

ORANGERIE

3

Interview mit Herrn Geisel

Bezirksbürgermeister Berlin-Lichtenberg



Foto: Pressestelle Bezirksamt Lichtenberg von Berlin

Herr Bürgermeister, die ersten 6 Monate Ihrer Amtszeit sind erreicht. Wie ist ihr Fazit?

„Alle Mitglieder des Bezirksamtes sind sehr erfahren und haben sich schnell in ihre jeweiligen Verantwortungsbereiche eingearbeitet. Die letzten sechs Monate waren spannend und herausfordernd. Die ersten notwendigen Weichenstellungen haben wir vorgenommen, wobei die Aufstellung des Bezirkshaushalts für die Jahre 2012 und 2013 sicher die schwierigste Aufgabe war. Ich bin sehr zufrieden, dass es gelungen ist, einen Haushalt zu verabschieden, in dem die Schwerpunkte in den Bereichen Jugend und Bildung gesetzt wurden und der ohne Schulden und weitere Personaleinsparungen auskommt.“

Was werden die weiteren Schwerpunkte ihrer Arbeit sein?

„Lichtenberg gehört erfreulicherweise zu den Berliner Bezirken, die von deutlichem Zuzug von Familien mit Kindern profitieren. Eine wichtige Aufgabe wird es sein, die damit notwendigen Infrastruktureinrichtungen, zum Beispiel Kitas und Schulen, zu schaffen. Auf der anderen Seite steigt auch bei uns die Lebenserwartung der Bürgerinnen und Bürger kontinuierlich an. Das bedeutet, dass wir Vorsorge treffen müssen, damit sich auch ältere Menschen in Lichtenberg wohlfühlen. Ganz persönlich habe ich mir vorge-

Weiter 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

Finnland: Elche, Sauna, Lachs - und sonst?

Von Finnland nach Argentinien.
Seite 3

Der nächste bitte...

Aus den Gesprächen der MitarbeiterInnen von HilDie über das rückläufige Angebot der ärztlichen Versorgung im Kiez.
Seite 4

<re>connect

Eine Projektwoche über Sicherheit im Internet, Soziale Netzwerke und Cybermobbing.

Seite 6

Kochen mit HilDie

In dieser Ausgabe gibt es das Rezept von einem leckeren, vegetarischen Kartoffelgulasch.

Seite 7

Interkultureller Freiwilligendienst

Instrument verschiedener Kulturen in Lichtenberg.

Seite 8

Wo man singt...

10 Jahre Singegruppe in der Kiezspinne.

Seite 9

Ausflugstipp

Malchow - das Dorf am Rande von Weißensee und Hohenschönhausen. Ein lohnendes Ziel sowohl für Spaziergänger als auch für Radfahrer.

Seite 10

„Karola lebt!“
ab Juni auf www.kiezspinne.de



AUS DER VORSTANDSSITZUNG

Was war das Thema?

In seiner konstituierenden Sitzung verständigte sich der neu gewählte Vorstand zunächst über die Arbeitsschwerpunkte seiner einzelnen Mitglieder. Dabei gab es nur geringfügige Veränderungen gegenüber bisher. Im Einzelnen: Herr Becker: Außen- und rechtliche Vertretung des Vereins, Verantwortlicher für die Vereinszeitung im Sinne des Presserechts, Personal und Finanzen; Frau Platta: Personal, Finanzen, Nachbarschaftshaus; Herr Mattern: Personal, Finanzen, Beirat, Forum FAS; Frau Söhnel: Haushalt, Finanzen, Steuern; Herr Hemmerlein: Protokoll, Kinder und Jugend; Herr Baer: Vereinsrecht, Satzungsfragen, AG Nachbarschaftshaus; Frau Reißig: Familie, Kinder, Jugend; Dr. Meineke: Ehrenamt, Freiwilligenarbeit; Frau Pakosta: Sozialfragen, Projektleiterrunde. – Eine unerwartete Schwierigkeit ergab sich in Bezug auf Herrn Tessmann, den die Mitgliederversammlung neu in den Vorstand gewählt hatte. Nach seiner Wahl trat er in eine Beschäftigungsmaßnahme ein, wodurch er in ein Unterstellungsverhältnis zum Geschäftsführer geriet. Dieses ist jedoch vereinsrechtlich unvereinbar mit der Vorstandsaufgabe, den Geschäftsführer zu kontrollieren. Herr Tessmann lässt seine Vorstandsmitgliedschaft ruhen, solange dieses Unterstellungsverhältnis zum Geschäftsführer besteht. – Der Vorstand nahm ferner einen Bericht des neuen Mitarbeiters Herrn Spohn entgegen, der nach dem Ausscheiden von Herrn Schulze für die Vereinsfinanzen zuständig ist. Schatzmeisterin Söhnel und er schlugen vor, künftig mit einer erprobten Buchhaltungssoftware zu arbeiten, deren Vorzüge in Sicherheit, Transparenz und Kosteneinsparung bestehen. Nach ausführlicher Diskussion wurde vom Vorstand die Anschaffung dieser Software beschlossen.

Manfred Becker

Fortsetzung Interview von Seite 1

nommen, die Stimme Lichtenbergs im Konzert der Berliner Bezirke deutlicher hörbar zu machen.“

Welche Gestaltungsspielräume hat der Bezirk eigentlich noch, angesichts der Berliner Finanzlage?

„Die Finanzlage des Landes Berlin ist seit Jahren sehr angespannt, insofern ist keine wirklich neue Lage für uns entstanden. Wir bleiben dabei, dass wir einen soliden Bezirkshaushalt aufstellen und dabei aufgabenkritisch vorgehen. Der Bezirkshaushalt umfasst jetzt 673 Millionen Euro pro Jahr. Das ist trotzdem noch sehr viel Geld, mit dem wir eine ganze Menge bewegen können. Ja, die bezirklichen Spielräume sind eng, aber wir müssen uns nun auch nicht kleiner machen als nötig.“

Wie sehen Sie die Rolle und Schwerpunktaufgaben für Stadtteilzentren wie die Kiezspinne?

„Da ich 1993 zu den Gründern der Kiezspinne gehörte und nach wie vor Vereinsmitglied bin, muss ich von der Bedeutung der Stadtteilzentren nun wirklich nicht mehr überzeugt werden. Die kenne ich, die ist sehr, sehr hoch für das Zusammenleben im Bezirk. Künftig sollen die Absprachen zwischen Bezirksamt und den Stadtteilzentren noch konkreter werden, um ehrenamtliches Engagement weiter gezielt zu fördern.“

Partizipation und bürgerschaftliches Engagement – wie kann das praktisch erlebbar für die Menschen im Kiez befördert werden?

„Lichtenberg ist in diesen Punkten auf einem guten Weg und nimmt unter den Berliner Bezirken hier eine Sonderstellung ein. Ich denke dabei an den Bürgerhaushalt und die Kiezfonds, die künftig noch besser ausgestattet werden sollen. Ehrenamtliches Engagement lohnt sich. Aufgabe der Politik ist es, dies stärker öffentlich zu würdigen und zu honorieren. Das kann zum Beispiel durch Freikarten für kulturelle Veranstaltungen im Bezirk geschehen.“

Ist die „Bürgerkommune Lichtenberg“ eine Fiktion oder bald Wirklichkeit?

