



# Nachbarschafts- und Familienzentren

in Schöneberg Nord

Familien

Nachbarschaft

Kinder

Jugendliche

Ältere





# kiezoase

Schöneberg

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



# Kurmark!

Nachbarschafts- und Familienzentrum

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



# Steinmetz

Nachbarschaftszentrum  
Mehrgenerationenhaus

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



# Pestalozzi Fröbel Haus

Stiftung des öffentlichen Rechts

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

2	<b>Nachbarschafts- und Familienzentrum Kiezoase</b>
9	<b>Angebote für die Nachbarschaft</b> Initiativen, Veranstaltungen, Beratung
16	<b>Angebote für Familien</b> Rund um die Geburt, Angebote für junge Eltern Angebote für Erziehende, Eltern-Kind-Angebote Kinderkurse, Angebote im Freien, Gruppen
37	<b>Angebote für Erwachsene</b> Kurse, Gruppen, Selbsthilfegruppen
44	<b>Angebote für ältere Menschen</b>

50	<b>Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark</b>
54	<b>Angebote für die Nachbarschaft</b> Veranstaltungen, Beratung
62	<b>Angebote für Familien</b> Kurse, Offene Angebote
67	<b>Angebote für Erwachsene</b> Kurse, Offene Angebote, Initiativen

72	<b>Nachbarschafts- und Familienzentrum Steinmetzstraße, Mehrgenerationenhaus</b>
76	<b>Angebote für die Nachbarschaft</b> Initiativen und Veranstaltungen, Beratung, Angebote
82	<b>Angebote für Familien</b>
85	<b>Angebote für Erwachsene</b>

86	<b>PFH Einrichtungen/Partner*innen im Kiez</b>
88	<b>PFH Einrichtungen</b>
95	<b>Partner*innen im Kiez</b>
98	<b>Das PFH</b>
101	<b>Kiezoase e. V.</b>



# kiezoase

## Schöneberg

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



### Inhalt

Lageplan	6
Ein Ort für Alle	7
Mitmachen	8
Initiativen	9
Veranstaltungen	10
Beratung	15
Rund um die Geburt	16
Angebote für junge Eltern	20
Angebote für Erziehende	23
Eltern-Kind-Angebote	27
Kinderkurse	33
Angebote im Freien	34
Gruppen Familie	35
Kurse Erwachsene	37
Gruppen Erwachsene	40
Selbsthilfegruppen	42
Angebote für ältere Menschen	44



## 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  
21730 203, 0151 1507 5659, anna.tesch@pfh-berlin.de  
Astrid Lukawsky, Marta Palombo, Angela Rauscher

**Angebot und Engagement 60+:** Karin Zelm  
21730 166, 015111 4360 359, karin.zelm@pfh-berlin.de

**Mobile Stadtteilarbeit:** Jörn Brensell, 0151 1507 7478,  
joern.brensell@pfh-berlin.de

**Inklusive Öffnung Sozialer Treffpunkt:**  
Jenny Mey, 0151 140 26 876, jenny.mey@pfh-berlin.de

**Infobüro:** Admira Cviko, Alexia Schulz  
21730 202, kiezoase@pfh-berlin.de

**Café:** Almaz Haile-Mariam

**Leitung:** Nina Lutz  
0151 2927 5973, nina.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

## Schließzeiten 2025

In Berliner Schulferien finden die Kurse auf dem PFH Campus (im Musiksaal, Aula, der Turnhalle oder dem Raum 054) nicht statt. Offene Treffs aus dem Raum 054 werden dann zum Teil in die Kiezoasenräume verlegt.

Schließ- und Ferientage der Kiezoase, plus Berliner Feiertage  
4.–22. August, 22. Dezember–2. Januar

## Anmeldung

Wir freuen uns über alle Besucher\*innen und bieten viele offene Treffs und Veranstaltungen zum einfach vorbeikommen an.

Für die Kurse ab September haben wir im 2. Halbjahr einen Durchlauf mit 10 Terminen. Aufgrund hoher Nachfrage bei den Eltern-Kind-Kursen landen für mehr Chancengleichheit im Anmeldezeitraum ab Erscheinen des Hefts bis 16. Juli alle erst auf der Warteliste und dann werden die Plätze verteilt. Ab dem 23. Juli informieren wir über die Platzvergabe.

Wir bitten um Bezahlung per Überweisung bis 15. August mit Angabe des Kurses, Name und Buchungsnr. an Kiezoase e. V., Bank für Sozialwirtschaft, BIC: BFSWDE33BER, IBAN: DE22 3702 0500 0003 0367 09

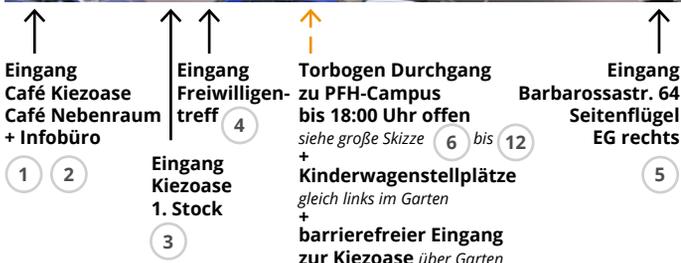
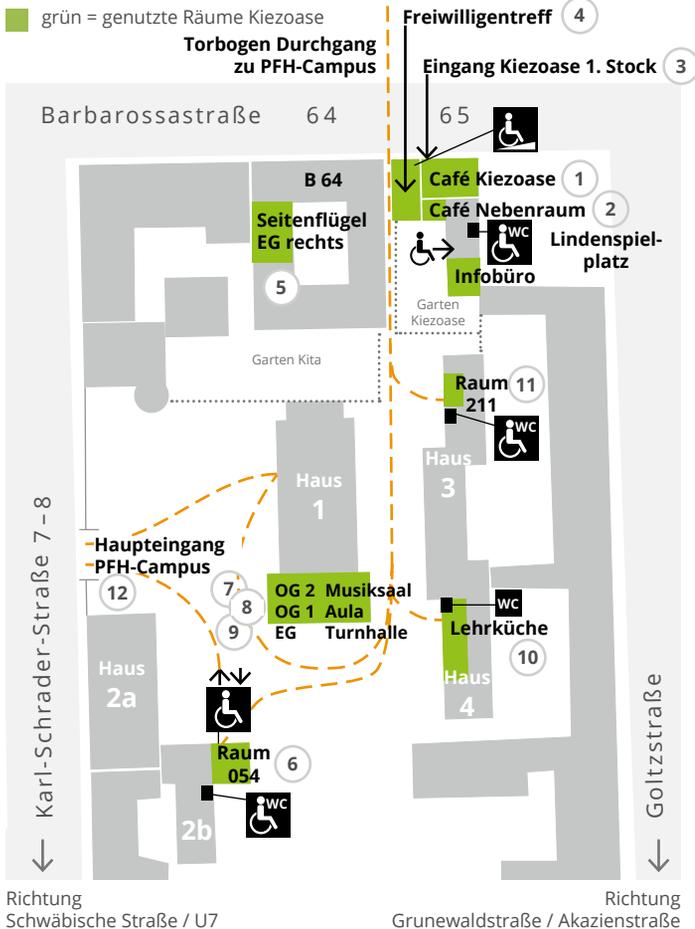
Ermäßigungen für Berlinpass-Inhaber\*innen und Geschwister im selben Kurs. Wenn aus finanziellen Gründen eine Teilnahme schwierig ist, sprechen Sie uns bitte an, wir finden eine Lösung.

Um unter anderem hierfür Flexibilität zu haben, haben wir neu einen **Solibeitrag** eingeführt. Wer kann und will, kann bei Kursbuchung gerne diesen Beitrag wählen, um unsere Arbeit und ein soziales Miteinander zu unterstützen.

Für die Teilnahme an kostenpflichtigen Eltern-Kind-Kursen für 0–3 Jährige gibt es für einige Angebote bei Bedarf auch die Möglichkeit, einen Familiengutschein (bis zu 100 €) einzulösen.

Bei Fragen zu Angeboten und Kursanmeldungen wenden Sie sich bitte – sofern nicht anders angegeben – an das Infobüro der Kiezoase.

NEU



## Kiezoase inklusiv gestalten – machen Sie mit!

In Kooperation mit dem Projekt *Stadtteilzentren Inklusiv!* machen wir uns auf den Weg, bestehende Barrieren abzubauen und führen 2025 den *RealitätsCheck Inklusion* in der Kiezoase durch.

Es finden Befragungen und viele Veranstaltungen zum Thema Inklusive Öffnung, Barriereabbau und Sensibilisierung statt. Wir laden ALLE herzlich ein mitzumachen und Ihre/eure Erfahrungen, Wünsche und Vorschläge einzubringen.

Bei Unterstützungsbedarf oder Fragen – und bei Interesse, den Prozess zur inklusiven Weiterentwicklung mitzugestalten –, spricht uns vor Ort an oder kontaktiert:

Jenny Mey, Projektmitarbeiterin *Inklusive Öffnung Sozialer Treffpunkt*, Tel. 0151 140 26 876, jenny.mey@pfh-berlin.de

### Eltern-Kind-Angebote

Unsere Angebote und Kurse sind inklusiv. Du möchtest gerne an einem unserer Kurse teilnehmen und hast ein Kind mit Behinderung? Sprich uns gerne an und wir finden den passenden Kurs für Dich und Dein Kind. Ansprechpartnerin: Angela Rauscher, Integrationserzieherin, Tel. 01512 9276 463, rauscher@pfh-berlin.de

### Barrierefreiheit

Für mobilitätseingeschränkte Menschen ist das Erdgeschoss der Kiezoase über einen barrierefreien Zugang über den Garten zugänglich.

Der Freiwilligentreff ist auf Anfrage über eine mobile Rampe zugänglich. Der Raum 054 ist barrierefrei über einen Aufzug erreichbar. Die anderen Räume sind leider noch nicht barrierefrei. Melden Sie sich hierzu bei Fragen und Unterstützungsbedarf gerne an Jenny Mey.

Im Rahmen des *RealitätsCheck Inklusion* setzen wir uns zum Ziel, weitere Barrieren zu identifizieren und mögliche Lösungen zur inklusiven Teilhabe für alle zu finden.

### Wir sind auf Social Media!

Die Kiezoase ist jetzt auch hier zu finden:

[www.facebook.com/kiezoase](https://www.facebook.com/kiezoase)



[www.instagram.com/kiezoase](https://www.instagram.com/kiezoase)



NEU

**NEU Werde Freund\*in der Kiezoase!**

Liebe Nachbarinnen und Nachbarn, ihr habt die Möglichkeit jetzt auch offiziell Freund\*innen der Kiezoase zu werden! Wir freuen uns auf eure Ideen und Initiativen, freundliche Spenden und tatkräftige Unterstützung. Wie das aussehen kann, erzählen wir euch bei einem ersten Treffen der Freund\*innen

am Dienstag, 7. Oktober,  
um 18:30 Uhr im Café Kiezoase. ①

Kommt gerne vorbei, wir freuen uns auf euch!  
Fragen und Anmeldungen schickt gerne an:  
anna.tesch@pfh-berlin.de

Wer nicht zum ersten Treffen kommen kann, findet die Informationen auch auf unserer Website [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

**ElFe – Angebote von Eltern für Eltern**

Viele unserer Angebote sind ohne das Engagement von Eltern undenkbar! Um besser sichtbar zu machen, in welchen Angeboten der Kiezoase sich Eltern Zeit nehmen, ihr Wissen und ihre Expertise an andere Eltern weiterzugeben, selbst Gruppen auf die Beine zu stellen und zu leiten, haben wir ein neues Logo – entwickelt von einem Elternpaar aus dem Kiez, also auch 100 % ElFe!:)

Hast auch du Zeit und Lust ein Angebot zu initiieren, dich mit anderen Eltern zu einem Thema auszutauschen, dein Wissen weiterzugeben? Dann meld dich bei uns!

anna.tesch@pfh-berlin.de  
Tel. 0151 1507 5659

**Freiwilliges Engagement in der Kiezoase**

So vielfältig wie unser Programm sind auch die Möglichkeiten, bei uns mitzumachen.

Als digitale\*r Helfer\*in, im Nachbarschaftscafé, bei der Pflege der Bücheroase und vieles mehr.

Du kannst einmalig helfen, z. B. als Lots\*in auf der Spielstraße, oder regelmäßig unterstützen und Teil eines Teams sein.

Interesse?  
Melde Dich im Infobüro oder bei:  
Gertraude Langbehn  
Tel. 0151 1507 5666  
unbezahlbar@pfh-berlin.de

**Eine Welt-Laden**

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

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

Freiwilligentreff Kiezoase ④  
Sibylle Hartung

Tel. 21730 185 zu den Öffnungszeiten

**fLotte – freie Lastenräder für Berlin**

Auch bei uns in der Kiezoase könnt ihr kostenfrei ein Lastenrad von 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 von fLotte Berlin reservieren und bei uns in der Kiezoase abholen:

[www.flotte-berlin.de/](http://www.flotte-berlin.de/)

**Nachbarschaftshilfe bei kleinen Fahrradreparaturen**

Das Fahrrad ist platt, quietscht oder das Licht geht nicht ...? Dann melde Dich gerne / melden Sie sich gerne bei mir.

Ich übernehme kleine Reparaturen in Nachbarschaftshilfe.

Kontakt:  
Reinhard Zehler  
Tel. 0163 8749 891

**BücherOase**

Direkt neben der Kiezoase steht die Bücheroase Tag und Nacht allen offen. „Nimm ein Buch – bring ein Buch“ ist das Motto zum kostenlosen Büchertausch. Längst gehört die ehemalige Telefonzelle zum schönen Kiezleben dazu.

Eine kleine Gruppe sorgt ehrenamtlich für das ganze Drum, Drin und Dran.

