





Barbarossastraße 65 10781 Berlin Tel. 030 21730 202 kiezoase@pfh-berlin.de www.kiezoase.de



Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark

Kurmärkische Straße 13 10783 Berlin Tel. 030 2579 7538 kurmark@pfh-berlin.de www.pfh-berlin.de/ kurmark



Nachbarschafts-

Steinmetz

Steinmetzstraße 67/68 10783 Berlin Tel. 030 2360 8688 steinmetz@pfh-berlin.de www.pfh-berlin.de/ steinmetz





Stiftung des öffentlichen Rechts

Träger: Pestalozzi-Fröbel-Haus Karl-Schrader-Straße 7/8 10781 Berlin www.pfh-berlin.de

Angebote für die Nachbarschaft Initiativen, Veranstaltungen, Beratung

Angebote für Familien Rund um die Geburt, Angebote für junge Eltern

Workshops für Erziehende, Eltern-Kind-Kurse Kinderkurse, Angebote im Freien, Gruppen

29 Angebote für Erwachsene Kurse, Gruppen, Selbsthilfegruppen

Angebote für ältere Menschen

Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark

46 Angebote für die Nachbarschaft

Veranstaltungen, Beratung

54 Angebote für Familien Kurse, Offene Angebote

60 Angebote für Erwachsene

Kurse, Offene Angebote, Initiativen

Angebote für ältere Menschen

Nachbarschaftszentrum Steinmetzstraße Mehrgenerationenhaus

68 Angebote für die Nachbarschaft Initiativen und Veranstaltungen, Beratung, Angebote

74 Angebote für Familien

Angebote für Erwachsene 77

PFH Einrichtungen/Partner im Kiez

80 PFH Einrichtungen

87 Partner im Kiez

90 Das PFH 91

78

Kiezoase e. V.



Oase^Z Schöneberg

Nachbarschafts- und Familienzentrum

Barbarossastraße 65, 10781 Berlin kiezoase@pfh-berlin.de Telefon: 030 21730 202 www.kiezoase.de



nitiativen	6
/eranstaltungen	8
Beratung	10
Rund um die Geburt	11
Angebote für junge Eltern	15
Workshops für Erziehende	18
Eltern-Kind-Kurse	19
Kinderkurse	24
Angebote im Freien	26
Gruppen Familie	27
Angebote für Erwachsene	29
Kurse Erwachsene	29
Gruppen Erwachsene	32
Selbsthilfegruppen	35
Angehote für ältere Menschen	36



Nachbarschafts- und Familienzentrum Kiezoase

Die Kiezoase ist Treffpunkt für alle Generationen. Wir engagieren uns für ein breit gefächertes Bildungs-, Beratungs- und Freizeitangebot und unterstützen Sie gerne, Ihre Ideen einzubringen und umzusetzen, für Sie und für die Nachbarschaft!

Das Team der Kiezoase

Familienbildung: Anna Tesch, Astrid Lukawsky, Zahra Mustafa, Marta Palombo, Angela Rauscher 21730 203, 0151 1507 5659, tesch@pfh-berlin.de

Ältere Menschen: Gertraude Langbehn, Hugo Kargin 21730 166, langbehn@pfh-berlin.de

Mobile Stadtteilarbeit: Jörn Brenssell, Yvette Naumann, Khalil Mustafa joern.brenssell@pfh-berlin.de

Infobüro: Gabriela Kulik, Alexia Schulz 21730 202, kiezoase@pfh-berlin.de

Café: Almaz Haile-Mariam

Leitung: Nina Lutz 21730 274, lutz@pfh-berlin.de

Gefördert durch





Amt für Soziales Tempelhof-Schöneberg



Öffnungszeiten des Cafés

montags-donnerstags 10:00-13:00 Uhr 14:00-18:00 Uhr freitags 10:00-13:00 Uhr

Öffnungszeiten des Info-Büros

montags und mittwochs 15:00–18:00 Uhr dienstags und donnerstags 10:00–13:00 Uhr 21730 202, kiezoase@pfh-berlin.de

Anmeldung

Kursanmeldungen für Kurse, die Anfang September starten, sind bis 5. Juli über unsere Homepage oder das Infobüro möglich. Aufgrund hoher Nachfrage für viele Kurse werden die Plätze nach der Anmeldefrist verlost. Ab 10. Juli erhalten Sie von uns eine Rückmeldung.

Wir bitten dann um Bezahlung der Kursgebühren bis 31. Juli, um zuverlässig planen und ggf. nicht angetretene Plätze an andere vergeben zu können.

Ermäßigungen für Berlinpass-Inhaber*innen.

Bei Anmeldungen von Geschwistern für das gleiche Angebot, zahlt das 2. Kind den ermäßigten Preis.

Barzahlung, Zahlung mit EC Karte oder Überweisung auf das Konto der Kiezoase Schöneberg möglich:

ACHTUNG* Neue IBAN: DE22 3702 0500 0003 0367 09

Unbedingt Ihre yolawo Buchungsnummer bei der Überweisung angeben! Bei Rücktritt vom Kurs besteht kein Anspruch auf Rücküberweisung der Kursgebühr. Bei Fragen zu Angeboten und Kursanmeldungen wenden Sie sich bitte – sofern nicht anders angegeben – an das Infobüro der Kiezoase.

Schließzeiten 2023/2024

24. Juli–11. August 22. Dezember–2. Januar

Darüber hinaus bitte beachten: Kurse, die auf dem PFH Campus (im Musiksaal, der Turnhalle oder dem Spiegelsaal) stattfinden, können in Berliner Schulferien und an schulfreien Tagen nicht stattfinden.



KIEZOASE

"Eine Welt-Laden"

Hier können Sie fair-gehandelte Produkte, von Kaffee bis Gummibärchen, von verschiedenen Anbietern erwerben. Sie finden uns auch auf den Trödelmärkten und bei Veranstaltungen der Kiezoase.

> mittwochs 10:00–12:00 Uhr freitags 18:00–20:00 Uhr Freiwilligentreff, Barbarossastr. 65 donnerstags 14:00–17:00 Uhr

Café Kiezoase Sibylle Hartung

Tel. 21730 185 zu den Öffnungszeiten

Stricken ist »in«!

Gemeinsam mit anderen kleinere Arbeiten für Kopf, Hand und Fuß stricken. Die Teilnahme ist kostenlos. Es entstehen Kosten für das Material.

mittwochs 10:00–12:00 Uhr freitags 18:00–20:00 Uhr

Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Sibylle Hartung

Tel. 21730 185 zu den Kurszeiten

Repaircafé

Toaster kaputt? Lampe brennt nicht ...? Nicht wegwerfen, sondern reparieren! Anleitung zur Selbsthilfe gibt es im Repaircafé.

Immer am 2. Dienstag im Monat 17:00–20:00 Uhr

im Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Anmeldung erforderlich!

Bitte angeben, was repariert werden soll.

Infobüro: Tel. 21730 202

fLotte - freie Lastenräder für Berlin

Auch bei uns in der Kiezoase könnt ihr kostenlos ein Lastenrad der fLotte-Berlin ausleihen.

"Rossi" ist ein solides dreirädriges Bakfiets CargoTrike Classic Wide mit dem ihr bis zu drei Tage lang Kinder, Gepäck oder den Großeinkauf transportieren könnt.

Einfach auf der Webseite der fLotte reservieren und bei uns in der Kiezoase abholen:

www.flotte-berlin.de

Kiezkarte / Kiezmapping

Wir sind eine Gruppe von Engagierten, die eine Kiezkarte mit Hintergrundinformationen zu Orten und Initiativen entwickeln. Kontaktieren Sie uns gerne, wenn Sie mitmachen wollen.



Kontakt für Zu- und Mitarbeit: Jörn Brenssell Tel. 0151 1507 7478 joern.brenssell@pfh-berlin.de

Spiel- und Begegnungsstraße Barbarossastraße

Die Straße kreativ und bunt nutzen. Für alle von 0 bis 99+. Die Initiative Spielstraße Barbarossastraße sucht weitere Mitmachende. Jedes Engagement ist willkommen, von "wenig Zeit" bis "Teil der Initiative sein".



Termine Spielstraße:
Dienstag 04. Juli
Freitag 22. September
Dienstag 10. Oktober
15:00–18:00 Uhr

Barbarossastraße

(Kyffhäuser- bis Goltzstraße)

Kontakt: spielstrasse-schoeneberg@web.de

6 KIEZOASE NACHBARSCHAFT

Kinder-Baby-Trödel

Leihtische*: 12 €, müssen vorbestellt und im voraus bezahlt werden

- Bei schönem Wetter auf dem PFH Gelände *ein halber Marktstandtisch.
- bei schlechtem Wetter in der Mensa,*ein Schultisch

Eigener Tisch, ohne Voranmeldung 12 € bar vor Ort

bei schlechtem Wetter nur sehr limitierter Platz drinnen verfügbar

Samstag 16. September, 14. Oktober 14:00–17:00 Uhr, Aufbau 13:00 Uhr

Hof des PFH, Karl-Schrader-Str. 7/8 Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Frauentrödel

Alles was Frauen für kleines Geld abgeben, um Neues kaufen zu können. Das Café bietet Leckereien und Getränke.

Samstag 9. September, 14. Oktober 12:00–16:00 Uhr, Aufbau 11:00 Uhr

Tischmiete: 8 €

eigene Tische sind nicht möglich! Vor dem Café Kiezoase. Barbarossastraße 65

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Familie unterwegs

Eltern stellen ihre Alternative zur "Familienkutsche" vor z. B. Lastenräder oder Fahrradanhänger. Ihr kommt vorbei, schaut's euch an, könnt Fragen stellen und Probefahren!

Mittwoch 13. September 16:30–18:30 Uhr

Kleistpark, vor dem Wasserspielplatz kostenloses Angebot

Infos und Anmeldung:

Anna Tesch

tesch@pfh-berlin.de, Tel. 21730 203

Berliner Märchentage

Im Rahmen der 34. Berliner Märchentage wird es im November mehrere Veranstaltungen in der Kiezoase geben.





Schreib ein Märchen!

Wir suchen Märchen und Geschichten vom Miteinander

Liebe Nachbar*innen groß und klein, wir freuen uns auf eure Märchen und Geschichten!

Man nehme ... diesen Anfang:

"Es war einmal …" und folgende Begriffe: Schaukel, Schokoladeneis, Schwestern, Schlaf, Schatz, Schöneberg und schreibe 1–4 Seiten, auch gerne mit einem Bild, zum Thema der diesjährigen Berliner Märchentage: "Streit und Versöhnung

- Märchen und Geschichten vom Miteinander"

Einsendeschluss 31.Oktober inkl. Name, Kontakt und Alter an tesch@pfh-berlin.de

oder Abgabe

im Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Lesung ausgesuchter Kiezmärchen

Mittwoch 15. November ab 17:00 Uhr im Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Märchennachmittage

Nachbar*innen lesen vor – Märchen und Geschichten vom Miteinander für Kinder von 3–8 Jahren.

Montag 6. November Dienstag 7. November Mittwoch 8. November

ab 16:00 Uhr

im Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

8 KIEZOASE NACHBARSCHAFT

Verbraucherrechtsberatung

Erst- oder Kurzberatung zu Verbraucherrecht Beratung durch Herrn Kurandt, Rechtsanwalt

> 4. Mittwoch des Monats 17:00–18:00 Uhr

Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Anmeldung erforderlich: Infobüro, Tel. 21730 202

Familienrechtsberatung

Erst- oder Kurzberatung zu Familienrecht, Unterhalts- und Sorgerecht, Trennungs- und Scheidungsfragen, Mietrecht

Beratung durch Frau Briesenick, Rechtsanwältin

2. Dienstag im Monat 13:00–14:30 Uhr

im Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Anmeldung erforderlich: Infobüro, Tel. 21730 202

Erziehungs- und Familienberatung

Psychologin und Systemische Familientherapeutin Dorothée Weigel von der Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Pestalozzi-Fröbel-Hauses bietet Beratung zu allen Fragen der Erziehung und Beziehung zu ihrem Kind, Schwierigkeiten in der Partnerschaft und während/nach der Trennung oder sonstigen Belastungen des Familiensystems.

Offene Sprechstunde mittwochs 13:00–14:00 Uhr oder nach Vereinbarung

per Telefon, Video oder in der Heylstraße 33

Vorab schicken Sie bitte Anliegen und Telefonnummer per Mail an: Dorothée Weigel 0151 7278 0723, weigel@pfh-berlin.de

Yoga für Schwangere

Mit gezielten Yoga- und Atemübungen wollen wir Entspannung, Entlastung, Vorbereitung und Stärkung für die Zeit der Schwangerschaft und danach erfahren.

mittwochs 17:15–18:45 Uhr fortlaufende Gruppe

1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 Christine Owosekun

6 Termine, 45 (30) €

Anmeldung: marta.palombo@pfh-berlin.de

Yoga in pregnancy in English

Yoga's positions, movements and breath techniques to guide us into relaxation, release, preparation and strength for the time of pregnancy (and afterwards).



mondays 18:15-19:15

first floor of Kiezoase, Barbarossastraße 65

Marta Palombo doula and yoga teacher

6 weeks, 45 (30) €

Registration: marta.palombo@pfh-berlin.de

Geburtsvorbereitung ab dem 2. Kind

Wir erinnern uns an die natürlichen Geburtskräfte und deren positive Verstärkung durch Atmung und Bewegung. Beim Austausch über die Herausforderungen und die Planung der ersten Zeit nach der Geburt berücksichtigen wir die Vorbereitung und Einbeziehung der Geschwisterkinder.

Sonntag 11:00–18:00 Uhr

10. September, 8. Oktober, 12. November

1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 Saskia Böhm. Hebamme

Kostenübernahme durch Krankenkasse Partner*in zahlt 50,00 € (bei Anwesenheit)

Anmeldung SMS: 0174 9156 143 saskiaboehm7@gmail.com

10 KIEZOASE FAMILIE 11

Geburtsvorbereitung für Paare

Ihr bekommt viel Wissen über die Schwangerschaft, den Geburtsbeginn und die Phasen der Geburt, den Umgang mit Wehen durch Bewegung, Atmung, Entspannung und Massagen, Rettungsringe in der Geburtshilfe, Schmerzmittel und Interventionen und einen Ausblick auf die erste Zeit mit Baby im Wochenbett. Es gibt Zeit für Austausch, Fragen und viele praktische Übungen.

jeweils 18:30-21:30 Uhr

- 1. Kurs: 17. August, 24. August, 31. August, 5. September, 14. September
- 2. Kurs: 09. November, 16. November, 23. November, 30. November, 14. Dezember
- 1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 Lisa Leitlein, Hebamme

Kostenübernahme durch Krankenkasse. Partner*in zahlt 100/120/140 €

Anmeldung: lisa@friedefreudemutterkuchen.de

Crashkurs für werdende Väter

Ein 3-stündiger Kurs mit Infos und Fakten "Rund um die Geburt" für werdende Väter. Themen wie Wochenbett, Arbeitsteilung, babycare, Bonding aus Männersicht. Mit Babypuppen üben wir wie man ein Baby hält, beruhigt und wickelt.

