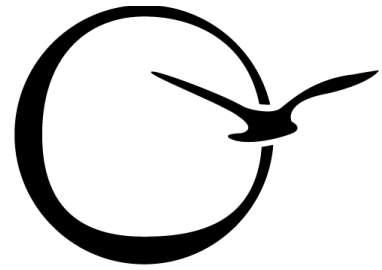
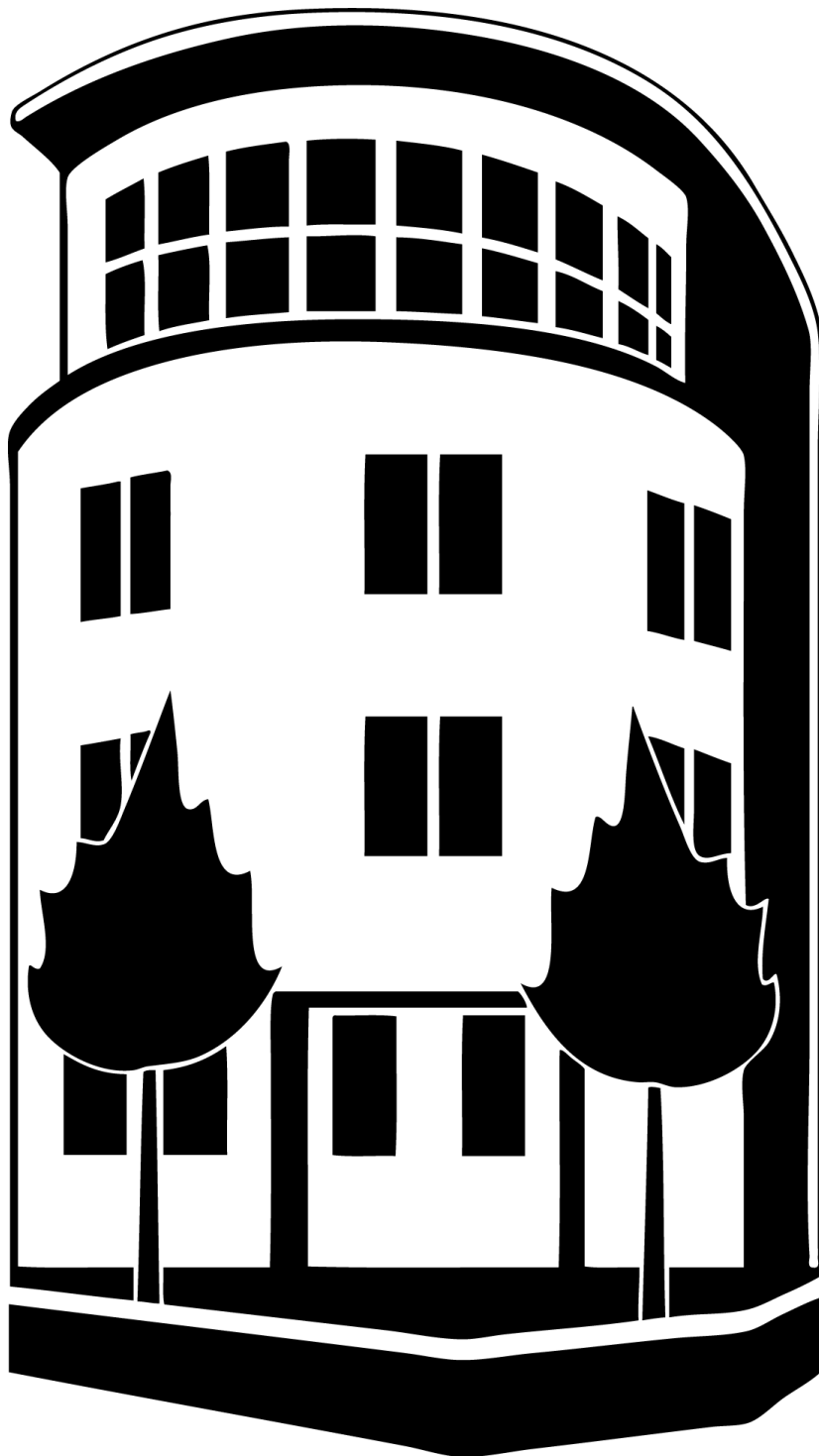


**Stadtteilzentrum im Turm
PROGRAMM März 2023**



ALBATROS gGmbH

Kontakt und Begegnung in Karow

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
Ab 04.01. bis 25.01. findet keine Sprechstunde statt ab 27.01. von 10 bis 13 Uhr

Anlaufstelle für Willkommenskultur Mo - Fr 10 -16 Uhr
Elke Heller und Irene Sang für African Mammi unter Tel.943 800 98
Terminvergabe für Beratungen

Rechtsinformation mit RA Welzel FA f.Familienrecht
am 1.Donnerstag im Monat / ab 15 Uhr **nur** mit vorheriger Anmeldung
am 02.März ab 15 Uhr

Rentenberatung Versichertenältester der DRV Hr Bormann
Am 09.März von 15 bis 18 Uhr

Sprechstunde des KOB (Kontaktbereichsbeamter der Polizei) für Karow
Am Donnerstag,30.März ab 18 Uhr

Sozialberatung der Immanuel Beratung für Karow und Buch im Bucher
Bürgerhaus - immer am zweiten Montag i.M. von 13 bis 15 Uhr
Nur mit Anmeldung: 030 41 72 24 57

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 ; Elke Heller (WIKO) und Irene Sang Afric.Mammies
Das Stadtteilzentrum wird vom Bezirksamt Pankow von Berlin, Amt für
Soziales und Gesundheit gefördert.

