



PROGRAMM September 2023

e-mail:

wohnen-ist-leben-ev@gmx.de

wohnen-ist-leben-ev-lounge@gmx.de

**Nachbarschaftstreff Quatschtrommel
Erich-Kuttner-Straße 31 B, 10 369 Berlin
Tel.: 120 198 23**

**Nachbarschaftstreff WGLi-Lounge
Weißenseer Weg 15, 10 367 Berlin
Tel.: 39 89 23 52**

**Nachbarschaftstreff WW5
Weißenseer Weg 5, 10 367 Berlin**

Die Nachbarschaftstreffs sind behindertengerecht ausgestattet

VERANSTALTUNGEN

IM NACHBARSCHAFTSTREFF QUATSCHTROMMEL

DONNERSTAG, 07. SEPTEMBER 2023 17:00 UHR
LESUNG „EIN UNSICHTBARES BAND, GENANNT FAMILIE“

Heli Ihlefeld, eine bekannte Journalistin und Autorin, die in den Gründerjahren der Bundesrepublik Politgrößen, wie K. Adenauer, L. Erhard, W. Brand ua. interviewte und später bei der Deutschen Bundespost und der Deutschen Telekom beschäftigt war und über einen reichen Erfahrungsschatz verfügt, liest aus ihrem neuesten Buch.

Sie setzt sich mit der Geschichte der eigenen Familie in der Zeit zwischen I. und II. Weltkrieg auseinander. Hierbei dienen die originalen Erfahrungsberichte des Großvaters und Onkels als Quelle. Sie macht daraus ein zeitgeschichtliches Dokument, welches eindrucksvoll zeigt, wie das Leben in dieser Zeit geprägt war.

DONNERSTAG, 14. SEPTEMBER 2023 17:00 UHR
AUSSTELLUNGSERÖFFNUNG – POESIE, MALEREI, KERAMIK AUS 4 JAHRZEHNEN

„Wenn nicht jetzt! Wann dann?“

Unsere aktuelle Ausstellung präsentiert künstlerische Arbeiten unterschiedlicher Genres von **Erhard B. Neef** und **Renate Neef** (postum). Ihre Werke der Poesie, Malerei und Keramik entstanden in vier Jahrzehnten (1984-2024) eines sehr breit gefächerten künstlerischen Schaffens.

Die Ausstellung ist vom 14. September bis 16. November 2023 zu betrachten

MITTWOCH, 20. SEPTEMBER 2023 16:00 UHR
SALON IN DER QUATSCHTROMMEL – GESPRÄCHE ZUM ZEITGESCHEHEN

Woher kommt der Antisemitismus und warum müssen wir uns auch heute immer wieder dagegen engagieren? Wir wollen in die Geschichte zurückschauen, warum seit mehr als zweitausend Jahren immer wieder jüdische Menschen verfolgt, diskriminiert, ausgegrenzt und ermordet wurden und werden. Was hat das mit unserem heutigen Leben zu tun und was können wir gemeinsam gegen Antisemitismus tun?

DONNERSTAG, 28. SEPTEMBER 2023 15:00 UHR
LITERATURSTUNDE – KAREL CAPEK „DAS JAHR DES GÄRTNERS“

Begleiten Sie **Frau Beckmann** mit heiteren Texten vom tschechischen Dichter, Journalisten und Philosophen Karel Capek durch die kleinen Missgeschicke und großen Freuden im Gartenjahr. Sein Bruder Joseph machte die sehr lustigen Illustrationen. Es werden aggressive Wasserschläuche und Wetterkapriolen Sie zum Lachen bringen. Unterstützend wird Frau Beckmann persönliche Erfahrungen aus ihrer Gartenzeit mit Wort und Foto beisteuern und möchten Sie vielleicht auch etwas einbringen? Eine vergnügliche Stunde erwartet Sie auf jeden Fall.

Anmeldungen bitte bis 26.09.2023

VERANSTALTUNGEN

IM NACHBARSCHAFTSTREFF LOUNGE

MITTWOCH, 13. SEPTEMBER 2023 15:00 UHR
MUSIK – MUSIK - MUSIK

Wir stellen verschiedene Musikstile des **JAZZ** vor und hören hinein. Jazz umfasst eine Musikrichtung, die durch die kulturelle Verschmelzung afrikanischer und europäischer Kultur entstand. Ihr typisch eigenständiger Stil wurde von den Afroamerikanern entwickelt, die in Südamerika ansässig waren. Der Jazz lebt von der Improvisation und der speziellen Rhythmik und die Musiker haben ein eigenes Verhältnis zur Harmonik. Hören Sie selbst!