> dienstags 18:00-21:00 Uhr 04. Juli / 10. Oktober in Präsenz 1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 donnerstags 18:00-21:00 Uhr 06. Juli digital Alexander Kusinski, Väterzentrum Berlin, pro Termin à 3 Std.: 40 €

Anmeldung: www.beratung-im-kontext.de

Offener Treff für Schwangere

Austausch und Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Kommt einfach vorbei, lernt andere werdende Eltern aus dem Kiez kennen und stellt eure Fragen. Auch eure Partner*innen sind herzlich willkommen!



🏂 Frohe Hilfen jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat 19:00-20:30 Uhr

> 1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 Samira Heyne, Hebamme

kostenloses Angebot, ohne Anmeldung

Open meeting for people in pregnancy in English

Exchange about pregnancy, birth and postpartum, with doula and yoga teacher Marta Palombo.

Join us to meet other people in pregnancy and share your questions and your experiences. Partners are welcome too!



every 2nd-4th Monday of the month 19:30-21:00 h.



1st floor of Kiezoase. Barbarossastraße 65 free of charge, no registration needed Info: marta.palombo@pfh-berlin.de

KIEZOASE FAMILIE

Rückbildungskurs

Rückbildungsgymnastik mit Yoga- und Tanzelementen für körperliche Fitness und Regeneration nach der Geburt

1. Kurs montags 10:30-11:30 Uhr

2. Kurs montags 12:00–13:00 Uhr ieweils 10 Termine fortlaufend

Einstieg nach Absprache jederzeit möglich Spiegelsaal, R 054, Haus 2b

Karl-Schrader-Str. 7/8

Andrea Dietter-Schnellen, Hebamme Finanzierung über die Krankenkasse

Anmeldung Tel. 0163 9873 364 andreadietter@web.de

Fit für Eltern

Gesund und Fit mit Baby und Kleinkind? Katherine Finger führt durch ein Sportprogramm für Eltern und informiert über Ernährungs- und Schlafthemen.

1. Kurs: dienstags 10:00–11:30 Uhr Beginn: 5. September

2. Kurs: donnerstags 10:00–11:30 Uhr

Beginn: 7. September

Je nach Wetter online oder im Kleistpark.

Katherine Finger, Gesundheitspsychologin

10 Termine 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Erste Hilfe bei Kindern

im Säuglings- und Kleinkindalter

Sonntag, 29. Oktober 10:00–13:30 Uhr

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Tara Rödel

50 (30) € pro Person, Paare 80 €

Anmeldung

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Eltern-Baby-Treff mit Familienhebamme

Für Eltern mit Babys im Alter von 0 bis 6 Monaten In entspannter Atmosphäre andere Eltern kennen lernen, sich austauschen, Informationen und Unterstützung bekommen oder sich einfach Zeit nehmen.

dienstags 10:30–12:00 Uhr, fortlaufend

Spiegelsaal, R054, Haus 2b Karl-Schrader-Str. 7/8

Samira Heyne, Hebamme Marta Palombo, Doula

ohne Anmeldung

Baby and Parents Circle

For parents with babies from 0–12 months Here you can meet other parents, exchange experiences, information and support and simply take this time for yourself.

Запрошуємо сім'ї з України в Kiezoase!



mondays 14:00-15:30

in room 054, Haus 2b

Karl-Schrader-Str. 7/8

Marta Palombo, doula and yoga teacher

marta.palombo@pfh-berlin.de

no registration needed, free of charge

Offener Treff "Komm vorbei!"

Kinder ab 6 Monate und ihre Erwachsenen treffen sich hier zum Austausch und gemeinsamen Spiel.

montags und donnerstags 9:30–12:00 Uhr

1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 ohne Anmeldung

14 KIEZOASE FAMILIE 15

Zusammen aufwachsen

Eltern-Kind-Gruppe nach dem Early Excellence Ansatz für Kinder mit und ohne Beeinträchtigung. In einer anregenden Umgebung können die Kinder auf Entdeckungsreise gehen. Wir beobachten die Kinder im Spiel und tauschen uns aus. Der Vormittag endet mit einer Singrunde.

> für Kinder ab 6 Monate montags 14:15-15:30 Uhr fortlaufende Gruppe, Warteliste 1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65

Kosten: 30 (20) € monatlich Anmeldung Infobüro

für Kinder ab 10-15 Monate dienstags und freitags 10:00-12:00 Uhr fortlaufende Gruppe, Warteliste 1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 Angela Rauscher, Astrid Lukawsky 60 (35) € monatlich Anmeldung Infobüro

Offene Sprechstunde für Eltern

Anna Tesch

Gut beraten durch die Milchzeit, Stillen/Flasche, bis zum Familientisch und rund um die Themen Tragen und Schlafen. Eure Kinder könnt ihr gerne mitbringen. Auch Schwangere sind willkommen!

> 2. und 4. Montag des Monats 16:00-17:30 Uhr

1. Stock der Kiezoase. Barbarossastraße 65 Myrtó latrou, Trage-, Still- und Schlafberaterin kostenloses Angebot, ohne Anmeldung

Eingewöhnungscafé - Sprechstunde und Treff für Eltern in der Übergangszeit

Kitaplatzsuche, Eingewöhnung, Einschulung – hier seid ihr richtig mit allen Fragen und Sorgen rund um die Themen Kita- und Schulstart.

06

9/ElternChanceN 1. Donnerstag des Monats 9:30-11:00 Uhr, Café Kiezoase, Barbarossastr. 65 Anna Tesch, Sozialpädagogin kostenloses Angebot im Rahmen des Projektes ElternChanceN

Infoveranstaltungen für junge Eltern

Zu vielen Themen rund um Schwangerschaft, Geburt und Leben mit Baby organisieren wir Veranstaltungen und Workshops in Präsenz und Online. Themen sind bspw.

> Elternzeit & Elterngeld Kindlicher Schlaf **Beikost** Abstillen & Arbeitsbeginn Mehrsprachigkeit Kitaplatzsuche Erste Hilfe bei Babys und Kleinkindern

Aktuelle Termine auf www.kiezoase.de

Elternsalon

Wir laden euch ein mit anderen Eltern und einem geladenen Gast über Erziehungs- und Familienthemen zu sprechen!

Oual der Schulwahl Grundschule

Montag 18. September 18:30-20:30 Uhr

Kostenloses Angebot im Rahmen des Projektes **FlternChanceN**

9 ElternChanceN

2 ElternChanceN

Achtsame Kommunikation mit Kindern

Montag 16. Oktober 18:30-20:30 Uhr

Kosten: 7 (5) € pro Person, 10 € pro Paar

Qual der Schulwahl Oberschule

Montag 20. November 18:30-20:30 Uhr

Kostenloses Angebot im Rahmen des Projektes ElternChanceN

Grenzen spüren, Grenzen setzen

Montag 11. Dezember 18:30-20:30 Uhr

Kosten: 7 (5) € pro Person, 10 € pro Paar

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Anmeldung:

tesch@pfh-berlin.de, Tel. 21730 203

16 KIEZOASE FAMILIE 17

Jeden Tag Vater sein - Workshopreihe für Väter

Hier könnt ihr andere Väter kennenlernen, euch vernetzen und ins Gespräch kommen über das Vatersein. Auch werdende Väter sind willkommen!

Was für ein Vater möchte ich eigentlich sein? Reflexion und Gestaltung der eigenen Vaterrolle

Elternteil in der 2. Reihe?

Verantwortung übernehmen von Anfang an, für eine stabile Vater-Kind-Beziehung

Zeit für mich

Selbstfürsorge und aktive Gestaltung der Elternbeziehung



Fighe Hilfer Samstag 2. September, 10:00–14:00 Uhr Dienstag 26. September, 18:00-20:00 Uhr Dienstag 10. Oktober, 18:00-20:00 Uhr

Raum wird per E-Mail mitgeteilt.

Johannes Neumann, Trainer für Beziehungskompetenz

www.all-about-conflicts.org

kostenloses Angebot, Anmeldung Infobüro



Erziehen im Wechselmodell

Nach einer Trennung entscheiden sich immer mehr Eltern für ein Erziehen im Wechselmodell. Im Erfahrungsaustausch und angeleiteten Übungen durch eine systemische Coachin entwickeln wir Perspektiven und Selbstbewusstsein für ein gut gelingendes Wechselmodell. Für Eltern von Kindern im Grundschulalter.



- 12. September, 26. September, 17. Oktober,
- 7. November, 21. November, 5. Dezember

dienstags 19:00-21:00 Uhr

1. Stock der Kiezoase. Barbarossastraße 65

Julia Stefanski, Systemische Coachin kostenloses Angebot, Anmeldung: Infobüro

Eltern-Kind-Kurse nach Emmi Pikler

Wie entdecken die Kinder ihre Umgebung? Wie arbeiten sie ihre Bewegungsformen aus? Wie lernen sie mit anderen Kindern zusammen zu sein? In vorbereiteter Umgebung haben wir die Möglichkeit, die Kinder zu beobachten und darüber ins Gespräch zu kommen.

für Kinder von 3-6 Monaten

- 1. Kurs, freitags 09:30-10:30 Uhr
- 2. Kurs, freitags 11:00-12:00 Uhr

Beginn: 8. September

Café Nebenraum, Barbarossastraße 65 Andrea Lindner, 10 Termine, 80 (55) €

für Kinder von 7-12 Monaten

- 3. Kurs. mittwochs 09:30-10:30 Uhr
- 4. Kurs, mittwochs 11:00-12:00 Uhr

Beginn: 6. September

1.Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65

Daniela Kurtz, 10 Termine, 80 (55) € fortlaufende Kurse, begrenzte Platzzahl

Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Spieltreff für Kinder mit dem Down-Syndrom

Eltern und ihre Kinder treffen sich in einer vorbereiteten Spielumgebung. Die Selbsthilfe-Gruppe bietet den Eltern einen Raum für Vernetzung und Austausch, die Kinder haben die Möglichkeit zu spielen und untereinander in Kontakt zu kommen. Der Nachmittag wird mit einem Singkreis beendet.

für Kinder von 1-6 Jahren

- 1. und 3. Montag im Monat, 16:00-17:30 Uhr
- 1. Stock der Kiezoase. Barbarossastraße 65 www.downsyndromberlin

Anmeldung: info@down-syndromberlin.de



18 KIEZOASE FAMILIE

Online-PEKiP®

PEKiP begleitet dich und dein Baby mit Spiel- und Bewegungsanregungen. Der Fokus liegt ganz auf deinem Baby und dir. Auch online schaffen wir eine vertrauensvolle Atmosphäre, in der es auch Zeit gibt, sich mit anderen Eltern auszutauschen und voneinander zu lernen. Das Online-Angebot ermöglicht den Eltern, Qualitätszeit mit ihrem Baby zu verbringen.

für Kinder,

die im Juni/Juli/August 2023 geboren wurden

freitags 9:30–10:30 Uhr Beginn: 10. November 6 Termine: 48 (33) €

Digitales Angebot

Christine Scherzinger, PEKiP-Kursleiterin

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

SPIEL- und BEWEGUNGSraum

für Kinder von 12-18 Monaten

Die Kinder entdecken in einer vorbereiteten Spielumgebung ihre Fähigkeiten und können ihren Forschergeist ausprobieren. Der SPIEL- und BEWEGUNGSraum ermöglicht zudem soziale Kontakte zu Gleichaltrigen und genügend Zeit zum Wahrnehmen, Beobachten des Kindes und für den Austausch mit anderen Eltern.

- 1. Kurs: für Kinder von 7–12 Monaten donnerstags 12:30–14:00 Uhr
- 2. Kurs: für Kinder von 12–18 Monaten donnerstags 14:15–15:45 Uhr

Beginn: 7. September

1.Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65

Agata Schmidt, Erzieherin 10 Termine, 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Babymassage und erste Musikerfahrungen ...

Im ersten Teil des Kurses widmen wir uns der achtsamen Babymassage. In der zweiten Hälfte werden vielfältige Musikerlebnisse der Schwerpunkt sein: Hören, singen, musizieren, tanzen und rhythmisieren ... Für Fragen und Austausch ist genügend Zeit vorgesehen. Alter der Kinder bei Kursbeginn 4–6 Monate.

dienstags 14:00-15:30 Uhr

1. Kurs: Beginn: 29. August 7 Termine, 52,50 (35) €

2. Kurs: Beginn: 28. November

8 Termine, 60 (40) €

1.Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65

Angela Rauscher

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Töpfern für Eltern und Kinder

Für Kinder von 4-10 Jahren mit ihren Eltern

Gemeinsam mit Ton eigene Skulpturen aufbauen und eigene Ideen umsetzen macht Eltern und Kindern gleichermaßen Freude.

mittwochs 15:45-17:15 Uhr

Beginn: 8. November

Raum 252, Haus 2b,

Karl-Schrader-Straße 7/8

Jeanine Fornaçon

6 Termine

Erwachsene 57 (39) €

Kinder 21 €

Kleine Gruppe, Eltern müssen für sich selber und ihr(e) Kind(er) je einen Platz buchen, da Materialkosten pro Person anfallen.

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

20 KIEZOASE FAMILIE 21

Turnen für Kinder mit Müttern und Vätern

Auf unterschiedliche Art und Weise gehen, laufen, springen, kriechen, rollen, fangen ...