Ansprechpartnerin: Anna Tesch,  
anna.tesch@pfh-berlin.de

## Märchentage in der Kiezoase

Im Rahmen der Berliner Märchentage  
www.berliner-maerchentage.de



### Schreib ein Märchen!

Wir freuen uns auf EURE Märchen und Geschichten aus dem Kiez, von und für alle Altersgruppen. Schreibt ein Kiezmärchen zum Thema der diesjährigen Berliner Märchentage:

„Die Schwanenfrau – Märchen und Geschichten über Hindernisse und wahre Stärke“ mit dem Anfang „Man sah nur ihren Schatten ...“ und verwendet dabei folgende Begriffe:

Kinderbrunnen, Ententeich, Glasauge, Ziel, üppig, durstig  
Rahmen: 1–4 Seiten, ggf. plus Bild,

Einsendeschluss: 31. Oktober  
inkl. Name und Kontakt

per Mail an [tesch@pfh-berlin.de](mailto:tesch@pfh-berlin.de) oder  
Abgabe im Café Kiezoase ①

### Lesung ausgesuchter Kiezmärchen

Dienstag 18. November  
um 18:30 Uhr im Café Kiezoase ①

Alle Interessierten sind herzlich willkommen  
zuzuhören!

### Märchenhaftes Bilderbuchkino

Nachbar\*innen lesen vor – Märchen und Geschichten für  
Kinder von 3–8 Jahren

Mittwoch 12. November  
um 16:30 Uhr im Café Kiezoase ①

## Nachbarschaftsbrot e.V.

Gemeinsam Brot backen mit Nachbarschaftsbrot und der  
Kiezoase. Teige sind da, dennoch bringt sehr gerne eigene  
Teige und Ideen mit.

Freitag, 28. November, 16:30–19:30 Uhr

ohne Anmeldung  
kostenfrei – Spende willkommen

PFH-Campus, H 4, Lehrküche ⑩

Infos zu Nachbarschaftsbrot:  
[monique@nachbarschaftsbrot.org](mailto:monique@nachbarschaftsbrot.org)

Infos Kiezoase: Tel. 0151 15 07 74 78  
[joern.brensell@pfh-berlin.de](mailto:joern.brensell@pfh-berlin.de)

## Kleidertausch

Liebe Frauen\*, ihr seid herzlich eingeladen auszusortieren!  
Meldet euch an und kommt mit Kleidung, Schuhen und  
Accessoires zu unserem herbstlichen Kleidertausch.

Hier könnt ihr gut erhaltenes und Fehlkäufe weitergeben,  
neue Lieblingsstücke finden und bei einem Kaffee oder Tee  
eure Nachbar\*innen kennenlernen.

Sonntag 12. Oktober  
14:00–17:00 Uhr

im Café Kiezoase ①

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Kinder-Baby-Trödel

Leihische: 12 €, müssen vorbestellt und im Voraus bezahlt  
werden

- Bei schönem Wetter auf dem PFH Gelände: ein halber  
Marktstandisch,
- 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 6. September, 11. Oktober  
14:00–17:00 Uhr, Aufbau 13:00 Uhr

Hof des PFH, Karl-Schrader-Str. 7–8

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Frauentrödel

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

Samstag 6. September, 11. Oktober  
12:00–16:00 Uhr, Aufbau 11:00 Uhr

Tischmiete: 8 €  
eigene Tische sind nicht möglich!

Vor dem Café Kiezoase ①

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

**NEU Sport- + Community-Space**

Für Nachbar\*innen und Interessierte; Sport im Kiez und Austausch zu Initiativen; Tischtennis, Federball, 1-Korb-Basketball, Indoor-Boule, Möglichkeit zur Gründung einer Laufgruppe ... an ausgewählten Terminen: Einladung von Aktiven, die mitspielen und ihre Initiative vorstellen.

jeden Mittwoch, außer in den Schulferien  
19:30–21:00 Uhr

PFH-Campus, Haus 1, EG Turnhalle ⑨

kostenfrei; einfach vorbeikommen & mitmachen

Infos: Tel. 0151 1507 7478

joern.brensell@pfh-berlin.de

**NEU Lesung und Austausch beim Nachmittags-Kaffee**

Angelika Wernick liest aus dem Buch „Die ganze Wahrheit über alles – Wie wir unsere Zukunft doch noch retten können“, in dem sich die beiden Autoren (Böttcher und Bröckers) halb ernst, halb spaßig mit den Herausforderungen unserer krisengeschüttelten Gegenwart auseinandersetzen. Anschließend Austausch bei Kaffee/Tee/Kuchen (gegen Spende).

Freitag, 26. September, 15:00– ca. 17:15 Uhr  
im Café Kiezoase ①

Bitte mit Anmeldung:

Tel. 0151 1507 7478

joern.brensell@pfh-berlin.de

**Repaircafé**

Reparieren statt wegwerfen. Nachhaltigkeit unterstützen. Nutzen Sie unser Repaircafé, um etwas Kaputttes zu reparieren – gemeinsam mit den Aktiven des Repaircafés.

2. Dienstag im Monat, 17:30–20:30 Uhr

9. September, 14. Oktober

11. November, 9. Dezember

Freiwilligentreff Kiezoase ④

Bitte mit Anmeldung:

Infobüro Tel. 21730 202

kiezoase@pfh-berlin.de

bitte angeben, was repariert werden soll plus Kontakttelefonnummer

**Spiel- und Begegnungsstraße Barbarossastraße**

zwischen Goltz- und Kyffhäuser Str. 1 x im Monat zwischen April und Oktober. Einfach vorbeikommen, dabei sein und die Barbarossastraße mit Leben füllen – ohne Autoverkehr. Eure Ideen zur Gestaltung der Spielstraße sind willkommen.

Hast du Zeit und Lust, dich als Kiezlots\*in zu engagieren?

Willst du bei der Initiative Spiel- und Begegnungsstraße

Barbarossastr. mitmachen? Dann melde dich gerne bei uns.

Dienstag, 15:00–18:30 Uhr

15. Juli, 26. August, 16. September, 14. Oktober

Tel. 0151 1507 7478

joern.brensell@pfh-berlin.de

spielstrasse-schoeneberg@web.de

**Spiel- und Begegnungsstraße Akazienstraße**

Die Akazienstraße zwischen Vorberg- und Apostel-Paulus-Str. wird am Weltkindertag zur Temporären Spielstraße. Kommt vorbei und macht mit. Für Jung und Alt. Bunt und kreativ.

Samstag, 20. September

15:00–19:00 Uhr

Akazienstraße zwischen Vorberg- und  
Apostel-Paulus-Straße

Tel. 0151 1507 7478

mobile.stadtteilarbeit.kiezoase@pfh-berlin.de

**Kiez der Zukunft: lokale Ideen für Nachhaltigkeit und Klimawende**

Schöneberger Initiativen präsentieren sich am Weltkindertag; Stände der Initiativen; Austausch mit Interessierten und Austausch der Initiativen untereinander. Einfach vorbeikommen.

Am Rand der Temporären Spielstraße Akazienstraße  
zwischen Vorberg- und Apostel-Paulus-Straße

Samstag 20. September

15:00–18:00 Uhr

Tel. 0151 1507 7478

joern.brensell@pfh-berlin.de

## „Erste Hilfe“ leicht gemacht

Auffrischung und Übungen, ohne Zertifikat  
 Barrieren abbauen für Hilfe in Notfällen, niedrigschwellig  
 2-Stunden-Kurs, bitte nur einen Termin wählen  
 Freitag 17. Oktober, 17:00–19:00 Uhr oder  
 Montag 20. Oktober, 12:30–14:30 Uhr  
 Café Kiezoase, Nebenraum ②  
 Anmeldung:  
 Jörn Brensell, Tel. 0151 1507 7478  
 joern.brensell@pfh-berlin.de  
 kostenfrei, Spende willkommen

## Gedenksparzierung mit der Initiative Stolpersteine T-S

Wir gedenken der Pogrome vom 9. November 1938, mit Musik und Lesungen an den Stolpersteinen.

Samstag, 08. November, 17:00–19:00 Uhr  
 Treffpunkt um 17 Uhr im Café Kiezoase ①  
 ohne Anmeldung, Infos: 0151 15 07 74 78  
 oder joern.brensell@pfh-berlin.de

## 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 17. September, 16:30–18:00 Uhr  
 Kleistpark, vor dem Wasserspielplatz  
 kostenfreies Angebot

Infos und Anmeldung: Anna Tesch  
 anna.tesch@pfh-berlin.de, Tel. 21730 203

## Bürokratie-Café

Nachbar\*innen bieten hier ehrenamtlich Unterstützung beim Ausfüllen von Anträgen, klären Verständnisfragen und suchen gemeinsam mit Ihnen nach den richtigen Stellen und Ansprechpartner\*innen für Ihr Anliegen. Sie bieten Unterstützung bei Telefonaten mit Behörden und Ärzt\*innen. Auch Übersetzung organisieren wir gerne, nach vorheriger Absprache.

mittwochs 10:00–12:00 Uhr  
 im Café Kiezoase ①  
 Kostenfreies Angebot, ohne Anmeldung  
 Kontakt: Ernst Keim, ernst.keim@web.de

## Verbraucher\*innenrechtsberatung

Erst- oder Kurzberatung zu Verbraucher\*innenrecht  
 Beratung durch Herrn Kurandt, Rechtsanwalt

4. Mittwoch im Monat  
 17:00–18:00 Uhr  
 Freiwilligentreff Kiezoase ④  
 Nur mit Anmeldung: 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, Nebenraum, ②  
 Nur mit Anmeldung: Infobüro, Tel. 21730 202

## Beratung für Allein- und Getrennterziehende

Alle Themen, die Sie in Ihrer jeweiligen Lebenssituation beschäftigen, haben hier Raum. Beratung durch Helen Crasselt von der Netzwerkstelle für Alleinerziehende.

2. Mittwoch im Monat  
 14:00–15:30 Uhr  
 im Café Kiezoase, Nebenraum ②  
 Nur mit Anmeldung: Infobüro, Tel. 21730 202

## Beratung des Familienservicebüros

Vor-Ort-Beratungstermine in der Kiezoase für alle Fragen rund um Kinder, Familie, Erziehung, Freizeit, Anträge und finanzielle Fragen, z.B. Elterngeld, Bildung und Teilhabe, Kita-Hortgutschein, Unterhaltsvorschuss

3. Dienstag im Monat, 11:00–13:00 Uhr  
 im Café Kiezoase, Nebenraum ②  
 Anmeldung: Infobüro, Tel. 21730 202

## Erziehungs- und Familienberatung

Kostenfreie Beratung für Eltern zu allen Themen rund um

- Erziehung und Beziehung zu ihrem Kind, Schwierigkeiten in der Partnerschaft und während/ nach der Trennung
- sonstigen Belastungen des Familiensystems sowie Beratung von Kindern und Jugendlichen

Erziehungs- und Familienberatung in der Barbarossastr. 64 und Heylstr. 33, mehr Infos auf Seite 92/93

## Elternzeit & Elterngeld – Wer teilt hat mehr vom Elternsein

Eltern berichten, wie sie ihre Elternzeit aufgeteilt und gestaltet haben, wer wann Elterngeld (Plus) bezogen hat und was das alles mit ihrer Rolle als Elternteil gemacht hat.

Infos und Inspiration für werdende und junge Eltern



Mittwoch 15. Oktober, 19:00–20:30 Uhr

1. Stock der Kiezoase ③

Anmeldung:

Infobüro und [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.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 17:30–19:00 Uhr  
fortlaufende Gruppe

1. Stock der Kiezoase ③  
Christine Owosekun

6 Termine, 45 (30) €  
Anmeldung: [marta.palombo@pfh-berlin.de](mailto:marta.palombo@pfh-berlin.de)

## Prenatal Yoga in English *Präventionskurs*

Yoga's positions, movements and breath techniques to guide us into relaxation, release, preparation and strength for the time of pregnancy (and afterwards). Inspired by the Spinning Babies® approach, each week a video recording of the practice will be shared. The course is reimbursed by German health insurances at the conditions of Präventionskurse.



Mondays 18:15–19:15  
1<sup>st</sup> floor of Kiezoase, Barbarossastraße 65 ③  
Marta Palombo, doula and yoga teacher  
8 weeks, start on 25 Aug. and 27 Oct.  
it is possible to join also after the course start  
129 €, reimbursed by health insurance  
Registration: [marta.palombo@pfh-berlin.de](mailto:marta.palombo@pfh-berlin.de)

## 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.

dienstags 18:30–21:30 Uhr

Kurs 1: 26. August, 2./9./16./23. September

Kurs 2: 14./21./28. Oktober, 4. November /  
Donnerstag 13. November

1. Stock der Kiezoase ③  
Lisa Leitlein, Hebamme

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

Anmeldung: [lisa@friededefreudemutterkuchen.de](mailto:lisa@friededefreudemutterkuchen.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  
28. September, 26. Oktober, 30. November

1. Stock der Kiezoase ③  
Saskia Böhm, Hebamme

Kostenübernahme durch Krankenkasse  
Partner:in zahlt 70,00 € (bei Anwesenheit)

Anmeldung SMS: 0174 9156 143  
[saskiaboehm7@gmail.com](mailto:saskiaboehm7@gmail.com)

## Infoveranstaltung Physiotherapie und Schwangerschaft

Austausch und Fragen rund um Physiotherapie in der Schwangerschaft und nach der Geburt. Auch eure Partner\*innen sind herzlich willkommen.

Mittwoch 17. September, 19:00–20:30 Uhr

1. Stock der Kiezoase ③  
Max Retzlaff, Physiotherapeut

Anmeldung: Infobüro und [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

NEU

## Bindungsorientierte Geburtsvorbereitung – für psychisch belastete Eltern

Ein multiprofessionelles Team aus Hebamme, Psychologin und Stillberaterin bietet euch eine bindungsorientierte Vorbereitung auf die Geburt und die Zeit danach, in kleiner Gruppe. Der Kurs richtet sich an werdende Eltern mit psychischen Vorbelastungen oder bei aktuellen Sorgen und Ängsten rund um die Geburt und die Zeit danach.

Nächster Kursstart: Herbst 2025

Kontakt und Anmeldung:

anna.tesch@pfh-berlin.de

030 21730 203, 0151 15075659

## 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.

2. und 4. Mittwoch im Monat, 19:00–20:30 Uhr

1. Stock der Kiezoase ③, Samira Heyne, Hebamme, kostenfreies Angebot, ohne Anmeldung

## Pregnancy meetings with the doula 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!



2<sup>nd</sup>–4<sup>th</sup> Monday of the month, 19:30–21:00

1<sup>st</sup> floor of Kiezoase ③

free of charge, no registration needed

Info: marta.palombo@pfh-berlin.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 Baby puppen üben wir wie man ein Baby hält, beruhigt und wickelt.