Anmeldung bitte bis 12.09.2023

MITTWOCH, 20. SEPTEMBER 2023 15:00 UHR
MODENACHMITTAG „WOMIT WIR UNS SCHMÜCKEN“

Ein modischer Nachmittag steht Ihnen bevor. Bringen Sie dazu maximal 5 Teile Modeschmuck, Taschen, Tücher, Accessoires mit, die nicht mehr zur eigenen Garderobe passen oder nicht mehr Ihrem Geschmack entsprechen. Bestimmt begeistert sich eine andere dafür und tauscht oder verschenkt es. Ausprobieren was einem gefällt und zu einem passt, Sie werden über sich selbst überrascht sein.

Anmeldung bitte bis 19.09.2023

DONNERSTAG, 21. SEPTEMBER 2023 17:00 UHR
„GUT UND GÜNSTIG KOCHEN“

Herr Svojanovsky stellt gute und günstige Speisen vor, die mit Ihnen gemeinsam vor Ort gekocht und verspeist werden.

Heute steht ein heißer Eintopf für kalte Herbsttage auf dem Speiseplan

Deftiger Kraut-Käse-Eintopf

Maximal 12 Personen pro Person 3,00€

**Damit wir gut planen können, melden Sie sich
bitte mit der Personenanzahl bis 19.09.2023 in der Lounge an**

MITTWOCH, 27. SEPTEMBER 2023 15:00 UHR
LITERATUR-GERN GELESEN „SONNE, MEER UND LANGE OHREN“

Zum Schmunzeln: ein berührender Bericht über eine Eselwanderung.

Lotta Lubkoll zieht mit Esel Jonny im ausgebauten Bus zum Überwintern an die Atlantikküste. Ein außergewöhnlicher Reisebericht übers Vanlife mit Esel, in Ausschnitten vorgestellt in der Lounge.

Anmeldung bitte bis 26.09.2023

WANDERUNGEN

DONNERSTAG, 14. SEPTEMBER 2023
WANDERUNG AM SCHWIELOWSEE

Mit Bahn und Bus fahren wir nach Petzow. Dort können wir Dorfkirche und Schloss bewundern. Unsere Wanderroute führt südwärts entlang des Schwielowsees. Im Ortsteil Löcknitz kommen wir am Campingplatz und an den Historischen Tonmühlen vorbei. Weiter geht es bis nach Mittelbusch. Dort lohnt es sich, den Japanischen Garten (Eintritt 7/ggfs.6€) zu besuchen. Danach landen wir im Ort Ferch, der auch durch seine Obstkistenbühne und die Fischerkirche bekannt ist. Wir sind jetzt am südlichen Ende des Schwielowsees und suchen ein Restaurant zur Einkehr. Nach der Stärkung ziehen wir auf dem Fontaneweg weiter nordwärts am See. Wir kommen am Campingplatz Flottstelle vorbei und wandern bis nach Caputh/Schwielowsee. Von dort bringt uns die Bahn zurück. Bei schlechtem Wetter lässt sich die Tour verkürzen. Dann geht's nach dem Restaurantbesuch quer durch den Wald zum Bahnhof Ferch/Lienewitz.

Wanderstrecke: 12 km bzw. 10 km

Treffpunkt: 08.20 Uhr Alexanderplatz Fernbahnsteig (Ticket ABC)

MITTWOCH, 19. SEPTEMBER 2023
ERKUNDUNGSTOUR – DIE RESIDENZSTADT NEUSTRELITZ

Wir entdecken die Residenzstadt Neustrelitz bei einer erlebnisreichen Stadtführung. Europaweit einzigartig ist die barocke Stadtanlage – der vom quadratischen Markt ausgehende achtstrahlige Straßenstern. Der Stadtgrundriss ist einer italienischen Idealstadt nachempfunden.

