

ORANGERIE

2



Blicken wir am 22.04., dem Gründungstag unseres Vereins, auf „nur“ oder „schon“ 20 Jahre Kiezspinne FAS e.V. zurück? Den überlieferten Geschichten und Dokumenten zufolge waren es keineswegs nur unbeschwerte Kindheits- und Jugendjahre, die der Verein erlebt hat. Im Gegenteil: in den Anfangsjahren waren besonders viele Schwierigkeiten und Probleme zu überwinden. Viele von uns wären damals bestimmt gern dabei gewesen, als die Gründer/innen zusammen saßen, Ideen diskutierten und voller Enthusiasmus versuchten, ihre Gedanken zunächst zu Papier und damit auf einen langen Weg zu bringen. Ob sie heute zufrieden sind mit dem, was daraus geworden ist? Einige Akteure und Mitstreiter/innen kommen dazu in einer

geplanten Sonderausgabe unserer Zeitung „ORANGERIE“ zu Wort, darunter Andreas Geisel, heute Bürgermeister von Lichtenberg und Birgit Monteiro, die 10 Jahre überaus erfolgreich die Geschäfte geführt hat, und zusammen mit Maja-Helen Feustel Bauherrin unseres schönen Nachbarschaftshauses war. Wovon kann die heute aktive Generation „Kiezspinner/innen“ erzählen? Unter anderem von vielen sehr interes-

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

40 Jahre Wohngebiet FAS

Festveranstaltung vom Januar!
Seite 2

Zu Gast bei Franziska Troegner

„... Ich bin doch kein Alien, sondern nur Berliner, schwarz und Ossi...“

Seite 3

Gesundheits-Selbsthilfetag 2013

Schon zum 8. mal in unserem Nachbarschaftshaus!

Seite 5

Archäologie in Lichtenberg Süd

Reena Perschke, Archäologin vom Museum Lichtenberg im Stadthaus, über die Lichtenberger Geschichte.

Seite 9

Zukunft gestalten

Aus der ersten Tagung der neuen AG „Zukunft des Nachbarschaftshauses ORANGERIE“.

Seite 10

8. MÄRZ - INTERNATIONALER FRAUENTAG

Die Ahnung der Frau ist meist zuverlässiger als das Wissen der Männer.

Joseph Rudyard Kipling



Wir gratulieren allen Frauen und Mädchen zum Internationalen Frauentag!



AUS DER VORSTANDSSITZUNG

Was war das Thema?

Ein Thema der jüngsten Vorstandssitzung war ein Bericht über die Familienarbeit des Vereins. Sie geschieht in Zusammenarbeit mit dem freien Träger der ambulanten Kinder- und Jugendarbeit „Starke Brücken“. Im vergangenen Jahr fand eine Elternbefragung statt und wurde eine Konzeption erstellt. Nun läuft die Arbeit und wird von Eltern und Kindern gut angenommen. Immer wieder gelobt wird die Art, wie Frau Swade mit Kleinen und Großen umgeht. Für März ist die Einrichtung einer Familienservicestelle geplant, wo Familien und Alleinerziehende Beratung finden sollen, vor allem was einen gesunden Lebensstil und Stärkung von Erziehungskompetenz angeht. Motto ist: „Gesundes Aufwachsen im Kietz“. Wichtig wird die Vernetzung und Zusammenarbeit mit anderen Projekten unseres Vereins wie der Jugendfreizeiteinrichtung „Napf“ und dem Schülerclub „Lichtpunkt“, aber auch mit anderen Akteuren im Ortsteil, so etwa mit den Schulen. Es kommt jetzt auch darauf an, Eltern zur Mitarbeit zu gewinnen, damit es nicht bei bloßer Empfängerhaltung bleibt. Ziel ist ein Elternselbsthilfe-Netzwerk. Der Vorstand war von dem Bericht sehr angetan und dankt allen Beteiligten. – Zur Kenntnis konnte der Vorstand nehmen, dass für Herrn Spohn, den wir ziehen lassen mussten, jetzt Herr Beißig Mitarbeiter für Finanzen und Rechnungswesen ist. Unter über 30 Bewerbungen fiel die Wahl auf ihn. Herr Beißig ist Vereinsmitglied und wohnt unweit des Nachbarschaftshauses im Kietz. -- Erfreulich ist, dass unser Interkultureller Freiwilligendienst wieder gefördert wird und dass wir (entgegen den Befürchtungen noch im Dezember) doch wieder MAE-Mitarbeiter zugewiesen bekommen haben, was unter anderem die Ausweitung der abendlichen Öffnungszeiten der ‚Orangerie‘ ermöglicht hat.

Manfred Becker

Fortsetzung von Seite 1

sierten in- und ausländischen Delegationen, die sich mit uns austauschen, monatlich rd. 5000 Besucher/innen unserer Veranstaltungen, einer über die Bezirksgrenzen hinaus anerkannten Selbsthilfekontaktstelle, über 100 Vereinsmitgliedern, vielen generationsübergreifenden sozialen Projekten, einer gefragten Vereinszeitung, beliebten Arbeits- und Interessengemeinschaften, vielfältigen interkulturellen Begegnungen von Menschen und Familien, über 50 ehrenamtlichen und freiwilligen Helfer/innen u.v.a. mehr. Ist es nicht verständlich, wenn da schon ein wenig Stolz bei all Denjenigen aufkommt, die in den letzten 20 Jahren daran aktiv mitgearbeitet haben? Und vor allem das Bedürfnis Danke zu sagen, für ausdauerndes Engagement,

Kreativität und Zielstrebigkeit vieler ungenannter tatkräftiger Unterstützer/innen, ohne die das nicht erreicht worden wäre. Die Rückbesinnung auf das Ursprüngliche erinnert uns daran, dass die Mitwirkung im Verein und unsere Arbeit im Nachbarschaftshaus nicht Selbstzweck ist, sondern von sozialer Verantwortung für das Gemeinwohl geprägt wird. Sich für sozial Bedürftige einzusetzen, sie zu unterstützen und möglichst viele Menschen im Kiez in die demokratische Mitgestaltung ihrer Lebensumwelt einzubeziehen, steht weiterhin im Mittelpunkt unserer Bemühungen. Dabei sind wir gut voran gekommen, müssen aber zielstrebig weitermachen. Wie seit 20 Jahren sind Sie, liebe Nachbarinnen und Nachbarn, herzlich eingeladen, sich aktiv einzubringen und mitzumachen!

Michael Kunze

40 Jahre Wohngebiet Frankfurter Allee Süd Festveranstaltung am 19. Januar 2013

In Anwesenheit von Andreas Geisel, Bezirksbürgermeister (SPD), Kerstin Beurich, Kulturstadträtin (SPD), Wilfried Nünthel, Baustadtrat (CDU), Dr. Andreas Prüfer, Bezirksstadtrat (Die Linke), Dr. Gesine Löttsch, Bundestagsabgeordnete (Die Linke) sowie weiteren Mitgliedern des Abgeordnetenhauses von Berlin und Verordneten der BVV Berlin Lichtenberg und Bürgern des Kiezes fand eine interessante und informative Festveranstaltung statt. Grußworte von Herrn Geisel, Herrn Nünthel und Herrn Becker bildeten den Auftakt. Als Festredner stellte Herr Thorleif Neuer, Architekt und Stadtplaner, der „Vater von Frankfurter Allee Süd“, anschaulich die Entwicklung von der Idee bis zum ersten Spatenstich dar. Sein interessanter Vortrag ließ die Ereignisse von vor 40 Jahren noch einmal lebendig werden. Probleme und so manche Besonderlichkeiten stellte er sachlich und auch mit einem zwinkernden Auge dar. Kurze Redebeiträge aus den Reihen der Gäste bewerteten die Wohnqualität im Kiez sehr positiv und bedankten sich bei Herrn Neuer für die schönen Wohnungen.