VERANSTALTUNGEN

Kiezzrunde
10 bis 12.00 Uhr

- 07.03. Vorbereitung mit dem PräVteam
- 14.03. *Hoch leben die Frauen* mit Wippi
- 21.03. ab 14 Uhr in der Bibliothek
- 28.03. mit Frau Zschieche in die Spitzberge bzw. in die Bibliothek

**der schöne
Nachmittag**

- **donnerstags um 14 Uhr
am 16.03 und 30.03.**
„gemeinsam und nicht einsam“

Sonntagszeit

- **Sonntag, 26.März ab 14 Uhr**
mit Ingrid

Singen im Chor
TurmTöneKarow

- **montags von 10.30 -12.00 Uhr**
Musikschule Buch/ Karow
Mitsänger/Innen gesucht

Rentenberatung

- **Do 09.März von 15 bis 18 Uhr**
nur mit Anmeldung unter **949 30 87**
beim VÄ Michael Bormann

KOB für Karow
Sprechstunde im Turm

- **Do 30.März ab 18 Uhr**
mit Rainer Wiethölter
Senioren können auch kleine Anzeigen aufgeben
welches Karower Anliegen haben Sie ?

**Rechtsinfo &
Sprechstunde
mit der RA Christina
Welzel**

- **Do 02.März ab 15 Uhr**
Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen
Beratungstermin.

**Ausstellung von
Sabine Hübner**

- **Lebensfreude & lebensfroh**
Fotos von Sabine Hübner

Fotogruppe

- **am Die 07.03. um 19 Uhr**
mit Dirk Bartsch - Fotograf

HOBBY/ BILDUNG

- Skatrunde** ● dienstags um 14 Uhr
- Handarbeit** ● jeden Mittwoch 10.00 – 12.00 Uhr
Stricken Häkeln & Erfahrungsaustausch
- Kreativnachmittag** ● Freitag, 10. März
von 14 bis 16 Uhr
- Nähkurs** ● Start ab 15. März um 18 Uhr
mit Elke Neumann Höch
- Spielegruppe** ● freitags von 10 bis 12 Uhr
- Smartphone & Tablet
Laptop** ● montags & freitags 10 bis 12 Uhr
Bitte melden Sie sich an
- Englisch Konversation** ● Mittwoch, 15.03. und 29.03.
ab 16 Uhr
- Englisch f. Anfänger
Französisch f. Anfänger** ● montags von 16.45 bis 17.45 Uhr
● montags von 18-19.30 Uhr
- Schach** Wir suchen noch Schachinteressierte
● für mittwochs
- Schreibgruppe
die Wortakrobaten** ● Dienstag, 07.03. ab 17 Uhr
mit Dolores Pieschke
- Gartenklub** ● Freitag, 03.03. ab 15 Uhr
gemeinsam mit den Heinersdorfern

SPORT UND BEWEGUNG

Sitztanz

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

Wandern in und um Karow

- **wir suchen TeilnehmerInnen und jemand, „der den Hut aufhat“**
Bewegung an der frischen Luft tut gut
Am Donnerstag, dem 2.März
ab 10 Uhr vom Turm

Seniorengymnastik

- **mittwochs ab 10 Uhr im KBZ**
Achillesstr.53
Anleitung Heidi Pillatzki

Radwandergruppe

- **diese Gruppe geht in die Winterpause bis März 2023**

Radeln ins Umland

- **diese Gruppe geht in die Winterpause bis März 2023**

Tipp

Bewegung im Bezirk
die Gruppe freitags an den
Karower Teichen
trainiert im Innenbereich:

Im Bucher Bürgerhaus

Trainings-Termine:

01.12.2022–31.03.2023

Jeden Montag: 11:30–13:00 Uhr

Jeden Mittwoch: 12:00–13:30 Uhr

neue Gruppe im Turm

Zwei erfahrene Fotofans laden Freunde der Fotografie zu einem künftigen Austausch im Turm ein. Zeit zum Austausch, fachsimpeln, Fotoausflüge oder dass was sich die Gruppe wünscht - soll hier Raum finden. Schauen Sie doch einfach am Dienstag, dem **7.März um 19 Uhr** vorbei.



Es freut sich auf Sie als Ansprechpartner Dirk Bartsch



**Liebe Nachbarn, wenn Sie Ideen, Lust haben etwas mit anderen zu tun , ein Hobby zu teilen, gemeinsam die Karower Umgebung zu erkunden, melden Sie sich bei uns wir helfen gern !
Wir hatten schon einmal**

versucht, einen Lesekreis zu gründen - gemeinsam ein Buch lesen und sich austauschen ?

Mit der Selbsthilfe in Buch wollen wir den guten Stammtisch gründen, der im Wechsel in Buch oder Karow stattfinden wird, hier geht es um Nachhaltigkeit. Willkommen bei uns !

Unsere Spendenstation für die Karower Nachbarschaft

Nach Absprache mit dem Personal können Sie gern NachbarInnen durch Ihre Spende helfen

