

TAGESZENTRUM ALBRECHTSTRASSE

Kontakt- und Beratungsstelle
Albrechtstraße 15, 12167 Berlin, Tel. 030 / 225 05 46-0
tz.1@reha-steglitz.de
Martina Klesch, Elke Westendorff, Dietrich Brandenburg



OFFENER TREFF

MO, DI, FR 12:00–15:00 Uhr
MI 12:00–16:30 Uhr
Mittagsgerichte ab 12:15 Uhr

GRUPPEN

MO 11:00 – 11:30 Uhr Fit in den Tag ¹⁾
11:45 – 12:45 Uhr Internet-Café
13:00 – 14:30 Uhr Freies Werken ¹⁾
13:15 – 14:15 Uhr Bewegung & Entspannung ¹⁾

DI 11:00 – 12:15 Uhr Frauengesprächsgruppe ^{1) 3)}
11:00 – 12:15 Uhr Gesprächsgruppe ^{1) 3)}
13:00 – 14:30 Uhr Malen ¹⁾
15:00 – 17:00 Uhr Seniorentreff „Spätlese“ ¹⁾
15:30 – 17:00 Uhr Offene Psychosegruppe ^{1) 4)}

MI 12:00 – 13:00 Uhr Musiktherapie ^{1) 2)}
15:00 – 16:00 Uhr Spiel und Bewegung
15:00 – 16:30 Uhr Selbsthilfe Hochsensibilität ^{1) 5)}

DO 14:00 – 15:00 Uhr Gymnastik ^{1) 2)}
im Sportstudio Nippon

FR 11:00 – 12:00 Uhr Stadtgespräch
13:30 – 15:00 Uhr Spielegruppe

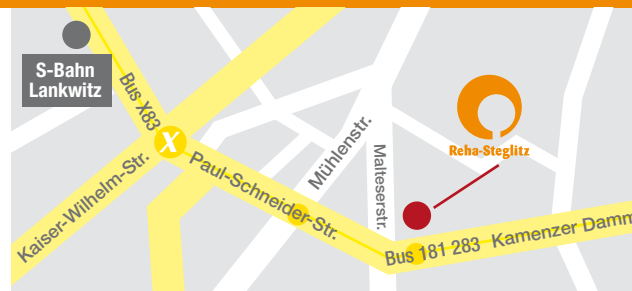
¹⁾ bitte anmelden | ²⁾ kostenpflichtig: 15 €, erm. 10 € pro Monat |
³⁾ vierzehntäglich | ⁴⁾ jeden 2. u. 4. DI im Monat | ⁵⁾ jeden ersten MI im Monat

Beratung / Sozialberatung nach Terminvereinbarung
oder ohne Termin mittwochs 13:00 – 15:00 Uhr

Beratung zur Medikamentenreduktion
(Dr. Jann Schlimme) nach Terminvereinbarung

TAGESZENTRUM KAMENZER DAMM

Kontakt- und Beratungsstelle
Kamenzer Damm 1A, 12249 Berlin, Tel. 030 / 221 91 60-0
tz.2@reha-steglitz.de
Sonja Dymke, Julia Stöckmann, Klaus Zobel



OFFENER TREFF

MO 10:00 – 15:00 Uhr **DI** 12:00 – 15:00 Uhr
DO 12:00 – 16:00 Uhr **FR** 10:00 – 15:00 Uhr
Mittagsgerichte ab 12:30 Uhr

GRUPPEN

MO 10:00 – 12:00 Uhr Morgentalk
15:00 – 16:30 Uhr Seniorentreff

DI 11:00 – 12:30 Uhr Offene Gartengruppe ¹⁾
13:30 – 15:00 Uhr Offene Werkgruppe ¹⁾
15:00 – 16:30 Uhr Gesprächsgruppe ¹⁾

MI 11:00 – 13:00 Uhr Selbsthilfegruppe psychische
Erkrankungen ¹⁾
14:00 – 17:00 Uhr **Offene Beratung für Geflüchtete**
(Farsi, Arabisch, Englisch)

DO 11:30 – 12:30 Uhr Bewegungsangebot ¹⁾
13:30 – 16:00 Uhr Skatgruppe
16:00 – 17:30 Uhr Line Dance (Vorkenntnisse nicht
erforderlich)