> 1. Kurs 2-3 Jahre montags 15:45-16:45 Uhr

> 2. Kurs 3-4 Jahre montags 16:45-17:45 Uhr

Beginn: 4. September Bernhard Trautwein

3. Kurs 2-4 lahre dienstags 15:45-16:45 Uhr

4. Kurs 3-4 Jahre dienstags 16:45-17:45 Uhr

Beginn: 5. September Ann-Marie Kexel

5. Kurs 2-3 Jahre freitags 15:45-16:45 Uhr

6. Kurs 3-4 Jahre freitags 16:45-17:45 Uhr

Beginn: 8. September Bernhard Trautwein

Alle 6 Turnkurse in der Turnhalle, R 003. Haus 1, Karl-Schrader-Straße 7/8

10 Termine 50 (30) €

Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Musik für Kinder

Musik hat viele Zugänge, Kinder und Erwachsene machen zusammen Musik: Spiel-, Spaß- und Bewegungslieder.

donnerstags

Beginn: 7. September

1. Kurs: 2,5-3,5 Jahre, 15:45-16:30 Uhr

2. Kurs: 3-5 Jahre, 16:45-17:30 Uhr

Musiksaal, R 202, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8

Bernhard Trautwein 10 Termine 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Filina - Singen und Musizieren für die Jüngsten

Ein anregender Kurs für Eltern mit ihren Kindern nach dem Konzept des Musikgartens

> 1. Kurs: für Kinder von 1–1,5 Jahre mittwochs 15:30-16:30 Uhr Beginn: 6. September

> 2. Kurs: für Kinder von 1,5–2 Jahre donnerstags 16:30-17:30 Uhr Beginn: 7. September

1. Stock der Kiezoase, Barbarossastr. 65 Astrid Lukawsky, 10 Termine 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Spieltreff für Väter

Von Vätern für Väter: Gemeinsames Spiel der Kinder von 1–2,5 Jahren und Austausch der Väter in gemütlicher Runde.

> 1. und 3. Dienstag im Monat 16:30-18:00 Uhr

1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 mit Christoph und Tobias

kostenloses Angebot, keine Anmeldung Kontakt: schoenebergerpapas@gmail.com

Vater-Kind-Turnen

Sport, Spiel und Bewegung – triff dich wöchentlich mit anderen Vätern und ihren Kindern



donnerstags 17:00-17:45 Uhr Beginn: 7. September, mit Jonas Akaou

2. Kurs 2-5 Jahre

Beginn: 8. September, mit Andreas Stapf

Turnhalle, R 003, Haus 1 Karl-Schrader-Straße 7/8

freitags 17:45-18:45 Uhr

10 Termine, kostenlose Angebote über eine Förderung der Frühen Hilfen

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

22 KIEZOASE FAMILIE 23 KIEZOASE: KINDER KURSE KIEZOASE: KINDER KURSE

Kreativer Kindertanz

greift die natürliche Freude an Musik und Bewegung auf.

Die Kinder lernen freies Tanzen und können sich selbst künstlerisch ausdrücken. Tanzende Kinder lernen ihren Körper gut kennen, erweitern ihre Bewegungsmöglichkeiten und finden ihren persönlichen Ausdruck. Ohne Eltern.

1. Kurs 4–5 Jahre dienstags 15:45–16:30 Uhr

2. Kurs 4–5 Jahre dienstags 16:30–17:15 Uhr 3. Kurs 5–6 Jahre

dienstags 17:15–18:00 Uhr

Beginn: 5. September

Spiegelsaal, R 054, Haus 2b, Karl-Schrader-Str. 7/8

Greta Schuster 10 Termine 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Yoga für Kinder

Eine verspielte und lustige Yoga-Stunde, die Bewusstsein für den Körper und Gelassenheit für den Geist fördert. Kinder von 6-8 Jahren sind eingeladen. Ohne Eltern.

montags 16:30–17:30 Uhr Beginn: 4. September

Spiegelsaal, R 054, Haus 2b, Karl-Schrader-Str. 7/8

Anna Sciré, Yogalehrerin 10 Termine 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Klecks- und Kritzelkurs

Hier können schon die ganz Kleinen Erfahrungen mit künstlerischen Techniken und Materialien sammeln und vielfältige Ausdrucksformen kennen lernen. Ohne Eltern.

für 4-5 Jährige

1. Kurs: mittwochs 16:00–17:00 Uhr 2. Kurs: mittwochs 17:00–18:00 Uhr

Beginn: 6. September

Räume: Anne Will, Hauptstraße 154 Ecke Helmstraße, 10827 Berlin

Anne Will, Künstlerin 10 Termine 75 (50) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Bewegung, Spiel & Spaß

Kinder brauchen vielfältige Bewegungsanregungen miteinander und Spiel und Spaß in der Gruppe. Ohne Eltern.

1. Kurs 4,5–6 Jahre mittwochs, 15:30–16:30 Uhr

2. Kurs 4,5–6 Jahre mittwochs, 16:30–17:30 Uhr

Beginn: 6. September

Turnhalle, R 003, Haus 1 Karl-Schrader-Str. 7/8

Katherine Finger 10 Termine 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)



24 KIEZOASE FAMILIE

Spielmobil mit Yvette & Khalil

für Kinder im Kita- und Schulalter (und ihre Erwachsenen) Kommt vorbei, seid neugierig, wir freuen uns auf euch!

Spiel, Sport und Natur erleben



montags 15:00–17:00 Uhr, nicht in den Berliner Schulferien, letzter Termin 25.9.2023 im Kleistpark, bei trockenem Wetter, ab 15°C Treffpunkt an der Reiterstatue vor dem Kammergericht kostenloses Angebot, ohne Anmeldung

Basteln, spielen und experimentieren



dienstags 15:00–17:00 Uhr, nicht in den Berliner Schulferien, letzter Termin 26.9.2023 vor und im Pallascafé in der Potsdamer Straße 172 C/D im zweiten Innenhof des Pallasseums kostenloses Angebot, ohne Anmeldung

Sonntagsausflüge für Alleinerziehende

Gemeinsam Zeit verbringen, Spiele spielen und die Stadtnatur erkunden. Für Eltern mit Kindern von 0–6 Jahren.



9. Juli: Wuhletal/Wasserlauf mit Eisvogel

27. August: Düppeler Forst/

Den sommerlichen Wald entdecken

3. September: Britzer Garten/ Große Wiesen, große Bewohner

sonntags 14:00–16:00 Uhr kostenloses Angebot

mit Wildnis- und Naturbegleiterin

Ann-Morla Meyer

in Kooperation mit der Stiftung Naturschutz Anmeldung: tesch@pfh-berlin.de



Семейные завтраки

Familienfrühstück für russischsprachige Nachbar*innen Семейные завтраки для русско-говорящих соседей. Из Украины или из Эстонии, из Казахстана или из России — мы приветствуем и приглашаем всех! Детей можно приводить с собой, они могут играть в игровой комнате или на детской площадке.



1. und 3. Sonntag 10:30–13:00 Uhr Lisa Dagaeva, telegram @lisadag Café Kiezoase, Barbarossastr. 65, Teilnahme ohne Voranmeldung auf Spendenbasis

Canta nênê / Agora é hora

2 portugiesischsprachige altersgetrennte Spielgruppen für Kinder (6 Monate bis 3 Jahre / ab 3 Jahre) mit den Eltern. Lieder, Tänze, Spiele, Geschichtenerzählungen etc.

samstags: 10:00–13:00 Uhr Cristiane Mendes, Cristina Litran 1. Stock Kiezoase, Barbarossastraße 65 www.berlin-bilingua.de

Bóbita

Ungarische Spielgruppe

összejövetel, játék, beszélgetés, éneklés magyar anyanyelvű szülőknek és gyermekeik- nek egy nyugodt és játékos környezetben. Eletkortól függetlenül, minden csöppséget és szüleiket szívesen látunk és szeretettel várunk.

Minden hónap 1. és 3. péntek délutánján 16:00–18:00 óra között. Kiezoase, Barbarossastraße 65. / 1. emelet bobitacsoportberlin@gmail.com

MaMis en Movimiento e.V.

"Ich drücke meine Emotionen auf Spanisch aus"

Der Workshop bietet eine sichere und warme Umgebung, um andere spanischsprechende Kinder durch Spiele, Geschichten, Gruppendynamik, manuelle Arbeiten und Rollenspiele kennenzulernen.

3 bis 6 Jahre freitags 16:00–18:00 Uhr

Aula, R104, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8 mem.schoeneberg2@gmail.com

26 KIEZOASE FAMILIE 27

Böse Stiefmutter? Gruppe für Patchworkmütter

Patchwork ist bunt und wunderschön vielfältig. Und nicht immer unproblematisch: Trennungsproblematik, die Trauer der Kinder, Probleme mit der Kindsmutter etc.

Doch auch die Patchworkmutter befindet sich im ständigen Konflikt zwischen den eigenen Bedürfnissen und der gesellschaftlichen und eigenen Erwartungshaltung, eine "gute Stiefmutter" zu sein.

Wir wollen einen Raum schaffen für offenen Austausch und konstruktive Ideen, wie Patchwork im Einklang mit Selbstsorge gelingen kann.

- 1. Donnerstag des Monats 18:30–20:00 Uhr, kostenloses Angebot
- 1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65 Anmeldung Infobüro

Alleinerziehend?!

Gesprächs- und Vernetzungsgruppe für getrenntlebende Eltern, Alleinerziehende und Solomütter ...

monatliche Treffen, samstags 10:00–14:00 Uhr

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65 Feste Gruppe

Anmeldung Infobüro

Afrodeutsche Spielgruppe

eingeladen sind Familien mit afrodeutschen, schwarzen Kindern von 0–10 Jahren

Empowerment durch Mehrheitserleben, gemeinsames Basteln, Spielen und mehr.

Genügend Raum für Austausch ist auch vorgesehen.

2. und 4. Freitag im Monat 16:00–18:00 Uhr

Fster 7amba

Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
 afrodeutsche.spielgruppe@gmx.de

Experimentelles Malen

Gemeinsam verschiedene Maltechniken ausprobieren. Ohne Vorkenntnisse.

> mittwochs 15:00–17:00 Uhr Beginn: 6. September

Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG

Ulla Hahn, Künstlerin 10 Termine, 75 (50) €

Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de

(yolawo)

Collagenworkshops

Kennenlernen von Collagetechniken kombiniert mit Malerei, Zeichnung und Übermalung.

7. Oktober, 9. Dezember 12:00–17:00 Uhr

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Daniela Pirsch, Künstlerin Kosten je Workshop 20 €

Anmeldung und Informationen zum Material kreativmitcollage@web.de

Offenes Atelier

Collagieren, Kritzeln, Malen, Zeichnen ... in der Gruppe

freitags 14:00-17:30 Uhr

Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG

Elisabeth Ahrens, Tel: 0178 8014 783 Anmeldung: telefonisch

ca. 18 € pro Monat je nach Gruppengröße

28 KIEZOASE ERWACHSENE 29

Feldenkrais Bewusstheit durch Bewegung

Mit neuen Bewegungsmöglichkeiten die ursprüngliche Beweglichkeit wiederentdecken.

dienstags 9:00-10:00 Uhr

Spiegelsaal, R 054, H 2b, Karl-Schrader-Str. 7/8 Fortlaufender Kurs, 10 Termine, 75 (50) €

Anke Albinger, Feldenkrais-Pädagogin Tel. 7800 1043, 0162 6007 910

Anmeldung: anke.albinger@gmx.de

Feldenkrais am Abend

donnerstags 19:30-21:00 Uhr Beginn: 7. September

Musiksaal, R 202, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8

Heike Schmidt, Feldenkrais-Pädagogin 10 Termine, 75 (50) €

Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Hatha Yoga

Achtsame Körperübungen machen den Körper beweglicher und kräftiger. Ein gleichmäßiger langer Atem entspannt uns. Die Gedanken können zur Ruhe kommen.

> dienstags 18:15-19:30 Uhr, Beginn: 29. August Spiegelsaal, R 054, H 2b, Karl-Schrader-Str. 7/8

Gudrun Plato, Yogalehrerin 10 Termine, 75 (50) €

Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de (volawo)

Standard- und Lateintänze für Paare und Singles

Walzer, Tango, Rumba, ChaChaCha und andere Standardund Lateintänze - mit Freude an der Bewegung und an der Musik - Lernen, Üben, Spaß!

> Anfänger, Wiedereinsteiger, leicht Fortgeschrittene dienstags 18:30-20:00 Uhr

Fortgeschrittene "plus" dienstags 20:00-21:30 Uhr

Beginn: 12. September

Musiksaal, R 202, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8 11 Termine, 88 (50) €

Einstieg jederzeit nach Absprache möglich!

Anmeldung:

Anke Steuber und Brigitte Vogel Tel. 0173 6051 759, 0160 9676 3119

oder im Infobüro Kiezoase

Salsa und Rueda

Feurige Musik, schwingende Hüften und spielerische Drehungen!

> Anfänger und Wiedereinsteiger montags 18:30-20:00 Uhr

Rueda Fortgeschrittene montags 20:00-21:30 Uhr

Beginn: 11. September

Musiksaal, R 202, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8 11 Termine, 88 (50) €

Einstieg jederzeit nach Absprache möglich!

Anmeldung:

Eike Seeanner und Susanne Schneider

Tel. 7899 1450, 0172 1322 674 oder im Infobüro Kiezoase

30 KIEZOASE ERWACHSENE 31

Kreistänze

Tänze aus aller Welt, alte und neue Tanzformen, zu meditativer, folkloristischer und klassischer Musik. Begabung und Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

montags 18:15–20:30 Uhr Spiegelsaal, R 054, Haus 2b, Karl-Schrader-Straße 7/8, Kosten bitte telefonisch erfragen

Anmeldung & Info:

Marita von Assel, Tel. 4961 756 Doris Brands-Ridder, Tel. 3051 253

Nähgruppe

Lust auf gemeinsames Nähen? Die Nähgruppe ist offen für alle aus der Nachbarschaft. Vorkenntnisse erforderlich!

mittwochs 18:30–20:30 Uhr Café Kiezoase, Barbarossastraße 65 Marianne Adam Tel. 4701 4772

Kreative Schreibgruppen

Blood, Sweat & Tears

dienstags 10:00-12:00 Uhr

Mein Leben & Ich

donnerstags 18:00–20:00 Uhr 6 Termine, 110 € inkl. Material

Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG

Gitta Schierenbeck, Schreibdozentin

Anmeldung:

gitta@schreibcollagen.de, Tel. 3730 2955



Kiezoasenchor

für Nachbar*innen mit und ohne Vorerfahrung (kostenlos, aber verbindliche Teilnahme!) Lust auf Singen? Im Kiezoasenchor singen wir Lieder aus aller Welt. Mach mit!

mittwochs 17:00-18:30 Uhr

Musiksaal, R 202, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8

Anahi Settón

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Ukulele Spielkreis

Wir sind ein bunt gemischter Kreis, haben Spaß an Musik, üben und musizieren gemeinsam und freuen uns über neue Mitspieler*innen mit Ukulele.

donnerstags 18:00–20:00 Uhr Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Kontakt: g-heide@arcor.de Spenden willkommen

Musikgruppen

Die Kiezoase stellt Übungsräume für Musikgruppen zur Verfügung. Die Bands haben auch die Möglichkeit, ihre Anlage hier unterzustellen.

