



Familien- und
Nachbarschafts-
zentrum im
Wrangelkiez
Cuvrystraße 13/14
10997 Berlin

Öffnungszeiten
offener Treff & Café
Montag – Freitag
9.30 – 18.00 Uhr

Telefon: 030 225024-01
familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de
www.familienzentrum-wrangelkiez.de



*Euer Familien- und
Nachbarschaftszentrum
im Wrangelkiez*

MAI BIS
DEZEMBER 2024

berlin Berlin
Senatsverwaltung
für Stadtentwicklung
und Umwelt
Bezirkamt Friedrichshain-Kreuzberg

Bundesministerium
für Umwelt, Naturschutz,
Bau und Reaktorsicherheit

DAS JUGENDAMT.
Umgestaltung der Ankommen.

EUROPÄISCHE UNION
Europäischer Fonds für
regionale Entwicklung



BeWeGeN

BASTELEN

SCHAUSPIELERN

MUSIZIEREN

Singen

Kochen

Vorwort



Ahoi, lieber Wrangelkiez,

wir haben ein spannendes Kiez-Jahr mit vielen Veranstaltungen vor uns! Mitte Mai gibt es eine Intervention unserer Kinderladen-Kinder im öffentlichen Raum. Sie werden die 1. KinderKiezBank im Wrangelkiez aufstellen als Symbol dafür, dass sie ein Recht darauf auf gesellschaftliche Teilhabe haben. Im Alltag planen die Erwachsenen für sie, welche Spielgeräte „pädagogisch wertvoll“ sind, und welcher Platz ihnen zugeteilt wird. Am 17. Mai entscheiden die Kinder – und sie entscheiden, wozu ihre Bank genutzt werden kann, und was darauf nicht passieren darf.

Vor den Sommerferien werden wir unser Projekt „Unter den Teppich gekehrt – mit Kindern über Drogen sprechen!“ vorstellen. Wir haben jetzt schon viel Material mit unseren Kitakindern erarbeitet, und fangen jetzt an zu sortieren: Was davon landet in unserem Köfferchen für die Einrichtungen?!

Anfang September planen wir unseren 1. Sozialgipfel. Im sozialen Bereich sollen im Berliner Haushalt 2024 insgesamt etwa 3 Millionen Euro eingespart werden. Das ist nicht möglich, denn wir knapsen jetzt schon an allen Ecken und Enden. Und was ist mit den groß angekündigten Maßnahmen, die zusätzlich für Drogenprävention und Unterstützung von Obdachlosenarbeit rund um den Görli zur Verfügung gestellt werden sollen, wenn der Zaun gebaut wird? Wir stellen Fragen und beraten mit sozialen Trägern dieser Stadt: Können wir uns Einsparungen in einem Bereich leisten, der die Gesellschaft festigt und zusammenhält?

Ihr lest: Die soziale Arbeit in dieser Stadt ist in diesem Jahr sehr politisch. Wir spüren aktuell, dass der Wert unserer Arbeit nicht erkannt wird, und werden uns deshalb deutlicher zeigen müssen. Nicht ganz einfach für die Mitarbeitenden im sozialen Bereich, die sich sehr gerne für die Belange anderer einsetzen, sich selbst aber oft nicht so wichtig nehmen.

Euer Kiezanker-Team



Inhalt



Vorwort	Seite 1
Das Team	Seite 3
Öffnungszeiten, Kursanmeldung	Seite 4
Offener Treff	Seite 5
Angebote für Familien	Seite 6
Angebote für Kinder und Eltern	Seite 11
Kurse für Kinder	Seite 18
Kurse für Erwachsene	Seite 22
Offene Angebote	Seite 25
Gesundheit	Seite 28
Beratungen	Seite 31
Veranstaltungen	Seite 36
Impressum	Seite 40

Das Team



ALEXANDER
Musikalischer Leiter und
Väterarbeit



CARO
stv. Leitung



DINAH
Assistentin der Leitung



ELKE
Frühkindliche Bildung



ESTHER
Leitung



GÜLSÜM
Frühkindliche Bildung



LUISA
Netzwerkstelle



TINE
Mobile Stadtteilarbeit



Kontaktdaten

Kiezanker 36
Familien- und Nachbarschaftszentrum im Wrangelkiez
Cuvrystraße 13/14, 10997 Berlin

Telefon: 030 225024-03
E-Mail: familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de
www.familienzentrum-wrangelkiez.de

Du willst auf dem aktuellen Stand bleiben?
Dann folge uns gerne auf Facebook und Instagram.



Kursanmeldung

Gerne per E-Mail:
familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de

Kursgebühren – Ermäßigung

Ermäßigte Kursgebühren gelten für Geschwisterkinder,
Auszubildende, Schüler, Bafög-Empfänger bis 28 Jahre
und Bürgergeld-Empfänger.



Offener Treff und Café

Das Café Cuvry ist unser Herzstück und offene Begegnungsstätte für die Nachbarschaft im Kiez. In ungezwungener Atmosphäre können sich die Besucher unabhängig von Alter, Geschlecht und Herkunft treffen und austauschen.

Unterschiedlichste Angebote, vom Familienfrühstück bis zum 60+ Treffen, finden hier statt. Nutzen Sie die Möglichkeit, einfach einmal vorbei zu kommen, einen Kaffee zu trinken, in Ruhe Zeitung zu lesen oder Kontakte zu knüpfen.



In der Spielecke finden die Jüngsten anregende Beschäftigung, die Älteren können in Büchern schmökern, einander etwas vorlesen. Brettspiele gibt es für Jung und Alt. Es gibt Waffeln, Snacks und Getränke zu fairen Preisen.

Öffnungszeiten Offener Treff & Café

Montag – Freitag
9.30 – 18.00 Uhr



Angebote für Familien

„Alle schlechten Eigenschaften entwickeln sich in der Familie. Das fängt mit Mord an und geht über Betrug und Trunksucht bis zum Rauchen.“

Alfred Hitchcock

FAMILIENFRÜHSTÜCK

Mittwochs von 10.30 – 12.00 Uhr

Am Mittwoch laden wir Familien im Baby-Stress zu einem gemütlichen und entspannten Frühstück ein. Egal ob die Zeit zu einem Erfahrungsaustausch genutzt wird – oder einfach, um in Ruhe einen Kaffee zu Trinken, möglich ist hier beides.

