

MONTAG 21/04

Feiertag -
unser Haus
ist
geschlossen,
es finden
keine
Angebote
statt

DIENSTAG 22/04

**10.00 - 15.30 / Saal, Café und Multiraum
Ferienschule Sprungbrett Zukunft**

**10.30 – 11.30 / Saal
fällt aus: Rheumagymnastik**

Anmeldung + Infos: Sabine Müller, Tel. 030
8614281

**11.00 - 12.30 / Treffpunkt im Foyer
Bewegter Spaziergang**

Spaziergang mit Cinthia,
ohne Anmeldung

**12.20 - 13.20 / findet draußen statt, fällt
bei Regen aus
Linedance und afrikanischer Tanz 55+**
Anmeldung + Infos: Jaqueline, jgavrit1@aol.com
oder Tel. 0163 3348186

**13.30 - 14.30 / findet draußen statt, fällt
bei Regen aus
Tanz dich fit / Linedance**
Anmeldung + Infos: Jacqueline, jgavrit1@aol.com
oder Tel. 0163 3348186

**14.00 - 16.00 / Nähzimmer
fällt aus: Beratung: Zukunftsmut 60+**

Infos: Tanja Malikowski, Tel. (030) 120 210 97,
gerne mit Anmeldung

**16.00 - 18.00 / Saal
Tischtennis für alle**

ohne Anmeldung

**15.00 - 18.00 / Café
Schach mit dem SC Weiße Dame**

ohne Anmeldung

**16.00 - 18.00 / Nähzimmer
Sprechstunde Mieter*innenberatung in
den sozialen Erhaltungsgebieten**

ohne Anmeldung vor Ort oder
telefonisch unter 030 / 44 33 81 19

**17.00 - 18.00 / Treffpunkt ist bei uns am
Parktor
Lauftreff – Joggen durch den Volkspark**

Infos: Florian und Johanna 0157 855 152 14

**18.00 - 20.00 / Nähzimmer
Coaching**

Anmeldung + Infos: Miriam, Tel. 0176 80 44 04 06

**18.15 - 19.15 / Saal
fällt aus: Meditations- und Atemkurs**

ohne Anmeldung
Infos: Moritz, m.schmejkal@gmx.de

**19.30 - 21.30 / Saal
Salonorchester**

Infos unter salonorchester1923.de/

MITTWOCH 23/04

**10.00 - 15.30 / Saal, Café und Multiraum
Ferienschule Sprungbrett Zukunft**

**10.00 - 15.30 / jeden Mittwoch bei euch
zu Hause
Digitalhilfe vor Ort**

Anmeldung per Mail:
DigitalHilfeNachbarschaft@gmx.de

**10.00 - 12.00 / Saal
fällt aus: Bilingual
Playgroup/Krabbelgruppe**

Anmeldung + Infos:
Robyn, goodenoughnanny@gmail.com

**12.00 - 14.00 / findet draußen statt, fällt
bei Regen aus
Englisch lernen für Senioren*innen**
Anmeldung + Infos: Vera Pindter,
vpindter_85@hotmail.com

**12.30 - 14.00 / Nähzimmer
ELBA Elternberatung in Kinderarztpraxen**
Anmeldung: sozialpaed.Beratung@pfh-berlin.de, N.
Weiss 0151 29275247, C. Bofinger 0151 15074517

**14.00 - 16.00 / Café
Sprechstunde mit Integrationslots*innen**

ohne Anmeldung
Sprachen: Lettisch, Russisch

**14.00 - 17.00 / Multiraum
fällt aus: #Ukraine: Творче Жіноче Коло
для переселенців з України**
Info: Аліса Поплавська, aroplavska@olamaid.org

