

Das_MoKuZ

Euer Mobiles Kulturzentrum

im Dezember

Kostenlose Freizeitangebote

Englisch Sprachfrühstück

Di, 10.12.

LEARN

Gruppe 1 für **Anfänger*innen: 9:00 Uhr**
Gruppe 2 für **Fortgeschrittene: 11:00 Uhr**
Lockere Runde zum Üben v.a. mündlicher Sprachkenntnisse, Getränke vor Ort, gerne Frühstück/Snacks mitbringen.

Mörchinger Str. 116
Anmeldung: mokuz@wsba.de

Mi, 04.12.:

MoKuZ-Weihnachtsfeier & Ausstellung

Offenes, weihnachtliches Treffen zum Ausklingenlassen des Jahres. Und Foto-Ausstellung der Ehrenamtlichen der Nachbarschaft. Wir sorgen für Punch, Suppe und Snacks.

18:00 - 20:30 Uhr
NBH Wannseebahn e.V.
Mörchinger Str. 49

Anmeldung über
mokuz@wsba.de

Smartphone-Hilfe

Di, 03.12.24 & Di,
17.12.24

Professionelle Hilfe bei Problemen mit Smartphone & Internet (auch PC).
Keine Anmeldung nötig.

16:00 - 17:30 Uhr
Mörchinger Str. 116

"Yoga für den Verstand" - Stressbewältigung & Selbsthilfe mit Selda

Di, 17.12. um 18:15 Uhr & Sa, 28.12 um 15 Uhr

Input von Selda als Einführung in Byron Katies "The Work". Belastende Gedanken werden durch 4 Fragen und sog. Umkehrungen reflektiert. **Achtung:** Kein Therapie, es geht um Selbsthilfe und Austausch!

Nur für Frauen!

NBH Wannseebahn e.V.,
Mörchinger Str. 116

Anmeldung über
mokuz@wsba.de

Entdecke unseren digitalen Kalender!



Abonniere unseren neuen Newsletter!



Und erhalte unser Programm per Mail.

Mi, 11.12.: Nähen

Gemeinsames Nähen unter professioneller Anleitung durch Constanze.

Anmeldung über:
post@schniekerei.de

18:00 Uhr
NBH Wannseebahn e.V.
Mörchinger Str. 49

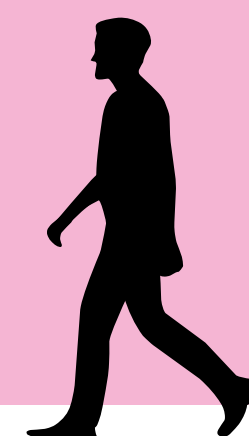
Walk and Talk

04.12 & 11.12.

Diesen Monat nur 2 Termine!

Gemeinsam eine kleine Runde laufen. Keine Anmeldung nötig.

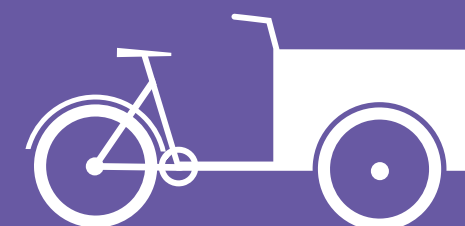
14:30 Uhr, NBH Wannseebahn e.V.
Mörchinger Str. 49



MoKuZ Mobil

Jeden **Dienstag** sind wir (bei gutem Wetter) mit unserem tollen **Lastenrad-Infostand** an wechselnden Standorten im Kiez unterwegs. Mehr Infos über Instagram!

13-16 Uhr dienstags



Lust, **Eure Wünsche** mit einzubringen oder **eigene Projekte** zu starten? **Fehlt etwas** Bestimmtes in unserem Programm? Meldet Euch unter mokuz@wsba.de und wir schauen, ob wir es möglich machen können!

Wir freuen uns immer über **Ehrenamtliche, Praktikant*innen und Honorarkräfte**, die uns ermöglichen, unser Programm zu erweitern!

Yoga mit Ulrike

Mo, 02.12.24 - 17:30 Uhr
Mo, 09.12.24 - 17:30 Uhr
Mo, 16.12.24 - 17:30 Uhr

Yoga mit Ulrike (55+)

Mo, 02.12.24 - 9:00 Uhr
Mo, 09.12.24 - 9:00 Uhr

Warteliste über mokuz@wsba.de