Unkostenbeitrag: 4,50 €

Ansprechpartnerin: Elke Jancke / Anmeldung: 030 225024-03

Raum: Café Cuvry

FRÜHSTÜCK FÜR GETRENNT- UND ALLEIN-ERZIEHENDE ELTERN

Jeden 2. Samstag im Monat von 10.00 – 12.30 Uhr

Hier können sich alleinerziehende Eltern und ihre Kinder bei einem gemütlichen Frühstück kennenlernen, sich austauschen und gemeinsam spielen oder toben. Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung und Bestätigung möglich – es gibt eine begrenzte Anzahl an Plätzen.

Ansprechpartnerin / Anmeldung: Elke, jancke@gmx.de

Unkostenbeitrag: 4,50 € pro Familie

Raum: Café Cuvry

ANGELTOUREN FÜR VÄTER MIT KINDERN

Es gibt nichts Besseres als einen „Vater und Kind-Angelausflug“, um die Lücke zwischen den Generationen zu schließen. Wir entwickeln an dieser Stelle mit euch zusammen eine neue „Familientradition“, die sich im Erwachsenenalter eurer Kinder fortsetzen kann (auch wenn es möglicherweise zu einem Mutter-Sohn oder Mutter-Tochter-Ausflug werden könnte). Die Seen in der Umgebung geben uns ein Leben lang die Möglichkeit, die Bande innerhalb unserer Familie zu festigen.

Ansprechpartner: Alexander

Anmeldung: familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de

BABYTREFF – AHOI, ALLES IST NEU

Für Babys von 8 Wochen bis 6 Monate
Jeden Montag von 10:30 Uhr – 11:30 Uhr

Wir wollen die ersten aufregenden Monate miteinander teilen, das Glück, die Tränen, die Freuden und Sorgen. Alles soll einen Platz finden in unserem Babytreff. Wir wollen uns austauschen, singen und spielen, Kontakte knüpfen und die Babys begleiten bei ihren ersten Entdeckungsreisen.

Ansprechpartnerinnen: Caro Löwe und Gülsüm Aydin
Anmeldungen: carolin.loewe@pfh-berlin.de oder 030 22502403
Kostenneutrales Angebot | Raum: Skalitzer 2

VORLESENACHMITTAGE

Es gibt kaum etwas Schöneres als ein gutes Buch, das uns fesselt und zum Nachdenken anregt. Schon die Kleinsten greifen neugierig nach den Buchseiten und erkunden mit großen Augen die gedruckten Fantasiewelten. Mit dem Vorlesen kann man gar nicht früh genug beginnen! Bei uns könnt ihr jeden Dienstag um 16.00 Uhr mit eurem Lieblingsbuch in die Plüsch-Plausch-Ecke kommen, und uns beim Vorlesen lauschen.

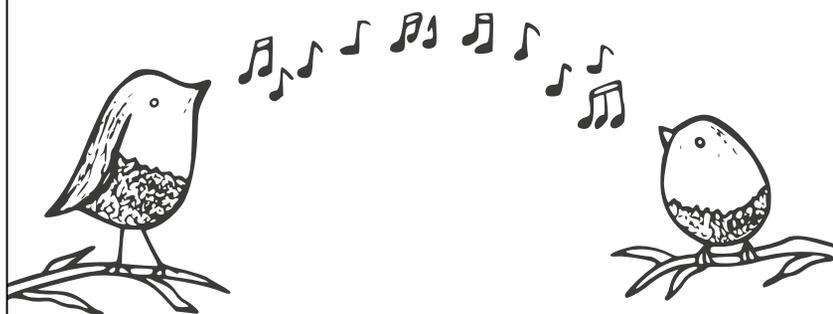
Termine findet ihr an der Tür zur Plüsch-Plausch-Ecke
Raum: Plüsch-Plausch-Ecke
Kostenneutrales Angebot



OFFENES SINGEN FÜR KINDER UND ELTERN jeden ersten Dienstag im Monat von 16:00 – 16.30 Uhr.

Kinderlieder werden gesungen und auf der Gitarre begleitet. Man sagt, singen wischt den Staub vom Herzen, lasst es uns zusammen probieren.

Ansprechpartnerin: Esther
Raum: Plüsch-Plausch-Ecke | kostenneutrales Angebot



WILLKOMMENSVERANSTALTUNG **FÜR JUNGE ELTERN MIT IHREM KIND**

Regelmäßige Veranstaltung, die Termine werden rechtzeitig über die Homepage bekannt gegeben

Wir informieren sie über Angebote in unserem Familienzentrum. Sie haben die Gelegenheit, andere junge Eltern mit ihren Babys kennen zu lernen. Wir geben Informationen und unterstützen sie, passende Angebote zu finden.

Sie erhalten eine Willkommenstasche unseres Bezirks, gefüllt mit Kontaktadressen und Informationen, die jetzt interessant sein könnten – und mit der legendären „Kreuzberg-Windel“.