**15.30 - 16.30 / Saal
Rücken-Fit**

ohne Anmeldung

**16.00 - 17.30 / Café
Sprach-Café**

ohne Anmeldung
Infos: Anna, a.j.schilling13@gmail.com

**16.00 - 19.00 / Nähzimmer
Nähwerkstatt**

ohne Anmeldung
Infos: Petra Reinhardt, p.reinhardt@posteo.de

**16.30 - 17.30 / Hof oder Saal
fällt aus: Stuhlyoga**

ohne Anmeldung
Infos: Jacqui Gauvrit jgavrit1@aol.com

**18.00 - 21.00 / Café
Wilmsdorf strickt - Stricktreff**

ohne Anmeldung
Infos: Beate, viaggiare@gmx.de

**18.15 - 19.30 / Saal
Yoga**

Vinyasa Yoga, ohne Anmeldung

DONNERSTAG 24/04
10.00 - 15.30 / Saal, Café und Multiraum Ferienschule Sprungbrett Zukunf
10.00 - 12.00 / Nähzimmer ELBA Elternberatung in Kinderarztpraxen Anmeldung: sozialpaed.Beratung@pfh-berlin.de, N. Weiss 0151 29275247, C. Bofinger 0151 15074517
12.00 - 13.00 / Saal fällt aus: Gleichgewicht und Koordination für Senior*innen ohne Anmeldung, Infos: Jacqueline Gauvrit jgauvrit1@aol.com
13.00 - 14.00 / Saal fällt aus: Sturzprävention für Senior*innen ohne Anmeldung, Infos: Jacqueline Gauvrit jgauvrit1@aol.com
13.30 - 15.30 / Nähzimmer Computer-Café ohne Anmeldung
14.00 - 16.00 / Café Sprechstunde mit Integrationslots*innen ohne Anmeldung Sprachen: Bosnisch, Bulgarisch, Serbokroatisch, Türkisch, Ukrainisch, Russisch
14.00 - 16.00 / Multiraum fällt aus: #Ukraine: Творче Жіноче Коло для переселенців з України Инфо: Alisa, apoplavska@olamaid.org
14.00 - 16.00 / Café Sprechstunde mit der Kiezmutter Beratung und Integrationshilfe Sprachen: Russisch, Deutsch
15.30 - 18.00 / Saal Tischtennis für alle ohne Anmeldung
16.00 - 19.00 / Nähzimmer Nähwerkstatt ohne Anmeldung
16.00 - 19.00 / Werkstatt Holzwerkstatt Anmeldung + Infos: Daniel, d@jentsch.berlin
17.00 - 19.00 / Multiraum Grüne Höfe: Beratung zu Begrünungen nur mit Terminvereinbarung per Mail an gruenberatung@dorfwerkstadt.de
19.30 - 21.00 / Saal Escrima – Selbstverteidigung Anmeldung + Infos: Ben, Tel. 0170 4979735

FREITAG 25/04
10.00 - 15.30 / Saal, Café und Multiraum Ferienschule Sprungbrett Zukunf
10.00 - 12.00 / Nähzimmer Malgruppe für jung und alt ohne Anmeldung Infos: Siegrid Grunack, Tel. 030 753 4698
10.30 - 12.00 / Saal fällt aus: Eltern-Baby-Gruppe Downsyndromberlin e.V. "Die Aller kleinsten" Infos: Julia Bonn, 0176 21242308, juliabonn@hotmail.com
11.00 - 15.30 / Café fällt aus: Gemeinsam kochen und essen, spielen, Kaffee trinken ohne Anmeldung, kommt einfach vorbei
12.00 - 13.00 / findet draußen statt Tao Healing ohne Anmeldung
13.00 - 14.00 / findet draußen statt Qi Gong ohne Anmeldung
13.30 - 17.00 / Nähzimmer Schachgruppe aus dem Volkspark ohne Anmeldung
14.00 - 17.00 / Saal fällt aus: #Ukraine: Лидерство и интеграция Инфо: Аліса Поплавська, apoplavska@olamaid.org
16.00 - 18.00 / Café BENN Kiezcafé Kommt vorbei und lernt eure Nachbar*innen kennen
18.00 - 19.00 / Saal Zumba für Frauen ohne Anmeldung
18.30 - 20.30 / Café Workshop Kreatives Schreiben nur mit Anmeldung: Karin, ka.schwarz@gmx.de
18.30 - 21.00 / Café Spieleabend mit Gülay und Daniel ohne Anmeldung, Infos: spieleabend@kapanke.com
19.00 - 21.00 / Saal Fitness boliviano Infos: Marco, Tel. 0176 67309152

SAMSTAG 26/04
10.00 - 11.00 / Hof oder Café Qi Gong und Selbstmassage
10.00 - 13.00 / Multiraum + Nähzimmer Lamines tunesische Abenteuerschule Infos: Lamine Elajmi, Tel. 0174 9623225, lamineajmi3@gmail.com
10.00 - 11.00 / Saal Tanztraining für Kinder Infos: Marco, Tel. 0176 67309152
12.00 - 17.00 / Werkstatt Fahrrad-Werkstatt (DIY) ohne Anmeldung Anleitung zum Selberreparieren
13.00 - 19.00 / Saal Mahjong Club Anmeldung + Infos: Yufan, kontakt@berlin-mahjong.club
13.00 - 16.00 / Nähzimmer Bastel-Club Anmeldung + Infos: Marina Noack, murksel@me.com
16.00 - 21.00 / Nähzimmer Cosplay-Werkstatt mit Vocaberlin e. V. Infos: Arthur, vocaberlin@gmx.de
17.00 - 20.30 / Cafe Indischer Kochabend Anmeldung: indischer.kochabend@gmail.com oder forms.gle/J5m197N2bqSMLCzY9

SONNTAG 27/04
10.00 - 13.00 / ganzes Haus Alphabet Sprachschule Infos: Saada Diab, s.diab@online.de, Tel. 0152 0195 1947
18.00 - 22.00 / Saal Umbanda - Afroindigene Spiritualität aus Brasilien Anmeldung: Inga, saravaberlin@gmx.de