

## APRIL 2025

Mittwoch, 02.04.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 13 €\* / 16 €  
**Wiedersehen mit dem Duo Faller** Oxana und Dmitry Faller spielen für Sie auf Bajan und Domra.

Donnerstag, 03.04.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Mit Spaß zum besseren Gedächtnis** Lustige Trainingsstunde mit Katharina.

Freitag, 04.04.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 7 €/ 9 €  
**Kräuterspaziergang – Wir erkunden unsere Umgebung** Mit Kräuterpädagogin Karin Wichterey. Im Anschluss kleiner Imbiss im Wuhletreff.

Samstag, 05.04.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 4 €  
**Elsasser Lammele backen mit Kindern** Internationale Veranstaltung – Kinder und Erwachsene backen gemeinsam. Begrenze Teilnehmeranzahl.

Montag, 07.04.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 5 €/ 7 €  
**Montagscafé mit Thema: „Geschichten aus der Gehseher Straße und andere“** „Geboren 1932: Nur eine Frau“ – Editha Künzel liest für Sie aus dem Buch Ihrer Mutter, Eva Schmidt-Panicke.

Montag, 07.04.25 / 18:00 Uhr / Beitrag: 11 €  
**NEU: „Schöne Geschichten“ – Eine Lesegruppe**  
Lesen in Gemeinschaft. Wir lesen zusammen eine Kurzgeschichte oder ein Gedicht. Man kann mitlesen oder einfach nur zuhören. Dauer ca. 90 min. Leseleiter: Otis Groß (findet alle 14 Tage im Café Plätzchen statt)

Dienstag, 08.04.25 / Preis: 52,00 € p. P. / Abfahrt: 7:45 Uhr  
**TAGESFAHRT: Stettin mit Stadtrundfahrt** Leistung: Busfahrt, Stadtrundfahrt, Freizeit in der Altstadt / Flohmarkt. Verbindliche Anmeldungen bis 03.03.2025

Mittwoch, 09.04.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €  
**Tanz im Wuhletreff** Zu unserer beliebten Kaffeetafel wird für Sie zum Tanz aufgespielt.

Donnerstag, 10.04.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Hockergymnastik (I)** Gymnastik im Sitzen: ein sanfter Weg um Muskeln aufzubauen und die Beweglichkeit zu erhalten bzw. zu stärken. Von und mit Evelyne.

Donnerstag, 10.04.25 / 10:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Hockergymnastik (II)** Von und mit Evelyne.

Preise mit \* gekennzeichnet gelten für unsere Mitglieder.

## APRIL/MAI 2025

Donnerstag, 10.04.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 5 €/ 7 €  
**„Starke Füße – Klarer Kopf“** Kräftigende Fußgymnastik und anschließende Klangreise mit Christiane.

Donnerstag, 24.04.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Hockergymnastik (III)** Gymnastik im Sitzen.

Donnerstag, 24.04.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: frei  
**Die Spaziergänger von Köpenick** Frische Luft, Bewegung und das Gespräch mit Menschen.  
Treffpunkt: Rondell. Dauer ca. 1–2 h.

Montag, 28.04.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 3 €/ 5 €  
**Montagscafé mit Thema: „Werner Tübkes Panorama“, Teil III** Das größte Gemälde Deutschlands befindet sich in Bad Frankenhausen. Wie ist es entstanden, was erzählt uns das Bild? Ein Vortrag von und mit Tamara Schwieger.

Dienstag, 29.04.25 / Preis: 74 € p. P. / Abfahrt: 7:00 Uhr  
**TAGESFAHRT: Dresden – Florenz des Nordens** Leistung: Busfahrt, Mittagessen, Freizeit in der historischen Altstadt. Verbindliche Anmeldungen bis 25.03.2025

## MAI

Montag, 05.05.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 10 €/ 13 €  
**Montagscafé mit Thema: Zwei Stimmen, eine Gitarre**  
Simone Kotowski und Bernd Bangel präsentieren Songs der 60er und 70er Jahre an der Gitarre.

Montag, 05.05.25 / 18:00 Uhr / Beitrag: 11 €  
**NEU: „Schöne Geschichten“ – Eine Lesegruppe**

Montag, 12.–16.05.25 / von 9:00–13:00 Uhr / Seminargebühr: 300 €  
**3. Gesundheitswoche im Wuhletreff** „Fasten für Gesunde“ – täglich ein Vortrag oder Entspannungskurs bzw. Wanderung. Seminarleiterin: Sabine Schöneburg.

Montag, 12.05.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 13 €/ 16 €  
**Montagscafé: „Veronica der Lenz ist da“** Ein musikalischer Frühlingsgruß mit dem Traumpaar der Operette, Angela und Reiner Sommerkamp.

Mittwoch, 14.05.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €  
**Tanz im Wuhletreff** Zu unserer beliebten Kaffeetafel wird für Sie zum Tanz aufgespielt.

## MAI 2025

Donnerstag, 15.05.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Hockergymnastik (I)** Von und mit Evelyne.

