Ständige Wochenangebote

Montag

09:00 – 10:00	Pilates
10:00 – 11:00	Sitzgymnastik
11:00 – 12:45	Tanz und Bewegung mit Maggi
13:00 – 15:00	Tischtennis

Dienstag

10:00 – 11:30	Chor
11:30 – 13:00	Smartphonetreff für Senioren Computertreff für Senioren

Mittwoch

09:00 – 10:00	Pilates
10:00 – 12:00	Tischtennis
12:30 – 16:30	Türkische Kulturgemeinde "Dostluk"
12:00 – 18:00	Schuldnerberatung
19:00 – 22:00	Square Dance Club

Donnerstag

10:00 – 11:00	Gymnastik
11:00 – 12:00	Seniorenfrühstück
11:00 – 12:30	Spiele-Treff
19:00 – 20:00	Pilates

Freitag

10:00 – 11:00	Stuhlyoga
11:00 – 12:00	Seniorenfrühstück

Sonntag

18:00 – 20:00	Türkischer Chor
---------------	-----------------

Monatliche Veranstaltungen

Dienstag

14:00 – 17:00	Tanz mit Josef 08.07.25 (am 2. Dienstag im Monat) Eintritt: 8,00 € (Kaffee/Tee & Kuchen inbegriffen)
---------------	---



15:00 – 17:00	Parkinson I 01.07.25 (am 1. Dienstag)
15:00 – 17:00	Parkinson Gruppe Reinickendorf 15.07.25 (am 3. Dienstag)
18:00 – 21:00	Fotografenvereinigung 01.07. + 15.07.25 (am 1. + 3. Dienstag)

Donnerstag

14:30 – 18:00	Parkinson II 10.07.25 (am 2. Donnerstag)
14:30 – 18:00	Parkinson offene Gesprächsrunde 24.07.25 (am 4. Donnerstag)

Sonntag

15:00 – 18:00	Starlight Woman Afrikanische Frauengruppe 13.07.25 (am 2. Sonntag)
---------------	---

Kurzvorstellung einzelner Angebote

Smartphonetreff für Senioren

Dienstag 11:30 Uhr Smartphone und Handy

Dienstag 11:30 Uhr Computer und Internet

Sie wollen mehr über den Umgang mit dem Computer wissen oder neu einsteigen?

- ▶ wie funktioniert ein Computer
- ▶ Umgang mit gängigen Programmen
- ▶ einfache Texte schreiben und gestalten
- ▶ Fotos bearbeiten und ordnen

Sie wollen mehr über die Möglichkeiten des Internets erfahren?



- ▶ Termine buchen (z.B. Arzt)
- ▶ Fernseh- und Radiosendungen verfolgen
- ▶ Zeitungen am Computer lesen
- ▶ Informationen finden („googeln“)
- ▶ Shopping im Internet

aber auch über die Risiken im Internet:

- ▶ gefälschte Webseiten und E-Mails (Phishing)
- ▶ Tipps für sicheres Surfen im Internet

Sie möchten mehr über den Umgang mit Ihrem Handy, Smartphone (Android), Tablet wissen?

- ▶ nützliche Apps finden und Installieren
- ▶ WhatsApp Nachrichten, Fotos bearbeiten
- ▶ den richtigen Weg ans Ziel finden (Navigieren)
- ▶ Termine planen, Erinnerungen einrichten

Sie haben weitere Wünsche an den Computertreff? Dann sprechen Sie uns an, wir sind für fast alles offen.