Ansprechpartnerin: Elke Jancke

KERAMIKWERKSTATT FÜR ELTERN & KINDER

Donnerstags von 16.00 – 18.00 Uhr

„Töpfern kann jeder.“

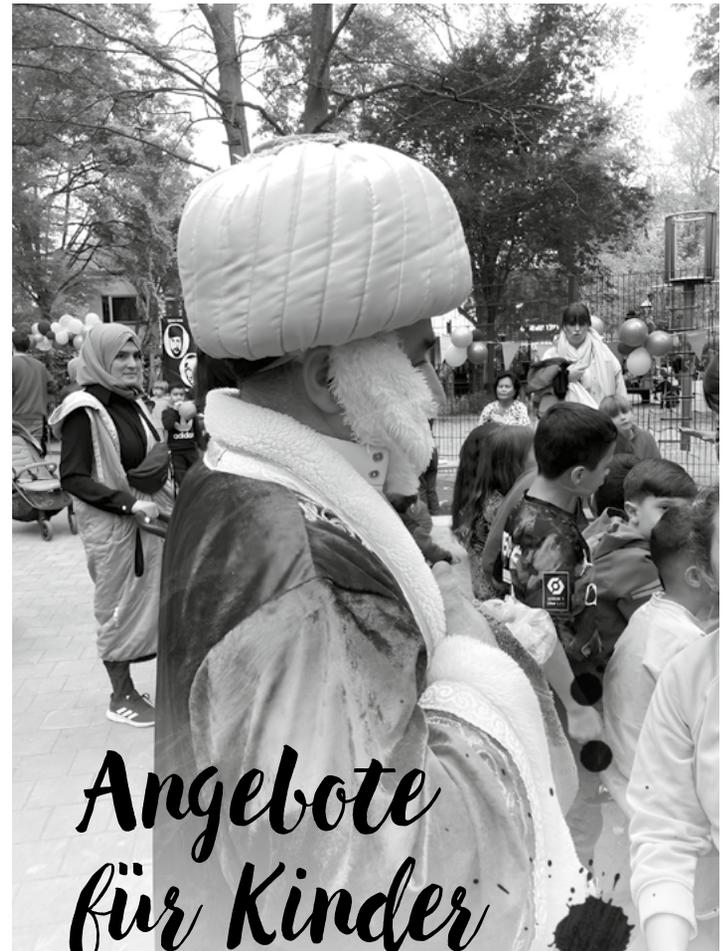
Unter diesem Motto lädt Hermann Solowe wöchentlich in seine Keramikwerkstatt ein. Egal, ob nun als Entspannung in der Freizeit oder zur Herstellung von Arbeitsmitteln wie Schüsseln, Töpfen oder Ablagen oder um eigene Ideen künstlerisch zu versinnbildlichen. Töpfern ist familienfreundlich. Eltern und Kinder, Großeltern und Enkel, Freunde und Freundinnen können dabei zusammen kreativ sein. Jeder findet seine Herausforderung.

Kursleitung: Hermann Solowe

Offenes Treffen, keine Anmeldung erforderlich

Raum: Café Cuvry

Unkostenbeitrag: Spendenbasis



*Angebote
für Kinder
und Eltern*

*„Die Jugend soll ihre eigenen Wege
gehen, aber ein paar Wegweiser
können nicht schaden“*

Pearl S. Buck

ZUSAMMEN AUFWACHSEN

für Kinder von 6 Monaten bis 1,5 Jahren

Dienstags von 15.00 Uhr – 16.00 Uhr

Mittwochs von 10.00 Uhr – 11.00 Uhr

Zusammen Aufwachsen ist eine feste Gruppe für kleine Menschen zwischen 6 Monaten und 1,5 Jahren. Die Gruppe soll ein Ort sein für Groß und Klein um Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen. Ein Ort wo das Glück, die Tränen, die Freude und Sorgen ein Platz finden können. Wir wollen gemeinsam spielen, singen und die Kinder bei ihren Entdeckungsreisen begleiten.

Kursleitung: Caro Löwe

Anmeldung unter 030 22 50 24 03 / carolin.loewe@pfh-berlin.de

Raum: Skalitzer 2

Der Kurs läuft auf Spendenbasis.

FARBENSPIELE

Für Kinder von 1 bis 3 Jahren

Mittwochs von 10.00 – 11.00 Uhr

Wir werden Spuren hinterlassen: mit knalligen Farben, klebrigem Kleister – und dem bunten Regen aus der Farbeimerschaukel!

Ein großer Spaß für Kinder und Eltern!

Wechselkleidung macht Sinn!

Ansprechpartnerin: Esther Borkam

Anmeldung: esther.borkam@pfh-berlin.de

Raum: Görli 2



GRIFFBEREIT (deutsch-türkisch)

für Kinder von 1 – 3 Jahren

Dienstags von 10.00 – 12.00 Uhr

Griffbereit ist ein Programm, das die Erstsprachenkompetenz, erste Deutschkenntnisse und die Allgemeinentwicklung bei 1 – 3 jährigen Kindern fördern will. Die Akteure im „Griffbereit“ Programm sind die Eltern selbst: Sie sind die ersten Sprachvorbilder und haben den engsten Bezug zu ihren Kindern im Alltag. Mit Griffbereit können Sie erfahren, wie sie ihre Kinder beiläufig und regelmäßig in entwicklungsfördernde Kommunikations- und Sprachspiele verwickeln können.

Kursleitung: Gülsüm Aydin und Sabiha Dogu

Anmeldung: gülsüm.aydin@pfh-berlin.de

Kosten: 4,00 € (Frühstück)

Raum: Skalitzer 2

MUSIKKURSE MIT ULRICH

Dienstags und Donnerstags

Für Kinder von 0,5 – 3 Jahren

Musikmäuse (0,5 – 1,5 Jahre): 15.00 Uhr

Musiksterne Gruppe 1 (1,5 – 3 Jahre): 16.00 Uhr



Zusammen Musik machen!

In meinem Musikkurs lernen Kinder zusammen mit einem Elternteil spielerisches Musizieren und musikalisches Kinderspielen. Sie werden auf diese Weise in die wundervolle Welt des Musizierens eingeführt. Wir singen altersgerechte Lieder, spielen und bewegen uns dazu und probieren immer wieder das eine oder andere einfache Instrument aus. Ich zeige euch, wie Musik ein täglicher Bestandteil eures Familienlebens werden kann.

Kursleitung: Ulrich Stern

Anmeldung: familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de

Kosten: Spendenbasis

Raum: Skalitzer 2

BABYMASSAGE

Für Eltern mit Baby ab 8 Wochen bis 5 Monate
Donnerstags von 10.00 – 11.30 Uhr (pro Kurs 5 Termine)

Bei der Babymassage haben Eltern die Möglichkeit eine intensive Zeit mit ihrem Baby zu erleben und durch liebevolle Berührungen ihre Bindung zu stärken. Sie erlernen Massagegriffe für jeden Körperteil inkl. Gesicht, sowie die Kolikmassage bei unruhigem Bäumlein. Babymassage fördert das Körperbewusstsein und nimmt positiven Einfluss auf die körperliche und geistige Entwicklung des Kindes.

Kursleitung: Gülsüm Aydin

Raum: Skalitzer 2

Kosten: Spendenbasis

Anmeldung: gülsüm.aydin@pfh-berlin.de

UMWELT- UND GARTEN-AG

Donnerstags ab 10.30 Uhr

Was für ein Glück: Der Kiezanker hat einen Garten. Gemeinsam wollen wir aus ihm eine kleine Oase machen. Die Garten-AG ist offen für alle, die Lust haben, im Garten zu werkeln.

