



Humanistischer Verband  
Deutschlands | Berlin-Brandenburg

unsere Welt  
human  
denken und  
gestalten

Seniorenbüro für die  
**Freund\*innen des HUMANISMUS**  
#jetztHumanismus

# Puls-Kurier

## Juni - Juli 2026

# Das Seniorenbüro für die Freund\*innen des Humanismus

Das Seniorenbüro bündelt die humanistischen Dienstleistungen und Beratungsangebote des Humanistischen Verbands Berlin-Brandenburg für ältere Menschen. Darüber hinaus bietet es eine Vielzahl von Freizeitangeboten, die vom ehrenamtlichen Engagement aktiver Senior\*innen getragen werden.

Das Seniorenbüro sorgt für Orientierung in der Vielfalt der Angebote für Senior\*innen. Es bietet die Möglichkeit, die eigene Freizeit im Alter aktiv und in Gesellschaft anderer zu gestalten. Somit fördert es über eine selbstbestimmte Lebensgestaltung im Alter hinaus die gesellschaftliche Teilhabe von älteren Menschen. Aktuelle Entwicklungen wie der Digitalisierung begegnen wir offensiv und unterstützen unsere Senior\*innen aktiv.

Die Menschen, die die Angebote des Seniorenbüros wahrnehmen und gestalten, sind oft Freund\*innen des HUMANISMUS. Sie unterstützen die Ziele des Humanistischen Verbands Berlin-Brandenburg – als Mitglied, Fördermitglied, Spender\*in, ehrenamtlich Engagierte\*r oder Netzwerkpartner\*in. Sie alle übernehmen gesellschaftliche Verantwortung, um eine freiheitliche und an Menschenrechten orientierte Kultur zu stärken.

Der Freund\*innenkreis setzt sich für eine tolerante Lebensweise ein – für eine freie Entfaltung in sozialer Verantwortung. Die Freund\*innen teilen die Überzeugung, dass allein Menschen ihr Zusammenleben gestalten. Sie pflegen Mitmenschlichkeit und engagieren sich für eine humanere Welt.

# Liebe Senior\*innen, liebe Engagierte und Interessierte,

die Sonne lockt, die Gärten rufen, und unser Grundgesetz ist kürzlich 77 Jahre alt geworden. Ein bundesweiter Mitmachttag erinnerte daran, dass Demokratie und Gemeinschaft vom Beitrag aller abhängen und jeden Tag neu gelebt werden wollen.

Also packen wir's an. Mit dem wichtigen Thema **Demokratie** auf der Brust wollen wir uns in verschiedenen Formaten zuhören, debattieren, für Vielfalt einstehen und um Kompromisse ringen:

- In unseren Puls-Cafés teilen wir persönliche Demokratie-Erfahrungen und entwickeln ein Manifest für die Zukunft.
- Beim Welthumanist\*innentag am 21. Juni feiern wir den praktischen Humanismus mit einem Familienfest von jung bis alt.
- Einen Tag vorher gehen wir mit der Senior\*innen -Fahrraddemo für sichere Wege und selbstbestimmte Mobilität auf die Straße.
- Im Rahmen der Berliner Seniorenwoche öffnen unsere Ehrenamtlichen am 2. Juli die Türen zu einem bunten Programm.
- Und beim CSD am 25. Juli setzen wir unter dem Motto „Haltung ist hot!“ ein Zeichen für Vielfalt und Toleranz.

Das Sommerloch kann warten. Ich freue mich auf viele bunte Begegnungen mit Ihnen.

Alle Infos zu unseren Angeboten finden Sie im Heft.

Der Puls-Kurier für August und September erscheint am 1. August.

Frieda Grube



Seniorenbüro  
Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin  
Tel.: **0151 74 39 43 67**  
E-Mail: **seniorenbuero@hvd-bb.de**  
[www.humanistisch.de/senioren-bb](http://www.humanistisch.de/senioren-bb)

# Auf einen Kaffee mit...

**den Geburtstagsgratulant\*innen unseres Verbandes: Bärbel Pachtmann, Heidi Kämpf, Bettina Ehling, Siegrid Martinek und Martin Brümmer machen seit vielen Jahren unseren Mitgliedern ab 60 Jahren mit einem Anruf zum Geburtstag eine Freude.**

**Hallo ihr Lieben. Wie trinkt ihr euren Kaffee?**

**Bärbel:** Schwarz. Danke.

**Martin:** Und schön stark, bitte!

**Seit wann engagiert ihr euch im Humanistischen Verband?**

**Heidi:** Ich bin seit 2007 dabei. Bärbel engagiert sich schon seit über 20 Jahren, Sigrid, Bettina und Martin sind später dazugekommen.

**Was hat euch dazu bewegt, euch gerade für dieses Angebot zu engagieren?**

**Siegrid:** Ich denke, wir fanden alle die Idee schön, Menschen persönlich zum Geburtstag zu gratulieren und ihnen zu zeigen, dass jemand an diesem Tag an sie denkt. Manchmal sind wir die ersten Gratulant\*innen.

