

MONTAG 10/03
<p>10.30 - 12.00 / Saal Linedance für Tänzer*innen mit und ohne Erfahrung ohne Anmeldung Infos: Elisabeth, Tel. 030 822 29 56</p>
<p>11.00 - 14.00 / draußen oder Nähzimmer Aquarellmalen für Senior*innen Anmeldung + Infos: Jutta, Tel. 030 853 19 62</p>
<p>12.00 - 14.00 / Multiraum Mobiles Schreibbüro: Hilfe bei Anträgen ohne Anmeldung Infos: 030 / 530 833 71</p>
<p>12.00 - 13.00 / Wiese im Volkspark Qi Gong im Park ohne Anmeldung</p>
<p>13.00 - 14.00 / Wiese im Volkspark Kung Fu im Park ohne Anmeldung</p>
<p>14.00 - 18.00 / Café oder Nähzimmer Computer-Café ohne Anmeldung</p>
<p>15.00 - 18.00 / Cafe MS Männer-Selbsthilfegruppe DMSG Anmeldung + Infos: Dirk Adämmer, Tel. 030 323 8702, dirk.adaemmer@t-online.de</p>
<p>15.30 - 18.00 / Saal fällt aus: #Ukraine: Yoga / Йога для жінок з України Инфо: Alisa,apoplavska@olamaid.org</p>
<p>18.00 - 21.00 / Nähzimmer Computer- & Smartphone-Hilfe Anmeldung + Termine: calendly.com/computer-smartphone/45min oder samyber@protonmail.com</p>

DIENSTAG 11/03
<p>10.30 - 11.30 / Saal Rheumagymnastik Anmeldung + Infos: Sabine Müller, Tel. 030 8614281</p>
<p>11.00 - 12.30 / Treffpunkt im Foyer Bewegter Spaziergang Spaziergang mit Cinthia, ohne Anmeldung</p>
<p>12.20 - 13.20 / Saal Linedance und afrikanischer Tanz 55+ Anmeldung + Infos: Jaqueline, jgavrit1@aol.com oder Tel. 0163 3348186</p>
<p>13.30 - 14.30 / Saal Tanz dich fit / Linedance Anmeldung + Infos: Jacqueline, jgavrit1@aol.com oder Tel. 0163 3348186</p>
<p>14.00 - 15.30 / Café Literaturkreis ausgebucht, zur Zeit keine Anmeldungen möglich</p>
<p>14.00 - 17.00 / Multiraum #Ukraine: Рисование для детей и взрослых Запись и инфо: Марина Telegram @ДД_рисование</p>
<p>14.00 - 16.00 / Nähzimmer Beratung: Zukunftsmut 60+ Infos: Tanja Malikowski, Tel. (030) 394055416, gerne mit Anmeldung</p>
<p>14.30 - 18.00 / Saal Tischtennis für alle ohne Anmeldung</p>
<p>15.00 - 18.00 / Café Schach mit dem SC Weiße Dame ohne Anmeldung</p>
<p>16.00 - 18.00 / Nähzimmer Sprechstunde Mieter*innenberatung in den sozialen Erhaltungsgebieten ohne Anmeldung vor Ort oder telefonisch unter 030 / 44 33 81 19</p>
<p>18.15 - 20.15 / Café Психологические встречи и актерское мастерство Инфо: t.me/MeetingsBerlin</p>
<p>18.15 - 19.15 / Saal Meditations- und Atemkurs ohne Anmeldung Infos: Moritz, m.schmejkal@gmx.de</p>
<p>19.30 - 21.30 / Saal Salonorchester Infos unter salonorchester1923.de/</p>

