

August-Dezember 2024



Nachbarschafts- und Familienzentren

in Schöneberg Nord

Familien

Nachbarschaft

Kinder

Jugendliche

Ältere



 **Pestalozzi
Fröbel
Haus**

oasez
Schöneberg

Kurmark! Steinmetz



kiez oase Schöneberg

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



Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark!

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



Nachbarschafts- und Familienzentrum

Steinmetz

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



150 JAHRE PFH Pestalozzi Fröbel Haus Engagiert mit Tradition SEIT 1874

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

- 2 **Nachbarschafts- und Familienzentrum Kiezoase**
- 8 **Angebote für die Nachbarschaft**
Initiativen, Veranstaltungen, Beratung
- 14 **Angebote für Familien**
Rund um die Geburt, Angebote für junge Eltern
Angebote für Erziehende, Eltern-Kind-Angebote
Kinderkurse, Angebote im Freien, Gruppen
- 36 **Angebote für Erwachsene**
Kurse, Gruppen, Selbsthilfegruppen
- 43 **Angebote für ältere Menschen**

- 50 **Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark**
- 54 **Angebote für die Nachbarschaft**
Veranstaltungen, Beratung
- 63 **Angebote für Familien**
Kurse, Offene Angebote
- 68 **Angebote für Erwachsene**
Kurse, Offene Angebote, Initiativen

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

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



kiezoase

Schöneberg

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



Inhalt

Lageplan, Alle gemeinsam	6
Initiativen	8
Veranstaltungen	10
Beratung	13
Rund um die Geburt	14
Angebote für junge Eltern	18
Angebote für Erziehende	21
Eltern-Kind-Angebote	25
Kinderkurse	32
Angebote im Freien	33
Gruppen Familie	34
Kurse Erwachsene	36
Gruppen Erwachsene	39
Selbsthilfegruppen	42
Angebote für ältere Menschen	43



Nachbarschafts- und Familienzentrum Kiezoase

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

Das Team der Kiezoase

Familienbildung:

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

Angebot und Engagement Ü60:

Gertraude Langbehn
21730 166, gertraude.langbehn@pfh-berlin.de

Mobile Stadtteilarbeit/

Generationsübergreifende Angebote:

Jörn Brenssell, 0151 15 07 7478, joern.brenssell@pfh-berlin.de

Infobüro:

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

Café: Almaz Haile-Mariam, Gabriela Kulik

Bundesfreiwilligendienst: Hugo Kargin, Uliana Kopp

Leitung: Nina Lutz

21730 274, 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	

Anmeldung

Wir freuen uns über alle Besucher*innen und bieten viele offene Treffs und Veranstaltungen zum einfach vorbeikommen an. Für die Kurse, die im September starten, ist der Anmeldezeitraum ab Erscheinen des Hefts bis zum 10.7. Aufgrund hoher Nachfrage für viele Eltern-Kind-Kurse landen für mehr Chancengleichheit im Anmeldezeitraum Alle erst auf der Warteliste und dann werden die Plätze ausgelost/verteilt. In den Tagen vom 15.–17.7. erhaltet ihr Bescheid per E-Mail.

Wir bitten dann um Bezahlung der Kursgebühren bis 31. 7. mit Angabe des Kurses, Name und Buchungsnummer an Kiezoase e.V., Bank für Sozialwirtschaft, BIC: BFSWDE33BER IBAN: DE22 3702 0500 0003 0367 09

Ermäßigungen für Berlinpass-Inhaber*innen. Bei Anmeldungen von Geschwistern für das gleiche Angebot, zahlt das 2. Kind den ermäßigten Preis. Wenn aus finanziellen Gründen eine Teilnahme schwierig ist, sprechen Sie uns bitte an, wir finden eine Lösung. Bei Fragen zu Angeboten und Kursanmeldungen wenden Sie sich bitte – sofern nicht anders angegeben – an das Infobüro der Kiezoase.

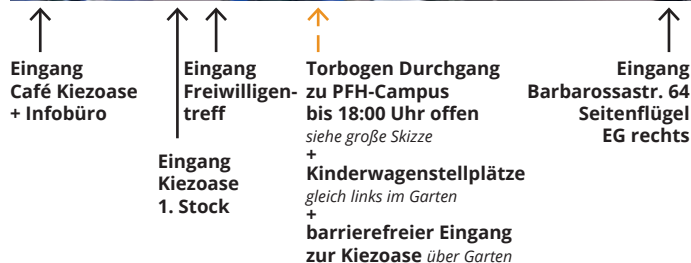
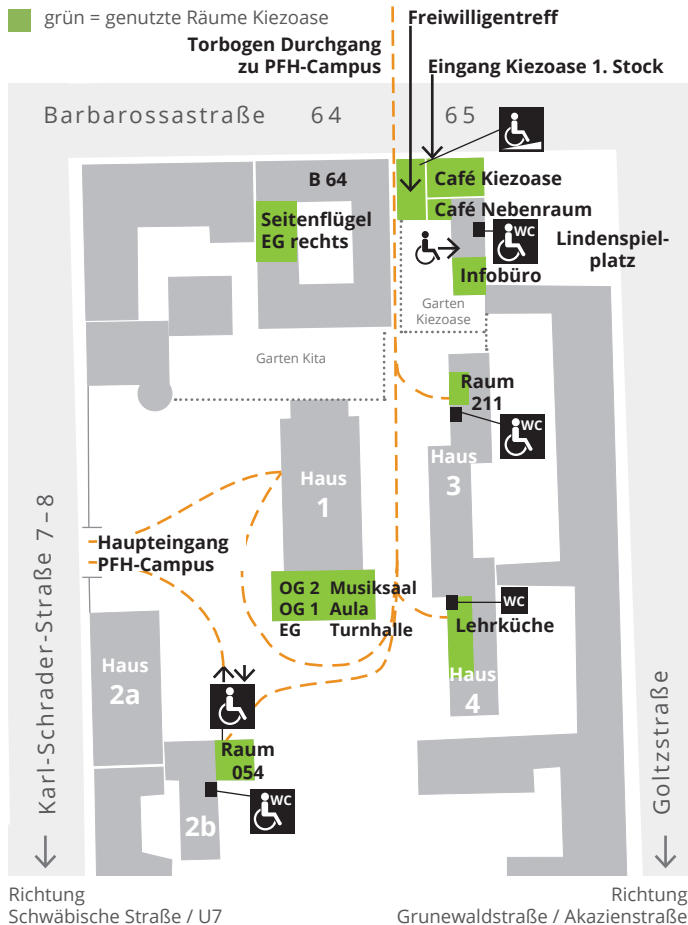
Schließzeiten 2024

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

An folgenden Tagen ist die Kiezoase komplett geschlossen:

29.7.–16.08., 3.+4.10., 23.12.–1.1.2025





Wir wollen inklusiver werden!

Du möchtest gerne an einem unserer Angebote teilnehmen und hast ein Kind mit Behinderung? Sprich uns gerne an! Wir klären dann, wie wir die Teilnahme möglich machen können. Unsere Ansprechpartnerin im Team ist:

Angela Rauscher, Integrationserzieherin
Tel. 01512 9276 463, rauscher@pfh-berlin.de

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.

Aber spricht uns gerne an, damit wir überlegen, was trotzdem möglich ist.

ElFe – Angebote von Eltern für Eltern

NEU

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 stellen und 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. Ob beim Entwerfen und digital umsetzen der Kiezkarte, als digitale*r Helfer*in, im Nachbarschaftscfé, 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, Barbarossastr. 65
Sibylle Hartung

Tel. 21730 185 zu den Öffnungszeiten

fLotte – freie Lastenräder für Berlin

Auch bei uns in der Kiezoase könnt ihr kostenlos ein Lastenrad der fLotte-Berlin ausleihen. „Rossi“ ist ein solides dreirädriges Bakfiets CargoTrike Classic Wide mit dem ihr bis zu drei Tage lang Kinder, Gepäck oder den Großeinkauf transportieren könnt. Einfach auf der Webseite der fLotte reservieren und bei uns in der Kiezoase abholen:

www.flotte-berlin.de/

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 87 49 891

Kiezkarte Schöneberg

Wir erstellen eine Kiezkarte für Schöneberg - mit sozialen Orten und Initiativen. Schwerpunkt: Barbarossakiez und angrenzende Kieze. Melde dich gerne, wenn du einen Ort oder eine Initiative in die Kiezkarte einbringen möchtest oder wenn du mitmachen magst.