Egal ob jung oder alt, mit und ohne Erfahrung, zusammen gestalten wir einen Ort, der grün und ansprechend ist – und vielleicht sogar Gemüse hergibt.

Ansprechpartnerin: Gülsüm Aydin

Treffpunkt: Kiezanker-Garten



WALDBADEN

Jeden 2. Freitag im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr

Unser tägliches Leben wird immer schneller und hektischer. Häufig erwischen wir uns bei dem Gedanken, ‚einfach mal raus‘ sein zu wollen. Bei den Spaziergängen durch den Wald spürst du schnell, wie der Wald Dich den Alltag vergessen lässt und sich Stress buchstäblich in Luft auflöst. Erlebe, wie Deine Lebenskräfte zurück kommen und sogar Dein Immunsystem gestärkt wird.

Während ihr mit Trage und Kinderwagen spaziert, und die größeren Kinder Blätter und Stöcke sammeln, könnt ihr euch ungestört unterhalten und austauschen. Und pädagogisch begleitet werdet ihr auch noch!

Ansprechpartnerin: Caro Löwe

Anmeldung/ Informationen: carolin.loewe@pfh-berlin.de

Kostenneutrales Angebot



STADTTEILMÜTTER

Die Stadtteilmütter in Kreuzberg gibt es seit 2007. Das Projekt ist ein sozialraum- und ressourcenorientiertes Angebot der interkulturellen Eltern- und Familienbildung. Seit 2020 gibt es ein Landesrahmenprogramm für Stadtteilmütter.

Aufbau und Ziele des Projektes: Frauen mit Migrationshintergrund, die selber Mütter sind und eine Arbeit suchen, werden ein halbes Jahr zu 10 verschiedenen Themen rund um die Entwicklung und Erziehung von Kindern qualifiziert, um anschließend ihr Wissen anderen Familien aus der Community weiterzugeben.

Ziel des Projektes ist es, Familien mit Migrationshintergrund frühzeitig zu erreichen, sie über unser Bildungssystem zu informieren, Zugangsbarrieren abzubauen, um damit langfristig die Bildungschancen ihrer Kinder wirksam verbessern zu können. Die Teilhabechancen von Familien anderer Nationalitäten sollen verbessert und ihre Partizipationsmöglichkeiten am Bildungssystem gestärkt werden. Gemeinsame Begegnungen und die Teilnahme an Familienbildungsangeboten sollen zum Abbau von Vorurteilen und Diskriminierung beitragen.



Die Stadtteilmütter tragen mit ihrer Arbeit auch zu einer immer stärker werdenden Vernetzung der Einrichtungen in der Region untereinander bei. Wir schätzen uns glücklich, die Stadtteilmütter in unserem Haus haben zu können.



**UNSERE STADTTEILMUTTER
ZEHRA**

Unsere Stadtteilmutter Zehra ist jeden Nachmittag von 14.00 – 18.00 Uhr bei uns im Haus und informiert Eltern mehrsprachig (hier deutsch, türkisch, arabisch) über Angebote und Möglichkeiten rund um die Entwicklung und Erziehung des Kindes und Angebote der Gesundheitsförderung.

Sie hilft mit bei der Kitaplatz-Suche und informiert darüber, wie man einen Kita-Platz finden kann. Sie unterstützt die Eingewöhnung der Kinder in einer Kita und ist auf Wunsch bei Elterngesprächen dabei. Sie informiert über Möglichkeiten der Sprachförderung, wozu auch die Förderung der Mehrsprachigkeit gehört. Bei sozialen und finanziellen Problemen informiert sie über Beratungsangebote und begleitet die Familien auf Wunsch auch zu den Einrichtungen und Behörden. Sie informiert auch über Freizeitmöglichkeiten für Eltern und Kinder.

**Zehra ist jeden Nachmittag von 14.00 – 18.00 Uhr
bei uns im Haus!**



Kurse für Kinder

*„Ohne das Kind, das ihm hilft,
sich ständig zu erneuern, würde
der Mensch degenerieren.“*

Maria Montessori

LERNHILFE FÜR SCHULKINDER

Montags und Mittwochs von 16.00 – 18.00 Uhr

Kursleitung: Kosja Haase

Kostenneutrales Angebot

Offenes Angebot

Raum: Skalitzer 1

UNTER DEN TEPPICH GEKEHRT

Jeden Freitag um 10.00 Uhr

Auf Spielplätzen und Hausfluren im Wrangelkiez kann zugeschaut werden, wie Drogen aufbereitet und konsumiert werden.

Auf Gehwegen sind kleine Plastikbehältnisse und Löffel zu finden, Glasscherben müssen weggeräumt werden, bevor ein Kind im Sandkasten spielen kann.

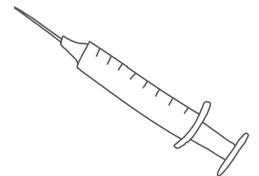
Ein Mensch im Rauschzustand ist in anderen Welten unterwegs und verhält sich oftmals merkwürdig. Wir Erwachsenen sind selbst verunsichert, wenn wir unser Gegenüber nicht einschätzen können. Manchmal bekommen auch wir es mit der Angst zu tun. Wie fühlen sich Kinder in einem solchen Moment?

Mit Kiezkindern möchten wir ins Gespräch darüber kommen, denn nach wie vor wird das Thema Drogen gerne „unter den Teppich gekehrt“. Weil uns selbst die Worte fehlen. Weil wir die Kinder schützen wollen. Weil es nicht sein kann, dass Kinder im Kita-Alter bereits ein Gespräch über Drogen führen müssen.

Aber: Unsere Kiez Kinder sind Experten im Beobachten. Sie können uns erzählen was sie sehen, und was sie dabei fühlen. Zusammen können wir einen Materialkoffer erstellen, der Erwachsenen dabei helfen kann, mit anderen Kindern ins Gespräch zu diesem schwierigen Thema zu kommen.

Ansprechpartnerin: Esther Borkam

Raum: Plüsch-Plausch-Ecke



KINDERTHEATER FÜR KINDER AB 7 JAHREN

Jeden Dienstag von 14.30 – 16.00 Uhr

Wir suchen uns eine Lieblingsgeschichte und machen daraus ein Theaterstück!

