



**Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin
Abteilung Bürgerdienste und Soziales
Amt für Soziales**

– Seniorenservice –
www.charlottenburg-wilmersdorf.de

SenPro ProSen

Seniorenprogramm

**Januar
Februar
März
2026**

Inhaltsverzeichnis:

1.	Vorankündigungen und Neuigkeiten	
1.1	Grußwort	3
1.2	Aktuelles	4
1.3	Ehrenamt	9
2.	Aktivitäten in den Seniorenclubs	
2.1	Herthastraße 25 a	13
2.2	Wallotstraße 4	19
2.3	Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)	24
2.4	Seniorenbegegnungsstätte „Schlange“	29
2.5	Stadtteilzentrum Charlottenburg-Nord	32
3.	Aktivitäten außerhalb der Seniorenclubs	
3.1	Sportgruppen	37
3.2	Spaziergänge	39
4.	Mitteilungen der Seniorenvertretung	
4.1	Interessantes	40
4.2	Sitzungstermine	42
4.3	Kontakt	42
4.4	Veranstaltungen	42
4.5	Beratungsstunden für Senior*innen	43
5.	Allgemeine Informationen	
5.1	Wilmersdorfer Seniorenstiftung	44
5.2	Wichtige Telefonnummern und Einrichtungen	45
5.3	Krankenhäuser	48
5.4	Patientenfürsprecherinnen und -fürsprecher	49
6.	Teilnahme- und Haftungshinweise	50
7.	Impressum	50

GSB = Grundsicherungsbezieher

Alle Angaben ohne Gewähr!

Änderungen vorbehalten!

1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.1 Grußwort

Sehr geehrte Seniorinnen,
sehr geehrte Senioren,

ich hoffe, Sie sind gut ins neue Jahr gekommen und blicken mit Zuversicht auf das, was 2026 bereithält. Es warten viele spannende Entwicklungen auf uns, sowohl in Berlin als auch hier in Charlottenburg-Wilmersdorf.

Umso mehr freue ich mich, Sie am 29. Januar von 16 bis 18 Uhr zur 13. Senioren-Bezirksversammlung im Bürgersaal des Rathauses Charlottenburg begrüßen zu dürfen. Die Veranstaltung bietet den Rahmen zur Beantwortung Ihrer Fragen.

Am 20. September finden die Wahlen zum 20. Abgeordnetenhaus von Berlin und zu den Bezirksverordnetenversammlungen statt – eine Gelegenheit, aktiv an der Zukunft unserer Stadt mitzuwirken.

Um auch künftig sicherzustellen, dass Ihre Interessen im Bezirk gehört und vertreten werden, beginnen im Herbst bereits die Vorbereitungen für die Wahl der Seniorenvertretung 2027.

Ich lade Sie ein, das vielfältige Angebot des Seniorenprogramms zu entdecken und nutzen. Sollten Sie Ideen oder Wünsche zur Weiterentwicklung haben, kommen Sie gerne auf uns zu.

Für die kommenden Monate wünsche ich Ihnen gute Gesundheit, viel Freude, bereichernde Erlebnisse und schöne Begegnungen.

Astrid Duda

Ihre Astrid Duda

Bezirksstadträtin für Bürgerdienste und Soziales



Bild: BACW

1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.2 Aktuelles

Gut informiert und nicht allein: Die Berliner Hausbesuche unterstützen Seniorinnen und Senioren in ganz Berlin

Viele ältere Menschen in Berlin ahnen gar nicht, wie viele interessante Möglichkeiten ihr Kiez bereithält – oder wünschen sich mehr Kontakt zu Gleichgesinnten.

Die Berliner Hausbesuche helfen dabei, genau das zu entdecken: Sie unterstützen Seniorinnen und Senioren berlinweit dabei, gut informiert zu bleiben und mit Freude am Leben in ihrer Nachbarschaft teilzuhaben.

Die Lotsinnen und Lotsen kommen auf Wunsch zu einem persönlichen Gespräch vorbei und informieren über vielfältige Angebote direkt vor Ort – zum Beispiel rund um Gesundheit, Wohnen, Freizeitgestaltung oder digitale Unterstützung. So helfen sie, Orientierung zu finden und selbstbestimmt die passenden Wege zu gehen – ob allein, mit Familie oder im Freundeskreis.

Der Besuch ist kostenfrei. Senioren, die nicht in ihrem Zuhause besucht werden möchten, können auch einen Außentermin mit dem Lotsenteam der Malteser vereinbaren.

Das Team der Berliner Hausbesuche in Charlottenburg-Wilmersdorf stellt sich vor

Juliane Voß ist aus der Elternzeit zurück und nun wieder Teil des Teams der Berliner Hausbesuche im Bezirk. Gemeinsam mit ihrer Kollegin **Nora Plogstedt**, die einigen von Ihnen bereits bekannt ist, möchte sie Sie weiterhin über Angebote und Möglichkeiten in Ihrer Nähe informieren und dabei unterstützen, aktiv, gesund und selbstbestimmt zu bleiben. Beide freuen sich darauf, Sie bei den Berliner Hausbesuchen persönlich kennenzulernen oder wiederzusehen und stehen Ihnen bei Fragen gerne zur Seite.

Wer am Hausbesuch oder einem telefonischen Informationsgespräch interessiert ist oder noch offene Fragen hat, kontaktiert die Lotsinnen für **Charlottenburg-Wilmersdorf Juliane Voß** und **Nora Plogstedt** unter **030 348 003 – 240** oder besucht uns im Internet unter www.berliner-hausbesuche.de

Jeden zweiten Montag im Monat stehen wir außerdem von 10-13 Uhr mit unserem Infostand in den Wilmersdorfer Arcaden (Wilma). Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Foto: Nora Plogstedt und Juliane Voß



1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.2 Aktuelles



SENIORENVERTRETUNG

Charlottenburg-Wilmersdorf

13. Senioren-Bezirksversammlung

2026

Donnerstag, 29. Januar

16 – 18 Uhr

Rathaus Charlottenburg Otto-Suhr-Allee 100

im Bürgersaal (3.OG)

Seniorinnen und Senioren fragen,

das Bezirksamt antwortet!

Bezirksbürgermeisterin Kirstin Bauch und ihre
Stadtratskollegen stehen Ihnen Rede und Antwort.

Seniorenvertretung Charlottenburg-Wilmersdorf

Rathaus Charlottenburg, Raum 19,
Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin
oder

per E- Mail an:
seniorenvertretung.cw@gmx.de

<http://www.senior.vertretung-cw.de>



1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.2 Aktuelles



Immobilienkriminalität zum Nachteil älterer Menschen

Frau Fröhlich, Sie sind Leiterin des Kommissariats „Wirtschaftskriminalität Schwerpunkt Immobilien“ im LKA Berlin. Ihnen sind aktuell Einzelfälle bekannt geworden, bei denen ältere Menschen getäuscht und dazu gebracht werden, ihr Grundstück und Haus völlig unter Wert zu verkaufen.

Wie spielt sich so etwas konkret ab?

Die Täterinnen und Täter erschleichen sich erst das Vertrauen von älteren Menschen, beispielsweise durch Hilfe und der Zusage von Pflegeleistungen. Unter dem Versprechen eines lebenslangen Wohnrechts und der weiteren Fürsorge werden die Betroffenen dann dazu verleitet, ihre Immobilie an diese Personen zu verkaufen, jedoch in völliger Unwissenheit weit unter dem tatsächlichen Wert der Immobilie. Nach dem Verkauf werden die Betroffenen schnell „fallengelassen“. Sie verbleiben alleine, manchmal isoliert und teils unter menschenunwürdigen Umständen in ihrem Haus. Teilweise werden sie von dort sogar regelrecht rausgekettet.

Halten Sie es für möglich, dass es sich hier nicht um Einzelfälle, sondern um ein größeres Problem handelt?

Ja! Da es sich für Kriminelle um ein äußerst lukratives Geschäft handelt, liegt diese Vermutung nahe. Hinzu kommen das geringe Entdeckungsrisiko und die Hilfebedürftigkeit der Betroffenen. Deswegen sind wir besonders auf Hinweise aus der Bevölkerung angewiesen.

Was können Menschen aus dem Umfeld tun, wenn sie argwöhnen, dass da etwas nicht mit rechten Dingen zugeht?

Wir bitten darum, nicht wegzuschauen. Sprechen Sie die Betroffenen direkt darauf an und sagen Sie Ihnen, was ihr Grundstück tatsächlich wert ist. Oftmals haben diese nämlich keine Kenntnis über den tatsächlichen Wert ihrer Immobilie. Auch ein lebenslanges Wohnrecht muss nicht immer eine Sicherheit sein, wenn einem der neue Hausbesitzer die Strom- oder Wasserversorgung nimmt. Bitte warnen Sie die Menschen, voreilig etwas zu unterschreiben. Zum Beispiel, dass sie schon Geld im Vorfeld erhalten hätten. Bleiben Sie beharrlich in der Kontaktaufnahme, denn die Täter versuchen die Opfer meist zu isolieren. Es gibt die Möglichkeit, über die Internetwache der Polizei Hinweise und Auffälligkeiten mitzuteilen oder auch eine Strafanzeige zu erstatten. Außerdem verfügt mein Kommissariat über ein Informationstelefon Tel.: (030) 4664-932333. Hier kann man mit uns innerhalb der Bürozeiten Kontakt aufnehmen.

Nun muss der Verkauf einer Immobilie für ein lebenslanges Wohnrecht ja nicht per se schlecht sein. Was sollte gleichwohl beachtet werden?

Suchen Sie sich unbedingt selbst den Notar aus!

Informieren Sie sich vorab über den Wert des Grundstücks / der Immobilie. Hierzu gibt es Hilfe im Internet, z.B. bei BORIS Berlin (Bodenrichtwertinformationssystem Berlin).

Auch besteht die Möglichkeit, bei Immobilienportalen den Wert von Grundstücken in der Umgebung zu vergleichen und einen Gutachter zu beauftragen.

Frau Fröhlich, ich bedanke mich sehr für das Gespräch.

Das Gespräch führte Frau Schiefer, Ansprechperson für Seniorensicherheit in der Zentralstelle für Prävention im LKA Berlin.

1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.2 Aktuelles



Neues aus der Kontaktstelle PflegeEngagement

(Alle unsere Angebote sind kostenfrei)

**Workshop für pflegende An- und Zugehörige:
Leben mit Verlusten – Es geht weiter, aber anders
Montag, 03.02.2026 von 15:00-17:30 Uhr**

Wer einen nahestehenden Menschen pflegt, erlebt viele Formen von Verlust – nicht nur den Abschied von gemeinsamen Plänen und Perspektiven. Auch die eigene Gesundheit, Autonomie oder finanzielle Sicherheit können darunter leiden, und oft bleibt wenig Raum, die Trauer, um das eigene Leben wahrzunehmen.

In dieser Veranstaltung wollen wir gemeinsam erkunden, wie diese Verluste erlebt werden, was den Trauerprozess erschweren kann und was dabei hilft, neue Orientierung und Perspektiven zu entwickeln. Die Erfahrungen, das Wissen und die Fragen der Teilnehmenden stehen dabei im Mittelpunkt.

Wir freuen uns auf Ihre / Eure Teilnahme!

Wo: Kontaktstelle PflegeEngagement, Bismarckstr. 101, 10625 Berlin

Anmeldung: Tel.: 030 890 285 35 oder Mail: pflegeengagement@sekis-berlin.de

**Gesprächsgruppe Kardinal-Bengsch – noch freie Plätze!
3. Montag im Monat, 13:30 – 15:00 Uhr**

Wir treffen uns im Seniorenzentrum Kardinal-Bengsch und tauschen uns über unsere Erfahrungen und Herausforderungen als pflegende Angehörige aus – sei es bei altersbedingten Einschränkungen, chronischen Krankheiten oder Demenz.

Die regelmäßigen, angeleiteten Gruppentreffen geben uns Raum für Austausch, Entlastung und gegenseitige Unterstützung. Sie stärken uns dabei, den Alltag als pflegende Angehörige zu bewältigen.

Wo: Seniorenzentrum Kardinal-Bengsch, Iburger Ufer 14, 10587 Berlin

Kontakt: Bitte melden Sie sich vorab in der Kontaktstelle PflegeEngagement

Tel: 030/ 890 28535 oder per E-Mail pflegeengagement@sekis-berlin.de

1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.2 Aktuelles

Berliner Herzenszeilen – Briefe, die verbinden

Eine Aktion für Nähe und Miteinander

Inmitten der Großstadt leben viele ältere Menschen, die sich einsam fühlen. Die Aktion „Berliner Herzenszeilen“ möchte das ändern – mit einem einfachen, aber tiefgehenden Mittel: *einem handgeschriebenen Brief.*

„Berliner Herzenszeilen“ bringt Menschen in Kontakt, die sich sonst nie begegnet wären. Engagierte Freiwillige schenken Zeit und Aufmerksamkeit, Senior*innen schenken Vertrauen und persönliche Einblicke in ihre Lebensgeschichten.



Und so funktioniert es

Interessierte Freiwillige und Senior*innen füllen einen kurzen Steckbrief aus – online oder auf Papier. Das Projektteam vermittelt passende Brieffreundschaften und achtet dabei auf gemeinsame Interessen, ähnliche Sprachebenen und – wenn möglich – eine räumliche Nähe.

Der Briefwechsel läuft über das Projektteam, sodass alle Adressen anonym bleiben und der Austausch sicher organisiert ist. Ob ein einzelner Brief oder eine dauerhafte Freundschaft entsteht, bestimmen die Teilnehmenden selbst.

Interessierte finden Onlineformulare und weitere Informationen unter:

www.unionhilfswerk.de/herzenszeilen

oder Sie schreiben uns eine Nachricht an: herzenszeilen@unionhilfswerk.de

oder Sie melden sich telefonisch unter: [030 / 422 65 609](tel:030/42265609)

Was ist das Unionhilfswerk?