„Hier ist der Weg das Ziel, um Eduard Bernstein zu zitieren. Diese Aufgabe ist nie abgeschlossen. Demokratie lebt von Beteiligung und die muss täglich neu erfahrbar gemacht werden. Wenn sie damit meinen, dass die Lichtenbergerinnen und Lichtenberger sich in und für ihren Bezirk engagieren und sich an den Entscheidungsprozessen wirklich beteiligen, sind wir auf einem guten Weg. Das schließt Fehler und Rückschläge nicht aus, aber daraus können wir immer lernen.“

Der Kiezfonds und die Arbeit der Bürgerjury haben sich in unserem Kiez bewährt und fanden viel Anerkennung. Dem gegenüber gestalten sich die jährlichen Kampagnen zum „Bürgerhaushalt Lichtenberg“ schwierig. Trotz vielfältiger Bemühungen und großem Aufwand sind das Bürgerinteresse und die Beteiligung begrenzt. Welche Veränderungen halten Sie für zweckmäßig?

„Die Idee des Bürgerhaushalts ist nach wie vor gut. Dass Bürgerinnen und Bürger unmittelbaren Einfluss auf die Vergabe öffentlicher Gelder haben, ist beispielgebend. Die konkrete Umsetzung des Bürgerhaushalts in Lichtenberg war aber in den letzten Jahren zu bürokratisch und zäh. Das haben die teilnehmenden Bürger offenbar zunehmend kritisch reflektiert. Deshalb werden wir den Bürgerhaushalt konzeptionell modernisieren, die Beteiligungswege aktualisieren, die Online-Beteiligung erweitern und mehr Ehrlichkeit in die Kommunikation einziehen lassen. Ein weiterer Punkt ist die Verkürzung der Zeitspanne zwischen Einreichung der Bürgervorschläge und ihrer Realisierung. Die mindestens zwei Jahre, die das bisher dauert, sind einfach zu lang. Ich hoffe, dass wir Mitte des Jahres ein erstes Konzept zum Neustart des Bürgerhaushalts vorlegen können. In jedem Fall werden wir die Kiezfonds und die Bürgerjury stärken.“

*Vielen Dank für das Interview
Das Gespräch führte Michael Kunze,
Geschäftsführer Kiezspinne FAS e.V.*



Finnland: Elche, Sauna, Lachs - und sonst?



Foto: F. Tessmann

„E in Finne, ein Deutscher und ein Russe treffen sich in einer Bar. Da sagt plötzlich der Finne: ...“. So, oder so ähnlich fangen viele, mehr oder weniger gute Witze an – nicht nur über Finnen. Warum jedoch so viele Finnland-Witze etwas mit Trinken zu tun haben, kann ich nicht sagen und wird den Finnen sicher auch nicht gerecht. Wenn es aber ums Essen geht, kann ich überzeugend schreiben: Davon versteh'n sie was! Denn, was uns am 30. März beim ‚Finnland-Abend‘ in der ORANGERIE durch die finnische Köchin Reeta Bentlin aufgetischt wurde, konnte sich sehen und vor allem schmecken lassen. Nun gut, kochen und backen können die Finnen also. Und sonst ...? Na, z. B. lesenswerte Literatur haben sie zu bieten, wie wir mittels servierten ‚Le-sehappen‘ von Sabine Hertel und Petra Sauerzapf erfahren durften. Und auch eine atemberaubende Landschaft, welche uns per Film gezeigt wurde, können sie vorweisen. Außerdem erlebten wir humorvolle, selbstbewusste Menschen, die auch noch traditionell und schwungvoll tanzen konnten – jedenfalls die von der Volkstanzgruppe ‚Kopukkaporukka‘. Nix da, von wegen nur Elche, Sauna, Lachs – Finnland ist ein äußerst interessantes und sehr sehenswertes Land. Ein schöner Fleck Erde, den man sich ruhig mal ganz persön-

lich ansehen sollte. Vielleicht Ihr nächstes Urlaubsziel?

Herr Köhnke, der Leiter der Deutsch-Finnischen Gesellschaft, wäre ganz sicher auch ein toller Reiseleiter. An diesem Abend hat er uns jedenfalls hervorragend unterhalten.

Und darum geht es uns: Sie sollen sich im Hause wohl fühlen, gut versorgt und unterhalten werden. Ein ganz herzliches Dankeschön also allen fleißigen Akteuren und Helfern für den wirklich gelungenen Abend.



Und wenn Sie wieder einmal internationales Flair erleben wollen und Südamerika Ihr Ding ist, dann kommen Sie doch erneut zu uns – es lohnt sich sicher.

Am 17. August heißt es: ‚Tango, Rinder und Evita – Argentinien ruft‘.

Frank Tessmann

NEU BEI UNS

Musikalische Confsiserie

*Gut gestimmt durch den Tag
mit Marlies Carbonaro*

- Atem-, Bewegungs-, Entspannungsübungen
- Koordinations- und Gedächtnistraining
- Singen, Musizieren, Sprechen

Freitags

10:30 bis 11:30 Uhr

Mit Voranmeldung!

(Schnupperstunde kostenfrei)

Anmeldung und Infos:

Marlies Carbonaro

Gerontotherapeutin / Sängerin

Tel.: 0163 1702529

E-Mail: musik.confiserie@gmx.de

Und wieder lockt das KiezKulturFest

Alle Jahre wieder wollen wir Sie, liebe MitbürgerInnen, in unser Haus locken,

um mit Ihnen ein Fest – IHR Fest – zu feiern. Am Freitag, 15. Juni 2012, ist es erneut so weit. Mit freundlicher, kräftiger Unterstützung



der HOWOGE bieten wir in der ORANGERIE und angrenzendem Gelände wieder eine Fülle von kulturellen und kulinarischen Angeboten und freuen uns schon heute auf Ihr Erscheinen. Unter dem Motto ‚40 Jahre FAS‘ werden wir in enger Zusammenarbeit mit der HOWOGE die letzten vier Jahrzehnte beleuchten und uns selbst sowie den Kiez hochleben lassen. In der Zeit von 15:00 - 22:00 Uhr können sich Jung und Alt auf eine schöne Fete in Ihrem Nachbarschaftshaus freuen. Wir jedenfalls freuen uns schon jetzt – auf SIE.

Frank Tessmann



Der nächste bitte...

Die Mitarbeiterinnen von HilDie kommen nicht nur viel rum, sondern erfahren bei ihren vielfältigen Gesprächen mit den Nachbarinnen und Nachbarn des Kiezes auch sehr viel. Und sie möchten natürlich auch helfen.

Seit etwa einem halben Jahr beklagen KundInnen von HilDie zunehmend eine Ausdünnung der ärztlichen Versorgung im Kiez.

So schloss eine Neurologie-Praxis in der Frankfurter Allee bereits im November 2011. Die dort praktizierende Ärztin ging im Februar 2011 in Rente, ihr Nachfolger hielt seine Sprechstunden noch bis November ab und es dort dann nicht mehr lange aus, bevor er die Praxis nach Tempelhof verlegte.

Fachärzte für Augenheilkunde übernahmen im Januar 2011 eine Praxis in der Schottstraße. Seit Januar 2012 bekommt man Termine bei ihnen nicht mehr dort, sondern direkt am Kurfürstendamm.

Eine Hals-Nasen-Ohren-Ärztin mit Praxis ebenfalls in der Schottstraße, Sie ahnen es schon, hat ebenfalls die Schotten dicht gemacht. Seit Januar

2011 finden ihre Sprechstunden nun nahe des S-Bahnhofes Friedrichsfelde Ost statt.

Gänzlich geschlossen seit Anfang des Jahres 2012 ist nun eine Zahnarztpraxis in der Ruschestraße.

Für viele Menschen ist diese Entwicklung ein Desaster. In ihrer Mobilität ohnehin schon eingeschränkt, kommen für sie lange Fahrwege, womöglich mit mehrmaligem Umsteigen, nicht in Frage.

Welche Erfahrungen haben Sie gemacht, liebe Leserinnen und Leser?