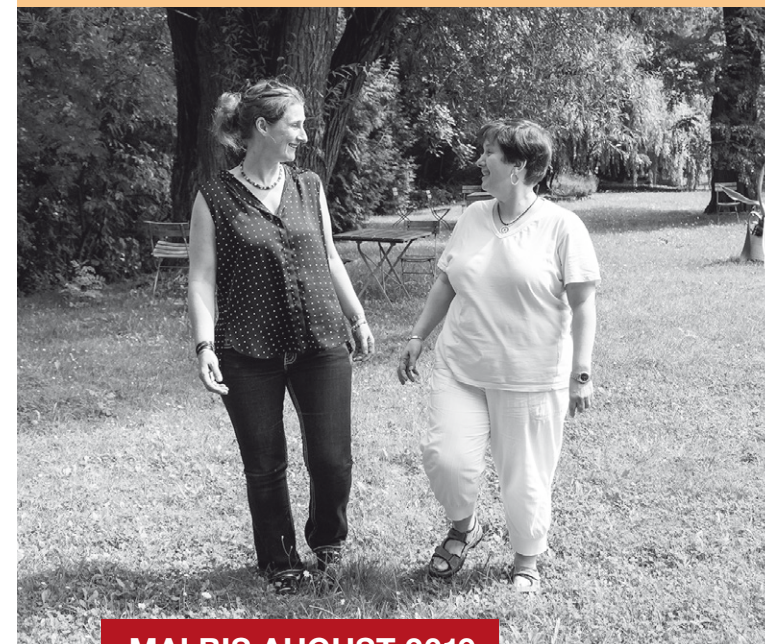
FR 09:30 – 11:00 Uhr Offene Werkgruppe ¹⁾
10:00 – 12:00 Uhr Morgentalk
11:00 – 11:30 Uhr Vollversammlung
(1. Freitag im Monat)
14:00 – 15:00 Uhr Gemeinsame Wochenendplanung
14:00 – 16:00 Uhr Schmuckgruppe mit Geflüchteten ¹⁾

¹⁾ bitte anmelden ²⁾ vierzehntäglich

Beratung / Sozialberatung / Gesundheitsberatung
nach Terminvereinbarung



Reha-Steglitz



MAI BIS AUGUST 2019

PROGRAMM DER KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLEN

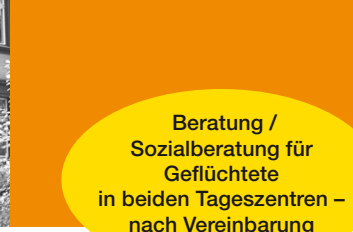
Angebote für die seelische Gesundheit



DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

Initiative
Transparente
Zivilgesellschaft

Einrichtungen der gemeinnützigen GmbH Reha-Steglitz



Beratung /
Sozialberatung für
Geflüchtete
in beiden Tageszentren –
nach Vereinbarung

KURSE im Tz Albrechtstraße

Intuitives Malen mit Stefanie Schönfeld
28. JUN – 30. AUG (10 Termine),
freitags **13:30 – 15:00 Uhr** (25 €, erm. 15 €)

Yoga-Übungen mit Barbara Kinczli
09. JUL – 17. SEPT (10 Termine),
dienstags **13:30 – 14:30 Uhr** (25 €, erm. 15 €)

MAI

SO, 05. MAI Spaziergang im Britzer Garten mit Barbara Kinczli. Eintritt 3 €, erm. 1,50 €
Bitte anmelden im Tz Albrechtstraße
Rathaus Steglitz, am Bus 170
Treff: 12:40 Uhr

MI, 08. MAI Erwerbsminderungsrente – Vortrag und Gespräch mit Marianne Kellner, Versicherungssälteste
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

SA, 11. MAI Frühstück
Tz Kamenzer Damm
10:00 – 12:00 Uhr

MI, 15. MAI 90er Tanzparty
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

MO, 20. MAI 100 Jahre Bauhaus – Stadtspaziergang und Ausstellungsbesuch mit Jürgen Stüwe. Bitte anmelden.
Tz Albrechtstraße
Treff: 10:00 Uhr