Die Veranstaltung wurde durch die Darbietungen einer Gesangsgruppe der Schostakowitsch - Musikschule Lichtenberg abgerundet. Ein Höhepunkt war die Wiederaufführung des Gassenhauers „Lichtenberger Jungs“. Die Geschichte des Liedes wurde sehr anschaulich durch Herrn Betauski, Interessengemeinschaft Heimatgeschichte, dargestellt.

Eine Fotoausstellung ergänzte die gelungene Veranstaltung ab.

Ein festlicher Empfang im Anschluss gab den Gästen die Möglichkeit, u. a. auch mit dem Architekten ins Gespräch zu kommen.

Die Festveranstaltung wurde in Zusammenarbeit mit dem Bezirksamt Lichtenberg, der Kiezspinne FAS e.V. und dem Studio Bildende Kunst organisiert und durchgeführt.

Für den Herbst 2013 bereiten wir eine weitere Veranstaltung im Rahmen der Feierlichkeiten zum 40jährigen Bestehen des Wohngebietes Frankfurter Allee Süd vor. Über den genauen Zeitpunkt und Inhalt werde ich Sie in der kommenden Ausgabe der ORANGERIE informieren.

Reimer Dunkel



„... Ich bin doch kein Alien, sondern nur Berliner, schwarz und Ossi...“

sagte sehr selbstbewusst der Schauspieler Pierre Sanoussi-Bliss in seiner vielbeachteten Rede im Jahr 2006 auf dem Integrationsgipfel im Bundeskanzleramt.

Pierre Sanoussi-Bliss ist der Sohn eines guinesischen Diplomaten und einer damals in der DDR lebenden Lehrerin. Er besuchte die Hochschule für Schauspielkunst „Ernst Busch“ Berlin, in der preisgekrönten Komödie von Doris Dörrie „Keiner liebt mich“ spielte er eine der Hauptrollen. Er ist auch als Autor (Kin-

derbuch „Der Nix“) und Regisseur tätig. Sein Film „Zurück auf Los!“ (Drehbuch, Regie, Hauptrolle) lief inzwischen mit großem Erfolg bei über 60 internationalen Festivals wie in Sydney, Amsterdam, Montreal oder Südafrika. Bekannt ist Pierre Sanoussi-Bliss einem großen Publikum aus der ZDF-Kult-Krimiserie „Der Alte“. Seit 1997 spielt er den Kriminalassistenten „Axel Richter“. Ursprünglich sollte er einen anderen, sehr exotisch klingenden Rollennamen tragen, den er aber partout nicht haben wollte.

Warum ??? Diese und andere Fragen werden wir am 1. Juni besprechen, wenn der überaus humorvolle Schauspieler in der Kiezspinnere mein Gast sein wird.

Ich freue mich auf Sie und Ihre Fragen.
Ihre Franziska Troegner

Internationale Abende

„Jetzt kommt die Süße!“, war das Motto unseres ersten Abends in diesem Jahr aus der beliebten Veranstaltungsreihe



Fotos: H.-J. Knebel

aber auch Geschmackvolles.

Das Besondere war diesmal, dass der ganze Tag im Zeichen dieses Ereignisses stand. Das Foyer unseres Hauses verwandelte sich in einen Wappensaal. Neben den aktuellen Wappen der Stadtbezirke konnte man auch die Wappen der einzelnen Ortsteile Berlins sehen.

Der „Problembär Klaus“ begrüßte die Gäste zum Familiennachmittag mit kleinen Pfannkuchen. Die Kinder konnten Bilder mit Berlinmotiven ausmalen und im Familienzimmer oder Sportraum spielen.



„Internationale Abende - Kultur und Kulinarisches“. Wie schon bei den Abenden zuvor, gab es wieder viel Wissenswertes, Unterhaltsames

Reimer Dunkel, der Organisator des Berliner Abends, begrüßte dann die Gäste zum Abendprogramm.

Seit wann gibt es Berlin? Wo kommen die Berliner her? Wie ist Berlin so groß geworden? Wie es früher hier war und was man heute noch von unseren Vorfahren finden kann, darüber berichtet Frau Reena Perschke, Archäologin des Museums Lichtenberg. Sie brachte auch gleich einige Fundstücke, die bei Ausgrabungen gefunden wurden, mit (Siehe Seite 10).

Wie gut sich unsere Gäste über Berlin auskennen, konnten sie in einem Berlinquiz, das durch Frank Tessmann vorbereitet wurde, unter Beweis stellen.

Der Höhepunkt des Abends war Mariaka Born „Die „Kleene aus Berlin“, die mit ihrem Programm an die beliebte Künstlerin Helga Hahnemann erinnerte. Viele bekannte, bis heute unvergessene Lieder dieser einzigartigen Berlinerin sorgten bei den Gästen für eine tolle Stimmung.

Natürlich gab es auch wieder landesspezifisches Essen. Die Küchencrew hat sich fast selbst übertroffen mit den Berliner Gerichten: Kartoffelsuppe, Kasseler mit Kartoffel- und Erbspüree und gedeckten Apfelkuchen mit Sahne.

Nun wollen wir diese gute Tradition fortsetzen und bereiten schon den nächsten Internationalen Abend vor. Freuen Sie sich auf Kultur und Kulinarisches aus dem fernöstlichen Land Vietnam.

Hans-Joachim Knebel

LESERBRIEF

S Nowim Godom!

Spasibo Wam!

Als ein wunderschönes Erlebnis bleibt mir das diesjährige JOLKA-FEST (nach alter russischer Sitte das Neujahrsfest nach Julianischem Kalender) im Nachbarschaftshaus ORANGERIE in bester Erinnerung. Ein abwechslungsreiches Programm mit Musik, Gesang und Tanz, einem kleinen Märchenspiel wie auch einer zauberhaften Modenschau mit selbstgestrickten Kleidungsstücken umrahmten den Höhepunkt des Abends: DED MOROS und SNEGUROTSCHKA (Väterchen Frost und Schneeflöckchen, seine Enkelin) trafen ein! Sie besicherten die Kinder für kleine Gedichte und Liedchen mit Geschenken. Und nicht allein KALINKA oder KATJUSCHA vermittelten allen Anwesenden eine fröhliche Stimmung und schöne Stunden in „heimatlicher“ Atmosphäre.

Vielen herzlichen Dank den Initiatoren und Organisatoren dieses schönen Festes, vor allem Frau Raisa Hercher, Frau Olga Martin und allen ihren vielen Helferinnen und Helfern für diesen wunderschönen Abend!

Viel Erfolg und Alles Gute weiterhin!

