

# ORANGERIE

6

## Der erste deutsche Kosmonaut landet bei uns!



**K**önnen Sie sich an den 26. August 1978 erinnern? Ja, Sie, die schon lange in der damaligen DDR lebten und natürlich Sie, die im damaligen Westteil Berlins wohnten. Na gut, dass an diesem Tag auch ein neuer Papst gewählt wurde, stand wohl auf der ersten Seite der Zeitung und war für die andere Seite Deutschlands wichtiger. Aber wir in der DDR waren mächtig stolz, dass es als erster Deutscher ein DDR-Bürger geschafft hat, in den Weltraum zu fliegen. Der Flug dauerte 7 Tage, 20 Stunden, 49 Minuten und 4 Sekunden. Während dieser Zeit wurde die Erde 125mal umkreist. Die Rückkehr unseres Kosmonauten wurde von allen freudig gefeiert, auch wenn ihm persönlich dieser Rummel um seine Person nicht behagte. Sigmund Jähn war unser Vorbild und wird es immer bleiben. Es gab aber auch einige sonderbare und komische Begebenheiten, die erst viele Jahre später bekannt wurden. So war der Weltraumflug Sigmund

Jähns bis zum letzten Tag geheim gehalten worden, am Morgen des 26. August erhielten die Chefredakteure sämtlicher Zeitungen und Radiosender der DDR drei verschlossene und mit Nummern versehene Umschläge, die erst auf telefonische Weisung hin geöffnet werden durften. Der erste Umschlag enthielt Fotos, Texte und eine Überschrift „Der erste Deutsche im All – ein Bürger der DDR“. Die anderen beiden Umschläge wurden später wieder abgeholt und vernichtet. Sie enthielten die Verlautbarungen für die Fälle, dass der Kosmonaut entweder tödlich verunglückte beziehungsweise

*Fortsetzung auf Seite 2*

### KIEZSPINNE in der ORANGERIE

Wir haben für Sie geöffnet:  
Montag bis Freitag 8 bis 22 Uhr  
Samstag 14 bis 20 Uhr  
Telefon: 030 55489635  
Internet: [www.kiezspinne.de](http://www.kiezspinne.de)

### Stadtteilzentrum Lichtenberg Nord - Neue Anlaufstelle in Alt-Lichtenberg

In der Fanninger Str. 33, in unmittelbarer Nähe zum Sana-Klinikum, hat das neue Büro geöffnet.

Seite 3

### Ein Projekt geht zu Ende

Die Förderung des SeniorenUnterstützungsNetzwerks läuft zum Jahresende aus. Was wurde erreicht und was bleibt uns erhalten?

Seite 4

### Kinder des Lichts - Die Entzweigung meines Abbildes

Am 7. November stellt unser Schülerclub Lichtpunkt die Ergebnisse seines Projekts in einer Fotoausstellung vor.

Seite 6

### „111 Jahre Esperanto – Sprache und Kultur in Berlin und Brandenburg“

Ab dem 13. November können sich die Besucher unseres Nachbarschaftshauses in einer Ausstellung über Esperanto informieren.

Seite 7

### Neues vom Forum FAS

Seite 9

### Raumnutzung in der ORANGERIE!

Suchen Sie Räume für Ihre Familienfeier, für ein Vereinstreffen, eine Schulung oder Versammlung?

**Fragen Sie uns! Tel. 55489635**



### AUS DEM VORSTAND

Regelmäßig auf der Tagesordnung der Vorstandssitzungen wird auch in nächster Zeit das Thema Stadtteilkoordination in Lichtenberg Nord und insbesondere in Alt-Lichtenberg stehen. In der Oktoberversammlung nahm der Vorstand einen ersten Bericht der seit Mitte Juli tätigen Stadtteilkoordinatorin Frau Dahlke entgegen. Sie konnte inzwischen das Büro in der Fanningerstraße 33 beziehen, das auch als Anlaufpunkt für die Bürgerinnen und Bürger dient. Mit den dortigen lokalen Akteuren gab es bereits mehrere Beratungen über künftige gemeinsame Vorhaben. In den Beirat Frankfurter Allee Nord ist Frau Dahlke inzwischen berufen. Eine eigene Webseite wird eingerichtet, einen eigenen Facebook Account gibt es bereits. In der dortigen Bürgerjury konnte sie sich einbringen; das Stadtteilzentrum fungiert für den dortigen Kiezfonds als Geschäftsstelle. Mit dem Kollegen Stadtteilkoordinator für das Teilgebiet Fennpfuhl werden entsprechend dem Kooperationsvertrag ein gemeinsamer Auftritt im Web, gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit und gemeinsame Vorhaben geplant. Der Vorstand konnte feststellen: Frau Dahlke ist inzwischen gut vernetzt und hat ihre ersten Schritte erfolgreich getan! – Erneut diskutierte der Vorstand das permanente Defizit im Gastronomiebereich unseres Nachbarschaftshauses. Die Ursache für diesen Befund ist unsere Preisgestaltung! Der Vorstand ist hier hin- und hergerissen: Einerseits wollen wir mit unseren Speisen- und Getränkeangeboten keine Gewinne machen und sie so kostengünstig wie möglich halten, andererseits dürfen wir nicht ununterbrochen im deutlichen Minus landen, auch wegen des Finanzamtes nicht, worauf unser Schatzmeister eindringlich hinweist. Der Vorstand würdigte die großen Anstrengungen, die Frau Körner unternommen hat, hier gegenzusteuern. Er ist ihr sehr dankbar, dass sie nach ihrem Eintritt in die Rente uns noch einige Monate auf Minijobbasis mit ihrer großen Umsicht zur Verfügung steht.

*Manfred Becker*

### Fortsetzung von Seite 1

das Raumschiff wegen technischer Probleme auf sogenanntem feindlichen Gebiet landen musste. Nur wenige Tage vor seinem Weltraumflug war Sigmund Jähn Opa geworden. Doch einen Großvater – so die Ansicht der SED-Strategen – konnte man nicht gut als einen sozialistischen „Himmelsstürmer“ präsentieren. Und so durfte die Geburt von Jähns Enkelkind in den Medien nicht erwähnt werden. Im Gepäck hatte Siegmund Jähn auch den „Sandmann“. Im Orbit sollte er im Auftrag des DDR-Fernsehens Filmaufnahmen für eine Kindersendung machen. Der „Sandmann“ war deswegen sogar in einen eigens dafür angefertigten Raumanzug

gesteckt worden. Der Kommandeur der Raumstation, Wladimir Kowaljonok, der seinerseits das russische Maskottchen, eine Braunbärin namens Mascha, dabei hatte, verfiel auf die Idee, seine Mascha mit Jähns „Sandmann“ zu verheiraten. Jähn gefiel die Idee und die beiden Kosmonauten filmten die Hochzeits-Szene. Doch die Leute vom Kinderfernsehen waren später gar nicht begeistert, schließlich konnten sie den Kindern schlecht einen verheirateten Sandmann vermitteln. Die Szene wurde nicht gesendet und der „Sandmann“ blieb solo. Wir freuen uns sehr auf den persönlichen Besuch unseres Kosmonauten Sigmund Jähn am 07. November im Nachbarschaftshaus.

*Iris Daher*

### Danke für Ihre Unterstützung



Foto: Ina Malunat

Liebe Bürgerarbeiterinnen und Bürgerarbeiter, das Bundesprogramm „Bürgerarbeit“ läuft zum Jahresende aus. Damit endet auch Ihre Tätigkeit bei uns. Das wussten wir alle, als Sie vor 3 Jahren bei uns angefangen haben. Leichter wird die Trennung dadurch allerdings nicht. Frau Birgit Block, Frau Olga Martin und Frau Andrea Tahiri haben für unsere Senioren/innen tolle Veranstaltungen organisiert, Sport getrieben und sind mit ihnen gewandert. Herr Hans-Ulrich Bergner erwies sich als profunder Kenner Berliner und Brandenburger Sehenswürdigkeiten sowie ebenso unterhaltsamer wie beliebter Reisebegleiter und Kleinbusfahrer für die Senioren/innen.