Ansprechpartnerin: Esther Borkam

Raum: Skalitzer 2

Anmeldung: familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de

BASSUNTERRICHT mit PETER NADERER

Dienstags ab 16.00 Uhr

Anmeldung: familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de

Raum: Görli 1

BALLET FÜR KINDER AB 3 JAHREN

Dienstags ab 16.00 Uhr

Ausgebildete Tänzerin gibt entspannte Ballettstunden für Kinder.

Kursleitung: Guiselt Thaiz

Kosten: nach Absprache, Anmeldung: guiselt.thaiz@gmail.com

Raum: Bällebad

GITARRENKURSE

Montags und Mittwochs ab 17.00 Uhr

Der Gitarrenunterricht findet an zwei Nachmittagen in der Woche in Kleingruppen statt. Teilnehmer lernen Liedbegleitung, Schlag- und Zupftechniken zu Lieblingssongs. Gitarren sind vorhanden und können gegen Kautionsentlohnung entliehen werden.

Kursleitung: Markus Haußmann

Anmeldung unter 030 611 33 98

Raum: Spreewaldplatz

BAND-PROJEKT „KLEINKARIERT“

Jeden Freitag ab 20.00 Uhr

Jugendliche aus dem Kiez proben in ihrem hauseigenen Bandraum, schreiben eigene Texte und machen zusammen großartige Musik!

Band-Coach: Alexander Spree

Raum: Band-Keller

Kostenfreies Angebot



GROOVE-MONSTERS – Schlagzeugunterricht

für Kinder und Jugendliche

Montags und Mittwochs von 14.00 – 19.00 Uhr

Lerne alles rund ums Schlagzeugspielen! Rudiments, Grooves, Pad, Noten lesen, zu Songs spielen, Sticktricks etc.

In Zweier-Gruppen oder Einzelunterricht, 45 Minuten!

Kursleitung: Mia

Anmeldung: familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de

Raum: Görli 1

KLANG KUNST & KOSMOS – MUSIKWERKSTATT

Donnerstags von 16.00 – 17.30 Uhr

für Menschen von 10 – 88 Jahren

Ein Modularesystem kann ein flexibles Effektgerät sein. Oder eine reine Drum-Machine. Oder ein Drone-Synthesizer, der fröhlich vor sich hin oszilliert... Innerhalb der Musikwerkstatt erfahrt ihr so einiges darüber, was oszillieren eigentlich bedeutet, oder was Hüllkurven sind. Vor allen Dingen könnt ihr ausprobieren, eure eigenen Klänge zu entwickeln und sie kunstvoll in den Kosmos aufsteigen zu lassen.

Kursleitung: Alexander Spree

Raum: Tonstudio

Anmeldung: alexspree@gmail.com



Kurse für Erwachsene

„Man sollte alle Tage wenigstens ein kleines Lied hören, ein gutes Gedicht lesen, ein treffliches Gemälde sehen und, wenn es möglich zu machen wäre, einige vernünftige Worte sprechen.“

Johann Wolfgang von Goethe

QI GONG

Freitags von 10.00 – 11.30 Uhr

Qi Gong-Übungen sind Bewegungen und Entspannungsübungen, die als Teil der traditionellen chinesischen Medizin gelten. Der chinesische Begriff Qi ist als die vitale Kraft des Körpers – die Lebensenergie – zu verstehen, während Gong mit Übung und Können übersetzt wird. Mit Qi Gong lernt man also, mit seiner Lebensenergie umzugehen. Die ruhigen, fließenden Bewegungen regulieren die Atmung, die Körperhaltung wird verbessert und der Geist kommt zur Ruhe. Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.

Kursleitung: Imelda Wild

Raum: Skalitzer 2

Anmeldung: 0176 47678997

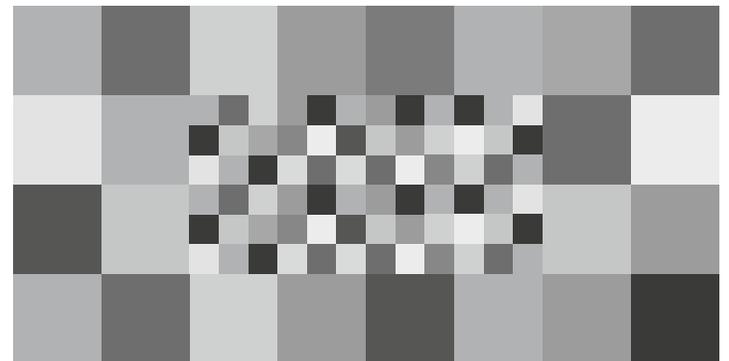
GRAUBUNT (ER) SALON 60+

jeden 2. Donnerstag von 19:00 – 21:00 Uhr

Das sind wir: eine Gruppe, entstanden im Nachbarschaftszentrum Wrangelkiez. Wir sind im Unruhe-Stand, haben Fragen, auch Visionen, sind neugierig auf Dich, wollen uns austauschen. Was im Salon passiert? Das bestimmen die, die kommen.

Alt werden geht gar nicht aber wenn doch??

Ort: Kiezanker 36, Café



GITARRENKURSE FÜR ERWACHSENE

Montags und Mittwochs ab 17.00 Uhr

Der Gitarrenunterricht findet an zwei Nachmittagen in der Woche in Kleingruppen statt. Teilnehmer lernen Liedbegleitung, Schlag- und Zupftechniken zu Lieblingssongs. Gitarren sind vorhanden und können gegen Kaution entliehen werden.

Kursleitung: Markus Haußmann

Anmeldung unter 030 611 33 98

Raum: Skalitzer 2

HANDWERK AM NACHMITTAG

Dienstags von 14.00 – 16.00 Uhr

Filzen, Leder verarbeiten, Spinnen, Schmieden – lauter alte Handwerke, die Gerald gerne vermittelt. Wer Freude dabei hat, ein altes Handwerk auszuprobieren, erhält obendrauf einige geschichtliche Hintergründe!

Ansprechpartner: Gerald Müller

Keine Anmeldung erforderlich

Raum: Görli 2 oder im Garten



GEMEINSAMER KOCHABEND IM CAFÉ

jeden 1. Freitag im Monat ab 18.30 Uhr

Für alle Besucher*innen, die keinen Lust haben, am Freitagabend alleine oder im kleinen Kreise vor ihrem Abendbroteller zu sitzen.

