



Veranstaltungen 2024

Stand 25.04.24

sich ständig wiederholende Termine siehe Kalender auf rekis.sozialpark.de zu aktuellen Hinweisen:

Montag	●	09:00 – 10:00 Uhr	Sportgruppe
	●	10:30 – 11:30 Uhr	Englisch Mittelstufe
	●	13:00 – 14:00 Uhr	Englisch Anfänger
Dienstag	●	10:00 – 11:00 Uhr	Qigong
	●	10:00 – 12:00 Uhr	Kreativkreis Ariadne 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	Walking – bewegte Mittagspause 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	Dienstagstreff offenes Begegnungscafé mit Unternehmungen, Informationen, Bastel-/ Spielenachmittage, „Quassel“-Stunden
Mittwoch	●	09:00 – 09:45 Uhr	Sport, Bewegung und Austausch mit chronischen Erkrankungen – Sportgruppe -am 1. und letzten Mittwoch im Monat
	●	10:00 – 10:45 Uhr	Sport, Bewegung und Austausch mit chronischen Erkrankungen – Sportgruppe -am 1. und letzten Mittwoch im Monat
	●	10:30 – 11:30 Uhr	Trommelgruppe - „Die fröhlichen Kochlöffelklopper“
	●	15:00 – 16:15 Uhr	Yin Yoga 08.05., 29.05.
Donnerstag	●	10:00 – 11.30 Uhr	„Männer Frühstücksrunde“ 23.05., 27.06. -1x im Monat
	●	16:30 – 17:30 Uhr	Sportgruppe
Freitag	●	14:00 – 16:00 Uhr	Kinonachmittag (private Filmvorführung, nicht kommerzielle Veranstaltung) -1x im Monat Film Mai: „Die Glatzkopfbande“ 17.05., 21.06.

bei Interesse **immer** per Mail oder telefonisch beim Kursleiter oder in der REKIS unter Tel. 03341 / 471381 oder per Mail 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

Mai	01.05.24	13:00 – 17:00 Uhr	Selbsthilfekontaktstelle mobil - Infostand des REKIS Strausberg auf dem Frühlingsfest der Stadt Strausberg Treffpunkt: Große Straße
	02.05.24	15.30–17:00 Uhr	Familiencafé auf dem Aktivspielplatz 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	Familienyoga -gemeinsam spielen – bewegen – entspannen für die ganze Familie. - Kosten 5 € Treffpunkt: Sport- und Erholungspark 35 Anmeldung an info@yogilini-spielewelt.de
	05.05.24	10:00 – 17:00 Uhr	Selbsthilfekontaktstelle mobil - Infostand des REKIS Strausberg auf dem Gesundheitstag der Stadt Buckow Treffpunkt: Schlosspark Buckow
	06.05.24	18:00 – 20:00 Uhr	Wie umarme ich einen Kaktus – Gebrauchsanweisung Pubertät Vortrag für Eltern, Großeltern und „Pubertiere“ - Eintritt frei! Mehrzweckhalle, Hegermühlenstraße 8
	08.05.24	13:00 – 19:00 Uhr	Tag des offenen Cafés - 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	Entspannt in den Feiertag – mit Yin Yoga 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 € Anmeldung erforderlich per Mail an sozialpark@web.de oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
	08.05.24	17:00 – 19:30 Uhr	Wie kann ich Krisen und Stress besser meistern? Austauschrunde zu Stressbewältigung und Resilienz – Vorstellung eines 10-wöchigen Resilienztrainings. Kosten: 5 € Anmeldung erforderlich per Mail an sozialpark@web.de oder Telefon 03341-47 13 81 REKIS Strausberg, Am Annatal 57
	13.05.24	16:00 – 17:00 Uhr	Purzelturnen – Familien in Bewegung 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	Kleine Plauderrunde unter Eltern „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	Kräuterwanderung - veranstaltet von der VHS und HealthyOrbis - Kosten 5,60 € Anmeldung und Details online bei der Volkshochschule www.vhs-mol.de unter Kurssuche Kräuter oder Kursnummer 24F.A1A.33 eingeben
	15.05.24	14:00 – 17:00 Uhr	Familienfest auf dem Aktivspielplatz -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	„Lass uns reden ...“ Lese-, Rechtschreib- und Rechenschwäche – Wie kann ich mein Kind unterstützen? 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	Jeder kann Tanzen 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	Auszeit vom Gedankenkarussell 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	„Was zockt mein Kind?“ Die Medienwelt unserer Kinder, Elterninfoabend Eintritt frei! Grundschule am Wäldchen, Otto-Grotewohl-Ring 69
17.05.24	14:00 – 16:00 Uhr	Kinonachmittag bei Kaffee und Kuchen (private Filmvorführung, nicht kommerzielle Veranstaltung) Teilnahmegebühr 3-4 € Anmeldung 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	„Männer Frühstücksrunde“ Austausch und Genießen (Brötchen, Kaffee, Tee, Eier, Süßes und Herzhaftes) Kosten: ca. 5 € Anmeldung 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	Sprechtag REKIS in Seelow (offene Sprechzeit oder möglich mit Terminvergabe) im "Das Nest" Berliner Straße 6, 15306 Seelow
25.05.24	10:00 – 14:00 Uhr	Auf Märchenpfaden um den See 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	Yin Yoga Mitzubringen sind eine Matte, Decke, Kissen, bequeme, warme, kuschelige Kleidung. Kosten: 10€ Anmeldung per Mail sozialpark@web.de oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)



**Vorschau
Juni**

01.06.24	12:00 – 18:00 Uhr	Familienfest Seelow C+VJM
12.06.24	15:00 – 16:15 Uhr	Yin Yoga - Mitzubringen sind eine Matte, Decke, Kissen, bequeme, warme, kuschelige Kleidung. Teilnahmegebühr 10 € Anmeldung per Mail sozialpark@web.de oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
13.06.24	14:00 – 16:30 Uhr	Sprechtage REKIS in Seelow (offene Sprechzeit oder möglich mit Terminvergabe) im " Das Nest " Berliner Straße 6, 15306 Seelow
21.06.24	14:00 – 16:00 Uhr	Kinonachmittag bei Kaffee und Kuchen (private Filmvorführung, nicht kommerzielle Veranstaltung) Teilnahmegebühr 3-4 € Anmeldung per Mail sozialpark@web.de oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)
27.06.24	10:00 – 11:30 Uhr	„Männer Frühstücksrunde“ - Austausch und Genießen (Brötchen, Kaffee, Tee, Eier, Süßes und Herzhaftes) Kosten: ca. 5 € Anmeldung per Mail sozialpark@web.de oder Telefon 03341- 47 13 81 REKIS Strausberg (im Sozialpark, Am Annatal 57)