Frau Bärbel Swade und Frau Renate Tramp betreuten einfühlsam Alleinerziehende und junge Eltern. Sie führten mit großem Erfolg die „Familiennachmittage“ ein, die inzwischen von den Kleinen und Großen zahlreich besucht werden und sich großer Beliebtheit erfreuen.

Herr Reimer Dunkel und Herr Roland Eckelt haben sich erfolgreich vor allem um die Probleme und Vorschläge der Bürger/innen des Kiezes Frankfurter Allee Süd, den Bürgerhaushalt Lichtenberg mit dem „Kiezfonds FAS“ sowie die Anliegen der Besucher/innen und Nutzer/innen des Nachbarschaftshauses Orangerie gekümmert.

Zum Erfolg unserer Reihe „Internationaler Abend“ oder „Zu Gast bei Franziska Troegner“ hat Herr Jörg Hofmann als zuverlässiger Instandhalter und Betreuer unserer Veranstaltungstechnik beigetragen.

Dem Vorstand und mir ist es ein Bedürfnis, Ihnen allen herzlich Dankeschön zu sagen für Ihre zuverlässige und engagierte Mitarbeit! Wir wünschen Ihnen beste Gesundheit, persönlich alles Gute und hoffen, Sie behalten Ihre Zeit in unserem Nachbarschaftshaus, die Besucher/innen und Nutzer/innen und uns, Ihre Mitstreiter/innen, in guter Erinnerung,

*Ihr Michael Kunze.*



Am 6.12. 2014 um 19 Uhr - am Vorabend des 2. Advents - bin ich mein eigener Gast.

Mit heiteren Geschichten möchte ich Sie gemeinsam mit Andreas Peschel am Piano auf das schönste Fest des Jahres einstimmen.

Die Weihnachtszeit ist eine Zeit der Stille und Besinnung, bis jemand auf die Idee kam, dass Geschenke sein müssen.

Und dann: „Alle Jahre wieder“ ausgerechnet am Heiligen Abend haben die Menschen den größten Stress des Jahres.

Es knallen die Türen, es fließen die Tränen, Enterbungen werden ausgesprochen...

Und warum:

Weil kein Lametta im Haus ist, der Weihnachtsbaum nicht in den Ständer passt, die Weihnachtsbaumbleuchtung ausfällt, der Weihnachtspunsch zu stark ist, usw., usw.

Nach jeder Bescherung im Zustand völliger Erschöpfung versprechen sich alle:

„Aber im nächsten Jahr schenken wir uns nichts!“

Und auch im nächsten Jahr hält sich wieder keiner dran.

Es erwartete Sie ein Abend, den Sie sich auch schenken können.

Eintritt: 12,50 € (ermäßigt 9,00 €)

Ich freue mich auf Sie.

Ihre Franziska Troegner

### Dank an Ehrenamtliche des Kiezspinne FAS e.V.



Foto: Reimer Dunkel

Auch in diesem Jahr hat der Verein die Arbeit seiner ehrenamtlichen Mitarbeiter im Rahmen einer für sie organisierten Veranstaltung gewürdigt. Herr Becker, Vorstandsvorsitzender unseres Vereins, bedankte sich im Namen der Mitglieder und Mitarbeiter für die gute kontinuierliche Arbeit unserer Ehrenamtlichen, ohne die ein großer Teil unserer Angebote im Nachbarschaftshaus ORANGERIE nicht möglich wäre. Kabarett, Chormusik, ein kleiner Imbiss und viele Gespräche rundeten den gelungenen Abend ab.

Reimer Dunkel



## Stadtteilzentrum Lichtenberg Nord

### Neue Anlaufstelle in Alt-Lichtenberg



Foto: Ina Malunat

Das Stadtteilzentrum Lichtenberg Nord hat sein neues Büro in Alt-Lichtenberg eröffnet. Es liegt zentral im Sanierungsgebiet Frankfurter Allee Nord, in unmittelbarer Nähe zum Sana-Klinikum, in der Fanningerstraße 33.

Das Büro soll allen BürgerInnen als Anlaufstelle für Beratung und Information zu verschiedensten Themen dienen. Es bietet Ihnen Raum und Inspiration für Ideen und Lösungsansätze im Stadtteil, Hilfestellung bei der Planung und Gründung von Initiativen und die Möglichkeit, mit anderen Menschen aus dem Kiez zusammenzukommen.

Gern nimmt Frau Dahlke Vorschläge für den Lichtenberger Bürgerhaushalt entgegen und hat ein offenes Ohr für Ihre Ideen und Projekte zur Verbesserung der Lebensqualität im Kiez. Bei der Realisierung von kleineren Projekten

(max. 1000€) kann sie die Stadtteilkordinatorin von der Antragstellung bis zur Realisierung unterstützen.

Im Auftrag des Bezirksamtes Lichtenberg handelt das Stadtteilzentrum als Bindeglied zwischen Bürger und Politik und unterstützt und fördert die Bürgerbeteiligung im Kiez. Die Möglichkeiten des Engagements sind vielfältig. Von der Mitwirkung in der Bürgerjury, bis hin zur ehrenamtlich geführten Redaktion in dieser Zeitung können Sie sich aktiv in die Stadtteilarbeit mit einbringen.

Sie können sich telefonisch informieren oder einen Termin vereinbaren.

Besuchen Sie das Stadtteilzentrum anlässlich des lebendigen Adventskalenders zum weihnachtlichen Tag der Offenen Tür am 15.12.2014. Bei Tee und Gebäck können Sie sich über Ihren Stadtteil und seine Angebote informieren.

#### Kontakt:

Daniela Dahlke  
Stadtteilzentrum Lichtenberg Nord/  
Alt-Lichtenberg  
Fanningerstraße 33, 10365 Berlin  
Feste Sprechzeiten: Di 14-16 Uhr  
Do 10-12 Uhr  
Tel.: 030 32519330 ; 0157-32080050  
Mail: daniela.dahlke@kiezspinne.de

Daniela Dahlke  
Stadtteilkordinatorin Alt-Lichtenberg

### Besuch aus Wien



Foto: Hans-Joachim Knebel

Am 6. Oktober war wieder internationaler Besuch in unserem Haus. Die Bezirksvorsteherin Susanne Schaefer-Wiery (2. von rechts) und der Bezirksrat Wolfgang Mitis (3. von links) vom 5. Wiener Bezirk Margareten informierten sich über die Arbeit unseres Nachbarschaftshauses ORANGERIE, seine Projekte und Aktivitäten.

Begleitet wurden sie von unserem Bezirksbürgermeister Andreas Geisel.

Hans-Joachim Knebel



### AUS DER MAX TAUT SCHULE

#### Tag der Offenen Tür des Beruflichen Gymnasiums und der Berufsfachschule

Fischerstraße 35 (S Nöldnerplatz)  
Telefon 52280127

**22. November**  
**10:00 bis 13:00 Uhr:**

Weitere Informationen:  
[www.max-taut-schule.de](http://www.max-taut-schule.de)

Eingeladen sind alle Schüler und Schülerinnen, die Interesse an Technik oder Wirtschaft haben. Auch individuelle Beratung über das Fortkommen in Beruf und Bildung haben wir am Tag der Offenen Tür am 22. November von 10 bis 13 Uhr im Angebot. Eltern sind ebenfalls herzlich willkommen! Dieses Angebot richtet sich vor allem an Schülerinnen und Schüler der 10.Klasse mit Mittlerem Schulabschluss. Diese können dann eine Berufsausbildung mit Fachhochschulreife an der Berufsfachschule oder das Abitur am Beruflichen Gymnasium der Max-Taut-Schule machen.

### GAST AN DER HOCHSCHULE

Frau Prof. Dr. Bettina Hohn, Fachbereich Public und Nonprofit-Management, hatte für Freitag, den 10.10.2014, Herrn Dr. Martin Pätzold (MdB) und unseren Geschäftsführer Michael Kunze in die Hochschule für Wirtschaft und Recht eingeladen. Nach den Gastvorträgen nutzten die Studenten/innen ausgiebig die Gelegenheit, Fragen über den Stadtbezirk Lichtenberg, insbesondere die Arbeit der Kiezspinne als Stadtteilzentrum und die vielfältigen Angebote im Nachbarschaftshaus ORANGERIE zu stellen. Darüber hinaus wurde in sehr angenehmer und offener Atmosphäre über aktuelle Fragen und Probleme der sozialen Arbeit diskutiert. Vielleicht eröffnen sich aus diesem interessanten Nachmittag weitere Möglichkeiten einer Zusammenarbeit, die für beide Seiten hilfreich ist.