Wir sind Wegbegleiter*innen – verlässlich, vielfältig, innovativ. Seit 1947 engagiert sich das Unionhilfswerk für Menschen, die auf Begleitung und Unterstützung angewiesen sind. Mit rund 3.000 Mitarbeiter*innen und 900 Freiwilligen bietet der Träger vielfältige soziale Dienstleistungen in über 130 Einrichtungen, Projekten und Diensten – und zählt damit zu den größten sozialen Arbeitgebern in Berlin.

1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.3 Ehrenamt

Neues aus der Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf

Gleich mit zwei Ehrungsveranstaltungen im November konnten wir das Ehrenamt im Bezirk würdigen.

Am 12.11.25 wurden im Festsaal des Rathaus Charlottenburgs

26 langjährige Ehrenamtliche persönlich von Bezirksstadträtin Astrid Duda

für ihr Engagement mit einem Festakt geehrt. Viele der Jubilare sind schon über 10 Jahre dabei, eine Jubilarin kann sogar auf 35 Jahre ehrenamtlicher Tätigkeit im Gratulationsdienst zurückschauen.

Am 26.11.25 wurden „Neulingen“ im Ehrenamt, die sich seit einem Jahr ehrenamtlich engagieren, ebenfalls im Rathaus Charlottenburg, die Ehrenamtskarte verliehen. Mit dieser Ehrenamtskarte erhält man viele Vergünstigungen bei teilnehmenden Partnern, wie z.B. Theatern, Reedereien, Berliner Bäder Betriebe etc.



Bild:BACW



Bild:BACW

Wenn auch Sie daran interessiert sind:

- **Ihre Umgebung aktiv mit zu gestalten,**
 - **Ihre nachbarschaftlichen Beziehungen zu erweitern,**
 - **anderen zu helfen**
 - **und auch für sich selbst eine Aufgabe zu finden, in der Sie sich entfalten und interessante neue Erfahrungen machen können und Spaß haben,**
dann sind Sie bei uns richtig!
- Wir beraten Sie gerne!

Bitte melden Sie sich bei uns für ein Kennlerngespräch:

Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf

Rathaus Charlottenburg

Koordinatorin Ehrenamt Frau Bieber

Otto-Suhr-Allee 100

10585 Berlin

Tel: (030) 9029 14 797

E-Mail: freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de



Bild: BACW, C. Bauer, J. Wedel, A. Bieber, S. Block, S. Kruschke

Das Team der Freiwilligenagentur Charlottenburg – Wilmersdorf erwartet Sie!

1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.3 Ehrenamt

Noch mehr Neues aus der Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

ich möchte heute die Gelegenheit nutzen, um mich bei Ihnen vorzustellen.

Mein Name ist **Jana Wedel**, seit fast 10 Jahren arbeite ich nun schon im Bezirksamt Charlottenburg / Wilmersdorf von Berlin als Sozialarbeiterin. Seit September 2025 darf ich das Team der Freiwilligenagentur und des Seniorenservice rund um Frau Bieber unterstützen.



Ich freue mich sehr, in einem so schönen Arbeitsbereich tätig sein zu dürfen.

Nach einigen Wochen hier bin ich beeindruckt, wie engagiert und liebevoll die Kolleginnen und Kollegen ihre vielfältigen Aufgaben in Angriff nehmen. Neben der zu absolvierenden Bürokratie, werden hier viele Telefonate und Gespräche geführt und mit Kreativität und Tatendrang Briefe, Einladungen, Websites und auch diese Zeitung erschaffen. Die Organisation der monatlichen Kaffeetafel und der unterschiedlichen Ehrungen wird mit viel Erfahrung professionell mit sogenannten Zeitschienen, wie ich jetzt lernen durfte umgesetzt. Manchmal ist die anfängliche Terminfindung schon eine Meisterleistung, gefolgt von der Suche nach Künstlern, Catering, Sponsoren und vielem mehr. Der Lohn ist die ansteckende Freude unserer Gäste.

Sie können vielleicht zustimmen, wenn es mir in diesen krisengeschüttelten Zeiten manchmal etwas schwerfällt, an das Gute zu glauben.

Persönlich bin ich einfach sehr froh, unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kennen lernen zu dürfen und täglich so viel Einsatz für die Stärkung der gesellschaftlichen Werte zu erleben. Ich bin tief beeindruckt, wie viele Bürgerinnen und Bürger sich teilweise über Jahrzehnte in unserem Bezirk engagieren, in dem sie im Gratulationsdienst oder in Seniorenclubs arbeiten, Gruppen organisieren und so wichtige Gespräche führen und Kontakte halten. Die Ehrenamtlichen engagieren sich in ihrer Freizeit politisch oder für Kinder und Jugendliche z.B. in der Jugendverkehrsschule oder als Lesepaten, es gibt Menschen, die Aufräumaktionen oder Pflanzaktionen unterstützen. Sie alle tun dies für das wirklich Wichtige in unserem Leben: das Miteinander!

Ich fühle mich durch die neue Arbeit mit diesem engagierten Menschen auch persönlich sehr bereichert und hoffe, vielleicht auch Sie einmal begrüßen zu dürfen.

Nun bleibt mir Ihnen für das neue Jahr 2026 alles Gute zu wünschen und wie immer das Wichtigste, beste Gesundheit!

Herzlichst Ihre Jana Wedel

1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.3 Ehrenamt



Ehrenamtsdienste

Was bedeutet das eigentlich?

Die offizielle Verwaltungsschrift über den ehrenamtlichen Dienst im sozialen Bereich (VV EaD) definiert es folgendermaßen:

„Der Ehrenamtliche Dienst bei den Bezirksämtern von Berlin soll den Bürgerinnen und Bürgern eine ehrenamtliche Beteiligung an sozialen Aufgaben im Rahmen der bezirklichen Selbstverwaltung ermöglichen.“ ...

Ehrenamtliche des Bezirksamtes können z.B. in einer örtlichen Sozialkommission aktiv sein, um aus Anlass hoher Geburtstags- und Ehejubiläen (ab dem 90. Geburtstag bzw. ab der Diamanthochzeit) zu gratulieren und ein kleines Präsent zu überreichen.

Weitere Einsatzmöglichkeiten gibt es über unsere Sondersozialkommissionen. Hier können Sie z.B. in der Gartenarbeitsschule mitwirken, als Medienkurier die Bibliothek unterstützen, im Senior*innensport als Gruppenleitung aktiv oder in vielen weiteren interessanten Ehrenamtsgebieten tätig werden.

Alle unsere Ehrenamtlichen erhalten eine kleine monatliche Aufwandsentschädigung und sind in Ausführung ihrer Tätigkeit Unfall- und Haftpflicht versichert.

Vielleicht sind Sie neugierig geworden und suchen ein soziales Engagement? Oder Sie haben Fragen zu den Möglichkeiten?

Wir freuen uns auf ein Gespräch mit Ihnen:

Kontakt:

Tel: (030) 9029 14 797

E-Mail: freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de

Beratungszeiten:

Dienstag: 09:00 – 12:00 Uhr
Donnerstag: 09:00 – 12:00 Uhr
und nach Vereinbarung

in Raum 126c im Rathaus Charlottenburg, Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin.

1. Vorankündigungen und Neuigkeiten

1.3 Ehrenamt



Sie suchen ein Ehrenamt?

Wir unterstützen Sie dabei!

Das bietet Ihnen die Ehrenamtsvermittlung:

**Engagiert
im Bezirk!**

- Wir **informieren** Sie über die allgemeinen und rechtlichen Rahmenbedingungen des Ehrenamts.
- Wir **beraten** Sie bei der Suche nach einer für Sie geeigneten ehrenamtlichen Tätigkeit.
- Wir **vermitteln** Sie an gemeinnützige Einrichtungen und stellen die entsprechenden Kontakte her.
- Wir **begleiten** Sie bei Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit und stehen für Rückfragen und eventuelle Konfliktklärung zur Verfügung.

Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf:

- Rufen Sie uns an: **9029-13601** (außerhalb der Sprechzeiten Anrufbeantworter)
- Schicken Sie uns eine **E-Mail:**
ehrenamtsvermittlung@charlottenburg-wilmersdorf.de
- Benutzen Sie das **Online-Formular „Suche von Einsatzmöglichkeiten“**

Weitere Informationen und das Online-Formular finden Sie auf unserer **Webseite:**
www.ehrenamtsvermittlung.charlottenburg-wilmersdorf.de

Mit dem Formular können Sie Ihr Interesse an einem Ehrenamt anmelden und zugleich eine Vorauswahl für mögliche Betätigungsfelder treffen.

Nach Ihrer Kontaktaufnahme melden wir uns umgehend bei Ihnen per Telefon oder E-Mail und laden Sie zu einem **Beratungs- und Vermittlungsgespräch** im Rahmen unserer **Sprechzeiten** ein:

dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr, mittwochs von 10:00 – 12:00 Uhr und 15:00 – 17:00 Uhr und donnerstags von 16:00 – 18:00 Uhr,

Raum 126 im Rathaus Charlottenburg, Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin



Foto: © R. Müller / v.l.: B. Staude, H. Hansen, M. Briese

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.1 SC Herthastraße 25 a



Seniorenclub Herthastraße 25 a

in 14193 Berlin-Grunewald

891 72 95

Fax: 747 53 690

E-Mail: herthastrasse@wilmstift.de



Leitung:

Frau Liedtke

Bürozeiten:

Montag bis Freitag von 10:00 bis 15:00 Uhr

Fahrverbindungen:

Bus 110, M 29 Haltestelle Herthastraße

Der Club liegt in der Seniorenwohnanlage am Hubertussee.

Öffnungszeiten:

09:00 bis 17:00 Uhr (in der Regel)

Für unsere Veranstaltungen bitten wir um vorherige Anmeldung, das erleichtert uns die Planung und Vorbereitung!

**Wir wünschen allen Gästen ein wunderbares, friedliches und glückliches neues Jahr!!!
Bleiben Sie gesund!**

**Alle Angaben ohne Gewähr! Änderungen vorbehalten.
Nutzen Sie auch die Homepage:
www.wilmersdorfer-seniorenstiftung.de/seniorenclubs**

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.1 SC Herthastraße 25 a

Einladung zu Veranstaltungen im Januar, Februar, März 2026

Neuer Kurs!! Jeden 2. Montag im Monat 13:00 – 14:00 Uhr

Linedance, afrikanisch, Latin, freier Tanz mit Jaqui bei Interesse regelmäßiger Termin möglich. Und "ganz nebenbei" trainieren wir Gleichgewicht und Koordination, das Herz-Kreislaufsystem und das Gedächtnis.

Jeden Donnerstag von 18:00 – 19:00 Uhr gibt es einen **Taiji Quan Kurs**,

sowohl für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse als auch für geübte fortgeschrittene Menschen.

- Für Anfänger werden wir Taiji Quan Grundhandform und Qigong Form lernen.
- Für Fortgeschrittene werden wir auch Taiji Fächer und Taiji Schwert lernen und gemeinsam üben.

Am Donnerstag, den 5. März 2026 findet im großen Saal von **14:15 Uhr bis 16:30 Uhr** die Veranstaltung "**Vorsorge für das Alter - Wie gestalte ich meinen Ruhestand**" statt, gemeinsam mit den Berliner Hausbesuchen und der Seniorenvertretung Charlottenburg-Wilmersdorf.

Am Sonntag, den 08. März 2026 gibt's eine **Frauentags Party mit Entertainer NORBI**

Beginn um 15:00 Uhr Eintritt 8,00 € (inkl. Kaffee & Kuchen)

Erleben Sie einen Nachmittag voller Lebensfreude, Schlager, Spaß und guter Laune! Auf jeden weiblichen Gast wartet eine kleine Überraschung!

Wir bitten um Anmeldung!

Es gibt eine neue Ausstellung!

Die Montags-Malgruppe stellt ihre Werke im Seniorenclub aus, kommen Sie vorbei, um sie anzuschauen! Sie können auch am Kurs teilnehmen.

Montags von 9:30 – 11:00 Uhr kann mit viel Spaß sehr effizient **Spanisch** gelernt werden.

Viele unterschiedliche Themen -Kultur, Gesellschaft, Reisen, Persönlichkeiten- werden auf unkonventionelle Weise angesprochen und bearbeitet. Alle Sprachlevel sind willkommen und es gibt noch freie Plätze.

Mittwochs weiterhin von 11:30 – 12:30 Uhr TanzFit Soft... für alle, die fit und agil sein wollen und Musik lieben. Nach einer Gymnastikeinheit zu Tanzmusik mit Schwerpunkt auf Beweglichkeit und Gleichgewicht (ohne Bodenübungen) studieren wir unterhaltsame Party- und Gesellschaftstänze ein. So trainieren wir Koordination, Kondition und Konzentration und lernen nebenher Grundschritte der Standard- und Lateintänze.

11:30 – 12:30 Uhr Gymnastik & Tanz, pro Termin: 6,00 €

13:00 – 14:30 Uhr Tanzen für Einsteiger Teilnahme, pro Termin: 8,00 €

14:30 – 16:00 Uhr Tanzen für Tänzer mit Vorkenntnissen, pro Termin 8,00 €

Mittwochs gibt es wieder freie Plätze bei **Italienisch** lernen (imparare) und sprechen (parlare). Kommen Sie gerne vorbei!

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.1 SC Herthastraße 25 a

Computerkurse in der Herthastr. 1. Quartal 2026

Soweit nicht nachfolgend anders erwähnt, gelten folgende **Regelungen**:

- **Kurse beginnen** jeweils zum Quartalsanfang.
- An **Kursen** werden Sie einmal wöchentlich für rd. 2 Stunden immer am selben Wochentag zur selben Uhrzeit (zwischen 09:30 und 16:00 Uhr) teilnehmen.
- Der **Kursbeitrag** beträgt vierteljährlich 54 €
- Die **Teilnehmerzahl** ist auf 6 Personen begrenzt.
- Das **Übungsgerät**, ein sog. Tisch-PC einschl. Maus und Tastatur, steht bereit, Ihren eigenen Laptop können Sie nach Vereinbarung mit dem Kursleiter mitbringen.
- **Anmeldungen** für alle Kurse werden im Büro des Seniorenclubs persönlich oder telefonisch (8917295) entgegengenommen und werden dann in einer Anmeldeliste erfasst. Die Zusammenstellung neuer Kurse erfolgt jeweils etwa 4 Wochen vor Beginn eines Quartals. Sie werden persönlich angerufen, wenn ein neuer Kurs zustande kommt. Die Aufnahme von Teilnehmern für neue Kurse kann in einigen Fällen begrenzt sein, wenn z.B. die Anmeldeliste zu lang ist.