**Heidi:** Stimmt. Wir sehen uns aber auch als Vermittler\*innen für Informationen aus dem Verband. Wir können Kontakte weitergeben und über Verbandsprojekte informieren, wenn sich Menschen Hilfe wünschen. Bei der allmonatlichen Auswertung mit der Leitung des Seniorenbüros tauschen wir unsere Erfahrungen aus – z. B. in welchen Stadtbezirken Angebote fehlen – und stoßen Verbesserungen an. Wir sind also wirklich nah dran an den Menschen.

**Wie würdet ihr jemandem in drei Sätzen beschreiben, was ihr tut?**

**Martin:** Wir bekommen eine Liste mit Namen und Geburtstagen, rufen an und gratulieren. Oft sind es Menschen, die man nicht kennt. Aber manchmal

entstehen dabei schöne Gespräche über das Leben, den Humanistischen Verband Berlin-Brandenburg oder aktuelle Themen.

**Bettina:** Nicht selten sind wir die einzigen Anrufer\*innen für das Geburtstagskind an dem Tag. Da spürt man, dass es sich lohnt, was wir tun. Der Anruf macht jemandem den Tag ein bisschen schöner. Und ein Jahr später können wir den Gesprächsfaden dann wieder aufnehmen.

**Martin:** Viele Senior\*innen sind auch im hohen Alter geistig sehr rege. Das gibt mir Hoffnung fürs Älterwerden.

### **Was wünscht ihr euch für die Zukunft eures Angebots?**

**Bettina:** Ich träume ja noch davon, einmal im Monat eine große Verbands-Geburtstagsfeier für alle Jubilar\*innen zu veranstalten. Leider fehlen dem Verband dafür die finanziellen und personellen Mittel.

**Heidi:** Aber wer Lust hat, mehr unter Menschen zu sein, ist immer herzlich eingeladen, bei den vielen Angeboten des Seniorenbüros mitzumachen.

**Interesse mitzumachen?** Die Geburtstagsgratulant\*innen treffen sich an jedem letzten Freitag im Monat, 10:30 Uhr und planen den nächsten Monat.

**Wo:** Im Haus des HUMANISMUS, Leipziger Straße 31-33, 10119 Berlin



# Dabei sein.

---

## Öffnungszeiten Häuser des HUMANISMUS

---

**Potsdamer Str. 157** | 10783 Berlin  
Mo bis Fr 10-13 Uhr; Di u. Do 14-17 Uhr  
Tel. 030 20 64 67 540  
haus@hvd-bb.de

**Leipziger Str. 31-33** | 10117 Berlin  
Bitte nehmen Sie vor Ihrem Besuch  
Kontakt zu uns auf:  
Tel. 030 20 64 67 550  
vorsorgenetz@hvd-bb.de

---

## Montag, 01.06.2026

---

**18:00 – 21:00 Uhr: Akademie-Lesekreis: Hartmut Rosa:  
„Unverfügbarkeit“**

*Eine Veranstaltung der Humanistischen Akademie Berlin-Brandenburg*  
Die Moderne will die Welt immer mehr beherrschen und bringt sie zum Verstummen. Hartmut Rosa schlägt stattdessen „Resonanz“ vor: einen lebendigen Austausch zwischen Mensch und Welt. Jede\*r Leser\*in ist herzlich willkommen!

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Str. 31-33, 10117 Berlin

---

## Dienstag, 02.06.2026

---

**10:00 – 12:00 Uhr: Mal- und Zeichenzirkel mit Ulrike Baade**

Wir treffen uns, um gemeinsam künstlerisch tätig zu sein, unserer Kreativität freien Lauf zu lassen und Techniken auszuprobieren. Erste Materialien werden vor Ort zur Verfügung gestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Str. 31-33, 10117 Berlin

---

---

### **13:00 – 15:00 Uhr: Gedächtnistraining mit Heidi Kämpf**

Tun Sie etwas für Ihr Gedächtnis und für ein selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter! Verbessern Sie auf unterhaltsame und strukturierte Weise die Leistungsfähigkeit Ihres Gehirns und stärken Sie Ihre vorhandenen Ressourcen. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Str. 31-33, 10117 Berlin

---

## Donnerstag, 04.06.2026

---

### **11:00 – 13:00 Uhr: „Die Pfefferstreuer“, Senior\*innentheater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen, wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

## Freitag, 05.06.2026

---

### **10:30 – 11:45 Uhr: Yoga mit Veronika von Strachwitz-Camara**

Für einen bewussten Ausklang der Woche mit Bewegung und Entspannung. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

### **12:00 – 14:00 Uhr: Kreatives Schreiben mit Dr. Brigitte Jaschke**

Wir schreiben vor Ort zu einem Impuls, Wort oder Thema spontan und tragen das Geschriebene einander vor. Haben Sie dazu Lust? Dann schreiben Sie mit! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

# Montag, 08.06.2026

---

## **15:00 – 16:30 Uhr: Kunst sehen – Kunst verstehen mit Norbert Wirth**

Was macht ein Bild zum Kunstwerk und wie erkennen wir verschiedene Stilrichtungen? Eingeladen sind alle, die neugierig sind.