Sind Sie fachärztlich gut betreut und versorgt?

Benötigen Sie Begleitung zu Ärzten?

HilDie
Hilfen und Dienstleistungen im Kiez

Wir freuen uns, von Ihnen zu hören. Und bleiben Sie schön gesund!

Karsten Vettermann

Besuchsdienst

für ältere, pflegebedürftige Menschen

Die Kontaktstelle PflegeEngagement Lichtenberg bringt ältere oder pflegebedürftige Menschen, die sich mehr Austausch, Zuwendung oder gemeinsame Aktivitäten wünschen, mit ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen aus ihrer Nachbarschaft in Kontakt.

Unsere geschulten ehrenamtlichen Mitarbeiter/-innen besuchen ältere, pflegebedürftige Menschen in Lichtenberg und Hohenschönhausen zu Hause oder in einer ambulant betreuten Wohngemeinschaft. Sie begleiten zu Spaziergängen, kulturellen Veranstaltungen, gemeinsamen Aktivitäten, nehmen sich Zeit für ein Gespräch oder hören einfach nur zu.

Wenn Sie besucht werden möchten oder Sie einen Nachbarn oder Bekannten kennen, der sich Besuch wünscht, nehmen Sie Kontakt zu unserer Koordinatorin der Kontaktstelle

PflegeEngagement auf. In einem telefonischen oder persönlichen Erstgespräch nimmt sie Ihre Besuchswünsche auf und gibt Ihnen alle notwendigen Informationen zum Besuchsdienst.

Entsprechend Ihren Vorstellungen und Bedürfnissen und den vorhandenen Kapazitäten schlägt sie eine/-n ehrenamtliche/-n Mitarbeiter/-in vor. Bei einem ersten Besuch in Begleitung der Koordinatorin bei Ihnen zu Hause können sie sich kennenlernen. Wenn sich beide den Besuch vorstellen können, treffen Sie die weiteren Terminabsprachen selbst.

Wir freuen uns auf Sie! Weitere Informationen unter Tel. 030-5138888

Ines Drost

NEU BEI UNS

Auf in den Frühling



Gemeinsam mit Anderen kleine Spaziergänge in Ihrem Kiez unternehmen.

Ab Mai 2012 wird wöchentlich eine Spaziergangsgruppe vom Nachbarschaftshaus aus starten. Die Gruppe wird durch 2 ehrenamtliche Helfer begleitet. Wer möchte mitgehen und den Frühling genießen?

Information und Anmeldung:
030-5138888

2. Gründungstreffen

der Angehörigengruppe
von Menschen mit Demenz

Die Angehörigengruppe ist...

- ein kostenloses Angebot
- ein offenes Angebot und richtet sich inhaltlich nach den Wünschen der Teilnehmer
- fachlich geleitet

Benötigen Sie für die Zeit des Gruppenbesuchs eine Betreuung Ihres erkrankten Angehörigen, wir unterstützen Sie dabei.

Sprechen Sie uns an!

Trauen Sie sich, denn Sie sind nicht allein!

Sie haben Interesse?
Wir freuen uns auf Sie!

am 07.05.2012, 14:00-15:30 Uhr



Gesundheitsselfhilfetag 2012

Verantwortung für die eigene Gesundheit



Foto: I. Malunat

Neugierig und voller Erwartung kamen rund 200 Besucher zum diesjährigen 7. Gesundheits-Selbsthilfetag des Selbsthilfetreffs Synapse am 13. März ins NBH Orangerie. Das Foyer hatte sich in eine Art Teststrecke für den eigenen Gesundheitszustand verwandelt. Ob Blutdruck, Blutzucker, Körperfettanteil, Sehstärke, Hörkraft, Venenfunktion, Fußdruck oder Sinneswahrnehmung – beim gern genutzten Gesundheits-„TÜV“ konnte jeder seine aktuellen Werte erfahren und mit Experten aus dem Kiez ins Gespräch kommen. Manch einer war überrascht über seinen hohen Blutdruck, wusste nicht, dass sein Zuckerwert weit über dem Normalwert liegt, dass die Schmerzen im Bein möglicherweise von verengten Venen kommen und die immer häufiger gestellte Frage: 'Was hast Du gesagt?' wohl doch mit dem schlechter gewordenen Gehör zu tun hat. Überrascht oder nicht, entscheidend war an diesem Tag die Frage: Was kann ich selbst tun, um meine Gesundheit langfristig zu verbessern? Welche Möglichkeiten bieten denn die Gesundheitsselfhilfe und speziell der Selbsthilfetreff vor Ort? Darüber informierten neben den Synapse-Mitarbeitern vor allem die Vertreter der Selbsthilfegruppen, so u.a. der Osteoporose- und Diabetikergruppen, der SHG Beckenbodenprobleme, Multiple Chemische Sensibilität, Angst und Depression. Gruppenangebote für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige stellte die Kontaktstelle PflegeEngagement vor, Fragen

zu Hilfen und Dienstleistungen für ältere und behinderte Menschen konnten die Besucher bei unserem Projekt HiIDie loswerden. Eine Ernährungsberaterin stand Rede und Antwort und gab Hinweise, wie man sich möglichst gesund ernährt. Welche Heilkraft in unseren bekannten Kräutern steckt und dass es sich lohnt, Omas Kräuterrezepte neu zu entdecken, konnte man von einer Kräutерfee und Heilpraktikerin erfahren. Ergänzt wurden die Tipps und Infos für eine gesündere Lebensweise durch interessante Fachvorträge zu Ernährung, Blutdrucksenkung und Aromatherapie. Sie fanden ebenso großen Anklang wie die Schnupperstunde Lachyoga oder der Parcours der Sinne, gestaltet vom existere e.V., auf dem man sich im Spiel mit verschiedenen Sinnes-täuschungen ausprobieren konnte.

Da es im SH-Treff Synapse nicht nur am Gesundheits-Selbsthilfetag, sondern auch an fast allen anderen Tagen im Jahr viele tolle und immer wieder neue Angebote für Ihre Gesundheit gibt, schauen Sie doch einfach öfter mal vorbei im NBH, kommen Sie zu unseren Vorträgen, machen Sie mit in einer SHG bzw. einem Bewegungs- oder Entspannungskurs – damit Ihre Werte beim nächsten Gesundheitscheck für keine negative Überraschung sorgen. Wir freuen uns auf Sie. *Wir möchten auf diesem Wege nochmals allen Beteiligten recht herzlich für die freundliche Unterstützung am 13. März danken.*

Dagmar Buresch

NEU BEI UNS

Für einen starken Rücken

Mit großem Erfolg lief der erste Pilates-Kurs. Die sanfte, ganzheitliche Trainingsmethode mit fließenden Bewegungen, Kraft- und Dehnübungen und einer gezielten bewussten Atmung zur Stärkung besonders der Rückenmuskulatur, aber auch zur Anregung des Kreislaufs und Verbesserung der Koordination und Körperhaltung fand großen Anklang bei unseren Nutzern.

Am 19. April 2012 startete der Aufbaukurs. (10x60 min., donnerstags um 18:45 Uhr, 40,- €) Einige Plätze sind noch frei, der Einstieg ist nach Absprache möglich.

Ein Pilates-Anfänger-Kurs beginnt am 24. Mai 2012 und läuft vorerst 6x60 min., jeweils donnerstags 20 Uhr, 24,- €. Anmeldungen sind ab sofort möglich.