Die angegebenen Zeiten (Tag und Uhrzeit) sind abhängig von der Anzahl der Anmeldungen und können sich bei Bedarf ändern.

1 Grundkurs

Termine werden bekanntgegeben, wenn die Teilnehmereinträge der Anmeldeliste ausgewertet worden sind.

Themen auf der Basis des Betriebssystems Windows 10 & 11

- Kennenlernen und Benutzen der Grundeinstellungen eines Computers (Informationen zu Systemeinstellungen),
- Umgang mit Hardware (Drucker, USB-Stick, CD-Laufwerk),
- Benutzen von Software (Programme für Schreibarbeiten, Fotobearbeitung, Dateiverwaltung und weitere Benutzungsmöglichkeiten),
- Erste Einblicke in Internetanwendungen

2 Auffrischungskurs

Termine werden bekanntgegeben, wenn die Teilnehmereinträge der Anmeldeliste ausgewertet worden sind.

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.1 SC Herthastraße 25 a

Computerkurse in der Herthastr. 1. Quartal 2026

Wie funktioniert mein Smartphone?

Die Enkel haben Ihnen ein Smartphone zu Weihnachten geschenkt und sie wissen nicht, wie es funktioniert?

Dienstag, 24. Februar bis 7. April von 14:30 bis 16:00 Uhr

(7 Termine immer dienstags)

In diesem Kurs erhalten Sie eine Einführung in die Möglichkeiten, die ein solches Telefon bietet. Sie lernen den Umgang mit Ihrem Gerät. Wir werden Adressen eingeben, Telefonnummer speichern, die Benutzeroberfläche anpassen, die Verbindung mit einem WLAN herstellen, nützliche Apps hinzufügen und vieles mehr.

Voraussetzung: ein eigenes Smartphone mit dem Betriebssystem Android ab Version 11.0 oder höher, eine Anmeldung Ihres Smartphones bei Google sowie einen Anbieter für die Bereitstellung für den Zugang zum Internet und zum Telefonieren.

Anmeldung erforderlich

Teilnehmerbeitrag: 60,00 €

Auffrischung Smartphone - falls sie einiges über die Feiertage vergessen haben.

Dienstag, 24. Februar, bis 17. März von 16:15 bis 17:45 Uhr

(4 Termine immer dienstags)

Wie ging das gerade noch mal mit dem ...? Da war doch eine Funktion, die ich gut gebrauchen könnte. Kein Problem. Wir schauen uns das in Ruhe nochmal an und finden heraus, wie es geht.

Voraussetzung: ein eigenes Smartphone mit dem Betriebssystem Androide ab Version 11.0 oder höher, eine Anmeldung Ihres Smartphones bei Google sowie einen Anbieter für die Bereitstellung für den Zugang zum Internet und zum Telefonieren.

Anmeldung erforderlich!

Teilnehmerbeitrag: 35,00 €

Monatliche Gruppenaktivitäten im Club: Januar, Februar, März 2026

jeden 3. Dienstag im Monat

ein französischer Nachmittag,

bei dem Sie Ihre Französischkenntnisse anwenden und verbessern können

15:00 bis 17:00 Uhr

jeden 4. Donnerstag im Monat

Tea afternoon with English conversation

Teenachmittag in englischer Sprache

15:00 bis 17:00 Uhr

**jeden 1. und 3. Montag
im Monat**

Interkultureller Arbeitskreis „Senioren - aktiv“

von 14:30 bis 16:30 Uhr

Wir wollen uns einmischen, Sie auch? **Informationen unter
📞 327 022 56 ab 18 Uhr bei Frau Kamwa**

jeden 1. Samstag im Monat

Leserunde. ,Gemeinsam Lesen & Zuhören

von 15:00 bis 18:00 Uhr

jeden 2. Samstag im Monat

Malkurse in der Bob Ross-Technik

von 13:00 bis 15:00 Uhr, Anmeldung unter 01724082664

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.1 SC Herthastraße 25 a

Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:

montags:

09:30 – 11:00 Uhr	Spanisch für Fortgeschrittene und Begeisterter quartalsweise: 60,00 €/GSB 7,50 €
10:15 – 12:45 Uhr	Malen mit Fantasie. quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
14:00 – 15:30 Uhr	Sturzprävention: Sicher stehen – Sicher gehen. Der Fokus liegt auf dem Gleichgewicht! quartalsweise 54,00 €/GSB 7,50 €
14:00 – 17:00 Uhr	freier Spielnachmittag , vor allem Skat. Gäste sind herzlich willkommen
14:30 – 16:30 Uhr	Senioren aktiv , jeden 1. und 3. Montag im Monat
16:00 – 17:30 Uhr	Line Dance mit Liz für Fortgeschrittene, quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
18:00 – 21:00 Uhr	Treffen der Guttempler Gemeinschaft Halensee Kontaktgespräche sind ab 17:30 möglich, kommen Sie gerne vorbei! Es gibt dann auch einen Kaffee für Sie.

dienstags:

08:45 – 09:45 Uhr	Rückengymnastik , quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €
09:30 – 11:30 Uhr	Französisch , quartalsweise: 72,00 €/GSB 7,50 €.
10:00 – 11:30 Uhr	Englisch , es gibt noch freie Plätze! quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
10:00 – 11:00 Uhr	Rückengymnastik , quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €
11:30 – 13:00 Uhr	Hatha Yoga , pro Termin 3,00 €
14:00 – 15:30 Uhr	Line Dance mit Liz , quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
16:00 – 17:30 Uhr	Line Dance mit Marlene , quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €
18:30 – 21:00 Uhr	Treffen der Kreuzbund Gemeinschaft

mittwochs:

10:00 – 11:20 Uhr	Hatha Yoga , 3,00 € pro Termin (der Kurs ist voll)
11:30 – 12:30 Uhr	Gymnastik & Tanz (Tanz Soft Fit) pro Termin: 6,00 €
12:00 – 13:30 Uhr	Parliamo italiano, Konversationskurs , quartalsweise: 60,00 €/GSB 7,50 €
13:00 – 14:30 Uhr	Tanzen für Einsteiger , Teilnahme pro Termin: 8,00 €
13:45 – 15:15 Uhr	Italienisch mit guten Grundkenntnissen , quartalsweise: 56,00 €/GSB 7,50 €. Es gibt noch freie Plätze!
14:15 – 16:00 Uhr	Seidenmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene, pro Termin 2,00 €
14:30 – 16:00 Uhr	Tanzen für Tänzer mit Vorkenntnissen , pro Termin 8,00 €
17:00 – 19:00 Uhr	Tischtennisgruppe (UHW-Gruppe)
19:30 – 21:30 Uhr	Chor „Viva musica Berlin e. V.“ , Chorbeitrag 15,00 € monatlich

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.1 SC Herthastraße 25 a

Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:

donnerstags:

09:00 – 10:30 Uhr

Spanisch für „Aficionados al espanol“

Lesen, übersetzen & diskutieren von einfachen spanischen Texten, quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €

Fitness Sport Kurs 1 und

Fitness Sport Kurs 2 und

Fitness Sport Kurs 3 je 40 € pro Quartal

Gedächtnistraining, pro Termin: 4,50 €

„Keine Angst vor Kunst“

quartalsweise: 54,00 €/GSB 7,50 €

Chinesisch mit Vorkenntnissen & Anfänger

quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €

Thai Chi Kurs mit Vorkenntnissen & Anfänger

quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €

Boogie Tanzkurs für Anfänger ohne Vorkenntnisse

Preise beim Tanzlehrer erfragen

freitags:

10:00 – 11:00 Uhr

Rückengymnastik, quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €

11:00 – 12:00 Uhr

Beckenbodengymnastik, quartalsweise: 36,00 €/GSB 7,50 €

11:00 – 14:00 Uhr

Strick- und Häkel-Kreation Gruppe

Jeden 2. Freitag im Monat

Line Dance! Für Anfänger geeignet. Pro Termin 5,00 €

offener Spielenachmittag, es wird Canasta gespielt

Schach spielen neue Teilnehmer sind willkommen

Skatgruppe vom UHW heißt Sie herzlich willkommen

sonntags:

18:00 – 20:00 Uhr

koreanische Tanzgruppe

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.2 SC Wallotstraße 4



Seniorenclub Wallotstraße 4
in 14193 Berlin
 824 11 21

E-Mail: wallonstrasse@wilmstift.de

Leitung:	Herr Gerd Roth
Bürozeiten:	Montag bis Freitag von 09:00 bis 15:00 Uhr
Fahrverbindungen:	Bus M19, Haltestelle Herbertstraße, 110 m Fußweg Bus M29, Haltestelle Bismarckplatz, 450 m Fußweg
Öffnungszeiten:	Montag bis Freitag 09:00 bis 17:00 Uhr

Liebe Gäste,
wir freuen uns auf ein neues Jahr mit Ihnen!

Wir sind gespannt, was 2026 für uns parat hat. Seit ein paar Jahren verändert sich sehr, sehr viel, vieles ist im Umbruch. Das ermöglicht Veränderungen in alle Richtungen! Und wir können entscheiden, ob wir als gespannter Zuschauer, wie im Fernsehsessel, alles mitverfolgen oder ob wir an der einen oder anderen Stelle aktiv werden, um die Veränderungen in eine uns genehme Richtung zu beeinflussen.

Bei uns im Seniorenclub können Sie beides tun: Sie können als Guest unser vielseitiges Programm „konsumieren“ oder Sie können sich aktiv in die Gestaltung des Clubs einbringen. Z.B. als Kursleitung, Ehrenamtliche/r oder durch die Mitarbeit in unseren Projekten. Egal, wie Sie sich entscheiden. Sie sind hier herzlich willkommen!



Hier ein paar Infos zu unseren Angeboten:

Unsere regelmäßigen Kurse und Angebote freuen sich immer wieder über neue **Teilnehmerinnen und Teilnehmer**. Kommen Sie gerne vorbei oder rufen Sie an.

In fast allen Kursen gibt es freie Plätze und eine gute Durchmischung von jüngeren und älteren SeniorInnen belebt das Miteinander.

Für unsere Veranstaltungen bitten wir um vorherige Anmeldung!
Eintrittskarten für Feste bitte im Vorverkauf bestellen und bei uns vor Ort bezahlen.
Das erleichtert uns die Planung und Vorbereitungen.

Alle Angaben ohne Gewähr! Änderungen vorbehalten.

Nutzen Sie gerne auch die Homepage:

<https://wilmersdorfer-seniorenstiftung.de/freizeit/seniorenclub-wallonstrasse/>

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.2 SC Wallotstraße 4

Neuigkeiten aus unserem Club für Sie:

Senioreninitiative Internationale Begegnungen – „Projekt Tandem Warschau“

Ein Austausch der Kulturen sei 2014 – offen und generationsübergreifend. Ab Januar 2026 treffen wir uns jeweils am ersten und dritten Freitag jeden Monats.

Angepasste Preise für 2026: Der Wallotclub passt seine Preise für Getränke und Speisen ab Januar 2026 an. Bitte beachten Sie neue Preisliste in unseren Räumlichkeiten.

Unsere **Rummikub-Damen** (mittwochs 13-16 Uhr) und unsere **Räuber-Rommé-Gruppe** (mittwochs 15-17 Uhr) suchen nach Verstärkung. Wer Lust hat mitzuspielen, meldet sich gerne unter der 030-8241121 im Büro des Wallotclubs.

Für die Handy-Hilfe am Mittwochnachmittag von 15-17 Uhr suchen wir aktuell eine Technikversierte Person, die ehrenamtlich unsere SeniorInnen bei ihren Fragen unterstützen kann.

Offene Spielegruppe für jüngere und ältere SeniorInnen. Mittwochs (nach der Arbeit) von 18:00 – 21:00 Uhr. Es werden Brett- und Kartenspiele gespielt. Eigene Spiele können mitgebracht werden. Es gibt aber auch viele Spiele vor Ort. **Beitrag: 1,50 € p.P.**

Der neue Clubleiter, Herr Roth, übernimmt seit Anfang Oktober 2025 seine Aufgaben in der Wallotstraße und freut sich auf alle, die sich engagieren und den Club weiterentwickeln wollen.

Ab Januar 2026 müssen alle Gruppen- und KursteilnehmerInnen ein **Wirtschaftsgeld (WG)** von **1,50 €** bezahlen, das von den jeweiligen Kurs- und Gruppenleitern eingesammelt und beim Küchenpersonal abgegeben wird.