*Michael Kunze*

## Das SeniorenUnterstützungsNetzwerk

### Ein Projekt geht zu Ende

Im Dezember 2014 läuft die Förderperiode für das SeniorenUnterstützungsNetzwerk aus, Gelegenheit also, ein Resümee zu ziehen..

Im September 2012 haben wir begonnen, dieses Netzwerk zu formen, mit dem Ziel, älteren Menschen durch Hilfen im Alltag und im Haushalt ein langes Verbleiben im vertrauten Wohnumfeld zu ermöglichen.

Im Laufe der Zeit ist das Netzwerk aus Akteuren des sozialen, wirtschaftlichen, gewerblichen und kirchlichen Bereichs sowie engagierten Einzelpersonen zu einer beachtlichen Größe gekommen, sodass wir die nachgefragten Hilfen in der Regel leisten konnten.

Die Palette ist dabei breit gefächert, hauswirtschaftliche Hilfe, Begleitung zum Einkauf und bei Spaziergängen, Rollstuhlschiebedienst und sprachliche Übersetzung Deutsch-Russisch bei Ämtern und Behörden bilden jedoch den überwiegenden Anteil der nachgefragten Hilfen.

Aber nicht nur Hilfen des Alltags wollten wir leisten, sondern auch Veranstaltungen anbieten, die soziale Kontakte, Bewegung und das lebenslange Lernen für ältere Men-

schen befördern und ehrenamtlich gestaltet sind!

Monatlich einmal findet samstags das gemeinsame Kochen und Essen statt, mit Zeit und viel Raum für gemeinsame Gespräche.

Mehrere Grillfeste mit sportlichen Spielen, eine gemeinsame Wanderung von Menschen mit und ohne Behinderung, Radwandertouren in die Umgebung von Berlin, Seminare zum Gärtnern auf dem Balkon und Brotbacken, Vorträge zur altersgerechten Ernährung sowie Lesungen eigener Gedichte und Kurzgeschichten haben das geistige und kreative Potenzial älterer Menschen anschaulich demonstriert.

Ein Fachtag in Kooperation mit dem Verkehrsclub Deutschland im Oktober 2014 widmete sich ausschließlich dem Thema „Sicher mobil im Alter“.

Wir danken sehr herzlich allen, die engagiert am SeniorenUnterstützungsNetzwerk mitgewirkt haben und sind sicher, dass die grundlegenden Strukturen auch nach Ablauf der Förderperiode bestehen bleiben und unseren Kiez solidarischer werden lassen.

*Bernd Mentele*

## Gedächtnistraining

### Kopfgymnastik für Senioren



Foto: Ina Malunat

Seit Gründung des Seniorentreffs in der Kiezspinne vor 12 Jahren bieten wir „Gedächtnistraining“ für ältere Menschen an. Begonnen wurde mit einer Gruppe von 10 Teilnehmern. Durch den regen Zulauf wurde schnell eine zweite Gruppe gegründet.

Seit 3 Jahren bereitet Frau Birgit Block mit großem Engagement diese Veranstaltungen vor. Sie sucht passende

Übungen zur Erhaltung der geistigen Fitness, für bessere Konzentration und schnelles Reagieren zusammen. Dabei greift Sie auch auf Informationen von Apotheken und Krankenkassen zurück.

Es hat sich gezeigt, dass diese Übungen durchaus für alle Altersgruppen geeignet sind. Praktikanten aus verschiedenen Einrichtungen, die an dem Gedächtnistraining teilgenommen haben, waren oft überrascht welche knifflige Aufgaben hier zu lösen waren.

Drei Teilnehmer sind seit Anfang an dabei und auch bei den Sportgruppen des Nachbarschaftshauses, welche neben der körperlichen Ertüchtigung ihre geistige Fitness stärken möchten, stieß das „Gedächtnistraining“ auf reges Interesse.

Zur Zeit sind beide Gruppen (dienstags und mittwochs) belegt. Aus diesem Grund würde bei weiterer Nachfrage eine 3. Gruppe gegründet werden.

*Ina Malunat*



## Kommen – Malen – Gehen



Fotos: Mea M. Arndt

Unter dieses Motto stellt die Kunstpädagogin und Kunsttherapeutin Mea M. Arndt ihre Kunstabende.

Die Selbsthilfegruppe Zwänge nahm diese Möglichkeit des „Freien Malens“, ohne Konzept und Druck, im September 2014 erstmals wahr. In entspannter Atmosphäre konnte jeder Teilnehmer mit den bereitgestellten Gouachefar-

ben an den Staffeleien den Tag hinter sich lassen und seine spontanen Gedanken, Gefühle und Farbvorlieben auf dem leeren Blatt Papier zum Ausdruck bringen. So wurde der Waldrasen pink und um Blumen flogen die Vögel. Die Selbsthilfegruppe genoss diese Abwechslung zu den sonst üblichen Gesprächstreffen sehr. Die einhalb Stunden vergingen wie im Fluge. Im Oktober und November sind weitere Mal-Treffen geplant, denn für die Selbsthilfegruppenteilnehmer war die Erfahrung, ihrer Krankheit und dem Alltag auf diese Art zu begegnen, sehr wohlthuend.

Selbsthilfegruppen, die auch gern mal die kreative Methode des Freien Malens nutzen möchten oder Einzelpersonen, die Spaß daran haben, dies auszuprobieren, melden sich bitte im Selbsthilfetreff Synapse, Tel: 55491892.

Ina Malunat

## Leserbrief

### Hüft-, Rücken-, Knie- oder Gangprobleme?

Ein kleiner Erfahrungsbericht.

Seit Mai 2014 weiß ich, dass ich meine Arthrosebeschwerden im Knie und in der Hüfte durch ein spezielles Training der Muskulatur lindern kann. Das lernt man bei physiotherapeutischen Behandlungen leider nicht.

Haben Sie solche Beschwerden, dann kommen Sie mittwochs um 16 Uhr in das Nachbarschaftshaus „Orangerie“, in die Schulze-Boysen-Straße 38.

Unter der individuellen und professionellen Anleitung von Frau van der Wall erlernt man, wie spezielle Muskelgruppen, von denen man glaubte, es gibt sie nicht mehr, aktiviert werden. Ich nehme wöchentlich an dem Kurs teil. Es sind einfache Übungen, die große Wirkung erzielen. Ich habe weniger Schmerzen und das Treppensteigen gelingt besser. Mein Ziel ist es, den Einsatz einer Hüftendoprothese zu vermeiden.

Verheimlichen möchte ich nicht, dass man möglichst täglich üben sollte. Einige Übungen lassen sich durchaus beim „Krimischauen“ und z.B. beim Warten auf den Bus durchführen.

R. Klaus



Foto: Hans-Joachim Knebel

## VERANSTALTUNGSTIPP

### Leben! Selbstbestimmtes Sterben?



- Kann ich über das WANN und WIE meines Lebensendes wirklich selbst entscheiden?
- Ist ehrliche Beratung und gesicherte Hilfe tatsächlich gewährleistet?
- Wird Beihilfe zum Suizid gegenwärtig oder künftig bestraft?

**Am Mittwoch,  
12. November 2014  
findet um 16 Uhr**

zu dieser Thematik im Raum „Studentenblume“ des Nachbarschaftshauses „ORANGERIE“ ein Forum statt. Als kompetente Gesprächspartnerin ist Gita Neumann, Bundesbeauftragte für Patientenverfügung beim Humanistischen Verband Deutschlands, angefragt.

Alle Interessent\_innen sind herzlich eingeladen zu dieser kostenfreien Veranstaltung.

M. Pfoh, D. Reichelt

### Stärkung für den Beckenboden

Ein neuer Kurs „Beckenbodentraining“ unter Anleitung der erfahrenen Physiotherapeutin Renate Winter beginnt am

**5. November  
um 11 Uhr**

im Selbsthilfetreff Synapse.