Link zur Kiezkarte: <https://www.kiezkarten.de>

Kontakt und weitere Infos:

Tel. 0151 15 07 74 78

joern.brensell@pfh-berlin.de

Repaircafé

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

2. Dienstag im Monat, 17:00–20:00 Uhr

im Freiwilligentreff der Kiezoase,
Barbarossastr. 65; bitte mit Anmeldung
und bitte angeben, was repariert werden soll.

Anmeldung über das Infobüro: Tel. 21730 202,
kiezoase@pfh-berlin.de

Bürokratie-Café

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

mittwochs 10:00–12:00 Uhr

im Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Kostenloses Angebot, ohne Anmeldung

Kontakt: Ernst Keim, ernst.keim@web.de

Nachbarschaftsbrot e.V.

Das Projekt von Nachbarschaftsbrot.org will die alte Tradition des Gemeinschafts-Backofens aufgreifen. Lasst uns beim Backen über den Kiez ins Gespräch kommen. Teig ist da, kann aber auch mitgebracht werden.

Willst Du mehr wissen oder mitmachen?

Kontakt: monique@nachbarschaftsbrot.org

Backen mit Familien zum Weltkindertag:

Freitag 20. September, 16:00–20:00 Uhr

Wir laden ein zum

interkulturellen Brotbacken:

Freitag, 08. November, 16:00–20:00 Uhr

Lehrküche des PFH, Haus 4, im Souterrain.

Ihr könnt spontan hinzukommen.

Fragen zu den Terminen:

Tel. 0151 15 07 74 78

joern.brensell@pfh-berlin.de

oder über das Infobüro der Kiezoase

Spiel- und Begegnungsstraße Barbarossastraße

Die Barbarossastraße zwischen Goltz- und Kyffhäuser Str. wird einmal im Monat zur Spiel- und Begegnungsstraße. Frei von Autoverkehr kann die Straße von euch (Kindern und Erwachsenen) bunt und kreativ genutzt werden. Einfach vorbeikommen. Hast du zudem Zeit und Lust dich als Kiezlots*in zu engagieren? Oder willst du bei der Initiative Spiel- und Begegnungsstraße Barbarossastraße mitmachen? Dann melde dich gerne bei uns.

20. August / 17. September / 15. Oktober
jeweils 15:00–18:30 Uhr
Infos und Kontakt: Tel. 0151 1507 7478
joern.brensell@pfh-berlin.de
spielstrasse-schoeneberg@web.de

KIEZOASE: VERANSTALTUNGEN

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 21. September, 19. Oktober
14:00–17:00 Uhr, Aufbau 13:00 Uhr
Hof des PFH, Karl-Schrader-Str. 7–8
Anmeldung: Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Frauentrödel

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

Samstag 21. September, 19. Oktober
12:00–16:00 Uhr, Aufbau 11:00 Uhr
Tischmiete: 8 €
eigene Tische sind nicht möglich!
Vor dem Café Kiezoase, Barbarossastraße 65
Anmeldung:
Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

NEU

Kleidertausch

Liebe Frauen*, ihr seid herzlich eingeladen auszusortieren! Meldet euch an und kommt mit Kleidung, Schuhen und Accessoires zu unserem winterlichen Kleidertausch. Hier könnt ihr gut erhaltenes und Fehlkäufe weitergeben, neue Lieblingsstücke finden und bei einem Kaffee oder Punsch eure Nachbar*innen kennenlernen.

Sonntag 13. Oktober
14:00–17:00 Uhr
im Café Kiezoase, Barbarossastraße 65
Anmeldung:
Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Familie unterwegs

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



Mittwoch 25. September, 16:30–18:00 Uhr
Kleistpark, vor dem Wasserspielplatz
kostenloses Angebot

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

„Erste Hilfe“ leicht gemacht

Auffrischung; ohne Zertifikat
Barrieren abbauen für Hilfe in Notfällen, niedrigschwellig,
2-Stunden-Kurs, bitte einen Termin wählen
Freitag 13. September, 17:00–19:00 Uhr
Montag 23. September, 13:00–15:00 Uhr
Anmeldung: Jörn Brensell, Tel. 0151 1507 7478
joern.brensell@pfh-berlin.de
kostenfrei; Spende willkommen

NEU

Müllsammelaktionen 2024

Du hast Lust in einem Park oder im Kiez eine Müllsammelaktion zu organisieren oder mitzumachen. Müll sammeln, Spaß haben, in's Gespräch kommen ... Dann melde dich gerne bei uns.

Tel. 0151 15 07 74 78,
joern.brensell@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 Märchen zu einem der beiden folgenden Titel: „Ein Baum erzählt“ oder „Die komische Ordnung“

Rahmen: 1–4 Seiten, ggf. plus Bild,
Einsendeschluss: 31.10. inkl. Name und Kontakt
per Mail an tesch@pfh-berlin.de oder
Abgabe im Café Kiezoase, Barbarossastr. 65

Lesung ausgesuchter Kiezmärchen

Alle Interessierten sind herzlich willkommen zuzuhören!
am Dienstag 19. November um 18:30 Uhr
im Café Kiezoase, Barbarossastr. 65

Märchenhaftes Bilderbuchkino

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

am Mittwoch 13. November um 16:30 Uhr
im Café Kiezoase, Barbarossastr. 65
ohne Anmeldung, kostenlos

Kiez der Zukunft: Lokale Ideen für Nachhaltigkeit und Klimawende?

In Kooperation mit den Kiezblockinitiativen Winterfeldtkiez und Barbarossakiez und mit Fuss e.V.; weitere Initiativen und Akteur*innen sind angefragt.

Austausch von Akteur*innen, Interessierten
und Nachbar*innen, Datum: Herbst 2024

Weitere Infos zu Datum und Ort und
Anmeldung: Tel. 0151 1507 7478
joern.brensell@pfh-berlin.de

Spaziergang zu Stolpersteinen im Gedenken an das Pogrom am 9. November 1938

Gemeinsam mit der Initiative Stolpersteine T-S

Samstag, 09. November, 17:00–19:00 Uhr
Café der Kiezoase, Barbarossastr. 65

gerne Windlichter mitbringen

Anmeldung und Infos
(anmelden oder spontan teilnehmen):
Tel. 0151 15 07 74 78
joern.brensell@pfh-berlin.de

Verbraucherrechtsberatung

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

4. Mittwoch des Monats, 17:00–18:00 Uhr
Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Anmeldung erforderlich:
Infobüro, Tel. 21730 202

Familienrechtsberatung

Erst- oder Kurzberatung zu Familienrecht, Unterhalts- und
Sorgerecht, Trennungs- und Scheidungsfragen, Mietrecht
Beratung durch Frau Briesenick, Rechtsanwältin

2. Dienstag im Monat, 13:00–14:30 Uhr
im Café Kiezoase, Nebenraum,
Barbarossastraße 65, Anmeldung erforderlich:
Infobüro, Tel. 21730 202

Beratung für Alleinerziehende

Alle Themen, die Sie als Alleinerziehende in Ihrer jeweiligen
Lebenssituation beschäftigen, haben hier Raum. Beratung
durch Gabriele Kaller von der Anlaufstelle für Alleinerziehende.

2. Mittwoch im Monat, 14:00–15:30 Uhr
im Café Kiezoase, Nebenraum
Barbarossastraße 65, Anmeldung erforderlich:
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 (auf Nachfrage auch in anderen Sprachen)

Anmeldung unter
Tel. 0151 7278 0723
familienberatung@pfh-berlin.de
mehr Infos auf Seite 92/93

NEU 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



am Dienstag 24. September 18:30–20:30 Uhr
im Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

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

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, Barbarossastraße 65
Christine Owosekun

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

Yoga in pregnancy in English

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



mondays 18:15–19:15
first floor of Kiezoase, Barbarossastraße 65

Marta Palombo
doula and yoga teacher

6 weeks, 45 (30) €
Registration: marta.palombo@pfh-berlin.de

Geburtsvorbereitung für Paare

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

jeweils dienstags 18:30–21:30 Uhr

Kurs 1: 17./24. September, 1./8./15. Oktober
Kurs 2: 12./19./26. November 3./10. Dezember

1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
Lisa Leitlein, Hebamme

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

Anmeldung:
lisa@friededefreudemutterkuchen.de

Geburtsvorbereitung ab dem 2. Kind

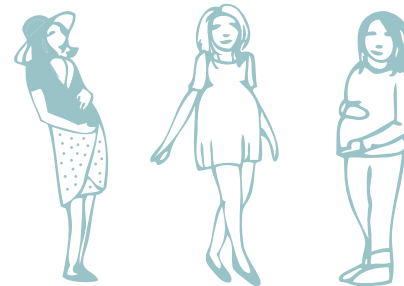
Wir erinnern uns an die natürlichen Geburtskräfte und deren positive Verstärkung durch Atmung und Bewegung. Beim Austausch über die Herausforderungen und die Planung der ersten Zeit nach der Geburt berücksichtigen wir die Vorbereitung und Einbeziehung der Geschwisterkinder.