Im Januar, Februar und März laden wir Sie herzlich zu folgenden Veranstaltungen ein:

„Keine Angst vor falschen Tönen“

Dienstag, 06. Januar 2026 15:30 bis 17:00 Uhr

Dienstag, 10. Februar 2026 15:30 bis 17:00 Uhr

Dienstag, 03. März 2026 15:30 bis 17:00 Uhr

Ein Treffen mit Herrn Hübener für alle, die gern deutsche Volkslieder, Alt-Berliner Lieder/Schlager und Internationale Folklore singen. Am Klavier begleitet Frau Sabine Jakobs. Es werden auch Sitztänze eingestreut. **Beitrag: 15,- € im Quartal, WG 1,50 €**

Projekt „Mobiler Koffer“ – Das Bürgeramt im Wallotclub

Mittwoch, 04. Februar 2026 9:00 – 13:00 Uhr

Das Bürgeramt möchte Wege und digitale Hürden für SeniorInnen vereinfachen. Daher kommt das Bürgeramt mit dem Mobilen Koffer zu uns und bietet Ihnen eine Auswahl von Leistungen wie z.B. Beantragung / Verlängerung von Ausweis oder Reisepass an. Sie brauchen sich online nicht um einen Termin bemühen, sondern können sich bei uns vor Ort eintragen oder telefonisch einen Termin buchen. Weitere Information über die angebotenen Leistungen vom Bürgeramt auf Nachfrage bei uns. Die Anzahl der Anmeldungen sollte mindestens 10 Personen betragen, da sonst der Termin ausfällt. **Anmeldung erforderlich**

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.2 SC Wallotstraße 4

Im Januar, Februar und März laden wir Sie herzlich zu folgenden Veranstaltungen ein:

Faschingsfeier mit Joe Morris im Seniorenclub Wallotstraße

Samstag, 07. Februar 2026 15:00 – 19:00 Uhr

Sie sind herzlich eingeladen, sich wild, elegant oder innovativ zu verkleiden. Wir freuen uns auf Sie in neuen und alten Kostümen. Joe Morris wird uns mit seiner Musik wieder kräftig einheizen, sodass auch wild getanzt werden kann.

Eintritt 10,- € inkl. Pfannkuchen, Kaffee und Abendessen.

Bitte melden Sie sich telefonisch an, holen die Karten bei uns ab und zahlen im Voraus.

Besuch des Futurium Museum mit Herrn Sonntag

Dienstag, den 27. Januar 2026 10:00 – 13:00 Uhr

Im Futurium werden mögliche Szenarien für das Leben in der Zukunft entwickelt und gezeigt, welche Möglichkeiten Forschung und Innovation bieten. Zugleich ist es ein Forum für den Dialog über die Zukunft, an dem neben Wissenschaft, Wirtschaft und Politik vor allem Bürger teilhaben können und sich aktiv einbringen sollen. Wir besuchen gemeinsam die Ausstellung und haben im Anschluss die Möglichkeit, uns im schönen Café zu stärken. Hier werden auch warme Tagesgerichte angeboten.

Bei Interesse ist eine Gruppenführung für uns möglich (Dauer ca.1h), Kosten 5,-€ p.P.

Eintritt ist ansonsten frei. **Um Anmeldung wird gebeten.**

Cybersicherheit – Training mit Herrn Müller von Possible Digital

Mittwoch, den 11. März 2026 13:00 – 15:00 Uhr

Im Bereich Cybersicherheit bietet Possible ein kostenloses Training speziell gegen Onlinebetrug an, die ältere Menschen zunehmend betrifft. Es wird u.a. gezeigt, wie Sie frühzeitig Betrugsversuche erkennen und sicher mit digitalen Geräten umgehen. Gerne können Sie Ihr eigenes Tablet/Smartphone mitbringen. Ist aber nicht erforderlich.

Um Anmeldung wird gebeten.

Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club

montags:

09:30 – 10:30 Uhr **Yoga für Ältere**, Übungsgruppe, Beitrag: **1,50 € p.P. + WG 1,50 €**

11:30 – 13:00 Uhr **Französisch Anfänger** mit Frau Boldt-Hatai.

Beitrag: **5,00 € p.P. + WG 1,50 €**

13:00 – 14:00 Uhr **Polnisch hautnah** für Anfänger mit Frau Krajewska,

Beitrag: **35,00 €/Quartal, GSB (Gastbeitrag) 7,50 € + WG 1,50 €**

Gefühle künstlerisch ausdrücken mit Fr. Sen, Beitrag **WG 1,50 € p.P.**

Skat für Jedermann, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Schachgruppe für Damen & Herren unterschiedlichen Niveaus,

Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Handyhilfe - Bitte vorab anmelden! Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Mantra-Singen mit Frau Voigt

Wir singen heilsame Meridian-Mantren in deutscher Sprache von Karl Adamek. Alle Interessierte sind willkommen! Beitrag: **2,00 € p.P. + WG 1,50 €**

Lesegruppe mit Claudia von Braunmühl,

Beitrag: **2,00 € p.P. + WG 1,50 €**

(Jeden 2. und 4. Montag) Wir lesen und sprechen über gemeinsam ausgewählte Bücher.

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.2 SC Wallotstraße 4

Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club

dienstags:

10:00 – 13:30 Uhr

11:00 – 13:00 Uhr

(jeden 4. Dienstag)

14:00 – 16:00 Uhr

14:00 – 17:30 Uhr

15:30 – 17:00 Uhr
(einmal im Monat)

17:15 – 18:45 Uhr

Bridge-Training mit Herrn Tonke, Beitrag: **3,00 € + WG 1,50 €**

Bürgersprechstunde der Seniorenvertretung. Beratung bei Problemen verschiedenster Art. **Kostenlos!**

Bingo mit Ehepaar Neumann. Neue Menschen sind herzlich (jeden 2. und 4. Dienstag) willkommen! Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Doppelkopf mit Vorkenntnissen, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Deutsche Volkslieder, Alt-Berliner Schlager und internationale Folklore mit Herrn Hübener und Frau Jacobs. **WG 1,50 €**

Come together songs – Lieder aus aller Welt für Menschen allen Alters mit Peter Becker. WG 1,50 € + Spenden sind willkommen.

mittwochs:

10:00 – 13:00 Uhr

(jeden 2. & 4. Mittwoch)

13:30 – 16:30 Uhr

13:00 – 16:00 Uhr

14:00 – 17:00 Uhr

(jeden 2. + 4. Mittwoch)

14:00 – 17:00 Uhr

(jeden 1. & 3. Mittwoch)

(15:00 – 17:00 Uhr)

15:00 – 17:00 Uhr

15:30 – 17:00 Uhr

18:00 – 21:00 Uhr

Gruppe für Videofilm mit Kamera und Smartphone

mit Herrn Ebert, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Seidenmalerei mit Frau Jurczyk, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Rummikub, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Schmuck-Werkstatt mit Frau Rogge, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Die Gruppe **Wollmäuse** fertigt Handarbeiten an, deren Erlös dem Kinderhaus ADDIS e.V. in Addis Abeba Äthiopien zugutekommt. Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

(Technik-versierte Personen gesucht, die ehrenamtlich unsere SeniorInnen bei ihren Fragen unterstützen können!)

Deutsch als Fremdsprache mit Herrn Rogge, Betrag **WG 1,50 €**

Italienisch-Lernen mit Frau Zocchia, Vorkenntnisse sind von Vorteil, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Spielegruppe mit Frau Hohmeier, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

donnerstags:

10:00 – 12:00 Uhr

(jeden 1. & 3. Donnerstag)

Gesprächskreis „Berühmte Persönlichkeiten“ mit

Frau Beckmann. Erforschen Sie mit uns das Leben und Wirken bekannter Personen der letzten 2000 Jahre! Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Englisch Konversation mit Frau Boldt-Hatai, **WG 1,50 €**

Stilles QiGong (Meditation) mit Frau Micheler, Beitrag: **3 € p.P. + WG 1,50 €**

QiGong mit Frau Micheler, Beitrag: **12 € im Monat/ GSB**
(Gastbeitrag) **4,00 €, + WG 1,50 €**

Silber Yoga mit Tracy Wong, Beitrag: **5,00 € p.P. + WG 1,50 €**

Französisch Übungsgruppe, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Skat, Beitrag: **WG 1,50 € p.P.**

Bridge mit Herrn Tonke, Beitrag: **3,00 € p.P. + WG 1,50 €**

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.2 SC Wallotstraße 4

Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club

freitags:

10:00 – 11:00 Uhr	Lachyoga mit Frau Arora, Beitrag: 3,00 € p.P. / GSB 2,00 € + WG 1,50 €
10:00 – 13:00 Uhr	Deutsch für MigrantInnen mit Frau Wittling-Heins, WG 1,50 €
11:00 – 13:00 Uhr	Theatergruppe mit Frau Hellthaler, Beitrag: 1,50 € p.P.
14:00 – 15:00 Uhr	Gitarre für Anfänger in kleiner Gruppe mit Peter Becker, WG 1,50 €
15:15 – 16:15 Uhr (jeweils 14-tägig)	Gitarre für Fortgeschrittene in kleiner Gruppe mit Peter Becker An den anderen Freitagen steht der Raum zum Üben zur Verfügung. WG 1,50 €
15:00 – 17:00 Uhr	PC- & Handyhilfe , Beitrag: WG 1,50 € p.P.
16:00 – 18:00 Uhr	„Projekt Tandem Warschau Berlin“. Am ersten Freitag des Monats Info und geselliges Beisammensein. Am dritten Freitag des Monats Arbeitssitzung. Info über Seniorenclub. WG 1,50 €

samstags:

15:00 – 18:00 Uhr	Berliner Autoren-Gruppe trifft sich am ersten Samstag im Monat, Beitrag: WG 1,50 € p.P.
Flexibel nach Absprache	Schmuckwerkstatt nach „Art-Clay-Silber-Methode“. Materialkosten und Teilnahmebeitrag nach Absprache. WG 1,50

sonntags:

13:00 – 17:00 Uhr	Das auf ehrenamtlichem Engagement beruhende Projekt „Kulturbrücke“ bietet seit 2014 neuen Mitbürgern Hilfe zur Selbsthilfe: z.B. durch Sprachunterricht, Sprach- und Lerncafés, Beratung, gemeinsame Feiern, etc. Zudem Spiel & Sport, um die Anspannungen der Woche abzubauen und dabei spielerisch die deutsche Sprache zu lernen. Info und Anmeldung unter kulturbruecke.berlin@gmail.com oder Tel. 015110062867 Beitrag: WG 1,50 €
-------------------	---

Der Seniorenclub Wallotstraße freut sich auf Ihren Besuch!

Sie können bei uns im Café gemütlich frühstücken, mittags eine warme Bio-Suppe essen oder sich den Nachmittag mit Kaffee und Kuchen versüßen.

Auch wenn Sie einen Raum für eine eigene Gruppe suchen, können Sie uns ansprechen.

Wir suchen immer wieder Ehrenamtliche für die Mitarbeit in verschiedenen Funktionen. Bei Interesse melden Sie sich gerne bei unserem Clubleiter, Herrn Roth.

 **824 11 21** **Email:** wallonstrasse@wilmstift.de

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)



**Interkulturelles
Stadtteilzentrum**

Nehrungstraße 8 und Nehrungstraße 26
in 14059 Berlin-Charlottenburg

546 21 216

817 00 103

E-Mail: kontakt@Nachbarschaftszentrum-divan.de



Leitung Sevcan Lena Lutzke

Projektkoordinator: Dr. Seda Nur Cinar

Fahrverbindungen: Bus 309, M 45 Haltestelle Klausenerplatz,
mit der S-Bahn bis S-Bahnhof Westend oder mit der
U-Bahn bis U-Bahnhof Sophie-Charlotte-Platz

Öffnungszeiten: 10:00 bis 17:00 Uhr

**Liebe Besucher, wir hoffen Sie sind gesund
im neuen Jahr angekommen.
Wir freuen uns, Sie/Euch ab dem 05.01.2026 wieder
willkommen zu heißen!**

Liebe Besucher, unser Programm finden Sie auch tagesaktuell und bequem online.
Scannen Sie dafür den QR-Code mit einer QR-Code App oder mit Ihrer Kamera App
und klicken auf den Link.



Alle Angaben ohne Gewähr! Änderungen vorbehalten.

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)

Monatlich stattfindende Veranstaltungen:

Sozialverband Deutschland	jeden 3. Dienstag im Monat, 14:30 – 17:00 Uhr Ortsverband Charlottenburg Nehrungstr 8
Filmbühne	jeden 2. Mittwoch im Monat, 19:30 – 22:00 organisiert durch die KiezKulturWerkstadt e.V. Nehrungstraße 8
Stimmsport	jeden letzten Mittwoch im Monat, 18:30 – 21:00 Stimm- und Atemtraining, Offenes Singen
Asiatischer Senior*innen Treff	jeden 2. Donnerstag im Monat, 14:00 – 16:00 Achtung: Nehrungstraße 8
Offene Kiezbühne	letzter Freitag im Monat, 20:00 – 22:30 Uhr organisiert durch die KiezKulturWerkstadt e.V. Nehrungstraße 8
Dejak-Tomonokai e.V.	jeden 4. Freitag im Monat, 10:00 - 14:00 Uhr Achtung: Nehrungstraße 26 Japanische Senior*innen
Kameruner Verein	jeden 4. Samstag im Monat, 18:00 – 21:00 Uhr Nehrungstraße 8

Wöchentlich stattfindende Veranstaltungen

14., 28.	Januar	Bingo mit Herrn Peters	14:00 – 17:00 Uhr
11., 25.	Februar		
11., 25.	März		
7., 21.	Januar	Spielenachmittag	14:00 – 16:00 Uhr
4., 18.	Februar	(Neu: Mit Skat)	
4., 18.	März		

2. Aktivitäten in den Seniorenenclubs

2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)

Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:

montags:

10:30 – 13:30 Uhr	Familientreff m. Termin / (Achtung: Nehringerstr. 26)
13:30 – 14:45 Uhr	Gymnastik für Frauen
15:00 – 16:30 Uhr	Orientalischer Tanz für Frauen ab 50
17:00 – 19:00 Uhr	Spanischer Chor „Capricho“
18:00 – 19:00 Uhr	Offene Mediationsgruppe (Achtung, Nehringerstr. 26)
19:30 – 24:00 Uhr	Schachclub

dienstags:

09:00 – 10:30 Uhr	leichte Gymnastik für Frauen Anmeldung: 030-817 00 103 / Nehringerstr. 26
11:15 – 12:15 Uhr	Osteoporose- und Wirbelsäulengymnastik
12:00 – 15:00 Uhr	Offenes Nähatelier Achtung - Ort: Nehringerstr. 26
12:30 – 16:30 Uhr	Eltern-Kind-Gruppe / Nehringerstr. 26
15:00 – 16:00 Uhr	Schonende Leichtgymnastik
16:30 – 18:00 Uhr	Deutsch - Grammatik - A2-B1 Niveau Grammatikübungen für Deutschlernende – jetzt anmelden und Sprachkenntnisse verbessern. Anmeldung: 0176 56716301, Frau Henn
17:00 – 18:30 Uhr	Power Dance
19:30 – 22:00 Uhr	Nehringer Ensemble

mittwochs:

11:45 – 12:45 Uhr	Osteoporose- u. Wirbelsäulengymnastik
12:00 – 16:00 Uhr	Bürgerberatung mit Termin / Nehringerstr. 26
18:30 – 20:00 Uhr	Mudras (JinShin Jyutsu Selbsthilfe – Anfänger)

donnerstags:

09:15 – 10:15 Uhr	Yoga auf dem Stuhl
10:00 – 12:00 Uhr	Kreativ malen
11:30 – 14:30 Uhr	Elterncafé Achtung: Nehringerstr. 26
13:30 – 16:30 Uhr	Stadtteiltreff Gespräche und Spiele bei Kaffee u. Tee
18:15 – 21:00 Uhr	Kiez Klezmer
18:30 – 20:00 Uhr	Mudras (JinShin Jyutsu Selbsthilfe – Fortgeschr.)
19:30 – 21:30 Uhr	Lietzenchor

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V)

Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:

freitags:

09:00 – 10:00 Uhr	leichte Gymnastik für Frauen Achtung- Ort: Nehringerstr. 26
10:00 – 12:00 Uhr	Kabarett „Pustekuchen“
14:00 – 17:00 Uhr	Frauentreff Türkische Seniorinnen
19:30 – 24:00 Uhr	Schachclub

Beratungsangebote:

PflegeEngagement/ SEKIS

Beratungstermine nach Vereinbarung
unter 030-54 62 12 16 - Nehringerstr. 8

Bürgerberatung

mittwochs 12:00 – 16:00 Uhr
Frau Kara – Kostenlose Erstberatung und Unterstützung zu Themen wie Antragsausfüllung für Behörden wie JobCenter, Familienkasse, Krankenkasse und Verweisberatung
Termin: 030-81 70 01 03 – Achtung: Nehringerstraße 26

Familienberatung

montags 12:00 – 17:00 Uhr
Anmeldung: 030-54 62 12 16 - Achtung: Nehringerstr.8

Rechtsberatung

montags 15:00 – 17:00 Uhr
Erstberatung zu allen rechtlichen Themen
Diese Beratung ist kostenlos!
Anmeldung: 030-54 62 12 16 - Nehringerstr. 26

Seniorensprechstunde jeden zweiten Dienstag im Monat 14:00 – 15:00

Bitte Termine tel. vereinbaren: 030- 54 62 12 16
Herr Jetschmann von der Seniorenvertretung Charlottenburg-Wilmersdorf zu Themen:
Verweisberatung zur Rente, Pflegeangelegenheiten, Unterstützung bei Behördengängen und Beratung im Umgang mit Finanzen im Alter

Coaching und Mediation

nach vorheriger Anmeldung

Hilfe und Beratung in schwierigen Situationen. Wenn Sie z.B. vor einer wichtigen Entscheidung stehen oder Ärger mit Freunden, Kollegen oder in der Familie haben, kann die Vermittlung durch eine unabhängige Person dabei helfen, eine gemeinsame und für alle befriedigende Lösung zu finden. Das kann entweder ein Einzelgespräch im Coaching oder eine Mediation mit allen Beteiligten sein. Melden Sie sich für ein unverbindliches Vorgespräch an.

Frau Henn: 0176 567 16 301

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.3 Interkulturelles Stadtteilzentrum, Mehrgenerationenhaus und Charlottenburger Hafen (Nachbarschaftszentrum Divan e.V

Digitalisierung:

Tablet-Kurs

donnerstags, 10:00 – 12:00 Uhr

Kursdauer 2 Monate für Teilnehmer*innen mit eigenem
Tablet (Betriebssystem Android ab 4.2)
Auskünfte und Anmeldung beim Kursleiter
Herrn Isernhagen Tel.: 030-67 03 12 77 oder
E-Mail: frank.isernhagen@t-online.de

Smart-Phone-Kurs

Aufbaukurs für Fortgeschrittene

freitags 10:00 – 13:15

Ein Kurs der VHS Charlottenburg-Wilmersdorf in der Nehringerstr. 8
Einführung in das Smart-Phone Generation 50+
Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone,
USB-Ladekabel sowie Ihre Zugangsdaten
(google-login, PIN) mit.
**Laufzeit & Anmeldung bitte direkt über VHS in der
Pestalozzistraße Nr. 40-41, Tel: 030-90 29 28 813**

Handy, PC & Co.

Einzelberatung bei Frau Lang

dienstags und freitags nach telefonischer

Anmeldung: 030- 54 62 12 16

Sie benötigen Hilfe beim Umgang mit Einstellungen auf Ihrem
Smartphone, auf Ihrem Tablet oder Laptop, z.B. wie kann ich
Apps verwenden, Bilder verschicken, Email einrichten, Online-
Meeting-Tools einrichten und verwenden, Laptops von
Microsoft auf Linux migrieren und vieles mehr. Die Beratung ist
kostenlos. Ihr Rechner kann kein Windows 11? Kein Problem,
Linux ist eine gute Alternative!

**Bei Fragen, Interesse an Gruppenaktivitäten und Veranstaltungen oder
an ehrenamtlichem Engagement wenden
Sie sich gerne während der Öffnungszeiten telefonisch, per Mail oder auch
persönlich vor Ort an uns.**

Wir sind für Sie da.

Ihr Divan –Team

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.4 „Schlange“



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Seniorenbegegnungsstätte „Schlange“
Schlangenbader Straße 11 (Eingang im Innenhof), 14197 Berlin

 030 824 76 33

E-Mail: zwiebler@drk-wilmersdorf.de
Webseite: www.drk-wilmersdorf.de



Leitung:

Bürozeiten:

Frau Susanne Zwiebler

Montag bis Freitag 10:00 bis 15:00 Uhr

Um Voranmeldung für die Kurse wird gebeten

Fahrverbindungen:

- Bus 186 Haltestelle Sodener Str. oder Binger Str.,
- Bus 249 oder 310 bis Haltestelle Forckenbeckstr. /Sportanlagen oder Rudolf-Mosse-Platz,
- U-Bahn U3 bis Heidelberger Platz oder Rüdesheimer Platz,
- S-Bahn S41, S42, S46 bis Heidelberger Platz

Öffnungszeiten: Richten sich nach den stattfindenden Kursen

Kurzfristige Änderungen sind möglich, bitte kontaktieren Sie uns telefonisch oder per Mail. Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.4 „Schlange“

Regelmäßige Gruppenaktivitäten im Club:

montags:

10:00 – 11:00 Uhr	Englisch für Profis
11:00 – 12:00 Uhr	Gymnastik am Montag
11:15 – 12:30 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene
13:00 – 14:00 Uhr	Englisch für Anfänger
14:00 – 16:00 Uhr	Ölmalerei (zweiwöchentlich)
17:00 – 19:00 Uhr	Darts

dienstags:

09:30 – 10:45 Uhr	Gymnastik mit Yogaübungen
11:00 – 12:15 Uhr	Gymnastik mit Yogaübungen (für Einsteiger geeignet)
11:00 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining
12:30 – 13:30 Uhr	Leichtes Ganzkörpertraining Neu!
14:00 – 15:30 Uhr	Technikhilfe für Handy + PC (jeden 1. Dienstag im Monat) Neu!
14:00 – 16:00 Uhr	Singekreis mit Klavierbegleitung
16:30 – 18:00 Uhr	Tanzen am Nachmittag (zweiwöchentlich)
16:30 – 18:30 Uhr	Tischtennis

mittwochs:

10:00 – 11:30 Uhr	Gehirnjogging (zweiwöchentlich)
10:30 – 11:30 Uhr	Leichtes Workout für Körper und Geist
11:30 – 13:00 Uhr	Exkursionen in Kunst, Geschichte und Kultur <ul style="list-style-type: none">- jeden 2. Mittwoch im Monat Treffen um 11:30 Uhr- jeden 4. Mittwoch Exkursion
12:00 – 13:30 Uhr	Gehirnjogging (zweiwöchentlich)
13:00 – 15:00 Uhr	Kunst und Klönen Neu!
14:00 – 16:00 Uhr	Bingo

donnerstags:

11:00 – 12:00 Uhr	Stuhlgymnastik
12:15 – 13:30 Uhr	Qigong (im Sommer auf der Dachterrasse)
14:00 – 17:00 Uhr	Karten- & Gesellschaftsspiele
14:00 – 15:30 Uhr	Orientalischer Tanz mit Gymnastik
16:30 – 18:00 Uhr	Tischtennis

freitags:

11:00 – 12:30 Uhr	Gedächtnistraining (zweiwöchentlich)
14:00 – 15:00 Uhr	Gymnastik am Freitag
14:00 – 17:00 Uhr	Freitagscafé mit selbstgebackenem Kuchen & anderen Leckereien
14:30 – 16:30 Uhr	Handarbeiten
15:00 – 16:00 Uhr	Vorbereitung Erzählbühne (jeder kann mitmachen)
19:00 – 22:00 Uhr	Schachclub Lasker

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.4 „Schlange“

Sonderveranstaltungen im Club mit Kaffee und Kuchen: Um Voranmeldung wir gebeten!

Freitag, den 30.01.26 um 15:00 Uhr: Island, das Land aus Feuer und Eis -
Vortrag von und mit Christine Schilling

Freitag, den 13.02.26 ab 14:00 Uhr: Fasching mit Pfannkuchen und mehr

Freitag, den 27.02.26 um 15:00 Uhr: Lesung mit Musik - lasst euch verzaubern -

Offene Sprechstunde des Pflegestützpunktes Berlin:

Der Pflegestützpunkt Wilmersdorf informiert kostenfrei in den Räumlichkeiten der DRK Seniorenbegegnungsstätte rund um die Themen Pflege/Betreuung/Alter und Wohnen. Das neutrale individuelle Beratungsangebot findet grundsätzlich jeden 1. Donnerstag im Monat (außer Feiertage) von 11:00-12:00 Uhr statt. Termine:

Do. 05.02.2026/11:00 – 12:00 Uhr
Do. 05.03.2026/11:00 – 12:00 Uhr

Um Voranmeldung wird gebeten!

Weitere Veranstaltungen der Seniorenbegegnungsstätte geben wir auf unserer Internetseite und auf den Infotafeln in unserer Einrichtung bekannt.

Engagement im Alter: Ehrenamt beim DRK

Wir suchen engagierte Menschen, die Lust haben,
eigene Angebote oder kleine Kurse anzuleiten.

Gestalte gemeinsam mit uns ein lebendiges Miteinander und bring Deine Ideen ein,
- zum Beispiel in den Bereichen Fremdsprachen, Tanz, Malerei, Musik und Bewegung!

Du hast noch keine Erfahrung im Ehrenamt!

Kein Problem.

Wir unterstützen Dich gern bei den ersten Schritten.

Wer kann mittwochs alle 14 Tage einen Gedächtniskurs ab 12:00 Uhr leiten?

Wer kann mittwochs den Bingo-Kurs ab 14.00 Uhr leiten?

Wer möchte unser Freitagscafé unterstützen?

Melde Dich bei:
Susanne Zwiebler

 824 76 33

E-Mail: zwiebler@drk-wilmersdorf.de

Webseite: www.drk-wilmersdorf.de

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord



**Stadtteilzentrum
Charlottenburg-Nord**

Halemweg 18
in 13627 Berlin-Charlottenburg-Nord
 9029-25260
E-Mail: mail@stz-charlottenburg-nord.de
www.stz-charlottenburg-nord.de

Das Stadtteilzentrum Charlottenburg-Nord...

...ist ein zentraler und gut erreichbarer Anlaufpunkt des nachbarschaftlichen Lebens in unserem Stadtteil mit vielfältigen Angeboten für die Anwohnerinnen und Anwohner von Charlottenburg-Nord.

Neben den nachbarschaftlichen und sozialen Angeboten, sind, mit der Stadtteilbibliothek und dem Bürgeramt, auch bezirkliche Dienstleistungen, gut erreichbar, direkt am Standort untergebracht.

Wichtige Anliegen der Arbeit des Stadtteilzentrums sind die Entwicklung des nachbarschaftlichen Miteinanders im Stadtteil, sowie die Förderung von Engagement aus der Anwohnerschaft.

Miteinander im Sozialraum bedeutet für uns auch Zusammenarbeit. Das Stadtteilzentrum versteht sich dabei als Partner für aktive Anwohnerinnen und Anwohner sowie für Einrichtungen und Akteure bei Entwicklung und Aufbau gemeinsamer Ansätze.

Das Stadtteilzentrum mit samt allen Räumen ist barrierefrei. Barrierefreier Zugang über den seitlichen Eingang. Es gibt einen Fahrstuhl sowie ein barrierefreies WC.

Leitung:

Herr Jörg Schulenburg



Bürozeiten: Mo., Mi., Fr. 9:30 bis 11:00 Uhr

Fahrverbindungen: **U-Bahnhof Halemweg (U7)**

Bus 123 Haltestelle U-Halemweg

Öffnungszeiten: **Mo. - Fr. 9:30 bis 17:00 Uhr**

Jeden 2./4. Sonntag geöffnet ab 15:00 Uhr

Engagieren Sie sich für Ihren Kiez!

Wir als Stadtteilzentrum Charlottenburg-Nord unterstützen unsere Sonntags-Veranstaltungen so gut es geht. Dennoch sind wir auf freiwillige Helfer*innen angewiesen.

Wenn also auch Sie Lust haben sich für Ihren Stadtteil zu engagieren,
dann werden Sie Teil unseres Teams!