Dienstag 30. September 18:00–21:00 Uhr,

Dienstag 11. November 18:30–21:30 Uhr

1. Stock der Kiezoase ③

Alexander Kusinski, Väterzentrum Berlin

pro Termin à 3 Std. 50 €

Anmeldung: www.beratung-im-kontext.de

## Traum. Geburt – Gesprächsgruppe für Eltern

War die Geburt deines Kindes ganz anders als du sie dir vorgestellt hast? Erfährst du jetzt physische und psychische Belastung auch in Alltagssituationen? Wir sprechen darüber was schwierig ist, was hilft, Bedürfnisse und Respekt während Geburt und Wochenbett. In der Gruppe könnt ihr einander zuhören und euch über Herausforderungen im täglichen Leben und in der Bindung zu euren Babys austauschen.

2. und 4. Mittwoch im Monat, 12:45–14:15 Uhr

1. Stock der Kiezoase ③

Marta Palombo, Doula, kostenfreies Angebot

Teilnahme nach Vorgespräch

Anmeldung: marta.palombo@pfh-berlin.de

## 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

jeweils 10 Termine fortlaufend

Einstieg nach Absprache jederzeit möglich  
PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

Andrea Dietter-Schnellen, Hebamme

Finanzierung über die Krankenkasse

Anmeldung Tel. 0163 9873 364

andreadietter@web.de

## Postnatal Yoga in English Präventionskurs

Taking care of our postpartum bodies in a group of supportive mothers. You are welcome to bring your baby or to come by yourself, from 6 weeks after a vaginal birth, or 8 weeks after a caesarean birth. Each week a video recording of the practice will be shared. The course is reimbursed by German health insurances at the conditions of Präventionskurse, independently from Rückbildung and date of birth of the baby. Wir sprechen auch Deutsch



Tuesdays 14:00–15:00, 8 weeks

PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

Marta Palombo, doula and yoga teacher

8 weeks, start on 26 Aug. and 28 Oct.

it is possible to join also after the course start  
129 €

Registration: marta.palombo@pfh-berlin.de

NEU

**NEU Sternenkind-Eltern – Gesprächsgruppe**

Für betroffene Eltern, die einen geschützten Raum für Austausch, Trauer, Fragen und neue Perspektiven suchen. In achtsamer Atmosphäre gemeinsam sprechen, zuhören, verstanden werden. You are also welcome if German is not your emotional language.



1. und 3. Montag im Monat, 19:45–21:15 Uhr  
1. Stock der Kiezoase ③

Mit (Sternen-)Mutter Elisa  
kostenfreies Angebot

Mit Anmeldung: marta.palombo@pfh-berlin.de

**KIEZOASE: ANGEBOTE FÜR JUNGE ELTERN****Eltern-Baby-Treff**

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

dienstags 10:30–12:00 Uhr, fortlaufend  
PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

Samira Heyne, Hebamme  
kostenfreies Angebot, 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.



Mondays 14:00–15:30  
PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

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, Gleitzeit

1. Stock der Kiezoase ③  
kostenfreies Angebot, ohne Anmeldung

**Stillen, Schlafen, Tragen –  
Offene Sprechstunde für Eltern**

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 werdende Eltern sind willkommen!

2. und 4. Montag im Monat, 16:00–17:30 Uhr  
1. Stock der Kiezoase ③

Myrtó Iatrou, Trage-, Still- und Schlafberaterin  
kostenfreies Angebot, ohne Anmeldung

**Fit mit Baby**

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

donnerstags 11:30–13:00 Uhr  
Beginn: 18. September

Je nach Wetter im Kleistpark oder indoor in der  
Schillerstrasse 95, auch Hybrid möglich  
Katherine Finger, Gesundheitspsychologin  
10 Termine 60 (40) € /Soli-Beitrag 70 €  
Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de

**Erste Hilfe bei Kindern**

im Säuglings- und Kleinkindalter

Sonntag, 28. September  
9:30–14:00 Uhr

Café Kiezoase ①

Tara Rödel, 50 (30) € pro Person, Paare 80 €  
Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de

**Familiennachmittage im Café Kiezoase**

Hier könnt ihr Kaffee trinken, Waffeln essen und im Café-  
Nebenraum oder auf dem Spielplatz spielen.  
Kommt einfach vorbei!

montags, dienstags, mittwochs  
15:30–18:00 Uhr

Café Kiezoase ①

## Zusammen aufwachsen

Eltern-Kind-Gruppe nach dem Early Excellence Ansatz für Kinder mit und ohne Behinderung. In einer anregenden Umgebung können die Kinder auf Entdeckungsreise gehen. Wir beobachten die Kinder im Spiel und tauschen uns aus und singen gemeinsam.

ab 6 Monate, montags 14:15–15:30 Uhr  
Anna Tesch, Kosten: 30 (20) € monatlich

ab 10 Monaten, dienstags 10:00–12:00 Uhr  
Astrid Lukawsky, 35 (25) € monatlich

fortlaufende Gruppe  
1. Stock der Kiezoase ③  
Anmeldung Infobüro

## Mütterfrühstück

Wöchentliches offenes Treffen zum Kennenlernen und Austauschen. Für Schwangere und Mütter von Kindern von 0 bis 12 Jahren. Wir tauschen uns aus über Kita und Schule. Babys und Kleinkinder gerne mitbringen. Kommt einfach vorbei! Wir freuen uns auf euch.

dienstags 11:00–13:00 Uhr  
Café Kiezoase ①

Frühstückspende 3 €

Mit Stadtteilmutter und Bildungsbotschafterin  
Infos: Marta Palombo,  
marta.palombo@pfh-berlin.de, 015129276462  
We speak English! Biz İngilizce konuşuyorum!  
Kami bercakap bahasa Inggris!

## NEU Wir lernen Deutsch! Für Eltern und Babys

Wöchentliche offene Deutsch-Konversationsgruppe. In lockerer Runde gemeinsam Deutsch lernen – mit anderen Eltern ins Gespräch kommen, den Wortschatz erweitern und alltagsnahe Sprache üben. Babys sind herzlich willkommen!

donnerstags 12:30–14:00 Uhr  
1. Stock der Kiezoase ③

Kostenfreies Angebot, ohne Anmeldung

Infos: Marta Palombo,  
marta.palombo@pfh-berlin.de  
015129276462

## Elternsalon

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



Qual der Schulwahl Grundschule  
Montag 22. September, 18:30–20:30 Uhr

Qual der Schulwahl Oberschule  
Montag 17. November, 18:30–20:30 Uhr

Café Kiezoase ①

Anmeldung:  
tesch@pfh-berlin.de, 030 21730 203



Kostenfreies Angebot im Rahmen  
des Projektes ElternChanceN

## Alle für Eine! – Moderierte Gruppenberatung für Frauen

Die gemeinsame Arbeit an einem individuellen Problem bringt für alle Teilnehmerinnen einen Gewinn, indem eigene Erfahrungen reflektiert und neue Sichtweisen eröffnet werden. Termine einzeln buchbar.

Aufgabenverteilung in der Familie  
Donnerstag 9. Oktober, 18:30–20:00 Uhr

Konflikte mit Eltern und Schwiegereltern  
Donnerstag 31. Oktober, 18:30–20:00 Uhr

Mutter sein – Frau bleiben  
Donnerstag 11. Dezember, 18:30–20:00 Uhr

Die Teilnahme ist kostenfrei  
Christa Hilbig, Supervision und Coaching

im 1. Stock der Kiezoase ③  
Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de

## Was beschäftigt euch?

Liebe Eltern, gerne greifen wir eure Fragen, Themen und Initiativen auf. Sprecht uns an!

Wir unterstützen euch auch gerne dabei, selbst Angebote auf die Beine zu stellen.

Kontakt: Anna Tesch  
anna.tesch@pfh-berlin.de, 0151 1507 5659

## Wie geht's weiter nach der Elternzeit?

Workshopreihe für Eltern in und nach der Elternzeit. In der Gruppe kannst du deine berufliche Situation reflektieren und neu denken, sowie Schritte in Richtung Work-Life-Balance entwickeln.



Samstag 27. September  
10:00–14:00 Uhr

weitere Termine nach Absprache

Leitung: Marianne Konermann  
Teilnahme ist kostenfrei

Anmeldung: Infobüro und [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Erziehen im Wechselmodell

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



eintägiger Workshop  
Samstag 8. November, 10:00–17:00 Uhr  
EISEN74 Space, Eisenacher Straße 74  
die Teilnahme ist kostenfrei

Julia Stefanski, Systemische Coachin  
Anmeldung: Infobüro und [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Die Familie wächst, die Wohnung aber nicht!?

Gemeinsam erarbeiten wir in einem zweiteiligen Workshop, wie ihr mehr aus eurem Wohnraum rausholen könnt! Von der Bestandsaufnahme, über Inspiration bis hin zur Erarbeitung konkreter Lösungsideen.

Teil 1: Mittwoch 1. Oktober  
17:30–19:30 Uhr

Teil 2: Mittwoch 8. oder 15. Oktober  
17:30–19:30 Uhr

Teilnahmegebühr:  
35 € pro Familie, ermäßigt 20 €

Leitung: Nele Gräber, [www.nelegraeber.com](http://www.nelegraeber.com)  
Anmeldung: Infobüro und [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Alleinerziehend ?!

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



monatliche Treffen  
4. Samstag im Monat  
10:00–13:00 Uhr

mit Julia und Sophie

Café Kiezoase ①

Nur mit Anmeldung,  
bitte über das Infobüro

## 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. und 3. Donnerstag im Monat  
18:30–20:30 Uhr, kostenfreies Angebot  
mit Katrin, 1. Stock der Kiezoase ③  
Anmeldung Infobüro

## Angeleitete Selbsthilfegruppe für Eltern im Wechselmodell

Erziehen im Wechselmodell ist ein modernes Phänomen, für das uns manchmal noch Vorbilder und Bewältigungsideen fehlen. Diese Gruppe ist ein Safe Space unter Anleitung einer systemischen Coachin. Es ist eine offene Gruppe, Einstieg jederzeit möglich.

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

Julia Stefanski, systemische Coachin,  
[teamyeh.de](http://teamyeh.de)

im 1. Stock der Kiezoase ③

Anmeldung: [kiezoase@pfh-berlin.de](mailto:kiezoase@pfh-berlin.de)

NEU

## Jeden Tag Vater Sein

3-teilige Workshopreihe für Väter. Hier könnt ihr andere Väter kennenlernen, euch vernetzen und ins Gespräch kommen über das Vatersein.



Was für ein Vater möchte ich eigentlich sein?

Samstag 27. September, 10:00–14:00 Uhr

Elternteil in der 2. Reihe?

Dienstag 14. Oktober, 18:30–21:00 Uhr

Zeit für mich

Dienstag 28. Oktober, 18:30–21:00 Uhr

Kostenfreies Angebot mit Lukas Simonet  
Musiktherapeut BA und Psychologe MA i.A.  
Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Gesprächsgruppe für Eltern mit psychischen Belastungen

Diese Gruppe bietet Entlastung durch angeleiteten Austausch in der Gruppe. Ihr probiert zusammen Übungen aus und lernt konkrete Werkzeuge für den Umgang mit Überlastungssituationen kennen. Achtsamkeit und Selbstfürsorge werden hier thematisiert und gemeinsam erprobt.



freitags von 13:30–15:00 Uhr

12./26.9., 10./17.10., 14./28.11., 12.12.

im 1. Stock der Kiezoase ③

Kontakt/Anmeldung: [anna.tesch@pfh-berlin.de](mailto:anna.tesch@pfh-berlin.de)  
030 21730 203, 0151 1507 5659

Leitung: Lukas Simonet,  
Psychologe (MA) i.A./ Musiktherapeut (BA)

## „Und wo bleibe ich?“ – Selbsthilfegruppe für Eltern mit psychisch kranken Partner\*innen

Als Mutter oder Vater sind wir ständig gefragt und übernehmen Verantwortung für unsere Kinder. Aber was passiert, wenn dann noch eine psychische Erkrankung der Partner\*in dazu kommt? Um in dieser herausfordernden Situation andere Betroffene kennenzulernen und sich auszutauschen, treffen wir uns in der Gruppe. Hier teilen wir unsere Erfahrungen, vernetzen uns und schöpfen gemeinsam Kraft.



1. und 3. Freitag im Monat, 14:00–15:30 Uhr

im 1. Stock der Kiezoase ③

mit Mutter Maddalena

Begleitung durch Psychologin Jelena Scriba  
Kontakt/Anmeldung: [anna.tesch@pfh-berlin.de](mailto:anna.tesch@pfh-berlin.de)  
030 21730 203, 0151 15075659

## Frag doch mal die Kinderärztin

Ab wann sollte ich mit meinem Kind zum Arzt? Welche Hausmittel wirken? Was gehört in die Kinder-Hausapotheke? Über diese und andere Fragen sprechen wir mit Mutter und Kinderärztin Karolin Rösicke in einer dreiteiligen Reihe. Termine einzeln buchbar.



Allergien und Unverträglichkeiten –  
Was gibt es und wie äußert sich das?