Richtig und regelmäßig durchgeführt, ermöglicht das Training die Stärkung und Straffung der Beckenbodenmuskulatur und dient somit der Vorbeugung und Behandlung von Harninkontinenz. Außerdem gibt's Tipps und Tricks für ein gesundheitsförderliches Bewegen und eine gesunde Ernährung im Alltag.

Informationen und Anmeldung bei Synapse,

Tel.: 55491892 oder  
selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de



Das Projekt „Kinder des Lichts“ ist im Rahmen einer öffentlichen Freizeiteinrichtung für Kinder und Jugendliche entstanden. Die Idee dahinter ist simpel, es muss neben dem täglichen Betrieb auch ab und zu etwas Besonderes geben. Die Ideen der Kinder stehen dabei im Vordergrund. Aus der Kreativität und den Ideen der Kinder entstand der Titel „Kinder des Lichts“, abgeleitet von dem Namen unserer Einrichtung Schülerclub „Lichtpunkt“. Das Thema „Entzweiung meines Abbildes“ entstand quasi erst beim Fotoshooting und bei der Sichtung der Bilder. Uns ist aufgefallen, dass einige der Kinder/Jugendlichen Schwierigkeiten

## Kinder des Lichts

### Die Entzweiung meines Abbildes

mit Ihrem eigenen Abbild und Auftreten haben. Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung, nichts könnte eine größere Kluft schlagen, als diese zwei Worte. Die Idee ist es, mit dem Bild in Farbe die Interaktion mit dem Gegenüber darzustellen und im Kontrast dazu in schwarz/weiß die Interaktion mit sich Selbst. An dem Projekt haben insgesamt 13 Kinder im Alter von 10-15 Jahren teilgenommen.

Dank vieler netter Menschen, die uns unterstützten, wurde die Sache zum Selbstläufer. Zu der befreundeten Fotografin Antje Kröger stellte sich noch die Schwester eines Kindes, Franziska Grünwald, als Make-Up Artistin zur Verfügung. Durch Gangway e.V./Demokratiefonds wurde das Ganze finanziell unterstützt. Höhepunkt unseres Fotoprojektes ist die Fotoausstellung am 07. November um 17.00 Uhr im Café Maggie in der Frankfurter Allee 205.

Eine Idee und unglaublicher Aufwand hinter den Kulissen.

Das Aufsetzen eines Vertrages, Organisation, Koordination und Terminfindung, regelmäßige Absprache mit der Fotografin und der Make-Up Artistin, das Fotoshooting am Wochenende, Treffen mit Gangway, Besichtigung des Ausstellungsraumes, Bearbeitung und Druck der Fotos, Terminfindung und Vorbereitung

der Ausstellung, Einladungen etc. Viele dieser Aufgaben erledigten wir in unserer Freizeit.

Der Tag selbst war teilweise unstrukturiert von uns und wir würden es jetzt sicherlich etwas anders machen. Wir haben uns im Vorfeld zu wenig mit den Kindern zusammengesetzt, um den Ablauf genauer durchzusprechen. Wir haben den Tag auf uns zukommen lassen, mit dem Ergebnis, dass es hin und wieder etwas zu beanstanden gab und mit einigen Vorstellungen nicht übereinstimmte. „Wie gehe ich damit um, wenn auf einmal etwas von mir verlangt wird?“ Ein Kontext, den es in unserer Einrichtung selten gibt. Ein Shooting bedeutet viel Rücksichtnahme auf den Einzelnen, Bereitschaft sich auf Sachen einzulassen, in sich zu gehen und Konzentration über lange Zeit. Auch wenn die Stimmung nicht immer die Beste war, hoffen wir dennoch, dass jeder für sich etwas mitnehmen konnte. Sei es aus den vielen Einzelgesprächen oder das schöne Foto, das Essen oder der Spaß im Garten, die Aufmerksamkeit um jeden Einzelnen, die Mühe und Gunst aller Beteiligten.

In diesem Sinne möchten wir uns noch einmal ganz herzlich bei Antje Kröger, Franziska Grünwald und Gangway e.V. bedanken.

*Calien, Gunda und Chris*

## Alle Jahre wieder... und kein bisschen langweilig!

...ist unser Blick auf das Jahr 2014 im Kinderhaus NAPF.

In diesem Jahr haben die Räumlichkeiten einen neuen Look erhalten. Freundlicher, gemütlicher und somit einladender ist es geworden. Jetzt fehlen nur noch dekorative Elemente. Aber es soll ja immer etwas zu tun geben und kreative Betätigung ist im NAPF das A und O.

Unsere beiden Zwergkaninchen Linda & Lothar erfreuen sich nach wie vor bester Gesundheit und bringen den Kindern den artgerechten Umgang mit ihnen bei. So mancher stellt fest, dass die Haltung von Tieren doch mehr als nur Kuscheln bedeutet.

Wir freuen uns, dass besonders die jüngeren Kinder aus dem Kiez unser Haus für sich erobert haben und auch

die Eltern unsere Angebote schätzen. Besonders unsere neue Hüpfburg, welche wir mit Mitteln aus dem Kiezfonds FAS anschaffen konnten, sorgte oft für Glanz in den Augen von Groß und Klein.

Wir hatten auch wieder reichlich Gelegenheit, uns auf vielen Festen in der Region zu präsentieren. Natürlich war unsere Hüpfburg immer dabei.

Besonderer Höhepunkt war der Kinder- und Jugendtag, der im Rahmen des Forums Frankfurter Allee Süd am 19. September stattfand. Weit über 500 Gäste nutzten die Angebote für Groß und Klein. Dazu zählten unsere Hüpfburg, Geschicklichkeitsspiele, Kinderschminken, Verkleiden, Basteln und vieles mehr.

Die Verkehrsschule vermittelte spielerisch Sicherheit im Straßenverkehr, das



*Foto: Hans-Joachim Knebel*

Aktionsbündnis „Gesundes Aufwachsen im Kiez“ informierte umfassend alle interessierten Eltern zum Thema Einschulung und Übergang vom Kindergarten zur Schule. An diesen großen Erfolg wollen wir auch im kommenden Jahr anknüpfen.

Immer für euch da: das NAPF – Team  
*Antje, Basti und Micha.*



## Concept social e.V. stellt sich vor

Seit Januar 2014 in 10365 Berlin-Lichtenberg, Wotanstr. 14



Foto: Ina Malunat

Unser Verein Concept social e.V. beschäftigt sich seit mehr als sieben Jahren mit Sozialberatung. Wir sind ein gemeinnütziger, unabhängiger Verein, der von Spenden und Ehrenamt lebt.

Wir haben festgestellt, dass nicht nur die Beratung im Büro, sondern auch eine kompetente Begleitung für unsere Klienten eine wichtige Hilfestellung bietet.

Viele unserer Klienten haben schlichtweg Angst davor, zum Jobcenter zu gehen, Angst, beim SGB-XII-Träger vorzusprechen oder Angst, was Falsches zu sagen oder zu schreiben.

Da kann es Wunder wirken, wenn Mensch nicht allein aufs Amt gehen muss, sondern von seinem Recht Gebrauch macht und einen qualifizierten Begleiter mitnimmt. (§ 13 SGB X)

Die Begleitung zum Amt erfolgt in drei Schritten:

1. Der erste Termin dient der Beratung mit den entsprechenden Unterlagen.
2. Der eigentliche Termin bei der Behörde, Treffen mit dem Begleiter (mind. 15 Minuten vor dem Termin).
3. Nachbesprechung, was muss bis wann erledigt werden, sind weitere Termine notwendig.

Wir geben konkrete Hilfestellung über einen längeren Zeitraum, bis die Situation des Klienten sich gebessert hat. Noch besser: bis der Klient seine Angelegenheiten selber regeln kann.

Wir freuen uns über weitere Ehrenamtliche, die Interesse an der Begleitung haben und nach unserer Ausbildung bereit sind, als qualifizierter Begleiter bei uns mitzuarbeiten.

