

Oktober 2025

Mittwoch, 01.10.25 / 14:30 Uhr/ Beitrag: 12 €/ 15 €
Livemusik mit dem Duo Yello Mellow Rockig und poppig aber auch Country-Music.

Donnerstag, 02.10.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Mit Spaß zum besseren Gedächtnis mit Katharina.

Donnerstag, 02.10.25 / 19:00 Uhr / Beitrag: 12 €/ 15 €
NEU: Tango Argentino für Paare Mit Regina und Rainer Tamkus findet dieser neue Kurs im „Alten Waschhaus“ statt.

Freitag, 03.10.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 12 €/ 15 €
NEU: Tango Argentino für junggebliebene Alte
Der Kurs ist für Jedermann bestens geeignet.

Montag, 06.10.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €/ 10 €
Montagscafé: „Bunt sind schon die Wälder“ Mit unserem Chor „Die singenden Tausendfüßler“.

Mittwoch, 08.10.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €
Oktoberfest im Wuhletreff Zu unserer beliebten Kaffeetafel wird für Sie „zünftig“ zum Tanz aufgespielt. Später reichen wir Weißwurst mit Brezn und bayrisches Bier.

Donnerstag, 09.10.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Hockergymnastik (I) Gymnastik im Sitzen.

Donnerstag, 09.10.25 / 18:00 Uhr / Beitrag: 5 €/ 7 €
Geschichten aus der Gehsener Straße und andere „Geboren 1932: Nur eine Frau“ – Editha Künzel liest für Sie aus dem Buch Ihrer Mutter, Eva Schmidt-Panicke.

Donnerstag, 09.10.25 / 19:00 Uhr / Beitrag: 12 €/ 15 €
NEU: Tango Argentino für Paare

Freitag, 10.10.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 12 €/ 15 €
NEU: Tango Argentino für junggebliebene Alte

Freitag, 10.10.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 8 €/ 11 €
Kräuterspaziergang – Wir erkunden unsere Umgebung Mit Im Anschluss kleiner Imbiss im Wuhletreff.

Montag, 13.10.25 / 11:00 Uhr / Beitrag: 8 €
Wuhletreff on Tour: „Gründerzeitmuseum“ Wir besuchen das Museum von Charlotte von Mahlsdorf. Anfahrt mit ÖPNV. Begrenzte Teilnehmerzahl!

Mittwoch, 15.10.25 / Preis p.P 86 € / Abfahrt: 7:00 Uhr
TAGESFAHRT: Links und Rechts der Oder Leistung: Busfahrt, Stopp am Schiffshebewerk, Mittagessen in

Oktober 2025

Chojna (Polen), Stadtrundgang mit Museumsbesuch im Rathaus, Hohenwutzen – Markt. Anmeldungen/ Bezahlung bis 15.09.2025.

Donnerstag, 16.10.25 / 12:30 Uhr / Preis: 12 €
Wir bitten zu Tisch! Mittagessen im Wuhletreff
Gefüllte Paprikaschote mit Kartoffeln.

Donnerstag, 16.10.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 5 €/ 7 €
„Starke Füße – Klarer Kopf“ Fußgymnastik

Donnerstag, 16.10.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 12 €/ 15 €
NEU: Tango Argentino für Paare

Freitag, 17.10.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 12 €/ 15 €
NEU: Tango Argentino für junggebliebene Alte

Freitag, 17.10.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3,00 €
Wissen am Freitag: Einbruchsschutz und Prävention
Gemeinsam mit der Polizei erfolgt eine Beratung zum Thema Sicherheit, Einbruch usw.

Montag, 20.10.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 9 €/ 12 €
Montagscafé mit Thema: Lesung „Zeitsprünge: Vom Ferienlager zur Tanzstunde – und ohne Jackett...“
Michael Schwalbe liest. Es tanzen Regina und Rainer Tamkus den Tango-Argentino.

Mittwoch, 22.10.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 15 €/ 18 €
„Schütt' die Sorgen in ein Gläschen Wein“ Der Bariton Urmas Pevgonen präsentiert für Sie Lieder um Wein. Begleitet wird er dabei am Knopfakkordeon.

Donnerstag, 23.10.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Hockergymnastik (II) Gymnastik im Sitzen.

Mittwoch, 29.10.25 / 14:30 Uhr / Beitrag 14€/ 17 €
„Een kleenet Menschenkind“ – Erinnerungen an Helga Hahnemann Mit Dagmar Gelbke und Wolfgang Flieder.