Antonina Möhwald

Kleiderspende für wohnungslose Menschen übergeben!

Am 14.02.13 haben wir dem AWO-Kiezcafé in der Wühlichstraße die gespendete Winterkleidung übergeben. Die Leitung des Kiezcafés dankt herzlich allen, die sich an der Aktion im Rahmen der Berliner Kältehilfe für wohnungslose Menschen beteiligt haben.

Bernd Mentele



Hier bin ich Zuhause im Alter

interkulturelles ehrenamtliches
SeniorenUnterstützungsNetzwerk – SUN

Im Kiez Frankfurter Allee Süd sind derzeit ca. 24 % der Menschen älter als 64 Jahre. Die meisten von ihnen leben noch in der eigenen Häuslichkeit und organisieren ihren Alltag selbstständig. Doch was passiert, wenn man Hilfe benötigt, die eigene Familie nicht mehr in unmittelbarer Nähe wohnt und man nicht auf soziale Netzwerke zurückgreifen kann? Gerade dann ist gegenseitige nachbarschaftliche Hilfe und Unterstützung wichtig.

Mit dem SeniorenUnterstützungsNetzwerk wollen wir nachbarschaftliche Hilfen organisieren, die ein langes Leben und Wohnen in der vertrauten Umgebung ermöglichen. Das Netzwerk

bringt Unterstützung suchende ältere Menschen und Unterstützung gebende Nachbarn zusammen.

Das SeniorenUnterstützungsNetzwerk (SUN) unterstützt auch die Vernetzung professioneller Dienstleister der Seniorenarbeit im Kiez. Auf dem Markttag „Hier bin ich Zuhause im Alter“ am 17. April 2013 im Nachbarschaftshaus ORANGERIE stellen sie mit Informationsständen und Fachvorträgen zu gesundheitsförderlichen Themen ihre vielfältigen Angebote vor. Der Markttag bietet auch eine Plattform zum Kennenlernen, Austausch und um gemeinsame Aktivitäten planen.

Jutta Kreibaum

„Pflege kann nur gut gehen, wenn es den Pflegenden selbst gut geht“ (Jansen)

Wenn die Krankheit den Partner stark verändert, wenn seine Handlungen, sein Verhalten immer wieder schmerzhaft überraschen, verletzen und langsam entfremden, fühlt sich der pflegende Angehörige hilflos, allein und verzweifelt. Dann kommt die Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit und ohne Demenz richtig zur Hilfe. Dort treffen sich Menschen, die lange Zeit ihren Nächsten begleiten, erzählen von ihren Sorgen und Erfahrungen, bekommen wichtige Hinweise, die im Alltag weiter helfen. Hier hat man in der Not Gesprächspartner, Mitfühlende und Berater. Aus eigener Erfahrung berichten die pflegenden Angehörigen, dass das miteinander reden über die Probleme bei der Pflege von schwer kranken Angehörigen eine enorme Erleichterung darstellt. Durch die professionelle Begleitung der Gruppe durch die Kontaktstelle PflegeEngagement, aber auch durch die Gleichbe-

troffenen bekommen die Ratsuchenden wertvolle Hinweise, wie man schwierige Situationen besser meistern kann. Das trägt entscheidend zum Wohlbefinden des zu pflegenden Angehörigen bei.

Pflegende Angehörige wünschen sich, dass ihre Arbeit anerkannt wird, sie durch Gespräche seelisch unterstützt werden und die eine oder andere Information bekommen, wo sie in ihrem Wohnumfeld Ansprechpartner zu pflegerelevanten Fragen bzw. Antragstellungen finden.

Die Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige freut sich, noch weitere Teilnehmer in der Gruppe begrüßen zu können. Die Treffen finden an jedem 2. Mittwoch im Monat um 16 Uhr im St. Albertus Seniorenheim, Degnerstr. 22, 13053 Berlin und am 1. Montag 12:30-14:00 Uhr im Nachbarschaftshaus ORANGERIE statt. Anmeldung unter Tel. 030- 28 47 23 95, 030 - 513 88 88 (AB)

Angehörige der Gesprächsgruppe



Wir sind umgezogen!

Ab sofort finden Sie die Kontaktstelle PflegeEngagement in der Schulze-Boysen-Str. 37 (2. OG), direkt gegenüber unserem Nachbarschaftshaus. T 030 28472395



Hier bin ich Zuhause im Alter

Hilfsbereite Nachbarinnen
und Nachbarn gesucht!

Unterstützen Sie ältere Menschen in Ihrer Nachbarschaft z.B. beim Einkaufen, durch Begleitung zum Arzt, den Hund ausführen, Vorlesen oder gemeinsame Unternehmungen.

Geben und Nehmen!

Sie geben Ihre Zeit und machen anderen Menschen eine Freude. Im Gegenzug erhalten Sie Anerkennung, sammeln neue Erfahrungen, die Ihr Leben bereichern, und werden Teil einer lebendigen Nachbarschaft.

Wir suchen engagierte Menschen, die mit uns gemeinsam ein nachbarschaftliches Netzwerk aufbauen, damit ältere Menschen so lange wie möglich in ihrem vertrauten Kiez leben können.

Melden Sie sich bei:

Jutta Kreibaum

Kiezspinne FAS e.V.

Schulze-Boysen-Str. 37, 10365 Berlin

Tel.: 28472394

E-Mail: jutta.kreibaum@kiezspinne.de

Wir freuen uns auf Sie!

VERANSTALTUNGSTIP

KAFFEE KLATSCH

AM
3. MONTAG
14:30 UHR

IM SENIORENTREFF

nächste Termine:

18. März
15. April

Kosten: 2 €



Gesundheits-Selbsthilfetag



Foto: Ina Malunat

Am **Dienstag, 12. März 2013 von 13-18 Uhr** findet der diesjährige Gesundheits-Selbsthilfetag im Nachbarschaftshaus statt. Nun schon zum 8. Mal in Folge halten der Selbsthilfetreff Synapse, seine Gruppen und Kooperationspartner ein vielseitiges Programm für Sie bereit. Es gibt umfangreiche Informationen zu Selbsthilfe und aktuellen Angeboten, Beratungen, Gesundheitsvorträge und Sportliches. Wer kann schon von sich behaupten,

einmal gemeinsam mit einer Olympionikin Gymnastik gemacht zu haben? Auch dazu haben Sie am 12. März die Gelegenheit.

Bei unserem **kostenlosen Gesundheits-„TÜV“** können Sie Ihren Gesundheitszustand mal wieder auf den Prüfstand stellen. Unsere qualifizierten Kooperationspartner testen Blutdruck, Blutzucker, Körperfett, Sehstärke, Hörfähigkeit, Venenfunktion und Fußdruck.