Wir suchen zum Jahresbeginn Helfer*innen für den Auf und Abbau des Veranstaltungssetups. Eine finanzielle Entschädigung ist vorgesehen. Bringen Sie sich ein und engagieren Sie sich für eine lebendige Kulturszene in Charlottenburg Nord!

Bei Interesse melden Sie sich einfach bei unserem zuständigen Mitarbeiter Herrn Parschau unter Tel. 030/ 92140034 oder per Email an mail@stz-charlottenburg-nord.de

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord

Freizeitangebote im Halemweg 18

Handarbeiten	montags 10:00 – 12:00 Uhr, im STZ kostenfrei
Linedance Fortgeschrittene	montags 10:45 – 11:30 Uhr, Kosten: 4 € / pro Treffen
Nordic Walking	montags Start 11:00 Uhr vor dem Stadtteilzentrum
Boule	jeden Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr spielen wir Boule auf der Fläche neben dem Stadtteilzentrum oder im Winter Boccia im STZ.. Kostenfreies Angebot
Qigong	mittwochs 10:00 – 11:00 Uhr im STZ Kosten: 4 € / pro Treffen
Fit im Kopf	mittwochs 10:00 – 12:00 Uhr im STZ Kosten: 3 € / pro Treffen
TaiChi	mittwochs 11:00 – 12:00 Uhr im STZ Kosten: 4 € / pro Treffen
Yoga für Frauen	mittwochs 12:30 – 13:30 Uhr
Linedance Mittelstufe	donnerstags 09:30 – 10:30 Uhr, Kosten: 4 € / pro Treffen
Gehirnleistungstraining	donnerstags 10:00 – 12:00 Uhr Kosten: 3 € / pro Treffen
Gymnastik	freitags 10:30 – 12:00 Uhr
Soziales Schreibrbüro	freitags 10:00 – 13:00 Uhr
Stilles Qigong	jeden 1. und 3. Freitag im Monat 10:00 – 11:00 Uhr

Sonntags - Veranstaltungen

Jeweils ab 15:00 Uhr Infos unter Tel.: **9029-25260**

Lesecafé	2. Sonntag im Monat / Eintritt frei
Schwoof	alle 2 Monate Schwof / 25.01., 22.02. & 22.03.2026 / Eintritt frei

Angebote „Neue Medien“

Sprechstunde bei Fragen rund ums Smartphone, Tablet, Laptop

jeden Dienstag 10:00 – 11:00 Uhr
jeden 2. Mittwoch 17:00 – 18:00 Uhr
jeden Donnerstag 10:00 – 12:00 Uhr
jeden Freitag 11:00 – 12:00 Uhr

mit Anmeldung Tel.: 9029-25260 kostenfrei

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord

Beratungsangebote im Stadtteilzentrum Halemweg 18

Bitte unter Tel.: 9029-25260 anmelden

- **Punkt informacyjny dla Polaków** - Proszę o wcześniejsze umówienie terminu telefonicznie Tel.: 9029-25260: Mo – Fr, 10:00 – 14:00 Uhr
- **Unterstützung Bürgergeld und Grundsicherung:** 1. Di 11:00 – 14:00 Uhr und 3. Di 15:00 – 18:00 Uhr mit Anmeldung
- Sprechstunde **Seniorenvertretung** Fr. Halten-Bartels, jeden 1. Di 14:00 – 16:00 Uhr
- **Kiezmütter und Kiezväter:** Di und Do 10:00 – 12:00 Uhr vor Ort im STZ
- Die Beratungen des **Pflegestützpunktes Charlottenburg-Nord**
Bitte melden Sie sich direkt an beim Pflegestützpunkt unter Tel.: 3385364-910.
- **Anlaufstelle Soziales:** 10:00 – 11:00 Uhr
Klärung von komplexen, sozialen Problemlagen mit Anmeldung
- Die Sprechstunde des **Sozialen Schreibbüros:** Formulare und Anträge ausfüllen, Briefe schreiben, Texte verstehen - jeden Freitag 10:00 – 13:00 Uhr
- **„Da für Dich“ - Was Sie schon immer fragen wollten! Polizei – Sprechstunde**
Termine: Dienstag, 09.01.2026, von 11:00 – 13:00 Uhr
Freitag, 13.02.2026, von 11:00 – 12:00 Uhr
Dienstag, 13.03.2026, von 11:00 – 13:00 Uhr

Freizeitangebote Kiezstube Reichweindamm 6, 13627 Berlin

**Smartphone Kurs für Fortgeschrittene
Computer - Café**

jeden Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr

Dart und Rommé

jeden 1. Dienstag im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr

Iphone Sprechstunde

jeden Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr

Nachbarschaftscafé

jeden 2. & 4. Dienstag 13:00 – 14:00 Uhr

Punkt informacyjny dla Polaków –

jeden Donnerstag 10:00 – 17:00 Uhr

„Spotkania przy herbatce“

jeden 2. Dienstag im Monat 15:00 – 17:00 Uhr

„Singen, schmettern und die Hüften schwingen“

den 4. Di im Monat 15:00 – 17:00 Uhr

Bingo NEU!!! Kosten 3 € / pro Treffen

jeden 2. & 4. Freitag im Monat 14 – 17 Uhr

09.01. & 23.01.2026

13.02. & 27.02.2026

13.03. & 27.03.2026

immer den: 1.; 3. und 4. Do 10:00 – 13:00 Uhr

Soziales Schreibbüro

jeden 1. + 3. Do im Monat 10:00 – 11:30 Uhr.

Beratung Pflegestützpunktes Charlottenburg-Nord

Bitte melden Sie sich direkt an beim

Pflegestützpunkt unter Tel. 3385364-910

Kreativangebot vom Projekt MoSt in

Kooperation mit dem Stadtteilzentrum

mittwochs (außer 1. Mi im Monat) 15 - 17 Uhr.

Kulturcafé

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord

Die Kiez-Kantine geht weiter:

Seit der Gründung der Kiez-Kantine im letzten Jahr haben wir gemeinsam viele schöne Stunden verbracht. Wir freuen uns sehr, dass dieses Angebot so gut angenommen wurde und ein fester Bestandteil unseres Stadtteilzentrums geworden ist.

Nach den angekündigten Kürzungen des Senats im vergangenen Jahr waren viele Projekte und Förderungen im sozialen Bereich gefährdet. Lange war unklar, inwieweit auch wir von den Kürzungen betroffen sind. Inzwischen haben wir jedoch Gewissheit und können erleichtert verkünden: Die KiezKantine bleibt bestehen! Es gibt jedoch einige Änderungen, die wir Ihnen hier vorstellen möchten.

Das ändert sich für Sie:

Das Angebot „Mittag mit Nachbarn“ wird nicht mehr fortgeführt. Zunächst konzentrieren wir uns bei der Kiez-Kantine auf zwei Formate: das Freitags-Buffet und das Kaffeehaus. Um diese Angebote weiterhin in der gewohnten Qualität für alle aufrechterhalten zu können, werden wir leider eine Teilnahmegebühr einführen müssen.

Für **4 €** erhalten Sie beim **Freitags-Buffet** zwei Brötchenhälften sowie alle Getränke, Kekse/Kuchen und Obst/Gemüse nach Belieben.

Beim **Kaffeehaus** genießen Sie für **2,50 €** zwei Stück Kuchen, dazu Getränke nach Wahl.

Unsere Ausnahmeregelung gilt für Personen mit einem **Berechtigungsnachweis**; für Sie wird die Teilnahme mit **1 €** berechnet. Sollten Sie also im Besitz eines **Berechtigungsnachweises** sein, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an eine:n Mitarbeiter:in vom Stadtteilzentrum oder legen Sie diesen unserem Empfang vor.

Die nächsten Termine:

Freitags-Buffet: 13.02. & 13.03.2026, 11 -13 Uhr / Teilnahme 4 € (ermäßigt 1 €)

Kaffeehaus: 27.02.& 27.03.2026, 11 -13.30 Uhr / Teilnahme 2,50 € (ermäßigt 1 €)

2. Aktivitäten in den Seniorenclubs

2.5 Stadtteilzentrum Charlottenburg Nord

Mobile Stadtteilarbeit im Charlottenburg-Nord



Wir heißen **Simon Alvarez** und **Elena Melichowa** und führen die mobile Stadtteilarbeit (**MoSt**) fort. Auf vielen slawischen Sprachen heißt „most“ Brücke. Wir wollen mit Ihnen bildlich gesprochen Brücken im Stadtteil bauen. Brücken zwischen Nachbarschaft, Stadtteilzentrum, Kiezstube und anderen Einrichtungen in Charlottenburg-Nord. Wir wollen Orte und Anlässe im Kiez fördern, wo Nachbarschaft im Kleinen und Großen lebendig wird. Sie finden uns bei vielen mobilen Aktionen am Stand, auf der Straße, in der Kiezstube, im Stadtteilzentrum, bei Nachbarschaftsfesten oder an der Haustür.

Wir laden Sie ins KulturCafe in die Kiezstube ein, wo wir mit Ihnen einen Kaffee trinken und zusammen malen möchten. Wir stellen Ihnen den Raum, das nötige Material, eine kreative Atmosphäre und wenn nötig, eine Anleitung zur Verfügung.

jeden **Mittwoch (außer 1. Mi im Monat) 15:00 - 17:00 Uhr**
in der Kiezstube (Reichweindamm 6)

Über die kalte Jahreszeit, von Oktober bis März, laden wir alle, die sich für die Gesellschaftsspiele interessieren zum Spielen Nachmittag ein. Wir haben Halma, Mensch ärgere dich nicht, die Siedler von Catan, Schach und viele andere Brettspiele.

Bringen Sie gerne Ihre Freunde und Lieblingsspiele mit!

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen ins Gespräch zu kommen und gemeinsam zu spielen.

jeden Dienstag 15:00 – 17:00 Uhr
Zimmer 101, Stadtteilzentrums im Halemweg 18,

Bei uns können Sie sich über Angebote, Freizeitgruppen und Aktionen im Stadtteil informieren. Unsere Angebote sind kostenlos und jeder kann mitmachen. Wir freuen uns natürlich immer wieder auf neue Gesichter.

Kontakt:

Simon & Elena

Mobile Stadtteilarbeit des Stadtteilzentrums Charlottenburg-Nord

Halemweg 18 13627 Berlin, Zimmer 111

Tel.: 01784609224

E-Mail: most-charlottenburg-nord@stadtteilverein.eu



3. Aktivitäten außerhalb der Seniorenclubs

3.1 Sportgruppen

Weitere Informationen:

Frau Kruschke
Rathaus Charlottenburg, Zimmer 128
Sprechzeiten: nach Vereinbarung
☎ 9029-14792, Fax: 9029-14770
E-Mail: freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de

Bitte beachten Sie, dass sich das Sportangebot an Bürger*innen vornehmlich aus unserem Bezirk und die Generation 55+ richtet!!

montags:

13:15 – 16:00 Uhr **Tischtennisgruppe** (Gruppe A) in der Werner-Ruhemann-Sporthalle
Forckenbeckstraße 37 / Ecke Cunostraße.
Jahresbeitrag: 20,00 € / GSB kostenfrei
Grundkenntnisse sind erforderlich!

dienstags:

13:15 – 16:00 Uhr **Badmintongruppe** in der Werner-Ruhemann-Sporthalle
Forckenbeckstraße 37 / Ecke Cunostraße.
Jahresbeitrag: 30,00 € / GSB kostenfrei
Grundkenntnisse sind erforderlich!
Interessenten können derzeit nur auf die Warteliste gesetzt werden.

mittwochs:

13:15 – 16:00 Uhr **Tischtennisgruppe** (Gruppe B) in der Werner-Ruhemann-Sporthalle
Forckenbeckstraße 37 / Ecke Cunostraße.
Jahresbeitrag: 20,00 € / GSB kostenfrei
Grundkenntnisse sind erforderlich!
Interessenten können derzeit nur auf die Warteliste gesetzt werden.

3. Aktivitäten außerhalb der Seniorenenclubs

3.1 Sportgruppen

donnerstags:

10:30 – 12:30 Uhr

Bowlinggruppe

„Neue City - Bowling Hasenheide“, Hasenheide 107 - 109
„Neue Welt“, U-7 Bahnhof Hermannplatz)

Mitgliedsbeitrag: monatlich 17,50 €

Zusatzrunde: 1,60 €

Gäste zahlen 6,00 € pro Spieltag

Interessenten sind herzlich Willkommen.

11:00 – 13:00 Uhr

Kegelgruppe

Im Stammhaus, Rohrdamm 24b, 13629 Berlin,
die Gruppe trifft sich 14 -tägig, pro Spieltag 5,00 €

Interessenten können derzeit nur auf die Warteliste gesetzt werden.

13:15 – 16:00 Uhr

Tischtennisgruppe (Gruppe C) in der

Werner-Ruhemann-Sporthalle

Forckenbeckstraße 37 / Ecke Cunostraße.

Jahresbeitrag: 30,00 € (für gemeinsame Aktivitäten) /

GSB kostenfrei

Grundkenntnisse sind erforderlich!

Interessenten sind herzlich Willkommen.

freitags:

11:00 – 13:00 Uhr

Pool-Billard Billardhouse,

Rudolfstr.4, 10245 Berlin- Friedrichshain

Dauer max. 2 Stunden

Kosten pro Teilnehmer der Spielzeit 5,00 €, plus Verzehr

Grundkenntnisse erforderlich!

Auf Wunsch wird Ihnen ein Queue gestellt.

Interessenten sind herzlich Willkommen.

Aktuelle Hinweise, Informationen und Änderungen rund um die Seniorensportgruppen erhalten Sie auf der Bezirkshomepage www.charlottenburg-wilmersdorf.de unter der Rubrik „Seniorensport“.

3. Aktivitäten außerhalb der Seniorenenclubs

3.2 Spaziergänge

Naturspaziergänge 2026

Auf eine runde Stunde - wir schlendern durch die Natur - so lautet das Motto für das Jahr 2026!

Neue Zeiten, neue Ziele - und damit entsteht auch eine neue Motivation für unser monatliches Treffen!