Donnerstag, 30.10.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: frei
Die Spaziergänger von Köpenick Treffpunkt: Rondell

Freitag, 31.10.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3,00 €
Wissen am Freitag: Malteser – Berliner Hausbesuche stellen sich vor

Freitag, 31.10.25 / 12:00 Uhr
Mitgliederversammlung des Vereins Begrenzte Plätze, unbedingt anmelden!

November 2025

Montag, 03.11.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 10 €/ 13 €
Montagscafé mit Thema: „Bloß gut, dass ich schon älter bin?!“ Ein Nachmittag mit Wolfgang Reuter (ehem. Chefredakteur beim DDR-Kinderfernsehen) dazu spielt er Lieder auf dem Klavier.

Mittwoch, 05.11.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €
Herbsttanz im Wuhletreff Zu unserer beliebten Kaffeetafel wird für Sie zum Tanz aufgespielt.

Donnerstag, 06.11.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Mit Spaß zum besseren Gedächtnis mit Katharina.

Freitag, 07.11.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 8 €/ 11 €
Kräuterspaziergang – Wir erkunden unsere Umgebung Mit Kräuterpädagogin Karin Wichterey.

Montag, 10.11.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 5 €/ 8 €
Montagscafé mit Thema: „Engel in der Bildenden Kunst“ Sind geflügelte Gottheiten die Vorläufer der Engel? Was sind Engels-Chöre? Ein Vortrag von und mit Tamara Schwieger.

Mittwoch, 12.11.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 15 €/ 18 €
Wiedersehen mit dem Duo Faller Oxana und Dmitry Faller spielen für Sie auf Bajan und Domra.

Donnerstag, 13.11.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Hockergymnastik (I) Gymnastik im Sitzen.

Freitag, 14.11.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3,00 €
Wissen am Freitag: Beratung zum Hauspflegedienst „Carina“ Es berät Sie Frau Massalski.

Montag, 17.11.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 12 €/ 15 €
„Sehn´se, det iss Berlin!“ Roswitha Hegewald singt kesse Berliner Lieder. Begleitet wird sie dabei von „Akkordeonpaule“.

Dienstag, 18.11.25 / Preis p.P. 97 € / Abfahrt: 08:30 Uhr
TAGESFAHRT: Schlachtfest in Schlepzig / Spreewald Leistung: Busfahrt, ca. 1h Kahnfahrt, Mittagessen, Tanz und Unterhaltung. Anmeldungen / Bezahlung bis 15.10.2025.

Mittwoch, 19.11.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 14 €/ 17 €
Disco – Eine Travestieshow Stoßen wir die Tür zur Welt der Show und Revue auf!

*Preise mit * gekennzeichnet gelten für unsere Mitglieder.*

November/Dezember 2025

Donnerstag, 20.11.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: frei
Die Spaziergänger von Köpenick Treffpunkt: Rondell

Donnerstag, 20.11.25 / 12:30 Uhr / Preis: 13 €
Wir bitten zu Tisch! Mittagessen im Wuhletreff
Königsberger Klopse mit Kapernsoße und Kartoffeln.

Donnerstag, 20.11.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 5 €/ 7 €
„Starke Füße – Klarer Kopf“ Fußgymnastik

Samstag, 22.11.25 / 14:00 – 17:00 Uhr / Beitrag: 4 €
Plätzchen Backen mit Kindern im Café Plätzchen
Kinder und Erwachsene backen gemeinsam vor Weihnachten! Begrenzte Teilnehmerzahl!

Mittwoch, 26.11.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 5 €/ 8 €
Adventsmarkt mit Tombola und Rätsel.

Donnerstag, 27.11.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Hockergymnastik (I) Gymnastik im Sitzen.

Freitag, 28.11.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: 3 €/ 6 €
Im Gespräch: „Mein Lieblingsbuch“ Sabine Schöneburg stellt ihre Lieblingsbücher vor und regt zum Gedankenaustausch an.

DEZEMBER

Montag, 01.12.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 10 €/ 13 €
Bratapfelnachmittag und weihnachtliche Lesung mit Musik Es liest Michael Schwalbe. Am Klavier spielt für Sie Simone Kotowski.

Dienstag, 02.12.25 / Preis: 60,00 € p.P.
TAGESFAHRT: Weihnachten mit Dagmar Frederic in Neu Helgoland Informationen dazu im Wuhletreff.

Mittwoch, 03.12.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €
Wintertanz im Wuhletreff Zu unserer beliebten Kaffeetafel wird für Sie zum Tanz aufgespielt.

Donnerstag, 04.12.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Hockergymnastik (I) Gymnastik im Sitzen.