Im 19. Jahrhundert wurde das Stadtbild von Neustrelitz baulich durch den Schinkel-Schüler Friedrich Wilhelm Buttler geprägt, der Kirchen, Repräsentanzbauten und Wirtschaftsgebäude errichtete. Nach Plänen Buttlers wurde 1840-42 auch der Kammerkanal erbaut, die schiffbare Verbindung bis nach Berlin und Hamburg. Ein Hafen am Zierker See entstand, der heute ein beliebter Wasserwanderrastplatz ist.

Das Residenzschloss wurde Ende des Zweiten Weltkrieges weitgehend zerstört und die Ruine später abgetragen. Erhalten blieb das malerische Schlossgartenensemble mit vielen Skulpturen, Brunnen und alten Bäumen. Sehenswert sind die Bauwerke des früheren Schlossareals, darunter die neugotische Schlosskirche, die klassizistische Orangerie, der Marstall, der Hebetempel und die Gedächtnishalle für Königin Luise von Preußen. Königin Luise starb am 19. Juli 1810 nahe Neustrelitz auf Schloss Hohenzieritz.

Die 90minütige Führung kostet insgesamt 65,00 €. Eine Turmbesteigung ist möglich. Anschließend an die Führung kehren wir in ein Restaurant ein.

Treffpunkt: 08:25 Uhr S-Bahnhof Landsberger Allee (Mitte)
(Nutzung des Berlin-Brandenburg-Tickets für die, die kein Deutschland-Ticket haben)

Anmeldung bitte bis 14. September 2023



Foto: Lea Beckmann

BLÄTTERREIGEN

Wie weht es noch lau,
doch bald wieder rau!
Wirbelnde Blätter
umgaukeln das Wetter,
vollführ'n ihren Reigen
zwischen schwankenden Zweigen
und malen keck
einen goldenen Fleck
in den grauen Straßendreck.

Fröhliches Wandern zwischen
den goldenen Wirbeln wünscht

die **SELLFRAU**

Freitag, 01.09.2023

- 10:30-12:00
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Spanisch für den Alltag**
Lernen Sie mit Frau Dr. Bachmann die Sprache
- 10:30-14:00
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Philatelie** trifft sich
zum Tauschen von Briefmarken

Montag, 04.09.2023

- 10:00-11:30
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Tanz mit uns**
Tänze zum Mitmachen – Freude an der Bewegung –
Fit bleiben mit *Frau Carola Lohrengel*
Wir suchen noch weitere Teilnehmerinnen.
- 16:30-19:00
Kuttner-Str Interessengruppe **Schreibende Frauen**
trifft sich um eigene Texte zu besprechen
- 17:00-19:00
Lounge Offene Interessengruppe **Woll-LUST**
Nachbarinnen treffen sich zum Stricken, Häkeln und
Plaudern zu einem Stündchen in der Lounge

Dienstag, 05.09.2023

- 09:45-11:00
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Sing mit**
Wer Lust und Laune hat, mit *Herrn Bogs* seine
„Stimmbänder“ zu trainieren und fleißig mitzusingen.
- 11:15 -12:15
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Frauengymnastik 40+**
Viel Bewegung mit Musik unter Anleitung von
Frau Rothenburg
- 12:00-15:00
WW5 Offene Interessengruppe **Bunte Fäden**
Nachbarinnen treffen sich zum Plaudern und Handarbeit
- 14:00-17:30
Kuttner-Str. Offener **Spiele-Nachmittag**
Nachbarn können gemeinsam Skat, Rommé und andere
Brettspiele spielen
- 14:00–17:00
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Aus Freude malen**
unter fachlicher Anleitung von *Frau Kreisel*
- 15:00–17:00
Lounge Offener **Kaleidoskop-Nachmittag**, wir laden
Nachbarn zu gemeinsamen
SCHAUEN – BETRACHTEN – GESTALTEN und
SPIELEN ein.
- 18:00-19:30
Lounge Offene Interessengruppe **Gitarrenklänge**
Anfänger können mit *Frau Gärtner* üben

Mittwoch, 06.09.2023

- 09:30-12:00
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Aquarellmalen II** mit *Herrn Welke* für Interessierte, die gern malen
- 10:00-12:00
Kuttner-Str. Offene Selbsthilfegruppe **Rheuma 1 Lichtenberg** trifft sich zum Austausch von Erfahrungen
- 12:00-14:00
Kuttner-Str. Die Interessengruppe **Kreativ-Schätze** trifft sich zum kreativen Gestalten und zu Gesprächen
- 15:00-17:00
Lounge **Kiezplausch**
Nachbarn treffen sich zum Plausch und zum Austausch von Gedanken. Der Plausch wird mit einer Überraschung verbunden, die durch den Magen geht.

