

Treffpunkt Wuhletal im September 2021

Monatsprogramm der KBS und des BEW

Ort: Dorfstr. 46-47 , 12621-Berlin

Tel.: 030/ 565 995 949

Mail: kbs@wuhletal.de

www.wuhletal.de



Anfahrt: U5 oder S5 (U&S-Bhf. Wuhletal oder S-Bhf. Kaulsdorf) Bus 164, 191, 398

Bitte Termin vereinbaren, wenn Sie/Ihr erstmalig zu uns kommt.

Imbissangebot Food to go !

Di, Do : ab 11.30 Uhr Erhalt der Speisen:
auf der Terrassenseite



Achtung:

1. Mund - und Nasenschutz erforderlich
2. Abstandsregeln sind zu beachten

Wir weisen auch auf die Angebote der Krankenhauskirche im Wuhlgarten hin.

Das Cafe der Stille ist täglich von 14.00 bis 16.00 Uhr geöffnet.

Bitte informieren Sie sich zu den jeweils aktuellen Hygienebestimmungen vor Ort.

Beratung in der KBS mit tel. Anmeldung unter 030/565995949

 Angebote zum Mitmachen	Montag	10.00-11.00 Uhr	Progressive Muskelentspannung im Gruppenraum		X
		10.00-12.00 Uhr	Korbflechten		X
		13.30-15.30 Uhr	Sport im Elixia Hellersdorf oder Nordic Walking		X
	Dienstag	10.00-11.00 Uhr	Bodypercussion (am 21. und 28.9.2021)		X
		10.00-12.00 Uhr	TÖPFERWERKSTATT (14-tägig)		X
	Mittwoch	10.00-12.00 Uhr	Kreatives Gestalten immer am 1. Mittwoch im Monat		X
		10.00-11.30 Uhr	Achtsamkeitstraining		X
		12.00-13.30 Uhr	Assoziatives Zeichnen		X
	Donnerstag	10.00-11.00 Uhr	Gedächtnistraining in der Dorfstr. 46		X
		10.00-12.00 Uhr	Interessengruppe MALEN		X
		10.00-11.00 Uhr	Bauch-/ Rückentraining		X
		13.00-15.00 Uhr	Holzwerkstatt (14-tägig)		X
		17.00-19.00 Uhr	Theatergruppe :		X
	Freitag	10.30-11.30 Uhr	Qigong Gruppe		X

Erklärung:

○ offen

X Anmeldung pers. oder tel. erforderlich

Achtung: Am 2. September bleibt die KBS geschlossen

Aktionen zum Teilnehmen	7.09.2021	10.00 Uhr	Besuchervollversammlung im KBS Garten
	8.09.2021	10.00 Uhr	Gärten der Welt EA 4€ Treff 10Uhr Eingang Kienberg
	15.09.2021	10.00 Uhr	Kletterpark Strausberg Treffpunkt KBS

Vorschau & Hinweise	20.10.2021	10.00 Uhr	Wanderung (Details werden noch bekanntgegeben)
	Achtung: Änderungen vorbehalten		

-- Dinge, die man im Herbst machen kann --


Farbenpracht der Natur bewundern
einen Tanzkurs belegen
sich mit jemanden anfreunden, der ein Solarium hat
aus Kastanien und Eicheln etwas basteln
Herbstputz der eigenen vier Wände
Kartoffeln einlagern
Nachtspaziergang im Wald mit Taschenlampe
Äpfel oflücken
Entdeckungstour durch die Stadtbibliothek machen

einen Mondspaziergang machen
Kürbissuppe kochen
 Stadtbesichtigung
 spritzend durch Regenpfützen stapfen
leckeren Zwiebelkuchen genießen
 einen Drachen steigen lassen
bunte Laubblätter sammeln
 eine Kunst-Ausstellung besuchen
 Spaziergang durch den Wald machen
 eine Zirkusvorstellung besuchen
 eine Musical-Aufführung besuchen
 mit den Füßen Laub aufwirbeln
Apfelkompott machen
 eine Feuerschale anzünden
 Pilze im Wald sammeln
 Regenschirm aufspannen
Marmelade einkochen
 Stiefel anprobieren
 einen Beauty-Tag einlegen
Zwetschkuchen essen
 (Herbst-) Gedichte lesen
 durch das Fenster dem prasselnden Regen lauschen
 Gesellschafts-Spielesammlung hervorholen
 sich den Wind um die Nase wehen lassen

einem Laubspaziergang machen
 dem Laubrascheln zuhören
 ein Buch auf einer Parkbank lesen
 einsam durch den Nebel wandern
 im Familienalbum stöbern
Nüsse auflesen
 erste Hilfe Kurs machen
 Sternschnuppen beobachten
 Wohnung entrümpeln
 Herbstsonne genießen
 eine Herbst-Dinner-Party veranstalten
Wintersachen raussuchen
 Sternenhimmel beobachten
Vogelhaus bauen
Garten winterfest machen
 Sommersachen verstauen
Heizung überprüfen
 ein Krimi-Dinner besuchen
 Latte Macchiato im Cafe trinken
 Zeichnen und Malen
 bei einer Lesung zuhören
 Regenjacke heraussuchen
vom nächsten Urlaub träumen
 liegen gebliebenen Papierkram erledigen
 eine Weinprobe beim Winzer mitmachen
Vorräte für den Winter anlegen
 Karnevalsbeginn einläuten
 eine 'Oktoberfest' Motto-party veranstalten

zu Hause chillen
 Joggen
 Rosen schneiden
 Erntedank feiern
 Kastanien sammeln
 Ernte einfahren
 Igel beobachten
 Kerzengießen
 Brot backen
 Eichhörnchen beobachten
 Laub harken
 ins Kino gehen
 Halloween feiern



 **In Krisensituationen bitte an den Berliner Krisendienst wenden:**
 ab 16.00 Uhr: **030/3906 370** immer erreichbar: **030/3906 300**