

Kultur- und Veranstaltungskalender September 2023

Als Standards im monatlich wechselnden Programm:

montags, 10 Uhr, 11 Uhr und 11:45 Uhr
Haus III, Saal oder Garten
Kraft- und Koordinationstraining
mit *Roya Amiri Jam*

Jeden 2. und 4. Montag im Monat
Roter Salon, 9–10 Uhr
Jeanine Rosenberger hilft
bei Problemen mit Ihrem Handy.
Bitte telefonisch anmelden.

Jeden 2. und 4. Dienstag
im Monat 8–10 Uhr
Michelle Schubert hilft
bei Problemen mit Ihrem Computer.
Bitte telefonisch anmelden.

donnerstags, 9:30 Uhr, 10:30 Uhr
und 11:15 Uhr
Haus V, Sportraum
Seniorenport mit Steffi Kirschke

freitags, 10 Uhr, Haus VI
Gemeinschaftsraum, 2. Etage
Es trifft sich die Englischgruppe.

freitags, 16:30–17:15 Uhr
ProVital Pankow, Wassergymnastik

Programm

Freitag, 1.9., 10:30 Uhr
Haus III, Saal oder Garten
Yoga mit Pia Maria Sturm

Sonnabend, 2.9., 13 Uhr
Treff: Skulpturenweg
Wandern mit Brigitta Weiss
Sie fahren zum Müggelsee, spazieren gemütlich am Wasser entlang und schauen sich den Schlosspark Köpenick mit seinen zahlreichen Skulpturen an. In der Parkmitte erleben Sie den unverstellten Blick auf das letzte originale Barockschloss Berlins.
(Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln)



Dienstag, 5.9., 10 Uhr
Haus III, Saal oder Garten
Qigong – Tanz mit Christel Sperlich

Dienstag, 5.9., 15 Uhr
Haus VI, Roter Salon
Vortrag zur Drei-Schlösser-Tour
Neben der bemerkenswerten Architektur vereint alle drei Herrenhäuser eine wechselvolle Geschichte. Das 1740 erbaute Schloss Lohm, das Gutshaus Plänitz (1693) und das im 13. Jahrhundert erstmalig erwähnte Schloss Kleßen werden auf bewährte Art von *Dr. Sibylle Badstübner-Gröger* vorgestellt. Der einstündige Vortrag ist eine Einstimmung auf den Ausflug am 14.9.23.

Mittwoch, 6.9., 15 Uhr
Haus III, Saal
Spielvergnügen mit Gilda Lorenz
Spielen Sie gemeinsam Gesellschafts- oder Kartenspiele.

Donnerstag, 7.9., 15 Uhr
Haus VI, Roter Salon



Getreu dem Motto „Wenn die Welt am Abgrund steht, hilft auch Google Maps nicht weiter“ wetzt *Martin Valenske* pointiert, scharf und selbstironisch das satirische Sezierschwert. Er achtet darauf, dass nach jedem dreckigen Witz Hände und Hirne gewaschen werden. Begleiten Sie ihn auf seiner Suche nach der letzten bezahlbaren Wohnung im Berliner Umland (Rostock) oder zu den Ruinen des Bildungsstandorts Deutschland. Der gelungene Mix aus Albernheit und Aufklärung, neudeutsch Infotainment, garantiert eine geistreiche Stunde.

Freitag, 8.9., 10:30 Uhr
Haus III, Saal oder Garten
Yoga mit Josefine Wendt

Montag, 11.9., 15 Uhr
Haus III, Saal
Singekreis mit Peter Thomsen

Dienstag, 12.9., 9 und 10 Uhr
Haus V, Gemeinschaftsraum EG
Stunde der Achtsamkeit mit Violeta Sehm

Dienstag, 12.9., 15 Uhr
Haus VI, Roter Salon
„Die Hochzeit des Figaro“
Wie entstand Mozarts ebenso melodisches wie gesellschaftskritische Meisterwerk? Und was macht bis heute seinen unvergleichlichen Zauber aus?



Dr. Bettina Gößlings Vortrag gibt auf diese Fragen mit vielen Hörbeispielen erhellende und unterhaltsame Antworten.

Mittwoch, 13.9., 9:30 Uhr
Haus III, Saal
Gehirnjogging mit Sandra Müller-Freyt

Mittwoch, 13.9., 19 Uhr
Haus III, Saal
Stammtisch für Senioren*innen
Pankow, unser Bezirk und unser Kiez

Donnerstag, 14.9., Abfahrt 9 Uhr
Verkehrinsel Wollankstraße
Tagesausflug in die Prignitz
Drei-Schlösser-Tour

Die Kunsthistorikerin *Dr. Sibylle Badstübner-Gröger* hat mit den Besitzern gesprochen, und die Türen zu den Herrenhäusern Kleßen, Lohm (s. Foto) und Plänitz werden für uns geöffnet. Von ihr hören wir die kunsthistorischen Besonderheiten und die eine oder andere Geschichte zu den ehemaligen Schlossbesitzern. Das Mittagessen lassen wir uns im „Hotel am Untersee“ schmecken.
(Begleitung *Edda Zeidler*, Eigenanteil 20 €)



Freitag, 15.9., 9 Uhr und 10 Uhr
Haus III, Saal oder Garten
Fit im Sitzen mit Marlies Carbonaro

Dienstag, 19.9., 10 Uhr
Haus III, Saal oder Garten
Qigong – Tanz mit Christel Sperlich

Dienstag, 19.9., 15 Uhr
Haus VI, Roter Salon
Lesung mit Jennipher Antoni
Zu hören ist allerlei Seemannsgarn mit viel Fischgeflüster, Quallen-Ballett, Meeresrauschen und einer starken Brise Humor für die seefesten Cajewitzler*innen

Mittwoch, 20.9., 15 Uhr
Haus III, Saal
Spielvergnügen mit Gilda Lorenz
Spielen Sie gemeinsam Gesellschafts- oder Kartenspiele.