Mittwoch 17. September, 15:30–17:00 Uhr

Fieber, Husten und Bauchweh –

Die Top 3 in der Kinderarztpraxis

Mittwoch 8. Oktober, 10:00–11:30 Uhr

Haut-Ausschläge und Kinderkrankheiten, wie sie aussehen und womit man zum Arzt gehen sollte

Mittwoch 12. November, 10:00–11:30 Uhr

Café Kiezoase, Nebenraum ②

Kinderärztin Karolin Rösicke,  
Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Eltern-Kind-Kurse nach Emmi Pikler

Wie entdecken die Kinder ihre Umgebung und wie gehen sie in Beziehung? Wie arbeiten sie ihre Bewegungsformen aus? Wie lernen sie mit anderen Kindern zusammen zu sein? In einer auf die Spiel- und Bewegungsbedürfnisse der Kinder abgestimmten und vorbereiteten 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: 12. September, Andrea Lindner

Café Kiezoase, Nebenraum ②

für Kinder von 7–12 Monaten

3. Kurs, mittwochs 09:30–10:30 Uhr

4. Kurs, mittwochs 11:00–12:00 Uhr

Beginn: 17. September

1. Stock der Kiezoase ③

Daniela Kurtz, Dipl.-Kunsttherapeutin (FH),  
Pikler-Pädagogin i. A.,

9 Termine 90 (54) € /Soli-Beitrag 99 €

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## 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 10–14 Monaten  
freitags 10:00–11:00 Uhr, Beginn: 26. Sep.
  2. Kurs: für Kinder von 1,5–2 Jahre  
donnerstags 16:30–17:30 Uhr, Beginn: 25. Sep.
1. Stock der Kiezoase ③, Astrid Lukawsky  
10 Termine 50 (30) € /Soli-Beitrag 60 €  
Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## SPIEL- und BEWEGUNGSRaum

Die Kinder entdecken in einer vorbereiteten Spielumgebung ihre Fähigkeiten und können ihren Forschergeist ausprobieren. Raum für 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  
dienstags 12:30–13:45 Uhr
  2. Kurs: für Kinder von 12–18 Monaten  
dienstags 14:00–15:15 Uhr
- Beginn: 16. September  
1. Stock der Kiezoase ③  
10 Termine 50 (30) € /Soli-Beitrag 60 €  
Leitung: Myrtó Iatrou,  
Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## 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 1–5 Jahren  
1. Montag im Monat, 16:00–17:30 Uhr  
1. Stock der Kiezoase ③  
für Kinder von 5–9 Jahren und ihren Familien  
außerdem einmal pro Monat ein Treffen in der Turnhalle und Ausflüge, mehr Infos unter:  
[www.downsyndromberlin.de](http://www.downsyndromberlin.de)  
Anmeldung: [rauscher@pfh-berlin.de](mailto:rauscher@pfh-berlin.de)

## Sporttreff für Väter

Gesund und fit in der Elternzeit. Sportprogramm für Väter plus Infos und Austausch zu Gesundheitsthemen rund ums Baby.

-  Offenes Angebot  
Dienstags von 12:30–14:00 Uhr  
Beginn: 16. September  
bei gutem Wetter im Kleistpark, sonst in der Schillerstrasse 95 (auch hybrid möglich)  
kostenfreies Angebot  
Anmeldungen jeweils bis 9:00 Uhr bei  
Kursleiterin Katherine Finger: 0179 5084 573

## Spieltreff für Väter

Von Vätern für Väter: Gemeinsames Spiel der Kinder und Austausch der Väter in gemütlicher Runde.



- Kinder von 6–18 Monaten und ihre Väter  
am 2. und 4. Dienstag im Monat
- Kinder von 1,5–2,5 Jahre und ihre Väter  
am 1. und 3. Dienstag im Monat  
mit Daniel  
jeweils 16:30–18:00 Uhr  
1. Stock der Kiezoase ③  
kostenfreies Angebot, ohne Anmeldung  
Kontakt: [schoenebergerpapas@gmail.com](mailto:schoenebergerpapas@gmail.com)

## Spieltreff für Großeltern und ihre Enkel

Gemeinsam spielen, singen, kneten oder malen wir. Bei Kaffee und Tee können wir uns austauschen. Ihr seid herzlich willkommen!

Offenes Angebot für Kinder von 1,5–4 Jahren

- mittwochs von 15:00–16:30 Uhr  
Beginn: 3. September  
1. Stock der Kiezoase ③  
kostenfreies Angebot, ohne Anmeldung  
Mit Astrid Lukawsky

NEU

## Turnen für Kinder mit Müttern und Vätern

In einer gemeinsam aufgebauten Bewegungslandschaft in der Turnhalle könnt ihr mit eurem Kind auf unterschiedliche Art und Weise gehen, laufen, springen, kriechen, rollen, fangen ... Die Kursleitung startet und beendet das Turnen gemeinsam mit euch und ist bei Fragen ansprechbar.

1. Kurs 2–4 Jahre  
montags 15:45–16:45 Uhr  
2. Kurs 4–6 Jahre  
montags 16:45–17:45 Uhr  
Ramona Ziegfeld, Beginn: 15. September

3. Kurs 4–6 Jahre  
dienstags 16:45–17:45 Uhr  
Ann-Marie Kexel, Beginn: 16. September

4. Kurs 4–6 Jahre  
freitags 15:45–16:45 Uhr

5. Kurs 2–4 Jahre  
freitags 16:45–17:45 Uhr  
Onur Akkaya, Beginn: 12. September

PFH-Campus, Haus 1, EG Turnhalle ⑨  
10 Termine 50 (30) € / Soli-Beitrag 60 €

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Alles was klingt – Musik für die ganze Familie

Wir singen Lieder, die zum Mitsingen und Bewegen anregen. Wir entdecken, wie wir laut und leise, schnell und langsam singen, klatschen, stampfen oder spielen können und haben Spaß dabei.

donnerstags,  
Beginn: 18. September

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

2. Kurs: 3–5 Jahre  
16:45–17:30 Uhr

PFH-Campus, Haus 1, OG 2, Musiksaal ⑦  
Babette Kalthoff  
10 Termine 50 (30) € / Soli-Beitrag 60 €

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Sportgruppen: Von Eltern für Eltern

Ehrenamtlich engagierte Eltern gestalten mit euch, ihren eigenen und euren Kindern eine Sportgruppe. Ihr baut gemeinsam eine Bewegungslandschaft auf und erkundet diese. Kommt, helft mit, habt Spaß!

### ElFe – Eltern-Kind-Turnen

2–4 Jahre  
dienstags 15:45–16:45 Uhr  
Beginn: 16. September mit Gunnar Dingel



### ElFe – Vater-Kind-Turnen

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

1. Kurs 1–3 Jahre  
donnerstags 17:00–17:45 Uhr  
Beginn: 18. September mit Goran Divkovic

2. Kurs 3–5 Jahre  
freitags 17:45–18:45 Uhr  
Beginn: 12. September  
mit Andreas Stapf und Sebastian Grups

PFH-Campus, Haus 1, EG Turnhalle ⑨  
10 Termine  
kostenfrei oder Soli-Beitrag 50/30/10 €  
Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Theatergruppe „Die Farben des Regenbogens“

für Kinder ab 3 bis 7 Jahren und ihre Eltern  
Wir machen gemeinsam erste Theatrale Erfahrungen zum Thema Vielfalt mit vielen bunten Spielen und Spaß!

An zwei Samstagen werden wir außerdem gemeinsam ins Theater gehen. Der Kurs ist offen für alle! Es sind keine Vorkenntnisse nötig!

montags, 17:00–17:45 Uhr  
Beginn: 15. September

PFH-Campus, Haus 1, OG 2, Musiksaal ⑦  
Lisa Brinckmann

10 Termine 50 (30) € / Soli-Beitrag 60 €

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

NEU

## Töpfern für Eltern und Kinder

Für Kinder von 4–10 Jahren mit ihren Eltern. Wir wollen die Welt des Tones gemeinsam entdecken und das Material erkunden. Es werden eigene Ideen in Form von kleinen Gefäßen und Skulpturen aufgebaut, was Eltern und Kindern gleichermaßen Freude bereitet.

mittwochs 16:00–17:30 Uhr, Beginn: 5. Nov.  
PFH-Campus, Haus 2b, Raum 252

Jeanine Fornaçon, 6 Termine,  
Erwachsene 69 (45) €, Kinder 21 €

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

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Kindertanz

Spielerisch lernen die Kinder in der Gruppe zu tanzen. Die eigene Körperwahrnehmung, der Ausdruck von Gefühlen und Stimmungen, das Tanzen zum Rhythmus der Musik und das Ausprobieren von Rollen sind Inhalt des Kurses. Für Kinder mit und ohne Behinderung.

1. Kurs 4–6 Jahre, dienstags 15:45–16:30 Uhr  
2. Kurs 6–9 Jahre, dienstags 16:45–17:30 Uhr

Beginn: 16. September  
PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥  
barrierefrei zugänglich

Sarah Pfeiffer  
10 Termine 50 (30) € / Soli-Beitrag 60 €  
Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## NEU Pappmachékurs für Eltern und Kinder

Für Kinder von 5–8 Jahre. Gemeinsam machen wir unsere ersten Pappmaché Erfahrungen und gestalten Tiere und andere Wesen. Bitte bringt alte Kleidung mit, wir arbeiten mit Farbe und Kleber.

Halloween – Raben, Geister und Hexen  
30. September, 07. Oktober, 14. Oktober

Schneemänner, Engel und Esel  
18. November, 25. November, 2. Dezember

PFH-Campus, Haus 2b, Raum 252

15 € Erwachsene, 9 € Kind  
plus 3 € Materialpauschale pro Person,  
bitte in bar mitbringen

Leitung: Julia Stefanski  
Anmeldung: Infobüro und [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)



## Yoga für Kinder

Eine verspielte und lustige Yoga-Stunde, die Bewusstsein für den Körper und Gelassenheit für den Geist fördert. Kinder mit und ohne Behinderung sind herzlich willkommen. Ohne Eltern.

1. Kurs 5–7 Jahre, montags 16:00–16:50 Uhr  
2. Kurs 8–10 Jahre, montags 17:00–17:50 Uhr

Beginn: 15. September  
PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

Jenny Mey, Yogalehrerin,  
10 Termine 50 (30) € / Soli-Beitrag 60 €  
Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## 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, montags 15:45–16:30 Uhr  
2. Kurs 4–5 Jahre, montags 16:30–17:15 Uhr  
3. Kurs 5–6 Jahre, montags 17:15–18:00 Uhr

Beginn: 15. September  
PFH-Campus, Haus 1, OG 1, Aula ⑧

Greta Schuster  
10 Termine 50 (30) € / Soli-Beitrag 60 €  
Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Sonntagsausflüge für Alleinerziehende

Gemeinsam Zeit verbringen, Spiele spielen, picknicken und die Stadtnatur erkunden.

die naturbegleiter\* Für Eltern mit Kindern von 3–8 Jahren.  
www.aufgaben.de stiftung naturschutz berlin  
 sonntags 10:00–13:00 Uhr

21. September  
 „Herbst im Park“ im Tiergarten

30. November  
 „Gemeinsam den 1. Advent feiern“  
 im Stadtpark Lichtenberg

kostenfreies Angebot mit Wildnis- und Naturbegleiterin Ann-Morla Meyer in Kooperation mit der Stiftung Naturschutz Berlin  
 Anmeldung: Infobüro und [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## Seilklettern für Kinder und ihre Erwachsenen

Für Kinder von 5–10 Jahre. Wir bauen Schaukeln, Wackelbrücken, Hüpfen, Spinnennetze, Astkarussell, Flieger und vieles mehr... Wir lernen Knoten, spielen mit den Seilen und knüpfen Verbindungen – untereinander als Menschen und mit den Bäumen und der Natur um uns rum.

Das Programm wird passend zur Gruppe gestaltet, sodass alle Kinder und Erwachsenen – mit und ohne Einschränkungen – mitmachen können.

mittwochs 16:00–17:30 Uhr

17. September, 1. / 8. / 15. Oktober

Im Kleistpark mit Wald- und Naturpädagogin  
 Ramona Ziegfeld, 4 Termine:

35 € pro Erwachsener-Kind-Paar, ermäßigt 24 €  
 Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## NEU Vater-Kind-Nachmittage im Tiergarten

für Väter und ihre Kinder von 0–6 Jahren

Hier können Väter und ihre Kinder gemeinsam Zeit verbringen, auf Entdeckungsreise gehen. Erwachsene und Kinder können dabei Achtsamkeit in der Natur spielerisch erfahren und erlernen.

die naturbegleiter\* donnerstags 16:00–18:00 Uhr  
www.aufgaben.de stiftung naturschutz berlin

Termine: siehe Website [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)  
 im Tiergarten, die Teilnahme ist kostenfrei  
 mit Naturbegleiter und Wildnispädagoge  
 Philipp Leuschner ([www.philipp-leuschner.de](http://www.philipp-leuschner.de))  
 Anmeldung: Infobüro und [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.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. Sonntag des Monats, 10:30–13:00 Uhr  
 Lisa Dagaeva, telegram @lisadag  
 Café Kiezoase ①, Teilnahme ohne  
 Voranmeldung, auf Spendenbasis

## Canta nêê / 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 der Kiezoase ③

[www.berlin-bilingua.de](http://www.berlin-bilingua.de)

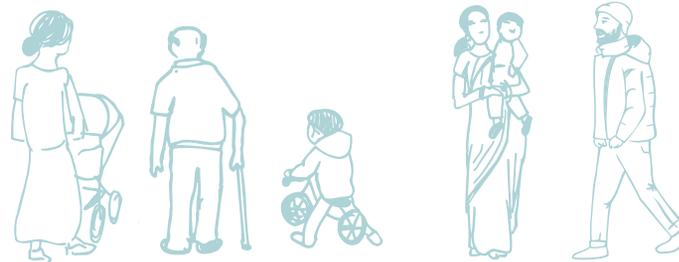
## Bóbita

Ungarische Spielgruppe  
 összejövetel, játék, beszélgetés, éneklés magyar anyanyelvű szülőknek és gyermekeknek egy nyugodt és játékos környezetben. Életkortól 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  
 bobitacsportberlin@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  
PFH-Campus, Haus 1, OG 1, Aula ⑧  
mem.schoeneberg2@gmail.com

## Spielgruppe für hochbegabte Kinder mit ihren Eltern

Wir treffen uns monatlich in gemütlicher Runde zum Brettspielen. Habt auch ihr Lust auf eine Runde Legenden von Andor, Dorfromantik oder Wizard?



Meldet euch unter  
spielenimkiez@gmx.de

## 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  
Ester Zamba  
1. Stock der Kiezoase ③

Feste Gruppe, bei Interesse bitte vorab E-Mail an: afrodeutsche.spielgruppe@gmx.de

## NEU Bocconcini di Cultura e. V.

Singen, malen und spielen in italienischer Sprache für Kinder von 4–6 Jahren mit italienischen Vorkenntnissen.

montags 16:45–18:15 Uhr  
Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤

Information und Anmeldung:  
info@bocconcini.net, www.bocconcini.net

## Die Mittwochsmaler\*innen

Gemeinsam verschiedene Maltechniken ausprobieren.  
Ohne Vorkenntnisse.