Donnerstag, 07.09.2023

- 09:30-12:00
WW5 Offene Interessengruppe **Aquarellmalen I** für Fortgeschrittene mit *Herrn Welke*
- 11:00-12:00
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Tai Chi** mit *Herrn Rebasti* können Sie die sanfte Bewegung, die für alle Altersgruppen geeignet ist, erlernen
- 14:30-16:00
Lounge Offene Interessengruppe **Englisch**
English Conversation für den Alltag mit *Frau Müller*
- 17:00-19:00
Kuttner-Str. **Lesung**
Heli Ihlefeld liest aus ihren neuesten Buch „**Ein unsichtbares Band, genannt Familie**“
Weiteres lesen Sie auf S. 2

Freitag, 08.09.2023

- 10:30-12:00
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Spanisch für den Alltag**
Lernen Sie mit Frau Dr. Bachmann die Sprache

Samstag, 09.09.2023

- 13:00-19:00
Kuttner-Str. **Doppelkopfturnier**
Die Teilnehmer werden persönlich eingeladen.

Sonntag, 10.09.2023

- 15:00-17:00
Kuttner-Str. **Plausch am Sonntagnachmittag**
Sonntag – Langeweile?
Anmeldung bitte bis 07.09.2023, damit wir planen können

Montag, 11.09.2023

- 10:00-11:30**
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Tanz mit uns**
Tänze zum Mitmachen – Freude an der Bewegung –
Fit bleiben mit *Frau **Carola Lohrengel***
Wir suchen noch weitere Teilnehmerinnen. Sie können
gern zum Mitmachen ohne Anmeldung kommen
- 16:30-19:00**
Kuttner-Str Interessengruppe **Schreibende Frauen**
trifft sich um eigene Texte zu besprechen
- 17:00-19:00**
Lounge Offene Interessengruppe **Woll-LUST**
Nachbarinnen treffen sich zum Stricken, Häkeln und
Plaudern zu einem Stündchen in der Lounge

Dienstag, 12.09.2023

- 10:30-11:30**
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Frauengymnastik 40+**
Viel Bewegung mit Musik unter Anleitung von
*Frau **Rothenburg***
- 12:00-15:00**
WW5 Offene Interessengruppe **Bunte Fäden**
Nachbarinnen treffen sich zum Plaudern und Handarbeit
- 14:00-17:30**
Kuttner-Str. Offener **Spiele-Nachmittag**
Nachbarn können gemeinsam Skat, Rommé und andere
Brettspiele spielen
- Offene Selbsthilfegruppe **Rheuma**
trifft sich heute außerhalb
- 14:00-16:00**
Lounge Offene Interessengruppe „**Geschickte Hände**“
mit *Frau **Eberhardt***
Thema heute: Kartengestaltung mit Silikon- und
Holzstempeln
Kartenmaterial, Stempel und Stempelkissen stehen
bereit. Die Technik bietet umfangreiche
Gestaltungsmöglichkeiten, deshalb wollen wir im
Oktobertreff mit ihr weiterarbeiten.

Mittwoch, 13.09.2023

- 10:00-12:00**
WW5 Offene Interessengruppe **Gestalten mit Stoffen**
*Frau **Schneider*** gibt Anregungen, wie aus unschein-
baren Stoffstücken Außergewöhnliches entsteht
- 14:30 Uhr**
WW5 **Spiele-Nachmittag**
Zeit für Karten-, Brett- oder andere Familienspiele

15:00-17:00
Lounge

Musik – Musik - Musik

Wir stellen verschiedene Musikstile des **JAZZ** vor und hören hinein
Anmeldung bis 12.09. 2023, damit wir gut planen können
Weiteres lesen Sie bitte auf Seite 3

16:00-17:30
Kuttner-Str.

„Alleinsein, aber nicht einsam“

Der Verlust eines nahestehenden Menschen ist immer sehr schmerzhaft. Man fühlt sich oft sehr allein und auch sehr leer.