Ansprechpartnerin: Esther Borkam

auf Spendenbasis

Raum: Café Cuvry



*Offene
Angebote*

„Ich prüfe jedes Angebot. Es könnte das Angebot meines Lebens sein“

Henry Ford

GROSSMÜTTERBILDUNGSTREFFEN

Mittwochs von 18.00 – 21.00 Uhr

Jeden Mittwoch treffen sich Großmütter jeden Alters in angenehmer Atmosphäre. Durch Austausch, Gespräche und Vermittlung von Wissen bietet die Gesprächsrunde für Frauen eine Mischung aus Geselligkeit und Informationsaustausch. Aktive Teilnahme und Kommunikation in verschiedenen Lebens- und Alltagssituationen sind Themen in der Gruppe. Nach dem Konzept „Hilfe zur Selbsthilfe“ werden Bildungsarbeiten in der Gruppe durchgeführt.

Kursleitung: Merih Dogan

Offenes Angebot, kostenfrei

Raum: Café Cuvry

FRAUENFRÜHSTÜCK

Freitags von 10.30 – 14.00 Uhr

Offene Gruppe für Frauen, die Lust haben, ein leckeres gesundes Frühstück gemeinsam zu genießen, sich auszutauschen, Feste zu feiern, Ausflüge, Kinobesuche und Besuche bei anderen Einrichtungen zu planen, sowie Seminare und Informationsveranstaltungen unterschiedlichster Thematiken zu organisieren.

Ansprechpartnerin: Hülya Firat

Unkostenbeitrag: 4,50 €, offenes Treffen

Raum: Café Cuvry



FILMABENDE AM FREITAG

jeweils 19.00 Uhr – mit dem passenden Gericht

- 3. Mai **PULP FICTION**
Big Kahuna Burger
- 7. Juni **SOUL KITCHEN**
Lamm-Stifado mit Kritharaki
- 5. Juli **FORREST GUMP**
Shrimps-Variationen
- 6. September ... **SIN CITY**
Frühstücks-Tacos
- 18. Oktober **GOOD FELLAS**
Gangster-Braten
- 15. November... **DER PATE II**
Chicken Cacciatore
- 6. Dezember **CHOCOLAT**
Rinderbraten mit Schokoladensauce



Gesundheit

„Ein leidenschaftlicher Raucher, der immer von der Gefahr des Rauchens für die Gesundheit liest, hört in den meisten Fällen auf zu lesen.“

Winston Churchill

GEMEINSAM die **PFLEGE** aus der Ferne **GESTALTEN**
jeden 2. Mittwoch im Monat von 18.00 – 19.30 Uhr

Ich wohne in Berlin, meine Eltern weit weg. Was tun, wenn Vater oder Mutter Pflege benötigen? Während pflegende Angehörige in Berlin zahlreiche Ansprechpartner und Unterstützungsmöglichkeiten finden, fragen sich Betroffene, wie sie mit der Situation aus der Entfernung umgehen können. Wie kann ich die Pflege organisieren? Welche gesetzlichen Grundlagen gibt es? Was mache ich mit meinem schlechten Gewissen?

Wie kann ich mit der familiären Situation adäquat umgehen?

In gemeinsamen Treffen sollen diese oder andere Fragen besprochen werden. Es geht um gegenseitige Unterstützung durch hilfreiche Hinweise und Erfahrungsberichte, Zusprechen von Trost, Zuhören oder auch um die Organisation von fachkompetenten Referenten.

**Um Anmeldung wird gebeten: 0173 2839560 oder 70 71 68 69
oder kpe@volkssolidaritaet.de**

**Ein Angebot der Kontaktstelle PflegeEngagement
Friedrichshain-Kreuzberg
Raum: Spreewaldplatz**



SOLAWI – SOLIDARISCHE LANDWIRTSCHAFT

In der Solidarischen Landwirtschaft werden die Lebensmittel nicht mehr über den Markt vertrieben, sondern fließen in einen eigenen, durchschaubaren Wirtschaftskreislauf, der von den Teilnehmer*innen mit organisiert und finanziert wird. Die ganze Landwirtschaft – nicht das einzelne Lebensmittel – wird finanziert.

Die Teilnehmer*innen garantieren die Abnahme des Gemüses und finanzieren alles vor, was notwendig ist, um die Ernte zu erzeugen. Sie teilen sich mit dem Landwirt die Risiken (z. B. schlechte Ernte aufgrund von Witterungsverhältnissen), die Kosten und die Ernte. Landwirt*innen erhalten damit Planungssicherheit, haben ein sicheres Einkommen und sind nicht mehr den Marktzwängen unterworfen. Die Teilnehmer*innen der SoLaWi erhalten frische, vielfältige, saisonale, und regionale Nahrungsmittel in sehr guter Qualität. Mehr Infos dazu: www.solidarische-landwirtschaft.org

In unserer Solawi – Gruppe, die hier im Haus eine Abholstelle hat, bilden wir eine Wirtschaftsgemeinschaft mit dem kleinen Bio-Bauernhof Waldgarten, den Frank Wesemann und seinen Mitarbeiter*innen in der Prignitz bewirtschaften.

Der Beitrag pro Ernteanteil für das Wirtschaftsjahr 2024 beträgt im Schnitt 134 €/Monat. Die Höhe des Beitrages wird auf der Hauptversammlung am Ende des Jahres auf Basis der geschätzten Jahreskosten der landwirtschaftlichen Erzeugung für das kommende Jahr ermittelt. Der Beitrag wird solidarisch aufgeteilt, so dass es Mitglieder gibt, die weniger oder mehr als den Durchschnittsbeitrag zahlen.

Es ist möglich einen Ernteanteil zu teilen. Das Gemüse wird von April bis Dezember einmal wöchentlich, von Januar bis März zweimal im Monat, angeliefert und kann während der Öffnungszeiten des Hauses abgeholt werden. Wir organisieren die Aufgaben rund um unsere Abholstelle unter uns. Außerdem gehört es zum Konzept, den Hof regelmäßig zu besuchen. Dafür sind drei bis vier Tage Mitarbeit pro Jahr erwünscht.