Inga Backofen Tel. 0151 7278 0248 backofen@pfh-berlin.de

Die Alternative

Türkische klassische Musik

dienstags 19:00–22:00 Uhr Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Dündar Atalay Tel. 0157 7430 2770

32 KIEZOASE ERWACHSENE

Sande-Dellan

Iranische Musikgruppe

Wir spielen iranische Schlager, Folklore und klassische Musik.

donnerstags 18:00-22:00 Uhr

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Reza Soltani

Tel. 0163 8049 296

Iranischer Rentnerclub

freitags 18:00–22:00 Uhr Café Kiezoase, Barbarossastraße 65 Herr Koohgilani Tel. 4033 942

Theosophische Gesellschaft

Studien vergleichender Religionen und Philosophien.

Offene Gruppe 2. und 4. Montag des Monats 19:00–21:00 Uhr

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Herr Fredrich Tel. 4954 475

Französische Konversationsgruppe

Für Menschen mit Vorkenntnissen, die Lust haben, sich auf Französisch auszutauschen und alte Kenntnisse aufzufrischen. B1 Niveau empfehlenswert.

montags 15:30-17:00 Uhr

Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Evelyne Minassian

Spenden willkommen, Anmeldung Infobüro

Selbsthilfegruppe Depression

Erfahrungsaustausch unter Betroffenen. Alle Geschlechter und Altersgruppen sind willkommen. Infolge der Pandemie ist die Gruppe derzeit leider voll (Warteliste). Bitte unbedingt vorher nachfragen!

montags 18:30–21:00 Uhr Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG Tel. 5490 5979 AB, selbsthilfe.depri@gmail.com

Beratung zum Thema Psychotherapie

Hilfe bei der Wahl einer geeigneten Therapieform, Informationen über die Kostenübernahme durch die Krankenkasse.

1. und 3. Freitag im Monat 9:00–11:30 Uhr Anmeldung erforderlich: kontakt@izp-berlin.de, Tel. 3270 9137 www.izp-berlin.de Dr. Ekaterina Fedorova

OA - Overeaters Anonymous

Gemeinschaft von Menschen, die von einer Essstörung genesen, indem sie ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen.

> samstags 16:00–17:30 Uhr Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG Literaturmeeting Tel. 0157 7028 1691, Claudia

AA - Anonyme Alkoholiker

Spanischsprachiges Meeting

sonntags 16:30–18:30 Uhr Barbarossastraße 64, Seitenflügel EG

Al - Anon

Englischsprachige Gruppentreffen für Angehörige von Alkoholiker*innen

1. Gruppe: montags, 12:00-13:00 Uhr Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG

2. Gruppe: mittwochs, 19:00–20:30 Uhr vor Ort: Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG oder hybrid als Telefonkonferenz:

Tel. 030 5201 4351, Zugangscode: 733350#

34 KIEZOASE ERWACHSENE 35

Ansprechperson für ältere Menschen

Sie suchen Kontakt oder haben Fragen zu unseren Angeboten? Vereinbaren Sie gern ein Gespräch mit mir. Sie finden mich im Freiwilligentreff oder im Café Kiezoase.

Gertraude Langbehn Tel. 21730 166, 01511 5075 666

E-Mail-Verteiler für Angebote Ü65

Sie möchten über neue Angebote und Änderungen informiert werden? Dann senden Sie mir ihren Kontakt per Mail.

Gertraude Langbehn langbehn@pfh-berlin.de

Sommerfest der Senioren und Seniorinnen

Im Garten der Kiezoase verbringen wir bei schönem Wetter einen vergnüglichen Nachmittag mit Musik, Kaffee und Kuchen. Ab 17:00 Uhr wird gegrillt.

Unkostenbeitrag 5 € oder Kuchen-/ Salatspende. Beiträge und helfende Hände willkommen. Zur besseren Planung bitte anmelden.

Donnerstag 24. August 15:00–18:00 Uhr

Gertraude Langbehn Anmeldung Infobüro

Wohnschulseminar

Wie möchte ich im Alter wohnen und leben?

Das Seminar beschäftigt sich unter ganz unterschiedlichen
Gesichtspunkten mit dem komplexen Themenfeld von Wohnen und Leben im höheren, möglicherweise hilfsbedürftigen
Alter. Ziel der Wohnschule ist es, dafür den persönlichen
"Plan B" zu finden, um rechtzeitig aktiv zu werden.



Samstag, 9. / 16. / 30. September 7. / 14. / 21. Oktober 10. / 18. November 8 Termine, 90 (55) €

14:00–17:00 Uhr Spiegelsaal, R 054, Haus 2b, Karl-Schrader-Str. 7/8

Dr. Bettina Held, Kulturgeragogin

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Der große Cut - Lebensumbruch Rente

Die Unruhe mit dem Ruhestand. Endlich Zeit für die schönen Dinge oder Angst vor Stillstand und Einsamkeit? Wunsch nach Rückschau oder Aufbruch? Gesprächsgruppe für Menschen 60+, die diese Fragen umtreiben.

> Monatliche Treffen ab 18:00 Uhr Ort und aktuelle Termine bitte erfragen. kostenlos, Anmeldung Infobüro

Gut vorgesorgt?

Claudia Rey vom Cura Betreuungsverein informiert über Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung. Mit Zeit für Fragen.

> Mittwoch 20. September, 10:00–12:00 Uhr Café Kiezoase, Barbarossastraße 65 kostenlos

Pflegestammtisch für Angehörige

Anmeldung Infobüro

Austausch und gegenseitige Unterstützung für pflegende und sorgende Angehörige.

1. Dienstag im Monat, 18:00–19:30 Uhr Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Anmeldung Tel. 3250 0851

Angebot der Kontaktstelle PflegeEngagement Nachbarschaftsheim Schöneberg



36 KIEZOASE ÄLTERE MENSCHEN 37

Digitale Hilfen für ältere Menschen in der Kiezoase

Wir unterstützen kostenfrei in 1:1-Hilfen oder innerhalb kleiner Lerngruppen. Wir bitten um Anmeldung und freuen uns über Spenden und Freiwillige, die unser Team ergänzen.

Gertraude Langbehn, Hugo Kargin

Kontakt: Kiezoasedigital@pfh-berlin.de Infobüro Kiezoase



Wir sind Erfahrungsort vom Digital Pakt. Alle Erfahrungsorte finden Sie unter: https://www.digitalpakt-alter.de/

Die Smarties - Wir entdecken die digitale Welt

Unsere Handy- Entdeckerrunden für Anfänger*innen und Fortgeschrittene zum Üben und dazulernen. In kleinen Gruppen wiederholen wir Gelerntes, üben die verschiedenen Funktionen und lernen neue Anwendungen und Apps kennen. Bitte anmelden, damit wir in einem Gespräch die passende Runde für Sie finden können.



montags, dienstags und donnerstags 11:00–12:00 Uhr

im Freiwilligentreff und Café-Nebenraum Barbarossastraße 65

Angebot gegen Spende

Offener Treff – Ehrenamtliche Handy und PC-Hilfe

Ehrenamtliche helfen, wenn Sie Fragen zu Ihrem Handy, Tablet, Laptop oder PC haben.

Nur mit Anmeldung!
1. und 3. Mittwoch im Monat
14:00–17:00 Uhr

Freiwilligentreff und Café Kiezoase Barbarossastraße 65

Gertraude Langbehn kostenlos, Spenden sind willkommen Anmeldung Infobüro

Übungsrunde Tablet

In lockerer Atmosphäre ganz ohne Druck ein Tablet ausprobieren, Kenntnisse erwerben oder auffrischen. Leihgeräte sind vorhanden.

4. Mittwoch im Monat 14:00–15:30 Uhr

Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65 Gertraude Langbehn kostenlos, Spenden sind willkommen Anmeldung Infobüro

Yoga im Sitzen

Leichtes Training für weniger bewegliche Menschen

dienstags 12:30–13:30 Uhr Beginn: 5. September

Spiegelsaal, R 054, Haus 2b, Karl-Schrader-Str. 7/8

Annette Bauer, Yogalehrerin 10 Termine, 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Yoga für Seniorinnen und Senioren

Online über Zoom

Über Zoom zu Hause gemeinsam Yogaübungen kennenlernen und zur Entspannung und Kräftigung nutzen. Körperund Atemübungen im Sitzen. Zugangslink und Anleitung erhalten Sie bei Anmeldung.

donnerstags 11:00-12:30 Uhr

kostenlos, fortlaufende Gruppe, Einstieg jederzeit möglich

Monica Wapnewski, Yoga-Lehrerin

Anmeldung:

Infobüro der Kiezoase Tel. 21730 202

kiezoase@pfh-berlin.de

38 KIEZOASE ÄLTERE MENSCHEN 39

KIEZOASE: ÄLTERE MENSCHEN KIEZOASE: ÄLTERE MENSCHEN

Hockergymnastik

Unter Anleitung trainieren wir Kraft und Beweglichkeit auf dem Hocker und nutzen dabei auch Fitness-Bänder und Bälle. Anschließend ist Zeit zum Plaudern und Kennenlernen im Café der Kiezoase.

montags 11:00–12:00 Uhr Café Nebenraum, Barbarossastraße 65 Jutta Pursch

2 €, ohne Anmeldung

Donnerstagsgruppe 70+

Sie suchen Kontakt in die Nachbarschaft? Wir treffen uns jeden Donnerstag bei Kaffee und Kuchen zu Austausch, Spiel und Gedächtnistraining im Café-Nebenraum. Herzlich Willkommen.

> donnerstags 14:30–16:30 Uhr Café Nebenraum, Barbarossastraße 65 Gertraude Langbehn, Jutta Pursch kostenlos, ohne Anmeldung

Skat-Runde

In geselliger Runde im Freiwilligentreff Karten spielen. Neue Kartenspielerinnen und Kartenspieler sind herzlich Willkommen.

> donnerstags 14:00–17:00 Uhr Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65 kostenlos, Anmeldung Infobüro

Kochgruppe

Einmal im Monat zusammen kochen, neue Rezepte ausprobieren und in gemütlicher Runde zusammen essen. Ein Angebot für Senior*innen und interessierte Nachbar*innen. Selbstkostenbeteiligung an den Einkaufskosten

4. Donnerstag im Monat oder nach Absprache 14:00–18:00 Uhr Lehrküche des PFH, Souterrain, Haus 4 Karl-Schrader-Str. 7/8 Anmeldung: Infobüro der Kiezoase Tel. 21730 202, kiezoase@pfh-berlin.de

Frauengesprächskreis

In netter Runde andere Frauen treffen, Themen besprechen und erfahren, was im Kiez und in Berlin aktuell los ist.

2. Mittwoch im Monat 15:00–17:00 Uhr Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65 Maxi Juhnke kostenlos, ohne Anmeldung

"Quo Vadis - Auf ein Neues"

Ausflüge für ältere Menschen. Interessante Orte in und um Berlin gemeinsam erkunden, Aktuelles und Historisches erfahren. Austausch und Informationen.

1. und 3. Mittwoch im Monat 5 € pro Ausflug bzw. nach Absprache Maxi Juhnke Termine und Treffpunkte bitte im Infobüro erfragen und bei Interesse anmelden. Tel. 21730 202

Kiezspaziergänge am Dienstag

Plätze, Straßen, Parks ... Wir erinnern uns an die Menschen, die hier gelebt und gearbeitet haben – auch an unsere eigenen Erlebnisse – und entdecken die Veränderungen der Orte. Zum Abschluss haben wir die Möglichkeit, ein Café zu besuchen.

dienstags, 1 x monatlich, 14:00–16:00 Uhr Konkrete Termine s. Aushang bzw. im Infobüro Treffpunkt: Café Kiezoase Claudia Kurtz kostenlos, Anmeldung: Infobüro der Kiezoase

Weihnachtsfeier der Senioren und Seniorinnen

Im Café der Kiezoase hören wir weihnachtlichen Geschichten zu, singen Weihnachtslieder und lassen uns Kuchen und Plätzchen schmecken. Beiträge jeder Art sind herzlich Willkommen. Anmeldung über das Infobüro

Donnerstag, 14. Dezember 15:00–17:00 Uhr

Gertraude Langbehn Anmeldung: Infobüro der Kiezoase

40 KIEZOASE ÄLTERE MENSCHEN 41







Inhalt

Angebote für die Nachbarschaft	46
Veranstaltungen	47
Beratung	5
Angebote für Familien	54
Kurse	56
Offene Angebote	58
Angebote für Erwachsene Kurse Offene Angebote Initiativen	60 60 62
Angebote für ältere Menschen	63

Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmärkische Straße 13, 10783 Berlin kurmark@pfh-berlin.de Telefon: 030 25797 538 www.pfh-berlin.de/kurmark





Foto: ©Inga Kjer

Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark

Im Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark können sich Menschen unterschiedlicher Generationen und Herkunft begegnen, engagieren und vielfältige Angebote besuchen.

Sie finden uns in der Kurmärkischen Str.13, Ecke Zietenstraße. Einfach vorbeikommen!

Die Kooperation mit dem Kinder- und Jugendgesundheitsdienst und der Erziehungs- und Familienberatung besteht fort, beide Einrichtungen sind aktuell aber nur an ihren Hauptstandorten erreichbar.



Unser Haus ist bedingt barrierefrei, eine Rampe ist vor Ort.

Gefördert durch Amt für Soziales und Jugendamt des Bezirks Tempelhof-Schöneberg





Amt für Soziales Tempelhof-Schöneberg

Öffnungszeiten

montags-donnerstags 9:00-18:00 Uhr freitags 9:00-13:00 Uhr

Kontakt

Kurmärkische Straße 13, Ecke Zietenstraße 10783 Berlin Tel. 2579 7538 kurmark@pfh-berlin.de www.pfh-berlin.de/kurmark

Ansprechpartnerinnen

Joanna Kalkowski, Raoudha Ben Abdallah, Admira Cviko, Nina Robbrecht, Ioanna Liakou Leitung: Jutta Husemann

Kontoverbindung

Pestalozzi-Fröbel-Haus IBAN: DE39 1004 0000 0109 9555 01

Folge uns auf Instagram: nachbarschaftszentrum_kurmark



Schließzeit

31. Juli–20. August 2023 23. Dezember 2023–1. Januar 2024

Verkehrsverbindungen Nollendorfplatz / Bülowstraße

U- Bahn: 1/2/3/4

Bus: M19/M48/M85/187

Wir sprechen verschiedene Sprachen!

میکنیم صحبت هم فارسی و دری زبان به ما

Englisch We also speak English! Griechisch Μιλάμε και Ελληνικά!

Polnisch My mówimy również po polsku!

Farsi Bosnisch Serbisch Kroatisch

Govorimo i bosanski-srpski-hrvatski!