Terminabsprache  
per Telefon 030 97889222 oder  
Mail [info@conceptsocial.de](mailto:info@conceptsocial.de)  
[www.conceptsocial.de](http://www.conceptsocial.de)

*Regine Mühlhausen*

## Laternenumzug anlässlich des Martinstages



Am 7. November wird anlässlich des Martinstages (11. November) wieder der beliebte Laternenumzug durch das Nibelungenviertel in Alt-Lichtenberg führen.

Alle BewohnerInnen, ob Jung oder Alt, sind eingeladen, mit Laternen an diesem Tag auf den Freiaplatz zu kommen, um von dort aus ab 16:30 Uhr mit einem Martinsreiter durch die Straßen zur Bornitzstr. 101 zu ziehen.

Der Martinszug wird wieder musikalisch begleitet und wir freuen uns auf stimmkräftige Sängerinnen und Sänger. Danach kann beim gemütlichen Grillen die Aufführung eines kleinen Theaterstückes verfolgt werden. Die Veranstaltung endet ca. 19 Uhr.

Wir freuen uns auf einen schönen Abend gemeinsam mit Ihnen!

\*Bitte die Laternen nicht vergessen\*

*Daniela Dahlke*

## „111 Jahre Esperanto – Sprache und Kultur in Berlin und Brandenburg“

Die Ausstellung, deren Fotos und Texte exemplarische Einblicke in die regionale Esperanto-Kultur von der Kaiserzeit bis in die Gegenwart erlauben, wird am 13. November um 18.00 Uhr im Nachbarschaftshaus ORANGERIE eröffnet.

Auf den 9 Ausstellungstafeln werden u.a. prominente Gründer der ersten Berliner Esperanto-Gruppe von 1903 vorgestellt. Sie waren damals fasziniert von der rationalen Struktur der Sprache, die sie für das Erlernen und die Verständigung zwischen Menschen mit unterschiedlichen Muttersprachen besonders geeignet macht. Sie waren Pazifisten, Mitglieder der Deutschen Friedensgesellschaft, unter deren Schirmherrschaft sich die Gründung vollzog, und sie begeisterten sich für die Ideale, die der Begründer der Sprache Dr. Zamenhof mit der Veröffentlichung 1887 in Warschau verbunden hatte – gleichberechtigte sprachliche Verständigung, Kulturaustausch, Toleranz und Frieden.

Der Regierende Bürgermeister Berlins Klaus Wowereit schrieb in seinem Grußwort an die Esperanto-Liga Berlin zum 100-jährigen Jubiläum: „Im Rückblick erscheint die „Erfindung“ dieser Plansprache wie ein humanistischer Gegenentwurf zu den dunklen Geschichtskapiteln des 20. Jahrhunderts.“

Darüber hinaus informiert die Ausstellung über interkulturelle Begegnungen und Persönlichkeiten, die Esperanto-Kultur und Wissenschaft in unserer Region geprägt haben. Wie lernt man Esperanto und wo trifft man sich – auch darüber gibt die Ausstellung gut illustriert Auskunft.

In der Einbecker Straße 36 befindet sich das Esperanto-Kulturhaus, mit seiner umfangreichen Esperanto-Bibliothek, einem Treffpunkt für Berliner Esperanto-Sprachfreunde und dem Büro des Deutschen Esperanto-Bundes und der Deutschen Esperanto-Jugend. Direkt daneben liegt der Zamenhof-Park, der 2009 nach dem Esperantobegründer so benannt wurde.

*Fritz Wollenberg*



## HEIMATGESCHICHTE

### Die Möllendorffstraße



Foto: Hans-Joachim Knebel

Wer kennt sie nicht, die Möllendorffstraße? Die Lichtenberger kennen sie als Einkaufsstraße und großräumige Verkehrsverbindung zwischen Friedrichshain und Weißensee. Sie verläuft über ca. 1550m zwischen Gürtelstraße/Frankfurter Allee und dem Weißenseer Weg.

Die Möllendorffstraße ist eine der ältesten Straßen Lichtenbergs. Das ist heute nur noch an der alten Dorfkirche auf dem Dorfanger zu erahnen. Die Kirche, erbaut im 13. Jahrhundert, war Mittelpunkt des Angerdorfes Lichtenberg, 1288 erstmals erwähnt. Folglich hieß die Straße viele Jahrhunderte lang Dorfstraße.

Von 1910 an wurde sie umbenannt in Möllendorffstraße. Der Name resultierte aus einem schlossähnlichen Landhaus mit angrenzendem Park, das Wichard Joachim Heinrich von Möllendorff gehörte und das Möllendorffsche Schlösschen genannt wurde. Möllendorff wurde 1724 in Lindenberg (Prignitz) geboren und starb 1816 in Havelberg.

Schloss und Park wurden 1907 von Lichtenberg erworben.

Ab dem 3.5.1935 wurde der Name in Möllendorff geändert. Am 14.7.1976 wurde sie in Jaques-Duclos-Straße umbenannt, ab 9.1.1992 wieder in Möllendorffstraße.

Die Straße ist aufgrund ihrer langen Geschichte mit vielen Ereignissen verbunden, die sich in Gestalt und Bebauung widerspiegeln. Verbunden mit Namen wie Röder und Hardenberg und gekennzeichnet etwa durch bauliche Zeugnisse zur Erlangung des Stadtrechts (ein Beispiel dafür ist das Rathaus) bietet sie Interessantes. Wir werden Sie in den folgenden Ausgaben dieser Zeitung über historische Personen und Ereignisse sowie ehemalige oder noch vorhandene bedeutende Gebäude dieser Straße informieren.

Brigitte Möhler  
IG Heimatgeschichte



Im Rahmen des „Aktionstages für ein schöneres Berlin 2014“ haben wir am Samstag, dem 13. September 2014, gemeinsam mit etwa 20 Bewohner\_innen des Kiezes das Umfeld und den Platz hinter dem Nachbarschaftshaus ORANGERIE gereinigt, einschließlich der neuen Sportgeräte. Dieses freiwillige Engagement unserer Nachbar\_innen wurde durch den Bezirksbürgermeister mit einer Urkunde gewürdigt. Die Mitglieder der Arbeitsgruppe Nachbarschaftshaus FAS, als Initiatoren der Putzaktion, haben stellvertretend diese Anerkennung erhalten. An dieser Stelle nochmals meinen Dank an alle, die mitgemacht haben.

## Kiezläufer unterwegs



Nächste Möglichkeit zum Reinigen der öffentlichen Flächen im Kiez wird der Frühjahrsputz 2015 sein, wir werden rechtzeitig informieren.

Eines meiner wichtigen Anliegen ist die Arbeit der Bürgerjury FAS. Wir benötigen für 2015 wieder ehrenamtliche Mitarbeiter\_innen. Wer Interesse an einer Mitarbeit hat, kann sich bei mir unter der Telefonnummer: 030 55489635 oder per Mail unter: reimer.dunkel@kiezspinne.de melden. Informationen zum Bürgerhaushalt Lichtenberg und zur Arbeit einer Bürgerjury sind unter der Adresse [www.buergerhaushalt-lichtenberg.de](http://www.buergerhaushalt-lichtenberg.de) oder direkt bei mir zu erhalten.

Meine lieben Leser\_innen, ich wünsche Ihnen einen besinnlichen Jahresausklang und für das Jahr 2015 alles Gute.

Reimer Dunkel

## Mit dem Kiezspinnenbus unterwegs zum Groß Väter See bei Dölln in der Schorfheide



Foto: Birgit Block

Am 25.09.2014 um 09:30 Uhr sollte es losgehen. Ich war sehr gespannt auf meine erste Fahrt.

Über die schönen Landstraßen in Richtung Wandlitz fuhren wir zu unserer Pilzwanderung und konnten unterwegs die beginnende Baumfärbung und die abgeernteten Felder bewundern.

Am See angekommen ging es ausgerüstet mit Körbchen in den Wald. Die Verabredung zum Picknick und Appetit ließen uns pünktlich zurückkehren und die Überraschung war sehr groß. Der Tisch war ganz liebevoll und reichlich gedeckt und glich fast einem Brunch. Wir haben genussvoll gegessen und uns sehr angeregt unterhalten. Hier auch besonderen Dank an unseren Fahrer Ulli. Seine Kenntnisse aus der Umgebung waren für uns interessant.