SHG Zwänge

Seit dem Gründungstreffen am 24.4.2012 gibt es bei Synapse die SHG Zwangserkrankungen. Ob Waschzwang, Kontrollzwang o.a. Zwänge – wer von Zwangsgedanken und -handlungen betroffen ist, weiß, wie schwer es ist, Verständnis zu finden bei Familie und Freunden, sich immer wieder erklären zu müssen und den ewigen Kreislauf des zwanghaften Verhaltens zu durchbrechen. In der SHG haben Sie Gelegenheit, sich mit Gleichbetroffenen auszutauschen, offen über Erfahrungen, Probleme und Ängste zu sprechen, sich gegenseitig zu unterstützen und sich vielleicht gemeinsam Schritt für Schritt aus der Umklammerung zu befreien. Die noch kleine Gruppe freut sich auf weitere Teilnehmer.

SHG Asthma

Eine neue SHG für Menschen mit Asthma wird sich voraussichtlich noch im Frühjahr gründen. Einige Betroffene haben sich in den letzten Wochen im SHT gemeldet. Wenn auch Sie an Asthma erkrankt und an einem Erfahrungsaustausch in einer Gesprächsgruppe interessiert sind, rufen Sie uns an, damit wir möglichst bald starten können. **Infos u. Anmeldung Tel.: 55491892**



Die Lichtpunkte im Störizland!



Foto: SC Lichtpunkt

Auch in diesem Jahr, wie traditionell schon seit 2004, fand wieder unsere Schülerclubfahrt statt.

Wie schon im vergangenen Jahr führen wir ins Kinderlager Störizland an dem gleichnamigen See gelegen und verbrachten dort vom 10. bis 13. April ein paar tolle Tage mit unseren 18 Lichtpunkten.

Leider zeigte der April sein durchwachsendes Wetter und es war damit etwas nasser und frischer als letztes Jahr, was uns natürlich nicht die Laune verdarb. Außerdem wurden wir musikalisch begleitet von Fanfarenzügen aus Frankfurt/Oder und Strausberg, bestückt mit Trommeln, Pauken und Trompeten. Das

Klettern mit professioneller Ausrüstung, sowie ein Kurs im Bogenschießen, zählen diesmal zu den Attraktionen.

Mit einer kleineren Gruppe besuchten wir das dortige „Fliegerehepaar“ Lohmann und ließen uns in deren Halle die Geschichte des Fliegens und der legendären Flugzeuglegende „Etrichtaube“ von 1910 erzählen. Sie sind Zeit ihres Lebens mit der Fliegerei verbunden und bauen seit nunmehr mehreren Jahren, nach einem zuvor liegenden tragischen Unfall, an dem zweiten originalen Nachbau dieses Flugzeugs. Die beiden je 81-jährigen erzählten von der Bewältigung vieler Hürden und Rückschläge. Ihr kleiner Hund „Knöpfchen“ wurde von unseren Kindern sehr geliebt. Wir sind nun gespannt, wann das Flugzeug in den Himmel steigen wird.

Mit einem Lagerfeuer am dritten Abend fand die Fahrt ihren gemütlichen Ausklang. Wie immer war es viel zu kurz für unsere lieben Kinderlein. Alle würden wieder, so schnell es geht, bei der nächsten Fahrt dabei sein wollen. Es war wie immer ein Spaß – na dann bis zum nächsten mal...

es grüßt „Birny“...

Einweihung der Graffitiwand

Am 30. März war es endlich soweit. Die schwarze Wand sollte einer bunten weichen. Dafür haben Jugendliche zusammen mit dem Künstler Benny Pogunkke in der Woche zuvor Skizzen für die Gestaltung der 3x8 Meter großen Graffitiwand entworfen. Gemeinsam fanden sie das Thema „Gegensätze ziehen sich an“.



Foto: Frank Tessmann

Jeder Buchstabe des Wortes „NAPF“ soll so gestaltet werden, dass er einen solchen Gegensatz darstellt. Wer herausfinden möchte, welche das sind, schaut am besten selbst mal vorbei.

Zahlreiche Gäste beobachteten das Spektakel mit anfänglicher Skepsis gegenüber dem „Beschmieren“ von Wänden. Am Ende jedoch waren alle begeistert von dem kleinen Kunstwerk, welches die Kinder und Jugendlichen unter Anleitung gesprayed haben. Jeder der Beteiligten durfte sich schließlich voller Stolz mit seinem Namen auf der

fertigen Sprayerwand verewigen. Selbst gebackener Kuchen und Grill sorgten für die Verpflegung der Gäste und Schaulustigen, Musik für Partylaune. Der Tag der Einweihung unserer Graffitiwand endete schließlich ebenso bunt und gutgelaunt, wie er grau und verregnet begonnen hatte.

Auch für die nächste Zeit haben wir uns einiges vorgenommen. Die Gartensaison hat begonnen und wir wollen endlich unser eigenes Gemüse ernten und viel Zeit bei Sonnenschein im Freien verbringen.

Euer NAPF-Team

<re>connect

Eine Projektwoche über Sicherheit im Internet, Soziale Netzwerke und Cybermobbing

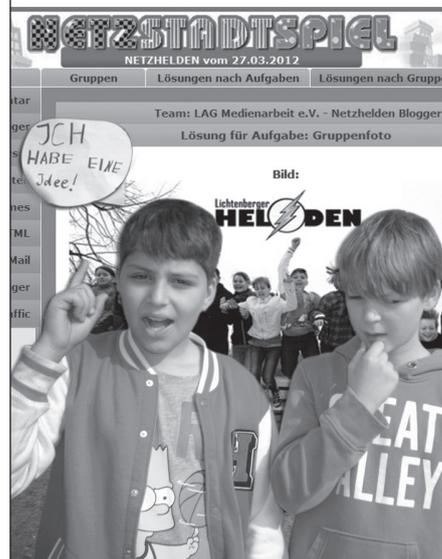


Foto: Christian Richter

Für heutige Kinder und Jugendliche sind die neuen Medien ein wichtiger Teil des Lebensalltags. Was treiben die Jungen und Mädchen im Netz? Was sind wichtige Kompetenzen zur Nutzung der Netzwerke?

Organisiert von der LAG Medienarbeit e.V. Berlin, gefördert von der Medienanstalt Berlin-Brandenburg, dem Deutschen Kinderhilfswerk und der Bundeszentrale politische Bildung und mit Unterstützung der Medienkompetenzzentren Lichtenberg, Pankow, Treptow- Köpenick sowie der Jobwerkstatt Mädchen stellten Grundschulklassen aus vier Berliner Bezirken ihre Kreativität als Netzhelden unter Beweis: <http://jugendserver.spinnenwerk.de/~netztransfer/netzstadtspiel>.

Höhepunkt war das Jugendmediatorforum <re>connect in der „Alten Feuerwache“. Die SchülerInnen gewährten einen Einblick in den Ablauf der Projektwoche und gingen mit ihren Ergebnissen an die Öffentlichkeit. ExpertInnen wie Klaus Hinze von der Aktion Kinder und Jugendschutz, Kai Hanke vom Deutschen Kinderhilfswerk und Carola Elbrecht von der Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. beantworteten Fragen und kommentierten die von den SchülerInnen aufgestellten Thesen und Forderungen.

Margit Schwabe



Wer macht was im Verein der Kiezspinne?