Dagmar Buresch

Unser Programm am 12. März auf einen Blick

13:00 Uhr	Eröffnung
13:00 - 18:00 Uhr	kostenloser Gesundheits-„TÜV“
Gesundheitsvorträge	
13:15 Uhr	PD Dr. med. Rainer Brenke Internist und Facharzt für Physikalische Medizin, ehem. Charité Berlin-Mitte „Nichtmedikamentöse Verfahren der Schmerztherapie“
14:45 Uhr	Dr. med. Angeloka Brenke Fachärztin für Dermatologie, ehem. Charité Berlin-Mitte „Die guten und die schlechten Seiten der Sonne“
Mitmachangebote	
15:30 Uhr	Fitnessstudio Active Ladies Zumba-Schnupperstunde – eine Kombination aus Aerobic und lateinamerikanischen Tanzelementen
16:30 Uhr	Gundhild Hoffmeister ehem. Leichtathletin, dreifache Olympiamedaillengewinnerin Fit in jedem Alter – Lockere Gymnastikstunde für Jedermann

Wir danken der Friedrichsberg-Apotheke, dem Sanitätshaus Seeger, ColiBri Augenoptik, Hörgeräte-Akustik Flemming-Klingbeil, dem Fitnessstudio Active Ladies, unseren Selbsthilfegruppen und Kooperationspartnern für die freundliche Unterstützung.

NEU BEI UNS

Trauergespräche

In der Trauer nicht allein zu sein, wünscht sich fast jeder Trauernde – Verständnis, Einfühlungsvermögen, aufgefangen werden, Trauer zulassen und Wege finden, mit ihr umzugehen. Die Trauerbegleitung durch einen erfahrenen Trauertherapeuten in einer kleinen Gruppe ebenfalls Betroffener oder auch in Einzelgesprächen kann Ihnen dabei helfen.

Wenn Sie trauern und an unserem Gesprächsangebot interessiert sind, melden Sie sich bitte im

Selbsthilfetreff Synapse
Tel.: 55491892 oder 55489635.

Dagmar Buresch

SHG für Lebenspartner

Eine **Selbsthilfegruppe für Lebenspartner von Menschen mit Depressionen** oder einer bipolaren Störung befindet sich derzeit in Gründung. Meist trägt der Ehepartner oder Lebensgefährte schwer an der Erkrankung des Betroffenen mit. Als solcher ist man oft rat- und hilflos, findet keinen Zugang mehr zum Partner oder spürt Schuldzuweisungen, fühlt sich selbst im Abseits.

Das Gespräch und der Erfahrungsaustausch mit Gleichbetroffenen kann entlasten, Mut machen und neue Sichtweisen und Umgangsmöglichkeiten aufzeigen.

Die Treffen sind jeden 2. und 4. Dienstag im Monat um 17.30 Uhr geplant.

Bei Interesse melden Sie sich bitte im Selbsthilfetreff Synapse
Tel.: 55491892.

Dagmar Buresch

Raumnutzung in der ORANGERIE!

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

Fragen Sie uns! Tel. 55489635



Berliner Landesprogramm

jugendnetz-berlin.de



Grundlage der Struktur und Vernetzung des Landesprogramms jugendnetz-berlin.de sind die Medienkompetenzzentren, die von den Bezirken 2001 benannt wurden. Ihre Wirksamkeit wurde Ende 2012 in einem im Auftrag der Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Wissenschaft erstellten Evaluationsbericht geprüft, eine kritische Bilanz der Leistungsfähigkeit des Landesprogramms gezogen und Perspektiven für die unmittelbare Zukunft entwickelt. Dem

Landesprogramm ist es gelungen, eine kompetente medienpädagogische Infrastruktur in den Bezirken Berlins aufzubauen. Festgestellt wurde u.a., dass der „Aktionsradius“ der jeweiligen Einrichtungen in einem engen Zusammenhang mit der Finanzierung dieser Arbeit durch den jeweiligen Bezirk steht. Diese ist wesentliche Grundlage, um einer intensivierten, breiter gefächerten Vernetzungsarbeit auf bezirklicher Ebene gerecht werden zu können.

Margit Schwabe

Der Frühling steht vor der Tür

Die warme Jahreszeit beginnt und wir können endlich die vielen Ideen für unseren Garten in die Tat umsetzen. Wir wollen in diesem Jahr jede Menge eigenes Gemüse anbauen und ernten und eine Kräuterspirale anlegen. Dann haben wir immer frische Zutaten für unser wöchentliches Kochprojekt aus eigenem Anbau zur Verfügung. Für unsere jüngeren BesucherInnen legen wir einen Buddelkasten an und einen kleinen Platz für Wasserspiele mit Rohren, Wasserfällen und Staudämmen. Zu unserem Frühlingsfest am 6. April um 17 Uhr mit Lagerfeuer, Knüppelteig und vielen kreativen Angeboten sind alle Interessierten herzlich eingeladen.

Trotz aller großen Zukunftspläne gibt es doch auch schlechte Nachrichten. Zum wiederholten Mal ist in das Kinder- und Jugendhaus NAPF eingebrochen worden. Dabei wurde Bargeld entwendet und es entstanden Sachschäden von mehreren tausend Euro. Trotz Spurensicherung hat die Polizei die Täter noch nicht auffinden können. Die Leidtragenden dieser Taten sind die Kinder und Jugendlichen, deren Einrichtung beschädigt wurde, worüber alle schockiert sind.

*Euer NAPF-Team
Micha, Antje und Sebastian*

„Volljährigkeitsjubiläum“ Lichtpunkt

Am 17. Januar 2013 wurde der Schülerclub Lichtpunkt 18 Jahre alt. Als nunmehr ältestes Projekt des Kiezspinnens FAS e.V. waren wir stolz, mit fast 70 Kindern und Jugendlichen, dem NAPF-Team, Gangway, Eltern und den ehemaligen Mitarbeitern ordentlich zu feiern. Der Discoraum war festlich geschmückt und ab 16 Uhr ging die große Fete los.

Jeder kam und verewigte sich traditionell mit einem hollywoodähnlich buntem Handabdruck nebst Autogramm auf einer Stoffplane, die wieder als Erinnerung an die Lichtpunkte hängen wird. Viele Gratulanten spendeten

dem Schülerclub eine kleine Finanzspritze.

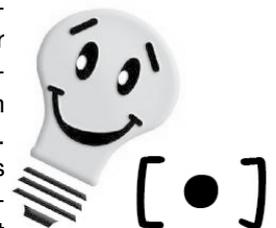
Unter den vielen Gratulanten der Kiezspinnens waren auch Birgit Monteiro, Gabriele Treffurt sowie viele Eltern, denen wir herzlich danken. Außerdem spendete die Kiezspinnens viele Süßigkeiten, für die wir herzlichst danken!

Die Kinder-Disco war mit Limbo und Breakdance um 17:30 Uhr zu Ende, danach feierten die Großen noch weiter. Für das leibliche Wohl wurde auch gesorgt. Dank engagierter Eltern gab es vielerlei Leckereien. Als besondere Überraschung gab es von unseren lieben Stammkindern ein selbstgeba-

stettes Fotoalbum über ihre Eindrücke von ihrem Lichtpunkt. Als nächstes großes Ereignis folgt wieder unsere alljährliche Schülerclubfahrt vom 2. bis 5. April in das Inselparadies nach Petzow bei Werder.

Auf ein kinder- und erfolgreiches Jahr 2013 mit Birny!

Gunda und Christian.





Wer macht was?

Frau Jutta Kreibaum



Foto: Ina Malunat

Das Projekt „Zuhause im Alter – Seniorenunterstützungsnetzwerk FAS“ wurde im September 2012 gestartet und gewinnt nun zunehmend

an Profil. Auch das Interesse der Nachbar/innen im Kiez hat spürbar zugenommen. Das trifft sich gut, weil die ab 01.01.2013 bei uns tätige neue Projektkoordinatorin Frau Jutta Kreibaum diesen Schwung gleich aufnehmen konnte.