Sonntag 11:00–18:00 Uhr
25. August, 6. Oktober, 17. November

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

Kostenübernahme durch Krankenkasse
Partner*in zahlt 58,00 € (bei Anwesenheit)

Anmeldung SMS: 0174 9156 143
saskiaboehm7@gmail.com



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 2024
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!

jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat
19:00–20:30 Uhr
1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
Samira Heyne, Hebamme
kostenloses Angebot, ohne Anmeldung

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!



every 2nd–4th Monday of the month
19:30–21:00 h.
1st floor of Kiezoase, Barbarossastraße 65
free of charge, no registration needed
Info: marta.palombo@pfh-berlin.de

Traumatische Geburt – Gesprächsgruppe für Eltern

Die Erinnerung an die Geburt deines Kindes belastet dich. Sie verlief ganz anders als du sie dir vorgestellt hast. Unter der Geburt hattest du irgendwann das Gefühl nicht mehr selbst entscheiden zu können, was mit deinem Körper passiert. In der Gruppe könnt ihr einander zuhören und euch über Herausforderungen im täglichen Leben und in der Bindung zu euren Babys austauschen.

Gesprächsgruppe 2. und 4. Mittwoch im Monat
jeweils 13:00–14:30 Uhr

1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
Marta Palombo, Doula, kostenloses Angebot
Teilnahme nach Vorgespräch

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

Andrea Dietter-Schnellen, Hebamme
Finanzierung über die Krankenkasse

Anmeldung Tel. 0163 9873 364
andreadietter@web.de



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
Spiegelsaal, R054, Haus 2b
Karl-Schrader-Str. 7/8
Samira Heyne, Hebamme
kostenloses 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
in room 054, Haus 2b
Karl-Schrader-Str. 7/8
Marta Palombo, doula and yoga teacher
marta.palombo@pfh-berlin.de
no registration needed, free of charge

Offener Treff „Komm vorbei!“

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

montags und donnerstags
9:30–12:00 Uhr (Gleitzeit)
1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
kostenloses Angebot, ohne Anmeldung

Erste Hilfe bei Kindern

im Säuglings- und Kleinkindalter, Kurs à 4,5 h.

Samstag, 26. Oktober
Samstag, 16. November
10:00–14:30 Uhr
Café Kiezoase, Barbarossastraße 65
Tara Rödel, 50 (30) € pro Person, Paare 80 €
Anmeldung
Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Fit mit Baby

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

1. Kurs: dienstags 10:00–11:30 Uhr
Beginn: 10. September
2. Kurs: donnerstags 10:00–11:30 Uhr
Beginn: 5. September
Je nach Wetter im Kleistpark oder in der Motz-
straße (auch Hybrid möglich)
Katherine Finger, Gesundheitspsychologin
10 Termine 50 (30) €
Anmeldung:
Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

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 Schwangere sind willkommen!

2. und 4. Montag des Monats
16:00–17:30 Uhr
1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
Myrtó Iatrou, Trage-, Still- und Schlafberaterin
kostenloses Angebot, ohne Anmeldung

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. Der Vormittag endet mit einer Singrunde.

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

Anna Tesch
Kosten: 30 (20) € monatlich
Anmeldung Infobüro

für Kinder ab 10 Monate
dienstags und freitags 10:00–12:00 Uhr
fortlaufende Gruppe
1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65

Angela Rauscher, Astrid Lukawsky
60 (35) € monatlich
Anmeldung Infobüro

Infos und Austausch für werdende und junge Eltern

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 15075659



Elternsalon

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

Qual der „Schulwahl“ Grundschule

Montag 16. September
18:30–20:30 Uhr



Neurodiversität – Was braucht mein Kind mit ADHS?

Montag 14. Oktober
18:30–20:30 Uhr

Qual der Schulwahl Oberschule

Montag 18. November
18:30–20:30 Uhr
Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

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



Kostenloses Angebot im Rahmen
des Projektes ElternChanceN

Kitaplatzsuche – Infos und Beratung

Ihr habt Fragen zum Thema Kitaplatzsuche, sucht Informationen und Orientierung oder braucht Hilfe bei der Antragstellung? Meldet euch gerne, wir vereinbaren einen individuellen Gesprächstermin in der Kiezoase.



Anna Tesch, Sozialpädagogin
0151 15075659
anna.tesch@pfh-berlin.de

kostenloses Angebot im Rahmen
des Projektes ElternChanceN



Wie geht's weiter nach der Elternzeit?

4-teilige 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.



samstags von 10:00–14:00 Uhr
Termine: 12./26. Oktober, 9./23. November
Leitung: Marianne Konermann
Teilnahme ist kostenlos
Info zu konkretem Ort kommt per E-Mail.
Anmeldung:
Infobüro und www.kiezoase.de (yolawo)

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 28. September, 10:00–17:00 Uhr
Samstag 16. November, 10:00–17:00 Uhr
Freiwilligentreff, Barbarossastr. 65
die Teilnahme ist kostenlos
Julia Stefanski, Systemische Coachin
Anmeldung:
Infobüro und www.kiezoase.de (yolawo)

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

Alleinerziehend ?!

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



monatliche Treffen
1. Samstag des Monats
10:00–13:00 Uhr
Café Kiezoase, Barbarossastraße 65
Nur mit Anmeldung, bitte über das Infobüro

NEU 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.

Samstag 14. September, 10:00–13:00 Uhr
Samstag 28. September, 10:00–14:00 Uhr
Teilnahmegebühr:
35 € pro Familie, ermäßigt 20 €
Leitung: Nele Gräber, www.nelegraeber.com
Anmeldung:
Infobüro und www.kiezoase.de (yolawo)



Gesprächsgruppe für psychisch belastete Eltern

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.

jeden 2. und 4. Freitag des Monats
von 13:30–15:00 Uhr

im 1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
Beginn/ Kennenlernertermin: 11. Oktober

Kontakt und Anmeldung:
anna.tesch@pfh-berlin.de,
030 21730 203
0151 15075659

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

Eltern-Kind-Kurse nach Emmi Pikler

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

für Kinder von 3–6 Monaten

1. Kurs, freitags 09:30–10:30 Uhr

2. Kurs, freitags 11:00–12:00 Uhr

Beginn: 6. September

Café Nebenraum, Barbarossastraße 65

Andrea Lindner, 6 Termine, 48 (33) €

für Kinder von 7–12 Monaten

3. Kurs, mittwochs 09:30–10:30 Uhr

4. Kurs, mittwochs 11:00–12:00 Uhr

Beginn: 11. September

1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65

Daniela Kurtz, 6 Termine, 48 (33) €

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

NEU

„Und wo bleibe ich?“ –

Begleitete 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.



Die Gruppe wird psychologisch begleitet.

1. und 3. Freitags des Monats
13:00–14:30 Uhr

im 1. Stock der Kiezoase
Barbarossastraße 65

Kontakt und Anmeldung:
anna.tesch@pfh-berlin.de
030 21730 203
0151 15075659

Babymassage

Welche Bedürfnisse zeigt mein Baby? Babysignale wahrnehmen; Berührung mit Respekt®.

Die Babymassage ist ein Weg um liebevolle Berührung zu erfahren und zu geben.