Wenn Sie in einer solchen Situation Unterstützung und Gesellschaft suchen, dann sind Sie bei unserer ungezwungenen Gesprächsrunde richtig. Auch Tränen dürfen fließen.

Wir bieten Ihnen diese Gesprächsrunde im kleinsten Kreis an, um über Ihre Sorgen, die Sie als Alleinstehende haben, zu sprechen. Aus Erfahrungen können wir sagen, gemeinsam bewältigen sich Probleme leichter.

Donnerstag, 14.09.2023

Treffpunkt:
08:20 Uhr
Alexanderplatz
Fernbahnsteig
Ticket ABC

Offene Wandergruppe mit *Frau Lange*
Wanderung am Schwielowsee

Wandern Sie mit uns am herrlichen Schwielowsee entlang und entdecken Sie Neues.
Weiteres lesen Sie bitte auf Seite 4

11:00-12:00
Kuttner-Str.

Offene Interessengruppe **Tai Chi**
mit *Herrn Rebasti* können Sie die sanfte Bewegung, die für alle Altersgruppen geeignet ist, erlernen

14:30-16:00
Lounge

Offene Interessengruppe **Englisch**
English Conversation für den Alltag mit *Frau Müller*

17:00-19:00
Kuttner-Str.

Ausstellungseröffnung
Poesie, Malerei, Keramik aus 4 Jahrzehnten
„Wenn nicht jetzt! Wann dann?“
Arbeiten von *Erhard B. Neef* und postum *Renate Neef* werden gezeigt
Die Ausstellung kann bis 16.11.2023 besucht werden

Freitag, 15.09.2023

10:30-12:00
Kuttner-Str.

Offene Interessengruppe **Spanisch für den Alltag**
Lernen Sie mit Frau Dr. Bachmann die Sprache

10:30-14:00
Kuttner-Str.

Offene Interessengruppe **Philatelie** trifft sich zum Tauschen von Briefmarken

Montag, 18.09.2023

- 10:00-11:30**
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Tanz mit uns**
Tänze zum Mitmachen – Freude an der Bewegung –
Fit bleiben mit *Frau **Carola Lohrengel***
Wir suchen noch weitere Teilnehmerinnen. Sie können
gern zum Mitmachen ohne Anmeldung kommen
- 16:30-19:00**
Kuttner-Str. Interessengruppe **Schreibende Frauen**
trifft sich um eigene Texte zu besprechen
- 17:00-19:00**
Lounge Offene Interessengruppe **Woll-LUST**
Nachbarinnen treffen sich zum Stricken, Häkeln und
Plaudern zu einem Stündchen in der Lounge

Dienstag, 19.09.2023

- Treffpunkt:**
08:25 Uhr
S-Bhf
Landsberger
Allee (Mitte)
Abfahrt
Gesund-
brunnen 08:55
Gleis 9
- Erkundungstour** mit *Frau **Werner** und Frau **Bacinski***
„Die Residenzstadt Neustrelitz“
Wir erfahren Wissenswertes über die
Entstehungsgeschichte der Stadt, städtebauliche
Besonderheiten und die Geschichte des Herzogtums
Mecklenburg-Strelitz.
Anmeldung bitte bis 14. September 2023
Weiteres lesen Sie auf Seite 4
- 10:30-11:30**
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Frauengymnastik 40+**
Viel Bewegung mit Musik unter Anleitung von
*Frau **Rothenburg***
- 12:00-15:00**
WW5 Offene Interessengruppe **Bunte Fäden**
Nachbarinnen treffen sich zum Plaudern und Handarbeit
- 14:00-17:30**
Kuttner-Str. Offener **Spiele-Nachmittag**
Nachbarn können gemeinsam Skat, Rommé und andere
Brett-oder Kartenspiele spielen
- 15:00-17:00**
Lounge Offener **Kaleidoskop-Nachmittag**, wir laden
Nachbarn zu gemeinsamen
SCHAUEN – BETRACHTEN – GESTALTEN und
SPIELEN ein.

Mittwoch, 20.09.2023

- 09:30-12:00**
Kuttner-Str Offene Interessengruppe **Aquarellmalen II**
mit *Herrn **Welke*** für Interessierte, die gern malen
- 10:00-12:00**
WW5 Die Helfer der **VS 09 Lichtenberg**
treffen sich zur Beratung

12:00-14:00
Kuttner-Str.

