

Aktuelle Angebote im September

Montag

	13:00-14:00	Achtsam in Bewegung
01.09.	15:00-16:30	Projekt Lebensfreude
08.09.	16:30-18:00	Die GryphiusLerchen - Singen mit Guido
22.09.	16:30-18:00	Die GryphiusLerchen - Singen mit Guido

Dienstag

02.09.	14:00-15:30	KulTour - Spaziergang
09.09.	15:00-16:30	Beweglichkeit, Dehnung, Ausdauertraining
09.09.	17:00-18:30	Qi Gong
16.09.	14:00-15:30	KulTour - Spaziergang
16.09.	17:30-19:00	LeseCafé
23.09.	15:00-16:30	Beweglichkeit, Dehnung, Ausdauertraining
23.09.	17:00-18:30	Qi Gong
30.09.	16:00-16:30	Club der Stille - Darf es etwas mehr Ruhe sein? Eine halbe Stunde Entspannung.

Mittwoch

03.09.	15:00-16:30	Angehörigengruppe von an Krebs erkrankten Menschen
03.09.	17:00-18:30	Sprechstunde Smartphone
17.09.	15:00-17:00	Café Kontakt - Einsamkeit Weltweit fühlen sich immer mehr Menschen einsam. Welche Möglichkeiten gibt es, der Einsamkeit entgegenzuwirken. Mit dem KPE-Team
17.09.	17:00-18:30	Sprechstunde Smartphone
17.09.	18:00-19:30	Pflege aus der Ferne Angehörigengruppe Kreuzberg
24.09.	15:00-16:30	Anderland - Demenz in der Familie (Angehörigengruppe)
24.09.	17:00-18:30	GenerationenGespräche - Wir reden miteinander

Donnerstag

	09:00-10:00	Nordic Walking
04.09.	17:00-18:30	Repair Café - Reparaturhilfe vor Ort - Netzwerk für Technik im Haushalt
18.09.	17:00-18:30	Repair Café - Reparaturhilfe vor Ort - Netzwerk für Technik im Haushalt
25.09.	11:00-12:00	Bewegungstraining fürs Gedächtnis - Gehirnfittnesstraining
25.09.	18:00-19:30	Pflege aus der Ferne Angehörigengruppe Friedrichshain

Freitag

	14:00-15:30	Alleinlebende 50plus - Freizeitgruppe
12.09.	13:00-15:00	Kreative Auszeit vom Alltag - Collagenwerkstatt für pflegende und sorgende Menschen
	16:00-18:00	Yoga-Auszeit - Bewegung, Entspannung, Achtsamkeit

Kontaktstelle PflegeEngagement Friedrichshain-Kreuzberg

Gryphiusstraße 16, 10245 Berlin

Bitte melden Sie sich für alle Termine an unter

(030) 403 66 11 25 oder per E-Mail über kpe@volkssolidaritaet.de