Wir können und wollen noch mehr werden, mehr Infos und bei Interesse an einer Mitgliedschaft: www.solawi-waldgarten.de



Beratungen

„Man braucht den Rat anderer nicht zu befolgen, damit sie sich gut fühlen. Es genügt, sie um Rat zu fragen.“

Laurence J. Peter

MIETERBERATUNG

Im Auftrag des Bezirksamtes Friedrichshain-Kreuzberg bietet asum GmbH für Kreuzberger Mieter*innen eine kostenlose Mieterberatung an.

Montags von 15.00 – 18.00 Uhr (mit Rechtsanwalt*)

beraten wir Sie in allen mietrechtlichen Fragen, z. B.:

- Mieterhöhungen
- Betriebskostenabrechnungen
- Modernisierungsankündigungen
- Umwandlungen von Miet- in Eigentumswohnungen

Donnerstags von 16.00 – 18.00 Uhr

sind wir für Sie da:

- wenn Sie Fragen zu Ihrem Kiez und den Kreuzberger „Sozialen Erhaltungsgebieten“ haben
- wenn in Ihrem Haus Bautätigkeiten stattfinden, über die Sie nicht informiert wurden
- wenn Sie Interesse an der Durchführung einer Mieterversammlung für Ihr Haus haben
- wenn Sie Fragen zur Miete und zu den Förderbedingungen haben, wenn Ihr Haus mit öffentlichen Mitteln saniert wurde

Raum: Skalitzer 1

Beratungsangebot durch: asum GmbH * www.asum-berlin.de

Büroadresse: Sonntagstraße 21, 10245 Berlin

*Um Wartezeiten bei der kostenlosen Anwaltsprechstunde zu vermeiden, vereinbaren Sie bitte telefonisch einen Termin unter 030 2934310



BESONDERE MENSCHEN

jeden 1. Samstag im Monat, 11.00 – 13.00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Eltern mit besonderen Kindern oder Menschen mit geistigen oder körperlichen Behinderungen in Kreuzberg.

Ansprechpartnerin: Nuray Arslan

Anmeldung: +49 (0)163 205 56 25

Raum: Görli 2

RECHTSBERATUNG FÜR GEFLÜCHTETE

Montags von 18.30 – 20.30 Uhr

Unabhängige, kostenfreie Rechtsberatung für geflüchtete Menschen und Asylbewerber*innen. Von Studierenden der Refugee Law Clinic Berlin.

Beratung zu: Asylverfahren, Aufenthaltsrecht, Vorbereitung auf die BAMF Anhörung (Interview), Familiennachzug, Arbeitsaufnahme / Ausbildung / Studium

Raum: Plüsch-Plausch-Ecke

SOZIALBERATUNG MIT HATICE

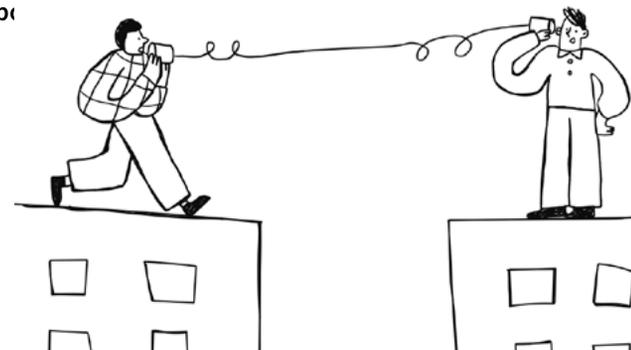
jeden Dienstag von 17.00 – 19.00 Uhr

- Erst- und Kurzberatung
- Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen

Beratung: Hatice Öztürk

Kostenneutrales Angebot

Raum: Tabu





FAMILIENBERATUNG – VERWEISBERATUNG

Wir unterstützen Euch bei allen Fragen und Themen rund um die Familie und haben ein offenes Ohr für eure Sorgen und Probleme. Wir beraten euch zu Hilfen und Unterstützungsmöglichkeiten und finden zusammen eine Lösung. Die allgemeine Beratung kann auf Deutsch oder Englisch stattfinden. Auf Wunsch kann auch in die Türkische oder Arabische Sprache übersetzt werden.

Die Beratung ist kostenfrei und vertraulich, auf Wunsch auch anonym. Sie können telefonisch oder per Mail ein Termin vereinbaren.

KONTAKT: carolin.loewe@pfh-berlin.de | 030 2250 2403



SOZIALBERATUNG FÜR FAMILIEN

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag von 10:00 – 13:30
oder telefonisch: 030/225 024 - 03

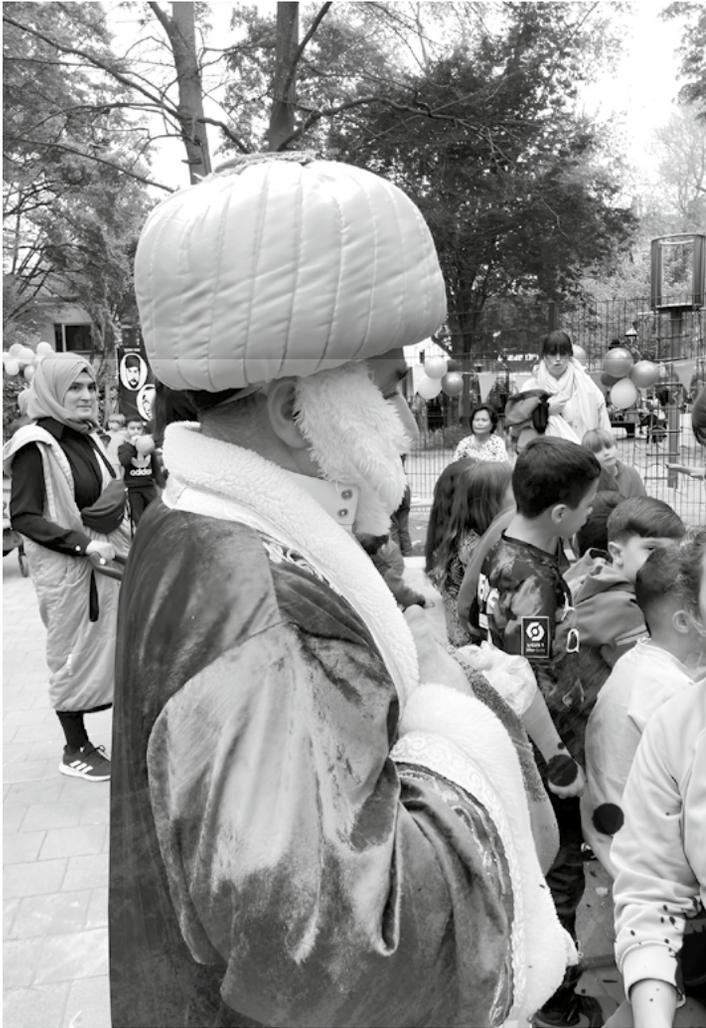
Die Sozialberatung richtet sich an Familien in einer belastenden Situation. Wir bieten Erst-Beratung und Unterstützung u. a. bei:

- Finanziellen Problemen (z.B. Miet- und Stromschulden)
- Problemen mit dem Jobcenter, anderen Ämtern oder Krankenkassen
- Wohnungsproblemen und Fragen zur Wohnungssuche
- dem Ausfüllen von Formularen
- dem Verfassen von Briefen
- der Klärung finanzieller Ansprüche

Ansprechpartnerin: Elke

Raum: Tabor





Veranstaltungen

*„Alles auf der Welt kommt auf
einen gescheiterten Einfall und auf
einen festen Entschluss an.“*

Johann Wolfgang von Goethe

Donnerstag, 16. Mai, 13.00 – 18.00 Uhr
SPERRGUTMARKT

Ort: Görlitzer Straße 55

Freitag, 17. Mai

KINDERBÄNKE FÜR DEN KIEZ

Intervention der Kinderladenkinder im öffentlichen Raum am **17. Mai, 10.00 Uhr**, Treffpunkt: Kiezanker

Kinderladenkinder aus dem Kiez haben sich Bänke gewünscht, die nur von ihnen genutzt werden dürfen. Deshalb haben wir angefangen, Kinderbänke für den Kiez zu bauen.

Am 17. Mai ziehen Kinder durch den Kiez und wählen einen Platz im öffentlichen Raum aus, auf dem sie ihre erste Bank aufstellen wollen. Im täglichen Leben bestimmen Erwachsene, welche Räume den Kindern zur Verfügung gestellt werden.

Am 17. Mai entscheiden die Kinder – denn gesellschaftliche Teilhabe bleibt ihnen meist verwehrt.

Freitag, 14. Juni, 10.00 Uhr

MIT KINDERN ÜBER DROGEN SPRECHEN – AUSSTELLUNG MIT ERGEBNISSEN AUS DEM WORKSHOP

Über mehrere Monate haben sich Kinder aus dem Kinderladen „IrgendWieAnders“ regelmäßig im Kiezanker gesprochen, um sich mit dem schwierigen Thema „Drogen“ auseinanderzusetzen.

Dabei haben wir alle zusammen viel gelernt – und es sind auch einige spannende Ideen entwickelt worden.

Die Kinder präsentieren Kindern aus anderen Kindertagesstätten und Kinderläden ihre Workshop-Ergebnisse am Freitag, 14. Juni, 10.00 Uhr, im Kiezanker.

Mittwoch, 3. Juli

AKTIONSTAG KINDERLÄDEN

Die Kreuzberger Kinderläden werden am 3. Juli ihren Tagesbetrieb auf die Straße verlegen. Damit wollen sie auf die Gefährdungssituation von Kinderläden in Gewerberäumen aufmerksam machen. Jedes Jahr stehen Kinderläden aufgrund steigender Mieten und auslaufender Gewerbemietverträge vor dem Aus.

Aber: WIR LASSEN UNS NICHT VERDRÄNGEN!

Denn: Kinderläden sind Berliner Originale und aus dem Stadtbild nicht wegzudenken. In individuell und liebevoll eingerichteten Räumen wird hervorragende Arbeit geleistet. Berlinweit werden insgesamt 34.000 Kinder in Kinderläden begleitet, gestärkt und gefördert. Hier können sie sich zu eigenständigen, selbstbewussten Menschen entwickeln. Der Ausverkauf der Stadt macht auch vor den Kinderläden nicht halt. Ein Kinderladen ist kein profitorientiertes Geschäftsmodell. Deshalb brauchen wir dringend einen Mietspiegel – damit die Mieten bezahlbar bleiben!

Wir fordern außerdem einen Vermietungsvorrang für soziale Projekte und die Streichung von Steuersparmodellen für Leerstand!

Anfang September SOZIALGIPFEL

Im laufenden Haushalt sollen im sozialen Bereich insgesamt 3,4 Millionen Euro berlinweit eingespart werden. Wir debattieren mit Sozialen Trägern darüber: Welcher Bereich ist fürs System am wenigsten relevant. Wem von uns wird das Geld nicht fehlen – und haben wir als Menschen, die im sozialen Bereich arbeiten, überhaupt Anspruch auf ein Gehalt?

Immerhin bekommen wir von den Leuten, mit denen wir zusammenarbeiten, soviel mehr zurück, als Gold und Geld. Haben wir eine Anerkennung und Wertschätzung von Senatsseite nötig, oder sind wir innerlich so erfüllt, dass uns die Bedingungen, unter denen wir arbeiten vollkommen kalt lassen? Wir machen uns warme Gedanken – und möglicherweise sehen wir ein: Eigentlich sind wir diejenigen, die dem Senat Geld dafür zahlen sollten, dafür, dass wir einer wirklich sinnbringenden Arbeit nachgehen dürfen.

VORSCHAU

Im Herbst und Winter erwarten euch dann noch:

- o das **Wrangelkiezfest (Oktober)**,
- o der traditionelle **Laternenumzug gegen Verdrängung von Bizim Kiez**,
- o unser **lebendiger Adventskalender**
- o und der **Wintermarkt im Görlitzer Park**

Infos zu den einzelnen Veranstaltungen werden vor dem jeweiligen Highlight über die unterschiedlichsten Kanäle zu finden sein!



Ermäßigte Kursgebühren gelten mit
entsprechendem Nachweis für
Auszubildende, Schüler, Geschwisterkinder,
Bafög-Empfänger bis 28 Jahre,
Bürgergeld- und Sozialhilfeempfänger.



Herausgeber: Kiezanker 36
Redaktion: Esther Borkam
Gestaltung: Claudia Drießler [claudiadriessler.com]
Fotos: Esther Borkam, Gülsüm Aydin
Illustrationen: Freepik
Druck: Druckerei DCT GmbH, Coburg