Die diplomierte Sozialwirtin bringt umfangreiche praktische Erfahrungen aus ihrer Tätigkeit in Projekten verschiedener Bereiche der sozialen Arbeit mit. Stets hatte sie dabei viel mit Menschen zu tun und man merkt es an ihrer offenen, zugewandten und freundlichen Art, dass ihr das viel Freude bereitet. Das wird ihr helfen, sich schnell im Kiez einzuleben und ehrenamtliche Helfer/innen und interessierte Unterstützer/innen zu finden, die aktiv am Netzwerk „stricken“ möchten. Im Team des Nachbarschaftshauses ist Frau Kreibaum schon angekommen - herzlich Willkommen!

Michael Kunze

Mit dem Kiezspinnenbus unterwegs

Auf den Spuren des Verbrechens



Am Donnerstag, 10. Januar 2013, begaben wir uns mit dem Kleinbus auf kriminalistische Spurensuche vergangener Zeit, was für uns sehr spannend war.

Hoch motiviert erklärten uns Herr



Bergner und Frau Tahiri die Wohn- und Wirkungsstätten der Täter dieser spektakulärsten Kriminalfälle seiner Zeit, die

sich in unmittelbarer Umgebung abspielten. Diese Verbrechen geschahen in Karlshorst, Rummelsburg, Ostbahnhof und Schlachtensee.

Interessant war, dass die Mordtaten von liebevollen Familienvätern und Ehemännern begangen wurden, denen man solche Grausamkeiten im normalen Alltag keinesfalls zugetraut hätte.

Der im Jahr 1995 erfolgte Banküberfall in Schlachtensee ließ durch den Tunnelbau eine bis dahin wohl noch nicht vorgekommene Dreistigkeit aber auch Professionalität erkennen.

Angereichert mit neuen Eindrücken brachte uns Herr Bergner, aufgrund seiner Ortskenntnis, sicher und gut zu einer italienischen Gaststätte, wo wir die gewonnenen Eindrücke auswerteten.

Ein Dankeschön den Organisatoren.
B.R.

HOBBYECKE

Aus unserem Rezeptbuch

Diese Ausgabe: Möhrenrösti mit Mais

Für 4 Personen

800 g Möhren und 200 g Kartoffeln schälen und grob raspeln. 1 Bund Schnittlauch waschen und fein hacken.

Die Kartoffeln, Möhren, 3 Eier, Schnittlauch, 100 g Mais und 1 TL Curry vermengen.

Mit Salz und Pfeffer würzen.

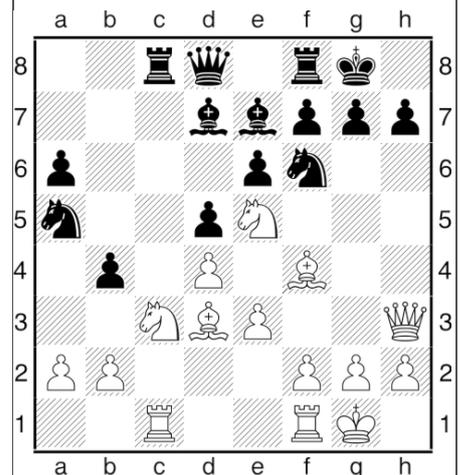
Etwas Rapsöl in der Pfanne erhitzen, kleine Rösti in die Pfanne geben und langsam braten.

Zu den Rösti Kräuterquark servieren.

Das Rezeptbuch ist erhältlich in unserem Nachbarschaftshaus zu einem Preis von 3,- €.

Wir wünschen guten Appetit!

Schachcke



Weiß am Zuge:

Die schwarze Königsstellung scheint eine uneinnehmbare Festung zu sein. Doch der Schein trügt. Mit einer flotten Kombination unter Erbringung eines Opfers, gelingt es dem Anziehenden, seinem Gegenüber zur Aufgabe zu bewegen.

Auflösung Seite 12



Ausflug zum Wandlitzsee

Am Donnerstag, dem 14.02.2013, war es wieder soweit, der Wandertag mit der Kiezspinne stand an, unter der bewährten Leitung von Frau Block.

Geplantes Ziel unseres Wandertages war diesmal Wandlitzsee. Gemeinsam, welch' eine Überraschung, mit 20 Leuten (Frauen und Männer) machten wir uns mit der S-Bahn und ab Karow mit der Heidekrautbahn auf den Weg. So zahlreich war unsere Wandergruppe schon lange nicht. Bei der Fahrt mit der Heidekrautbahn hatte man den Eindruck, die Fahrt in den Urlaub beginnt.

Am Bahnhof Wandlitzsee informierte uns Frau Block über einige wissenswerte Dinge des Ortes. Gleich gegenüber dem im Bauhausstil errichteten, denkmalgeschützten Bahnhof liegt das Strandbad Wandlitzsee. Ein beliebtes Ausflugsziel im Sommer auch für viele Berliner.



Foto: Ina Malunat

Nach einem ausführlichen Ortsspaziergang, u.a. vorbei an dem Restaurant „Versunkene Glocke“, leider nicht mehr bewirtschaftet, hielten wir Einkehr in der Gaststätte „Kohldampf“ und stärkten uns alle kräftig.

Nach einem Verdauungsspaziergang entlang der Promenade am Wandlitzsee und der Einkehr einiger Wanderer bei einem Fleischer, machten wir uns auf den Heimweg.

Der Wettergott meinte es diesmal gut mit uns, der Regenschirm durfte im Rucksack bleiben.

Die leicht verschneite Landschaft in Brandenburg hinterließ einen guten Eindruck bei uns Berlinern!

Bis zum nächsten Mal

Carola-M. Wall

Unsere Ehrenamtlichen

Margrit Lausch - Die erste Freiwillige im Interkulturellen Freiwilligendienst



Foto: Ina Malunat

Vor sieben Jahren kam Margrit Lausch in unser Nachbarschaftshaus, sie wollte etwas für andere tun, nach 50 Jahren Berufstätigkeit, u.a. als wissenschaftlich-organisatorische Assistentin an der Hochschule für Ökonomie, war sie vor Tagen „in Rente gegangen“. Am liebsten sei ihr eine Tätigkeit mit Büchern.

Da kam sie uns gerade recht. Bücher hatten wir genug, nur niemanden, der daraus eine Bibliothek zu formen verstand. Und sie ging sofort an die Arbeit, ließ Regale herstellen, sichtete jedes Buch, sortierte ein oder aus, katalogisierte und organisierte die Ausleihe.

Im Laufe der Zeit entstand eine Bibliothek, die sich durchaus mit öffentlichen messen kann. Sie pflegt ihren Buchbestand und erweitert ihn mit Kennerschaft. Sie nimmt sich Zeit für die Menschen, die sich Bücher ausleihen wollen, berät sie geduldig, und nicht wenige verlassen sich inzwischen auf ihr Urteil über Bücher – und kommen regelmäßig wieder.