Nicht das Erobern oder Entdecken steht hierbei im Vordergrund, sondern ein gemeinschaftliches Beieinander-Miteinander! Vielleicht entstehen so auch neue Bekanntschaften...

Es lohnt sich zu kommen, man weiß ja nie.

Für jede Veranstaltung sollte ca. 1 Stunde eingeplant werden. Die Teilnahme an den Spaziergängen und Erkundungen erfolgen **auf eigene Rechnung und Gefahr**. Ehrenamtlicher Ansprechpartner vor Ort: **Herr Fregin**

Termin	Uhrzeit	Treffpunkte der Teilnehmer	Thematik und Ziele:
14. Januar	10:00 Uhr	Stuttgarter Platz / Ecke Windscheidtstr.	Potsdam / Alter Markt
18. Februar	10:00 Uhr	Königin Luise Platz	Botanischer Garten / Tropenhaus
18. März	10:00 Uhr	Stuttgarter Platz / Ecke Windscheidtstr.	Wannsee Uferwanderung

**Sie haben Spaß an Bewegung und möchten sich
gern ehrenamtlich einbringen?**

**Vielleicht eine Nordic Walking / oder Wandergruppe für Senior*innen
im Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf
zum Leben erwecken?**

**Dann melden Sie sich bitte bei uns, wir würden Sie gern
bei diesem Vorhaben unterstützen!**

**Email: freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de
Tel.: (030) 9029 14 797**

4. Mitteilungen der Seniorenvertretung

4.1 Interessantes

Geld und Selbstvertrauen futsch:

Immer wieder fallen Senior:innen auf Trickbetrug und -diebstahl herein.

Das Präventionstheater des Polizeiabschnittes 22 in der Direktion 2 kämpft dagegen auf ungewöhnliche Weise an.



Foto: SV Frank Axel Dietrich

Theaterszenen mit echten Polizisten als

*Schauspielenden klären über die Gefahren und Schliche der Gauner auf und ebenso über die Chancen sich zur Wehr zu setzen. Grund genug für uns mit 2 Mitwirkenden des Präventionstheaters der Polizei zu sprechen, um das Anliegen noch erfolgreicher zu machen. Seniorenvertreter **Frank-Axel Dietrich** sprach mit den Darstellern Herr **Böge**, Dienstgruppenleiter aus dem Abschnitt 24 seit 2013 dabei und Frau **Pankow**, Präventionsbeauftragte des Polizeiabschnitts 22 und seit 2019 dabei.*

Frau Pankow, Sie stellen im Theater ja konkrete Betrugssituationen nach.

Was ist der Enkeltrick?

Pankow: Der Enkeltrick, insbesondere der Schockanruf, ist eine besonders perfide Form des Trickbetruges, die sich gezielt gegen ältere Menschen richtet. Dabei geben sich die Täterinnen und Täter am Telefon als Enkel, Verwandte oder nahestehende Personen aus. Oft beginnen sie mit Sätzen wie: „Rate mal, wer hier dran ist...“ oder „Mama, mir ist was ganz Schlimmes passiert...“ – so bringen sie die angerufene Person dazu, selbst den Namen ihres Verwandten zu nennen, den die Betrüger dann übernehmen. Anschließend schildern diese eine Notlage – zum Beispiel einen Verkehrsunfall, eine dringend benötigte Anzahlung für eine Wohnung oder ein Fahrzeug, eine Kaution für die Polizei-, um wieder frei zu kommen o. ä. Häufig wird dann ein „Bote“ geschickt, der im angeblichen Auftrag des Enkels oder der Enkelin das Geld und die Wertgegenstände abholt. Diese Vorgehensweise hat zum Ziel, die Betroffenen so unter Stress zu setzen, dass ein Reflektieren verhindert wird. Behalten Sie persönliche Daten bei sich, nutzen Sie einen Rückruf bei den echten Angehörigen unter der altbekannten Rufnummer, um sich abzusichern, wählen Sie dabei selbst und von Hand die Nummer Ihrer Angehörigen und ganz wichtig: Informieren Sie die Polizei über die „110“, wenn ein Betrugs Verdacht besteht!

Allein in Charlottenburg-Wilmersdorf wurden 2025 ca. 52 Fälle aus dem Bereich Trickbetrug und -diebstahl erfasst, wobei mit einer ganz erheblichen Dunkelziffer gerechnet wird.

Herr Böge: Was ist der Zetteltrick?

Herr Böge: Der sogenannte Zetteltrick ist eine Masche, die häufig an Wohnungstüren oder Hauseingängen angewendet wird. Täter/innen – oft zwei oder mehr – klingeln bei älteren Menschen und geben vor, dringend einen Zettel und einen Stift zu brauchen. Der Vorwand ist meist sehr harmlos, etwa, dass sie einem Nachbarn eine Nachricht hinterlassen wollen.

Während das Opfer gutgläubig den Zettel holt oder die Tür offenstehen lässt, nutzen die Täter/innen die Gelegenheit: Entweder verschaffen sie sich unbemerkt Zutritt zur Wohnung oder eine Komplizin oder ein Komplize schleicht sich hinein, während das Opfer abgelenkt ist. Dort durchsuchen sie gezielt Schränke und Räume nach Bargeld, Schmuck oder anderen Wertsachen. Typisch ist, dass die Täter/innen sehr freundlich und unauffällig auftreten – oft wirken sie hilfsbereit oder geben sich sogar als Nachbarn aus. Ihr Ziel ist immer, Vertrauen zu gewinnen und die Situation so alltäglich wie möglich erscheinen zu lassen, damit die Opfer keinen Verdacht schöpfen. Viele Betroffene merken erst Stunden später, dass sie bestohlen wurden.

4. Mitteilungen der Seniorenvertretung

4.1 Interessantes

Ganz wichtig: **Keinen Fremden in die Wohnung lassen**, legen Sie die Türkette vor, wenn Sie hilfsbereit sein wollen, und geben Sie Zettel mit Stift nur durch den Türspalt! Hören Sie auf Ihre innere Stimme; sie ist Ihre innere Alarmanlage und hat meistens recht! Ziehen Sie Nachbarn oder Vertrauenspersonen hinzu! Im Zweifel bleibt die Tür zu. In verdächtigen Situationen wählen Sie bitte die „110“!

Wer kann das Präventionstheater bestellen bzw. besuchen? Kostet es was?

Frau Pankow: Der Besuch ist kostenlos. Für 2026 kann man sich schon anmelden.

Wir bitten nur um eine vorherige Anmeldung per Telefon unter (030) 4664 604 220 oder eine E-Mail an: praeventionstheater@polizei.berlin.de.

Sowohl Gruppen als auch Einzelpersonen können sich dort anmelden.

Die Termine für 2026 sind **05.02.26, 05.03.26, 02.04.26**, jeweils 15:00 – 17:00 Uhr,

Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin, **Bürgersaal**,

07.05.26, 15:00 – 17:00 Uhr, Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin, **Festsaal**

04.06.26, 02.07.26, 10.09.26, 08.10.26, 12.11.26 und 03.12.26 jeweils 15:00 – 17:00 Uhr, Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin, **Bürgersaal**. Alle Veranstaltungen sind barrierefrei.

Herr Böge:

Das Präventionstheater der Polizei Berlin kann auch von Senioreneinrichtungen, Vereinen und Institutionen kostenfrei angefragt werden, wenn die Auftrittsmöglichkeiten stimmen. Die Stücke sind speziell auf die Zielgruppe Seniorinnen und Senioren zugeschnitten.

Recht neu ist auch noch die von uns geschaffene Möglichkeit, unsere Hinweisstücke per Internet **als Film abzurufen**. Den Zugang finden Sie auf den Internetseiten des Präventionstheaters.

Insgesamt die Bitte an alle gefährdeten Personen: Auch Sie können betroffen sein. Verschaffen Sie sich Kenntnis von unserem Stück und die Bitte an alle Betreuenden, Pflegenden, Institutionen, Einrichtungsleitungen etc.: Helfen Sie mit, unsere Stücke zu verbreiten. Und schließlich: Wenn es doch mal schiefgeht, helfen Sie mit, dass alle Vorfälle angezeigt werden. Jeder nicht angezeigte Vorfall kann nicht ausgewertet werden und mindert die Chancen, zukünftige Übergriffe zu vermeiden.

Senior:innenvertreter Frank-Axel Dietrich:

Frau Pankow, Herr Böge wir danken Ihnen für das Gespräch und natürlich auch für Ihre Arbeit.

Eine ausführlichere Version dieses Interviews finden Sie auf der Homepage der Senior:innenvertretung Charlottenburg-Wilmersdorf im Netz unter www.senior.vertretung-cw.de.



Foto: SV Frank Axel Dietrich

04. Mitteilungen der Seniorenvertretung

4.2 Sitzungstermine

Die **öffentlichen Plenumssitzungen der Seniorenvertretung** im Rathaus Charlottenburg:

Ab 14:00 Uhr im Lily-Braun-Saal

Montag, den **23. Februar 2026**

Montag, den **23. März 2026**

Bitte beachten Sie unseren **Schaukasten** im Erdgeschoß (Ebene der Pförtnerloge) des Rathauses Charlottenburg Otto-Suhr-Allee 100.

4.3 Kontakte der Seniorenvertretung

Kontakttelefone ☎

Marion Halten-Bartels: 313 46 47

Jutta Riemann: 330 071 22

Dr. Norbert Jacob: 701 896 91

Jens Friedrich: 88 54 500

Consuela Brosda-Rambichler: 304 25 33

Christa Lüscher: 853 25 87

Gerhard-Peter Schulz: 862 31 84

Joachim Jetschmann: 91 49 39 88

Postanschrift

Seniorenvertretung Charlottenburg-Wilmersdorf

Rathaus Charlottenburg, Otto-Suhr-Allee, 10585 Berlin

Raum 19

E-Mail-Adresse: seniorenvertretung.cw@gmx.de

Homepage: www.seniorenvertretung.charlottenburg-wilmersdorf.de oder
www.senior.vertretung-cw.de

4. 4 Veranstaltungen

Donnerstag, den **5. März 2026 um 14:15 Uhr** im Seniorenclub Herthastraße 25a

"Vorsorge für das Alter - Wie gestalte ich meinen Ruhestand?"

Eine Veranstaltung der Seniorenvertretung zusammen mit den "Berliner Hausbesuchen"

Donnerstag, den **12. März 2026 von 14:30 Uhr – 17:00 Uhr** im Seniorenclub Herthastraße 25a
Wir laden Sie herzlich, zum Vortrag von **Herrn Rechtsanwalt Klaus-Dieter Zulys**, ein.

Thema: Aufgaben und Pflichten eines gerichtlich bestellten Betreuers:

in Wohnungsangelegenheiten (rechtliche Betreuung und Mietrecht) sowie über Geschäftsunfähigkeit, und Betreuungs- und Unterbringungssachen.

Des Weiteren die Themen: **Pflegeheim vs. Wohngemeinschaft,**

Pflegesachleistungen (Pflegedienst) vs. Pflegegeld f. pflegende Angehörige

Fragen an den Referenten können anschließend gestellt werden.

Anmeldung erbitten: Tel. 030 891 72 95 oder per Mail: herthastrasse@wilmstift.de

4. Mitteilungen der Seniorenvertretung

4. 5 Beratungen

Ort	Sprechzeiten
Stadtteilzentrum Halemweg Halemweg 18 13627 Berlin (U7/Bus 123 U Halemweg)	jeweils 1. Dienstag im Monat, 14:00 – 16:00 Uhr oder nach tel. Vereinbarung Ansprechpartnerin: Marion Halten-Bartels / Tel.: 313 46 47
Nachbarschaftszentrum DIVAN Nehringstraße 8 14059 Berlin	jeweils: 2. Dienstag im Monat 14:00 – 14:45 Uhr Ansprechpartner: Joachim Jetschmann Tel.: 030 91 49 39 88
Interkulturelles Zentrum Pangea Haus Trautenastraße 5 10717 Berlin	jeweils 4. Donnerstag im Monat 14:00 – 16:00 Uhr Auskünfte: 0152 / 08 57 06 70 Ansprechpartner: Jens Friedrich / Tel.: 885 45 00
Seniorenclub Wallotstraße Wallotstraße 4 14193 Berlin	jeweils letzter Dienstag im Monat, 11:00 – 13:00 Uhr Ansprechpartner*in: Christa Lüsch / Tel.: 853 25 87 Eberhard Henze / Tel.: 881 52 26
Evangelischer Campus Daniel Brandenburgische Straße 51 10707 Berlin	jeweils 1. Mittwoch im Monat 14:00 – 16:00 Uhr Ansprechpartner*: Frau Brosda-Rambichler; 304 25 33 Joachim Jetschmann / Tel.: 914 93 988
Bürgeramt Hohenzollerndamm Hohenzollerndamm 177 10713 Berlin	jeweils 2. Montag im Monat 10:00 – 12:00 Uhr nach tel. Absprache: Ansprechpartner: Dr. Norbert Jacob / Tel.: 701 89 691

5. Allgemeine Informationen

5.1 Wilmersdorfer Seniorenstiftung

Seniorenwohnungen und Seniorenheime

Die vom Bezirk gegründete Wilmersdorfer Seniorenstiftung hat nach ihrer Satzung den Zweck, „Alteneinrichtungen, die der Aufnahme älterer pflegebedürftiger Menschen vornehmlich des Bezirks Charlottenburg-Wilmersdorf dienen, zu errichten und zu betreiben“. Sie unterhält seit der Gründung im Jahr 1996 die zwei ehemals kommunalen Seniorenheime und verwaltet seit 2003 für den Bezirk vier Seniorenwohnhäuser mit 375 Wohnungen. Der Stiftungsvorstand wird vom Bezirksstadtrat für Bürgerdienste und Soziales geführt.

