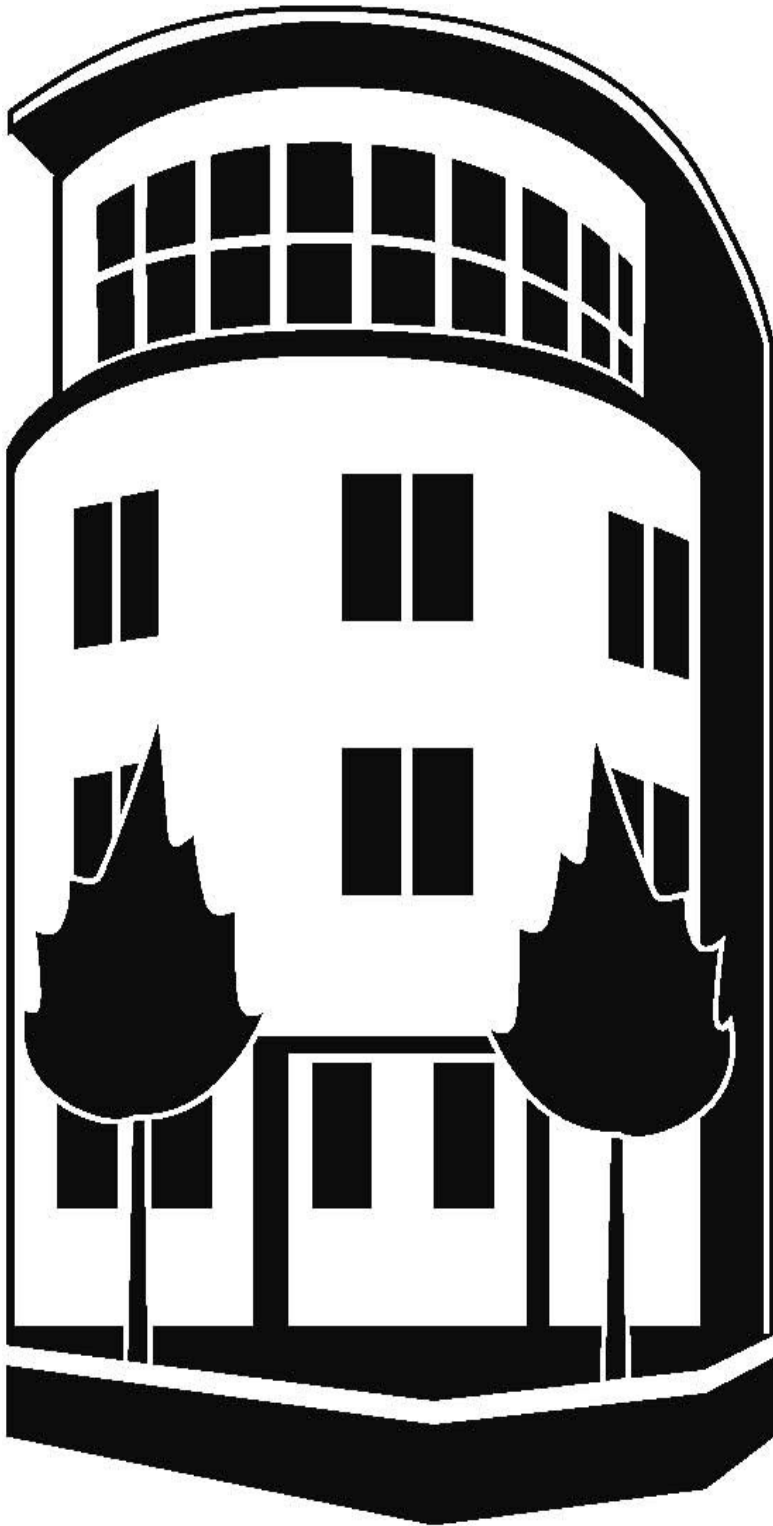


# Stadtteilzentrum im Turm

## PROGRAMM Januar 2026



**Kontakt und  
Begegnung  
in Karow**

**albatros  
social**



# **BERATUNGEN UND SPRECHZEITEN**

Zu unseren Beratungen und Veranstaltungen sind **alle Menschen**  
herzlich willkommen

---

**ALBATROS** gemeinnützige Gesellschaft für soziale und gesundheitliche Dienstleistungen mbH

**Sprechzeiten, Beratung, Information vom Stadtteilzentrum im Turm**  
**Dienstags von 14 bis 17 Uhr, mittwochs und freitags von 10 bis 13 Uhr**  
**Tel siehe unten**