„Als ich in der ersten Klasse war, hatte ich keine Lust zum Lesen“, sagt sie. Ihre Mutter habe ihr dann ein Puppenbuch geschenkt. So habe sie Lesen gelernt. Und las dann bei jeder Gelegenheit, zum Ärger der Mutter auch noch nachts unter der Bettdecke.

„Lesen bildet“, sagt sie oft, und hat mit 51 Jahren noch ein Abendstudium in der Fachrichtung Finanzen begonnen: 3 Jahre musste sie nun nach ihrer Arbeit Fachbücher lesen.

Diese Lust zum Lesen will sie auch anderen nahebringen! Das gelingt ihr ohne Aufdringlichkeit oder den mahnenden Zeigefinger.

Ihr Wunsch für 2013 ist, dass noch mehr Leserinnen und Leser dieses kostenlose Angebot im Nachbarschaftshaus ORANGERIE benutzen.

Für ihr ehrenamtliches Engagement wurde Margrit Lausch mit der Ehrenamtskarte des Berliner Senates ausgezeichnet.

Wir wünschen Frau Lausch beste Gesundheit und auch weiterhin persönlich alles Gute!

Bernd Mentele

Interkultureller Freiwilligendienst

Für das Jahr 2013 haben wir uns einen besonderen Schwerpunkt gesetzt: Förderung der Inklusion in unserem Sozialraum durch Aufbau eines Netzwerkes, in dem Menschen mit und ohne Behinderung zusammenarbeiten.

Unser Ziel ist es, Barrieren im Umgang miteinander abzubauen, das Verständnis füreinander zu erhöhen und Möglichkeiten für gemeinsames bürgerschaftliches Engagement im Wohngebiet auszuloten. Eine Konferenz im Juni dieses Jahres in unserem Nachbarschaftshaus soll Menschen mit und ohne Behinde-

rung über dieses Thema ins Gespräch bringen.

Wir wissen, dass Inklusion uns Jahre begleiten wird und rasche Erfolge nicht zu erwarten sind. Aber wir wollen beginnen, eine Kultur der Gemeinsamkeit zu etablieren und auf diese Weise ein selbstverständliches nachbarschaftliches Miteinander zu schaffen.

Wer daran mitwirken möchte, ist herzlich eingeladen!

Für weitere Informationen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Bernd Mentele, Tel. 030 55489635
bernd.mentele@kiezspinne.de



40 Jahre Frankfurter Allee Süd

Archäologie in Lichtenberg Süd



Märkischen Museum zu sehen.

Erst aus der Bronzezeit gibt es Hinweise auf Siedlungen südlich der Frankfurter Allee. Am Tierpark wurde eine kleine Tasse der Lausitzer Kultur entdeckt und nahebei, bei einer Ausgrabung an der Alfred-Kowalke-Straße, ein ca. 60 cm hohes Vorratsgefäß, in dem vielleicht Getreide oder Trockenfrüchte aufbewahrt wurden. Einzelne Pfosten-

im Märkischen Museum zu sehen, zusammen mit zwei bronzenen Gewandspangen, die zusammen mit der Asche des Verstorbenen in die Urne gelangt waren.

Eine größere Siedlung muss es nördlich des Dorfes Lichtenberg gegeben haben: Nahe einer Lehmgrube fanden Arbeiter im Jahr 1826 ein kleines Ur-



Quer durch den Bezirk Lichtenberg zieht sich ungefähr auf der Höhe der Frankfurter Allee eine Geländestufe. Die Ortsteile Fennpfuhl und Hohenschönhausen befinden sich noch auf einer hügeligen Flanke des Barnims, während die Ortsteile südlich der Frankfurter Allee in ein ehemaliges Feuchtgebiet am Rand des Berliner Urstromtales ragen, das von der letzten Eiszeit geprägt wurde. Während bereits in der mittleren Steinzeit Rentierjäger weiter nördlich am Malchower See lagerten, wurde die sumpfige Niederung erst in der Jungsteinzeit besiedelt. Am Rummelsburger See wurden ein einzelner Feuerstein-Meißel und ein geschliffenes Steinbeil gefunden. Bei

spuren und Zaungräben deuten auf ein kleines Gehöft hin. Ein spektakulärer Einzelfund ist ein bronzenes Absatzbeil, das gegenüber dem Ringcenter auf der kleinen Grünfläche Frankfurter Allee Ecke Gürtelstraße in 1,50 m Tiefe entdeckt wurde. Es könnte von einem Handwerker verloren worden oder als Opfer an die Götter der Bronzezeit ins Erdreich gelangt sein.

Die Eisenzeit war eine unruhige Epoche im Berliner Raum. Mehrere kleine Münzschatze wurden geborgen, die von Germanen im Boden versteckt und nicht wieder hervorgeholt worden waren. Einer befand sich auf dem Friedhof am Fuß der Fuchsberge (heute: Sewanstraße). Nördlich des Rummelsburger Sees kamen zwei germanische Urnenbestattungen zu Tage. Eines der Gefäße ist ebenfalls



nengräberfeld und eine Statuette des römischen Gottes Jupiter. Die spezifische Darstellung geht auf eine Tempelstatue in der heutigen Türkei zurück, wo Jupiter als Soldatengott verehrt wurde. Möglicherweise brachte ein heimkehrender germanischer Söldner, der in römischen Hilfstruppen gedient hatte, diesen Jupiter mit zurück in seine Heimat.

In der Völkerwanderungszeit verschlechterte sich das Klima. Der zunehmend kalte und feuchte Berliner Raum wurde von den Germanen verlassen. Erst im Frühmittelalter kamen slawische Stämme aus Osteuropa, die die dichten Wälder rodeten und das Land wieder urbar machten. Deutsche Siedler kamen erst um 1200 in das heutige Bezirksgebiet, dessen Ersterwähnung auf den Pfarrer von Rosenfelde (heute Friedrichsfelde) zurückgeht. Seine Kirche war vermutlich um 1230 erbaut worden. Urkundlich genannt ist sie erst im Jahr 1265, wenige Jahre, bevor auch das Dorf Lichtenberg 1288 bezeugt wird. Damit tritt das Gebiet der Frankfurter Allee in die mittelalterliche Geschichtsschreibung ein.



Bauarbeiten am Schloss Friedrichsfelde kamen fünf teilweise verzierte Gefäße und ein Bernsteinanhänger ans Licht, die zu einem jungsteinzeitlichen Urnengrab gehörten. Sie sind heute im

Reena Perschke

Museum Lichtenberg im Stadthaus



Kiezläufer unterwegs



Der Frühling steht vor der Tür, auch wenn es noch sehr winterlich ist, so lässt uns doch schon der Gedanke an kommandes wärmeres Wetter träumen von Blumen und blühenden Bäumen.

Wenn die Überbleibsel des Winters weggeschmolzen sind, bleibt doch noch viel Schmutz liegen. Einen Teil beseitigen die Männer und Frauen der Stadtreinigung, doch nicht alles. Für uns als Bewohner bleibt immer noch etwas zum Aufräumen, man kann auch sagen „putzen“. Auch in diesem Jahr werden wir gemeinsam in Lichtenberg aufräumen (Lichtenberg räumt auf). Für das Umfeld des Nachbarschaftshauses haben wir Samstag, den 13.04.2013, 10:00 – 14:00 Uhr als gemeinsamen Putztag vorgesehen. Ich möchte alle Putzwütigen aufrufen: beseitigen wir gemeinsam den Dreck und stärken uns dann bei einem entspannten Beisammensein gemeinsam bei Grillwurst und Salat.