Donnerstag, 15.05.25 / 10:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Hockergymnastik (II)** Von und mit Evelyne.

Donnerstag, 15.05.25 / 12:30 Uhr / Preis: 10 €  
**Wir bitten zu Tisch! Mittagessen im Wuhletreff**  
Heute servieren wir Ihnen Hackbraten mit Mischgemüse und Kartoffeln.

Freitag, 16.05.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 7 €/ 9 €  
**Kräuterspaziergang – Wir erkunden unsere Umgebung** Mit Kräuterpädagogin Karin Wichterey.

Montag, 19.05.25 / 18:00 Uhr / Beitrag: 11 €  
**NEU: „Schöne Geschichten“ – Eine Lesegruppe**

Dienstag, 20.05.25 / Preis: 69 € p. P. / Abfahrt: 10:15 Uhr  
**TAGESFAHRT: Spargelesen auf dem Spargelhof Klaistow** Leistung: Busfahrt, Spargelbuffet, Freizeit auf dem Spargelhof. Anmeldungen bis 16.04.2025.

Mittwoch, 21.05.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 14 €\* / 17 €  
**Merci Udo Jürgens – oder das Geheimnis ewiger Jugend** Gemeinsam kombinieren Walburga Reader und Bert-Mario Temme Witz und Charme aus den Liedern von Udo Jürgens und erinnern an eine Legende.

Donnerstag, 22.05.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Hockergymnastik (III)** Gymnastik im Sitzen.

Donnerstag, 22.05.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: frei  
**Die Spaziergänger von Köpenick** Treffpunkt: Rondell. Dauer ca. 1–2 h.

Donnerstag, 22.05.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 5 €/ 7 €  
**„Starke Füße – Klarer Kopf“** mit Christiane.

Freitag, 23.05.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 6,50 €/ 8,00 €  
**Wissen am Freitag: Ernährung** Der Schlüssel zu mehr Energie und Wohlbefinden. Es berät Sie Ernährungberaterin Patricia Müller

Montag, 26.05.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 5 €/ 8 €  
**Montagscafé mit Thema: Lesung** „Gutes Essen – gute Erziehung- oder anders herum?“ Der Köpenicker Autor Michael Schwalbe liest aus seinen Büchern.

## JUNI 2025

Montag, 02.06.25 / 18:00 Uhr / Beitrag: 11 €  
**NEU: „Schöne Geschichten“ – Eine Lesegruppe**

Mittwoch, 04.06.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: frei  
**Montagscafé mit Thema: Lesung mit Dunja Wolff**  
Dunja Wolff (Mitglied des Abgeordnetenhauses von Berlin) liest für Sie: „Warten auf Bojangles“ – eine originelle, bezaubernde und unmögliche Liebesgeschichte aus Frankreich.

Donnerstag, 05.06.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Mit Spaß zum besseren Gedächtnis** mit Katharina.

Mittwoch, 11.06.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 5 €/ 8 €  
**„Das ist die Berliner Luft“** Das Chorensemble Intermezzo e. V. singt für Sie Berliner Lieder mit „Herz und Schnauze“.

Donnerstag, 12.06.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Hockergymnastik (I)** Von und mit Evelyne.

Donnerstag, 12.06.25 / 10:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €  
**Hockergymnastik (II)** Von und mit Evelyne.

Freitag, 13.06.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 7 €/ 9 €  
**Kräuterspaziergang – Wir erkunden unsere Umgebung** Mit Kräuterpädagogin Karin Wichterey.

Montag, 16.06.25 / 18:00 Uhr / Beitrag: 11 €  
**NEU: „Schöne Geschichten“ – Eine Lesegruppe**

Donnerstag, 17.06.25 / Preis: 92 € p. P. / Abfahrt: 07:00 Uhr  
**TAGESFAHRT: Feldberger Seenlandschaften**  
Leistungen: Busfahrt, Schifffahrt, Mittagessen (Pute am Spieß), Rundfahrt mit Reiseleitung.

Mittwoch, 18.06.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €  
**Tanz im Wuhletreff** Zu unserer beliebten Kaffeetafel wird für Sie zum Tanz aufgespielt.

Donnerstag, 19.06.25 / 12:30 Uhr / Preis: 8 €  
**Wir bitten zu Tisch! Mittagessen im Wuhletreff**  
Heute servieren wir Ihnen Bratwürstchen mit Sauerkraut und Kartoffelpüree.

Donnerstag, 19.06.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 5 €/ 7 €  
**„Starke Füße – Klarer Kopf“** Mit Christiane.

Montag, 23.06.25 / 11:00 Uhr / Beitrag: 7 € (vor Ort zu bezahlen)

**NEU: Wuhletreff on Tour** Wir besuchen das Gründerzeitmuseum in Mahlsdorf. Führung von und mit Michael Schwalbe. Anfahrt mit ÖPNV

Mittwoch, 25.06.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 15 €/ 17 €

**„Die Wilden Wittwer“** ... geben sich die Ehre und lassen mit Piano und Gesang die Jugendzeiten unserer Großeltern wieder lebendig werden. Tauchen Sie ein in die Goldenen 20er und wilden 30er Jahre.