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

Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤  
Ulla Hahn, Künstlerin

10 Termine, 110 (70) €, Soli-Beitrag 120 €  
Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de

## Offenes Atelier

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

freitags 14:00–17:30 Uhr  
Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤

Elisabeth Ahrens  
Tel: 0178 8014 783

Anmeldung: telefonisch  
ca. 18 € pro Monat je nach Gruppengröße

## Donnerstanz – Komm wir tanzen

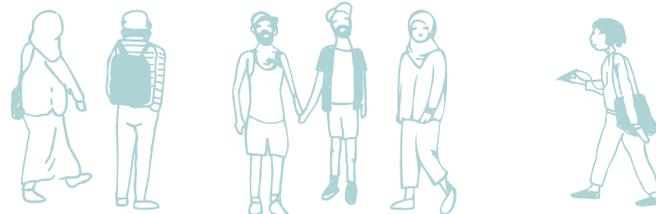
„Wer miteinander tanzen kann, kann miteinander leben“ (Royston Maldoom). Wir verbinden internationale Tanzrichtungen, Techniken, Musiken und entwickeln eine gemeinsame Choreografie. Im Zentrum stehen die Tanzfreude und der Spaß in der Gruppe.

Ein Angebot für erwachsene Nachbar\*innen (mit und ohne tänzerische Vorerfahrung, mit und ohne Deutschkenntnisse)

donnerstags 17:15–18:50 Uhr  
Beginn: 18. September

10 Termine, 60 (40) €, Soli-Beitrag 70 €  
PFH-Campus, Haus 1, OG 1, Aula ⑧

Leitung: Lenah Strohmaier, Choreografin  
Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de



## Feldenkrais Bewusstheit durch Bewegung

Mit neuen Bewegungsmöglichkeiten die ursprüngliche Beweglichkeit wiederentdecken.

dienstags 9:00–10:00 Uhr  
PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

Fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich  
10 Termine für 75 €

Anke Albinger, Feldenkrais-Pädagogin  
Tel. 0162 6007 910

Anmeldung:  
anke.albinger@gmx.de

---

## Feldenkrais am Abend

donnerstags 19:30–21:00 Uhr

Beginn: 18. September  
10 Termine, 85 (60) €, Soli-Beitrag 100 €

PFH-Campus, Haus 1, OG 2, Musiksaal ⑦  
Heike Schmidt, Feldenkrais-Pädagogin

Anmeldung:  
Infobüro & www.kiezoase.de

---

## 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: 16. September  
PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

Gudrun Plato, Yogalehrerin  
10 Termine 75 (50) €, Soli-Beitrag 90 €

Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de

## Standard- und Lateintänze für Paare und Singles

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

Anfänger, Wiedereinsteiger,  
leicht Fortgeschrittene  
dienstags 18:30–20:00 Uhr  
12 Termine, 96 (48) €

Fortgeschrittene „plus“  
dienstags 20:00–21:30 Uhr  
10 Termine, 80 (45) €

Beginn: 16. September  
PFH-Campus, Haus 1, OG 2, Musiksaal ⑦  
Einstieg jederzeit nach Absprache möglich!

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

---

## Salsa und Rueda

Feurige Musik, schwingende Hüften und spielerische Drehungen!

Anfänger und Wiedereinsteiger  
montags 18:30–20:00 Uhr  
10 Termine, 80 (45) €

Rueda Fortgeschrittene  
montags 20:00–21:30 Uhr  
10 Termine, 80 (45) €

Beginn: 22. September  
PFH-Campus, Haus 1, OG 2, Musiksaal ⑦  
Einstieg jederzeit nach Absprache möglich!

Anmeldung:  
Eike Seeanner und Susanne Schneider  
Tel. 7899 1450, 0172 1322 674

## 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  
PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

Kosten bitte telefonisch erfragen  
Anmeldung und 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 ①  
Teilnahme kostenfrei

Marianne Adam  
Tel. 4701 4772

## Stricken ist »in«!

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

mittwochs 10:00–12:00 Uhr  
freitags 18:00–20:00 Uhr  
Freiwilligentreff Kiezoase ④

donnerstags 14:00–17:30 Uhr  
Café Kiezoase, Barbarossastraße 65  
Sibylle Hartung  
Tel. 21730 185 zu den Kurszeiten

## Kreative Schreibgruppe

Mein Leben & Ich

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

Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤

Gitta Schierenbeck, Schreibdozentin  
Anmeldung:  
gitta@schreibcollagen.de, Tel. 7828 986

## Kiezoasenor

für Nachbar\*innen mit und ohne Vorerfahrung  
Lust auf Singen? Im Kiezoasenor singen wir Lieder aus aller Welt. Mach mit!

mittwochs 17:00–18:30 Uhr  
PFH-Campus, Haus 1, OG 2, Musiksaal ⑦

Anahi Settón, Beginn: 10. September,  
10 Termine 40 (25) €, Soli-Beitrag 55 €  
Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de

## 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 Kiezoase ④

Kontakt: g-heide@arcor.de

Spenden für Raumnutzung und Kopien  
willkommen

## Die Alternative

Türkische klassische Musik

sonntags 18:30–21:30 Uhr  
Café Kiezoase ①

Dündar Atalay, Tel. 0157 7430 2770

## Sande-Dellan

Iranische Musikgruppe. Wir spielen iranische Schlager, Folklore und klassische Musik.

donnerstags 18:30–22:00 Uhr  
Café Kiezoase ①

Reza Soltani, Tel. 0163 8049 296

## Iranischer Rentnerclub

freitags 18:00–22:00 Uhr  
Café Kiezoase ①

Herr Koohgilani, Tel. 4033 942

## Theosophische Gesellschaft

Studien vergleichender Religionen und Philosophien.

Offene Gruppe

2. und 4. Montag im Monat

19:00–21:00 Uhr

Café Kiezoase ①

Herr Fredrich

Tel. 4954 475

## Französische Konversations- und Lektüregruppe

Für Menschen mit Vorkenntnissen, die Lust haben, sich auf Französisch auszutauschen und alte Kenntnisse aufzufrischen. Wir sind eine selbstorganisierte Gruppe. Bei Interesse oder Fragen gerne vorbeikommen.

montags 15:30–17:00 Uhr

Freiwilligentreff Kiezoase ④

Anmeldung direkt bei der Gruppe oder über das Infobüro. Spenden für Raumnutzung & Kopien willkommen.

## AI – Anon

Englischsprachige Gruppentreffen für Angehörige von Alkoholiker\*innen

mittwochs, 19:00–20:30 Uhr

vor Ort: Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤  
oder hybrid als Telefonkonferenz:

Tel. 0221 9888 2117, Tel. 030 5201 4351,  
Zugangscode: 733350#

## Selbsthilfegruppe für Erwachsene mit ADHS

Die ADHS-Selbsthilfegruppe richtet sich an Erwachsene und bietet einen geschützten Raum für Austausch von Erfahrungen– von Betroffenen für Betroffene.



Gruppe für Erwachsene

2. Dienstag im Monat 19:00 Uhr

Gruppe für Frauen

4. Dienstag im Monat 19:00 Uhr

Anmeldung: 01516 4883 331

Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤

Klingel: „Kiezoase Selbsthilfegruppen“

## Beratung zum Thema Psychotherapie

Unterstützung und Orientierung in schwierigen Lebenssituationen: Hilfe bei der Wahl einer geeigneten Form der Psychotherapie, Informationen über die Kostenübernahme durch die Krankenkasse.

1. und 3. Freitag im Monat 9:00–11:30 Uhr

Anmeldung erforderlich: 0176 5062 5387

kontakt@izp-berlin.de, Tel. 030 3270 9137

www.izp-berlin.de, Dr. Ekaterina Fedorova

## Selbsthilfegruppen Depression und Einsamkeit

Erfahrungsaustausch unter Betroffenen. Alle Geschlechter und Altersgruppen sind willkommen.

montags 18:30–21:00 Uhr

Gruppe derzeit leider voll.

Auf Warteliste setzen lassen über:

selbsthilfe.depri@gmail.com

## Selbsthilfegruppe zur seelischen Gesundheit

Wir unterstützen uns gegenseitig in mitunter problematischen Lebenslagen, helfen uns untereinander und bestärken uns.

dienstags 16:00–17:30 Uhr

Noch Plätze frei, bitte vorher anmelden

unter: clang33@gmx.de

Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤

Klingel: „Kiezoase Selbsthilfegruppen“

## 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

Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤

Tel. 01525 7866 489, Gabrio

## AA – Anonyme Alkoholiker

Spanischsprachiges Meeting

sonntags 16:30–18:30 Uhr

Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤

## Was beschäftigt Sie?

Sie haben Ideen, Fragen oder Themen, die Sie einbringen möchten? Kommen Sie gerne auf uns zu!

Sie wollen selbst aktiv werden, ein Angebot auf die Beine stellen? So vielfältig die Gruppe älterer Erwachsener ist, so können auch die Angebote sein.

Gestalten Sie gerne mit! Wir unterstützen dabei.

Ansprechperson für den Bereich Ältere Erwachsene:

Karin Zelm

21730 166, 01511 4360 359

karin.zelm@pfh-berlin.de

## Newsletter für Menschen 60+

Sie möchten regelmäßig Aktuelles aus der Kiezoase erfahren, über neue Angebote und Änderungen informiert werden? Wir nehmen Sie gern in unseren Verteiler auf.

Schicken Sie uns eine E-Mail an:

karin.zelm@pfh-berlin.de oder geben Sie im Infobüro Bescheid.

Einen Ausdruck des Newsletters können Sie auch im Infobüro erhalten.

## Adventsfeier der Seniorinnen und Senioren

Herzliche Einladung zu unserer Adventsfeier im Café der Kiezoase. Bei Kaffee und Kuchen wollen wir gemeinsam einen fröhlichen Nachmittag verbringen.

Kuchenspenden sind herzlich willkommen. Teilnahme gegen Spende. Zur besseren Planung bitte anmelden.

Freitag, 12. Dezember, 15:00–17:30 Uhr

Im Café Kiezoase ①

Anmeldung Infobüro

## Gemeinsame Zeit für Großeltern mit ihren Enkeln

Wir können spielen, singen, malen, kreativ sein. Bei Kaffee und Tee können wir uns austauschen und kennenlernen. Ihr seid herzlich willkommen! Offenes Angebot für Großeltern mit Enkeln von 1,5– 4 Jahren.

mittwochs von 15:00–16:30 Uhr

Beginn: 3. September, 1. Stock der Kiezoase ③

kostenfreies Angebot, ohne Anmeldung

Mit Astrid Lukawsky

## Digitale Hilfen für ältere Menschen

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.

## Handy- und PC-Sprechstunde

Ehrenamtliche helfen, wenn Sie Fragen zu Ihrem Handy, iPhone, Tablet, Laptop oder PC haben. Wir verleihen nach Einweisung auch Tablets.

1. und 3. Mittwoch im Monat

14:00–16:00 Uhr

Freiwilligentreff Kiezoase ④ und

Café Kiezoase ①

kostenfrei, nur mit Anmeldung

Anmeldung Infobüro

## Die Smarties: Handy-Entdeckerrunden für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

Lockere Handy- Runden 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.



Android-Lerngruppe

mittwochs 11:00–12:00 Uhr

iPhone-Lerngruppe

donnerstags 11:00–12:00 Uhr

Alle Gruppen treffen sich im

Kiezoase Seitenflügel EG rechts ⑤

Klingel: „Kiezoase Selbsthilfegruppe“

Alle Angebote gegen Spende

Anmeldung: Infobüro

Wir sind Erfahrungsort vom Digitalpakt

[www.digitalpakt-alter.de/](http://www.digitalpakt-alter.de/)



## Stammtisch für pflegende Angehörige

Austausch und gegenseitige Unterstützung für pflegende und sorgende Angehörige. Die Gruppe wird von einer Psychologin und ehemals pflegenden Angehörigen begleitet.

1. und 3. Dienstag im Monat, 18:00–19:30 Uhr  
Freiwilligentreff Kiezoase ④

Anmeldung Tel. 859 951 356 / 357  
Angebot der Kontaktstelle PflegeEngagement  
Nachbarschaftsheim Schöneberg

## Yoga und Qigong im Sitzen

Leichtes Training für weniger bewegliche Menschen

dienstags 12:30–13:30 Uhr  
Beginn: 16. September

PFH-Campus, Haus 2b, R 054 ⑥

Gerti Grabow, Yogalehrerin  
Termine, 50 (30) €, Soli-Beitrag 60 €

Anmeldung: Infobüro & [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

## 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 Kiezoase, Nebenraum ②

Jutta Pursch  
2 €, ohne Anmeldung

## Donnerstagsgruppe 70+

Sie suchen Kontakt in der Nachbarschaft? Wir treffen uns jeden Donnerstag bei Kaffee und Kuchen zu Austausch, Spiel und Gedächtnistraining. Herzlich willkommen.

donnerstags 11:00–13:00 Uhr  
Café Kiezoase, Nebenraum ②

Karin Zelm  
kostenfrei, ohne Anmeldung

## Skat-Runde

Skat-Runde im Freiwilligentreff; erfahrene Skatspielerinnen und Skatspieler sind willkommen.

donnerstags 14:00–17:00 Uhr  
Freiwilligentreff Kiezoase ④

kostenfrei, Anmeldung Infobüro

## Spielnachmittag für Erwachsene

Kartenspiele, Brettspiele oder sonstige Spiele ...  
Gemeinsam spielen im Café der Kiezoase.

Auch eigene Spiele können mitgebracht werden.  
Aktuell gibt es Rummikub-Runden und Skatrunden; weitere Spielerunden sind möglich. Gerne vorbeikommen und mitspielen.

immer donnerstags, 15:00–18:00 Uhr,  
im Café der Kiezoase ①

kostenfrei, weitere Infos über Karin Zelm oder  
Jörn Brensell, siehe Kontakte Team Kiezoase

## Kiezoase-Kochgruppe: wir kochen gemeinsam

Einmal im Monat zusammen kochen, Rezepte ausprobieren und zusammen essen. Selbstkostenbeteiligung an den Einkaufskosten, wenn finanziell möglich.