نحن نتكلم أيضا العربية Arabisch

Offenes Café

Es gibt Kaffee, Tee, Gebäck, Snacks zu kleinen Preisen. Informationen zu den Angeboten im Haus. Sie können entspannen, Nachbarn treffen und sich austauschen.

> montags-freitags 9:30-13:00 Uhr montags 14:00-18:00 Uhr dienstags-donnerstags 13:00-18:00 Uhr

Bücherkoffer - kostenfrei!

Bücher, Zeitschriften und Broschüren für Erwachsene und Kinder. Auch in Englisch, Französisch und Polnisch. Kostenfrei zum Mitnehmen, Tauschen und Verschenken,

Der Koffer steht zu unseren Café-Öffnungszeiten vor der Tür, bei Regen im Café drin, einfach reinkommen!

Mittagstisch

Wir essen gemeinsam zu Mittag. Das Gericht wird im Aufsteller vor dem Haus angekündigt.

> dienstags um 13:00 Uhr Kosten: 4 €, ermäßigt 3 € ohne Anmeldung

Brotspende vom Gragger Bäcker

Haben Sie Bedarf? Brot, Brötchen, Gebäck vom Vortag, je nach Angebot und solange der Vorrat reicht! Bitte eine Tüte mitbringen und einfach vorbeikommen.

dienstags und donnerstags 10:00–15:00 Uhr kostenfrei, ohne Anmeldung

Trinkwasser - Refill Station - Free tap water

Bei uns können Sie ihre eigene Trinkflasche kostenfrei mit Leitungswasser auffüllen.

zu unseren Öffnungszeiten im Café

Leben im Alter: Monatliche Veranstaltungsreihe

Monatlich wechselnde Themen und Referent*innen zu Themen wie: Wohnen, Digitalisierung, Gesundheit, Übergang in den Ruhestand, Versorgung, und Pflege. Einfach vorbeikommen!

> 4. Dienstag im Monat 14:00–15:30 Uhr aktuelles Thema und Newsletter unter: kurmark@pfh-berlin.de, Tel. 257 97538 kostenfrei – Spenden willkommen ohne Anmeldung

Berliner Stadtnatur entdecken

Zusammen mit der Luther-Kirchengemeinde und den Naturbegleiter*innen laden wir ältere und alleinstehende Menschen in die Berliner Stadtnatur ein.

Gemeinsam entdecken und entspannen wir im Grünen. Bitte bequeme und wetterfeste Kleidung mitbringen. Mit anschließender Kaffeetafel.



mittwochs 13:30-15:00 Uhr

30. August

25. Oktober

22. November

Treffpunkt: Luther-Gemeinde Bülowstraße 71–72

kostenfrei Anmeldung: Tel. 2579 7538, 0151 1885 3178





Teestunde für Frauen

Monatliche offene Veranstaltung für Frauen, die Deutsch lernen, Sprachniveau A1+ bis B2.

Mit verschiedenen Referent*innen zu aktuellen Themen.

Ansprechpartnerin: Joanna Kalkowski monatlich am Mittwoch 9:30–10:30 Uhr

Termin bitte erfragen!

kostenfrei – Spenden willkommen ohne Anmeldung

Mütterfrühstück

Monatliches offenes Treffen zum Kennenlernen und Austausch. Für Mütter mit Kindern von 0 bis 12 Jahren und Schwangere. Babys und Kleinkinder dürfen gerne mitgebracht werden.

Ansprechpartnerin: Karima Samia, Stadtteilmutter Tel. 0151 1507 7471 2. Mittwoch im Monat 9:30–12:00 Uhr Frühstücksbeitrag 3 €, Bitte anmelden!

Treff von und für Alleinerziehende

Pause vom Alltag, Austausch und Vernetzung. Wir frühstücken gemeinsam während die Kinder spielen. Ein Angebot in Kooperation mit LIFE e. V. und dem Familienzentrum Bülowstraße.

14- tägig, Samstag 10:00–12:00 Uhr Ort und Termin bitte erfragen: kostenfrei – Spenden willkommen Tel. 2579 7538 kurmark@pfh-berlin.de

Winternachmittag im Familiencafé

Wir stimmen uns gemeinsam auf die Weihnachtszeit ein. Mit Singen, Bastelaktionen, Winterpunsch und Gebäck.

Einfach vorbeikommen! Dienstag 12. Dezember 16:00–18:00 Uhr

Willkommen Baby

Willkommensveranstaltung für Schwangere und Eltern mit Baby. Informationen über Angebote im Schöneberger Norden erhalten und bei Tee und Kaffee andere Eltern kennenlernen. Vertreter*innen verschiedener Einrichtungen sind vor Ort. Einfach vorbeikommen!

Mittwoch, 27. September, 10:30–12:00 Uhr Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark

Mittwoch, 29. November, 10:30–12:00 Uhr Familienzentrum im INA Kindergarten Bülowstraße 35, 10783 Berlin

kostenfrei – Spenden willkommen ohne Anmeldung

Frobenstraßenfest

Das Straßenfest findet dieses Jahr wieder in der Frobenund Kurmärkischen Straße statt. Es gibt viele Marktstände, Spiel- und Mitmachaktionen, Projekte aus dem Kiez stellen sich vor.

Auf der Bühne gibt es Tanz und Musik. Es ist auch Platz für Euren/Ihren Programmbeitrag, bei Interesse einfach melden!

Nicht-kommerzielle Stände mit Essen und Trinken sind natürlich auch mit dabei. Finfach vorbeikommen!

Freitag 22. September 15:00–19:00 Uhr

Lange Nacht der Familien "Familie – das sind wir."

Wir lesen gemeinsam ein Bilderbuch und Nina bastelt mit den Kindern! Mehr unter: www.familiennacht.de

> Samstag 7. Oktober 17:00–19:00 Uhr kostenfrei ohne Anmeldung

KURMARK: VERANSTALTUNGEN KURMARK: BERATUNG

Flohmarkt rund ums Haus

Angeboten werden Kleidung, Haushaltswaren, Kindersachen, Bücher etc. Nur für private Anbieter, kein Gewerbe! Getränke und Kuchen werden verkauft.

Standgebühr ist ein selbstgebackener Kuchen oder 8 € für einen halben Biertisch.

Samstag, 9. September 14:00–17:00 Uhr

Anmeldung: Tel. 2579 7538 kurmark@pfh-berlin.de

Tausch- und Verschenkmarkt in der Kurmärkischen

In Zusammenarbeit mit der IG Potsdamer Straße und dem BUND Berlin. Gefördert durch das Bezirksamt Tempelhof-Schöneberg.

Sie können alles mitbringen, was Sie selbst nicht mehr brauchen, dem Sie aber ein neues Zuhause geben möchten. Kommen Sie auch vorbei, wenn Sie nichts abzugeben haben. Vielleicht finden Sie Ihr neues Lieblingstück?

Transportieren Sie Ihre Gegenstände klimaneutral mit Lastenrädern, die Sie vor Ort ausleihen können. Außerdem gibt es Infostände, an denen Sie mehr über Abfallvermeidung, Mülltrennung und Repair-Cafés erfahren.

Samstag 9:00–12:30 Uhr Wir planen, Termine bitte erfragen!



Beratung für Menschen mit Migrations- und/ oder Fluchterfahrung und Behinderung sowie deren Angehörige

Beratung und Begleitung zu Fragen der Behindertenhilfe, des Schwerbehindertenrechts und Unterstützung bei der Antragstellung. Informationen zu Selbsthilfegruppen.

> freitags 9:00–10:30 Uhr Mitarbeiter*innen des Mina-Leben in Vielfalt e. V. kostenfrei, ohne Anmeldung

Beratung zum Thema Energie

Haben Sie Fragen zu Ihrer Strom- oder Gasrechnung, oder Fragen zu Ihren Betriebskosten? Wir prüfen Nachzahlungen, Verträge und Rechnungen.

2. Donnerstag im Monat 18:00–19:30 Uhr

Berater*innenteam: Amelie Röhling, Diplomjuristin Jan Schriever, Nikolas Vogt, Volljuristen kostenfrei, mit Anmeldung

Stromsparcheck - offene Beratung

Strom- und Mietnebenkosten senken. Haushalte mit geringem Einkommen erhalten bei Bedarf einen Energiesparplan für die Wohnung und Gratis-Energiesparartikel.

auch telefonisch unter 0157 8809 8776 1. Dienstag im Monat 11:00–12:30 Uhr

Mitarbeiter*innen der Caritas kostenfrei, ohne Anmeldung



KURMARK: BERATUNG KURMARK: BERATUNG

Rentenberatung

Fragen zum Thema Rente? Beratung zu allen Angelegenheiten der Rentenversicherung, z. B. Kontenklärung, Kindererziehungszeiten und Rentenbeantragung.

> 1. Dienstag im Monat 14:00–15:00 Uhr

Alma Evert Deutsche Rentenversicherung Bund kostenfrei, mit Anmeldung: Tel. 2579 7538 kurmark@pfh-berlin.de

Sozialberatung für Familien

Wir beraten und unterstützen Sie bei Anträgen und Formularen wie ALG II, Wohngeld, Grundsicherung, Kitagutschein etc. Bei persönlichen, familiären, finanziellen Notlagen und Konflikten. Bei Bedarf vermitteln wir zu spezialisierten Fachberatungsstellen. Beratung in verschiedenen Sprachen möglich.

montags 9:30–11:30 Uhr donnerstags 9:30–11:30 Uhr, 14:30–17:30 Uhr Arabisch, Deutsch, Türkisch Raoudha Ben Abdallah und Kolleg*innen kostenfrei, mit Anmeldung: Tel. 2579 7538, kurmark@pfh-berlin.de

Pflegestützpunkt Schöneberg – offene Sprechstunde

Informationen und Beratung rund ums Alter und Pflege für Kinder und Erwachsene z.B. Wohnungsanpassung, Pflegegrad, Mobilitätshilfe, häusliche Unterstützung und Nachbarschaftshilfe. Für selbst Betroffene, Angehörige und Interessierte. Unabhängig und verbraucherorientiert. Bei Bedarf vermitteln und koordinieren wir notwendige Unterstützungsangebote, klären die Finanzierung und helfen bei der Antragsstellung. Auch auf Türkçe (Türkisch) und mit Übersetzung möglich.

4. Mittwoch im Monat, 13:00–14:30 Uhr Beraterin: Serap Yagci kostenfrei

Beratung zur Arbeitssuche

Sie suchen eine neue Arbeit und/oder brauchen Hilfe bei dem Erstellen Ihrer Bewerbungsunterlagen? Sie möchten sich beruflich neu orientieren und brauchen Ideen und Anregungen?

In einem persönlichen Gespräch erhalten Sie:

- Unterstützung beim Formulieren und Zusammenstellen
- Hinweise wie Sie eine Arbeit finden können
- Stärkung Ihrer beruflichen Wünsche

Termine nach telefonischer Vereinbarung Jutta Husemann, kostenfrei Anmeldung Tel. 2579 7538 husemann@pfh-berlin.de

Offene Sprechstunde für Arbeitsuchende und Interessierte

Informations- und Beratungsangebot zu Themen wie Vereinbarkeit von Familie und Beruf, aktueller Arbeitsmarkt und Stellenangebote.

Veranstalter: Jobcenter Tempelhof-Schöneberg und Agentur für Arbeit. Einfach vorbeikommen!

Dienstag 10. Oktober 9:00–11:00 Uhr Claudia Schult, Caroline Krüger kostenfrei, ohne Anmeldung

Rechtsberatung: Ausländer- und Familienrecht

Fragen zur Einbürgerung, Aufenthaltserlaubnis, Familienrecht oder Asyl? Erstberatung durch Rechtsanwalt Jan Bornkessel zur Klärung möglicher juristischer Schritte. Counselling in english is possible.

> 1. und 3. Mittwoch im Monat 16:30–17:30 Uhr Jan Bornkessel, Rechtsanwalt kostenfrei Anmeldung erforderlich: Tel. 2579 7538

kurmark@pfh-berlin.de

Erziehungs- und Familienberatung

Beratung zu allen Themen rund um die Erziehung und Partnerschaft. Auch auf Türkçe, Português, Nederlands und mit Sprachmittler*innen.

an zwei Standorten: Barbarossastraße 64,10781 Berlin Heylstraße 33, 10825 Berlin www.pfh-berlin.de/ erziehungs-und-familienberatung Anmeldung: 0151 7278 0723, kostenfrei

Sprechstunde des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes (KJGD)

am Standort in der Welserstraße 23, 10777 Berlin und nach telefonischer Anmeldung: Tel. 90277 6128

Willkommenscafé für Familien aus der Ukraine

für Familien mit Kindern von 3–8 Jahren



mittwochs 16:00– 17:30 Uhr für Familien mit Kindern von 3–5 Jahren

donnerstags 16:00–17:30 Uhr für Familien mit Kindern von 5–8 Jahren Anmeldung unter: www.laruhelpsukraine.com



Lernclub

Für Kinder von der 2. bis 7. Klasse Unterstützung beim Lernen und den Hausaufgaben in allen Fächern. Begleitung in Gruppen durch ehrenamtliche Pat*innen.

> montags, dienstags, donnerstags 16:00–18:00 Uhr Daria Rozensheyn 5 € pro Monat Anmeldung: Tel. 2579 7538 kurmark@pfh-berlin.de

Gadka Szmatka

Spotkania dla rodzin polskojęzycznych. Sonntagstreffen für polnisch sprechende Familien. Im Café der Kurmark. Essen kann mitgebracht werden, Getränke gegen Spende.

am letzten Sonntag im Monat 11:00–13:00 Uhr kostenfrei, offene Gruppe Kontakt: Kasia Cyran Tel. 01520 4793 180



Beikost - Breikost!?

Alle Fragen rund um das Thema Essen und Babys. Breifrei? Gläschen? Selber kochen? Wann ist ein Baby bereit für neue Lebensmittel neben der (Mutter-) Milch? Welche Beikostvarianten gibt es? Ein Fokus liegt auf dem Thema Breifrei-Baby led weaning/Fingerfood.

Mittwoch 13. September Mittwoch 22. November

9:00-10:30 Uhr

Simone Logar, Hebamme

5 (2) €

Anmeldung:

Tel. 2579 7538, kurmark@pfh-berlin.de

Erste Hilfe am Kind

Wie leiste ich Erste Hilfe am Kind? Notfallkurs für (Groß-) Eltern, inkl. Notfallskript. Babys im Krabbelalter können nach Absprache mitgebracht werden.