Informationen und Anmeldung über Norbert Wirth: 030 27 99 96 29 oder per E-Mail an [letter-plus@posteo.de](mailto:letter-plus@posteo.de)

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## **16:30 – 18:00 Uhr: Death Café**

*Eine Veranstaltung von VISITE – Ambulanter Hospizdienst*

Über Tod und Sterben sprechen – das ist oft herausfordernd, aber bereichernd.

Bei Kaffee und Keksen bieten wir einen entspannten Raum, um uns auszutauschen, Fragen zu stellen und nachzudenken.

Informationen und Anmeldung unter [mail@visite-hospiz.de](mailto:mail@visite-hospiz.de)

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

# Dienstag, 09.06.2026

---

## **10:00 – 11:30 Uhr: Workshop Smartphone für Einsteiger\*innen I**

Hinweis: Zweiter Teil des Kurses findet am 16.06.2026 von 10:00 – 11:30 Uhr statt.

Informationen und Anmeldung bei Christa Engl, Tel: 030 24 62 78 07 oder [weltenbummler.pw@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.pw@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Weltenbummler Pankow, Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

**Kosten:** Gesamtpreis für beide Tage 25€

---

## **14:00 – 16:00 Uhr: Digital mobil mit Marten Schönemann**

Bringen Sie gerne Ihr Smartphone, Tablet und/oder Laptop mit. Wir zeigen Ihnen, wie Sie damit umgehen und geben Tipps und verraten Tricks.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Wohnungsgenossenschaft BEROLINA, Neue Jakobstraße 30, 10179 Berlin

---

# Mittwoch, 10.06.2026

---

## **15:00 – 16:30 Uhr: Circle Singing und Stimmimprovisation mit Cornelia Voß**

Einfach zusammen singen! Für alle Erwachsenen, die ihre Stimme spielerisch entdecken möchten und gerne gemeinsam singen.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## **18:00 – 21:00 Uhr: Lesung: „Manchmal muss man sich entscheiden“**

*Lesung mit dem Uwe-Johnson-Nachwuchspreisträger Domenico Müllensiefen*  
Domenico Müllensiefen liest aus seinem aktuellen Roman, einem literarischen Roadmovie durch die Gegenwart. Im Zentrum steht die Lkw-Fahrerin Sandra, die gezwungen ist, eine fundamentale Entscheidung zu treffen – zwischen der Rettung ihrer Fracht und der Zukunft ihrer Tochter.

Informationen und Anmeldung über [haus@hvd-bb.de](mailto:haus@hvd-bb.de).

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

# Donnerstag, 11.06.2026

---

## **11:00 – 13:00 Uhr: „Die Pfefferstreuer“, Senior\* innentheater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen, wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein!

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

## **14:00 – 16:00 Uhr Literaturkreis mit Axel Uhlig und Monika Gröpler**

Thema: Lutz Seiler; Wir erkunden u. a. die Werke „Kruso“ und „Stern111“

Anmeldung über Tel.: 030 29 64 087 oder per E-Mail: [axeluhlig@gmx.net](mailto:axeluhlig@gmx.net)

**Treffpunkt:** Gruppenraum, Genossenschaft Solidarität, Schillingstraße 30, 10179 Berlin

---

## Freitag, 12.06.2026

---

### **10:30 – 11:45 Uhr: Yoga mit Veronika von Strachwitz-Camara**

Für einen bewussten Ausklang der Woche mit Bewegung und Entspannung. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

### **12:00 – 14:00 Uhr: Kreatives Schreiben mit Dr. Brigitte Jaschke**

Wir schreiben vor Ort zu einem Impuls, Wort oder Thema spontan und tragen das Geschriebene einander vor. Haben Sie dazu Lust? Dann schreiben Sie mit! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Montag, 15.06.2026

---

### **17:00 – 18:30 Uhr: „Ilker Çatak: Geschichten die uns alle angehen“**

*Vortrag von und mit Norbert Wirth*

Der Berliner Regisseur Ilker Çatak ist mit dem Goldenen Bären und neun Nominierungen für den Deutschen Filmpreis 2026 aktuell in aller Munde.

Norbert Wirth stellt den Filmemacher vor und erzählt von persönlichen Begegnungen mit ihm.

Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Dienstag, 16.06.2026

---

### **10:00 – 12:00 Uhr: Mal- und Zeichenzirkel mit Ulrike Baade**

Wir treffen uns, um gemeinsam künstlerisch tätig zu sein, unserer Kreativität freien Lauf zu lassen und Techniken auszuprobieren. Erste Materialien werden vor Ort zur Verfügung gestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Str. 31-33, 10117 Berlin

---

---

### **10:00 – 11:30 Uhr: Workshop Smartphone Einsteiger\*innen II**

Hinweis: Erster Teil des Kurses findet am 09.06.2026, von 10:00 – 11:30 Uhr statt.