18. September, 16. Oktober, 20. November,  
11. Dezember, im Dezember: zusammen  
backen, 15:30–19:30 Uhr,  
PFH-Campus, Haus 4, Lehrküche ⑩

Anmeldung und Infos: Tel. 0151 15 07 74 78  
[joern.brensell@pfh-berlin.de](mailto:joern.brensell@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 Kiezoase ④  
Maxi Juhnke

kostenfrei, ohne Anmeldung

## Quo Vadis – Auf ein Neues

Ausflüge für ältere Menschen. Interessante und unbekanntere Orte in und um Berlin gemeinsam erkunden. Aktuelle, historische, politische und künstlerische Entwicklungen verschiedener Epochen erfahren, sich austauschen und Informationen erhalten.

Maxi Juhnke

5 € pro Ausflug plus Eintritte und Cafébesuch (optional), nur mit Anmeldung

Aktuelle Termine siehe Aushänge bzw. bitte nachfragen

Anmeldung: Infobüro

## Kiezspaziergangsgruppe 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. Einmal im Monat unternehmen wir einen Kiezspaziergang bzw. Ausstellungsbesuche im Winter. Zum Abschluss gemeinsame Cafébesuche.

dienstags, i.d.R. 1 x monatlich, 14:00–16:30 Uhr  
Konkrete Termine siehe Aushänge bzw. bitte nachfragen; Treffpunkt: Café der Kiezoase  
organisiert von Claudia Kurtz, kostenfrei

Anmeldung und Infos: Tel. 0151 1507 7478  
joern.brensell@pfh-berlin.de  
Infobüro der Kiezoase

## NEU Flott gehen – zusammen spazieren gehen

Immer am zweiten Samstag im Monat sind wir im Spaziergangstempo gemeinsam unterwegs. Verschiedene Treffpunkte und Routen. Organisiert von einer Engagierten. Ein gemeinsames Angebot der NFZ Kiezoase und Kurmark.

kostenfrei

Termine: 13. September, 11. Oktober  
08. November, 13. Dezember

14:30–16:00 Uhr

Infos und Anmeldung:  
Jörn Brensell, Tel. 0151 1507 7478  
joern.brensell@pfh-berlin.de

## Tischtennisgruppe

entspannt Tischtennis spielen und miteinander ins Gespräch kommen ...

dienstags 18:00–19:30 Uhr

Gemeindehaus, An der Apostelkirche 1 /  
Ecke Kurfürstenstraße, 10783 Berlin,  
großer Saal im ersten OG

kostenfrei, Eine Kooperation der Kiezoase mit  
der Zwölf-Apostel-Gemeinde.

Anmeldung und Infos:  
Jörn Brensell, Tel. 0151 1507 7478  
joern.brensell@pfh-berlin.de

## Zusammen wandern am Berliner Stadtrand

Immer am dritten Samstag im Monat zusammen wandern. Unterschiedliche Routen und unterschiedliche Treffpunkte: ca. 10 bis 15 km, ca. 4,5 km pro Std., organisiert von einer Engagierten. Ein gemeinsames Angebot der NFZ Kiezoase und Kurmark.

kostenfrei

Termine: 18. Oktober, 15. November,  
20. Dezember

10:00–ca. 14:30 Uhr

Infos und Anmeldung:  
Jörn Brensell, Tel. 0151 1507 7478  
joern.brensell@pfh-berlin.de

## Rikschausleihe über fLotte Sozial

Sie sind mobilitätseingeschränkt und wollen z. B. mit einer Freundin oder einer Familienangehörigen einen kleinen Ausflug machen.

Wir unterstützen Sie gerne bei der Ausleihe einer Rikscha von fLotte Berlin oder organisieren eine Rikschafahrt.

Kontakt und Infos:  
Jörn Brensell, Tel. 0151 1507 7478  
joern.brensell@pfh-berlin.de



NEU



Nachbarschafts- und  
Familienzentrum  
**Kurmark!**

Inhalt

Angebote für die Nachbarschaft	54
Veranstaltungen	55
Beratung	58
Angebote für Familien	62
Kurse	63
Offene Angebote	65
Angebote für Erwachsene	67
Kurse	67
Offene Angebote	68
Initiativen	71

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





Foto: Marvin Girbig

## 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 Richtungen 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

Raoudha Ben Abdallah, Nina Robbrecht,  
Ioanna Liakou, Lena Kriege, Uliana Kopp  
Leitung: Jutta Husemann

## Kontoverbindung

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

Folge uns auf Instagram:  
nachbarschaftszentrum\_kurmark



## Schließzeit

11. – 29. August  
03. Oktober  
22. Dezember 2025 – 2. Januar 2026

Verkehrsverbindungen  
Nollendorfplatz/Bülowsstraße/Kurfürstenstraße  
U- Bahn: 1/2/3/4  
Bus: M19/M48/M85/187

## Wir sprechen verschiedene Sprachen!

Englisch We also speak English!  
Griechisch Μιλάμε και Ελληνικά!  
Arabisch نحن نتكلم أيضا العربية  
Französisch Nous parlons aussi français!  
Russisch Мы также говорим по-русски!  
Schwedisch Vi pratar också svenska!

## Offenes Café

Es gibt Kaffee, Tee, Gebäck und Snacks zu kleinen Preisen. Informationen zu den Angeboten im Haus. Sie können entspannen, Nachbar\*innen 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 Russisch. 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 mit einem Aushang angekündigt oder kann vorab erfragt werden.

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

Zu unseren Öffnungszeiten im Café können Sie Ihre eigene Trinkflasche kostenfrei mit Leitungswasser auffüllen.

## Leben im Alter: Monatliche Veranstaltungsreihe

Zu Themen wie Wohnen, Digitalisierung, Gesundheit, Übergang in den Ruhestand, Versorgung und Pflege mit wechselnden Referent\*innen. 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

In Zusammenarbeit mit der Stiftung Naturschutz laden wir Erwachsene jeden Alters in die Berliner Stadtnatur ein.

Gemeinsam mit Naturbegleiter Philipp entdecken und entspannen wir im Grünen.



stiftung  
naturschutz  
berlin

Donnerstag, 2. Oktober, Tiergarten  
Donnerstag, 6. November, Gleisdreieckpark  
14:00–15:30 Uhr

kostenfrei

Anmeldung:  
Tel. 2579 7538, 0151 1885 3178

## Filmvorführung und Diskussion

Wir laden Sie ein, gemeinsam den Dokufilm “Nion’s shadow puppeteer – Nions Schattenpuppenspieler” zu schauen und im Anschluss darüber mit der Regisseurin, Irina Boiko, ins Gespräch zu kommen. Der griechische Film wird mit deutschem Untertitel abgespielt, das Gespräch findet auf Englisch statt.

Freitag, 5. November  
ab 18:00 Uhr

Filmdauer: 74 Minuten  
kostenfrei – Spenden willkommen

Anmeldung: bis 2. Oktober  
25797 538, kurmark@pfh-berlin.de

## Veranstaltungen der Erziehungs- und Familienberatung

Wie gehe ich im Erziehungsalltag mit Wut und starken Emotionen um? Warum ist es sinnvoll Medienzeit zu begrenzen? Und wie gehe ich mit Konflikten über Medienkonsum um?

Freitag, 26. Sept.: Medien: Zwischen 2 Welten  
Freitag, 07. November: Wege aus der Brüllfalle  
14:00–16:00 Uhr, Maren Selke, EFB  
maren.selke@pfh-berlin.de, 0151 7278 3382

## Mütterfrühstück

Monatliches offenes Treffen zum Kennenlernen und Austausch. Für Schwangere und Mütter mit Kindern von 0 bis 12 Jahren. 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!

## 15. Berliner Familiennacht – „Türen auf!“

Im Rahmen der Langen Nacht der Familien öffnen wir unsere Türen und dimmen das Licht für unser Bilderbuchkino! Danach steht euch unser Café mit Getränken und Snacks sowie unser Spielzimmer offen.  
Für Kinder zwischen 3–5 Jahren.

Samstag, 11. Oktober, 17:00–19:00 Uhr  
kostenfrei – Spenden willkommen  
Anmeldung:  
Tel. 2579 7538, kurmark@pfh-berlin.de

## Laterne, Laterne – wir feiern den Herbst

Laternenumzug für und mit den Aller kleinsten. Bringt eure Laternen, Lichterketten und alles, was leuchtet! Für Eltern mit Kindern von 6-24 Monaten, Geschwisterkinder sind herzlich willkommen. Treffpunkt ist der Eingang zur Kurmark.

Donnerstag, 13. November  
17:00–18:30 Uhr  
Kostenfrei – Spenden willkommen  
Anmeldung:  
Tel. 2579 7538, kurmark@pfh-berlin.de

## Willkommen Baby

Ihr erwartet ein Baby, seid gerade Eltern geworden oder neu zugezogen? Dann kommt zu unseren Infoveranstaltungen! Wir stellen Tee, Kekse und Informationen bereit und ihr könnt euch austauschen, kennen lernen und Fragen stellen! Einfach vorbeikommen.

Willkommen Baby findet auch in vielen anderen Familienzentren in Tempelhof-Schöneberg statt. Für weitere Termine meldet euch gerne bei uns.

Mittwoch, 17. September  
10:00–12:00 Uhr  
im Familienzentrum  
INA Kindergarten Bülowstraße

Mittwoch, 26. November  
10:00–12:00 Uhr  
im Nachbarschafts- und Familienzentrum  
Kurmark

kostenfrei – Spenden willkommen  
ohne Anmeldung

## Flohmarkt für Groß und Klein

Angeboten werden Kleidung, Haushaltswaren, Kindersachen, Bücher etc. Nur für private Anbieter, kein Gewerbe! Getränke und Kuchen werden verkauft. Die Standgebühr ist ein selbstgebackener Kuchen oder 8 € für einen halben Biertisch.

Samstag, 27. September  
14:00–17:00 Uhr  
Anmeldung:  
Tel. 2579 7538, kurmark@pfh-berlin.de

## Adventskranz basteln

Wir laden Sie zum gemeinsamen Basteln von Adventskränzen ein. Wir stellen Kränze und Tanne zur Verfügung. Individuelle Dekoration bitte mitbringen. Alle sind willkommen!

Freitag, 14. November  
14:00–17:00 Uhr  
Anmeldung:  
Tel. 2579 7538, kurmark@pfh-berlin.de

## Beratung zur mehrsprachigen Sprachförderung

Was können Eltern tun, um die mehrsprachige Entwicklung ihrer Kinder zu unterstützen? Welche Sprachen sollten wann gesprochen werden? Zu diesen und weiteren Fragen erhalten Sie Antworten in einer individuellen Beratung.

Termine nach Vereinbarung

Ansprechpartnerin:  
Ioanna Liakou, M.Ed./M.A.

kostenfrei – Spenden willkommen

Anmeldung: Tel. 25797538  
oder ioanna.liakou@pfh-berlin.de

## Familienrechtsberatung

Beratung rund um die Themen: Scheidung, Sorgerecht, Umgang und Unterhalt. Erstberatung und Klärung möglicher juristischer Schritte durch Rechtsanwältin Antonia Tens.

4. Mittwoch im Monat  
13:30–15:00 Uhr

Antonia Tens, Rechtsanwältin  
kostenfrei

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

## Rechtsberatung: Migrations- und Familienrecht

Haben Sie Fragen zur Einbürgerung, Aufenthaltserlaubnis, Familienrecht oder Asyl? Rechtsanwalt Jan Bornkessel bietet eine Erstberatung zur Klärung möglicher juristischer Schritte. Counseling in English is possible.

3. Mittwoch im Monat  
16:30–17:30 Uhr

Jan Bornkessel, Rechtsanwalt  
kostenfrei

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

## 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

## 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

## Energieberatung

Möchten Sie Ihre Energiekostenabrechnung besser verstehen? Karl-Heinz Dubrow, Energieberater der Verbraucherzentrale Berlin e.V., prüft Ihre Strom-, Gas- und Betriebskostenabrechnung auf Plausibilität. Er zeigt Ihnen verschiedene Möglichkeiten, Energie zu sparen, Ressourcen zu schützen und Ihren Geldbeutel zu schonen.



4. Donnerstag im Monat  
14:00–18:00 Uhr  
Karl-Heinz Dubrow, Energieberater  
kostenfrei – Spenden willkommen

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

## Rentenberatung

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

1. Dienstag im Monat  
ab 14:00 Uhr

Alma Evert  
Deutsche Rentenversicherung Bund

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

## Sozialberatung

Wir beraten und unterstützen Sie bei Anträgen und Formularen, wie ALG II, Wohngeld oder Grundsicherung sowie bei persönlichen, familiären oder 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, 15:00–18:00 Uhr

Arabisch, Deutsch, Türkisch  
Raoudha Ben Abdallah und Kolleginnen

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 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 Arbeitssuchende 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, 9. September und 2. Dezember  
9:00–11:00 Uhr

Claudia Schult, Kristin Weber  
kostenfrei, ohne Anmeldung

## Sprechzeit für Erwachsene jeden Alters

Sie wünschen sich ein persönliches Gespräch oder benötigen Hilfe? Haben Sie Fragen zu unseren Angeboten? Möchten Sie neue Kontakte knüpfen? Dann vereinbaren Sie gerne einen Termin.

Kontakt: Lena Kriege  
lena.kriege@pfh-berlin.de  
Tel. 2579 7538  
Mobil: 01511 8853 178

## Gadka Szmotka

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

## Chinesischer Vorleseclub

Vorlesen, austauschen und gemeinsam wachsen. Für Kinder ab 3 Jahre mit ihren chinesischsprachigen Eltern.

Offene Gruppe  
freitags 16:00–18:00 Uhr  
kostenfrei  
Kontakt:  
Weina Cai, weina.cai@hotmail.com

## Elterncafé (Autismus)

Für Eltern von Kindern mit Autismus-Spektrum-Störungen. Wir treffen uns zum Austausch und gegenseitiger Unterstützung.