Alter der Kinder bei Kursbeginn 4–6 Monate

dienstags 14:45–16:15 Uhr

1. Kurs: 3. September–15. Oktober

2. Kurs: 5. November–17. Dezember

jeweils 7 Termine, 53 (35) €

1. Stock der Kiezoase
Barbarossastraße 65

Nora Hammer, Angela Rauscher

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

Online-PEKiP®

PEKiP begleitet dich und dein Baby mit Spiel- und Bewegungsanregungen. Der Fokus liegt ganz auf deinem Baby und dir. In der PEKiP-Gruppe hat dein Baby zudem die Möglichkeit, seine neu gewonnenen Fähigkeiten und seinen Forschergeist auszuprobieren – In einer vertrauensvollen Atmosphäre gibt es auch die Zeit, sich mit anderen Eltern auszutauschen und voneinander zu lernen.

für Kinder, die im Juni/Juli/Aug 2024
geboren wurden
freitags 9:30–10:30 Uhr

11. Oktober–13. Dezember 2024
8 Termine: 64 (44) €

Digitales Angebot
Christine Scherzinger, PEKiP-Kursleiterin

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

Spieltreff für Kinder mit dem Down-Syndrom

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

für Kinder von 1–6 Jahren
1. und 3. Montag im Monat, 16:00–17:30 Uhr
1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
www.downsyndromberlin.de
Anmeldung: info@down-syndromberlin.de



SPIEL- und BEWEGUNGSRaum

für Kinder von 12–18 Monaten

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

1. Kurs: für Kinder von 7–12 Monaten
donnerstags 12:30–13:45 Uhr

2. Kurs: für Kinder von 12–18 Monaten
donnerstags 14:00–15:15 Uhr

Beginn: 5. September
1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65

10 Termine, 50 (30) €
Leitung: Myrtó Iatrou

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

Filina – Singen und Musizieren für die Jüngsten

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

1. Kurs: für Kinder von 1–1,5 Jahre
mittwochs 15:30–16:30 Uhr
Beginn: 11. September

2. Kurs: für Kinder von 1,5–2 Jahre
donnerstags 16:30–17:30 Uhr

Beginn: 5. September
1. Stock der Kiezoase, Barbarossastr. 65

Astrid Lukawsky
10 Termine 50 (30) €

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

NEU Sporttreff für Väter

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



Offenes Angebot
mittwochs von 10:00–11:30 Uhr
Beginn: 11. September
bei gutem Wetter im Kleistpark, sonst in der
Motzstraße (auch hybrid möglich)
kostenloses Angebot
Anmeldungen jeweils bis 9:00 Uhr
per Nachricht an
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 des Monats mit Daniel

Kinder von 1,5–2,5 Jahre und ihre Väter
am 1. und 3. Dienstag des Monats
mit Christoph und Tobias

jeweils 16:30–18:00 Uhr
1. Stock der Kiezoase, Barbarossastraße 65
kostenloses Angebot, ohne Anmeldung
Kontakt: schoenebergerpapas@gmail.com

Gemeinsam singen

Im Kreis singen Eltern und Kinder gemeinsam mit Gitarrenbegleitung Kinderlieder-Klassiker.

donnerstags
Beginn: 5. September
1. Kurs: 2,5–3,5 Jahre, 15:45–16:30 Uhr
2. Kurs: 3–5 Jahre, 16:45–17:30 Uhr
Musiksaal, R 202, Haus 1,
Karl-Schrader-Str. 7/8
Bernhard Trautwein
10 Termine 50 (30) €
Anmeldung:
Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Turnen für Kinder mit Müttern und Vätern

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

1. Kurs 2–3 Jahre
montags 15:45–16:45 Uhr
2. Kurs 3–4 Jahre
montags 16:45–17:45 Uhr
Beginn: 9. September
Bernhard Trautwein

3. Kurs 2–4 Jahre
dienstags 15:45–16:45 Uhr
4. Kurs 3–4 Jahre
dienstags 16:45–17:45 Uhr
Beginn: 10. September
Ann-Marie Kexel

5. Kurs 3–4 Jahre
freitags 15:45–16:45 Uhr
6. Kurs 2–3 Jahre
freitags 16:45–17:45 Uhr
Beginn: 6. September
Bernhard Trautwein

Alle 6 Turnkurse in der Turnhalle, R 003,
Haus 1, Karl-Schrader-Straße 7/8
10 Termine 50 (30) €
Anmeldung:
Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

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: 5. September mit Goran Divkovic
2. Kurs 3–5 Jahre
freitags 17:45–18:45 Uhr
Beginn: 6. September
mit Andreas Stapf und Sebastian Grups
Turnhalle, R 003, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8
10 Termine, 25 (15) €
Anmeldung:
Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Sportspiele für Kinder & Erwachsene

Gemeinsames Training, Spaß und Spiel stärken den Bewegungsapparat und die Körperwahrnehmung bei Groß & Klein. Familiäres Miteinander und Kommunikation werden gefördert. Erwachsene machen mit!

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

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

Beginn: 11. September
Turnhalle, R 003, Haus 1
Karl-Schrader-Str. 7/8

Katherine Finger
10 Termine 50 (30) €

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

Inklusiver 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.

Eltern von Kindern mit Behinderung bitten wir um vorige Absprache mit Angela Rauscher, Kontakt siehe Seite 7.

1. Kurs 4–6 Jahre
dienstags 15:45–16:30 Uhr

2. Kurs 6–9 Jahre
dienstags 16:45–17:30 Uhr

Beginn: 10. September
Spiegelsaal, Raum 054, Haus 2b
barrierefrei zugänglich
Karl-Schraderstr 7/8

6 Termine 30 (18) €

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

Töpfern für Eltern und Kinder

Für Kinder von 4–10 Jahren mit ihren Eltern

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

mittwochs 15:45–17:15 Uhr
Beginn: 9. Oktober

Raum 252, Haus 2b,
Karl-Schrader-Straße 7/8

Jeanine Fornaçon
6 Termine

Erwachsene 69 (45) €
Kinder 21 €

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

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

Pappmaché: Fabelhafte Märchenwesen

NEU

Pappmachékurs für Eltern und Kinder von 5–7 Jahre
Gemeinsam tauchen wir ein in die Welt der Märchen und kreieren unsere eigenen Zauberwesen, Elfen, Trolle und fabelhafte Tiere. Erwachsene und Kinder arbeiten hier Seite an Seite und werden gemeinsam kreativ.

dienstags 16:00–17:30 Uhr
10./ 17./ 24. September

Raum 252, Haus 2b im PFH,
Karl-Schrader-Str. 7/8

15 € Erwachsene, 9 € Kind
Leitung: Julia Stefanski

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

Yoga für Kinder

Eine verspielte und lustige Yoga-Stunde, die Bewusstsein für den Körper und Gelassenheit für den Geist fördert. Kinder 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: 9. September
Spiegelsaal, R 054, Haus 2b,
Karl-Schrader-Str. 7/8

Anna Sciré, Yogalehrerin
10 Termine 50 (30) €

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

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

Greta Schuster
10 Termine 50 (30) €

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

Sonntagsausflüge für Alleinerziehende

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



sonntags 10:00–12:00 Uhr
29. September, 20. Oktober,
17. November, 1. Dezember.

kostenloses Angebot
mit Wildnis- und Naturbegleiterin
Ann-Morla Meyer
in Kooperation mit der Stiftung Naturschutz
Berlin

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

Nachmittage am Lagerfeuer

für Väter und ihre Kinder von 0–6 Jahren

Hier können Väter und ihre Kinder gemeinsam Zeit im Wald verbringen, auf Entdeckungsreise gehen, Holz sammeln und Feuer machen. Erwachsene und Kinder können dabei Achtsamkeit in der Natur spielerisch erfahren und erlernen.



Sonntag 13. Oktober, 14:30–17:30 Uhr
Sonntag 24. November, 12:00–15:00 Uhr
Sonntag 15. Dezember, 12:00–15:00 Uhr

in Bernau
die Teilnahme ist kostenlos
mit Naturbegleiter und Wildnispädagoge
Philipp Leuschner (www.philipp-leuschner.de)

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



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, Barbarossastr. 65, 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 Kiezoase, Barbarossastraße 65

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.

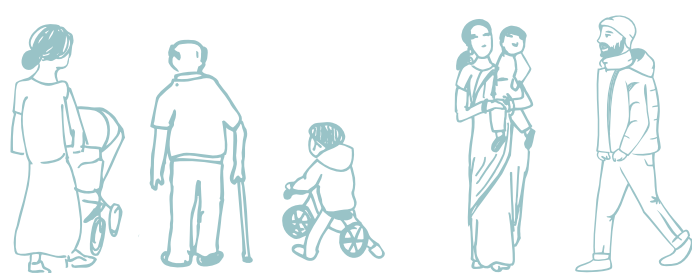


Minden hónap 1. és 3. péntek délutánján

16:00–18:00 óra között.