Informationen und Anmeldung bei Christa Engl, Tel: 030 24 62 78 07 oder [weltenbummler.pw@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.pw@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Weltenbummler Pankow, Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

**Kosten:** Gesamtpreis für beide Tage 25€

---

## Mittwoch, 17.06.2026

---

### **18:00 – 22:00 Uhr: Die Piscatorbühne am Nollendorfplatz**

*Filmvorführung*

Zum 60. Todestag des Exilanten Erwin Piscator.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

### **11:00 – 12:30 Uhr: Workshop: Passwörter sicher verwalten – ganz einfach!**

Immer mehr Konten, immer mehr Passwörter – da verliert man schnell den Überblick. Wir zeigen Ihnen, wie ein Passwort-Manager den Alltag erleichtert.

Informationen und Anmeldung bei Christa Engl, Tel.: 030 24 62 78 07 oder [weltenbummler.pw@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.pw@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Weltenbummler Pankow, Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

**Kosten:** 12€

---

# Donnerstag, 18.06.2026

---

## **11:00 – 13:00 Uhr: „Die Pfefferstreuer“, Senior\*innentheater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

## **14:00 – 16:00 Uhr: Foto-AG für Senior\*innen mit Horst Beckmann**

Gemeinsam wollen wir einmal im Monat Lieblingsfotos bearbeiten, Erfahrungen teilen und die Zeit mit Gleichgesinnten genießen. Mitmachen kann jede\*r – egal ob Anfänger\*in oder Profi.

Informationen und Anmeldung bei Christa Engl, Tel.: 030 24 62 78 07 oder [weltenbummler.pw@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.pw@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Weltenbummler Pankow, Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

**Kosten:** 2,50€ monatlich

---

# Samstag, 20.06.2026

---

## **THEMENVERANSTALTUNG: Demokratie**

### **13:00 – 15:00 Uhr: Fahrradkorso: Senior Mass, Wir bleiben mobil**

*Eine Veranstaltung von Changing Cities e. V. und dem Netzwerk fahrradfreundliches Tempelhof-Schöneberg*

In Berlin sind eine Million Menschen 60+ fit und aktiv, doch unsichere Straßen halten sie vom Radfahren ab. Das ändern wir: Gemütliche Tour mit Polizeibegleitung über den Kudamm und durch den Kiez zurück zur Yorckstraße.

Mehr Infos: [www.rad-ts.de/seniormass-20-06-2026/](http://www.rad-ts.de/seniormass-20-06-2026/)

**Abfahrt:** S-/U-Bahnhof Yorckstraße, Ecke Katzlerstraße, 10829 Berlin

---

# Sonntag, 21.06.2026

---

## **THEMENVERANSTALTUNG: Demokratie**

### **11:00 – 16:00 Uhr: Welthumanist\*innentag 2026: Familienfest auf dem Humanistischen Bildungscampus**

Freuen Sie sich auf ein buntes Programm für Kinder und Erwachsene und werden Sie selbst Teil davon! Unsere Open Stage lädt alle ein, sich einzubringen. Darüber hinaus bietet der Tag spannende Einblicke in den Humanistischen Bildungscampus als lebendigen Bildungs- und Begegnungsort.

**Treffpunkt:** Bildungscampus; Grabbeallee 36-40; 13156 Berlin

---

# Montag, 22.06.2026

---

## **15:00 – 16:30 Uhr: Kunst sehen – Kunst verstehen mit Norbert Wirth**

Was macht ein Bild zum Kunstwerk und wie erkennen wir verschiedene Stilrichtungen? Wir entdecken gemeinsam die Bedeutung von Farben, Formen und Symbolik in der Kunst. Informationen und Anmeldung über Norbert Wirth: 030 27 99 96 29 oder per E-Mail an [letter-plus@posteo.de](mailto:letter-plus@posteo.de)

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

# Dienstag, 23.06.2026

---

## **THEMENVERANSTALTUNG: Demokratie**

### **14:00 – 16:00 Uhr: Puls-Café: „Auf meinen Spuren: Wie ich Demokratie (er-)lebt habe“**

DDR, BRD und die Wiedervereinigung: Wie haben Sie politische Freiheiten und Unfreiheiten erlebt? Was hat Sie geprägt? Aus Ihren persönlichen Geschichten formulieren wir unser gemeinsames Demokratie-Manifest im Puls-Café im Juli.

Informationen und Anmeldung über [seniorenbuero@hvd-bb.de](mailto:seniorenbuero@hvd-bb.de) oder Tel.: 030 20 64 67 520.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Straße 31-33, 10117 Berlin

---

## Mittwoch, 24.06.2026

---

### **15:00 – 16:30 Uhr: Circle Singing und Stimmimprovisation mit Cornelia Voß**

Einfach zusammen singen! Für alle Erwachsenen, die ihre Stimme spielerisch entdecken möchten und gerne gemeinsam singen.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

### **16:30 – 18:00 Uhr: Leben im Wandel – Alter als Chance mit Brigitte Kammerer-Jöbges**

Eine Veranstaltungsreihe für alle, die Lust haben, neue Perspektiven aufs Älterwerden zu entdecken. Was bedeutet gutes Altern für Sie? Und wie möchten wir weiterarbeiten?