Offene Gruppe  
freitags 16:00–18:00 Uhr  
Kontakt:  
Jamal Mohamed  
Tel. 0172 155 2152

## Lernclub

Für Kinder von der 2. bis 6. 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

## 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.

Mittwoch, 12. November  
10:00–14:30Uhr

Tara Rödel, Krankenschwester  
50 (30) €, Paare 70 €

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

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 pisanja po polsku.

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

2. Kurs 6–9 Jährige  
montags 17:00 Uhr

10 Termine, 50 (30) €

Anmeldung: 2579 7538  
kurmark@pfh-berlin.de



## 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 Spielraum. Die Kinder erkunden 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 Spiel- oder Bastelaktionen an und es gibt frisch gebackene Waffeln. Einfach vorbeikommen!

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

## Winterwichtelfest

Wir stimmen uns auf den Winter ein mit gemeinsamem Singen, Basteln und Plätzchen naschen.

Einfach vorbeikommen!

Dienstag, 9. Dezember  
16:00–18:00 Uhr  
Nina Robbrecht  
kostenfrei – Spenden willkommen

## Mütter-Baby-Treff

Offene Gruppe für Babys bis zu 6 Monaten zusammen mit unserer Familienhebamme 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 – wir erkunden den Gleisdreieckpark

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.



Donnerstag, 18. September  
15:30 – 17:30 Uhr

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

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

## Deutsch- und Alphabetisierungskurse für Frauen

Kurse für Anfängerinnen ohne/mit Vorkenntnissen und Alphabetisierungskurse. Einstieg jederzeit möglich!

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

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

Ioanna Liakou, 2 € pro Monat

## Upcycling Nähkurs

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

donnerstags 19:00–21:00 Uhr  
Kathrin Holighaus  
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.

dienstags 14:00–15:00 Uhr  
freitags 11:00–12:00 Uhr

Carolin Gremm, 10 Termine, 50 (25) €

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

## Qi Gong Kurs – in Planung ab November

Wir üben die 18 Bewegungen des Taiji Qi Gong. Für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene.

donnerstags 12:00–13:00 Uhr  
Treffpunkt: Huzur, Bülowstr. 94

Jutta Husemann  
10 Termine, 50 (25) €

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 B1. 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 B1.

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

Bitte anmelden bei:  
Angela Goth, 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  
ioanna.liakou@pfh-berlin.de



## Handy- und PC-Sprechstunde

Haben Sie Fragen oder Unsicherheiten im Umgang mit Ihrem Handy, Computer oder Tablet? Kommen sie gerne vorbei! Erfahrene Experten unterstützen Sie praktisch.

dienstags 9:00–13:00 Uhr

Anmeldung:  
Tel. 2579 7538

kurmark@pfh-berlin.de  
kostenfrei – 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

Lena Kriege  
kostenfrei – Spenden willkommen  
ohne Anmeldung

## Freies Malen und Zeichnen

Eine Auswahl an Papier, Stiften und Farben ist vor Ort, eigene Utensilien können mitgebracht werden. Keine Vorkenntnisse nötig. Offene Gruppe, einfach vorbeikommen.

1. und 2. Mittwoch im Monat  
13:00–15:00 Uhr

kostenfrei – Spenden willkommen  
ohne Anmeldung

## Gymnastik zur Förderung des Gleichgewichts

Wir machen gemeinsam einfache Übungen mit und ohne Stuhl zur Förderung des Gleichgewichts.

mittwochs  
13:00–14:00 Uhr

Gerti Grabow  
4 (2) € pro Termin  
ohne Anmeldung

## Flott gehen – zusammen spazieren gehen

Immer am 2. Samstag im Monat gemeinsam spazieren gehen. Verschiedene Treffpunkte und Routen. Organisiert von einer Engagierten und von der Gruppe. Ein gemeinsames Angebot der NFZ Kurmark und Kiezoase.

13.09. | 11.10. | 08.11. | 13.12. | 10.01.26  
14:30–ca. 16:00 Uhr

Infos und Anmeldung:  
Lena Kriege, Tel. 0151 1885 3178  
lena.kriege@pfh-berlin.de

## Lesekreis

Gemeinsam wird ein Buch gelesen und sich im monatlichen Treffen dazu ausgetauscht. Die Gruppe entscheidet zusammen, welches Buch gelesen wird.

2. Mittwoch im Monat  
16:30–18:00 Uhr

weitere Informationen:  
Tel: 2579 7538  
kurmark@pfh-berlin.de  
kostenfrei, ohne Anmeldung

## Backgammon

Offene Backgammon-Gruppe. Spielbretter können mitgebracht werden. Bei schönem Wetter wird ggf. draußen, an anderem Ort, gespielt. Deshalb bei Interesse bitte melden.

2. Sonntag im Monat  
12:00–14:00 Uhr

Kontakt: Lena Kriege  
0151 18853178, kurmark@pfh-berlin.de  
kostenfrei – Spenden willkommen

Foto: Behnam Say



## Speisegut-Depot für Ernteanteile

Als Teilnehmer\*in bekommen Sie regionale, biologische und saisonale Lebensmittel. Sie kennen den Bauern, andere Mitglieder und wissen, woher Ihre 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 19:00 Uhr

Bei Teilnahmeinteresse bitte  
vorher melden bei:

Frithjof Flemmig  
robert.sand@gmx.de

www.freibauer-schoeneberg.de  
Tel. 9788 4085

## Sudanesische Frauengruppe (SUDANIA e.V.)

Monatliches Treffen der Frauen des SUDANIA e.V.

1. Sonntag im Monat  
14:00–19:00 Uhr

Kontakt: Zahra Habees  
zahrahabees@yahoo.com  
Tel. 0179 3506 629

## Paradies & das

Eine queerfeministische und christliche Gruppe

Eine Gruppe zum Austausch und Vernetzen über queerfeministische & christliche Thematiken und alles darüber hinaus!

donnerstags 19:00–20:30 Uhr  
in Präsenz oder online

Kontakt: paradiesunddas@gmx.de  
Instagram: paradiesunddas



**Steinmetz**  
Nachbarschaftszentrum  
Mehrgenerationenhaus

Nachbarschafts- und Familienzentrum  
Steinmetzstraße 67/68, 10783 Berlin  
steinmetz@pfh-berlin.de  
Telefon: 030 2360 8688  
[www.pfh-berlin.de/steinmetz](http://www.pfh-berlin.de/steinmetz)



## Inhalt

Initiativen und Veranstaltungen	76
Beratung	77
Angebote für die Nachbarschaft	78
Angebote für Familien	82
Angebote für Erwachsene	85



## Nachbarschafts- und Familienzentrum Steinmetz

### Mehrgenerationenhaus



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Miteinander – Füreinander*

gefördert durch  
Jugendamt des Bezirks  
Tempelhof-Schöneberg

Das Nachbarschafts- und Familienzentrum / 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,  
Miray Demir, Khalil Mustafa  
Leitung: Hamad Nasser  
Tel. 030 2360 8688  
steinmetz@pfh-berlin.de

### Für das Förderprogramm Mehrgenerationenhaus:

Tel. 030 2360 8688



## 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 Dichter\*innenvorlesungen, Literaturprojekte, Musik und Malerei.

samstags einmal monatlich  
Radwan Saadi, Khalil Mustafa  
Anmeldung Tel. 2360 8688

## Spielstraße

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

jeden Freitag ab April  
15:00–18:00 Uhr

Vorplatz Steinmetzstraße 67/68

## Dialogtisch in der Nachbarschaft

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.

montags  
16:00–19:00 Uhr

Miray Demir



## Elternberatung für Farsi und Arabisch sprechende Familien aus Schöneberg

Das Angebot richtet sich an Farsi und Arabisch sprachige Berliner\*innen, die sich Informationen und Unterstützung rund um die Themen „Erziehung, Bildung und Kindergesundheit“ wünschen.

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

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

Wir helfen – einfach und vertrauensvoll!  
Haben Sie Fragen zur Erziehung, Probleme mit Formularen oder brauchen Hilfe im Alltag? Unterstützung bei Erziehungsfragen. Hilfe beim Ausfüllen von Formularen bei Bedarf auf Arabisch Farsi und Russisch

freitags 10:00–14:00 Uhr  
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

## 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 unter E-Mail:  
steinmetz@mailbox.org

## Angebote für Väter

Das Väternetzwerk im Nachbarschaftszentrum besteht seit über 20 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. Viele neue Angebote, Veranstaltungen und Initiativen sind aktuell in Planung.

Gerne können Sie bei den regelmäßigen Treffen vorbeischaun und sich an der Gestaltung neuer Angebote beteiligen

### Offene Vätergruppe

mittwochs 10:00–12:00 Uhr

### Väter-Forum

samstags 14:00–16:00 Uhr

Khalil Mustafa

Anmeldung Tel. 2360 8688

## 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



## Quartiersrat Schöneberger Norden

Der Quartiersrat (QR) ist ein unabhängiges Gremium für die Interessenvertretung, Bürgerbeteiligung und Austausch der Menschen im Stadtteil, um Probleme und Anliegen im Kiez zu besprechen. Aktuelle Informationen sind auf unserer Internetseite <https://schoeneberg-nord.de> zu finden.

Veranstaltungen öffentlich, Gäste willkommen  
mittwochs um 19:00 Uhr im NBZ Steinmetz

### Quartiersrat

4. Juni, 2. Juli, 1. Oktober,  
5. November, 3. Dezember

### Stammtisch

jeweils am Mittwoch eine Woche vor dem  
QR-Termin um 19:00 Uhr

### AG Wärmewende des Quartiersrates

Die Treffen der Ag Wärmewende sind in der  
Pallasstr. 5 am 16. Juni, 21. Juli, 15. September,  
20. Oktober, 17. November  
jeweils um 18:30 Uhr.

## 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

Tee, Kaffee Spenden erwünscht  
Team Nachbarschaftszentrum

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!



## 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 11:00–16:00 Uhr  
Sonia Makhoul  
Spenden erwünscht

## Mehr Nachbarschaft macht einen starken Kiez

Wir organisieren 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 mittwochs, 10:00–15:00 Uhr  
Bitte weitere Termine erfragen

## Kunst-Workshop für Kinder und Eltern

Bei unserem Kunst-Workshop können Sie gemeinsam mit der Künstlerin Elham Gholami und der Stadtteilmutter Zhila Khoornegah alles Rund ums Zeichnen und Malen erlernen.

freitags 15:00–17:30 Uhr  
kostenfrei

Kontakt:  
Zhila Khoornegah, Tel. 0151 15074507  
zhila.khoornegah@pfh-berlin.de



## 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.flotte-berlin.de](http://www.flotte-berlin.de) können Sie sich registrieren lassen und unser Flotten-Lastenfahrrad Steinmetz reservieren.

während der Öffnungszeiten  
Team Nachbarschaftszentrum  
kostenfrei, Spende erwünscht  
Anmeldung Tel. 2360 8688  
[www.flotte-berlin.de](http://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 Vätern, Müttern oder Großeltern!

freitags 10:00–14:00 Uhr  
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



## Arabisch und Musik (6–13 Jahre)

Vertiefe deine Liebe zur Arabischen Sprache! Unsere Kurse bieten eine reiche Lernerfahrung, um deine Kenntnisse zu erweitern und deine kulturelle Verbindung zu stärken. Gemeinsam gehen wir auf eine musikalische Reise und entdecken wir die Schönheit und Einzigartigkeit von Klängen aus aller Welt.

freitags 16:00–18:00 Uhr  
samstags 11:00–16:00 Uhr

Manal Alchoubassy, Afamia Alkassab,  
Ibtisam Alshaib, Khalil Mustafa

10 € monatlich  
Anmeldung Tel. 2360 8688

## Farsi-Kurs im Stadtteilbüro

samstags 10:00–13:00 Uhr  
in der Pallas Straße 5

Ansprechpartnerin: Narges Khosravipour  
Anmeldung:  
Tel. 0177 4660 269, Nargesi\_15@yahoo.com  
10 € monatlich

## 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

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  
Weitere Infos: [www.leseclubs.de](http://www.leseclubs.de)

## Trommelkurs für Eltern und Kinder (Inklusion)

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

## Arabischer Kinderchor & Dabke-Tanz-Gruppe Faraschi / Schmetterling

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

## Offener Elternnachmittag

Samstags mit anderen Eltern zusammensitzen und die Woche ausklingen lassen bei gemeinsamen 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 (Mecklenburg-Vorpommern, Schleswig-Holstein, Brandenburg). Für Kinder gibt es unterschiedliche Workshops zum Thema Vielfalt, BNE, Natur(erleben) und Einblicke in die Naturwissenschaften.

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

## 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

## Wir schmücken gemeinsam den Tannenbaum

Gemeinsam mit den Kindern gestalten wir unseren Weihnachtsbaum im Familienzentrum.

Mit selbstgebasteltem Schmuck, Lichtern und viel Freude bringen wir festliche Stimmung ins Haus. Alle kleinen und großen Helfer sind herzlich eingeladen.

20. Dezember 2025  
um 15:00 Uhr

## Patenschaften für geflüchtete Kinder und ihre Familien

Das Patenschaftsprojekt wurde ins Leben gerufen, um geflüchteten Kindern, Jugendlichen und ihren Familien eine unterstützende Hand zu reichen und ihren Integrationsprozess in Deutschland zu erleichtern.

Die Patenschaften sind darauf ausgerichtet, durch individuelle Unterstützung und Begleitung die sozialen und kulturellen Barrieren zu überwinden und eine nachhaltige Integration zu fördern. Zielgruppen sind Kinder und Jugendliche sowie deren Familien mit Fluchterfahrung.