MI, 22. MAI Sing mit!
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

DO, 23. MAI Fahrradtour zum Schwerbelastungskörper und zum Gleisdreieck-Park, mit Picknick, mit Klaus Zobel. Fahrräder können evtl. bereitgestellt werden.
Bitte anmelden bis 16.05. im Tz Kamenzer Damm

MI, 29. MAI Offene Bühne – „Runter vom Sofa, rauf auf die Bühne!“
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

JUNI

MI, 05. JUN Wie biologische Rhythmen, Licht und Schlaf unsere Stimmung beeinflussen – Vortrag und Gespräch mit Annett Oehlschläger
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

SA, 08. JUN Frühstück
Tz Kamenzer Damm
10:00 – 12:00 Uhr

SO, 09. JUN Durch den Neuen Garten – von der Glienicker Brücke zum Schloß Cecilienhof mit Barbara Kinczli.
Bitte anmelden im Tz Albrechtstraße
S-Bhf. Rathaus Steglitz, Bahnsteig
Treff: 12:35 Uhr

MI, 12. JUN Sing mit!
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

MI, 19. JUN Humoristische Lesung
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

DO, 20. JUN Zentrumsfahrt nach Brandenburg (H.)
Bitte anmelden bis 13.6. im Tz Kamenzer Damm

FR, 21. JUN Rund um die Charité – mit Ausstellungsbesuch. Mit Jürgen Stüwe. Bitte anmelden.
Tz Albrechtstraße
Treff: 10:00 Uhr

MI, 26. JUN Gartenparty mit Live-Musik, Modenschau und Speisen vom Grill
Tz Albrechtstraße
13:00 – 17:00 Uhr

JULI

MO, 08. JUL Fahrt nach Potsdam mit Sonja Dymke
Bitte anmelden bis 01.07. im Tz Kamenzer Damm
Tz Kamenzer Damm
Treff: 10:00 Uhr

SA, 13. JUL Frühstück
Tz Kamenzer Damm
10:00 – 12:00 Uhr

SO, 14. JUL Ausflug nach Werder (Havel) mit Barbara Kinczli. Bitte anmelden im Tz Albrechtstraße
S-Bhf. Rathaus Steglitz, Bahnsteig
Treff: 12:20 Uhr

MI, 17. JUL Sing mit!
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

DO, 25. JUL Ausflug nach Brandenburg (Havel) mit Möglichkeit Schiff-Rundfahrt um die Altstadt. Mit Dietrich Brandenburg.
Bitte anmelden im Tz Albrechtstraße bis 22.07. unter Zahlung des Kostenbeitrags (Bahn 6 €, erm. 4,50 € / Schiff 12 €, erm. 9,50 €)

MI, 31. JUL „Nationalpark am Meer – der Cilento in Süditalien“ Reisebericht mit Fotos von Gabriele Steinborn
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

AUGUST

SA, 03. AUG Frühstück
Tz Kamenzer Damm
10:00 – 12:00 Uhr

DI, 13. AUG Sommerfest
Tz Kamenzer Damm
15:00 Uhr

SO, 18. AUG Ausflug nach Alt-Kladow (Havel) zum Landschaftsgarten von Dr. M. Fraenkel. Mit Barbara Kinczli.
Bitte anmelden im Tz Albrechtstraße
S-Bhf. Rathaus Steglitz, Bahnsteig
Treff: 12:20 Uhr

MI, 21. AUG Sing mit!
Tz Albrechtstraße
15:00 Uhr

DO, 29. AUG Kanutour im 10-er Kanadier durch Klein-Venedig mit Klaus Zobel.
Kostenbeitrag 5 €
Anmeldung bis 15.08. im Tz Kamenzer Damm,
Besprechung am 15.08., 13:30 Uhr

FR, 30. AUG Friedrichshain rund um das RAW-Gelände – wie geht es weiter?
Mit Jürgen Stüwe. Bitte anmelden.
Tz Albrechtstraße
Treff: 10:00 Uhr

SA, 31. AUG Mittelstraßenfest – rund ums Tageszentrum
Tz Albrechtstraße
14:00 – 18:00 Uhr

Hinweis:
1. Samstag im
Monat!