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Donnerstag, 25.06.2026

---

### **10:00 – 12:00 Uhr: Computerstammtisch der Weltenbummler in Neukölln**

In einem lockeren Format gibt es Tipps von Hendrik Nietz im Umgang mit Hard- und Software. Alle sind willkommen, auch Expert\*innen.

Information und Anmeldung unter Tel: 030 68 05 42 87 oder per E-Mail an [weltenbummler.nk@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.nk@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Bürgerzentrum Neukölln, Werbellinstraße 42, 12053 Berlin

---

---

**11:00 – 13:00 Uhr: „Die Pfefferstreuer“, Senior\*innentheater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

**14:00 – 16:00 Uhr: Digital mobil mit Marten Schönemann**

Bringen Sie gerne Ihr Smartphone, Tablet und/oder Laptop mit. Wir zeigen Ihnen, wie Sie damit umgehen und geben Tipps und verraten Tricks. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Wohnungsgenossenschaft BEROLINA, Neue Jakobstraße 30, 10179 Berlin

---

## Freitag, 26.06.2026

---

**10:30 – 11:45 Uhr: Yoga mit Veronika von Strachwitz-Camara**

Für einen bewussten Ausklang der Woche mit Bewegung und Entspannung. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Samstag, 27.06.2026

---

**BERLINER SENIORENWOCHE**

**11:30 – 17:00 Uhr: Eröffnung der 52. Berliner Seniorenwoche**

*Eine Veranstaltung der Berliner Senatsverwaltung*

Feierlicher Auftakt mit Senatorin Cansel Kiziltepe, gefolgt vom Markt der Möglichkeiten. Hier stellen sich Vereine, Institutionen und Organisationen mit ihren Angeboten für Senior\*innen vor.

**Treffpunkt:** Amerika-Gedenkbibliothek, Blücherplatz 1, 10961 Berlin

---

# Montag, 29.06.2026

---

## **BERLINER SENIORENWOCHE**

### **10:00 – 12:00 Uhr: Weltenbummler Friedenau: Computerstammtisch**

Fritz Esslinger gibt in einem lockeren Format Tipps und verrät Tricks im Umgang mit Hard- und Software. Alle sind willkommen, auch Expert\*innen. Information und Anmeldung bei Hendrik Nietz unter Tel: 030 68 05 42 87 oder per E-Mail an [weltenbummler.nk@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.nk@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Nachbarschaftsheim Schöneberg, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin

---

# Dienstag, 30.06.2026

---

## **BERLINER SENIORENWOCHE**

### **14:00 – 16:00 Uhr: Offene Sprechstunde Vorsorgenetz**

Das Vorsorgenetz im Humanistischen Verband Berlin-Brandenburg bündelt verschiedene Vorsorgeangebote: Patient\*innenverfügung, die Feierkultur, die Hospizarbeit, den humanistischen Bestattungshain oder das Testament. Die offene Sprechstunde bietet Ihnen die Möglichkeit, sich zu informieren.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Str. 31-33, 10117 Berlin

---

# Donnerstag, 02.07.2026

---

## **BERLINER SENIORENWOCHE**

### **10:00 – 16:00 Uhr: Tag der offenen Tür im Seniorenbüro**

Entdecken Sie die Vielfalt unserer Angebote. Unsere Ehrenamtlichen zeigen, was sie können: Malen, Schreiben, Singen, Kunst entdecken, Brettspiele und mehr. Dazu gibt's Kaffee, Snacks und gute Laune. Schauen Sie rein! Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

---

## **BERLINER SENIORENWOCHE**

### **11:00 – 13:00 Uhr: Offene Probe „Die Pfefferstreuer“, Senior\*innen-theater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

## **Freitag, 03.07.2026**

---

## **BERLINER SENIORENWOCHE**

### **10:30 – 11:45 Uhr: Yoga mit Veronika von Strachwitz-Camara**

Für einen bewussten Ausklang der Woche mit Bewegung und Entspannung. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## **Dienstag, 07.07.2026**

---

### **10:00 – 11:30 Uhr: Workshop: Liefersdienste erleichtern den Alltag**

Onlineliefersdienste haben viele Vorteile, wenn man nicht mehr so mobil ist oder Zeit sparen möchte. Wie findet man geeignete Angebote, wie gibt man Bestellungen auf? Worauf muss man bei Bezahlung und Lieferung achten? Informationen und Anmeldung bei Christa Engl, Tel.: 030 24 62 78 07 oder [weltenbummler.pw@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.pw@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Weltenbummler Pankow, Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

**Kosten:** 12€

---

---

**10:00 – 12:00 Uhr: Mal- und Zeichenzirkel mit Ulrike Baade**

Wir treffen uns, um gemeinsam künstlerisch tätig zu sein, unserer Kreativität freien Lauf zu lassen und Techniken auszuprobieren. Erste Materialien werden vor Ort zur Verfügung gestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Str. 31-33, 10117 Berlin