Donnerstag, 21.9., 15 Uhr
Haus VI, Roter Salon
Klavierduo-Konzert



Die Schwestern *KAJA* und *KLĚJA KASUBAITĚ* sind 13 und 14 Jahre alt. Ihre Lebensstationen: Moskau, Vilnius, Kopenhagen, Kiew (bis zum Kriegsausbruch), Berlin (wo sie seit Herbstsemester 2022 an der UdK unterrichtet werden). 2023 wurden die Mädchen Stipendiatinnen von LIVE MUSIC NOW. Beide zusammen gewannen bereits weit über 100 internationale Wettbewerbe. Für ihre hohen künstlerischen Leistungen erhielten sie den Ehrenbrief des Präsidenten der Ukraine und gewannen 2020 und 2021 zweimal das Stipendium des Kiewer Bürgermeisters Vitali Klitschko.

Freitag, 22.9., 10:30 Uhr
Haus III, Saal oder Garten
Yoga mit Josefine Wendt

Freitag, 22.9., 16 Uhr
Galerie Amalienpark | Raum für Kunst
„Unserem Auge noch entzogen“
In der neuen Ausstellung verführen die künstlerischen Arbeiten von Annette Braun,

Martin Enderlein und Denise Richardt auf sehr unterschiedlichen Ebenen. Dabei ist oft nicht sichtbar, was an dem Bild berührt oder nicht berührt. Bei ihrem Rundgang durch die Galerie lenkt die Kunsthistorikerin *Dr. Simone Tippach-Schneider* die Aufmerksamkeit auf das, was das Auge nicht sehen kann.

Sonntag, 24.9., Abfahrt 18:30 Uhr
Start vor Haus IV
Konzert im Konzerthaus Berlin
Rudolf Buchbinder (Rundfunk Sinfonieorchester Berlin) dirigiert Haydns Klavierkonzert D-Dur, Mozarts Klavierkonzert c-Moll und Beethovens Klavierkonzert Nr. 3 c-Moll.
(Fahrt mit Taxis, Begleitung *Jens-Uwe Kunze*, Anmeldungen sind bereits erfolgt.)

Montag, 25.9., 15 Uhr
Haus III, Saal
Singekreis mit Peter Thomsen

Dienstag, 26.9., 9 und 10 Uhr
Haus V, Gemeinschaftsraum EG
Stunde der Achtsamkeit mit Violeta Sehm

Dienstag, 26.9., 15 Uhr
Haus VI, Roter Salon
Apfelfest
Letztes Jahr haben wir 17 Kuchenkreationen von Ihnen bewundern und genießen dürfen. Wie viele werden es dieses Jahr sein, und was wird es geben? Wir zählen auf Sie und sind gespannt, was Sie aus unseren Äpfeln zaubern werden.



Mittwoch, 27.9., 9:30 Uhr
Haus III, Saal
Gehirnjogging mit Sandra Müller-Freyt

Mittwoch, 27.9., 10 Uhr
Start vor Haus IV
Radeln mit Reinhart Neubert
Sie fahren erst mit der S-Bahn nach Potsdam, von dort auf den Telegrafenberg, dann Führung durch den Wissenschaftspark. Nach dem Mittagessen geht's weiter durch den Wald zu Einsteins Sommerhaus in Caputh (Führung) und dann zurück am Westufer des Templiner Sees. (Strecke ca. 25 km, Begleitung *Edda Zeidler*)

Mittwoch, 27.9., 16 Uhr
Haus V, Sportraum
Dart mit Regina Iven

Donnerstag, 28.9., 15 Uhr
Haus VI, Roter Salon
Energie sparen – so geht's!



Wer wenig Energie verbraucht, schont das Klima und spart bares Geld. In den meisten Haushalten besteht noch ein erhebliches Potenzial, Energie einzusparen. Unser Fachmann für Gas, Wasser und Heizungen *Burkhard Mühl* informiert zum Thema und gibt hilfreiche Tipps, wie Sie zum Beispiel durch richtiges Lüften und Heizen Energie und Kosten sparen können.

Donnerstag, 28.9., Abfahrt 16:30 Uhr
vor Haus IV zur Deutschen Oper
„Il viaggio a Reims“
In Rossinis Oper zeigt sich eine erstaunliche Modernität: Eine Gruppe europäischer Adliger will nach Reims reisen, wo sich der König im vorrevolutionären Ritus als allein von Gott eingesetzt inszenieren will. Doch sie kommen dort nie an. Die Gesellschaft ist gestrandet und muss sich in einem Hotel die Zeit vertreiben. Alle nationalen Ressentiments und privaten Eifersüchteleien werden sichtbar.
(Fahrt mit Taxis, Begleitung *Edda Zeidler*, Anmeldungen sind bereits erfolgt.)

Freitag, 29.9., 10:30 Uhr
Haus III, Saal oder Garten
Yoga mit Pia Maria Sturm

Freitag, 29.9., 15 Uhr
Haus III, Saal
Seniorenatelier
Der Bildhauer *Henry Stöcker* bietet die Möglichkeit, sich zeichnerisch oder mit Farbe dem Thema „Herr, der Sommer war sehr groß“ (R. M. Rilke) zu widmen. Stimmungen und Erlebnisse des ausgehenden Sommers, blühende Wiesen, reife Früchte, schwirrende Insekten, Licht und Wärme – berührende Erlebnisse und Begebenheiten können zum Anlass für ein kleines eigenes Bild werden.