Das Wetter war voll auf unserer Seite. Sogar die Sonne schien und wir konnten so diesen Ausflug noch intensiver genießen.

Die Pilzausbeute wurde gemeinsam begutachtet. Ein paar Birkenpilze, Maronen, Butterpilze und Pfifferlinge waren dabei.

Auf der Rückfahrt wurde am Weißen See im OT Böhmerheide noch ein Spaziergang am See entlang gemacht und wir konnten sogar eine Igelstation bewundern. Ich hatte auch das erste Mal kleine Igel gesehen – einfach süß. Frau Dunst hat uns viel über die aufwendige Arbeit mit den kleinen Borstentieren erzählen können.

Ulli hat uns dann entspannt zurück gefahren und ich kann sagen, dass es ein rundum gelungener Ausflug war. Ein schöner Tag!

Vielen Dank besonders auch an Birgit für die sehr gute Organisation und ihre nette Art. Auch der Küche herzlichen Dank für das leckere Essen und danke auch an Ulli.

Wir fahren gerne wieder mit.

E. Conrads



am 15.09.2014, 18:00 Uhr - Herr Wilfried Nünthel, Bezirksstadtrat für Stadtentwicklung hatte zu einer Einwohnerversammlung zum Thema „Umgestaltung des Katzenwäldchens“ eingeladen. Hierbei handelt es sich um die Antwort auf den Bürgerhaushaltsvorschlag des Mieterbeirates aus dem Jahr 2013. Folgende Festlegungen wurden vereinbart: 1. Der Weg durch das Katzenwäldchen wird kurzfristig in Ordnung

gebracht und mit Pollern abgesperrt. 2. Die Stellplätze und die Grünfläche werden später hergerichtet. Die Poller wurden bereits aufgestellt.

Herr Nünthel informierte auch darüber, dass in der Buchberger Straße auf dem Gelände des ehemaligen Coppi-Marktes ein neuer Lebensmittelmarkt entstehen wird. Auch zum Kreuzungs-umbau Frankfurter Allee / Buchberger Straße gab es eine positive Information, der Umbau soll im III. Quartal 2015 abgeschlossen sein.

Der sehr schlechte Zustand der Baumscheiben in der Schulze-Boysen-Straße wurde kritisiert. Es kann festgehalten werden, dass mittlerweile eine Pflege erfolgte.

Reimer Dunkel

## Hauskrankenpflege Schwester Maria

Behandlungspflege und alle Pflegestufen  
Haushaltshilfe  
soziale Beratung  
24-Stunden Rufbereitschaft



Telefon **54 9833 80**

Alt-Friedrichsfelde 21 • 10315 Berlin

Fax 54 9833 81



hauskrankenpflege@schwester-maria.de  
www.schwester-maria.de

## Seniorentagesstätte Friedrichsfelder Kiez

Alt-Friedrichsfelder 21  
10315 Berlin  
im Seitenflügel

Zugang ist gegenüber  
Paul-Gesche-Str. 1

Geöffnet ist Mo. - Fr.  
von 8.00 bis 16.30 Uhr

Tel. **030- 510 615 81**

Mail: [tagesstaette@schwester-maria.de](mailto:tagesstaette@schwester-maria.de)

- Betreuung und Pflege tagsüber
- Geselligkeit in der Gruppe
- Beschäftigung und Unterhaltung
- Beköstigung vom Frühstück bis zum Nachmittagskaffee

## „Haus der Generationen“

Paul-Junius-Str. 64 A, 10367 Berlin - Begegnung, Freizeit, Kultur und Bildung für alle!



Foto: Archiv RBO

Seit zwei Jahren gibt es das Haus der Generationen und schreibt schon eine kleine Erfolgsgeschichte! Aus einer schon in die Jahre gekommenen ehemaligen Kindertagesstätte wurde eine Einrichtung, wo sich Menschen mit und ohne Handicap, jeden Alters, in Familie oder als Singles treffen können.

Unter dem Dach der Stiftung Rehabilitationszentrum Berlin-Ost und deren Tochtergesellschaften ist das Konzept für ein offenes Haus entstanden.

Die Säulen des Hauses basieren auf einem Begegnungsangebot im Café Sonnenstrahl, mit ständig frischen und wechselnden Mittagsmenüs, selbstgebackenem Kuchen, einem leckeren Frühstücksangebot, sowie dem Betreuungsangebot der Kita „Märchenland“ für insgesamt 75 Kinder im Alter von 1-6 Jahren.

Darüber hinaus kann sich das Haus der Generationen mit der Herberge, „einer Kurzzeitbetreuungseinrichtung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderung“ und mit dem Betreuten

Einzelwohnen, „ein Familienprojekt für Menschen mit Behinderung, die alleine, mit Partner und/oder ihren Kindern zusammenleben“ schmücken.

Für die unterschiedlichen Alters- und Zielgruppen im Quartier, hat das Team des Hauses verschiedene Angebote ins Leben gerufen.

Der Freizeitklub bietet Platz für unterschiedliche Aktionen und Angebote wie kreatives Gestalten, Spielenachmittage, Theaterprojekte, ABC-Kurse, Sport- und Bewegungsangebote, Feste und Veranstaltungen an. Auch die Themen „Frühförderung und Familienbildung“ werden durch die Unterstützung aus Projektgeldern von Aktion Mensch aufgefangen und umgesetzt. Dazu gehören Angebote wie Hausaufgabenhilfe, Kinderturnen, Va-leo Tanz, Familienfrühstück und musikalische Früherziehung.

Die Beratung von Senioren mit Demenz und deren Angehörigen ist ein weiterer wichtiger Pfeiler des Hauses und bietet diesem Personenkreis eine verlässliche Anlaufstelle.

Grundlegend soll das Haus der Generationen als ein Ort der Begegnung, der Kommunikation, der Kultur und der Freizeitgestaltung für Jung und Alt gesehen werden.

Bei Sonderveranstaltungen wie der monatlichen Disco, Kinoabend, Weihnachtsmarkt, Info- und Kulturveranstaltungen, aber auch interkulturellen Kochabenden,

Ausflügen, Wanderungen und Freizeitreisen werden die Türen auch am Wochenende und außerhalb der regulären Öffnungszeiten aufgeschlossen.

Veranstaltungsräume für Feierlichkeiten, Seminare und Inforeveranstaltungen können gemietet werden.

Die Förderung von Kommunikation und des Netzwerks im Quartier, die Begünstigung von Inklusion, die Unterstützung von Generationenzusammenführung, die Partizipation und das Mitspracherecht der Nachbarschaft sowie die präventive Arbeit in Familien mit Kindern sind entscheidende Handlungsfelder und Zielsetzungen des Hauses.

Das Haus der Generationen ist von der Gemeinschaft und der guten Zusammenarbeit im Quartier abhängig. Die enge Kooperation mit den Einrichtungen und Institutionen vor Ort und die Einbeziehung ehrenamtlicher Kräfte ist für den Erfolg des Hauses wesentlich. Ehrenamtliches Engagement ist in den unterschiedlichsten Handlungsfeldern möglich und notwendig und wird von Fachkräften unterstützt und begleitet.

Wer jetzt „Appetit auf mehr“ bekommen hat, der wendet sich an die Leiterin der Begegnungsstätte im Haus der Generationen, Frau Tatjana Vogt.

Telefon (030) 98 60 19 99-11/ oder -17  
Geöffnet: Mo - Fr von 9:00 – 18:00 Uhr.