## **Anlaufstelle für Willkommenskultur**

**Zainab Al Sairafi und Collin Dwamena unter Tel.943 800 98**  
**Terminvergabe für Beratungen**

**Beratung vom Jobcenter Pankow – am 1.Donnerstag von 10 bis 12 Uhr**  
**nur auf Einladung**

**Mieterberatung der GesoBau AG am ersten Mittwoch ab 17 Uhr**

**Mieterberatung der Berlinovo am dritten Mittwoch ab 17 Uhr**

**Rentenberatung Versichertenältester der DRV Hr Bormann**

**Donnerstag, 13.01.von 15 bis 18 Uhr**

**Pflegestützpunkt Berlin Pankow(Beratung, Info Rund um Pflege/ Wohnen)**  
**immer am 2. und 4. Mittwoch i. M. von 13 bis 16 Uhr im Bucher Bürgerhaus**

---

**Stadtteilzentrum im Turm**

**ÖFFNUNGSZEITEN: MONTAG BIS FREITAG ab 9.30 Uhr**

**Busonistraße 136 • 13125 Berlin Tel: 943 80 097 • Fax: 943 80 099**

**E-mail: derturm@albatrosggmbh.de**

**Annedore Dreger , Irene Sang und Thomas Schneider für STZ**

**Zainab Al Sairafi und Collins Dwamena ( Willkommensprojekt)**

**Das Stadtteilzentrum wird vom Bezirksamt Pankow von Berlin,**

**Amt für Soziales und Gesundheit gefördert.**

**Sowie dem Bundesprogramm Soziale Teilhabe am Arbeitsmarkt nach §16i Zweites Buch**  
**(SGB II)**



# Veranstaltungen & Begegnung

**Kiezzrunde**  
**10 bis 12.00 Uhr**



- 06.01.Neujahrsempfang
- 13.01.Präventionsteam der Polizei
- 20.01. Alt & Jung Projekt Sonay
- 27.01.Abschiedsrunde & Neubeginn

**der schöne  
Nachmittag**

- **Donnerstag 08. & 22.01. um 14 Uhr**  
Gemeinsam und nicht einsam

**Sonntagszeit**

- **Sonntag,11. & 25.01. ab 14 Uhr**  
mit Ingrid

**Singen im Chor**  
*TurmTöneKarow*  
mit Maria am Klavier

- **montags von 10.30 -12.00 Uhr**  
**in der Musikschule Buch**

**Rentenberatung**  
VÄ Michael Bormann

- **Donnerstag, 08. Januar**  
**von 15 bis 18 Uhr**  
mit Anmeldung unter **949 30 87**

**Lesekreis-**  
der literarische Abend

- **Dienstag,13.01. um 17Uhr**  
Buchbesprechung  
Die Brücke über die Drina von Ivo Andric

**Lerntreff Karow**

- **mittwochs von 12.30 bis 15.30 Uhr**  
lesen, schreiben, unterhalten , lernen- Für  
Menschen mit geringen Grundbildungskennntnissen

**Bastelzeit**

- **Freitag, 23.01. ab 14 Uhr**  
kreativ sein mit Silvia

**Ausstellung**

- „Risse“ von Sigrid Engelbrecht  
**Besichtigung zu den Öffnungszeiten**

**Nähen mit Johanna**

- **Mittwoch, 14. & 28.01.ab 10 Uhr**  
nähen, reparieren, lernen bitte mit Nähmaterialien  
Wir bitten euch , sich bei Johanna unter  
**015201771948** anzumelden, ansonsten entfällt das  
Angebot

# HOBBY & BILDUNG

|   |   |
|---|---|
| <b>Skatrunde</b>  | ● dienstags um 14 Uhr   |
| <b>Handarbeit</b><br><b>Fäden der Solidarität #161</b>                            | ● jeden Mittwoch 10.00 – 12.00 Uhr<br>● samstags von 16 bis 20 Uhr /Vanessa |
| <b>Kreativnachmittag</b><br>mit Gisela Koch                                       | ● Freitag, 09.Januar ab 14 Uhr  |
| <b>Sprechstunde Kulturleben e.V.</b>  | ● Freitag, 23. Januar von 12 bis 14 Uhr Anmeldung                           |
| <b>Spielegruppe</b> Rommecub<br>offener Treffpunkt                                | ● freitags von 10 bis 12 Uhr<br>● donnerstags, 15.01. & 29.01. um 14 Uhr    |
| Smartphone & Tablet<br>Laptop mit Sabine Hübner                                   | ● donnerstags & freitags<br>nur mit Anmeldung                               |
| <b>Englisch Konversation</b>  | ● Mittwoch, 14. 01. um 16 Uhr<br>mit Barbara Hoefener                       |
| <b>Englisch f. Anfänger</b><br><b>Französisch f. Anfänger</b>                     | ● Montag, 16.45 bis 17.45 Uhr<br>Montag, 18 -19.30 Uhr                      |
| <b>Abholstation SoLawi</b><br>Solidarische Landwirtschaft<br>Spörgelhof b. Bernau | ● mittwochs ab 16.30 Uhr<br>Frisches Gemüse für Mitglieder                  |
| <b>Schreibgruppe -</b><br>die Wortakrobaten                                       | ● Dienstag, 06. Januar ab 16.30 Uhr mit Dolores Pieschke                    |
| <b>Gartenklub</b>   | ● am ersten Freitag i.M. ab 15 Uhr  |
| <b>Treffen afrikanischer Mütter mit Adolphine</b>                                 | ● montags ab 10 Uhr Welcome !   |

