

## Mobil im Alter [2]

### Senioren-Treffpunkte in Berlin

Der DSTG-Seniorenbeirat Berlin nimmt speziell im Hinblick auf die Interessen älterer Kolleginnen und Kollegen und Pensionärinnen/Rentnerinnen und Pensionären/Rentnern der Berliner Steuer-verwaltung eine beratende und unterstützende Funktion wahr. Aktiv und mobil im Alter hält Körper und Geist fit. Sport, Kultur, Kunst, Bildung, Kreativität, aber auch Technik, Information und Gesellschaft schaffen Raum für Teilhabe, für Begegnung und zum Knüpfen sozialer Kontakte auch außerhalb der Gewerkschaft. Es ist nie zu spät, um als Seniorin oder Senior die digitale Technik niedrigschwellig auszuprobieren und zu erlernen; spezielle Angebote für Ruheständler werden in den Bezirken angeboten. Der Seniorenbeirat möchte DSTG-Mitglieder bestärken, die digitale Technik als persönliche Bereicherung zu sehen, um sich in der zunehmend digitalisierten Welt eigenständig zurechtzufinden.

Im DSTG-Senioren-Info 2/25 erhalten DSTG-Mitglieder Hinweise für Freizeitaktivitäten für Ruheständler. Berliner DSTG-Seniorinnen und Senioren haben vielfältige Möglichkeiten, aktiv zu sein und einander zu helfen. Die Bezirke bieten ein breites Angebot an mit Treffpunkten, Freizeitaktivitäten und Begegnungsstätten mit regelmäßigen Veranstaltungen verschiedenster Art. Über freie Träger oder eigene bezirkliche Organisationen innerhalb und außerhalb von Senioreneinrichtungen haben Ruheständler eine Auswahl zur Freizeitgestaltung in Berlin.

#### 1. Voraussetzungen

Die bezirklichen Angebote richten sich an Menschen ab 60 oder 65 Jahren, sind oft offen für Interessierte in ähnlichem Lebensabschnitt. Viele Aktivitäten sind kostenlos oder sehr günstig, da sie vom Land oder sozialen Trägern wie der AWO, dem DRK oder lokalen Bezirksämtern gefördert werden.

#### 2. Digitale Angebots- und Informationsplattform „Senioren-Netz Berlin“

Das digitale Senioren-Netz Berlin ist ein Projekt des AWO Landesverbandes Berlin e.V. und beinhaltet Aktivitäten sowie Informationen um das Thema Alter(n) in Berlin. Gefördert von der Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege unterstützt das Seniorennetz durch analoge und digitale Angebote für ältere Menschen, digitale Technik niedrigschwellig auszuprobieren, zu erlernen und sich auch in der digitalisierten Welt eigenständig zurechtzufinden. Das Senioren zeigt auf einer digitalen Karte, nach Berliner Bezirken und Themenkreisen gefiltert, Freizeitstätten für Seniorinnen und Senioren an.

#### 3. Begegnungsangebote in den Berliner Bezirken

Das Angebot für Seniorinnen und Senioren ist in den Berliner Bezirken teilweise breit gefächert; bisweilen werden halbjährliche Broschüren oder Flyer herausgegeben.

- /// Bildungsangebote für Senioren: Sprachkurse; [Computerkurse](#)
- /// [Sportangebote für Senioren](#): Gymnastik; Tanz; Wandern; Spaziergänge
- /// Geselligkeit: Nachbarschaftscafés; Spiele-Nachmittage; Ausflüge
- /// kulturelle und künstlerische Angebote: Theatergruppen; Mal- und Bastelkurse
- /// soziale Angebote und Beratungen: Ehrenamt; Rentenberatung; Pflegeberatung
- /// Begegnungsangebote und Festveranstaltungen

● **Charlottenburg-Wilmersdorf**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: [Seniorenfreizeitstätten – 60plus - Das BA-Portal für Senioren](#)



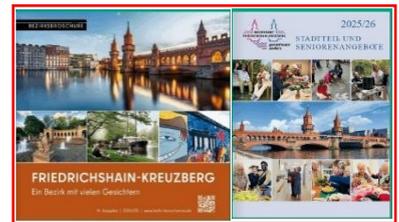
- Seniorenclub [Herthastraße](#), Herthastr. 25, 14193 Berlin, ☎ 030 8917295;  
Theatergruppe, Sommerfeste, Musiknachmittage
- [Seniorenclub Wallotstraße](#), Wallotstraße 4, 14193 Berlin, ☎ 030 8241121;  
Singkreis, Sitztanz, Operettennachmittage

● **Friedrichshain-Kreuzberg**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: [Seniorenfreizeitstätten - Treffpunkte und Begegnungsstätten](#)



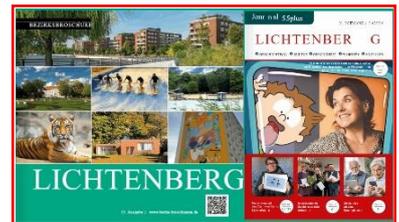
- Begegnungsstätte Lebensfreude, Kadiner Straße 1, 10243 Berlin, ☎ 030 21237083;  
Handarbeitsgruppe, Spielenachmittag, Chor, Gymnastik, Wandern, Literaturcafé, Gedächtnistraining.