Thomas Drobisch  
Stadtteilkordinator Fennpfuhl



## REGELMÄSSIGES

### **Arbeitsgemeinschaften**

#### **Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38**

- AG Nachbarschaftshaus 1. Mo, 17 Uhr Mieterbeirat, öffentliche Sitzung 2. und 4. Mo, 18-20 Uhr
- Textschmiede 1. und 3. Do, 16 Uhr
- Fotozirkel 2. und 4. Mo, 17 Uhr
- IG Heimatgeschichte 3. Mi, 15-17 Uhr

### **Beratung**

#### **Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38**

- Sozialberatung (bes. zu ALG II) Mi und Do 13-18 Uhr (u. n. Vereinbarung)
- Selbsthilfe-Beratung, Mo 13-17, Di 13-16, Fr 10-12 Uhr
- Beratung für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige, Di 13-15 Uhr, Do 10-12 Uhr
- Mieterberatung (Mieterbeirat) 1. Do im Monat, 17-19 Uhr
- Rechtsberatung 2. Di im Monat, 17-19 Uhr (mit Anmeldung)
- Energiesparberatung Di 12-14 Uhr
- Verbraucherzentrale Berlin, Beratung zum Verbraucherschutz, letzter Mi im Monat 13-15 Uhr
- Ernährungsberatung Do 15-17 Uhr, nur mit Anmeldung

#### **Frauentreff Alt-Lichtenberg Hagenstr. 57**

- Soziale Beratung f. Frauen, 1. Di, 9 Uhr
- Frauengespräche, Einzelberatungen für Frauen, Ratschläge und Hilfe im Alltag, Mi, 16 Uhr, Anmeldung unter Tel. 550 95 45 erbeten

#### **Concept social e.V. Wotanstr. 14**

- Anlaufstelle für Menschen mit sozialen Problemen, insbesondere ALGII (HarzIV), Mo-Fr 10-16 Uhr (Anmeldung 97889222)
- Rechtsberatung, 2. Mo im Monat 16-18 Uhr

### **Generation 60+**

#### **Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38**

- Seniorengymn. Mo 9-10, Di 8-9 und 9-10, Mi 8-9 u. 9-10 Uhr, 10 €/Monat

- Spaziergangsgruppe Mo 11 Uhr, kostenfrei
- Gymnastik für Männer Di 10 Uhr, 10 €/Monat
- Gedächtnistraining Di u. Mi 10:30 Uhr, 1 €/Termin
- Seniorensingegruppe Mi 15 Uhr, 1 €
- Nähen m. Nachb. Mi 10-13 Uhr, 1 €
- Kaffeeklatsch, 3. Mo im Monat, 14:30 Uhr, 2 €

#### **Frauentreff Alt-Lichtenberg Hagenstr. 57**

- Sport für Seniorinnen Di, 14 Uhr

### **Gesundheitsselbsthilfe**

#### **Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38**

*Entspannungs- u. Bewegungskurse:*  
Anmeldung erforderlich. Einstieg in laufende Kurse nach Absprache möglich.

- Beckenbodentraining Mi 11 Uhr (neuer Kurs ab 5.11.)
  - Qigong Fr 13:15 Uhr
  - Yoga Di 16:30, 17:45 und 19 Uhr
  - Hüft-, Rücken- Knie- Gangschule Mi 16 Uhr
  - Line Dance Mo u. Mi 18 Uhr (Fortgeschrittene)
  - Gesellschaftstanz Di 19:15 Uhr
- Selbsthilfegruppen:*
- Angehörige psychisch Kranker Termin erfragen (mit Anmeldung)
  - Angehörige von Menschen mit Demenz 1. Mo im Monat, 10 Uhr
  - Angst, Depression, Psychose I 1. und 3. Mo im Monat 18 Uhr (mit Anmeldung)
  - Angst, Depression, Psychose II Di 18 Uhr (geschlossene Gruppe)
  - Beckenbodenprobleme 3. Di im Monat 14:30 Uhr
  - Brustkrebs 2. Mo im Monat 16 Uhr
  - Depression Do 18 Uhr (mit Anmeldung)
  - Depression 1. und 3. Di im Monat 18:15 Uhr (geschlossene Gruppe)
  - Deutsche ILCO, Gruppe Lichtenberg, für Stomaträger, Menschen mit Darmkrebs und deren Angehörige 3. Mi im Monat 14 Uhr
  - Diabetes 1. Di im Monat 14:30 Uhr
  - Elterncafé für Mütter und Väter von erwachsenen Kindern mit Behinderung 3. Mi im Monat, 10-12 Uhr

- Ganzheitliche Selbsthilfe/Chronisches Erschöpfungssyndrom (Bitte Termin erfragen)
- Lebenspartner von Menschen mit Depressionen, bipolarer Störung, in Gründung (mit Anmeldung)
- Multiple Chemische Sensibilität, (Termine erfragen)
- Osteoporose, 7 Gymnastikgruppen (Termine erfragen)
- Parkinson 3. Mo im Monat, 15 Uhr
- Rheuma 4. Mi im Monat, 17:00 Uhr
- Russischsprachige SHG Gesundheit 2. u. 4. Mi, 14 Uhr
- Trauergruppe 1. Di im Monat, 10 Uhr und Einzelgespräche (Termine erfragen)
- Zwänge, 1. u. 3. Di im Monat 17 Uhr

#### **SHG sowie Bildungs- und Beratungsstelle für Anfallkranke e.V. Wotanstr. 14**

- Gruppentreffen im Begegnungszentrum „Lebensfreude“, Mi,
- Bowling, 2. Mo im Monat
- spazieren gehen, 3. So im Monat
- Gesellschaftsspiele letzter Fr im Monat

### **Kinder, Jugendliche und Familien**

#### **Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38**

- Familienservicestelle 1. Mo 15-17 und jeden Do von 10-12 Uhr
- Familienzimmer Di u. Do 16-18, 1 €
- Nachhilfe (vorrangig für Kinder aus Aussiedlerfamilien) Mo 14-18, Di 15-18, Do 14-18 Uhr und nach Vereinbarung
- Familiennachmittag 4. Sa, 15-18 Uhr: Spielen, für Basteln 1,50 €
- Krabbelgruppe Do 10-12 Uhr, 1 €
- Spielekreis Fr 16-19 Uhr, 1 € + 0,50 € Materialkosten

### **Kultur, Freizeit und Lebensart**

#### **Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38**

- Literaturcafé Mi 14:30 Uhr, 1 €/Termin
- Der Besondere Freitag 1. Fr im Monat 10-12 Uhr (Frühstück mit einer Persönlichkeit aus Politik oder Kultur), 7,50 €
- Frauenstammtisch Mi 11-13 Uhr, 1,50 €



- Freizeitgruppe (50-70 Jahre)  
Mi, 16 Uhr
- Tauschnetz  
1. Mi im Monat, 18-19 Uhr

**Frauentreff Alt-Lichtenberg  
Hagenstr. 57**

- Frauensportgruppe „proBeweglich“  
Mi 10 Uhr
- Kreative Entspannung für Frauen
- Malerisch genießen - Entspannen bei kreativer Betätigung, Musik, Tee und Gebäck, Fr, 10 Uhr

**Kunst und Handwerk**

- Nachbarschaftshaus ORANGERIE  
Schulze-Boysen-Str. 38**
- Druck- u. Grafikkurse (auf Anfrage)
  - Zeichenkurs 1. und 3. Di 16:30 Uhr
  - Offene Holz- und Metallwerkstatt
  - Korbflechten Mi 18 Uhr, 1 € + Material

**Weiterbildung**

- Nachbarschaftshaus ORANGERIE  
Schulze-Boysen-Str. 38**
- Engl.-Konversation Mi 10 Uhr
  - Kommunikation in Englisch: (3 Gruppen) Do 10 Uhr, 11:30 u. 13 Uhr
  - Konversation in Englisch in Gröndund, Abendkurs, Mo, 18 Uhr
  - Spanisch, Anfänger Mi, 18 Uhr, Konversation Mo 18:45 Uhr

**Kiez-Service**

- Nachbarschaftshaus ORANGERIE  
Schulze-Boysen-Str. 38  
Raumnutzung**  
Di 13-18, Mi 9-13:30, Do 9-12:30 Uhr
- Bibliothek** (Ausleihe und Rückgabe), Do 11-14 Uhr
- Nähstübchen**  
Mo, Di, Mi, Fr 8-14 Uhr, Do 12-18 Uhr

**Neu: Englisch-Abend-Kurs** | Englisch für Alltag und Urlaub, Konversation in lockerer Atmosphäre (Grundkenntnisse erforderlich) montags, 18-19:30 Uhr, Kursgebühr: 10x1,5 Std. 50.-€  
Beginn richtet sich nach den Anmeldungen. Bei Bedarf wäre auch ein Anfängerkurs möglich.  
Anmeldung im SHT Synapse, Tel.: 55491892 oder selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de

**Dank dem Serviceteam**



Von links: Mirco Senz, Barbara Kahrmann, Le Thi Thu Loi, Marc Oswald, Klara Malenkih, Karin Tarutt, Gisela Körner

Wir sagen täglich „Danke“, Spasibo“ oder Cám ơn“ am Servicetresen, denn unter der Leitung von Frau Körner leistet bei uns ein internationales Küchenteam eine beeindruckende Arbeit. An einem 2-Schicht-Arbeitstag, fünfmal die Woche, servieren sie ein abwechslungsreiches Speisenangebot, bestehend aus belegten Brötchen zum Frühstück, zwei Mittagsgesrichten und zum Nachmittag Kaffee und Kuchen. Außer der wöchentlichen Versorgung der Mit-

tagsgäste und Mitarbeiter meistert das Team bei vielen Sonderveranstaltungen wochentags oder am Samstag die Verpflegung der Gäste mit Buffets oder Getränken und Kuchen. Mit durchschnittlich sieben Essen am Tag wurden im Jahr 2013 ca. 21.000 Gäste in der ORANGERIE kostengünstig und schmackhaft bedient. Unser Dank für den Einsatz jedes einzelnen geht an das gesamte Serviceteam! Schön, dass es Euch gibt.

Peter Granowski

Zentrale Bezirksveranstaltung zum Mauerfall | zusammen mit der evangel. Kirche am Dienstag, 4. November, 19 Uhr, Erlöserkirche, Nöldnerstr. 43

**HOBBYECKE**

**Rätselcke**

1. Wo kommt Silvester vor Weihnachten?
2. Was gibt es im Dezember, was es in keinem anderen Monat gibt?
3. Eine halbe Glatze hat 60 Haare wie viele hat eine ganze Glatze?
4. Ein Metzger ist ca. 1,92 m groß und sehr stämmig. Was wiegt er?
5. Was sagt der Weihnachtsmann, wenn er kopfüber in den Kamin fällt?

**Auflösungen auf Seite 12**

**Ein bisschen Spass muss sein!**

Die Großmutter zur Enkelin: „Du darfst Dir zu Weihnachten von mir ein schönes Buch wünschen!“ - „Fein, dann wünsche ich mir Dein Sparbuch.“



Die schwierigste Aufgabe des Vaters zu Weihnachten: Den Kindern klar machen, daß er der Weihnachtsmann ist, und der Frau klar machen, daß er es nicht ist.



Kurz vor Weihnachten. „Ich werde meinem Mann Goethe und Schiller schenken, und zwar in Leder.“ - „Sehr vernünftig“, nickt die Freundin, „die gehen ja auch nicht so leicht kaputt wie die aus Gips.“



Warum klettern die Ostfriesen Anfang Dezember immer durch das Fenster?  
Weil Weihnachten vor der Tür steht!



Was wäre, wenn Weihnachten nicht vor über 2000 Jahren, sondern heute stattgefunden hätte? Säugling in Stall gefunden - Polizei und Jugendamt ermitteln. Schreiner aus Nazareth und unmündige Mutter vorläufig festgenommen.



## BESONDERE VERANSTALTUNGEN

**Samstag, 01.11., 15:00-19:00 Uhr**

Herbstfest im Kinderhaus NAPF

**Samstag, 01.11., 17:00 Uhr**

Deutsch-russischer Herbstball

Kostenbeteiligung 10 €

**Freitag, 07.11., 10:00 Uhr**

Der Besondere Freitag mit Sigmund Jähn, dem ersten Deutschen im Weltall

Kostenbeteiligung: 5 €  
(inkl. Kuchenbuffet)

**Donnerstag, 13.11., 10:00 Uhr**

Wanderung im Naturpark Schöneberger Südgelände

Treff im Nachbarschaftshaus ORANGERIE  
Kostenbeteiligung: 1 € + Fahrkarte AB

**Donnerstag, 13.11., 18:00 Uhr**

Eröffnung der Ausstellung zur Esperanto-Kultur (siehe Seite 7)

**Mittwoch, 19.11., 16:00 Uhr**

Literarischer Nachmittag in russischer Sprache

Kostenbeteiligung: 1 €

**Donnerstag, 20.11., 10:00 Uhr**

Mit dem Kiezbus unterwegs nach Wündsdorf

Kostenbeteiligung: 15,00 €  
Anmeldung und Bezahlung bis 17.11.



*Wir wünschen allen  
Leserinnen und Lesern  
besinnliche Weihnachten und  
einen guten Rutsch ins neue Jahr!*

**Donnerstag, 20.11., 18:00 Uhr**

Beaujolais-Abend

Kostenbeteiligung: 6,00 €  
(inkl. 1 Glas Beaujolais und 1 kleiner Käseteller)

**Samstag, 22.11., 18:00 Uhr**

Schlachtest

Kostenbeteiligung: 15,00 €

**Donnerstag, 27.11., 17:00 Uhr**

Jour Fixe - Austausch, Information und Beratung zu Themen rund um ambulante betreute Wohngemeinschaften (nicht nur) für Menschen mit Demenz

Kostenfrei

**Freitag, 05.12., 17:00 Uhr**

Vereinsweihnachtsfeier des Kiezspinne FAS e.V.

**Samstag, 06.12., 19:00 Uhr**

Zu Gast bei Franziska Troegner (Weihnachtsprogramm)

Kostenbeteiligung: 12,50 €/ermäßigt 9 €  
(Siehe Seite 3)

**Mittwoch, 10.12., 16:00 Uhr**

Künstlerischer Nachmittag in russischer Sprache

Kostenbeteiligung: 1 €

**Montag, 15.12., 14:30 Uhr**

Weihnachtsfeier im Seniorentreff

Kostenbeitrag: 6 €  
(Anmeldung bis 8.12. im Seniorentreff)

**Donnerstag, 18.12., 16:00 Uhr**

Lichterfahrt mit dem Kiezbus

Kostenbeteiligung: 15,00 €

### Auflösung von Seite 11

#### Texträtzel:

- 1 = im Wörterbuch
- 2 = das D
- 3 = keine
- 4 = Fleisch
- 5 = Oh Oh Oh

Viel Spaß beim nächsten Mal.

### ÖFFNUNGSZEITEN

im Nachbarschaftshaus ORANGERIE

Schulze-Boysen-Str. 38:

Mo-Fr 8-22, Sa 14-20 Uhr  
Tel: 55489635

#### Selbsthilfetreff Synapse

Mo 13-17, Di 13-16, Fr 10-12 Uhr u.  
nach Vereinbarung, Tel: 55491892

#### Medienkompetenzzentrum

##### Die Lücke

Mo-Fr 14-19, Tel: 55491894

#### SeniorenUnterstützungsNetzwerk

Tel: 55489635

#### Kontaktstelle PflegeEngagement

##### Schulze-Boysen-Str. 37:

Di 13-15 Uhr, Do 10-12 Uhr und nach  
Vereinbarung, Tel: 28472395

#### Stadtteil- und Fahrradwerkstatt

##### Schulze-Boysen-Str. 40:

Mo-Fr 8-18 Uhr, Tel: 55489635

#### Schülerclub Lichtpunkt

##### Harnackstraße 25:

Mo-Fr 13-18 Uhr, Tel: 5539073

#### Kinder- und Jugendhaus NAPF

##### Hauffstraße 13:

Di-Sa 14-20 Uhr, Tel: 5578131

#### Zentralkasse (in der ORANGERIE):

Di 13:30-17:45 Uhr, Mi 9:30-13:30 Uhr,  
Do 9:30-12:30 Uhr

#### Raumnutzung:

Di 13:00-18:00 Uhr, Mi 9:00-13:30 Uhr,  
Do 9:00-13:30 Uhr

Wir danken unseren Förderern  
und Partnern:



Herausgeber: Kiezspinne FAS e. V., Schulze-Boysen-Straße 38, 10365 Berlin, Tel.: 55489635, Fax 55489634, V.i.S.d.P.: Manfred Becker, Druck: Bunter Hund, Berlin, E-Mail: redaktion@kiezspinne.de, IBAN: DE91 100205000001007901, BIC: BFSWDE33BER, Bank für Sozialwirtschaft, Redaktionsschluss für 1/15: 10.12.2014