> Donnerstag 7. September Freitag 17. November

10:00-14:00 Uhr

Tara Rödel, Krankenschwester

50 (30) €, Paare 70 €

Anmeldung: Tel. 2579 7538

kurmark@pfh-berlin.de

Abstillen - Bye Bye Milch oder doch nicht?

Wir tauschen uns aus rund um das Thema: Wann ist der beste Zeitpunkt? Wie gehe ich damit um, wenn ich abstillen möchte, mein Baby aber noch nicht bereit ist?

Mittwoch 18. Oktober 13:00–14:30 Uhr

Simone Logar, Hebamme

5 (2) €

Anmeldung: Tel. 2579 7538

kurmark@pfh-berlin.de

Rymowanki Rozwijanki - auf Polnisch

Spotkania z językiem polskim dla najmłodszych, zapraszamy! Polnisch für die Kleinen.

1. Kurs 1,5–3 Jährige montags 16:00 Uhr

2. Kurs 3–5 Jährige montags 17:00 Uhr

Anna Kucharska 10 Termine, 50 (30) €

Anmeldung: Tel. 2579 7538 kurmark@pfh-berlin.de



Polnisch für Kinder-Zerówka Polski dla dzieci

Zapraszamy na zajęcia z języka polskiego dla dzieci wychowanych w środowisku dwu – i wielojęzycznym! Obok polskich zabaw i piosenek także nauka czytania i pisania po polsku.

> 1. Kurs 5–6 Jährige montags 16:00 Uhr

> 2. Kurs 6-9 Jährige montags 17:00 Uhr

Malwina Fajfer 10 Termine, 50 (30) € Anmeldung: 2579 7538 kurmark@pfh-berlin.de





56 KURMARK FAMILIE

Krabbelgruppe Kiezkrabben

Offene Gruppe für Kinder von 6 bis 18 Monaten In unserem Kinderraum treffen wir uns zum Spielen, Brabbeln und Krabbeln. Begleitet von unserer Erzieherin Nina können Eltern sich austauschen und Fragen stellen. Einfach vorbeikommen!

> montags 10:00–12:00 Uhr Nina Robbrecht 2 € pro Termin ohne Anmeldung

Krabbelgruppe Frühstarter

Offene Gruppe für Kinder von 6 bis 18 Monaten In der Kita Haus der Kinder treffen wir uns im Spieleraum. Die Kinder erkunden interessiert die Umgebung und die Eltern lernen sich kennen. Einfach vorbeikommen!

> dienstags 9:30–11:30 Uhr Kita Haus der Kinder Kurmärkische Straße 2–8 Nina Robbrecht Spenden willkommen! ohne Anmeldung

Familiencafé mit Waffelverkauf

Für Familien mit Kindern bis zu 8 Jahren Wir bieten regelmäßig Spiel- oder Bastelaktionen an und es gibt frisch gebackene Waffeln. Einfach vorbeikommen!

> dienstags 16:00–18:00 Uhr Nina Robbrecht Spenden willkommen! ohne Anmeldung

Mütter-Baby-Treff

Offene Gruppe für Babys bis zu 6 Monaten zusammen mit der Hebamme Simone Logar

Andere Mütter kennen lernen, sich austauschen, Informationen und Unterstützung bekommen. Einfach vorbeikommen!

mittwochs 10:30–12:00 Uhr Nina Robbrecht, Simone Logar 2 € pro Termin, ohne Anmeldung

Spiel mit! - Nachmittag - mit Waffelverkauf

Offene Gruppe für Kinder von 1 bis 3 Jahren Wir lassen in unserem schönen Kinderraum gemeinsam den Tag ausklingen. Die Kinder entdecken unseren Raum und wir spielen zusammen. Einfach vorbeikommen!

> donnerstags 16:00–17:30 Uhr Nina Robbrecht 2 € pro Termin, ohne Anmeldung

Familienzeit in der Stadtnatur ...

Ein Angebot für Familien und ihre Kinder bis 8 Jahre Gemeinsam mit Naturbegleiter*innen laden wir zum Erkunden der Stadtnatur ein: Was blüht denn da? Stadtnatur zum Anfassen, Riechen und manchmal auch Schmecken. Bitte bequeme, wetterfeste Kleidung mitbringen.



monatlich am Donnerstag 15:30–17:30 Uhr

31. August

14. September

12. Oktober

Treffpunkt: Café Eule im Park am Gleisdreieck Olaf Tetzinski. Nina Robbrecht

kostenfrei Anmeldung: Tel. 2579 7538, 0151 1507 4500 kurmark@pfh-berlin.de

58 KURMARK FAMILIE 59

Deutsch- und Alphabetisierungskurse für Frauen

Kurse für Anfängerinnen ohne oder mit Vorkenntnissen und Alphabetisierungskurse.

Einstieg jederzeit möglich! Kinderbetreuung nach Absprache!

Beratung und Anmeldung: donnerstags 13:00–14:00 Uhr

Kurszeiten:

dienstags, mittwochs, donnerstags 9:00–12:30 Uhr

Ioanna Liakou

2 € Monat

Upcycling Nähkurs

Aus alter Kleidung neues nähen, reparieren oder ergänzen. Bitte alte Kleidung oder Stoffe mitbringen. Nähmaschinen sind vor Ort.

Kurs 1. mittwochs 18:00-20:00 Uhr

Kurs 2. donnerstags 18:00-20:00 Uhr

Monika Sokolowska

10 Termine, 70 (30) € + ggf. Material

Anmeldung:

Tel. 2579 7538

kurmark@pfh-berlin.de

Atem und Bewegung

Mit Übungen aus der Atemarbeit von Prof. Ilse Middendorf, Entspannungsübungen von Dr. Jacobson. Wege in die Ruhe mit der Goralewski-Gindler-Arbeit. Danach ist Zeit für Fragen und Austausch im Café.

freitags 11:30-12:30 Uhr

Carolin Gremm

10 Termine, 40 (20) €

Anmeldung:

Tel. 2579 7538

kurmark@pfh-berlin.de

Sprachcafé am Vormittag

Offene Deutsch-Konversationsgruppe. Deutsch verstehen und sprechen, sich austauschen und vieles mehr.

Sprachniveau ab A2. Mit Unterstützung von Barbara, Bärbel, Carlos oder Dorle. Einfach vorbeikommen!

freitags 11:00-13:00 Uhr

kostenfrei, ohne Anmeldung Spenden willkommen

Sprachcafé am Abend

Offene Deutsch-Konversationsgruppe. Deutsch verstehen und sprechen, sich austauschen und vieles mehr. Sprachniveau ab A2.

dienstags 18:30–20:30 Uhr kostenfrei, Spenden willkommen

Bitte anmelden bei:

Angela Guth, Tel. 0163 5673184

Deutsch-Konversations- und Übungsgruppe für Frauen

... miteinander Deutsch sprechen und verstehen üben, sich austauschen. Offene Gruppe, Sprach-Niveau A1–A2.

montags 9:00-10:30 Uhr, 11:00-12:30 Uhr

kostenfrei, Spenden willkommen

Bitte anmelden bei: Ioanna Liakou

Tel. 0151 7278 0721 liakou@pfh-berlin.de

Qi Gong - offene Gruppe

Für Erwachsene jeden Alters

Wir erlernen einfache Bewegungen, lockern unsere Gelenke, kräftigen die Muskeln und arbeiten mit unserer Energie. Die Übungen können im Stehen oder Sitzen ausgeführt werden. Einfach vorbeikommen!

mittwochs 14:30-15:30 Uhr

lutta Husemann

2 € pro Termin, ohne Anmeldung

60 KURMARK ERWACHSENE 61

Speisegut-Depot für Ernteanteile

Als Teilnehmer*in bekommst du regionale, biologische und saisonale Lebensmittel. Du kennst den Bauern, andere Mitglieder und weißt, woher deine Lebensmittel kommen.

Mit Helfereinsätzen und Probemonat! Liefertag ist Mittwoch www.speisegut.com

Schachverein SC Freibauer Schöneberg

Treffpunkt für Schachspieler*innen aller Spielstärken

1./3. und 5. Freitag im Monat 18:30 Uhr

Kontakt: Frithjof Flemmig robert.sand@gmx.de www.freibauer-schoeneberg.de Tel. 9788 4085

Freies Malen und Zeichnen für Erwachsene

Eine Auswahl an Papier, Stiften und Farben ist vor Ort, eigene Utensilien können mitgebracht werden.

Keine Vorkenntnisse nötig. Offene Gruppe, einfach vorbeikommen. 1. Mittwoch im Monat 13:00–15:00 Uhr

kostenfrei, ohne Anmeldung Spenden willkommen



Telefonieren und mehr mit dem Smartphone

Offene Sprechstunde, SMS, Sprachnachrichten, Messenger, Videotelefonie. Was ist was? Wie nutze ich es? Was passt am besten zu mir? Wie bekomme ich den Durchblick?

1. / 2. / 3. Mittwoch im Monat 13:30–14:30 Uhr

Joanna Kalkowski kostenfrei, ohne Anmeldung Spenden willkommen

Sprechzeit für ältere Menschen

Sie wünschen sich ein persönliches Gespräch oder benötigen Hilfe?

ohne Anmeldung

Haben Sie Fragen zu Online-Möglichkeiten oder zu unseren Angeboten? Möchten neue Kontakte knüpfen?

dienstags 10:00–12:00 Uhr Joanna Kalkowski Tel. 2579 7538 Mobil: 01511 8853178 Spenden willkommen!

Gedächtnistraining

Trainieren Sie Ihre grauen Zellen mit viel Spaß und gemeinsam mit anderen. Offene Gruppe, einfach vorbeikommen.

1. / 2. / 3. Dienstag im Monat 14:00–15:30 Uhr Joanna Kalkowski kostenfrei, ohne Anmeldung Spenden willkommen



KURMARK ÄLTERE MENSCHEN



Steinmetz

Nachbarschaftszentrum Mehrgenerationenhaus

Inhalt

Initiativen und Veranstaltungen Beratung	68 69
Angebote für die Nachtbarschaft	70
Angebote für Familien	74
Angebote für Erwachsene	77

Nachbarschaftszentrum

Steinmetzstraße 67/68, 10783 Berlin steinmetz@pfh-berlin.de Telefon: 030 2360 8688 www.pfh-berlin.de/steinmetz



64 65



Nachbarschaftszentrum Steinmetz

Mehrgenerationenhaus



Mehr Generationen Haus Miteinander - Füreinander gefördert durch Jugendamt des Bezirks Tempelhof-Schöneberg

Das Nachbarschaftszentrum/Mehrgenerationenhaus Steinmetzstraße bietet im Norden Schönebergs ein facettenreiches Angebot für Familien in den Bereichen Bildung, Erziehung und Beratung.

Neben den Eltern-Kind-Gruppen sind besonders der offene Elterntreff, die Vätertreffs und das Mütterfrühstück sehr beliebt. Auch kommen viele Schüler*innen zu uns, die Unterstützung bei den Hausaufgaben erhalten oder ihre Freizeit hier verbringen möchten. Zahlreiche Freiwillige / Ehrenamtliche engagieren sich bei uns.

Treffpunkt, Bildung und Beratung für den Bülowkiez

Steinmetzstraße 67/68 10783 Berlin Tel. 2360 8688

Gefördert vom:







Unsere Öffnungszeiten

montags-freitags 9:00-18:00 Uhr samstags 11:00-16:00 Uhr

Ansprechpartner*innen

Inga Backofen, Katja König Leitung: Hamad Nasser Tel: 030 2360 8688 steinmetz@pfh-berlin.de

Für das Förderprogramm Mehrgenerationenhaus:

Monika Fröhlich Tel. 0151 7278 3716



Kulturinitiative Steinmetzstraße

Einmal im Monat sollen verschiedene Künstler*innen den Raum bekommen, ihre Ideen mit Besucher*innen und Nachbar*innen aus ganz Schöneberg zu verwirklichen. Willkommen sind Dichtervorlesungen, Literaturprojekte, Musik und Malerei.

samstags einmal monatlich Khalil Mustafa, Fatmi Kefo, Rehab Kaifo Anmeldung Tel. 2360 8688

Spielstraße

Lasst und gemeinsam die Straße erobern! Ob mit Klappstuhl und Kaffee oder Roller und Springseil – eurer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

jeden Freitag bis Ende Oktober 15:00–18:00 Uhr (nicht in den Herbstferien) Vorplatz Steinmetzstraße 67/68

Dialogtisch Demokratie

Demokratie lebt von Beteiligung aller Generationen. An diesem Dialogtisch sollen sich Jugendliche im Alter von 14 bis 18 Jahren mit gesellschaftlichen Fragen, insbesondere der Teilhabe an demokratischen Entscheidungsprozessen, z. B. Schule, Einrichtung und Kiez befassen und Wege zum Mitmischen aufgezeigt werden.

> donnerstags ab Oktober 2023 16:00–19:00 Uhr Khalil Mustafa und andere



Sozialberatung für Farsi sprechende Familien aus Schöneberg

Das Angebot richtet sich an Farsi sprachige Berliner*innen, die Informationen und Unterstützung benötigen.

Termine bitte telefonisch vereinbaren! Stadtteilmutter Zhila Khoornegah Anmeldung Tel. 2360 8688

Hilfe bei Anträgen, Bewerbungen, Briefen und im Umgang mit Ämtern

freitags 10:00–14:00 Uhr Gudrun Rein kostenfrei, Spende erwünscht Anmeldung Tel. 2360 8688

Beratung für Eltern in der Neumark-Grundschule

Themen: Bildungslaufbahn und Beteiligung an schulischen Aktivitäten.

donnerstags 10:00–12:00 Uhr in der Schulzeit Neumark-Grundschule, Altbau Eingang links 2. Etage, Beratungsraum Hamad Nasser Anmeldung Tel. 0177 5947 417



STEINMETZ NACHBARSCHAFT

Computersprechstunde

Unterstützung für Mac, Linux, Windows (keine Schulung, keine Übungen zur Anwendung). Bitte bringen Sie Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop mit; und auch das passende Auflade-Kabel nicht vergessen.

> mittwochs 14:00–16:00 Uhr Joachim Prehm kostenfrei, Spende erwünscht Anmeldung Tel. 2360 8688

ANGEBOTE FÜR DIE NACHBARSCHAFT

Netzwerk der Wärme "Mehr Nachbarschaft macht einen starken Kiez"

Im Rahmen des Netzwerks der Wärme organisieren wir vielfältige Unterstützung und Aktivitäten, die Begegnung, Gemeinschaft und Selbsthilfe vor Ort fördern. An drei Tagen werden z. B. öffentliche Kochtermine, Mittagstische, darüberhinaus acht Veranstaltungen "Kochen für bedürftige Menschen im Kiez" angeboten.