Bürgerhaushalt 2014. Ab 20.02.2013 können Sie ihre Vorschläge für den Bürgerhaushalt 2014 einreichen. Alle Informationen zum Bürgerhaushalt stehen im Internet unter www.buergerhaushalt-lichtenberg.de. Gerne können Sie sich auch bei mir direkt informieren. Ein Flyer

zur Information, insbesondere zu den Veränderungen gegenüber vergangenen Bürgerhaushalten und dem Verfahrensablauf steht ab Ende Februar zur Verfügung. Bitte beachten Sie, dass nur Vorschläge bearbeitet werden können, die Namen und Anschrift enthalten.

Der Kiezfonds 2013 ist Bestandteil des Bürgerhaushaltes Lichtenberg und ist in diesem Jahr mit 7.000,00 € gefüllt. Ihre Projektideen zur Verwendung des Geldes bis maximal 1.000,00 € können bei mir eingereicht werden. Bitte verwenden Sie die Vordrucke -"Projektidee zum Kiezfonds Lichtenberg im Jahr 2013"- . Sie finden den Vordruck unter der o.g. Internetadresse. Natürlich liegt er auch bei mir bereit. Gerne bin ich Ihnen beim Ausfüllen behilflich. Wenn Sie Fragen zum Bürgerhaushalt 2014 oder zum Kiezfonds 2013 haben, würde ich mich freuen, Ihnen diese zu beantworten. Flyer liegen zu Ihrer Information bereit. Über die Vergabe der Mittel aus dem Kiezfonds entscheidet die Bürgerjury Frankfurter Allee Süd, sie tagt jeden zweiten Dienstag im Monat um 18:00 Uhr öffentlich im Nachbarschaftshaus ORANGERIE.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Frühling und Frohe Ostern..

*Ihr Kiezkoordinator
Reimer Dunkel*

Zukunft gestalten

Zur ersten regulären Tagung der ZAG ‚Zukunft des Nachbarschaftshauses‘ trafen sich am 22.01.2013 Vereins- und Vorstandsmitglieder, Mitarbeiter, Ehrenamtliche und Interessierte.

„Der beste Weg, die Zukunft voranzusagen, ist sie zu gestalten.“ (Willy Brandt, dt. Politiker) Ganz in diesem Sinne kam man auf Einladung der Geschäftsführung zusammen, um wichtige Fragen rund um unseren Verein zu diskutieren.

Wie sichern wir Erreichtes, welche Wege beschreiten wir zukünftig und wie gehen wir dabei vor? Themen, wie Kinder- und Jugendarbeit, Mehrgenerationenhaus, Wohnen und Betreuen im Kiez, Kulturangebote, Arbeit mit älteren und behinderten Bürgerinnen und Bür-

gern, Bildungsangebote, Menschen mit Migrationshintergrund, Ehrenamt stärker betonen u.v.m. wurden angesprochen. Und natürlich ging es auch um das wichtige Thema Finanzierung, all dessen, was getan werden muss und sollte.

Diese erste Bestandsaufnahme mit dem Ausblick auf die Zukunft unseres Vereins wird in konkrete Beschlüsse und Handlungen münden, über die ich Sie in regelmäßigen Abständen, hier, über unser Vereinsblatt, informieren werde.

Geht man von der Entschlossenheit zur konstruktiven Arbeit aller beteiligten AG-Mitglieder aus, so werden auch in Zukunft der Verein ‚Kiezspinne‘ und IHR Nachbarschaftshaus eine gesicherte Zukunft haben.

Frank Tessmann

AUSFLUGSTIPP

Dorfkirche Lichtenberg am Loeperplatz

Unweit der Frankfurter Allee, sozusagen einen Katzensprung entfernt, steht am Loeperplatz die Dorfkirche Lichtenberg. Sie gehört zu den sehr wenigen Gebäuden, die für das alte Lichtenberg stehen. Die Dorfkirche wurde im 13. Jahrhundert erbaut und ist damit der älteste Bau im einstigen Siedlungskern des dörflichen Lichtenbergs.

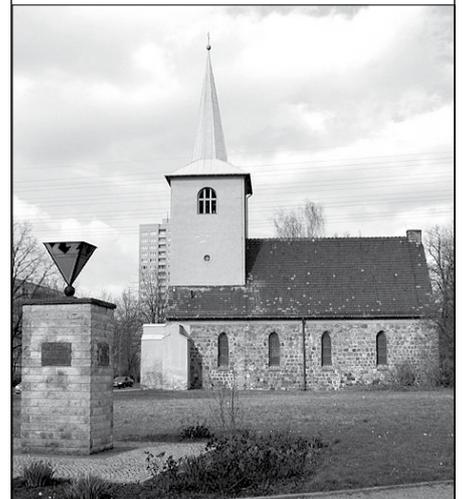


Foto: Andres

Die dörfliche Struktur wurde in den 1970er Jahren zerstört und die heutige Möllendorffstraße, in deren Mitte sich die Kirche befindet, ist eine viel befahrene Straße mit Straßenbahnen. Trotzdem ist diese kleine Kirche ein Schmuckstück und ein Ruhepol inmitten der Großstadtheftik.



Die schwer zerstörte Dorfkirche Lichtenberg um 1948, Fremdfoto, eingescannt

Auch nach einem Einkaufsbummel im Ringcenter findet man hier ein wenig Besinnlichkeit. Hoffen wir, dass das Wetter bald besser wird und der Frühling kommt, dann macht ein Spaziergang auch wieder mehr Freude.

Lassen sie sich dazu gern einladen!
Iris Daher



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
(Schulze-Boysen-Str. 37)**

Sprechzeiten: Di 13-16 Uhr, Mi 10-12 Uhr

und nach Vereinbarung, Tel: 5138888

Medienkompetenzzentrum

Die Lücke

(in der ORANGERIE):

Mo-Fr 14-19, Tel: 55491894

„Zu Hause im Alter“

(Schulze-Boysen-Str. 37)

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: Di 13:30-17:45 Uhr, Mi

9:30-13:30 Uhr, Do 9:30-12:30 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 9-11 u. 13-17 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, 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, Mi 13-15 Uhr



Generation 60+

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

9-10, Mi 8-9 u. 9-10 Uhr, 10 €/Monat

Spaziergangsgruppe Mo 11 Uhr,

kostenfrei

Gymn. f. Männer Di 10 Uhr, 10 €/Monat

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

Senioren eingegrupp. Mi 15 Uhr, 1 €

Nähen m. Nachb. Mi 10-13 Uhr, 1 €



Gesundheitsselfhilfe

Elterncafé

für Mütter und Väter von erwachsenen

Kindern mit Behinderung

3. Mi im Monat, 10-12 Uhr

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

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

Yoga für die Wirbelsäule Mo 16:45

und 18 Uhr, neuer Kurs ab 8.4.