Kiezoase, Barbarossastraße 65. / 1. emelet

bobitacsoportberlin@gmail.com



MaMis en Movimiento e.V.

„Ich drücke meine Emotionen auf Spanisch aus“
Der Workshop bietet eine sichere und warme Umgebung,
um andere spanischsprechende Kinder durch Spiele,
Geschichten, Gruppendynamik, manuelle Arbeiten und
Rollenspiele kennenzulernen.

3 bis 6 Jahre

freitags 16:00–18:00 Uhr

Aula, R104, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8

mem.schoeneberg2@gmail.com

Spielgruppe für hochbegabte Kinder mit ihren Eltern

Wir treffen uns monatlich in gemütlicher Runde zum Brett-
spielen. 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, Barbarossastraße 65

afrodeutsche.spielgruppe@gmx.de



Experimentelles Malen

Gemeinsam verschiedene Maltechniken ausprobieren.
Ohne Vorkenntnisse.

mittwochs 15:00–17:00 Uhr

Beginn: 11. September

Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG

Ulla Hahn, Künstlerin

10 Termine, 110 (70 €)

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Offenes Atelier

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

freitags 14:00–17:30 Uhr

Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG

Elisabeth Ahrens, Tel: 0178 8014 783

Anmeldung: telefonisch

ca. 18 € pro Monat je nach Gruppengröße

NEU 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

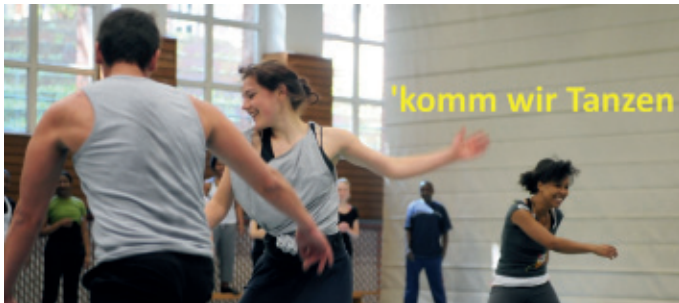
Beginn: 5. September, 10 Termine 40 (25) €

Raum 104, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8

Leitung: Lenah Strohmaier, Choreografin

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)



Feldenkrais Bewusstheit durch Bewegung

Mit neuen Bewegungsmöglichkeiten die ursprüngliche Beweglichkeit wiederentdecken.

dienstags 9:00–10:00 Uhr

Spiegelsaal, R 054, Haus 2b,

Karl-Schrader-Str. 7/8

Fortlaufender Kurs

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: 5. September

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

Heike Schmidt, Feldenkrais-Pädagogin

10 Termine, 75 (50) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Hatha Yoga

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

dienstags 18:15–19:30 Uhr

Beginn: 24. September

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

Gudrun Plato, Yogalehrerin

10 Termine 75 (50) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

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

Fortgeschrittene „plus“
dienstags 20:00–21:30 Uhr

Beginn: 10. September
Musiksaal, R 202, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8
12 Termine, 96 (60) €

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

Rueda Fortgeschrittene
montags 20:00–21:30 Uhr

Beginn: 9. September
Musiksaal, R 202, Haus 1, Karl-Schrader-Str. 7/8
10 Termine, 80 (50) €

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
Spiegelsaal, R 054, H 2b, Karl-Schrader-Str. 7/8,
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, Barbarossastraße 65
Teilnahme kostenlos
Marianne Adam
Tel. 4701 4772

Stricken ist »in«!

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

mittwochs 10:00–12:00 Uhr
freitags 18:00–20:00 Uhr
Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65
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
Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG
Gitta Schierenbeck, Schreibdozentin
Anmeldung:
gitta@schreibcollagen.de, Tel. 3730 2955

Kiezoasensor

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

mittwochs 17:00–18:30 Uhr

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

Beginn: 11. September, 10 Termine 40 (25) €
Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Ukulele Spielkreis

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

donnerstags 18:00–20:00 Uhr

Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Kontakt: g-heide@arcor.de

Spenden für Raumnutzung, Kopien
willkommen

Die Alternative

Türkische klassische Musik

sonntags 18:30–21:30 Uhr

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

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, Barbarossastraße 65

Reza Soltani

Tel. 0163 8049 296

Iranischer Rentnerclub

freitags 18:00–22:00 Uhr

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Herr Koohgilani

Tel. 4033 942

Theosophische Gesellschaft

Studien vergleichender Religionen und Philosophien.

Offene Gruppe

2. und 4. Montag des Monats

19:00–21:00 Uhr

Café Kiezoase, Barbarossastraße 65

Herr Fredrich

Tel. 4954 475

Französische 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, Barbarossastraße 65

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

Reisestammtisch für Frauen

Ihr seid gerne in der Welt unterwegs und möchtet euch über
Themen rund ums Reisen austauschen?
Dann seid ihr hier richtig!

Kennenlernermin:

Mittwoch, 16. Oktober 2024, 19:00–21:00 Uhr

Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

Info und Anmeldung: elke@tt-advance.de

Weitere Treffen werden per Aushang bekanntgegeben. Die
jeweiligen Themen legen wir gemeinsam fest.

NEU

Beratung zum Thema Psychotherapie

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

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

Selbsthilfegruppen Depression und Einsamkeit

Erfahrungsaustausch unter Betroffenen. Alle Geschlechter und Altersgruppen sind willkommen.

1. Gruppe: montags 18:30–21:00 Uhr
Gruppe derzeit leider voll. Auf Warteliste setzen lassen über: selbsthilfe.depri@gmail.com

2. Gruppe: dienstags 16:00–17:30 Uhr
Noch Plätze frei, bitte vorher anmelden unter: clang33@gmx.de

Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG
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
Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG
Tel. 0157 7028 1691, Claudia

AA – Anonyme Alkoholiker

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

AI – Anon

Englischsprachige Gruppentreffen für Angehörige von Alkoholiker*innen

1. Gruppe: montags, 12:00–13:00 Uhr
Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG
2. Gruppe: mittwochs, 19:00–20:30 Uhr
vor Ort: Barbarossastraße 64, Seitenflügel rechts, EG oder hybrid als Telefonkonferenz:
Tel. 030 5201 4351, Zugangscode: 733350#

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 an eine Mail an: kiezoase@pfh-berlin.de

Sie haben Ideen oder Fragen, wollen selbst aktiv werden? Kommen Sie gern auf uns zu:

Angebote und Engagement Ü60
Gertraude Langbehn, Tel. 01511 5075 666
gertraude.langbehn@pfh-berlin.de

Generationenübergreifende Angebote/ Mobile Stadtteilarbeit
Jörn Brensell, Tel. 0151 1507 7478
joern.brensell@pfh-berlin.de

Weihnachtsfest der Senioren und Seniorinnen

Herzliche Einladung zu unserer Weihnachtsfeier im adventlich geschmücktem Café. Bei Kaffee und Kuchen und einem kleinen Programm wollen wir einen fröhlichen Nachmittag verbringen. Kuchenspenden und Programmbeiträge sind ebenso willkommen. Teilnahme gegen Spende, zur besseren Planung bitte anmelden.

Freitag, 13. Dezember
15:00–18:00 Uhr
Im Café der Kiezoase
Anmeldung Infobüro

Wohnschulseminar

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



jeweils Samstag 14:00–ca. 17:00 Uhr
7./14./21./28. September
5./12./19. Oktober

8 Termine, 90 (55) €
Exkursion Mittwoch 16. Oktober
Dozentin Dr. Bettina Held
Spiegelsaal, Raum 054, Haus 2b,
Karl-Schraderstr 7/8

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

Der große Cut Gesprächsgruppe rund um den Renteneinstieg

Den Abschied aus dem Berufsleben gestalten – die neue Lebensphase offen und neugierig angehen.

Gesprächsgruppe für Menschen 55+, die sich dazu austauschen möchten oder Lust auf Kontakt haben.

Monatliche Treffen, nach Vereinbarung
ab 18:00 Uhr

Ort und aktuelle Termine bitte erfragen.

Anmeldung Infobüro

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, Barbarossastraße 65

Anmeldung Tel. 3250 0851

Angebot der Kontaktstelle PflegeEngagement
Nachbarschaftsheim Schöneberg

Gut vorgesorgt?

