

Dezember 2025

Montag

13 - 15.30 Uhr

Freizeitangebote für und von
geflüchtete/n Frauen

Donnerstag

13 - 15 Uhr Monis Sprechstunde*
Individuelle Gespräche zu Hilfen im
Alltag

16:30 - 17:45 Uhr Tanztherapie (18.12.)
17 - 18:30 Uhr Sprachcafé

Vortrag zu Frauengesundheit:

01.12. 13:30 Uhr: Wechseljahre
(kostenlos, ohne Anmeldung)

Dienstag

10 - 13 Uhr Strickclub

14 - 15 Uhr Englisch Grundkenntnisse

15:15 - 16:15 Uhr Adventssingekreis mit Dr.
Brigitte Jammer (09.12.)

NEU 14:30 - 16 Uhr Kreativ - AG

NEU 15:30 - 16:30 Mantrasingen
(02. und 16.12.)

18:30 - 20:30 Uhr

Selbsthilfegruppe für Ukrainerinnen

Freitag

10 - 12 Uhr Soziale Beratung
(5.12. und 19.12.)

11:30 - 13:00 Uhr Küche für alle
Essensausgabe

NEU 12:30 - 14 Uhr
Smartphonesprechstunde
(12.12.)

Wir bleiben vom 22.12.25
bis 02.01.26 geschlossen

Mittwoch

10 - 13 Uhr Nähgruppe
(10.12.)

11 - 13 Uhr Frauensportgruppe
"proBeweglich" (Holzhaus,
Gotlindestr. 38)

14 - 15 Uhr Stressbewältigung
und Achtsamkeit

*Für dieses Angebot bitte per E-Mail
oder telefonisch anmelden:

0176 45264074

frauentreff.undine@vav-lichtenberg.de



@frauentreff.undine

Beratungsangebote im Kieztreff UNDINE

mit Terminvergabe:

Mieter:innenberatung:

Montag 14 - 17 Uhr

Dienstag 14 - 17 Uhr

Donnerstag 15 - 17 Uhr

Bitte unter (030) 293 43 10 anmelden.

Rentenberatung:

mit Herrn Schneider, (11. und 18.12.)

Deutsche Rentenversicherung Bund.

Anmeldung unter **0170 811 93 55**

KulturLeben

Jede*r hat das Recht, am kulturellen Leben teilzunehmen!

Bei uns sind Anmeldungen möglich.

Mo. 1.12. 15 bis 17 Uhr

Klangbad

Fr. 5.12. 11 Uhr

Selbsthilfegruppe Autismus

Mi. 10.12. 18 - 19:30 Uhr

Einsamkeitsstammtisch Spezial

Nikolaus: Kaffeeklatsch

Sa. 6.12. 14 bis 16 Uhr

Lebendiger Adventskalender in der UNDINE am 15.12. 10 bis 16 Uhr

Gemütlich zusammen sein:

10 bis 13 Uhr: Brunch

13 bis 16 Uhr Basteln & Spielen

Kontakt:

Hagenstr. 57 | 10365 Berlin

S- und U-Bahnhof Lichtenberg |

Ausgang Siegfriedstraße

S-Bahn: S5, S7 | U-Bahn: U5 | Tram: 21, 37 |

Bus: 240, 256

Öffnungszeiten

Mo bis Do 10.00 - 18.00 Uhr

Fr 10.00 - 14.00 Uhr

und nach Vereinbarung

Monika Maas | Leitung

TEL: 030/577 99 410 oder -11

frauentreff.undine@vav-lichtenberg.de

Wir suchen immer Ehrenamtliche, die unsere Projekte unterstützen.

Vielleicht haben Sie eine Idee für eine neue Gruppe?

Möchten Sie gerne Ihr Wissen an andere vermitteln?

Melden Sie sich gerne!

Wir sind eine behindertenfreundliche Einrichtung.

Träger: Verein für aktive Vielfalt e.V.

WIR FREUEN UNS ÜBER SPENDEN

Spendenkonto: Verein für aktive Vielfalt e.V.

IBAN: DE91 3702 0500 0003 2154 02

BIC: BFSWDE33XXX



Frauen*treff
UNDINE

Dezember 2025

Unter einem Dach –
miteinander
füreinander da sein.

