

August 2026

Montag

9:00–12:00 Uhr

Sprechstunde für Alleinerziehende
(3., 24. & 31.8., inkl. 24.8.)

Bewerbungscafé für AE)

13:00–15:00 Uhr

Freizeitangebote für und von
geflüchtete/n Frauen

Dienstag

10:00–13:00 Uhr

Strickclub

10:00–13:00 Uhr

Mehr lernen? (25.8.)

14:00–15:00 Uhr

Englisch Grundkenntnisse (4. & 25.8.)

-Singekreis macht SOMMERPAUSE-

15:30–16:30 Uhr

Singen mit Moni und Gitarre im
Garten (4. & 25.8.)

Mittwoch

10:00–13:00 Uhr Nähgruppe
(12. & 26.8.)

10:15–11:15 Uhr Frauensportgruppe
"proBeweglich"

(Pflegeheim Domicil, Gotlindestr. 51)

14:00–15:00 Uhr Stressbewältigung
und Achtsamkeit (12. & 19.8.)

NEU 18:00–20:00 Uhr

Meine Atemreise 📞 📧

(mit Anmeldung)

Donnerstag

13:00–15:00 Uhr

Monis Sprechstunde 📞 📧

Individuelle Gespräche zu Hilfen im
Alltag (mit Anmeldung)

17:00–18:30 Uhr

Sprachcafé

Freitag

13:30–15:00 Uhr

Smartphonesprechstunde
(7.8. & 21.8.)

14:00–14:45 Uhr

Yoga mit Katrin (Yoga für Frauen*)

Samstag

15:30–18:00 Uhr Reiki mit Vansika

Anmeldung: 📧 📞

info@purnamsadhana.com (EN/DE)

+49 15175794044 (EN)

Anmeldung:

📞 0176 45264074 oder

📧 frauentreff.undine@
vav-lichtenberg.de

 @frauentreff.undine

Beratungsangebote im Kieztreff UNDINE mit Terminvergabe:

Mieter:innenberatung:

Dienstag 14:00–17:00 Uhr

Donnerstag 15:00–17:00 Uhr

Anmeldung unter:

☎ 030 2934310

Rentenberatung: 13. & 27.8.

mit Herrn Schneider

Deutsche Rentenversicherung Bund.

Anmeldung unter:

☎ 01708119355

Mittwoch, 12.8., 18:00–19:30 Uhr

Selbsthilfegruppe Autismus

Anmeldung:

✉ shg.lichtenberg.as@gmail.com

Klangbad Freitag, 21.8.26 11:00 Uhr

Anmeldung:

✉ kieztreff.undine@vav-lichtenberg.de

NEU 13:00–15:00 Uhr am 4. & 18.8.

Job Coaching (Pegasus)

NEU 10:00–12:00 am 20.8.

Jobcoaching

Kontakt:

Hagenstr. 57 | 10365 Berlin

S- und U-Bahnhof Lichtenberg |

Ausgang Siegfriedstraße

S-Bahn: S5, S7 | U-Bahn: U5 |

Tram: 21, 37 | Bus: 240, 256

Wir sind eine barrierearme

Einrichtung. Eine Rampe ist vorhanden.

Monika Maas | Leitung

☎ Tel: 030 577994 10 oder -11

✉ frauentreff.undine@vav-lichtenberg.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag 10:00–18:00 Uhr

Freitag 10:00–14:00 Uhr

und nach Vereinbarung

**Wir suchen immer Ehrenamtliche,
die unsere Projekte unterstützen.**

Vielleicht haben Sie eine Idee für eine neue Gruppe? Möchten Sie gerne Ihr Wissen an andere vermitteln? Melden Sie sich gerne!

Träger: Verein für aktive Vielfalt e.V.

WIR FREUEN UNS ÜBER SPENDEN

Spendenkonto: Verein für aktive Vielfalt e.V.

Verwendungszweck: Frauen*treff UNDINE

IBAN: DE91 3702 0500 0003 2154 02

BIC: BFSWDE33XXX



Frauen*treff
UNDINE

August 2026

Unter einem Dach –
miteinander
füreinander da sein.