Die Interessengruppe **Kreativ-Schätze** trifft sich zum kreativen Gestalten und zu Gesprächen

15:00-17:00
Lounge

Modenachmittag „Womit wir uns schmücken“

Maximal 5 Accessoires bringen Sie mit und mit anderen Teilen gehen Sie nach Hause.

Anmeldung bis 19.09. 2023, damit wir gut planen können

16:00-17:30
Kuttner-Str.

Salon in der Quatschtrommel – Gespräche zum Zeit-Geschehen

Antisemitismus ist eine bestimmte Wahrnehmung von Juden, wobei eine, ganz bestimmte Sicht dominiert, anstatt die jeweilige Person in ihrer Unterschiedlichkeit und Individualität wahrzunehmen.

Donnerstag, 21.09.2023

09:30-12:00
WW5

Offene Interessengruppe **Aquarellmalen I** für Fortgeschrittene mit **Herrn Welke**

11:00-12:00
Kuttner-Str.

Offene Interessengruppe **Tai Chi** mit **Herrn Rebasti** können Sie die sanfte Bewegung, die für alle Altersgruppen geeignet ist, erlernen

14:30-16:00
Lounge

Offene Interessengruppe **Englisch** English Conversation für den Alltag mit **Frau Müller**

17:00-19:00
Lounge

Gut und günstig kochen

Herr Svojanovsky stellt gute und günstige Speisen vor, die mit Ihnen gemeinsam vor Ort gekocht und verspeist werden

Maximal 12 Personen pro Person 3,00€

Damit wir gut planen können, melden Sie sich bitte mit der Personenanzahl bis 19.09. in der Lounge an

Freitag, 22.09.2023

10:30-12:00
Kuttner-Str.

Offene Interessengruppe **Spanisch für den Alltag** Lernen Sie mit **Frau Dr. Bachmann** die Sprache

Sonntag, 24.09.2023

11:00 -13:00
Lounge

„Sonntags- Mitbringbrunch“

Nachbarn laden Nachbarn zu einem Brunch ein. Bringen Sie bitte auch eine Kleinigkeit zur Bereicherung mit. Dieses Angebot wird vom Kiezforum I gestaltet

15:00-17:00
Kuttner-Str.

Plausch am Sonntagnachmittag

Sonntag – Langeweile?

Anmeldung bitte bis 21.September 2023

Montag, 25.09.2023

- 10:00-11:30**
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Tanz mit uns**
Tänze zum Mitmachen – Freude an der Bewegung -
Fit bleiben mit *Frau **Carola Lohrengel***
Wir suchen noch weitere Teilnehmerinnen. Sie können
gern zum Mitmachen ohne Anmeldung kommen
- 16:30-19:00**
Kuttner-Str. Interessengruppe **Schreibende Frauen**
trifft sich um eigene Texte zu besprechen
- 17:00-19:00**
Lounge Offene Interessengruppe **Woll-LUST**
Nachbarinnen treffen sich zum Stricken, Häkeln und
Plaudern zu einem Stündchen in der Lounge

Dienstag, 26.09.2023

- 10:30-11:30**
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Frauengymnastik 40+**
Viel Bewegung mit Musik unter Anleitung von
*Frau **Rothenburg***
- 12:00-15:00**
WW5 Offene Interessengruppe **Bunte Fäden**
Nachbarinnen treffen sich zum Plaudern und Handarbeit
- 14:00-17:30**
Kuttner-Str. Offener **Spiele-Nachmittag**
Nachbarn können gemeinsam Skat, Rommé und andere
Brettspiele spielen
- 14:00-16:00**
Lounge Offene Fotogruppe **OBJEKTIV**
Heutiges Thema: "Berliner Mauer"
- 18:00-19:30**
Lounge Offene Interessengruppe **Gitarrenklänge**
Anfänger können mit *Frau **Gärtner*** üben