Ines Drost



Foto: I. Malunat

Als auf Initiative der Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales und der Pflegekassen 2010 der Aufbau von Kontaktstellen zur Unterstützung pflegender Angehöriger und Pflegebedürftiger in 12 Berliner Bezirken initiiert wurde, hatten wir nur vage Vorstellungen vom Umfang und der Vielfalt der damit verbundenen Aufgaben. Seit

01.11.2010 ist die diplomierte Pflegepädagogin Frau Ines Drost im Verein angestellt und für den Aufbau der Kontaktstelle PflegeEngagement im Bezirk Lichtenberg verantwortlich. Sehr engagiert, kreativ, sach- und fachkundig hat sie seit dem erfolgreich wichtige Grundlagen geschaffen. Fragen nach den Möglichkeiten und Grenzen der Betreuung Pflegebedürftiger im häuslichen Umfeld durch Angehörige gewinnen in einer älter werdenden Gesellschaft zunehmend an Bedeutung. Im Büro der Kontaktstelle im Nachbarschaftshaus ORANGERIE oder - für den Bereich Hohenschönhausen - in der Selbsthilfekontaktstelle Ahrenshooper Str., werden Interessierte vertrauensvoll, einfühlsam und kompetent von Frau Drost beraten. Inzwischen ist es ihr auch gelungen, freiwillige Helfer/innen für unterstützende Tätigkeiten wie bspw. einen Besuchsdienst zu gewinnen und Gesprächsgruppen zu gründen, in denen sich Betroffene untereinander austauschen und helfen können. Es sind sozial bedeutsame Aufgaben, denen sich unsere sympathische, stets freundliche Kollegin stellt und wir wünschen ihr weiterhin viel Erfolg dabei!

Michael Kunze

Mit dem Kiezspinnenbus unterwegs

am 3. Mai 2012 zur Baumblüte nach Werder



Bereits zum 133. Mal findet das Baumb Blütenfest in Werder, am Rande Berlins statt. Mit unserem Kiezbus wollen auch wir bei diesem traditionellen Fest dabei sein.

Zu verdanken haben wir dieses Fest dem Obstzüchter Wilhelm Wils, der am 13. März 1879 in der Vorstandssitzung des Werderaner Obst- und Gartenbauvereins den Vorschlag unterbreitete, den Höhepunkt der Obstbaumb lüte in allen Berliner Tageszeitungen bekannt zu geben und alle Naturfreunde dazu einzuladen. Bereits damals kamen über 50.000 Gäste nach Werder, um das Fest der Baumb lüte gemeinsam zu feiern.

In diesem Jahr werden bis zu 750.000 Besucher erwartet. Das Fest ist somit eines der größten Deutschlands. Und dabei findet das Baumb lütenfest nicht

wie üblich auf einer Festwiese oder in einem Festzelt statt, es wird in der ganzen Stadt, vom Hohen Weg über das Stadtzentrum bis zur Insel, in den Ortsteilen und entlang der Plantagen am Panoramaweg Werderobst gefeiert.

H.-J. Knebel



Foto: Chr. Zube | www.baumb lue.de

HOBBYECKE

Kochen mit HilDie

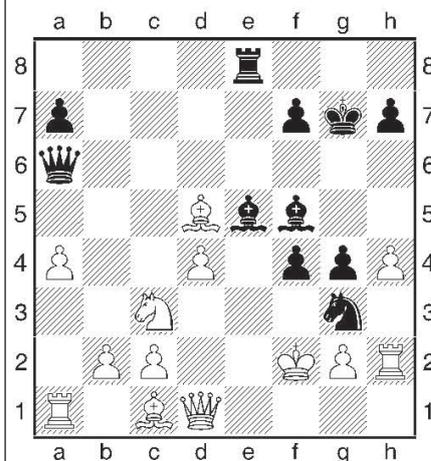
Diese Ausgabe: Kartoffelgulasch

1 kg Kartoffeln schälen, klein würfeln,
250 g Zwiebeln schälen, in Spalten schneiden,
3 rote Paprikaschoten in große Würfel schneiden,
2 kl. Möhren in dünne Scheiben schneiden,
3 EL Öl in einem Topf erhitzen.
Oben genanntes Gemüse darin andünsten.

2 Knoblauchzehen pressen und dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen,
70 g Tomatenmark kurz anschwitzen,
750 ml Gemüsebrühe oder Wasser zugeben und ca. 30 Minuten köcheln lassen,
250 g Chinakohl (ohne Rippen) in Streifen schneiden und ca. 5 Minuten mitgaren,
1 El Mehl anrühren, dazugeben, aufkochen lassen, mit Nelkenpulver und Cayennepfeffer abschmecken.

Vor dem Anrichten mit Petersilie bestreuen.

Schachcke



Schwarz am Zuge setzt in 4 Zügen matt.

(J. Rosanes - A. Anderssen, Breslau 1863)

Auflösung Seite 12



NEUES AUS DER EGON-ERWIN-KISCH-BIBLIOTHEK

Holzschnitte
von Wolfgang Janisch
bis 31.05.2012

„Krimnacht mit Emil“
Samstag | 05.05.2012 | 17-21 Uhr

Frühlingskonzert
Mittwoch | 23.05.2012 | 18 Uhr

Frühlingskonzert der Schostakowitsch- Musikschule mit dem Blockflötenensemble und Schülern der Flötenklasse und Gitarrenklasse.



Natur Pur
Ihr Bioladen
am U-Bhf.
Lichtenberg

Frankfurter Allee 231 - 10365 Berlin
(Nahe Sana-Klinikum/ÜZK)

Mo-Fr: 09:00 - 18:00 Uhr
Sa: 09:00 - 14:00 Uhr

Tel./Fax: 030 / 4208 8668 - www.naturpurberlin.de

Her mit dem Meer!

Ferienhäuser auf Usedom
in Karlshagen und Trassenheide.

 040 51318654

 www.usedom.de

Hauskrankenpflege Schwester Maria

Behandlungspflege und alle Pflegestufen
Haushaltshilfe
soziale Beratung
24-Stunden Rufbereitschaft



Telefon **54 9 833 80**

Alt-Friedrichsfelde 21 • 10315 Berlin

Fax 54 9 833 81



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

Interkultureller Freiwilligendienst (IFD)

Dieser Dienst hat sich im Laufe der Jahre zu einem verbindenden Instrument verschiedener Kulturen in Lichtenberg entwickelt. 19 Personen sind gegenwärtig im IFD tätig, davon 6 mit Migrationshintergrund: dies entspricht 32 %.

Die Einsatzstellen im Bezirk sind vielfältig, sie reichen vom Klimabüro, dem Kammerchor Karlshorst, der Bürgerinitiative Ausländische MitbürgerInnen und dem Kieztreff „Lebensnetz“ bis hin zur Fahrradreparaturwerkstatt und der Betreuung unserer Nachbarschaftsbibliothek im Kiez.

Seit vielen Jahren ist das interkulturelle Projekt Katjuscha ein Garant dafür, dass Integration nicht nur ein

Bekenntnis bleibt, sondern lebendige Wirklichkeit wird.

Alle freiwillig Tätigen tragen mit ihrem Engagement dazu bei, Lichtenberg lebenswerter zu gestalten. Dafür danken Vorstand und Geschäftsführung des Kiezspinne FAS e.V. herzlich!

Für die vielfältigen Aufgaben, die unser Nachbarschaftshaus im Kiez und darüber hinaus wahrnimmt, suchen wir immer Menschen, die sich mit ihren Ideen und Fähigkeiten freiwillig für das nachbarschaftliche Miteinander einbringen wollen.

Bitte wenden Sie sich bei Interesse an

Bernd Mentele

Tel. 030 55489635,

E-Mail: bernd.mentele@kiezspinne.de

Wandergruppe

Wanderung zum Landschaftspark Herzberge



Foto: Ina Malunat

Am 12. April 2012 fand die 2. Wanderung für SeniorInnen in diesem Jahr statt.

Trotz des Aprilwetters (mehr Regen als Sonne) trafen drei wanderlustige Gesellen im Foyer der KS ein. Alle hatten entsprechende Wanderkleidung an und waren gespannt auf den Landschaftspark Herzberge.