● **Lichtenberg**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: Senioren [aktiv in Lichtenberg](#)



- Kommunale Begegnungsstätte „Ruschestraße 43“, 10367 Berlin, ☎ 030 5592381;  
Kreativangebote, generationsübergreifende Projekte
- Begegnungsstätte Ribnitzer Str. 1 b, Treff der fröhlichen Hechte, 13051 Berlin, ☎ 030 9297168;  
Gesprächsgruppen, Ausflüge, Gymnastik, Kulturveranstaltungen

● **Marzahn-Hellersdorf**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: [Senioren Service Büro](#)



- Seniorenfreizeitstätte d. Volkssolidarität e. V., Am Friedrichshain 15, 10407 Berlin, ☎ 030 4254821,  
Träger mit mehreren Angeboten in Marzahn-Hellersdorf
- AWO Stadtteiltreff Hellersdorf-Nord: Kastanienallee 53, 12627 Berlin, ☎ 030 99 39 079;  
Ein Treffpunkt mit vielfältigen [Angeboten](#) wie Kiezfrühstück, Spielvormittagen, Ausflügen.

● **Mitte**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: [Treffpunkte](#) und Angebote für Seniorinnen und Senioren



- AWO Freizeitstätte Club Tiergarten (Moabit), Turmstraße 71, 10551 Berlin, ☎ 0172 1773782;  
Englischkurse, Tanzgruppen, Spielrunden, Chorgruppen
- [Paul-Gerhardt-Stift zu Berlin](#), Müllerstraße 56-58, 13349 Berlin, ☎ 030 45005131;  
Computer-Treff für Ältere, jeweils am Donnerstag 15:00 bis 16.30 Uhr, 1,-- € pro Termin

○ **Neukölln**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: Seniorenfreizeitstätten – Angebote und [Einrichtungen](#)

Regelmäßige Veranstaltungen, u.a. Ausflüge in Berlin und ins nähere Umland; Spielenachmittag; Internet-Café; PC- und Handykurse



- [Seniorenfreizeitstätte Bruno Taut](#), Fritz-Reuter-Allee 50, 12359 Berlin, ☎ 030 54715504; kreative Kurse, Gesprächsrunden und ein abwechslungsreiches [Wochenprogramm](#)
- [Seniorenfreizeitstätte Alt-Rudow](#), Alt-Rudow 60A, 12355 Berlin, ☎ 030 29036885; Gesprächsrunden, Spielnachmittage, Ausflüge

○ **Pankow**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: Seniorenfreizeitstätten – [Seniorenservice](#) /Soziale Angebote

Ruheständler können sich in den kommunalen [Begegnungsstätten](#) in Prenzlauer Berg, Niederschönhausen und Wilhelmsruh treffen und miteinander bei einer Tasse Kaffee über aktuelle Themen austauschen, gemeinsamen Aktivitäten nachgehen oder an verschiedensten Veranstaltungen oder weiterbildenden Workshops teilnehmen (u. a. Tanzen, Seniorenuniversität, Wandergruppen, Busreisen, Dampferfahrten, Kulturveranstaltungen, Mal- und Zeichenkurse).



○ **Reinickendorf**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: Seniorenfreizeitstätten - [Angebote](#) für Senioren

- [Seniorenfreizeitstätte Hermsdorf](#), Berliner Straße 105–107, 13467 Berlin, ☎ 030 4044028; familiäre Atmosphäre und kreative Gruppenangebote.
- [Seniorenfreizeitstätte Heiligensee](#), Alt-Heiligensee 39, 13503 Berlin, ☎ 030 4312939; ruhiger Ort für Austausch, Bewegung, Lernen.
- [Seniorenfreizeitstätte Alt-Tegel](#), Alt-Tegel 43, 13507 Berlin, ☎ 030 4331202; Direkt am Wasser gelegen, entspannte Nachmittage und kulturelle Veranstaltungen
- [Treffpunkt Freizeitclub Lübars](#), Am Vierrutenberg 2, 13469 Berlin, ☎ 030 4024485; regelmäßige Veranstaltungen, Ausflüge, Kurse.



