



## Veranstaltungen 2024

Stand 28.03.24

sich ständig wiederholende Termine siehe Kalender auf [rekis.sozialpark.de](http://rekis.sozialpark.de) zu aktuellen Hinweisen:

<b>Montag</b>	●	09:00 – 10:00 Uhr	<b>Sportgruppe</b>
	●	10:30 – 11:30 Uhr	<b>Englisch Mittelstufe</b>
	●	13:00 – 14:00 Uhr	<b>Englisch Anfänger</b>
<b>Dienstag</b>	●	10:00 – 11:00 Uhr	<b>Qigong</b>
	●	10:00 – 12:00 Uhr	<b>Kreativkreis Ariadne</b> mit Austausch über dies und das (Nadelarbeiten (z.B. Stricken, Häkeln, Sticken, Nähen, Patchwork und Quilten) Filzen, Mandala ausmalen, Makramee knoten, Zentangel (kreatives Kritzeln), Saisonales Basteln wie Ostern oder Weihnachten oder bringen Sie Ihr eigenes Projekt mit)
	●	12:05 – 12:45 Uhr	<b>Walking – bewegte Mittagspause</b> ob mit oder ohne Stöcke, wir laufen an der frischen Luft in den Wald, ideal auch für Home Office Arbeitende
	●	14:00 – 17:00 Uhr	<b>Dienstagstreff</b> offenes Begegnungscafé mit Unternehmungen, Informationen, Bastel-/ Spielenachmittage, „Quassel“-Stunden
<b>Mittwoch</b>	●	09:00 – 09:45 Uhr	<b>Sport, Bewegung und Austausch mit chronischen Erkrankungen</b> – Sportgruppe -am 1. und letzten Mittwoch im Monat
	●	10:00 – 10:45 Uhr	<b>Sport, Bewegung und Austausch mit chronischen Erkrankungen</b> – Sportgruppe -am 1. und letzten Mittwoch im Monat
	●	10:30 – 11:30 Uhr	<b>Trommelgruppe</b> - „Die fröhlichen Kochlöffelklopfer“
	●	15:00 – 16:15 Uhr	<b>Yin Yoga</b> <b>24.04., 08.05.</b>
<b>Donnerstag</b>	●	10:00 – 11.30 Uhr	<b>„Männer Frühstücksrunde“</b> <b>25.04., 23.05.</b> -1x im Monat
	●	16:30 – 17:30 Uhr	<b>Sportgruppe</b>
<b>Freitag</b>	●	14:00 – 16:00 Uhr	<b>Kinonachmittag</b> (private Filmvorführung, nicht kommerzielle Veranstaltung) -1x im Monat Film April: „Wunschkonzert“ <b>19.04., 17.05.</b>

bei Interesse **immer** per Mail oder telefonisch beim Kursleiter oder in der REKIS unter Tel. 03341 / 471381 oder per Mail [sozialpark@web.de](mailto:sozialpark@web.de) anmelden!

Fehlt Ihnen was? Stellen Sie ihre Idee gerne vor.



## Jahresplan und Projekte:

bei Interesse per Mail oder telefonisch **anmelden!** Fehlt Ihnen was? Stellen Sie ihre Idee gerne vor