Unsere Wanderung durch den Park begann am Eingang Siegfriedstraße und führte uns vorbei an dem Gesundheitspfad zu den Weideflächen, den Streuobstwiesen, dem Paradiesgar-

ten und endete im Cafe des evangelischen Krankenhauses Herzberge. Auf den Weideflächen konnte man Rauwollige Pommersche Landschaft mit ihren Lämmchen sehen.

Alle Beteiligten waren überrascht, was aus den

Brachflächen des ehemaligen Rangierbahnhofes und dem Gartenbaugelände geworden ist. Wir alle hatten ein unbekanntes Stück von Lichtenberg entdeckt.

Die nächsten geplanten Wanderungen:

10. Mai 2012 zum Weißen See

14. Juni 2012 nach Falkenberg

Über weitere Wanderfreunde würde ich mich freuen.

Birgit Block



Wo man singt...

10 Jahre Singegruppe in der Kiezspinne



Foto: Ina Malunat

Vor zehn Jahren, am 10. April 2002, wurde die Singegruppe gegründet.

Sie bestand zum Anfang aus nur fünf Seniorinnen. Nach und nach kamen immer neue Mitglieder (auch Männer) dazu, sodass die Singgemeinschaft heute aus 18 Mitgliedern besteht. Ihr Repertoire besteht aus ca. 250 Liedern verschiedenster Genres (deutsche, in-

ternationale Volkslieder und alte Schlager). Die Auftritte im Seniorenheim machen allen Beteiligten viel Freude.

Wir danken allen Teilnehmern für ihr Engagement und wünschen ihnen weiterhin viel Freude beim Singen und freuen uns auf ihren Auftritt am 15. Juni beim KiezKulturFest.

Block/Samstag

Kiezläufer unterwegs



Europäischer Tag der Nachbarschaft, mein Artikel auf Seite 10 informiert zum Programm. Wenn wir von einer guten nachbarschaftlichen Atmosphäre

im Kiez reden, reden wir dann nicht auch über Ordnung und Sauberkeit? Ich meine „Ja“. Sperrmüll und Abfall jeglicher Art sind im Kiez zu finden und die fallen nicht vom Himmel, die werden von uns im öffentlichen Raum „entsorgt“. Mit uns meine ich nicht nur die Bewohner, sondern auch die Besitzer einiger Grundstücke an der Buchberger Straße, die als illegale Mülldeponie genutzt werden.

Nach wie vor gibt es keine Veränderungen im Bereich des Katzenwäld-

chens. Nur der eingezäunte Teil mit den Katzenställen wurde aufgeräumt. Jedoch sind der Zaun und die Ställe in einem desolaten Zustand. Gerne würde ich gemeinsam mit den Anwohnern, die sich liebevoll um die Anlage kümmern, eine Lösung finden. Leider habe ich auf meine Bitte zur Unterstützung bei der Entscheidungsfindung zum zukünftigen Umgang mit der Anlage keine Reaktion erhalten. Wenn der Verfall weitergeht, ist es nicht nur ein Schandfleck, sondern eine Gefahrenquelle und muss beseitigt werden.

Liebe Mitbewohner, zum Ergebnis unseres Putztages „Lichtenberg räumt auf“, am 28.04.2012 werde ich in der kommenden Ausgabe berichten. Bis dahin wünsche ich uns eine schöne Zeit.

Ihr Kiezkoordinator Reimer Dunkel



VERANSTALTUNGSTIP



Berliner Bündnis für Familie

2. LANGE NACHT DER FAMILIE

SAMSTAG, 5. MAI 2012
BERLIN UND UMLAND

WWW.FAMILIENACHT.DE

SCHIRMHEBEN: SANDRA SCHERER, SENIORSCHULE FÜR BILDUNG, ERGÄNZUNG UND WISSENSCHAFT VON BERLIN



Sport, Spiel, Lesungen, Detektivgeschichten, Stockbrotbacken, Grillen und vieles mehr!

Bei uns am

Samstag

5. Mai 2012

von 17 - 21 Uhr

Der besondere

montag	dienstag	mittwoch	donnerstag	Freitag	sonntag	sonntag
				01.		
				Juni 2012		
				10 Uhr		

MATTHIAS BISKUPEK



Schriftsteller, Publizist, Literaturkritiker

Lesungen, Ausstellungen und Vorträge führten ihn nach 1990 u.a. nach England, Polen, Finnland, Japan sowie in die Schweiz und die USA.

Kostproben aus seinem Schaffen, Gespräche und Diskussionen am

1. Juni 2012, um 10:00 Uhr



1. Juni 2012

Europäischer Tag der Nachbarschaft/ Internationaler Kindertag

Was wäre ein Kiez ohne seine Bewohner, also unsere Nachbarn? Ein gutes Zusammenleben mit den Nachbarn ist eine wesentliche Grundlage für eine Atmosphäre zum Wohlfühlen. Der „Europäische Tag der Nachbarschaft“ möchte uns Anregung geben, eine gute Nachbarschaft zu pflegen. Unser Haus möchte mit einigen Veranstaltungen einen Rahmen für Gespräche bieten.

Wir beginnen mit dem Besonderen Freitag, um 10:00 Uhr (s. Artikel Seite 9). Im Anschluss werden wir mit unseren Gästen und Nachbarn grillen. Dann, um 16:00 Uhr, starten wir vor dem Nachbarschaftshaus, so wie übrigens in ganz Berlin, unsere Kiezluftballons. Im Anschluss beginnt ein Familienfest - natürlich stehen die Kinder im Mittelpunkt. Im Nachbarschaftshaus ORANGERIE wird es eine Ausstellung zur 40jährigen Geschichte des Kiezes FAS geben. Die Nachbarn haben die Möglichkeit, eigene Erlebnisse aus dem Kiez zu erzählen, oder in einer der nächsten Ausgaben der Kiezzeitung ORANGERIE zu veröffentlichen. Es sind noch weitere Aktivitäten in Planung - sie werden ab dem 15.05.2012 aushängen. Informationsmaterial zum Europäischen Tag der Nachbarschaft liegt dann ebenfalls aus.

Reimer Dunkel

Hubertusbad und kein Ende

Die Mitglieder der Initiative ‚Licht an im Hubertusbad‘ trafen sich erneut am 18.04.2012, um sich über die neuesten Entwicklungen auszutauschen und zu informieren. Ein wichtiger Punkt war dabei der aktuelle Verhandlungsstand zwischen Herrn Sebastian Wagner (Lichtenberger Architekt und Projektentwickler) und dem Liegenschaftsfonds. Leider konnte Herr Wagner dem Treffen der Initiative nicht persönlich beiwohnen. Mitglieder stehen jedoch im regen Austausch mit ihm und wurden bereits im Vorfeld vom aktuellen Stand unterrichtet. Das von der Initiative versandte Schreiben an den Bezirksbürgermeister, Andreas Geisel, und an die BVV Lichtenberg, in dem es um noch offene Fragen geht, war ebenfalls Anlass zur Abklärung der weiteren Vorgehensweise. Ferner wurden die notwendigen Schritte für die Vorbereitung einer aussagekräftigen Ausstellung über das Bad sowie für eine Begehungsmöglichkeit am ‚Tag des offenen Denkmals‘, am 08. und 09.09.2012, besprochen.

Die scheinbar unendliche Geschichte um das Stadtbad Lichtenberg geht also weiter und bekommt vielleicht „bald“ ein Schlusskapitel.

Das nächste Treffen der Initiative findet am 16.05.2012, 19:00 Uhr in unserem Nachbarschaftshaus statt. Sie sind herzlich dazu eingeladen.

