

Montag

9:00–12:00 Uhr

Sprechstunde für Alleinerziehende

NEU 12:00 - 14:00

Selbstverteidigung für Senior:innen

13:00–15:30 Uhr

Freizeitangebote für und von
geflüchtete/n Frauen

Dienstag

10:00–13:00 Uhr Strickclub

13:00–16:00 Uhr Crossdressing im
Rathaus - Raum 2!!! (3.3.)

14:00–15:00 Uhr Englisch
Grundkenntnisse

14:30–16:00 Uhr Kreativ-AG

15:15–16:15 Uhr Singekreis mit
Dr. Brigitte Jammer (31.3.)

15:30–16:30 Uhr Mantrasingen
(3.3. und 17.3.)

18:30–20:30 Uhr Selbsthilfegruppe
für Ukrainerinnen

Mittwoch

10:00–13:00 Uhr Nähgruppe

11:00–13:00 Uhr Frauensportgruppe
"proBeweglich"

(Holzhaus, Gotlindestr. 38)

14:00–15:00 Uhr Stressbewältigung
und Achtsamkeit (11. und 18.3.)

Donnerstag

13:00–15:00 Uhr

Monis Sprechstunde

Individuelle Gespräche zu Hilfen im
Alltag (**mit Anmeldung**) ☎️✉️

14:00–17:00 Uhr

Malerworkshop (5.3.)

(mit Anmeldung) ☎️✉️

14:00–16:00 Uhr Kaffeeklatsch mit
den Omas gegen Rechts (5.3.)

16:30–17:45 Uhr

Tanztherapie (26.3.)

16:00–17:30 Uhr

Sprachcafé (früher wegen Ramadan)

Freitag

13:30–15:00 Uhr

Smartphonesprechstunde

Anmeldung:

☎️ 0176 45264074 oder

✉️ frauentreff.undine@vav-lichtenberg.de

 [@frauentreff.undine](https://www.instagram.com/frauentreff.undine)

Beratungsangebote im Kieztreff UNDINE mit Terminvergabe:

Mieter:innenberatung:

Dienstag 14:00–17:00 Uhr

Donnerstag 15:00–17:00 Uhr

Bitte unter

☎ 030 2934310 anmelden.

Rentenberatung:

mit Herrn Schneider,

Deutsche Rentenversicherung Bund.

Anmeldung unter:

☎ 01708119355

(9.4. und 23.4.)

Mittwoch 11.03.26 von 18-19:30 Uhr

Selbsthilfegruppe Autismus

Anmeldung:

shg.lichtenberg.as@gmail.com

Freitag 13.3.26 um 11 Uhr Klangbad

Anmeldung:

kieztreff.undine@vav-lichtenberg.de

Wir feiern das Single Life!



mit Karaoke: 13.3. 17 bis 20 Uhr

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

Wir sind eine behindertenfreundliche
Einrichtung. Eine Rampe ist vorhanden.

Monika Maas | Leitung

☎ Tel: 030 577994 10 oder -11

✉ frauentreff.undine@vav-lichtenberg.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag 10:00–18:00 Uhr

Freitag 10:00–14:00 Uhr

und nach Vereinbarung

**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!

Träger: Verein für aktive Vielfalt e.V.

WIR FREUEN UNS ÜBER SPENDEN

Spendenkonto: Verein für aktive Vielfalt e.V.

Verwendungszweck: Frauen*treff UNDINE

IBAN: DE91 3702 0500 0003 2154 02

BIC: BFSWDE33XXX



Frauen*treff
UNDINE

März 2026

Unter einem Dach –
miteinander
füreinander da sein.