Wir suchen noch tatkräftige Interessierte aus dem gesamten Bezirk, die mitgestalten wollen.

> dienstags und donnerstags 10:00–14:00 Uhr samstags 10:00–15:00 Uhr Bitte weitere Termine erfragen

Offener Treff

Der offene Treff bietet allen Besucher*innen die Möglichkeit, bei einer Tasse Tee oder Kaffee andere Menschen kennen zu lernen und neue Kontakte zu knüpfen.

> montags-freitags 9:00–18:00 Uhr samstags 11:00–16:00 Uhr Team Nachbarschaftszentrum Tee, Kaffee 50 Cent

Dienstags und samstags von 12 bis 14 Uhr laden wir zum Mittagstisch ein. Freitags werden von 15 bis 18 Uhr Kaffee, Kuchen und Snacks gereicht. Wir freuen uns auf Sie!

Mütterfrühstück

Unser seit 18 Jahren stattfindendes Mütterfrühstück richtet sich an Mütter aus dem Bülowkiez, die Lust haben, sich auszutauschen und bei Bedarf mit verschiedenen Referent*innen über Erziehungsthemen und auch "Beschäftigung und Qualifizierung" ins Gespräch zu kommen.

donnerstags 10:00–12:00 Uhr Team Nachbarschaftszentrum Unkostenbeitrag 3 € Telefonische Anmeldung Tel. 2360 8688





Textilwerkstatt

In unserer Textilwerkstatt können Sie zusammen mit anderen Teilnehmenden Ihre Kleidung verändern, reparieren oder neue Techniken aus verschiedenen Kulturen erlernen.

Nähmaschinen sind vorhanden, und erfahrene Näherinnen stehen Ihnen zur Seite. Bitte Ihre guten Stücke oder Stoffe mitbringen.

freitags 11:00–13:00 Uhr N. N., Spenden erwünscht

Vätergruppe

Das Väternetzwerk im Nachbarschaftszentrum besteht seit 17 Jahren im Schöneberger Norden.

Wir freuen uns über interessierte Väter, die sich zum Thema "Vater sein", Rollenverständnis sowie zu gesellschaftlichen Fragen des sozialen Zusammenhalts und Partizipation organisieren wollen.

Gerne können Sie bei den regelmäßigen Treffen vorbei schauen oder neue Begegnungen für Väter initiieren.

mittwochs 10:00–12:00 Uhr Hamad Nasser Unkostenbeitrag 2 € Anmeldung Tel. 2360 8688



Lastenfahrrad-Verleih

Wir verleihen unser Lastenfahrrad, ein Christiana Bike, an Nachbar*innen. Kommen Sie einfach während der Öffnungszeiten vorbei oder reservieren Sie telefonisch. Zudem sind wir Entleih-Station der Flotte kommunal (Freie Lastenräder für Tempelhof-Schöneberg). Unter www.flotteberlin.de können Sie sich registrieren lassen und unser Flotten-I astenfahrrad Steinmetz reservieren.

während der Öffnungszeiten Team Nachbarschaftszentrum kostenfrei, Spende erwünscht Anmeldung Tel. 2360 8688 www.flotte-berlin.de

Fahrradwerkstatt

Hilfe zur Selbsthilfe bei der Fahrradreparatur. Oder Sie lassen Ihr Fahrrad durch unseren Fachmann reparieren. Gerne auch Kinder mit ihren Väter, Müttern oder Großeltern!

> donnerstags 10:00–14:00 Uhr Umar Botashev Kostenfrei, Spende erwünscht

Team Gemeinschaftsgärten

Nachbar*innen treffen sich in regelmäßigen Abständen für Pflege-und Pflanzaktionen in der Steinmetzstraße und in den Hinterhöfen. Ehrenamtliche Helfer*innen unterstützen bei der Koordination. Termine bitte erfragen!

Team Nachbarschaftszentrum und Ehrenamtliche

Tatris-Stickerei am Samstag

für alle Generationen

In der Gruppe können Sie verschiedene Stickmuster kennenlernen, einige Stickereien auf Alltagsgegenständen platzieren und im netten Kreis sich mit anderen gesellige Stunden verbringen. Die Ergebnisse werden beim Weihnachtsbasar ausgestellt und können erworben werden. Parallel wird Kinderbetreuung angeboten.

samstags, 15:00–16:30 Uhr N.N., Material 2 €

Lernclub (Nachhilfe 5.-13. Klasse)

Fällt dir das Lesen noch schwer? Benötigst du Unterstützung in Mathematik? Möchtest du dich auf einen Test, eine Prüfung vorbereiten? Wir unterstützen in jedem Fach mit professionellen Honorarkräften und ehrenamtlichen Lernpat*innen.

dienstags, mittwochs, donnerstags 16:00–18:00 Uhr in der Schulzeit Katja König

10 € monatlich Anmeldung Tel. 2360 8688

Arabisch und Musik (6-13 Jahre)

freitags 16:00–18:00 Uhr samstags 11:00–16:00 Uhr Manal Alchoubassy, Afamia Alkassab, Marwa Taifour, Khalil Mustafa 10 € monatlich Anmeldung Tel. 2360 8688

Leseclub für Kinder und Jugendliche

Hier kannst du dich mit deinen Freunden treffen und gemeinsam spannende Abenteuer entdecken: Im Leseclub warten tolle Zeitschriften, aufregende Bücher und Geschichten, kreative Spiele, lustige Hörbücher und viele andere Medien auf dich. Immer dabei sind ehrenamtliche Lesepat*innen, die sich auf euch freuen.

> montags 16:00–17:30 Uhr freitags 15:00–16:00 Uhr Ehrenamtliche Lesepat*innen Weitere Infos: www.leseclubs.de



Trommelkurs für Eltern und Kinder (Inklusion)

freitags 16:30–18:00 Uhr Mustafa Erdogan in Kooperation mit Leo-Kestenberg Musikschule

Arabischer Kinderchor Faraschi/Schmetterling

samstags 14:30–15:30 Uhr N.N., 10 € monatlich Anmeldung Tel. 2360 8688

Offener Elternnachmittag

Samstags mit anderen Eltern zusammensitzen und die Woche ausklingen lassen bei gemeinsamem Tee und Gespräch. Der offene Elternnachmittag ist auch eine gute Gelegenheit, diese Zeit als Umgangscafé für Eltern in Trennungssituationen wahrzunehmen.

samstags 15:00–18:00 Uhr

Ferienprogramm für Familien

Jährlich fahren Eltern und ihre Kinder mit uns für eine Woche in die Natur (bisher nach Mecklenburg-Vorpommern, Brandenburg). Für Kinder gibt es unterschiedliche Workshops zum Thema Natur(erleben) und Einblicke in die Naturwissenschaften (Forschergarten).

Termin bitte erfragen! Ort noch nicht bekannt Team Nachbarschaftszentrum Kosten 50 € pro Person Anmeldung erforderlich



74 STEINMETZ FAMILIE

Sprechstunde für junge Freiwillige

Wollt ihr euch gerne im Stadtteil engagieren? Sucht ihr gleichaltrige Kontakte, um neue Ideen zu schmieden? Interessieren euch tolle Workshops zum Thema Demokratie und gesellschaftliche Teilhabe?

Professionelle begleiten euch, Beteiligungsmöglichkeiten für das Engagement zu organisieren.

Kommt vorbei! dienstags 15:00–18:00 Uhr

Spielmobil mit Yvette & Khalil

Spielen, Bewegen und Forschen für Kinder im Kita- und Schulalter (und ihre Erwachsenen) Kommt vorbei, seid neugierig, wir freuen uns auf euch!



freitags 15:00–17:00 Uhr, nicht in den Berliner Schulferien, letzter Termin 29.9.2023

vor und im Nachbarschaftszentrum Steinmetzstraße

kostenloses Angebot, ohne Anmeldung



VHS-Deutschkurs für Eltern

drei Vormittage pro Woche, 9:00–12:15 Uhr Ort: NBZ Steinmetzstraße

Anmeldung

VHS, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin montags 13:00–14.30 Uhr

donnerstags 16.45–19.30 Uhr

Keine Anmeldung an Feier- und Ferientagen!

Kursangebot unter

www.vhs-tempelhof-schöneberg.de

Sprachcafé

Haben Sie Interesse, Deutsch zu lernen? Möchten Sie mit Muttersprachler*innen das Deutschsprechen üben? Im Sprachcafé lernen Ehrenamtliche mit Interessierten Deutsch.

> donnerstags 13:00–15:00 Uhr

N. N.

Anmeldung Tel. 2360 8688

Kurs für Gastgeber*innen

Möchten Sie sich in unserem Mehrgenerationenhaus ehrenamtlich engagieren? Vermittelt werden Fähigkeiten im Bereich Veranstaltungsmanagement, Willkommenskultur und Kommunikation/Konfliktbearbeitung. Ausgewählte Köch*innen werden Sie in die Kunst des Kochens und Backens einführen sowie Wissen rund um die Themen Hygiene und Lebensmittelgesetz vermitteln.

Termine bitte erfragen!
Team Nachbarschaftszentrum und
Referent*innen
Anmeldung Tel. 2360 8688

Sevillas Tanz (50 Jahre plus)

Lernen Sie vier spanische Tänze aus Sevilla kennen!

Wir beginnen mit Gymnastik zum Warmwerden und bewegen uns zu spanischen Rhythmen des Flamencos, auch für Anfänger*innen geeignet. Haben Sie Interesse?

dienstags 10:00-12:00 Uhr

Carmen Blask 10 € monatlich

Einstieg jederzeit möglich

76 STEINMETZ ERWACHSENE



Partner im **kiez**

Inhalt

PFH Einrichtungen	80
Stadtteilkoordination	80
Unbezahlbar	80
ElternChanceN	81
Bildungsbotschafter*innen	81
Stadtteilmütter	82
PFH Kindertagesstätten	83
Erziehungs- und Familienberatung	84
Juxirkus, Café Pink	86
Fresh 30	87
D	0.7

PFH EINRICHTUNGEN PFH EINRICHTUNGEN

Stadtteilkoordination Schöneberg Nord

Sie dient als Kontakt- und Anlaufstelle für Bewohner*innen, Einrichtungen, Akteure und Netzwerkpartner im Quartier. Sie fungiert als Schnittstelle zwischen Stadtteil und Bezirksamt und kommuniziert wichtige quartiersspezifische Themen wie Drogen, Gewalt, Wohnen, Prostitution in die Bezirksverwaltung und umgekehrt. Sie trägt zur Aktivierung, Beteiligung, Gestaltung und Vernetzung im Stadtteil bei sowie zur Förderung des bürgerschaftlichen Engagements.



Stadtteilkoordination Schöneberg Nord Pallasstraße 5, 10781 Berlin montags 10:00–12:00 Uhr, mittwochs 14:00–16:00 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung Tel. 8187 1587

Tina Waleschkowski, 0151 7278 3954 Nada Bretfeld, 0160 9676 7827 info@schoeneberg-nord.berlin www. schoeneberg-nord.berlin

Unbezahlbar

Freiwilliges Engagement In Schöneberg

Sie möchten sich für andere Menschen engagieren? Sie haben Zeit, Kraft und Lust sich in Ihrem Stadtteil einzusetzen? Sie haben eine Idee, was Sie schon immer mit anderen Menschen gemeinsam tun wollten?

Sie finden bei uns Kindertagesstätten, Schulbetreuungen, ein Mehrgenerationenhaus, Familienzentren, Jugendeinrichtungen und zahlreiche Kooperationspartner.

Im Engagement können Sie Kontakte knüpfen, sich ausprobieren und neue Erfahrungen sammeln, Menschen treffen, die Sie sonst nicht kennenlernen würden und in Berührung kommen mit verschiedenen Kulturen und unterschiedlichen Lebensweisen.

Monika Fröhlich

Offene Sprechstunde im Freiwilligentreff dienstags 10:00–12:00 Uhr und nach Vereinbarung Barbarossastraße 65 Tel. 21730 166, 0151 7278 3716 Stadtteilbüro in der Pallasstraße 5

Stadtteilbüro in der Pallasstraße 5 nach Vereinbarung Tel. 0151 7278 3716 unbezahlbar@pfh-berlin.de

ElternChanceN – Mit Elternbegleitung Familien stärken

Wir entwickeln verschiedene Formate zur Unterstützung von Eltern bei Fragen zum Übergang von der Kita in die Grundschule, einem positiven Grundschulalltag und dem weiteren Bildungsweg. Einige hilfreiche Informationen haben wir bereits hier zusammengestellt:



Weitere Termine und Angebote finden Sie auf der PFH-Webseite.
Ihr/Euer ElternChanceN-Team

Ihr/Euer ElternChanceN-Team Kamalasani Ponnampalam, Anna Tesch, Katrin Burkhardt Tel. 0177 5947 458

9 ElternChanceN MIT ELTERNBECLETILING FAMILIEN STÄRKEN

ponnampalam@pfh-berlin.de

Bildungsbotschafter und Bildungsbotschafterinnen in Kita, Schule und Stadtteil

Eltern als ehrenamtliche Brückenbauer zwischen Familien und Bildungseinrichtungen

Machen Sie mit! Engagieren Sie sich für bessere Bildungschancen Ihrer eigenen Kinder- und der anderer Kinder! Die kostenlose Weiterbildung (ein Vormittag pro Woche, 24 Termine) behandelt u.a. folgende Fragen:

- Wie kann ich mein Kind beim Lernen unterstützen?
- Wie gehe ich in der Erziehung mit den neuen Medien um?
- Wie gelingt eine mehrsprachige Erziehung?
- Welche Möglichkeiten der Kommunikation und Beteiligung von Eltern in Kita und Schule gibt es?
- · Wie funktioniert das Berliner Bildungssystem?

Nach der Weiterbildung wird man in einem ehrenamtlichen Engagement in Kita, Schule oder Stadtteil begleitet.



Schauen Sie sich gerne unseren 6-minütigen Film auf www.bildungsbotschafter-berlin.de an.

Kamalasani Ponnampalam, Projektleitung Tel. 0177 5947 458 bildungsbotschafter@pfh-berlin.de

Projekt-Büro in der Kiezstube Steinmetzstraße 22

























PFH EINRICHTUNGEN PFH EINRICHTUNGEN

Stadtteilmütter in Schöneberg Nord und Friedenau-Ost

Die 5 Stadtteilmütter sind Mütter mit einer Migrationsgeschichte, die im Rahmen eines Peer-to-Peer-Ansatzes Eltern bei Fragen rund um die Themen Erziehung, Bildung und Kindergesundheit unterstützen.