*Frank Tessmann
(Ein Sprecher der Initiative)*

AUSFLUGSTIPP

Malchow

Das Dorf Malchow liegt am Rand von Weißensee und Hohen Schönhausen und ist mit seiner Umgebung für Spaziergänge und auch für Radtouren ein attraktives Ziel.

Eine überschaubare Route zu Fuß wäre die um den Malchower See und in die nahegelegene Malchower Aue mit seinem Naturlehrpfad. Spielplätze und Sitzgelegenheiten bieten Familien und auch Senioren die Möglichkeit, stadtnah in verschiedenen Landschaften – Wald, See, Feldern und Auen – die Seele und die Beine baumeln zu lassen. Am Malchower See direkt gibt es ein Imbissangebot im Biergartenrestaurant.

Im Dorf Malchow können sie die Naturschutzstation mit zwei Storchennestern und dem Storchencafe (Naturescheune) besuchen und sich ein Bild über die vielfältigen Veranstaltungen und Angebote vor Ort machen.

Am Dorfeingang befindet sich die Schule im Grünen sie ist mit dem kleinen „Zoo“ in jedem Fall ein Besuch wert.

Das Dorf Malchow wurde das erste Mal im 11. Jahrhundert urkundlich erwähnt und gehörte zu den Ländereien der Familie von Humboldt. Das ehemalige Gutshaus wurde in der Jetztzeit von der Humboldtuniversität genutzt und befindet sich nun leider in einem aufgegebenen und sehr verfallenen Zustand.

Für Fahrradtouren sind die Möglichkeiten ebenfalls sehr vielfältig. So gibt es vom S-Bahnhof Wartenberg, vorbei am Neubaugebiet in Richtung Norden weite Feldlandschaften, die mit guten Wegen für Fußgänger und Radfahrer erschlossen sind (Barnimer Rad- und Wanderweg).

Auf einer Weidefläche befinden sich zwei Rinderherden, gehalten von der Naturschutzstation, zum einen schottische Hochlandrinder und zum anderen Rückzüchtungen auf das europäische Ur-Rind.

Das Dorf Malchow ist direkt über die Buslinien 259 und 154 zu erreichen und von der S-Bahnstation Wartenberg in ca. 20 min zu Fuß.

Petra Schäfer

2 Jahre Tauschring



*Morena Keckel und Olaf Ruhl
Foto: E. Pakosta*

Am 21.04.2012 fand sich der Tauschring Lichtenberg unter der Leitung von Morena Keckel auf der Terrasse des NBH ORANGERIE zum 2-jährigen Bestehen zusammen.

Bei zahlreich mitgebrachten, selbstgemachten Kuchen, Broten, Salaten, Gebrülltem sowie Getränken, plauderte man über das bisher Erreichte und hofft, dass sich die Mitgliederzahl von derzeit 15 weiter erhöht und die wöchentlichen Informationsabende mittwochs von 18.00 - 19.00 Uhr genutzt werden Angebote zu unterbreiten.

E. Pakosta



Öffnungszeiten

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38:
Mo-Fr 8-22, Sa 14-20 Uhr Tel: 55489635
Selbsthilfetreff Synapse (in der ORANGERIE), Sprechzeiten: Mo 13-17, Di 13-16, Fr 10-12 Uhr u. nach Vereinbarung, Tel: 55491892

Kontaktstelle PflegeEngagement (in der ORANGERIE)

Sprechzeiten: Di 13-15 Uhr, Mi 10-12 Uhr und nach Vereinbarung, Tel: 5138888

Medienkompetenzzentrum

Die Lücke (in der ORANGERIE):

Mo-Fr 14-19, Tel: 55491894

Stadtteil- und Fahrradwerkstatt:

Schulze-Boysen-Str. 40

Mo - Fr 8 - 18, Sa 14 - 20 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

HilDie: Hilfen u. Dienstleistungen im Kiez:

Schulze-Boysen-Str. 37, Tel: 28472394

Zentralkasse (Raum 109): Mo 9:30-12:30

Uhr, Di 14:30-18:00 Uhr, Mi 9:30-12:30 Uhr,

Do 14:30-18:00 Uhr, Fr 9:30-11:30 Uhr



Arbeitsgemeinschaften

AG Nachbarschaftshaus 1. Mo, 17 Uhr

Mieterbeirat, öffentliche Sitzung

2. und 4. Mo, 19 - 21 Uhr

Textschmiede 1. und 3. Do, 16 Uhr

Fotozirkel 2. und 4. Mo, 17 Uhr

IG Heimatgeschichte 3. Mi, 15-17 Uhr



Beratung

Sozialberatung (bes. zu ALG II)

Do 13-18 Uhr und nach Vereinbarung

Selbsthilfe-Beratung

Mo 13-17, Di 13-16, Fr 10-12 Uhr

Beratung für pflegende Angehörige

Di 13-15 Uhr, Mi 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, Do 10-12 Uhr

HilDie-Sprechstunde Mo 10-13 Uhr und

Do 13-15 Uhr einschl. Beratung rund um

die Pflege, 1. Do 10-15 Uhr u. 3. Do 15-20

Uhr (mit Anmeldung)



Generation 60+

Senioren gymn. Mo 9-10, Di 8-9 u.

9-10, Mi 8-9 u. 9-10 Uhr, 10 €/Monat

Gymn. f. Männer Di 10 Uhr, 10 €/Monat

Gedächtnistr. Di u. Mi 10:30 Uhr, 1 €/Term.

Senioren singegruppe Mi 15 Uhr, 1 €

Nähen m. Nachb. Mi 10-13 Uhr, 1 €



Gesundheitsselbsthilfe

Entspannungs- u. Bewegungskurse:

Anmeldung erforderlich. Einstieg in laufende Kurse nach Absprache möglich.

Beckenbodentraining Mi 11 Uhr,

Taiji für Fortgeschrittene Fr 13:15 Uhr

Qigong Fr 14:30 Uhr und neu ab Mai: Mi

19 Uhr

Yoga Di 16:30, 17:45 und 19 Uhr

Yoga für die Wirbelsäule Mo 16:45

und 18 Uhr

Gymnastik für Brustkrebs operierte

Frauen Di 14 Uhr

Hüft-, Rücken- u. Knieschule Mi 16 Uhr

Line Dance Mo 18 Uhr und Mi 19 Uhr

Gesellschaftstanz Di 19:15 Uhr

Pilates Do 18:45 Uhr, Anfängerkurs ab

24.5., 20 Uhr

Selbsthilfegruppen:

Angehörige psychisch Kranker

4. Di im Monat, 18 Uhr

Angehörige von Menschen mit

Demenz 1. Mo im Monat, 10 Uhr

Angst, Depression, Psychose I

1. und 3. Mo im Monat 18 Uhr

Angst, Depression, Psychose II Di 18 Uhr

Beckenbodenprobleme

3. Di im Monat 14:30 Uhr

Brustkrebs 2. Mo im Monat 16 Uhr

Depression Mi 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

Ganzheitliche Selbsthilfe/Chronisches Erschöpfungssyndrom

2. Mo im Monat 14 Uhr

Multiple Chemische Sensibilität 2. Di

im Monat, 17 Uhr

Osteoporose, 7 Gymnastikgruppen

(Termine erfragen)

Parkinson, 3. Mo im Monat 15 Uhr

Russischsprachige SHG Gesundheit

2. u. 4. Mi, 15 Uhr

Zwänge, 8.5, 22.5, 5.6., 19.6.

jeweils 17 Uhr



Kinder, Jugendliche und Familien

Familienfrühstück Di. von 9 - 11 Uhr

Familienzimmer Do. von 11 - 14 Uhr,

Fr von 16-18 Uhr

Nachhilfe (vorrangig für Kinder aus

Aussiedlerfamilien) Mo 14-18, Di 15-18,

Do 14-18 Uhr und nach Vereinbarung

Schach (Anmeldung) 2. u. 4. Mo im

Monat, 16 Uhr

Familiennachmittag 4. Sa im Monat,

15-18 Uhr: Spielen, Basteln, Trödeln

Spielekreis Do 10-12 Uhr u. Fr 16-18

Uhr (ca. 1-5-Jährige), 1 €.