Claudia Rey vom Cura Betreuungsverein informiert über Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung. Mit Zeit für Fragen.
<https://cura.nbhs.de/>

Mittwoch, 16. Oktober
11:00–13:00 Uhr
Im Café der Kiezoase
Claudia Rey
kostenfrei, gegen Spende
Anmeldung Infobüro

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
14:00–17:00 Uhr

Freiwilligentreff und Café der Kiezoase

kostenlos, 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.



Gruppe für Neueinsteiger*innen

montags 14:00–15:00 Uhr
im Café – Nebenraum

Gruppe für Fortgeschrittene,

donnerstags 11:00–12:00 Uhr
Nachbarhaus B 64, Innenhof rechts, EG

iPhone-Lerngruppe

Vorkenntnisse notwendig
dienstags 11:00–12:00 Uhr
Nachbarhaus B 64, Innenhof rechts, EG

Alle Angebote gegen Spende
Hugo Kargin, kiezoasedigital@pfh-berlin.de

Wir sind Erfahrungsort vom Digitalpakt
www.digitalpakt-alter.de/

Yoga und Qigong im Sitzen

Leichtes Training für weniger bewegliche Menschen

dienstags 12:30–13:30 Uhr

Beginn: 10. September

Spiegelsaal, R 054, Haus 2b,

Karl-Schrader-Str. 7/8

Natalia Klug, Yogalehrerin

10 Termine, 50 (30) €

Anmeldung:

Infobüro & www.kiezoase.de (yolawo)

Hockergymnastik

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

montags 11:00–12:00 Uhr

Café Nebenraum, Barbarossastraße 65

Jutta Pursch

2 €, ohne Anmeldung

Donnerstagsgruppe 70+

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

donnerstags 11:00–13:00 Uhr

Café Nebenraum, Barbarossastraße 65

Gertraude Langbehn, Jutta Pursch

kostenlos, ohne Anmeldung

Skat-Runde

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

donnerstags 14:00–17:00 Uhr

Freiwilligentreff, Barbarossastraße 65

kostenlos, Anmeldung Infobüro

Spielenachmittag für Erwachsene

Kartenspiele, Brettspiele oder sonstige Spiele ...

Gemeinsam spielen im Café der Kiezoase.

Auch eigene Spiele können mitgebracht werden.

immer donnerstags, 15:00–18:00 Uhr,

im Café der Kiezoase, Barbarossastraße 65;

kostenlos; weitere Infos über das Infobüro

Gemeinsam kochen

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

Termine:

26. September, 17. Oktober, 21. November,

12. Dezember

15:30–19:30 Uhr,

Lehrküche des PFH, Haus 4, im Souterrain

Anmeldung und Infos:

Tel. 0151 15 07 74 78

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, Barbarossastraße 65
Maxi Juhnke
kostenlos, bitte Anmeldung

„Quo Vadis – Auf ein Neues“

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

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

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, kostenlos
Anmeldung und Infos: Tel. 0151 1507 7478
joern.brensell@pfh-berlin.de
oder über das Infobüro der Kiezoase

Flott gehen – sich gemeinsam bewegen

Gruppe im Aufbau
Einmal im Monat gemeinsam Spaziergehen. Bewegungsorientiert. Infos folgen

kostenlos
Treffpunkt: Café der Kiezoase
Kontakt bei Interesse und für Anmeldung:
Jörn Brensell, Tel. 0151 1507 7478
joern.brensell@pfh-berlin.de

Tischtennisgruppe

60 plus und generationenübergreifend
Tischtennis spielen mit Spaß, mehr miteinander als gegeneinander, über den Kiez quatschen ...

dienstags 18:00–20:00 Uhr
Gemeindehaus, An der Apostelkirche 1 / Ecke
Kurfürstenstraße, 10783 Berlin, großer Saal im
ersten OG
kostenlos
Eine Kooperation der Kiezoase mit der
Zwölf-Apostel-Gemeinde.
Anmeldung und Infos:
Jörn Brensell, Tel. 0151 15 07 74 78,
joern.brensell@pfh-berlin.de

Rikschaausleihe 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 der Rikscha von fLotte Berlin oder organisieren eine Rikschafahrt.

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





Nachbarschafts- und Familienzentrum Kurmark!

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



Inhalt

Angebote für die Nachbarschaft	54
Veranstaltungen	55
Beratung	59
Angebote für Familien	63
Kurse	64
Offene Angebote	66
Angebote für Erwachsene	68
Kurse	68
Offene Angebote	69
Initiativen	71



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
Einrichtungen sind aktuell aber nur an ihren
Hauptstandorten erreichbar.



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

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



Amt für Soziales
Tempelhof-Schöneberg

Öffnungszeiten

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

Kontakt

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

Ansprechpartnerinnen

Raoudha Ben Abdallah, Nina Robbrecht,
Ioanna Liakou, Lena Kriege, N.N.
Leitung: Jutta Husemann

Kontoverbindung

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

Folge uns auf Instagram:
nachbarschaftszentrum_kurmark



Schließzeit

5. – 23. August
4. Oktober
23. Dezember 2024 – 1. Januar 2025

Verkehrsverbindungen
Nollendorfplatz / Bülowstraße
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!

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 Polnisch. Kostenfrei zum Mitnehmen, Tauschen und Verschenken.

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

Mittagstisch

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

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

Brotspende vom Gragger Bäcker

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

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

Trinkwasser – Refill Station – Free tap water

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 und der Luther-Kirchengemeinde laden wir erwachsene Menschen in die Berliner Stadtnatur ein.

Gemeinsam mit Naturbegleiter Philipp entdecken und entspannen wir im Grünen. Mit anschließender Kaffeetafel.



stiftung
naturschutz
berlin

Donnerstag, 12. September
13:30–15:00 Uhr

Treffpunkt:
Luther-Gemeinde
Bülowsstraße 71–72

kostenfrei
Anmeldung:
Tel. 2579 7538, 0151 1885 3178



Teestunde für Frauen

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

Mit wechselnden Referent*innen zu aktuellen Themen.

Ansprechpartnerin:

Ioanna Liakou

Termin bitte erfragen!

kostenfrei – Spenden willkommen
ohne Anmeldung

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!

Bilinguale Sprachförderung

Was können Eltern tun, um die mehrsprachige Entwicklung ihrer Kinder zu unterstützen? Haben Sie Fragen rund um das Thema „zweisprachige Erziehung“? Dann laden wir Sie herzlich zu unserer Informationsveranstaltung ein!

Ansprechpartnerin:

Ioanna Liakou

Mittwoch, 23. Oktober, 16:30–18:30 Uhr

Anmeldung bis 16. Oktober unter:

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



Ausflug zum Naturpark Südgelände

Wir möchten ausfliegen! Dazu laden wir Sie herzlich ein, gemeinsam mit uns in den Naturpark Südgelände (am S-Bahnhof Priesterweg) zu kommen! Spazieren, Erkunden, Picknick und Spielen. Für Erwachsene und Familien.

Mittwoch, 25. September

14:00–18:00 Uhr

Information und Anmeldung:

Tel. 2579 7538

12. Berliner Familiennacht „Kultur erleben – Familien stärken“

Kultur prägt uns und wir schaffen Kultur: ob in Musik, Sport, Bräuchen und Traditionen oder der Kunst. In der Kurmark widmen wir uns dieses Jahr den bildenden Künsten und werden kreativ! Für Kinder von 3–5 Jahren.

Samstag, 12. Oktober

17:00–19:00 Uhr

kostenfrei – Spenden willkommen
mit Anmeldung

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 und euch austauschen, kennen lernen und Fragen stellen! Einfach vorbeikommen!

Mittwoch, 21. August

Mittwoch, 11. Dezember

10:30–12:00 Uhr

im Familienzentrum

INA Kindergarten Bülowstraße

Mittwoch, 16. Oktober

10:30–12:00 Uhr

im Nachbarschafts- und Familienzentrum
Kurmark

kostenfrei – Spenden willkommen
ohne Anmeldung

Flohmarkt rund ums Haus

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

Samstag 7. September, 14:00–17:00 Uhr

Anmeldung:

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

Laterne, Laterne – wir feiern den Herbst

Laternenbasteln für und mit den Allerkleinsten. Die Plätze sind begrenzt, daher bitte anmelden! Für Eltern mit Kindern von 6–18 Mon.