Mittwoch, 27.09.2023

- 10:00-12:00**
Kuttner-Str. Offene Interessengruppe **Gestalten mit Stoffen**
*Frau **Schneider*** gibt Anregungen, wie aus unschein-
baren Stoffstücken Außergewöhnliches entsteht
- 15:00-17:00**
Lounge **Literatur – gern gelesen**
„**Sonne, Meer und lange Ohren**“
Mit Esel Jonny im ausgebauten Bus zum Überwintern an
die Atlantikküste | Ein außergewöhnlicher Reisebericht
übers Vanlife mit Esel
Ein Buch von Lotta Lubkoll wird in Ausschnitten
vorgestellt
Anmeldung bis 21.09.2023, damit wir gut planen können

19:00-20:30

Lounge

Gedanken Spiel Platz für Erwachsene

Eine gedankliche Lockerheit erhält man sich viel leichter bei einem freundschaftlich – fröhlichen, einander zugewandten Miteinander.

Heutiges Thema: **“Was verstehen wir unter Erziehung?“**

Donnerstag, 28.09.2023

11:00-12:00

Kuttner-Str.

Offene Interessengruppe **Tai Chi** mit *Herrn **Rebasti*** können Sie üben

14:30-16:00

Lounge

Offene Interessengruppe **Englisch**
English Conversation für den Alltag mit *Frau **Müller***

15:00-17:00

Kuttner-Str.

Literaturstunde

Karel Capek "Das Jahr des Gärtners"

Begleiten Sie *Frau **Beckmann*** mit heiteren Texten vom tschechischen Dichter, Journalist und Philosophen Karel Capek durch die kleinen Missgeschicke und großen Freuden im Gartenjahr. Unterstützend wird Frau Beckmann persönliche Erfahrungen aus ihrer Gartenzeit mit Wort und Foto beisteuern und möchten Sie vielleicht auch etwas einbringen? Eine vergnügliche Stunde erwartet Sie auf jeden Fall.

Anmeldungen bitte bis 26.09.2023

Freitag, 29.09.2023

10:30-12:00

Kuttner-Str.

Offene Interessengruppe **Spanisch für den Alltag**
*Lernen Sie mit Frau **Dr. Bachmann*** die Sprache

Wir möchten im Oktober 2023 nochmals einen Start zu einer neuen Selbsthilfegruppe „**Gesund statt rund**“ machen.

Die Gruppe ist offen für JEDEN Interessenten aller Altersgruppen zu dem Tabuthema **Adipositas**.

Die Fachärztin für Allgemeinmedizin i.R. Dipl. Med. **Lea Beckmann** leitet die Gespräche und gibt Ratschläge.

Als Einstieg bietet Sie ein Arztgespräch zum Thema „**Ich schäme mich**“ an. Ergänzend dazu spricht sie aus eigenen Erfahrungen und gibt Tipps.

Herzlich willkommen sind auch Ratsuchende Eltern oder Großeltern.

Bitte melden Sie sich bei Interesse telefonisch (030 120 198 23) oder per mail (wohnen-ist-leben-ev@gmx.de) an.

VORANKÜNDIGUNG – Notieren Sie sich schon den Termin

Donnerstag, 05.10.2023 Orientalischer Tanz und Tanz mit dem Feuer

Offene Interessengruppen

Montag	Tanz mit uns	10 :00-11:30	Kuttner-Str.
	Schreibende Frauen	16:30-19:00	Kuttner-Str.
	Woll-Lust	17:00-19:00	Lounge
Dienstag	Sing mit	09:45-11:00	Kuttner-Str.
	Frauengymnastik 40+	10:30-11:30	Kuttner-Str.
	Bunte Fäden	12:00-15:00	WW5
	Aus Freude malen	14:00-17:00	Kuttner-Str.
	Rheumagruppe	14:00-16:00	Kuttner-Str.
	Fotogruppe OBJEKTIV	14:00-16:00	Lounge
	Geschickte Hände	14:00-16:00	Lounge
	Gitarrenklänge	18:00-19:30	Lounge
	Erkundungstour		
Mittwoch	Aquarellmalen II	09:30-12:00	Kuttner-Str.
	Rheumagruppe	10:00-12:00	Kuttner-Str.
	Gestalten mit Stoffen	10:00-12:00	WW5
	Kreativ-Schätze	12:00-14:00	Kuttner-Str.
	Kreativ-Team	12:00-14:00	Kuttner-Str.
Donnerstag	Aquarell malen I	09:30-12:00	WW5
	Tai Chi	11:00-12:00	Kuttner-Str.
	Englisch Conversation	14:30-16:00	Lounge
	Wandergruppe		
Freitag	Spanisch	10:30-12:00	Kuttner-Str.
	Philatelie	10:30-12:00	Kuttner-Str.