---

**13:00 – 15:00 Uhr: Gedächtnistraining mit Heidi Kämpf**

Tun Sie etwas für Ihr Gedächtnis und für ein selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter! Verbessern Sie auf unterhaltsame und strukturierte Weise die Leistungsfähigkeit Ihres Gehirns und stärken Sie Ihre Ressourcen. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Str. 31-33, 10117 Berlin

---

## Donnerstag, 09.07.2026

---

**11:00 – 13:00 Uhr: „Die Pfefferstreuer“, Senior\*innentheater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

**14:00 – 16:00 Uhr Literaturkreis mit Axel Uhlig und Monika Gröpler**

Thema: Bertolt Brecht

Wir erkunden Lyrik und Essays des berühmten Autors und Dramatikers. Anmeldung über Tel.: 030 29 64 087 oder per E-Mail: axeluhlig@gmx.net

**Treffpunkt:** Gruppenraum, Genossenschaft Solidarität, Schillingstraße 30, 10179 Berlin

---

## Freitag, 10.07.2026

---

### **10:30 – 11:45 Uhr: Yoga mit Veronika von Strachwitz-Camara**

Für einen bewussten Ausklang der Woche mit Bewegung und Entspannung. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

### **12:00 – 14:00 Uhr: Kreatives Schreiben mit Dr. Brigitte Jaschke**

Wir schreiben vor Ort zu einem Impuls, Wort oder Thema spontan und tragen das Geschriebene einander vor. Haben Sie dazu Lust? Dann schreiben Sie mit! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

### **17:00 – 21:00 Uhr: Vortrag: Max Sievers**

Zum 82. Todestag von Max Sievers präsentiert Olaf Schlunke Texte aus dem neuen Buch von Pierre-Yves Modicom. Ein Abend über eine prägende Figur der Freidenker-Bewegung, ihr internationales Echo und ihre Bedeutung heute. Informationen und Anmeldung über Haus@hvd-bb.de

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Montag, 13.07.2026

---

### **15:00 – 16:30 Uhr: Kunst sehen – Kunst verstehen mit Norbert Wirth**

Gemeinsam nähern wir uns grundlegenden Fragen: Was macht ein Bild zum Kunstwerk und wie erkennen wir verschiedene Stilrichtungen?

Informationen und Anmeldung über Norbert Wirth: 030 27 99 96 29 oder per E-Mail an letter-plus@posteo.de.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Dienstag, 14.07.2026

---

### **10:00 – 11:30 Uhr: Workshop Smartphone für Einsteiger\*innen I**

Hinweis: Zweiter Teil des Kurses findet am 21.07.2026 von 10:00 – 11:30 Uhr statt. Informationen und Anmeldung bei Christa Engl, Tel: 030 24 62 78 07 oder [weltenbummler.pw@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.pw@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Weltenbummler Pankow, Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

**Kosten:** Gesamtpreis für beide Tage 25€

---

### **14:00 – 16:00 Uhr: Digital mobil mit Marten Schönemann**

Bringen Sie gerne Ihr Smartphone, Tablet und/oder Laptop mit. Wir zeigen Ihnen, wie Sie damit umgehen und geben Tipps und verraten Tricks.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** BEROLINA Genossenschaft, Neue Jakobstraße 30, 10179 Berlin

---

## Mittwoch, 15.07.2026

---

### **14:00 – 16:00 Uhr: Foto-AG für Senior\*innen mit Horst Beckmann**

Gemeinsam wollen wir einmal im Monat Lieblingsfotos bearbeiten, Erfahrungen teilen und die Zeit mit Gleichgesinnten genießen. Mitmachen kann jede\*r – egal ob Anfänger\*in oder Profi. Informationen und Anmeldung bei Christa Engl, Tel.: 030 24 62 78 07 oder [weltenbummler.pw@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.pw@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Weltenbummler Pankow, Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

**Kosten:** 2,50€ monatlich

---

### **15:00 – 16:30 Uhr: Circle Singing und Stimmimprovisation mit Cornelia Voß**

Einfach zusammen singen! Für alle Erwachsenen, die ihre Stimme spielerisch entdecken möchten und gerne gemeinsam singen.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Donnerstag, 16.07.2026

---

### **11:00 – 13:00 Uhr: „Die Pfefferstreuer“, Senior\*innentheater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

### **14:00 – 16:00 Uhr: Philosophische Im-Pulse – Unser Gesprächskreis**

Thema: Glück im Alter

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Buddhistisches Zentrum „Lotos Vihara e.V.“, Neue Blumenstraße 5 (roter Flachbau), 10179 Berlin

---

### **15:00 – 16:00 Uhr: Philosophische Im-Pulse – Online-Gesprächskreis**

Nehmen Sie an unserem philosophischen Online-Gesprächskreis teil, ganz bequem von zuhause aus, über Ihr Smartphone oder Ihren PC. Wir freuen uns auf Sie!