Donnerstag, 26.06.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €

**Hockergymnastik (III)** Gymnastik im Sitzen

Donnerstag, 26.06.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: frei

**Die Spaziergänger von Köpenick** Frische Luft, Bewegung und das Gespräch mit Menschen. Treffpunkt: Rondell. Dauer ca. 1–2 h.

Freitag, 27.06.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €

**NEU: Wissen am Freitag: Hospiz** Das Diakonie Hospiz Woltersdorf stellt sich vor und informiert. Referentin: Cornelia Fritsche

Montag, 30.06.25 / 18:00 Uhr / Beitrag: 11 €

**NEU: „Schöne Geschichten“ – Eine Lesegruppe**

**VORSCHAU**

Mittwoch, 02.07.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €/ 10 €

**4. Sommerfest im Wuhletreff** Wir wollen mit Ihnen ein buntes Programm feiern, u. a. mit Walburger Raeder und Bert-Mario Temme, unserem Chor „Die singenden Tausendfüßler“ und Sarah Buder-Lind.

Dienstag, 15.07.25 / Preis: 77 € p. P. / Abfahrt: 08:00 Uhr

**TAGESFAHRT: Usedom – Kamminke und Ahlbeck** Leistung: Busfahrt, Fischimbiss in Kamminke, Freizeit in Ahlbeck. Verbindliche Anmeldungen bis 13.06.2025

**Unsere Kontoverbindung**

Tausendfüßler e. V. / Berliner Sparkasse  
IBAN: DE 27 1005 0000 1653 5224 84

Montag

- 09:30 – 10:30 **Smartphonekurs I**
- 11:00 – 12:00 **Smartphonekurs II**
- 10:45 – 12:00 **Die Milchpiraten** (Eltern-Baby-Gruppe)
- 14:00 – 16:00 **Malen im Café Plätzchen**
- 17:00 – 18:30 **Yoga für Senioren**° j.d. 2.+4. Mo. im Monat
- 18:00 – 19:00 **NEU: Yoga & Bewegungskurs** für die „Sweet 60s“
- 18:00 – 20:00 **NEU: Schöne Geschichten** (alle 14 Tage)
- 19:00 – 20:00 **NEU: Yoga & Entspannungstraining** für Erwachsene

Dienstag

- 08:30 – 09:30 **Senioren-gymnastik**
- 10:00 – 11:00 **Senioren-gymnastik**
- 11:00 – 12:00 **Qigong**°
- 11:30 – 12:30 **Senioren-gymnastik**
- 12:00 – 13:00 **NEU: Bauchtanz** °
- 13:00 – 14:00 **Senioren-gymnastik**
- 13:30 – 16:30 **Spielenachmittag im Café Plätzchen**
- 14:00 – 16:00 **Encaustic** j.d. 1. Dienstag im Monat
- 14:30 – 15:30 **Senioren-gymnastik**

Mittwoch

- 08:00 – 09:00 **Senioren-gymnastik**
- 11:00 – 12:30 **Chor**
- 14:30 – 16:30 **Klöppeln**
- 18:00 – 19:30 **Pop- und Gospelchor**
- 19:00 – 20:00 **Qigong für Einsteiger**° (über Krankenkasse)

Donnerstag

- 09:30 – 11:30 **Stricken / Basteln**
- 09:30 – 12:00 **Skat am Vormittag**
- 14:00 – 16:00 **Kreatives Basteln** j.d. 2.+4. Do. im Monat
- 17:00 – 18:30 **Yoga**

Freitag

- 10:00 – 11:30 **Tanzkurs**°
- 10:00 – 12:00 **Englisch**
- 11:00 – 12:00 **Singen in froher Runde**

° Diese Kurse finden im **„Alten Waschhaus“**, Kaulsdorfer Str. 230, 12555 Berlin statt.

Wuhletreff (Tausendfüßler e.V.)  
Zum Wuhleblick 50  
12555 Berlin

Tel.: 030 – 6 52 72 71  
wuhletreff@1000fuessler-frauen.de  
www.1000fuessler-frauen.de

**Anmeldungen und Tickets unter 030 – 6490 4845**  
(Montag bis Freitag von 9–12 Uhr)

**Anfahrt**

- 169/269** Semliner Straße **X69** Hoernlestraße
- 164** Kaulsdorfer Straße
- 62/63** Mahlsdorfer Straße/Gehsener Straße
- 68 S** Köpenick
- S3** Köpenick



**Förderer**  
Bezirksamt Treptow-Köpenick



**Mitglied im**  
Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband (DPW)



# Wuhletreff

Das Freizeitzentrum für Seniorinnen und Senioren und jüngere Generationen

**PROGRAMM 2025**

**April  
Mai  
Juni**



Träger „Tausendfüßler“ e. V.  
Vereinigung Fraueninitiativen und Sozialprojekte Köpenick