<b>April</b>	17.04.24	10:00 – 13:00 Uhr	<b>Wanderangebot in Eggersdorf von der Demenzberatung Strausberg.</b> <b>Anmeldung</b> unter Tel.: 03341/ 4908062 Mo. 13:30 – 17:30 Uhr, Do.: 08:30 – 12:30 Uhr, sonst deutlich auf AB sprechen, per Mail: <a href="mailto:strausberg@alzheimers-brandenburg.de">strausberg@alzheimers-brandenburg.de</a>
	19.04.24	14:00 – 16:00 Uhr	<b>Kinonachmittag</b> bei Kaffee und Kuchen (private Filmvorführung, nicht kommerzielle Veranstaltung) Teilnahmegebühr 3-4 € Film: „Wunschkonzert“ mit Ilse Werner <b>Anmeldung</b> per Mail <a href="mailto:sozialpark@web.de">sozialpark@web.de</a> oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
	23.04.24	16:00 – 18:00 Uhr	<b>Familienfest zum Kinderlebenslauf-</b> Spiele im Freien, großes Fussballdart, Luftballonaktion und mehr. <b>Veranstalter:</b> Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst MOL <b>Ort:</b> Flugplatzgelände in Strausberg
	24.04.24	14:00 – 15:15 Uhr	<b>Yin Yoga (nur dieses Mal geänderte Uhrzeit)</b> Mitzubringen sind eine Matte, Decke, Kissen, bequeme, warme, kuschelige Kleidung. Teilnahmegebühr 10€ <b>Anmeldung</b> per Mail <a href="mailto:sozialpark@web.de">sozialpark@web.de</a> oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
	25.04.24	10:00 – 11:30 Uhr	<b>„Männer Frühstücksrunde“</b> - Austausch und Genießen (Brötchen, Kaffee, Tee, Eier, Süßes und Herzhaftes) Kosten: ca. 5 € <b>Anmeldung</b> per Mail <a href="mailto:sozialpark@web.de">sozialpark@web.de</a> oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
	25.04.24	11:00 – 14:00 Uhr	<b>Sprechtag REKIS in Seelow</b> (offene Sprechzeit oder möglich mit Terminvergabe) im <b>"Das Nest"</b> Berliner Straße 6, 15306 Seelow
	25.04.24	14:00 – 16:30 Uhr	<b>Gruppensprechertreffen Seelow und Umgebung</b> im <b>"Das Nest"</b> Berliner Straße 6, 15306 Seelow
	30.04.24	10:00 – 17:00 Uhr	<b>Eröffnung der Familien und Selbsthilfetage</b> anlässlich des Protesttages zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen in diesem Jahr unter dem Motto „Viel vor für Inklusion! Selbstbestimmt leben – ohne Barrieren.“ <b>Tag der offenen Tür</b> , verschiedene Mitmachangebote, Infos zu Selbsthilfegruppen, Rollstuhlführerschein, Barriere Quiz, Sinnesparcour –Kommt gern vorbei – Eintritt frei Treffpunkt: REKIS Strausberg, Am Annatal 57



<b>Vorschau Mai</b>	01.05.24	13:00	<b>Selbsthilfekontaktstelle mobil</b> -Infostand des REKIS Strausberg auf dem Frühlingsfest der Stadt Strausberg Treffpunkt: Große Straße
	02.05.24	15.30–17 Uhr	<b>Familiencafé auf dem Aktivspielplatz</b> für Familien mit Kindern von 0 bis 6 Jahre Eintritt frei! Aktivspielplatz hinter Kaufland, Otto-Grotewohl-Ring 68a
	04.05.24	10:00 – 11:00 Uhr	<b>Familienyoga</b> - gemeinsam spielen – bewegen – entspannen für die ganze Familie. Kosten 5 € – Treffpunkt: Sport- und Erholungspark 35 <b>Anmeldung</b> an <a href="mailto:info@yogilini-spielewelt.de">info@yogilini-spielewelt.de</a>
	05.05.24	10:00 – 17:00 Uhr	<b>Selbsthilfekontaktstelle mobil</b> -Infostand des REKIS Strausberg auf dem Gesundheitstag der Stadt Buckow Treffpunkt: Schlosspark Buckow
	06.05.24	18:00 – 20:00 Uhr	<b>Wie umarme ich einen Kaktus – Gebrauchsanweisung Pubertät</b> Vortrag für Eltern, Großeltern und „Pubertiere“ Eintritt frei! Mehrzweckhalle, Hegermühlenstraße 8
	08.05.24	13:00 – 19:00 Uhr	<b>Tag des offenen Cafés</b> - Das Familienzentrum, das Familiencafé und der Baby-Begrüßungsdienst MOL stellen ihre Angebote vor. Mitmachaktionen für Kinder und Familien AWO-Familienzentrum, Am Annatal 52a
	08.05.24	15:00 – 16:15 Uhr	<b>Entspannt in den Feiertag – mit Yin Yoga</b> Entschleunigung und Loslassen – Ein ruhiger, passiver Yoga-Stil, der größtenteils im Liegen oder Sitzen praktiziert wird. Mitzubringen sind eine Matte, Decke, Kissen, bequeme, warme, kuschelige Kleidung. Kosten 10 € <b>Anmeldung erforderlich</b> per Mail an <a href="mailto:sozialpark@web.de">sozialpark@web.de</a> oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
	08.05.24	17:00 – 19:30 Uhr	<b>Wie kann ich Krisen und Stress besser meistern?</b> Austauschrunde zu Stressbewältigung und Resilienz – Vorstellung eines 10-wöchigen Resilienztrainings Kosten 5 € <b>Anmeldung erforderlich</b> per Mail an <a href="mailto:sozialpark@web.de">sozialpark@web.de</a> oder Telefon 03341-47 13 81 REKIS Strausberg, Am Annatal 57
	13.05.24	16:00 – 17:00 Uhr	<b>Purzelturnen – Familien in Bewegung</b> Ein Bewegungsangebot für Familien mit Kindern zwischen 3-6 Jahren (Stoppersocken oder Hallenturnschuhe mitbringen). Kosten 3 € Turnhalle am Annatal
	13.05.24	18:00 – 19:30 Uhr	<b>Kleine Plauderrunde unter Eltern</b> „Mobbing“ – Wie können Kinder gegen Mobbing gestärkt werden? (Snacks und Getränke vorhanden) AWO-Familienzentrum, Am Annatal 52a
	14.05.24	15:00 – 16:30 Uhr	<b>Kräuterwanderung</b> - veranstaltet von der VHS und HealthyOrbis. Kosten 5,60 € <b>Anmeldung und Details online</b> bei der Volkshochschule <a href="http://www.vhs-mol.de">www.vhs-mol.de</a> unter Kurssuche Kräuter oder Kursnummer 24F.A1A.33 eingeben
	15.05.24	14:00 – 17:00 Uhr	<b>Familienfest auf dem Aktivspielplatz</b> -veranstaltet von Bündnispartnern des Familienbündnisses, u.a. JSV e.V. und Hort am Wäldchen Eintritt frei Aktivspielplatz hinter Kaufland, Otto-Grotewohl-Ring 68a