Informationen zum Thema und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** online via Teams

---

## Freitag, 17.07.2026

---

### **10:30 – 11:45 Uhr: Yoga mit Veronika von Strachwitz-Camara**

Für einen bewussten Ausklang der Woche mit Bewegung und Entspannung. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Dienstag, 21.07.2026

---

### **10:00 – 12:00 Uhr: Mal- und Zeichenzirkel mit Ulrike Baade**

Wir treffen uns, um gemeinsam künstlerisch tätig zu sein, unserer Kreativität freien Lauf zu lassen und Techniken auszuprobieren. Erste Materialien werden vor Ort zur Verfügung gestellt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Str. 31-33, 10117 Berlin

---

### **10:00 – 11:30 Uhr: Workshop Smartphone Einsteiger\*innen II**

Hinweis: Erster Teil des Kurses findet am 14.07.2026, von 10:00 – 11:30 Uhr statt. Informationen und Anmeldung bei Christa Engl, Tel: 030 24 62 78 07 oder [weltenbummler.pw@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.pw@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Weltenbummler Pankow, Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

**Kosten:** Gesamtpreis für beide Tage 25€

---

## Mittwoch, 22.07.2026

---

### **16:30 – 18:00 Uhr: Leben im Wandel – Alter als Chance mit Brigitte Kammerer-Jöbges**

Eine Veranstaltungsreihe für alle, die Lust haben, neue Perspektiven aufs Älterwerden zu entdecken. Was bedeutet gutes Altern für Sie? Und wie möchten wir weiterarbeiten?

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Donnerstag, 23.07.2026

---

### **11:00 – 13:00 Uhr: „Die Pfefferstreuer“, Senior\*innentheater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

## Freitag, 24.07.2026

---

### **10:30 – 11:45 Uhr: Yoga mit Veronika von Strachwitz-Camara**

Für einen bewussten Ausklang der Woche mit Bewegung und Entspannung. Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

## Samstag, 25.07.2026

---

### **THEMENVERANSTALTUNG: Demokratie**

### **Ab 12:00 Uhr: 48. Berlin Pride Weekend: Christopher Street Day Berlin Pride**

Laut, bunt und politisch geht's am Samstag mit der großen Christopher Street Day Parade ab Leipziger Straße über Potsdamer Platz, Nollendorfplatz bis zur Siegestsäule. Der Humanistische Verband Berlin-Brandenburg ist gemeinsam mit dem Paritätischen Verband dabei.

Wer uns begleiten will kann sich bei [queerhuman@hvd-bb.de](mailto:queerhuman@hvd-bb.de) melden.

**Treffpunkt:** Leipziger Straße/ Ecke Spittelmarkt, 10117 Berlin

---

# Montag, 27.07.2026

---

## **10:00 – 12:00 Uhr: Weltenbummler Friedenau: Computerstammtisch**

Fritz Esslinger gibt in einem lockeren Format Tipps und verrät Tricks im Umgang mit Hard- und Software. Alle sind willkommen, auch Expert\*innen. Information und Anmeldung bei Hendrik Nietz unter Tel: 030 68 05 42 87 oder per E-Mail an [weltenbummler.nk@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.nk@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Nachbarschaftsheim Schöneberg, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin

---

## **15:00 – 16:30 Uhr: Kunst sehen – Kunst verstehen mit Norbert Wirth**

Gemeinsam nähern wir uns grundlegenden Fragen: Was macht ein Bild zum Kunstwerk und wie erkennen wir verschiedene Stilrichtungen? Wir entdecken die Bedeutung von Farben, Formen und Symbolik in der Kunst. Informationen und Anmeldung über Norbert Wirth: 030 27 99 96 29 oder per E-Mail an [letter-plus@posteo.de](mailto:letter-plus@posteo.de).

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

# Dienstag, 28.07.2026

---

## **THEMENVERANSTALTUNG: Demokratie**

### **14:00 – 16:00 Uhr: Puls-Café: „Unser Demokratie-Manifest: Was wir weitergeben wollen“**

Aus den Erinnerungen des Treffens im Juni entwickeln wir ein kurzes, kraftvolles Manifest mit Leitsätzen für die Demokratie von morgen. Ob als Brief, Plakat oder „Rezept“ – hier wird Ihre Stimme hörbar! Das Ergebnis dient im September als Impuls für den Generationendialog zur Wahl. Sie haben das Treffen im Juni verpasst? Kommen Sie trotzdem vorbei, und gestalten Sie mit! Informationen und Anmeldung über [seniorenbuero@hvd-bb.de](mailto:seniorenbuero@hvd-bb.de) oder Tel.: 030 20 64 67 520.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Leipziger Straße 31-33, 10117 Berlin

---

### **12:00 – 14:00 Uhr: Kreatives Schreiben mit Dr. Brigitte Jaschke**

Wir schreiben vor Ort zu einem Impuls, Wort oder Thema spontan und tragen das Geschriebene einander vor. Haben Sie dazu Lust? Dann schreiben Sie mit! Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

# Mittwoch, 29.07.2026

---

### **15:00 – 16:30 Uhr: Circle Singing und Stimmimprovisation mit Cornelia Voß**

Einfach zusammen singen! Für alle Erwachsenen, die ihre Stimme spielerisch entdecken möchten und gerne gemeinsam singen.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Haus des HUMANISMUS, Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin

---

# Donnerstag, 30.07.2026

---

## **10:00 – 12:00 Uhr: Computerstammtisch der Weltenbummler in Neukölln**

In einem lockeren Format gibt es Tipps von Hendrik Nietz im Umgang mit Hard- und Software. Alle sind willkommen, auch Expert\*innen.