# SPORT UND BEWEGUNG

## Sitztanz

- **jeden Montag von 14 bis 16 Uhr**  
Gespräche, Kaffee, Gymnastik im Sitzen mit Ulla

## VHS Kurs: Pa3016F

### Sanfte

### Ganzkörpergymnastik

08.01.-19.03.26, **\*\*Do,**

18.30-20.00 Uhr\*, **10**

Termine, **20 UE (kein**

Unterricht in

den Ferien)

**39,50 € (ermäßigt )**

### ● Sanfte Ganzkörpergymnastik\*

Sie bauen schonend Ihre Muskeln auf und halten dadurch Ihren Körper fit.

Außerdem wird Ihre körperliche Leistungsfähigkeit gestärkt und das Herz-

Kreislauf-System verbessert. Damit Sie rundum fit und gesund bleiben oder

gezielt abnehmen, werden Bauch, Beine, Po und Rücken schonend trainiert. Die

Kurstunde beginnt mit einem Warm-up und endet mit Entspannungs- und

Dehnungsübungen. Das richtige Ganzkörperprogramm, um sich rundherum wohl zu fühlen.

Kursleitung: Pascal Hübscher

Anmeldung über die VHS Pankow

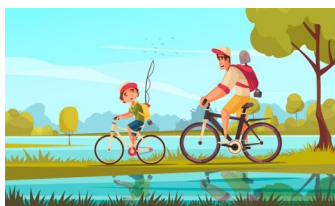
<https://www.berlin.de/vhs/volkshochschulen/pankow/service/anmeldung-und-beratung/>

## Seniorengymnastik



- **donnerstags um 10 Uhr mit Heidi im Turm**

## Radwandergruppen



- **Gruppe 1:** im Winter wandert  
die Gruppe mittwochs  
**Gruppe 2:** geht in die Winterpause

## **Die Kulturvermittler**

Der gemeinnützige Verein vermittelt seit 15 Jahren kostenfreie Eintrittskarten

für Kulturveranstaltungen an Menschen mit geringem Einkommen. In Karow regelmäßig

\*jeden 4. Freitag im Monat von 12.bis14 Uhr im Turm

Ehrenamtliche Mitarbeitende von KulturLeben stehen für Sie bereit und informieren Sie unverbindlich über das Angebot. Wieder am 23. Januar!



**KulturLeben**  
*Berlin*

### **All die guten Neujahrsvorsätze.....**

Jedes Jahr beginnt mit gut gemeinten Vorsätzen für das neue Jahr. Was haben Sie sich vorgenommen und wollen Sie sich dabei unterstützen lassen ? Dann besuchen Sie uns zu den Sprechzeiten, vielleicht haben Sie eine Idee, die Sie hier - im Programm - nicht wiederfinden ?

Kommen Sie einfach vorbei, wir nehmen uns Zeit.

Dienstag, Mittwoch oder Freitag ?



### **Kreativ ins neue Jahr starten? Perfekt !**

**Freitag, 23.Januar ab 14 Uhr**

**mit Silvia Lamaison**

**Aus einfachen Materialien Schönes basteln**

**Die Ideen und Materialien bringt Silvia mit.**

**In netter Runde kreativ sein und  
gemeinsam und nicht einsam !**

**Wenn ihr dabei sein wollt- meldet euch an.**

**Wir freuen uns auf euch.**



---

**Was ist neu ab 2026 ? Wir bekommen eine neue Kollegin. Irene Sang beginnt am 5.Januar ihren Dienst im Stadtteilzentrum, da Annedore Dreger zu Ende Januar das Stadtteilzentrum nach langjährigem Dienst verlassen wird. Herzlich willkommen !**