○ **Spandau**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: Seniorenfreizeitstätten und [öffentliche Senioreneinrichtungen](#)

[Veranstaltungskalender](#) u. Broschüre „Aktiv älter werden in Spandau“

- [Seniorenklub Lindenufer](#), Mauerstraße 10A, ☎ 030 36286799; Tanzveranstaltungen, Computerkurse und offenes Internet-Café.
- [Seniorenklub Südpark](#), Weverstraße 38, ☎ 030 36286799; Ü60-Tanzpartys, Trommelkurse, Spaziergänge und ein Internet-Café.
- [Seniorentreff Neuland](#), Sprengelstraße 15, ☎ 030 90279611; Kurse wie „Neuland – 60 plus“ und „Neuland – 70 plus“ für den Einstieg in den Ruhestand.



○ **Steglitz-Zehlendorf**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: Seniorenfreizeitstätten - [Hinweise für ältere Menschen](#)

Übersicht der [Freizeitstätten](#) und [Gruppenangebote im Bezirk](#)



- ❑ Freizeitstätte Süd, Am Teltower Damm 226, ☎ 030 84507760;  
Tanzen im Sitzen, Chorgruppen, kreative Schreibgruppen, Gartengruppen.
- ❑ DRK-Seniorenbegegnungsstätte Schlangenbader Straße;  
Ort für Austausch, Beratung und Gruppenaktivitäten – geöffnet ab Montag 12:00 Uhr.
- ❑ Hans-Söhnker-Haus (ehemals Club Steglitz), Selerweg 18–22, ☎ 030 39501418;  
Kulturveranstaltungen, Tanznachmittage, Literaturkreis, Malgruppe, Pool-Billard, Gartenbereich.

○ **Tempelhof-Schöneberg**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: [Seniorenfreizeitstätten](#) u. Nachbarschaftstreffpunkte



In allen Ortsteilen gibt es Möglichkeiten, sich mit anderen Menschen zu unterhalten, Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen und Freunde zu gewinnen. Senioren können den Hobbys nachgehen oder sich beim Handwerken oder Kartenspielen entspannen.

- ❑ Seniorenfreizeitstätte Sorgenfrei, Markgrafenstraße 10 (Mariendorf); abwechslungsreiches Programm in gemütlicher Atmosphäre. Geöffnet ab Montag 09:00 Uhr.
- ❑ Seniorenfreizeitstätte Stierstraße, Stierstraße 20A (Friedenau) ☎ 030 22500803;  
kulturelle Veranstaltungen, Gesprächsrunden u. kreative Gruppenangebote.
- ❑ Seniorenclub Am Mühlberg, Am Mühlberg 12 (Schöneberg) ☎ 030 85071177;  
offene Treffs, Bewegungskurse und digitalen Hilfsangebote.
- ❑ Seniorenfreizeitstätte Mireille Mathieu, Boelckestraße 102 (Tempelhof) ☎ 030 902778756;  
Sport, Spiele, digitale Unterstützung, rollstuhlgerecht (Mo - Fr vormittags u. nachmittags).

○ **Treptow-Köpenick**

BA: [Bezirksbroschüre](#)

BA: [Ratgeber für Senioren](#)

BA: Seniorenfreizeitstätten – [Freizeitangebote](#)



Die kommunalen Kiezklubs in Treptow-Köpenick bieten allen Menschen generationsübergreifend und interkulturell die Möglichkeit, sich selbstbestimmt zu engagieren und ihren Interessen nachzugehen. Angebote wie Kultur, Kunst, Bildung, Information, Sport, Kreativität und Gesellschaft schaffen Raum für Teilhabe, für Begegnung und soziale Kontakte. Neben den Seniorenfreizeitstätten gibt es [13 eigenständige Seniorengruppen](#), deren Gruppenleitung aus gewählten Mitgliedern der Gruppe besteht, die nicht Angehörige bezirklicher Dienststellen oder Mitglieder freier Wohlfahrtsverbände sind.

- ❑ Johanniter-Stift Berlin-Johannisthal, Straße am Flugplatz 46;  
Seniorenzentrum mit Freizeitaktivitäten und Pflegeangeboten. Geöffnet ab Montag 08:00 Uhr.
- ❑ Haus der Generationen „Villa offensiv“, Hasselwerder Straße 38–40, ☎ 030 63902586;  
generationsübergreifende Angebote, Theatergruppen u. kreative Werkstätten
- ❑ Senioren-PC-Gemeinschaft Köpenick, TjP e. V., Lobitzweg 1;  
Einstieg in digitale Themen – montags 15:00–16:30 Uhr
- ❑ Seniorenfreizeitstätte Haus Seeblick (AWO), Müggelseedamm 244, 12587 Berlin, ☎ 030 – 64 51 945