Information und Anmeldung unter Tel: 030 68 05 42 87 oder per E-Mail an [weltenbummler.nk@hvd-bb.de](mailto:weltenbummler.nk@hvd-bb.de)

**Treffpunkt:** Bürgerzentrum Neukölln, Werbellinstraße 42, 12053 Berlin

---

## **11:00 – 13:00 Uhr: „Die Pfefferstreuer“, Senior\*innentheater 55+ mit Carlo Rossi**

Unsere Theatergruppe unter professioneller Leitung sucht immer Interessierte. Sie haben keine Angst davor auf der Bühne zu stehen? Und können sich vorstellen wöchentlich zu proben? Dann schnuppern Sie gerne bei uns rein!

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Stadtteilzentrum Teutoburger Platz, Aktionsraum, Fehrbelliner Straße 92, 10119 Berlin

---

## **14:00 – 16:00 Uhr: Digital mobil mit Marten Schönemann**

Bringen Sie gerne Ihr Smartphone, Tablet und/oder Laptop mit. Wir zeigen Ihnen, wie Sie damit umgehen und geben Tipps und verraten Tricks.

Informationen und Anmeldung über das Seniorenbüro.

**Treffpunkt:** Wohnungsgenossenschaft BEROLINA, Neue Jakobstraße 30, 10179 Berlin

---

# Wir erinnern an:

## **Regine Reitzenstein (1956 – 2026)**



Wir trauern um unsere langjährige Kollegin und Freundin Regine Reitzenstein.

Regine war über viele Jahre Teil unseres ehrenamtlichen Teams beim Senioren-Internetcafé Weltenbummler des Humanistischen Verbandes Berlin-Brandenburg in Pankow. Mit großem Engagement hat sie Senior\*innen dabei unterstützt, sich im digitalen Alltag besser zurechtzufinden. Für alle Probleme unserer Besucher\*innen hatte sie stets ein offenes Ohr und vor allem immer die richtigen Tipps und Tricks. Ihre herzliche und fröhliche Art half vielen, die Berührungsängste mit der digitalen Welt schnell abzubauen.

Sie war voller Ideen und immer interessiert und gut informiert über neue Trends. Ihre Arbeit war so wertvoll – für uns als Dozierendenteam und vor allem für all die Senior\*innen, die sie in ihrer langen ehrenamtlichen Tätigkeit unterrichtet hat.

Ihr plötzlicher und völlig unerwarteter Tod hat uns tief getroffen und hinterlässt eine große Lücke. Wir werden sie in dankbarer Erinnerung behalten. Unser aufrichtiges Mitgefühl gehört ihrer Familie.

Liebe Regine, wir vermissen dich!

Deine Kolleg\*innen vom Senioren-Internetcafé Weltenbummler

## Seniorenbüro

Humanistischer Verband Berlin-Brandenburg KdöR  
Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin  
Tel.: **0151 74 39 43 67** (Mo-Fr 10.00 – 16.00 Uhr)  
E-Mail: **seniorenbuero@hvd-bb.de**  
**www.humanistisch.de/seniorenbuero**

## Impressum

Der Puls-Kurier erscheint in der Regel zweimonatlich.

### Herausgeber

Humanistischer Verband Berlin-Brandenburg KdöR  
Bereich Engagement & Kultur  
Potsdamer Straße 157, 10783 Berlin  
Tel.: 030 20 64 67 50  
E-Mail: [freunde@hvd-bb.de](mailto:freunde@hvd-bb.de)  
[www.humanistisch.de/hvd-bb](http://www.humanistisch.de/hvd-bb)

Vertreten durch Katrin Raczynski (Vorstandsvorsitzende),  
David Driese (Vorstand), Anja Krüger-Chan (Vorständin)

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE316038128

### Redaktionsteam

Frieda Grube  
René Thannhäuser  
Dr. Katrin Penzel-Enckmann (Nachruf Regine Reitzenstein)

### Bilder

Titelbild © Canva

Geburtstagsgratulant\*innen © Canva

Regine Reitzenstein: © Die Weltenbummler Pankow

Wir verwenden eine geschlechtergerechte Schreibweise mit dem Gender-Stern \*, um alle sozialen Geschlechter und Geschlechteridentitäten gleichermaßen sichtbar zu machen.

### Spendenkonto

SozialBank

IBAN: DE52370205000003136467

Stichwort: Senioren