Laternenbasteln

Mittwoch, 6. November, 15:00–16:30 Uhr

Laternenlaufen

Freitag, 8. November, 16:30–18:00 Uhr

kostenfrei – Spenden willkommen

Anmeldung:

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

Adventskranz – Basteln

Wir laden Sie zum gemeinsamen Basteln von Adventskränzen ein – in besinnlicher Atmosphäre bei Tee, Kaffee, Spekulatius und Lebkuchen.

Wir stellen Kränze und Tanne zur Verfügung. Individuelle Dekoration bitte mitbringen. Alle sind willkommen!

Freitag, 29. November, 14:00–17:00 Uhr

kostenfrei – Spenden willkommen

Anmeldung:

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

Winterwichtelfest

Wir stimmen uns auf den Winter ein mit gemeinsamen Singen, Basteln und Plätzchen naschen. Einfach vorbeikommen!

Dienstag, 10. Dezember

16:00–18:00 Uhr

kostenfrei – Spenden willkommen

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

16:00–18:00 Uhr

Karl-Heinz Dubrow, Energieberater
kostenfrei

Anmeldung:

Tel. 2579 7538

kurmark@pfh-berlin.de

NEU

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
14:00–15:00 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, 14:30–17:30 Uhr

Arabisch, Deutsch, Türkisch
Raoudha Ben Abdallah und Kolleg*innen

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

Pflegestützpunkt Schöneberg – offene Sprechstunde

Informationen und Beratung rund ums Alter und Pflege für Kinder und Erwachsene, z.B. Wohnungsanpassung, Pflegegrad, Mobilitätshilfe, häusliche Unterstützung und Nachbarschaftshilfe. Für Betroffene, Angehörige und Interessierte. Unabhängig und verbraucherorientiert.

Bei Bedarf vermitteln und koordinieren wir notwendige Unterstützungsangebote, klären die Finanzierung und helfen bei der Antragsstellung. Auch auf Türkçe (Türkisch) und mit Übersetzung möglich.

4. Mittwoch im Monat, 13:00–14:30 Uhr

Beraterin: Serap Yagci, kostenfrei

Beratung zur Arbeitssuche

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

In einem persönlichen Gespräch erhalten Sie:

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

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

Offene Sprechstunde für Arbeitsuchende und Interessierte

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

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

Dienstag, 1. Oktober
9:00–11:00 Uhr

Claudia Schult, Caroline Krüger
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

NEU

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: Ausländer- 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.

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

Jan Bornkessel, Rechtsanwalt
kostenfrei

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

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

NEU

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

Lernclub

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

montags, dienstags, donnerstags
16:00–18:00 Uhr

Daria Rozensheyn, 5 € pro Monat
Anmeldung:
Tel. 2579 7538, kurmark@pfh-berlin.de

Gadka Szmata

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

Beikostcafé

Wir treffen uns und bereiten erste Mahlzeiten für die Kleinen zu. Ausprobieren, kosten und kennen lernen!

Freitag, 27. September
Freitag, 15. November
11:00–12:30 Uhr

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

NEU

Beikost – Breikost!? (Online)

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

Mittwoch, 18. September
Mittwoch, 13. November
9:00–10:30 Uhr

Simone Logar, Hebamme
5 (2) €

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

Erste Hilfe am Kind

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

Freitag, 20. September
Freitag, 6. Dezember
10:00–14:30 Uhr

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

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

(Ab-)Stillen – Bye Bye Milch oder doch nicht?

Wir tauschen uns aus rund um das Thema: Stillen und Arbeitsbeginn, Stillen und Alltag. Muss ich abstillen, wenn mein Kind eingewöhnt wird? Wie funktioniert das nächtliche Abstillen? Was mache ich, wenn ich bereit bin aber mein Baby noch nicht?

Mittwoch, 11. September
Mittwoch, 20. November
12:30–14:00 Uhr

Simone Logar, Hebamme
5 (2) €

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

Rymowanki Rozwijanki – auf Polnisch

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

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

2. Kurs 3–5 Jährige
montags 17:00 Uhr

Anna Kucharska
10 Termine, 50 (30) €

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



Polnisch für Kinder- Zerówka Polski dla dzieci

Zapraszamy na zajęcia z języka polskiego dla dzieci wychowanych w środowisku dwu – i wielojęzycznym!

Obok polskich zabaw i piosenek także nauka czytania i pisanie po polsku.

1. Kurs 5–6 Jährige
montags 16:00 Uhr

2. Kurs 6–9 Jährige
montags 17:00 Uhr

Dagmara Korona-Stahl
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 interessiert die Umgebung und die Eltern lernen sich kennen. Einfach vorbeikommen!

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

Familiencafé mit Waffelverkauf

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

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

Mütter-Baby-Treff

Offene Gruppe für Babys bis zu 6 Monaten zusammen mit 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.



stiftung
naturschutz
berlin

Donnerstag, 26. September
15:30–17:00 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 € Monat

Upcycling Nähkurs

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

donnerstags 18:00–20:00 Uhr
ein zweiter Kurs ist in Planung

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.

freitags 11:30–12:30 Uhr
Carolyn Gremm
10 Termine, 40 (20) €
Anmeldung:
Tel. 2579 7538
kurmark@pfh-berlin.de

Sprachcafé am Vormittag

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

Sprachniveau ab 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
liakou@pfh-berlin.de

Qi Gong – offene Gruppe

Für Erwachsene jeden Alters

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

mittwochs 14:30–15:30 Uhr
Jutta Husemann
4 (2) € pro Termin
ohne Anmeldung

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 11:00–12:30 Uhr

Anmeldung:

Tel. 2579 7538

kurmark@pfh-berlin.de

kostenfrei, Spenden willkommen

Freies Malen und Zeichnen für Erwachsene

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

Keine Vorkenntnisse nötig.

Offene Gruppe, einfach vorbeikommen.

1. Mittwoch im Monat

13:00–15:00 Uhr

kostenfrei, ohne Anmeldung

Spenden willkommen

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

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

Gerti Grabow

kostenfrei, ohne Anmeldung

Spenden willkommen

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 18:30 Uhr

Kontakt: 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: Amna Elshafia

amna9@yahoo.de

Tel. 0176 4146 8059





Steinmetz

Nachbarschafts- und
Familienzentrum
Mehrgenerationenhaus

Inhalt

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

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





Nachbarschaftszentrum Steinmetz

Mehrgenerationenhaus



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander – Füreinander

gefördert durch
Jugendamt des Bezirks
Tempelhof-Schöneberg

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

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

Treffpunkt, Bildung und Beratung für den Bülowkiez
Steinmetzstraße 67/68
10783 Berlin
Tel. 2360 8688

Unsere Öffnungszeiten

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

Ansprechpartner*innen

Inga Backofen, Annika Schulze
Khalil Mustafa
Leitung: Hamad Nasser
Tel. 030 2360 8688
steinmetz@pfh-berlin.de

Für das Förderprogramm Mehrgenerationenhaus:

Annika Schulze
Tel. 030 2360 8688

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



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



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
Stadtteilmutter Nada Al-Khateeb
Anmeldung Tel. 2360 8688

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

freitags 10:00–14:00 Uhr
Gudrun Rein, Annika Schulze
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 Pehm
kostenfrei, Spende erwünscht
Anmeldung unter E-Mail:
steinmetz@mailbox.org

Väter im Zentrum

Das Väternetzwerk im Nachbarschaftszentrum besteht seit 19 Jahren im Schöneberger Norden. Seit Oktober 2023 wird der Bereich Väterarbeit des NFZ Steinmetzstr. von der Senatsverwaltung für Familie, Bildung und Jugend gefördert. 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 12:00–14:00 Uhr

Vater-Kind-Gruppe

freitags 15:00–18:00 Uhr

Väter-Forum

samstags 14:00–16:00 Uhr

Khalil Mustafa

Anmeldung Tel. 2360 8688

GEFÖRDERT DURCH

Senatsverwaltung
für Bildung, Jugend
und Familie

BERLIN



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 Uhr im NBZ Steinmetz

Quartiersrat

03. Juli, 04. September, 02. Oktober,

06. November, 04. Dezember

Stammtisch

jeweils am Mittwoch eine Woche vor dem

QR-Termin um 19:00 Uhr

AG Wärmewende des Quartiersrates

15. Juli, 19. August, 16. September, 21. Oktober,

18. November, 16. Dezember

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 11:00–13:00 Uhr
N. N., 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 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

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
Umar Botashev
Kostenfrei, Spende erwünscht

Team Gemeinschaftsgärten

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

Team Nachbarschaftszentrum und
Ehrenamtliche

Tatris-Stickerei am Samstag

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

samstags, 15:00–16:30 Uhr

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,
Marwa Taifour, Manar Albaaj, Ibtisam Alshaib,
Fatima Al Shawaf & 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 466 0 269, 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

Annika Schulze, 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

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

Weihnachtserlebnis

Eure Lieblingszeit des Jahres ist zurück – Weihnachten! Und dieses Jahr haben wir etwas ganz Besonderes für euch vorbereitet, um die Feststimmung auf ein ganz neues Niveau zu heben! Und eine besondere Gelegenheit für Väter mit ihrer Kinder Plätzchen zu backen.