Regelmäßige wöchentliche Angebote:  
dienstags: Sprechzeit von 14:00–18:00 Uhr  
donnerstags: Begleitung der Geflüchteten im Lernclub von 16:00–18:00 Uhr

Monatliche Angebote:  
1 x im Monat Treffen der Familien und Pat\*innen zum gemeinsamen kochen und Abendessen

Alle 2 Monate an einem Samstag Austausch-treffen für die Familien und Pat\*innen  
Ansprechpartnerin: Miray Demir

## 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](http://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

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



# PFH Einrichtungen

Partner\*innen im  
**kiez**

## Inhalt

PFH Einrichtungen	88
Stadtteilkoordination	88
Unbezahlbar	88
ElternChanceN	89
Bildungsbotschafter*innen	89
Stadtteilmütter	90
Integrationslots*innen	91
PFH Kindertagesstätten	91
Erziehungs- und Familienberatung	92
Juxirkus, Café Pink	94
Fresh 30	95
Partner*innen im Kiez	96

## 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 Vereinbarung

Tina Waleschkowski, 0151 7278 3954

info@schoeneberg-nord.berlin

www.schoeneberg-nord.berlin

www.instagram.com/stadtteilkoordinatorin/

## Unbezahlbar

Freiwilliges Engagement  
In Schöneberg

Sich freiwillig zu engagieren kann so Vieles sein: Mitmachen, mitgestalten, aktiv sein, Menschen kennenlernen, anderen helfen, zusammen kreativ sein, Ideen umsetzen, Veränderung bewirken.

Bei uns kannst Du in einer Kita vorlesen, im Hort und Lernclub Hausaufgabenhilfe geben, Anleitung geben bei Spiel, Sport und Musik, Handy- und PC-Hilfe leisten, Menschen begleiten und beraten, im Sprachcafé beim Deutsch-Lernen helfen oder ein Nachbarschaftscafé unterstützen. Auch ein Bundesfreiwilligendienst ist möglich!

Wie das geht und was zu Dir passt, können wir in einem persönlichen Gespräch entdecken.

Gertraude Langbehn  
Freiwilligenkoordination

Offene Sprechstunde im Freiwilligentreff  
dienstags 10:00–12:00 Uhr  
und nach Vereinbarung

Barbarossastraße 65  
Tel. 21730 166, 0151 1507 5666

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  
Britta Seidl, Anna Tesch, Katrin Burkhardt,  
Mascha Sondermann

Tel. 0177 5947 458

elternchancen@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 kostenfreie 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](http://www.bildungsbotschafter-berlin.de) an.

Projektleitung Britta Seidl

Tel. 0177 5947 458

bildungsbotschafter@pfh-berlin.de

Projekt-Büro in der Kiezstube  
Steinmetzstraße 22



PFH Pestalozzi  
Fröbel  
Haus

## Stadtteilmütter in Schöneberg

Wir 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.

Wir informieren über Angebote in ihrem Kiez und „bauen Brücken“ zu Kitas, Schulen, Familienzentren, Beratungsstellen und weiteren Einrichtungen. Neben Deutsch sprechen wir auch arabisch, englisch, türkisch und farsi.

### Mit welchen Themen können Sie sich an die Stadtteilmütter wenden?

1. Entwicklung von Kindern (0 bis 12 Jahre)
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

Sprechen Sie uns gerne an!

Lisa Gilmozzi, Projektleitung  
Pallasstraße 5, 10781 Berlin

Tel. 0177 5947 467

E-Mail: gilmozzi@pfh-berlin.de



## Integrationslots\*innen

Die Integrationslots\*innen am PFH sind Menschen, die selbst Fluchterfahrung haben. Sie unterstützen die Integration und Teilhabe anderer migrantisierter Menschen mit und ohne Fluchterfahrung in Schöneberg, Tempelhof und Friedenau.

Sie sprachmitteln für Sozialdienste in Gemeinschaftsunterkünften, bei Behörden, Ämtern und anderen Institutionen im Sozialraum.

Wir beschäftigen derzeit sieben Integrationslots\*innen mit den Sprachkompetenzen Russisch, Ukrainisch, Rumänisch, Vietnamesisch, Arabisch, Türkisch sowie Farsi/Dari.

Sprechen Sie uns gerne an!

Anja Rychlewski, Projektleitung

Tel. 0151 1438 5299

Katja König, Projektkoordination

integrationslots\_innen@pfh-berlin.de

## 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](http://www.kita-navigator.berlin.de)

Informationen zu unseren Kitas finden Sie hier:

[www.pfh-berlin.de/kindertagesstaetten](http://www.pfh-berlin.de/kindertagesstaetten)

Fragen zum aktuellen Betreuungsvertrag beantwortet

Nicole Reinholz, Vertragsstelle

Barbarossastraße 64, 10781 Berlin

Tel. 030 21730 267, [vertragsstelle@pfh-berlin.de](mailto:vertragsstelle@pfh-berlin.de)

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



## 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

familienberatung@pfh-berlin.de

### So bekommen Sie einen Beratungstermin:

- Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine E-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 – und Videoberatung sind möglich.  
Wir beraten Sie in unterschiedlichen Sprachen.



Besuchen Sie unsere Webseite:  
[www.pfh-berlin.de/de/erziehungs-und-familienberatung](http://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 für 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)
- Trennungskindergruppen
- "Kinder im Blick" Kurs für getrennte Eltern

### Wir sind ein multiprofessionelles Team:

- Diplom-Psycholog\*innen
- Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut\*innen
- Diplom-Sozialpädagog\*innen mit unterschiedlichen Beratungsschwerpunkten.

shutterstock.com



## Juxirkus

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

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



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

Aufführungstermine für aktuelles Programm unter [www.juxirkus.de/juxirkus/termine/](http://www.juxirkus.de/juxirkus/termine/)  
[www.pfh-berlin.de/de/juxirkus](http://www.pfh-berlin.de/de/juxirkus)

## Café Pink

Seit 33 Jahren Mädchen\*arbeit in Schöneberg: Treff für Mädchen\* und junge Frauen\* von 10–27 Jahren

Ihr könnt alleine oder mit euren Freundinnen vorbeikommen.

Wir haben sehr schöne Räume und bieten verschiedene Aktivitäten darin an: Kochen, Theater, Kreativ AG, Musik machen, Spielen, Tanzen, verschiedene Ferienprogramme, Ausflüge und vieles mehr ...

Kostenfreie Nachhilfe und Beratungen nach Absprache möglich.



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

Ulrike Dietrich, Camila La Rotta Forero,  
Josefina Valdovinos Urrutia

Goltzstraße 40, 10781 Berlin  
Tel. 2199 6563/0177 5947 473

cafe-pink@pfh-berlin.de  
Instagram: @pinkiiis  
[www.pfh-berlin.de/cafépink](http://www.pfh-berlin.de/cafépink)

## Fresh 30

Das Fresh 30 wird als ein Ort der Begegnung, der Vernetzung und der Beratung von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter von 12 bis 27 Jahren genutzt. Wir bieten regelmäßig stattfindende Angebote, sowie zum Teil genderspezifische Projekte, Ferienprogramme, Ausflüge und kostenfreie 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, Luisa Högl, Salih Kaplan

Neue Steinmetzstraße 6

10827 Berlin, nahe U-Bhf Kleistpark

Tel. 3937 4592, [fresh30@pfh-berlin.de](mailto:fresh30@pfh-berlin.de)

Instagram: [fresh30\\_schoeneberg](https://www.instagram.com/fresh30_schoeneberg)

## Outreach –

### Mobile Jugendarbeit Schöneberg Nord

Kontaktaten zu Präventionsteams, der mobilen Arbeit mit Jugendlichen, der Arbeit mit Kindern auf dem Spielplatz Alvenslebenstraße und dem Beteiligungsteam PART:  
<https://outreach.berlin/team-tempelhof-schoeneberg/>

### 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.



[www.outreach.berlin](http://www.outreach.berlin)

Frobenstraße 27, 10783 Berlin

Tel. 030 8562 1751

### P12 – Perspektive. Beruf. Zukunft.

Das Netzwerk P12 bietet einen Anlaufpunkt für alle Jugendlichen, die an der Schwelle in das Berufsleben stehen, Beratung suchen, sich in Lerngruppen treffen möchten



Hella Pergande

Pallasstraße 12, 10781 Berlin

Tel. 3512 8626 / 015225110286

[h.pergande@outreach.berlin](mailto:h.pergande@outreach.berlin)

Wir kooperieren eng mit dem Jobmobil:

[www.jobmobil-berlin.de/](http://www.jobmobil-berlin.de/)

## INA Familienzentrum Bülowstraße

Unser Familienzentrum im Bülowbogen ist ein Ort zum Lernen, Austauschen und Vernetzen für Familien mit kleinen Kindern. Hier unterstützen wir Eltern von Anfang an, geben Orientierung zu Angeboten in der Umgebung und erleichtern den Zugang zu weiteren Projekten.

Mit Musik-, Sport- und Kreativangeboten sind wir für alle Familien aus der Kita und dem Kiez offen. Die aktuellen Zeiten unserer Angebote findet ihr im Wochenplan, auf unserer Website und auf Instagram. Außerdem bieten wir auch Beratungsangebote an, um Familien in allen Fragen rund um Familienthemen zu unterstützen.

Katrin Itoua-Ayessa, Leitung  
Bülowstraße 35, 10783 Berlin

Tel. +49 30 4597 66690  
Mobil: 0176 1609 8007

familienzentrum.buelowstrasse@  
inakindergarten.de

www.inakindergarten.de  
Instagram: familienzentrum\_buelowstrasse  
Öffnungszeiten Büro:  
täglich 09:00–15:00 Uhr



## Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.

### Cura-Betreuungsverein Tempelhof-Schöneberg



NACHBARSCHAFTSHEIM  
SCHÖNEBERG E.V.

Lauterstraße 40  
12159 Berlin  
Tel. 030 8569 8010

E-Mail: cura-ts@nbhs.de

### 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.

### Selbsthilfetreffpunkt Tempelhof-Schöneberg

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

Tel. 8599 51 330/333/322  
selbsthilfe@nbhs.de

### Pflegerische Dienste gGmbH

#### wellcome – praktische Hilfe nach der Geburt

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



### Familienpflege/Haushaltshilfe

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

Sylvia Braband-Alkahir  
Cranachstraße 7  
12157 Berlin  
Tel. 2218 28 929  
familienpflege@nbhs.de



**Pestalozzi  
Fröbel  
Haus**

Stiftung des öffentlichen Rechts



**Pestalozzi-Fröbel-Haus**  
Karl-Schrader-Straße 7/8  
10781 Berlin  
[www.pfh-berlin.de](http://www.pfh-berlin.de)



## Das Pestalozzi-Fröbel-Haus

Seit über 150 Jahren bietet das PFH Kindern einen guten Start ins Leben, so dass sie zu selbstbestimmten und verantwortungsbewussten Menschen heranwachsen können.

Heute sind wir Träger von Ausbildungsstätten für Erzieher\*innen sowie Einrichtungen der sozialpädagogischen Praxis.

Rund 750 Mitarbeiter\*innen arbeiten aktiv an 60 Standorten mit Angeboten, Projekten, Einrichtungen und Schulen.

Wir sind deutschlandweit bekannt für die Einführung des Early Excellence-Ansatzes aus England. Early Excellence bedeutet, optimale Bedingungen für kindliche Entwicklung und lebenslanges Lernen zu schaffen. Dieses Konzept prägt seit 2000 all unsere Bildungseinrichtungen und ist fest in unsere Lehrpläne integriert.

## 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)
- zehn Kindertagesstätten
- Ganztagsbereiche in acht Grundschulen und zwei Sekundarschulen
- sechs Familienzentren/ Nachbarschaftszentren
- ein Familienzentrum an Grundschule
- 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 Grund- und Sekundarschulen
- Tagesgruppen: Arbeiten und Lernen / Grundschulprojekt Bethanien
- Lernförderung nach BUT/ Hausaufgabenhilfe
- Bildungsbotschafter\*innen in Kita, Schule und Stadtteil
- Stadtteilmütter
- Integrationslots\*innen
- die therapeutischen Jugendwohngruppen „Koralle“
- Landeskompetenzzentrum für Beteiligung und Demokratiebildung

## Raumvermietung PFH

Das PFH vermietet Räume von 20 bis 200 qm.

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, Lena Kriege, Khalil Mustafa
Layout	4mbh concept & visuals
Umschlag	Illustration Claudia Collasch
Druck	strohmeier dialog.druck
Auflage	4.500

## Kiezoase Schöneberg e.V.

Kiezoase Schöneberg e.V. ist ein eingetragener, gemeinnütziger Verein, der seit 1987 die Nachbarschaftsarbeit in Schöneberg und den angrenzenden Bezirken unterstützt. Wir arbeiten eng mit dem Pestalozzi-Fröbel-Haus zusammen und fördern insbesondere die Arbeit des Nachbarschafts- und Familienzentrums Kiezoase sowie des Kinderzirkus Juxirkus, dem ältesten Kinder- und Jugendzirkus Berlins.

Wir setzen uns für eine lebendige und vielfältige Gesellschaft in Schöneberg und den angrenzenden Bezirken ein. Unser Ziel ist es, Begegnung, Austausch und gegenseitige Unterstützung zu fördern.

Um gezielt die Arbeit des Nachbarschafts- und Familienzentrums Kiezoase mitzugestalten und zu unterstützen, gibt es die Möglichkeit **Freund\*in der Kiezoase** zu werden.

Wir freuen uns auf eure Ideen und Initiativen, freundliche Spenden und tatkräftige Unterstützung. Wie das aussehen kann, erzählen wir euch bei einem ersten Treffen der Freund\*innen am Dienstag, 7.10., um 18:30 Uhr im Café Kiezoase. Kommt gerne vorbei, wir freuen uns auf euch!

Fragen zu den Freund\*innen der Kiezoase und Anmeldungen für den 7.10. schickt gerne an: [anna.tesch@pfh-berlin.de](mailto:anna.tesch@pfh-berlin.de). Wer nicht zum ersten Treffen kommen kann, findet die Informationen auch auf unserer Webseite [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de) oder spricht das Team in der Kiezoase an.

Die Ideen und das Engagement der Freund\*innen der Kiezoase fließen in die Arbeit des Kiezoase e.V. ein.

Ansonsten kann man auch durch Spenden (steuerabzugfähig!) unterstützen – 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.  
[geschaeftsfuehrung@kiezoase.de](mailto:geschaeftsfuehrung@kiezoase.de), [www.kiezoase.de](http://www.kiezoase.de)

Thomas Glaw  
Bettina Held  
Gerd Schmitt  
Vorstand

Esther Wolffhardt  
Geschäftsführerin