Die konkreten Termine entnehmen Sie bitte der jeweiligen Wochenübersicht

Lob auf die Quatschtrommel

Ein Mensch ist traurig, weil oft einsam
Und denkt: Wie schön wär es gemeinsam!
Besucht, das hoffend, viele Leute.
Die stöhnen nur: Ach DIESER heute!
Reden, lächeln, Worte versanden.
Der Mensch fühlt sich unverstanden.

Nun lädt er selbst sich Gäste ein.
Kocht schönes Essen, macht alles rein.
Die Gäste kommen, schmausen, loben
Und fühlen sich gut aufgehoben.

Der Mensch jetzt bittet mit leisem Flehen
Doch um ein baldiges Wiedersehen.
Den Gästen ist das unangenehm.
Sie reden von Familie, wenig Zeit und
anderen Interessen,
bedanken sich fürs gute Essen
und stehen plötzlich auf zum Gehen.

Der Mensch sieht: Das klappt beides nicht.
Was ist nur Schlimmes in meinem Gesicht?
Er geht zur Kirche und zum Vortrag,
doch wiederholt sich das vom Vortrag.

Denn:

Wenn der Mensch stets lacht und strahlt,
dann wollen sie ihn alle.
Doch ist er traurig und verzagt,
bleibt er verlassen in der Falle.

Der Mensch, am Ende voll Verdruss,
erkennt, dass ER was ändern muss.
Will Wirklich niemand mit ihm gehn,
dann macht er es sich selber schön.

Setzt sich allein in Bus und Bahn
Und fängt ein neues Leben an.
Kommt in die Begegnungsstätte.
Macht selber, was er gerne hätte.

Der Mensch ist plötzlich sehr beschäftigt.
Bewegt sich viel mehr und das kräftigt!
Statt Ärger und Trauer auf Dauer
Zusammen froh verlebte Zeit.
Weg ist die Tränenmauer.
Klagt nie mehr über Einsamkeit.

Lea Beckmann

Was bieten wir für Sie in
solchen Situationen an?

Mittwoch, 13.09.2023 15:00

Alleinsein-aber nicht einsam

Der Verlust eines nahestehenden
Menschen ist immer sehr
schmerzhaft. Man fühlt sich oft
sehr allein und auch sehr leer.

Wenn Sie in einer solchen
Situation Unterstützung und
Gesellschaft suchen, dann sind
Sie in unserem kleinen Kreis
richtig. Auch Tränen dürfen
fließen.

Sonntag, 10.09. und 24.09.2023
15:00-17:00 Uhr

Plausch am Sonntagnachmittag

Sonntag – Langeweile?
Geht es Ihnen auch so? Dann
kommen Sie doch zu unserem
gemeinsamen gemütlichen
Beisammensein.

Mit Unterhaltungen, eigenen
Erlebnissen, aber auch lustigen
Episoden und dazu den
Nachmittagskaffee oder Tee,
das kann doch ein netter
Nachmittag werden, der
gemeinsam verbracht wird.

Anmeldungen sind immer bis
Donnerstag nötig, damit wir planen
können



Nachbarschaftstreff
Quatschtrommel
Erich-Kuttner-Straße 31 B

TELEFON: 030 / 120 198 23 Bitte nutzen Sie auch den AB
MÖGLICHKEITEN DES DIREKTEN KONTAKTES:
DIENSTAG, MITTWOCH, DONNERSTAG AB 14:00 UHR



Nachbarschaftstreff
WGLi-Lounge
Weißenseer Weg 15

TELEFON: 030 / 39 89 23 52 Bitte nutzen Sie auch den AB
MÖGLICHKEITEN DES DIREKTEN KONTAKTES:
DIENSTAG UND MITTWOCH, DONNERSTAG 14:00 – 18:00 UHR



Nachbarschaftstreff WW5
Weißenseer Weg 5

Träger: Wohnen ist Leben eV
Förderer: WGLi Wohnungsgenossenschaft Lichtenberg eG