MITTWOCH 12/03
<p>10.00 - 15.30 / jeden Mittwoch bei euch zuhause Digitalhilfe vor Ort Anmeldung und Termine: per Mail: DigitalHilfeNachbarschaft@gmx.de oder über Alfred und Sai (am Montag)</p>
<p>10.00 - 12.00 / Saal Yoga für Kita-Kinder Kinderladen Arche Noah, Hildegardstraße</p>
<p>12.00 - 14.00 / Multiraum Englisch lernen für Senioren*innen Anmeldung + Infos: Vera Pindter, vpindter_85@hotmail.com</p>
<p>12.30 - 14.00 / Nähzimmer ELBA Elternberatung in Kinderarztpraxen Anmeldung: sozialpaed.Beratung@pfh-berlin.de, N. Weiss 0151 29275247, C. Bofinger 0151 15074517</p>
<p>14.00 - 16.00 / Café Sprechstunde mit Integrationslots*innen ohne Anmeldung Sprachen: Lettisch, Russisch</p>
<p>14.00 - 17.00 / Multiraum #Ukraine: Творче Жіноче Коло для переселенців з України Инфо: Аліса Поплавська, aropplavska@olamaid.org</p>
<p>15.30 - 16.30 / Saal Rücken-Fit ohne Anmeldung</p>
<p>16.00 - 17.30 / Café Sprach-Café ohne Anmeldung Infos: Anna, a.j.schilling13@gmail.com</p>
<p>16.00 - 19.00 / Nähzimmer Nähwerkstatt ohne Anmeldung Infos: Petra Reinhardt, p.reinhardt@posteo.de</p>
<p>16.30 - 17.30 / Hof oder Saal fällt aus: Stuhlyoga ohne Anmeldung Infos: Jacqui Gauvrit jgavrit1@aol.com</p>
<p>17.30 - 18.15 / Hof oder Saal fällt aus: Entspannung für Frauen ohne Anmeldung Infos: Jacqui Gauvrit jgavrit1@aol.com</p>
<p>18.00 - 21.00 / Café Wilmersdorf strickt – Stricktreff ohne Anmeldung Infos: Beate, viaggiare@gmx.de</p>
<p>18.15 - 19.30 / Saal Yoga Vinyasa Yoga, ohne Anmeldung</p>

DONNERSTAG 13/03
09.00 - 11.00 / Multiraum Sprechstunde mit der Integrationslotsin ohne Anmeldung Sprache: Französisch
12.00 - 13.00 / Saal Gleichgewicht und Koordination für Senior*innen ohne Anmeldung, Infos: Jacqueline Gauvrit jgauvrit1@aol.com
13.00 - 14.00 / Saal 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
14.00 - 16.00 / Multiraum #Ukraine: Творче Жіноче Коло для переселенців з України Інфо: Alisa, aroplavaska@olamaid.org
14.00 - 16.00 / Café Sprechstunde mit der Kiezmutter Beratung und Integrationshilfe Sprachen: Russisch, Deutsch
14.30 - 18.00 / Saal Tischtennis für alle ohne Anmeldung
16.00 - 19.00 / Nähzimmer Nähwerkstatt ohne Anmeldung
16.00 - 19.00 / Werkstatt Holzwerkstatt Anmeldung + Infos: Andreas, andreaszimmermann@mail.de
16.00 - 20.00 / Multiraum #Ukraine: Креативне заняття для дітей та дорослих Інфо: Реєстрація інформація про групу Telegram :t.me/haus_friends_berlin
18.15 - 19.30 / Saal Salsa Aerobic ohne Anmeldung Infos: Raquel, carmennwyr1971@gmail.com
19.30 - 21.00 / Saal Escrima – Selbstverteidigung Anmeldung + Infos: Ben, Tel. 0170 4979735

FREITAG 14/03
10.00 - 12.00 / Multiraum Malgruppe für jung und alt ohne Anmeldung Infos: Siegrid Grunack, Tel. 030 753 4698
11.00 - 15.30 / Café Gemeinsam kochen und essen, spielen, Kaffee trinken ohne Anmeldung, kommt einfach vorbei
12.00 - 13.00 / Saal Tao Healing ohne Anmeldung
13.00 - 14.00 / Saal Qi Gong ohne Anmeldung
13.30 - 17.00 / Nähzimmer Schachgruppe aus dem Volkspark ohne Anmeldung
14.00 - 17.00 / Saal #Ukraine: Лідерство и интеграция Інфо: Аліса Поплавська, aroplavaska@olamaid.org
16.00 - 18.00 / Café BENN Kiezcafé Kommt vorbei und lernt eure Nachbar*innen kennen
18.00 - 19.00 / Saal Latinfit ohne Anmeldung Infos: Raquel, carmennwyr1971@gmail.com
19.00 - 21.00 / Saal Fitness boliviano Infos: Marco, Tel. 0176 67309152

SAMSTAG 15/03
10.00 - 11.00 / Hof oder Saal Qi Gong und Selbstmassage ohne Anmeldung
10.00 - 13.00 / Multiraum + Nähzimmer Lamines tunesische Abenteuerschule Infos: Lamine Elajmi, Tel. 0174 9623225, lamineajmi3@gmail.com
11.00 - 15.00 / Café Küchenglück: Mittags-Lunch mit Gisela Anmeldung + Infos: Gisela, kontakt@praxis-wiesengrund.de
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
SONNTAG 16/03
10.00 - 13.00 / ganzes Haus Alphabet Sprachschule Infos: Saada Diab, s.diab@online.de, Tel. 0152 0195 1947

BITTE SCHAUT IN UNSEREN ONLINE-KALENDER, DORT IST DAS ANGEBOT AKTUELL
www.nachbarschaft-ev.de/unsere-angebote
- alle unsere Veranstaltungen / Kurse sind kostenlos -