Am 06. und am 20. Dezember, öffnen wir unsere Türen für eine magische Weihnachtswerkstatt, bei der Basteln, Lachen und Gemeinschaft im Mittelpunkt stehen. Lasst eurer Kreativität freien Lauf, während wir gemeinsam wunderschöne Weihnachtsdekorationen herstellen, die eure Herzen zum Leuchten bringen werden und genießt dabei köstliche Leckereien wie hausgemachte Plätzchen, dampfenden Kakao und andere festliche Leckereien.

Wann:
06. und 20. Dezember 2024
von 13:00 bis 17:00 Uhr

Buslinie 94

Einmal im Monat wird der Oldtimer-Doppeldeckerbus der Linie 94 auf dem Vorplatz des Nachbarschaftszentrums halten, um Interessierten eine spannende Lernerfahrung zu bieten. Sie können aus Holz kreative Platten gestalten und dabei ihre handwerklichen Fähigkeiten unter Anleitung der Pädagogin Stella Tete und ihrem Team unter Beweis stellen

Das Event wird zusammen mit dem Verein Linie 94 realisiert, weitere Infos könnt ihr bei uns im Zentrum erfragen oder findet ihr hier: <https://linie94.com/>

VHS-Deutschkurs für Eltern

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

Anmeldung
VHS, Barbarossaplatz 5, 10781 Berlin
montags 13:00–14.30 Uhr
donnerstags 16:45–19:30 Uhr
Keine Anmeldung an Feier- und Ferientagen!
Kursangebot unter
www.vhs-tempelhof-schöneberg.de

Sprachcafé mit Annika

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

donnerstags
13:00–15:00 Uhr
N. N.
Anmeldung Tel. 2360 8688

Kurs für Gastgeber*innen

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

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

Sevillas Tanz (50 Jahre plus)

Lernen Sie vier spanische Tänze aus Sevilla kennen!

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

dienstags 10:00–12:00 Uhr
Carmen Blask
10 € monatlich
Einstieg jederzeit möglich



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 telefonischer Vereinbarung
Tel. 8187 1587

Tina Waleschkowski, 0151 7278 3954
info@schoeneberg-nord.berlin
www.schoeneberg-nord.berlin

Unbezahlbar

Freiwilliges Engagement
In Schöneberg

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

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

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

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

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

ElternChanceN –

Mit Elternbegleitung Familien stärken

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



Weitere Termine und Angebote finden Sie auf der PFH-Webseite.

Ihr/Euer ElternChanceN-Team
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 kostenlose Weiterbildung (ein Vormittag pro Woche, 24 Termine) behandelt u.a. folgende Fragen:

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

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



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

Projektleitung Britta Seidl
Tel. 0177 5947 458
bildungsbotschafter@pfh-berlin.de
Projekt-Büro in der Kiezstube
Steinmetzstraße 22



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 kann ich an die Stadtteilmütter herantreten?

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

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



Gefördert durch Berliner Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie.



Integrationslots*innen

Das Pestalozzi-Fröbel-Haus hat neu die Projektumsetzung der im Landesprogramm Integrationslots*innen für Schöneberg-Nord übernommen. Ziel des Projekts ist es die Integration und Teilhabe von geflüchteten und neu zugewanderten Menschen zu fördern.

Wir werden Integrationslots*innen mit unterschiedlicher Herkunft und Sprachkompetenz beschäftigen. Geplant sind folgende Sprach-Schwerpunkte: Russisch, Ukrainisch, Georgisch, Vietnamesisch, Arabisch, Türkisch, Farsi, Moldawisch

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

Informationen zu den einzelnen Kitas entnehmen Sie bitte unserer Homepage:

www.pfh-berlin.de/kindertagesstaetten

Fragen zum aktuellen Betreuungsvertrag beantwortet

Nicole Reinholz

Vertragsstelle des

Pestalozzi-Fröbel-Haus

Barbarossastraße 64

10781 Berlin

Tel. 21730 287

reinholz@pfh-berlin.de

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



Erziehungs- und Familienberatung

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

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

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

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

Beratungsstellen
Barbarossastraße 64, 10781 Berlin
Heylstraße 33, 10825 Berlin

Tel. 0151 72780723
Fax: 7870 9163

fb@pfh-berlin.de

So bekommen Sie einen Beratungstermin:

- Rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns eine 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

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)

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 ältester Einrichtung dieser Art ihre eigene Zirkusshow entwickeln und einem Publikum präsentieren. Das Zirkuszelt steht in der Schöneberger Hohenstaufenstraße und ist offen für alle interessierten Kinder und 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
Tel. 215 5821
juxirkus@pfh-berlin.de

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

Café Pink

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 ...

Kostenlose 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. 030 2199 6563/0177 5947 473
cafe-pink@pfh-berlin.de
Instagram: @pinkiiis
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 kostenlose Nachhilfe und Beratungen an.



Montag–Donnerstag: 16:00–20:00 Uhr
Freitag: 14:00–19:00 Uhr
Samstag: projektgebunden
Nachhilfe: Montag–Freitag: 16:30–18:30 Uhr
Tolga Denli, Esra Kulej, Luisa Högl, Salih Kaplan
Neue Steinmetzstraße 6
10827 Berlin, nahe U-Bhf Kleistpark
Tel. 3937 4592, fresh30@pfh-berlin.de
Instagram: [fresh30_schoeneberg](https://www.instagram.com/fresh30_schoeneberg)

PARTNER*INNEN IM KIEZ

Outreach –

Mobile Jugendarbeit Schöneberg Nord

Kontaktdaten zu Präventionsteams, der mobilen Arbeit mit Jugendlichen, der Arbeit mit Kindern auf dem Spielplatz Alvenslebenstraße

<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.



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

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
Wir kooperieren eng mit dem Jobmobil:
www.jobmobil-berlin.de/

INA Familienzentrum Bülowstraße

Als Ort des Lernens, des Austauschs und der Vernetzung für Familien mit jungen Kindern lädt unser Familienzentrum im Bülowbogen dazu ein, Familien von Beginn an in ihrer Elternschaft zu unterstützen, ihnen Orientierung über Möglichkeiten im Umfeld zu geben und Zugänge zu weiteren Angeboten und Projekten zu schaffen.

Unsere Familienzentrum mit Musik-, Sport- und Kreativangeboten ist für alle Familien der Kita und der Umgebung offen. Die Zeiten unserer aktuellen Angebote stehen im Wochenplan, auf unserer Website und Instagram.

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.

Lauterstr. 40
12159 Berlin
Tel. 8569 80 24

Claudia Rey
rey.cura@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-Alkabr
Cranachstraße 7
12157 Berlin
Tel. 2218 28 929
familienpflege@nbhs.de



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



Das Pestalozzi-Fröbel-Haus

Seit 150 Jahren (1874) 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
- sieben 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“

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

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

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

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

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

Hrsg.	PFH Berlin
Redaktion	Nina Lutz
Layout	4mbh concept & visuals
Umschlag	Illustration Claudia Collasch
Druck	Print Media Group
Auflage	4.500

Kiezoase Schöneberg e.V.

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

Sie können uns unterstützen durch:

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

Unser Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft

BIC BFSWDE33BER

IBAN DE22 3702 0500 0003 0367 09

Jede Hilfe, Anregung und Kritik ist uns sehr willkommen.

kiezoase@sozkult.de

www.kiezoase.de

Thomas Glaw

Bettina Held

Gerd Schmitt

Vorstand

Esther Wolffhardt

Geschäftsführerin

