



Programm Dezember 2020



ÜBER UNS:

Der Bürgertreff ist ein inklusiver Ort.
Wir bieten Freizeit-Aktivitäten und Bildungs-Angebote für Menschen mit und ohne Behinderung an.
Es gibt viele Möglichkeiten sich einzubringen.
Alle Nachbarn sind herzlich willkommen.
Der Bürgertreff ist Rollstuhl-gerecht.



Büro-Zeiten:
Montag bis Donnerstag, 11 bis 16 Uhr



Adresse:
Bürgertreff
Schöneicher Straße 10A
13055 Berlin



Telefon: 030 344 090 470



E-Mail: buergertreff@co-mensch.de



Website: www.gemeinsam-im-kiez.de



www.facebook.com/buergertreff.cooperativemenscheg.3

ANFAHRT:



Tram M5, Haltestelle: Freienwalder Straße



Bus 256, Haltestelle: Große-Leege Str./Freienwalder Str.

Programm Dezember 2020



Wheelmap Aktion: Gemeinsames markieren barrierefreier Orte

Mitmach-Aktion zum Markieren von rollstuhlgerechten Orten und somit Menschen die Mobilität im Alltag erleichtern. Wir freuen uns über Ihre Unterstützung.

Termin: Mittwoch, 3. Dezember, 14 bis 16 Uhr
Treffpunkt: Bürgertreff, Schöneicher Straße 10a
13055 Berlin



Programm Dezember 2020

MONTAG



Kurs: Hilfe zu Smartphone und Tablet

Einführung in den Umgang mit Smartphones und Tablets.

Termine

7. + 21. Dezember

Aufbau-Kurs: 12:30 bis 14 Uhr

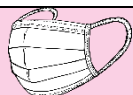
Anfänger*innen-Kurs: 14:30
bis 16 Uhr

Kosten:

2 € pro Termin

Keine Anmeldung mehr möglich!

DIENSTAG



Masken-Ausgabe

Im Bürgertreff können Einweg-Mundschutz-Masken (OP-Masken) kostenlos abgeholt werden. Sie sind für Menschen gedacht, die nicht so viel Geld haben. Es werden dazu auch selbst-genähte Stoffmasken gegen Spende abgeben.

Termine

Jeden Dienstag,
12 bis 16 Uhr

Kostenlos



Spazieren gegen Einsamkeit

Sie fühlen sich einsam und möchten zusammen mit anderen spazieren gehen und in diesen komischen Zeiten den Kopf frei kriegen?

Wir treffen uns am Bürgertreff und gehen zusammen mit

Berücksichtigung der Abstandsregelungen spazieren.

Wir bitten um Anmeldung.

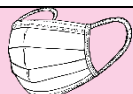
Termine

8. + 15. Dezember,
14 bis 15:30 Uhr

Treffpunkt:

Bürgertreff, Schöneicher Straße 10a
13055 Berlin

MITTWOCH



Masken-Ausgabe

Termin

Jeden Mittwoch, 12 bis 16 Uhr

Kostenlos



Musik-Meditation: Innerer Tanz

Entspannung für Körper und Seele mit Hilfe von Musik und Entspannungs-Übungen.

Termine

2. Dezember,
18:30 bis 20 Uhr

Kostenlos

DONNERSTAG



Kurs: Computer-Grundlagen

Leichte Einführung in den Umgang mit PC's und Computer-Programmen.

Termine

17. Dezember,
14:30 bis 16 Uhr (Ersatztermin)
16 bis 17:30 Uhr

Kosten:

2 € pro Termin

Keine Anmeldung möglich!



Offene PC-Frage-Stunde

Zusätzlich zu den Computer-Kursen bieten wir offene Frage-Stunden an. Hier können Sie Ihre Fragen rund um den Umgang mit Computer-Grundlagen klären. Bitte Einzel-Termine buchen.

Termine

10. Dezember,
16 bis 17:30 Uhr

Kosten:

2 € pro Termin

Anmeldung erforderlich!



Geführte Meditation und Körper-Entspannung

Wir beginnen den Abend mit der Entspannung des Körpers und beschäftigen uns dann innerlich mit einem bestimmten Thema, wie zum Beispiel: Ruhe, Verbundenheit im Herzen, Klarheit und Fokus. Die Meditation wird durch einen Text angeleitet.

Termin

10. Dezember,
18 bis 19 Uhr

Kostenlos

Bitte vorher anmelden!

Dies findet online über zoom statt.

SAMSTAG



Yoga

Für Anfänger*innen mit und ohne Vorkenntnisse.

Deine individuellen Fragen oder Bedürfnisse zu einzelnen Übungen oder Beschwerden finden in diesem Workshop ebenfalls ihren Platz.

Termin

5. + 12. Dezember,
11 bis 12:30 Uhr

Kostenlos

Bitte vorher anmelden!

Dies findet online über zoom statt.



Musik-Meditation: Innerer Tanz

Entspannung für Körper und Seele mit Hilfe von Musik und Entspannungs-Übungen.

Termin

12. Dezember,
16:30 bis 18 Uhr

Kostenlos

Bitte vorher anmelden!

Dies findet online über Zoom statt.



Programm Dezember 2020