15.05.24	17:00 – 19:00 Uhr	<b>„Lass uns reden ...“ Lese-, Rechtschreib- und Rechenschwäche – Wie kann ich mein Kind unterstützen?</b> Welche Hilfsmöglichkeiten gibt es? Wie stärkst Du Deine Geduld? Austausch, Antworten und Hintergrundinformationen von und mit einer betroffenen Mutter aus der Region Rekis Strausberg, Am Annatal 57 Veranstalter: LVL – Landesverband Legasthenie und Dyskalkulie Berlin-Brandenburg e. V.
16.05.24	14:00 – 15:30 Uhr	<b>Jeder kann Tanzen</b> - Tanzen und Spaß haben - für Menschen mit und ohne Bewegungseinschränkungen mit einer Physiotherapeutin und Tanzpädagogin Kosten: 3 € REKIS Strausberg, Am Annatal 57 Anmeldung erforderlich per Mail an sozialpark@web.de oder Telefon 03341-47 13 81
16.05.24	16:00 – 17:00 Uhr	<b>Auszeit vom Gedankenkarussell</b> - Vorstellung der Entspannungsverfahren PMR und Autogenes Training, Übung und Austausch. Bitte eigene Matte und Decke mitbringen. Kosten: 3 € REKIS Strausberg, Am Annatal 57 Anmeldung erforderlich per Mail an sozialpark@web.de oder Telefon 03341-47 13 81
16.05.24	18:00 – 20:00 Uhr	<b>„Was zockt mein Kind?“</b> Die Medienwelt unserer Kinder, Elterninfoabend. Eintritt frei! Grundschule am Wäldchen, Otto-Grotewohl-Ring 69
17.05.24	14:00 – 16:00 Uhr	<b>Kinonachmittag</b> bei Kaffee und Kuchen (private Filmvorführung, nicht kommerzielle Veranstaltung) Teilnahmegebühr 3-4 € <b>Anmeldung</b> per Mail sozialpark@web.de oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
23.05.24	10:00 – 11:30 Uhr	<b>„Männer Frühstücksrunde“</b> - Austausch und Genießen (Brötchen, Kaffee, Tee, Eier, Süßes und Herzhaftes) Kosten: ca. 5 € <b>Anmeldung</b> per Mail sozialpark@web.de oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
23.05.24	14:00 – 16:30 Uhr	<b>Sprechtage REKIS in Seelow</b> (offene Sprechzeit oder möglich mit Terminvergabe) im <b>"Das Nest"</b> Berliner Straße 6, 15306 Seelow
25.05.24	10:00 – 14:00 Uhr	<b>Auf Märchenpfaden um den See</b> Eine interaktive Familienwanderung für 4- bis 7-jährige Kinder und ihre Eltern Kosten: 3 € für Kinder, 5 € für Erwachsene Treffpunkt: Badstraße / Ecke Wriezener Straße Anmeldung per Telefon 03341-31 10 66 oder Mail an touristinfo@stadt-strausberg.de
29.05.24	15:00 – 16:15 Uhr	<b>Yin Yoga</b> - Mitzubringen sind eine Matte, Decke, Kissen, bequeme, warme, kuschelige Kleidung. Teilnahmegebühr 10€ <b>Anmeldung</b> per Mail sozialpark@web.de oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)