Donnerstag, 04.12.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 5 €/ 7 €
„Starke Füße – Klarer Kopf“ Fußgymnastik

Freitag, 05.12.25 / 12:30 Uhr / Preis: 21 €
Großer Entenschmaus im Wuhletreff Entenkeule mit Rotkohl, Grünkohl und Klößen.

Montag, 08.12.25 / 14:30 Uhr / Preis: 4 €/ 7 €
Adventskonzert zum Mitsingen Mit der Seniorren-
band MIX21.

Mittwoch, 10.12.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 16 €/ 19 €
Weihnachtsfeier im Wuhletreff – „Beim ersten
Stern der Nacht.“ Weihnachtsgala mit Walburga
Reader und Bert-Mario Temme.

Donnerstag, 11.12.25 / 09:30 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Hockergymnastik (I) Gymnastik im Sitzen.

Donnerstag, 11.12.25 / 10:00 Uhr / Beitrag: frei
Die Spaziergänger von Köpenick Treffpunkt: Rondell

Donnerstag, 11.12.25 / 14:00 Uhr / Beitrag: 1,50 €/ 3 €
Mit Spaß zum besseren Gedächtnis mit Katharina.

Freitag, 12.12.25 / 12:30 Uhr / Preis: 21 €
Großer Entenschmaus im Wuhletreff Entenkeule
mit Rotkohl, Grünkohl und Klößen.

Samstag, 13.12.25 / Preis: 44 € p.P. / Abfahrt 10:00 Uhr
TAGESFAHRT: Weihnachtsmarkt Schloss und Gut
Liebenberg Leistung: Busfahrt, Eintritt zum
Weihnachtsmarkt und Freizeit auf dem Gutsgebiet.

Montag, 15.12.25 / 14:30 Uhr / Beitrag: 8 €/ 11 €
Montagscafé mit Thema: „Oh du fröhliche...“
Gemeinsam singen wir Weihnachtslieder mit unserem
Chor „Die singenden Tausendfüßler“.

VORSCHAU

Montag, 19.01.26 / 14:30 Uhr / Beitrag: 10 €/ 13 €
Musikalische Lesung: „Frischluftherapie“ Gudrun
Bernhagen stellt ihr Buch vor und wird musikalisch
begleitet.

Mittwoch, 28.01.26 / 14.30 Uhr/ Beitrag: 15 €/ 18 €
Willkommen im Jahr 2026 Neujahrsgala mit Regina Thoss

Schließzeit Wuhletreff: Vom 19.12.2025 bis 09.01.2026
bleibt der Wuhletreff geschlossen.

Wir wünschen allen unseren Gästen eine frohe und
besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins
Jahr 2026! Ihr WUHLETREFF-Team

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° jd. 2.+4. Mo. im Monat
18:00 – 19:00 Yoga & Bewegungskurs für die „Sweet 60s“
18:00 – 20:00 NEU: Lesegruppe „Schöne Geschichten“
jd. 2.+4. Mo. im Monat
19:00 – 20:00 NEU: Yoga & Entspannungstraining
für Erwachsene

Dienstag
08:30 – 09:30 Seniorengymnastik
10:00 – 11:00 Seniorengymnastik
11:00 – 12:00 Qigong°
11:30 – 12:30 Seniorengymnastik
12:15 – 13:15 NEU: Bauchtanz°
13:00 – 14:00 Seniorengymnastik
13:30 – 16:30 Spielenachmittag im Café Plätzchen
14:00 – 16:00 Encaustic jd. 1. Dienstag im Monat
14:30 – 15:30 Seniorengymnastik

Mittwoch
08:00 – 09:00 Seniorengymnastik
11:00 – 12:30 Chor
14:30 – 16:30 Klöppeln

19:00 – 20:00 Qigong für Einsteiger° (über Krankenkasse)

Donnerstag
09:30 – 11:30 Stricken / Basteln
09:30 – 12:00 Skat am Vormittag
12:30 – 14:00 Die Milchpiraten (Eltern-Baby-Gruppe)
14:00 – 16:00 Kreatives Basteln jd. 2.+4. Do. im Monat
17:00 – 18:30 Yoga

Freitag
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.

Unsere Kontoverbindung
Tausendfüßler e. V. / Berliner Sparkasse
IBAN: DE27 1005 0000 1653 5224 84

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

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



Förderer
Bezirksamt Treptow-
Köpenick



Mitglied im
Deutschen Paritätischen
Wohlfahrtsverband (DPW)



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



Das Freizeitzentrum für Seniorinnen und
Senioren und jüngere Generationen

PROGRAMM 2025

Oktober
November
Dezember