Kultur, Freizeit und Lebensart

Literaturcafé Mi 14:30 Uhr, 1 €/Termin

Der Besondere Freitag 1. Freitag im

Monat 10-12 Uhr (Frühstück mit einer

Persönlichkeit aus Politik oder Kultur).

Aktueller Gast: siehe Seite 12

Freizeitgruppe I Mi 17 Uhr (Anmeldung)

Freizeitgruppe II 1. u. 3. Mi 17 Uhr

(Anmeldung)

Frauenstammtisch Mi 11 - 13 Uhr

Tauschnetz Mi 18-19 Uhr

Kochtreff bei HilDie 1. u. 3. Sa im Monat

Anmeldung unter 28472394



Kunst und Handwerk

Druck- und Grafikurse (auf Anfrage)

Offene Holz- und Metallwerkstatt



Weiterbildung

Engl.-Konversation (geschl. Gruppe)

Mi 10 Uhr

Kommunikation in Englisch

(3 Gruppen) Do 10 Uhr, 11:30 u. 13 Uhr

Deutsch für Ausländer u. Aussiedler

Anmeldung: 55489635, Frau Martin

Spanisch für Fortgeschrittene u.

Anfänger Mo 18 Uhr u. Mi 19 Uhr, 5 €/

Termin, (Anmeldung)

Kiez-Service

Raumnutzung Di 13-18, Fr 10-12 Uhr

Bibliothek (Ausleihe und Rückgabe),

Mo und Do 11-14 Uhr

Nähstübchen Mo, Di, Mi, Fr 8-14 Uhr,

Do 12-18 Uhr

HilDie: Hilfen und Dienstleistungen

im Kiez auf Anfrage: 28472394.



BESONDERE VERANSTALTUNGEN

• **Donnerstag, 03.05., 10:00 Uhr**
Tagesfahrt zum Baublütenfest nach Werder.

Teilnahmegebühr: 15 €
(siehe Seite 7)

• **Freitag, 04.05., 10:00 Uhr**
Der Besondere Freitag mit Johanna Schall.

Eine Frau mit Können, Charme und Geschichte.

Eintritt: 5 €

• **Samstag, 05.05., 17:00-21:00 Uhr**
Lange Nacht der Familie in Berlin und Umland.

Bei uns: Sport, Spiel, Lesungen, Detektivgeschichten, Stockbrotbacken, Grillen

Eintritt: frei

(siehe Seite 9)

• **Donnerstag, 10.05., 10:00 Uhr**
Wanderung zum Park am Weißen See

Teilnahmegebühr: 1 €

• **Samstag, 12.05., 17:00-23:00 Uhr**
Maifest

Eintritt: 10 €

• **Montag, 14.05., 14:30 Uhr**
Stephi's Kräuterküche-Selbsthilfe mit Omas Kräuterrezepten: „Ganzheitliche Sicht der Naturheilkunde, einfache Anwendungen von Heilpflanzen“

Kosten: 3 €

• **Dienstag, 15.05., 14:00 Uhr**
Vortrag D/Ru: Gesundheitscheck, Erstellung eines individuellen Heilprogramms, mit Dr. med. Juriy Isayev

Eintritt frei

• **Mittwoch, 16.05., 10:00 Uhr**
Elterncafé für Eltern erwachsener Kinder mit Behinderung

Eintritt: frei

Lösung der Schachaufgabe:
1. ... Df1+1, 2. D:f1 L:d4+, 3. Le3
T:3! (Droht unvermeidlich 4. ...
Te2+), 4. Kg1 Te1++

Lösung der Schachaufgabe:

• **Donnerstag, 24.05., 14:30 Uhr**
Pfingstfest „Wir laden zur Maibowle ein“

Eintritt: 3 €

• **Freitag, 01.06., 10:00 Uhr**
Der Besondere Freitag mit Matthias Biskupek

Eintritt: 5 €

(siehe Seite 9)

• **Freitag, 01.06., 16:00-19:00 Uhr**
Familientreff im Rahmen des Europäischen Tages der Nachbarschaft

Eintritt frei

• **Montag, 04.06., 14:30 Uhr**
Stephi's Kräuterküche-Selbsthilfe mit Omas Kräuterrezepten: In der eigenen Küche Salben und Öle herstellen

Kosten: 3 €

• **Donnerstag, 07.06., 10:00 Uhr**
Tagesfahrt nach Bad Saarow

Kosten: 15 € plus Eintritt
(Anmeldung erforderlich)

• **Donnerstag, 14.06., 10:00 Uhr**
Elterncafé für Eltern erwachsener Kinder mit Behinderung

Eintritt frei

• **Donnerstag, 14.06., 10:00 Uhr**
Wanderung nach Falkenberg zur Dorfkate

Treffpunkt: S-Bhf. Nöldnerplatz

Teilnahmegebühr: 1 €

• **Freitag, 15.06., 15:00-22:00 Uhr**
KiezKulturFest

Im und am Nachbarschaftshaus

(siehe Seite 3)

• **Montag, 18.06., 14:30 Uhr**
Stephi's Kräuterküche- Selbsthilfe mit Omas Kräuterrezepten: Große abschließende Kräuterwanderung im Treptow-

wer Park mit Tipps zum Trocknen und Aufbewahren von Heilpflanzen

Kosten: 3 €

• **Donnerstag, 21.06., 18:00 Uhr**
Forum Angst und Depressionen
Thema.: Meine Stärken u. Schwächen richtig einschätzen oder wie schaffe ich es mich selbst zu verwirklichen? (Anmeldung beim SHT Synapse)

Kosten: 1 €

• **Donnerstag, 21.06., 14:30 Uhr**
Wir begrüßen den Sommer

Eintritt: 4 €

• **Samstag, 23.06., 15:00-19:00 Uhr**
Familiensamstag, Sommerfest

• **Samstag, 23.06., 17:00-24:00 Uhr**
Schulabschlussfest

Eintritt: 2 €

• **Dienstag, 26.06., 14:00 Uhr**
Vortrag D/Ru: Frau Ludmila Kaminsky vom Bestattungsunternehmen Grieneisen

Eintritt frei

• **Donnerstag, 28.06., 14:30 Uhr**
Rund um die Erdbeere

Eintritt: 4 €

Seniorenkino

Wer hat Lust zusammen mit anderen Senior/Innen ins Seniorenkino nach Hohenschönhausen zu kommen?

Die Vorstellungen finden jeweils 1x im Monat mittwochs statt.



Beginn um 15 Uhr.
Eintritt 4,00 Euro.

Interessenten melden sich bitte bei Frau Block (Seniorentreff)

Raumnutzung in der ORANGERIE!

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

Fragen Sie uns! Tel. 55489635

Bärbel Ambrus feinliner Grafik+Design

AUSSTELLUNG Signet bis Plakat
19. April-8. Juni 2012
in der Orangerie
KONTAKT & INFO für Ihren Grafik-Auftrag:
www.feinliner.de

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, Konto: 3062198, Sparda-Bank Berlin e. G., BLZ: 120 965 97, Redaktionsschluss für 4/12: 15.06.2012