Die Seniorenheime verfügen über insgesamt 161 Plätze, davon 95 % in Einzelzimmern. Wer pflegebedürftig ist, kann hier einziehen und erhält rund um die Uhr Pflege und Betreuung. „So viel Selbständigkeit wie möglich, soviel Hilfe wie nötig“ ist das Motto. Die Heime liegen im grünen Wilmersdorf: in Grunewaldlage in der Koenigsallee, und am Rüdesheimer Platz (Hohensteiner Straße). Sie legen Wert darauf, im Bezirk und im Kiez eingebunden zu sein. Besichtigen Sie die **Seniorenheime** in Ihrer Nähe:

- Grunewald: Seniorenheim Koenigsallee 15, 14193 Berlin
☎ 896 799 310
- Rüdesheimer Platz: Seniorenheim Hohensteiner Straße 6 – 12, 14197 Berlin
☎ 827 799 20

Beratung wird großgeschrieben. Sie werden bei den Schritten auf der Suche nach einem Seniorenheim begleitet. Der Sozialdienst ist erreichbar unter ☎ 827 79 92 - 85, Hohensteiner Straße 6 – 12, 14197 Berlin, **E-Mail:** sozialdienst@wilmstift.de

Die **Seniorenwohnhäuser** sind ein Angebot für Menschen ab 60, die in einer kleinen Wohnung selbständig leben und im Bedarfsfall die Hilfe einer Sozialstation in Anspruch nehmen wollen. Die Wohnungen haben in der Regel ein Zimmer mit Schlafnische, eine (Einbau-) Küche, ein Wannenbad und einen Balkon.

Die Seniorenwohnhäuser finden Sie in Charlottenburg:

- Pestalozzistraße 91, 10625 Berlin (Verwaltung aller Häuser)
- Roscherstraße 14 – 15, 10629 Berlin
- Schillerstraße 26a, 10625 Berlin
- Heckerdamm 228, 13627 Berlin

Die Bewerbungen für diese Häuser richten Sie bitte an:

Frau Katja Schnoor
Pestalozzistr. 91, 10625 Berlin,
☎ 030 / 74 74 18 20 oder kontakt@wilmstift.de

5. Allgemeine Informationen

5.1 Wilmersdorfer Seniorenstiftung

Seit **April 2019** werden noch weitere Seniorenwohnungen für das Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin, Abteilung Bürgerdienste und Soziales von der Wilmersdorfer Seniorenstiftung vermittelt:

- Auguste-Viktoria-Str. 116, / Wangenheimstr. 8 – 10, 14193 Berlin
- Cunostr. 3 / Friedrichshaller Str. 34/37, 14199 Berlin
- Gierkeplatz 5, 10585 Berlin
- Heckerdamm 222, 13627 Berlin
- Herthastr. 21 – 25 / Hubertusallee 49, 14193 Berlin
- Johannisberger Str. 71, 14197 Berlin
- Kaiser-Friedrich-Str. 85, 10585 Berlin
- Krumme Str. 85, 10585 Berlin
- Otto-Suhr-Allee 91a, 10585 Berlin
- Preußentallee 7, 14052 Berlin
- Schloßstr. 26 – 27b, 14059 Berlin

Die Bewerbungen für die o.g. Seniorenwohnhäuser richten Sie bitte an:

Wilmersdorfer Seniorenstiftung
Schloßstr. 27a
14059 Berlin
 **29 03 29 78**
www.wilmersdorfer-seniorenstiftung.de

Die Sprechzeiten sind:

Dienstag 9:00 – 12:00 Uhr

Donnerstag 13:00 – 16:00 Uhr

5.2 Wichtige Telefonnummern und Einrichtungen

Notrufe:

Notarzt und Feuerwehr	112
Polizei	110
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116117
Aids-Beratungstelefon	194 11
Anonymen Alkoholikern	206 29 82 12
Berliner Krisendienst Charl. – Wilmd.	390 63 20
DRK-Krankentransporte	197 27
Mobilitätsdienst Charl. – Wilmd.	827 190 97
Drogen-Notdienst	192 37
Gift-Notruf	192 40
Rollstuhlverleih DRK HilfsmittelCentrum	600 300 200
Silbernetz – Netzwerk gegen Einsamkeit	0800 470 80 90
Telefonseelsorge	0800 / 111 0 111 0800 / 111 0 222
Tierklinik der FU Berlin	83 86 23 56
Zahnärztlicher Notdienst	89004-333

5. Allgemeine Informationen

5.2 Wichtige Telefonnummern und Einrichtungen

Die einheitliche Behördenrufnummer „115“ für Berlin

Für dringende und akute Angelegenheiten können Sie sich zu den Öffnungszeiten der Bürgerämter unter (030) 9029-15036 an die Notfallhotline für Charlottenburg-Wilmersdorf, wenden.

Alzheimer Angehörigen-Initiative e.V.

Reinickendorfer Str. 61 (Haus 1), 13347 Berlin

☎ 253 47 37 89 95, Fax: 47 37 89 97

✉: AAI@Alzheimer.Berlin

🌐: www.alzheimer-organisation.de/

Arbeiterwohlfahrt Landesverband Berlin e.V.

Seniorennetz Berlin

Hallesches Ufer 30A, Innenhof | 10963 Berlin

☎ 253 89 208

✉: info@awoberlin.de

🌐: www.awoberlin.de

Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.

Allgemeine Soziale Beratung (ASB) / gefördert durch Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf

Pfalzburger Straße 18, 10719 Berlin

☎ 666 33 - 960

✉: asb-wilmersdorf@caritas-berlin.de

🌐: www.caritas-berlin.de/beratungundhilfe/berlin/allgemeinesozialeberatung/

Kontaktstelle PflegeEngagement Charlottenburg-Wilmersdorf

Förderung durch das Land Berlin und Landesverbände der Pflegekassen in Berlin und der Verband der Privaten Krankenversicherungen

Kontaktstelle PflegeEngagement Charlottenburg-Wilmersdorf

c/o SEKIS

Bismarckstr. 101, 10625 Berlin

☎ 890 285 35

✉: pflegeengagement@sekis-berlin.de

🌐: www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen/charlottenburg-wilmersdorf

5. Allgemeine Informationen

5.2 Wichtige Telefonnummern und Einrichtungen

Pflegestützpunkte im Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf

Wohnortnahe Anlaufstelle für hilfe- und pflegebedürftige Menschen

Träger: In gemeinsamer Trägerschaft des Landes Berlin und der Kranken- und Pflegekassen.

- Bundesallee 50, 10715 Berlin
☎ 893 12 31, ☎ 893 12 72; Fax: 857 283 37
✉: wilmersdorf@pspberlin.de
- Ernst-Reuter-Platz 2, 10587 Berlin
☎ 0800 265 080 252 01;
✉: charlottenburg@pspberlin.de
- Kaiserin-Augusta-Allee 85, 10589 Berlin
☎ 33 85 36 49 10; Fax: 33 85 36 49 19
✉: charlottenburgnord@pspberlin.de
🌐: www.pflegestuetzpunkteberlin.de

Selbsthilfe-Kontaktstelle Charlottenburg-Wilmersdorf

Bismarckstr. 101 | 10625 Berlin | Eingang Weimarer Str. | 5. Etage

Sprechzeiten: Mo 10 - 14 | Di 12 - 16 | Do 14 – 18 - und nach Vereinbarung

☎ 890 285 38

✉: selfsthilfe@sekis-berlin.de

🌐: www.selfsthilfe-charlottenburg-wilmersdorf.de/

Silbernetz e. V. mit dem Silbertelefon (einfach mal reden) und Infotelefon (einfach mal fragen)

☎ 0800 4 70 80 90 Silbertelefon – einfach mal reden oder

☎ 544 533 0 533 Infotelefon – einfach mal fragen

✉: kontakt@silbernetz.de

🌐: www.silbernetz.de

Schwulenberatung Berlin

Lebensort Vielfalt Charlottenburg/ Mehrgenerationenwohnen, Pflege-WG, Gesprächskreise und Gruppen

Niebuhrstraße 59/60, 10629 Berlin

☎ 44 66 88 111

✉: info@schwulenberatungberlin.de

🌐: www.schwulenberatungberlin.de/

5. Allgemeine Informationen

5.3 Krankenhäuser

- DRK-Kliniken Berlin / Westend
Spandauer Damm 130, 14050 Berlin
☎ 3035 6000
✉ email@drk-kliniken-westend.de
🌐 www.drk-kliniken-berlin.de/westend
- Caritas-Klinik St.Anna
Pillkaller Allee 1, 14055 Berlin
☎ 3000 10
✉ verwaltung@malteser-krankenhaus-berlin.de
🌐 www.malteser-krankenhaus-berlin.de
- Martin-Luther-Krankenhaus
Caspar-Theyß-Straße 27 - 31, 14193 Berlin
☎ 895 50
🌐 www.mlk-berlin.de
- Sana Paulinenkrankenhaus
Dickensweg 25 - 39, 14055 Berlin
☎ 300 080
✉ info@paulinenkrankenhaus.de
🌐 www.sana.de/paulinenkrankenhaus
- Sankt Gertrauden
Krankenhaus GmbH
Paretzer Straße 11 - 12, 10713 Berlin
☎ 827 20,
✉ info@sankt-gertrauden.de
🌐 www.sankt-getrauden.de
- Schlosspark Klinik
Heubnerweg 2, 14059 Berlin
☎ 32 64 0
🌐 www.parkkliniken-charlottenburg.de

5. Allgemeine Informationen

5.4 Patientenfürsprecherinnen und -fürsprecher: Sachkundige Ansprechpartnerinnen und -partner im Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf

In den Krankenhäusern im Bezirk stehen den Patientinnen und Patienten ehrenamtliche Fürsprecherinnen / Fürsprecher als Mittler und Ansprechpartner zur Verfügung, die mit Rat und Tat helfen, Wünsche und Beschwerden vorzutragen, aber auch Anregungen für die Klinikleitung oder das Klinikpersonal weiter zu geben.

Die Bezirksverordnetenversammlung des Bezirks überträgt den Fürsprecher/-innen das Amt für die Dauer einer Wahlperiode. So ist gewährleistet, dass die Arbeit frei und unabhängig zum Wohl der Patientinnen und Patienten geleistet werden kann.

Die Patientenfürsprecher/-innen bieten regelmäßige Sprechstunden vor Ort in den Krankenhäusern an, so dass sie ohne Umstände für jedermann erreichbar sind. Patientinnen, Patienten, aber auch Angehörige können sich vertrauensvoll an sie wenden.

Selbstverständlich gilt die Schweigepflicht.

Wer sich für die Übernahme dieses Ehrenamtes interessiert, kann sich im BVV Büro erkundigen:

Informationen: Bezirksamt Charlottenburg - Wilmersdorf von Berlin
BVV Büro
BVV - Vorsteherin Frau Judith Stückler
Otto-Suhr-Allee 100
Zimmer 226a
☎ 9029 - 14901

Erreichbarkeit der Patientenfürsprecher*innen

DRK Kliniken Berlin Westend Spandauer Damm 130 14050 Berlin Tel.: (030) 3035-4822 Sprechzeit: mittwochs von 11:00 – 13:00 Uhr, Eingang E2, Zimmer 410	DRK-Kliniken Berlin Westend – Wiegmann-Klinik Spandauer Damm 130 14050 Berlin Tel.: (030) 8270-5557 Sprechzeiten: montags von 13:30 – 15:00 Uhr und freitags Termine nach Vereinbarung
Friedrich von Bodelschwingh Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Landhausstraße 33-35 10717 Berlin und Standort Uhlandstr. 97 10717 Berlin Tel.: (030) 5472-7860 / Sprechzeit: 1., 3. und 5. Dienstag im Monat 16:00 – 17:00 Uhr	Martin-Luther-Krankenhaus Caspar-Theuß-Str. 27-31 14193 Berlin-Grunewald Tel.: (030) 8270-5557 Tel.: (030) 8955-73843 Sprechzeit: jeden Mittwoch von 12:00 – 13:00 Uhr
Paulinenkrankenhaus Dickensweg 25-39 14055 Berlin Mobil: (0176) 5313 2762 Sprechzeit: mittwochs ab 11:00 Uhr	Schlosspark-Klinik Heubnerweg 2 14059 Berlin Tel.: (030) 3264-0 Sprechzeit: dienstags 15:00 – 17:00 Uhr und nach Vereinbarung
St. Gertrauden Krankenhaus Paretzer Str. 12 10713 Berlin Tel.: (030) 8272-2491 Bitte melden Sie sich vorab per Telefon oder E-Mail an. Sprechzeit: jeden Mittwoch von 15:00 – 16:00 Uhr	

6. Teilnahme- und Haftungshinweise

Die Kostenbeiträge für die Gruppenangebote sind im Einzelnen ausgewiesen. Es gibt keine Kündigungsfristen, die Beitragspflicht besteht jedoch, aufgrund der günstigen Preise, bis zur Austrittserklärung gegenüber den amtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen und Gruppenaktivitäten des Seniorenprogramms (in und außerhalb der Seniorenclubs und des Seniorensports) geschieht eigenverantwortlich und auf eigenes Risiko. Bei Unfällen können Gruppen- bzw. Übungsleitungen oder das Bezirksamt nicht haftbar gemacht werden.

Für Neueinsteiger in die Sportangebote wird eine sportmedizinische Untersuchung empfohlen.

7. Impressum

Herausgeber:

Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin,
Abteilung Bürgerdienste und Soziales - Fachbereich 4, Soziale Dienste
Otto-Suhr-Allee 100, 10585 Berlin

 9029-10

Homepage: www.charlottenburg-wilmersdorf.de

Kontakt:

Freiwilligenagentur Charlottenburg-Wilmersdorf /

Seniorenservice:

Frau Bieber

Rathaus Charlottenburg, Zimmer 127 a

Sprechzeiten: nach Vereinbarung

 9029-14797, Fax: 9029-14770

E-Mail: freiwilligenagentur@charlottenburg-wilmersdorf.de

Herstellung: Hausdruckerei Bezirksamt Charlottenburg-Wilmersdorf von Berlin

Auflage: 3400