Sie informieren über Angebote in ihrem Kiez und "bauen Brücken" zu Kitas, Schulen, Familienzentren, Beratungsstellen und weiteren Einrichtungen. Die Stadtteilmütter sprechen neben deutsch auch arabisch, türkisch und farsi.

Mit welchen Themen kann ich an die Stadtteilmütter herantreten?

- 1. Entwicklung von Kindern von 0 bis 12 Jahren
- 2. Erziehung & Rechte des Kindes
- 3. Sprachförderung
- 4. Unfallverhütung
- 5. Kitasystem & Schulsystem
- 6. Gesunde Ernährung
- 7. Motorische Entwicklung & Sport/ Bewegung
- 8. Sexualentwicklung & Geschlechterrollen
- 9. Suchtprophylaxe
- 10. Sicherer Umgang mit Medien

Lisa Gilmozzi, Projektleitung Pallasstraße 5, 10781 Berlin Tel 0177 5947 467 gilmozzi@pfh-berlin.de

Gefördert durch Berliner Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie.



Kindertagesstätten im Pestalozzi-Fröbel-Haus

Das Pestalozzi-Fröbel-Haus ist Träger verschiedener Kindertagesstätten in Schöneberg und Charlottenburg.

Sie haben Interesse an einem Kitaplatz?

Dann registrieren Sie sich bitte über www.kita-navigator.berlin.de

Informationen zu den einzelnen Kitas entnehmen Sie bitte unserer Homepage:

www.pfh-berlin.de/kindertagesstaetten

Fragen zum aktuellen Betreuungsvertrag beantwortet

Nicole Reinholz

Vertragsstelle des Pestalozzi-Fröbel-Haus Barbarossastraße 64 10781 Berlin Tel. 21730 287

reinholz@pfh-berlin.de

Voraussetzung für die Aufnahme in eine Kindertagesstätte ist ein gültiger Kita-Gutschein. Dieser kann beim zuständigen Jugendamt beantragt werden.



PFH EINRICHTUNGEN **PFH EINRICHTUNGEN**

Erziehungs- und Familienberatung

Im familiären Alltag gibt es Situationen in denen man nicht weiter weiß oder sich überfordert fühlt. Auch in Kita oder Schule läuft es manchmal nicht wie gewünscht.

Ein Gespräch mit Außenstehenden kann helfen, um ein Problem mit anderen Augen zu sehen.

In der Erziehungs- und Familienberatung des Pestalozzi-Fröbel-Hauses finden Sie kompetente und verlässliche Ansprechpartner*innen für Ihre großen und kleinen Sorgen.

Wir beraten Eltern und andere an der Erziehung Beteiligte sowie Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

> Beratungsstellen Barbarossastraße 64, 10781 Berlin Heylstraße 33, 10825 Berlin

Tel. 0151 72780723 Fax: 7870 9163

fb@pfh-berlin.de

So bekommen Sie einen Beratungstermin:

- Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine F-Mail.
- Im Erstgespräch überlegen wir mit Ihnen, welche Beratung oder Therapie für Sie hilfreich sein kann.
- Wir unterliegen der Schweigepflicht.
- Die Beratung ist für Sie kostenfrei.

Telefonische – oder Videoberatung sind möglich. Wir beraten Sie in unterschiedlichen Sprachen.



Besuchen Sie unsere Website: www.pfh-berlin.de/de/ erziehungs-und-familienberatung

Unser Angebot:

- Erziehungsberatung
- Säuglings- und Kleinkindberatung
- Beratung zur Entwicklung Ihres Kindes
- Kindertherapie mit begleitenden Elterngesprächen
- Jugendberatung und -therapie
- Elternberatung und Begleitung bei psychischen Krisen ihrer heranwachsenden Kinder
- Familiengespräche
- Paarberatung f
 ür Paare mit Kindern
- psychologische Unterstützung und pädagogische Beratung bei Trennung und Scheidung
- Vermittelnde Unterstützung bei Umgangs- und Sorgerechtsstreitigkeiten / Mediation
- Beratung bei psychischen, psychosomatischen und chronischen Erkrankungen in der Familie
- Videogestützte Beratung (nach Marte Meo)

Wir sind ein multiprofessionelles Team:

- Diplom-Psycholog_innen
- Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten
- Diplom-Sozialpädagog innen mit unterschiedlichen Beratungsschwerpunkten.



PFH EINRICHTUNGEN PFH EINRICHTUNGEN

Juxirkus

Seit über 25 Jahren können Kinder und Jugendliche in Berlins ältester Einrichtung dieser Art ihre eigene Zirkusshow entwickeln und einem Publikum präsentieren. Das Zirkuszelt steht in der Schöneberger Hohenstaufenstraße und ist offen für alle interessierten Kinder und Jugendliche ab zehn Jahren.

Sie können hier mit viel Spaß Professionelles aus der Welt des Zirkus lernen und – guasi nebenbei – ihre sozialen Kompetenzen erweitern.



Mona Griesel, Alexander Frey Tel. 215 5821 juxirkus@pfh-berlin.de

Aufführungstermine für aktuelles Programm unter www.juxirkus.de/juxirkus/termine/ www.pfh-berlin.de/de/juxirkus

Café Pink

Interkultureller Treffpunkt für Mädchen* ab 10 Jahren und junge Frauen* bis 27 Jahre

Hier können sie sich mit ihren Freundinnen treffen oder andere Mädchen* kennenlernen, Musik hören, kochen, tanzen, diskutieren, Hilfe bei den Hausaufgaben erhalten und an den verschiedenen Aktivitäten teilnehmen.



montags-donnerstags 14:00-19:00 Uhr freitags Workshops mit Voranmeldung

Nina Weiß. Ulrike Dietrich. Camila La Rotta Forero

Goltzstraße 40 10781 Berlin Tel. 2199 6563 0177 5947 473

cafe-pink@pfh-berlin.de Instagram pinkiiis www.pfh-berlin.de/cafépink

Fresh 30

Die KJFE Fresh 30 befindet sich im Schöneberger Norden. Das Fresh 30 wird als ein Ort der Begegnung, der Vernetzung und der Beratung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsene im Alter von 12 bis 27 Jahren genutzt. Wir bieten unter anderem regelmäßig stattfindende Angebote, sowie zeitlich begrenzte Projekte, Ferienprogramme, Ausflüge, zum Teil genderspezifisch, kostenlose Nachhilfe und Beratungen an.



Montag-Donnerstag: 16:00-20:00 Uhr Freitag: 14:00-19:00 Uhr

Samstag: projektgebunden

Nachhilfe: Montag-Freitag: 16:30-18:30 Uhr Tolga Denli, Esra Kulej

Neue Steinmetzstraße 6 10827 Berlin, nahe U-Bhf Kleistpark Tel. 3937 4592, fresh30@pfh-berlin.de Instagram: fresh30_schoeneberg

PARTNER IM KIEZ

Outreach - Mobile Jugendarbeit Schöneberg Nord

Villa Schöneberg

In die Villa Schöneberg können Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren kommen. Die vielfältigen Freizeitangebote in Bereichen wie Sport, Spielen, Garten- und Umweltprojekten, kreatives Gestalten, Tanz und Kochen bieten Spaß und stärken das Gemeinschaftsgefühl.



Gunter Groß Frobenstraße 27, 10783 Berlin Tel. 8562 1751, g.gross@outreach.berlin

P12 - Perspektive. Beruf. Zukunft.

Das Netzwerk P12 bietet einen Anlaufpunkt für alle Jugendlichen, die an der Schwelle in das Berufsleben stehen, für Unternehmen. Eltern und Schulen.



Hella Pergande Pallasstraße 12 10781 Berlin

Tel. 3512 8626

h.pergande@outreach.berlin

86 PESTALOZZI-FRÖBEL-HAUS

PARTNER IM KIEZ PARTNER IM KIEZ

Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.

Cura-Betreuungsverein Tempelhof-Schöneberg



Innsbrucker Straße 37 10825 Berlin

Tel. 8569 80 24 Fax: 8569 80 30

Claudia Rey rey.cura@nbhs.de

Sprechzeiten:

dienstags 10:00–12:00 Uhr donnerstags 16:00–18:00 Uhr und nach Vereinbarung

Selbstbestimmt leben - auch bei Alter und Krankheit!

Haben Sie eine Vorsorgevollmacht unterschrieben, eine Betreuungsverfügung erteilt oder eine Patientenverfügung abgegeben – oder denken Sie schon lange darüber nach, dass Sie dies "endlich mal tun sollten"?

Wir beraten Sie kompetent, kostenfrei und persönlich in allen damit zusammenhängenden Fragen.

Außerdem suchen wir ehrenamtliche, rechtliche Betreuer und Betreuerinnen, die bereit sind, sich einer solchen Aufgabe zu stellen. Sie werden von uns umfangreich auf diese Aufgaben vorbereitet, laufend beraten und fortgebildet.

Auch Menschen mit türkischen, arabischen, polnischen und anderen Sprachkenntnissen werden gesucht.

Selbsthilfetreffpunkt Tempelhof-Schöneberg

Eingeladen in den Selbsthilfetreffpunkt sind Menschen aller Nationen, die Interesse an einem lebendigen Austausch mit Gleichgesinnten haben, um ihre Probleme zusammen zu bewältigen.

Wir beraten Sie in allen gesundheits- und selbsthilfe-relevanten Fragen, vermitteln in bestehende Selbsthilfe-gruppen und helfen bei der Gründung von neuen Gruppen.

Informationen und Anmeldungen: Selbsthilfetreffpunkt Tel. 8599 51 300/333 selbsthilfe@nbhs.de

Nachbarschaftsheim Schöneberg

Pflegerische Dienste gGmbH wellcome – praktische Hilfe nach der Geburt

Ehrenamtlicher Besuchsdienst unterstützt Familien in der ersten Zeit nach der Geburt.



Sylvia Braband-Alkabir Cranachstraße 7, 12157 Berlin

wellcome Tel. 2218 28 929 familienpflege@nbhs.de

Familienpflege/Haushaltshilfe

Familienpflegerinnen versorgen Ihre Kinder und unterstützen Sie im Haushalt, wenn Sie in der Schwangerschaft, nach der Geburt, bei Krankheit, Krankenhaus- oder Kuraufenthalt-Hilfe benötigen.

Sprechzeiten: montags-freitags 8:00-15:00 Uhr

Sylvia Braband-Alkabir Cranachstraße 7, 12157 Berlin

Tel. 2218 28 929 familienpflege@nbhs.de

PFLEGEN BEGLEITEN - BERATEN

qualifizierte Pflege seit 1983

Sozialstation Friedenau

85 40 19-3 Bundesallee 50 im Werner-Bockelmann-Haus

Wohngemeinschaften

Schöneberger Insel

85 40 19-3

85 50 28-0

Tagespflege

Familienpflege 221828-929

Hospiz

Schöneberg-Steglitz

76 88 31-00

Unterstützen Sie uns als Pflegekraft in unseren

Einrichtungen

www.arbeiten-in-der-nachbarschaft.berlin



NACHBARSCHAFTSHEIM SCHÖNEBERG

onste www.nbhs.de

kompetent – verlässlich – zugewandt

PARTNER IM KIEZ



Stiftung des öffentlichen Rechts



Pestalozzi-Fröbel-Haus Karl-Schrader-Straße 7/8 10781 Berlin

www.pfh-berlin.de



ist ein Verbund pädagogischer Praxis- und Ausbildungsein richtungen.

Es wurde 1874 von Henriette Schrader-Breymann mit dem Ziel gegründet, die hohe Qualität der Fröbel-Kindergärten zu sichern durch eine ebenso hohe Qualität der Ausbildung von Erzieherinnen und Erziehern.

Grundlegend für die Arbeit des PFH ist die kontinuierliche Qualitätsentwicklung der pädagogischen Arbeit.

Alle Einrichtungen des Pestalozzi-Fröbel-Hauses orientieren sich am Early Excellence-Ansatz. Early Excellence umschreibt das Ziel, Kindern und auch Erwachsenen bestmögliche Bedingungen für Lernen und Weiterentwicklung zu schaffen.

0

Zum Pestalozzi-Fröbel-Haus gehören:

- eine Berufliche Schule mit mehreren Bildungsgängen (Erzieher*innenausbildung berufsbegleitend oder in Vollzeit kombinierbar mit einem Bachelor / sozialpädagogische Assistenz / Erlangung der Fachhochschulreife)
- neun Kindertagesstätten
- Ganztagsbereiche in sieben Grundschulen und zwei Sekundarschulen
- sechs Familienzentren/ Nachbarschaftszentren
- zwei Stadtteilzentren
- eine Familienberatung mit zwei Standorten
- fünf Einrichtungen für offene Kinder- und Jugendarbeit
- die Freiwilligenvermittlung "Unbezahlbar"
- Jugendsozialarbeit an Schulen
- Natur- und Werkpädagogik in Kooperation mit Grundund Sekundarschulen
- Tagesgruppen: Arbeiten und Lernen / Grundschulprojekt Bethanien
- · Lernförderung nach BUT/ Hausaufgabenhilfe
- Bildungsbotschafter*innen in Kita, Schule und Stadtteil
- Stadtteilmütter
- die therapeutischen Jugendwohngruppen "Koralle"

Räume für Gruppen, Seminare, Veranstaltungen, Kurse ...

Wir vermieten Räume von 20 bis 200 qm für verschiedene Anlässe.

Inga Backofen Tel. 0151/ 7278 0248 raumvergabe@pfh-berlin.de

Telefonische Sprechzeiten dienstags 10:00–12:30 Uhr donnerstags 15:00–18:00 Uhr

Persönliche Sprechzeiten donnerstags 15:00–18:00 Uhr im Infobüro der Kiezoase

Hrsg. PFH Berlin Redaktion Nina Lutz

Layout 4mbh concept & visuals Umschlag Illustration Claudia Collasch

Druck Print Media Group

Auflage 5.000

Kiezoase Schöneberg e.V.

Damit unser Nachbarschaftsverein auch in Zukunft seine Arbeit erfolgreich weiterführen kann, sind wir auf Ihre Hilfe angewiesen.

Sie können uns unterstützen durch:

- freiwillige Mitarbeit
- Spenden (steuerabzugfähig!) für die Kiezoase allgemein oder zweckgebunden für ein bestimmtes Projekt

Unser Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft BIC BFSWDE33BER

IBAN DE22 3702 0500 0003 0367 09

Jede Hilfe, Anregung und Kritik ist uns sehr willkommen.

kiezoase@sozkult.de www.kiezoase.de

Esther Wolffhardt

Gerd Schmitt Thomas Glaw Vorstand Geschäftsführer