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

Selbsthilfegruppen:

Angehörige psychisch Kranker

4. Di im Monat, 18 Uhr

Angehörige von Menschen mit

Demenz 1. Mo im Monat, 12:30 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, Do 18 Uhr,

mit Anmeldung

Depression, 1. und 3. Mi im Monat

18:15 Uhr (geschlossene Gruppe)

Deutsche ILCO, Gruppe Lichten-

berg, für Stomaträger, Menschen

mit Darmkrebs und deren Ange-

hörige 3. Mi im Monat 14 Uhr

Diabetes 1. Di im Monat 14:30 Uhr

Ganzheitliche Selbsthilfe/Chro-

nisches Erschöpfungssyndrom

2. Mo im Monat 14 Uhr

Lebenspartner von Menschen mit

Depressionen, bipolarer Störung, 2.

und 4. Di im Monat 17:30 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

Trauergruppe u. Einzelgespräche

Termine bitte erfragen

Zwänge, 1. und 3. Di im Monat 17 Uhr



Kinder, Jugendliche und Familien

Familienservicestelle Mo 16-18 u. Do.

von 10-12 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

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 3

Frauenstammtisch Mi 11 - 13 Uhr

Freizeitgruppe (45-65 Jahre)

1. Mi im Monat 17 Uhr

Tauschnetz 1. Mi im Monat 18-19 Uhr



Kunst und Handwerk

Druck- und Grafikkurse (auf Anfrage)

Zeichenkurs Di 16:30 Uhr

Offene Holz- und Metallwerkstatt

Korbflechten Mi 18-20 Uhr



Weiterbildung

Engl.-Konversation (geschl. Gruppe)

Mi 10 Uhr

Kommunikation in Englisch

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

Englisch für Alltag und Urlaub

Di 18 Uhr

Spanisch Anfänger Mi, **Konversation**

Mo, immer 18:30 Uhr, 6 €/Termin

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



BESONDERE VERANSTALTUNGEN

• **Freitag, 01.03., 10:00 Uhr**
Der Besondere Freitag mit der Schauspielerin Ursula Staack

Eintritt: 7,50 €, incl. Frühstück

• **Samstag, 02.03., 18:30 Uhr**
„Schäfers Stündchen“,
Alexander G. Schäfer ist
zu Gast bei Franziska Troegner

Kosten: 10 €

• **Donnerstag, 07.03., 14:30 Uhr**
Wir basteln für den Osterbasar

Kosten: 1 €

• **Freitag, 08.03., 17:00 Uhr**
Frauentagsfest

Kosten: 5 €

• **Dienstag, 12.03., 13-18 Uhr**
Gesundheits- Selbsthilfefest mit kostenlosem Gesundheits "TÜV"

Eintritt frei (Siehe Seite 5)

• **Mittwoch, 13.03., 16:00 Uhr**
Preisskat

Teilnahmegebühr: 10 €

• **Donnerstag, 14.03., 10:00 Uhr**
Spaziergang im Nikolaiviertel

Kosten: 1 € + Fahrkarte AB

• **Montag, 18.03., 14:30 Uhr**
Kaffeeklatsch im Seniorentreff

Kosten: 2 €

• **Mittwoch, 20.03., 16:00 Uhr**
Künstlerischer Abend mit Konstantin Kerbel

Eintritt: frei

• **Donnerstag, 21.03., 09:30 Uhr**
Fahrt mit dem Kiezbus zum Gülper See

Kosten: 15 €

• **Freitag, 22.03., 17:00 Uhr**
Mitgliederversammlung
Kiezspinne FAS e.V. (nur auf Einladung)

• **Samstag, 23.03., 15:00 Uhr**
Familiensamstag - Frühlingsfest

Eintritt 1 € (bis 18:00 Uhr)

• **Donnerstag, 28.03., 11:00 Uhr**
Osterbrunch

Kosten: 5 € (Bitte anmelden!)

• **Donnerstag, 28.03., 17:00 Uhr**
Großes Osterfeuer

Eintritt 1 € (bis 19:00 Uhr)

• **Dienstag, 02.04., 08:00 Uhr**
SC Lichtpunkt: Schülerclubfahrt nach Peetzow (bis 05.04.)

• **Freitag, 05.04., 10:00 Uhr**
Der Besondere Freitag mit Elke Bitterhoff

Eintritt: 7,50 €, incl. Frühstück

• **Samstag, 06.04., 17:00 Uhr**
Frühlingsfest im NAPF

Eintritt frei

• **Donnerstag, 11.04., 10:00 Uhr**
Besuch der Stadtmauer in Bernau
Kosten: 1 € + Fahrkarte AB (Bitte anmelden bei Frau Block)

• **Donnerstag, 11.04., 17:00 Uhr**
Jour Fixe - Austausch und Informationstreffen für Angehörige von Menschen in ambulant betreuten Wohngemeinschaften.

Eintritt frei

• **Samstag, 13.04., 10:00 Uhr**
Lichtenberg räumt auf! Wir rufen alle Nachbarinnen und Nachbarn auf, sich bei unserer Aufräumaktion zu beteiligen. Für alle Beteiligten wird im Anschluß an diese Aktion gegrillt.

Herzlichen Dank

an Frau Ulrike Gischke,
Inhaberin der Friedrichsberg
Apotheke, für die großzügige
Spende, aus dem Erlös des Verkaufes der Jahreskalender.

• **Montag, 15.04., 14:30 Uhr**
Kaffeeklatsch im Seniorentreff
Kosten: 2 €

• **Mittwoch, 17.04., 16:00 Uhr**
Preisskat
Teilnahmegebühr: 10 €

• **Donnerstag, 18.04., 09:30 Uhr**
Fahrt mit dem Kiezbus nach Bad Saarow mit Besuch der Therme
Kosten: 15 € + Eintritt

• **Donnerstag, 25.04., 14:30 Uhr**
Gedichte von Otto Reuter und Lieder von Claire Waldorff (Bei Kaffee und Kuchen werden Gedichte und Lieder vorgetragen).
Kosten: 2 € (Bitte anmelden!)

• **Freitag, 26.04., 18:30 Uhr**
Internationaler Abend - Kultur und Kulinarisches aus Vietnam
Eintritt: 15 €

• **Samstag, 27.04., 15:00 Uhr**
Familiensamstag - Troedelmarkt
Eintritt: 1 €

Korrektur aus der Ausgabe ORANGERIE 1/2013

Im Bericht „Aktivität im Seniorentreff“ auf Seite 8 handelt es sich nicht um Toni Marshall und Peter Alexander, sondern um das Duo Marshall und Alexander. Wir bitten den Fehler zu entschuldigen!

PARITÄTISCHES
Seniorenwohnen Dr. Victor Aronstein

Öffentliche Veranstaltung
13. März 2013 · 17.00 Uhr

**Ein bunter Reigen
Operettenmelodien**
Eintritt frei

PARITÄTISCHES Seniorenwohnen
Dr. Victor Aronstein
Joachimsthaler Str. 2 · 13055 Berlin
Tel. 030 / 986 4964 · www.pswohnen.de

Lösung der Schachaufgabe:
1. S:d5 e:d5, 2. S:d7 D:d7, 3. L:h7+
und Schwarz gab auf. Seine Dame
ist nicht mehr zu retten. (Klundert
Görer 1970)

Wir danken unseren Förderern
und Partnern:

