



Begleitete, wechselseitige Patenschaften zwischen Berliner Schüler*innen und geflüchteten Kindern, die in Gemeinschafts- und Notunterkünften leben

Die Kiezspinne fördert in diesem Jahr maßgeblich ein Projekt, das auf vielen unterschiedlichen Ebenen nachhaltige Effekte schafft: das Berliner Bildungsprogramm UBUNTUS. Im Zentrum stehen hierbei begleitete, wechselseitige Patenschaften zwischen Berliner Schüler*innen und geflüchteten Kindern, die in Gemeinschafts- und Notunterkünften leben.

UBUNTUS ist ein modular aufgebautes Bildungsprogramm, das sich durch seinen diversitätsbezogenen und künstlerischen Bildungsansatz auszeichnet. Als eine Art Kaleidoskop führt es mehrere Zielgruppen und Menschen unterschiedlicher Herkunft und Profession zusammen.

Das Wort Ubuntu entstammt der südafrikanischen Nguni-Sprache. Es bedeutet „die Eigenschaft, menschlich zu sein“ und spiegelt die Grundidee von UBUNTUS wider – frei übersetzt: „Ich bin durch Dich“. Diese Projektphilosophie wird vom Ansatz her wie auch im Projektalltag von drei Säulen getragen: dem Diversity-Bildungsansatz, der den Umgang mit gesellschaftlicher Vielfalt fördert, der konsequenten Einbindung des Gemeinwesens sowie der Auseinandersetzung mit visueller Kunst und Gestaltung. Kinder von heute sind die Erwachsenen, die morgen unsere Ge-

sellschaft tragen werden. UBUNTUS beginnt also bei den Kindern, zielt jedoch im Kern darauf ab, gemeinsam mit ihnen, unter Einbindung von Nachbarschaften Gemeinschaft und Sinn für Empathie zu schaffen.

Praktisch findet dies in unterschiedlichen Unterprojekten, den sogenannten UBUNTUS-Modulen statt. Längerfristig sollen die UBUNTUS-Kinder von den vielen pädagogisch wertvollen Bildungsprogrammen der Berliner Museenlandschaft und Kunstinstitutionen, die unsere Hauptstadt zu bieten hat, profitieren.

Derzeit wird allerdings selbst Hand angelegt – an der mobilen und faltbaren UBUNTUS-Küche! Sie wird in Notunterkünften gebaut; geflüchtete und Lichtenberger Kinder sind dabei genauso aktiv wie viele ehrenamtliche Nachbar_innen. Die UBUNTUS-Küche ist eine

Fortsetzung Seite 2

KIEZSPINNE in der ORANGERIE

Wir haben für Sie geöffnet:
Montag bis Freitag 8 bis 20 Uhr
Samstag 14 bis 20 Uhr
Telefon: 030 55489635
Internet: www.kiezspinne.de
info@kiezspinne.de

Ihre Meinung bitte

Umfrage zu Ihrer Zufriedenheit.
(Im Mittelteil: Fragebogen)

Seite 2

Aktionstag „Unser Kind kommt 2018 in die Schule“

Kommt Ihr Kind 2018 oder später in die Schule?

Dann besuchen Sie uns am 15. September in der Kiezspinne. Hier informieren wir Sie über alles Notwendige.

Seite 2

Hinterm Ruhestand geht's weiter!

Lesung und Gespräch mit Hajo Schumacher, Journalist und Autor.

Ungeschönt und mit Humor beschreibt er die Panik der Babyboomer vor den Horrorbildern des Alters.

Seite 4

Inklusive Medienarbeit

»Mobbing AG« in der Schule am Bienwaldring übernommen.

Seite 6

Jobbörse für Geflüchtete am 8. September 2017 in der Kiezspinne

Work for Refugees, ein Projekt des Paritätischen Berlin im September in der Kiezspinne.

Seite 11

Raumnutzung in der ORANGERIE

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

Fragen Sie uns! Tel. 55489635
Mo 13-18 Uhr, Di 13-17 Uhr,
Fr 10-15 Uhr



Ihre Meinung bitte



In dieser Ausgabe haben wir auf den Innenseiten einen Fragebogen beigefügt und bitte Sie herzlich, liebe Leserinnen und Leser, diesen auszufüllen und zurückzugeben. Wir möchten, dass Sie gern ins Nachbarschaftshaus ORANGERIE kommen und wollen mit dieser Umfrage erfahren, wie zufrieden Sie mit unserer Arbeit sind. Begegnen Ihnen unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter freundlich, hilfsbereit und serviceorientiert? Sind das Foyer und die Räume in ordentlichem Zustand? Wie gefällt Ihnen die Qualität unserer Veranstaltungen? Was sollte sich ändern und welche Ideen, Wünsche und Vorschläge zur Verbesserung unserer Arbeit haben Sie für uns?

Bis zum **31. Oktober 2017** wollen wir so viele Meinungen wie möglich zusammentragen und dann die Auswertung vornehmen. Über die Ergebnisse und das, was wir verändern und umsetzen wollen, informieren wir Sie in unserer Zeitung. Selbstverständlich können Sie unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und mich auch jederzeit persönlich ansprechen, um Lob oder Kritik zu äußern und Vorschläge zu machen.

Michael Kunze



Hier können Sie an der Umfrage online teilnehmen:
www.kiezspinne.de

Fortsetzung von Seite 1

Begegnungsküche, in der zwei Gruppen gemeinsam kochen können. Diese Idee zieht erfreulicherweise auch international Aufmerksamkeit auf sich. UBUNTUS liegen bereits die ersten Anfragen zur Nachahmung vor.

Als Modellprojekt, das in Lichtenberg mit 20 Kindern in Patenschaften angesiedelt ist, erfährt UBUNTUS von verschiedenen Seiten starke Unterstützung. Der Bezirksbürgermeister Michael Grunst ist Schirmherr des Bildungsprogramms, das u.a. durch das Bundesprogramm „Demokratie leben!“ und den Innovationsfonds des Jugendamts Lichtenberg gefördert wird. Angestrebt ist, UBUNTUS bundesweit in mehreren Städten umzusetzen, weswegen die

ersten Gespräche mit Wohlfahrtsverbänden und den entsprechenden politischen Ebenen geführt werden. Doch bis dahin ist es noch ein weiter Weg. Ganz aktuell benötigt das Projekt weiter die Hilfe von Ehrenamtlichen und Menschen mit guten Ressourcen, die UBUNTUS infrastrukturell befördern. So wird ganz dringend ein größerer Raum gesucht, in dem das UBUNTUS-Atelier entstehen kann. Ebenso freut sich die UBUNTUS-Küche über Menschen im Bezirk, die sich am Bau beteiligen wollen. Und natürlich sind Sach- wie Geldspenden nötig und daher sehr willkommen.

Über Anregungen und Unterstützungsangebote unter info@ubuntus.de freuen wir uns!

*Lois-Vincent Haut
Projektkoordination*

Unser Kind kommt in die Schule



Ihr Kind kommt 2018 oder später in die Schule? Sie möchten Experten aus dem Bezirk kennenlernen, haben Fragen zur Schulanmeldung oder Vorbereitung auf die Einschulung?

Dann laden wir Sie recht herzlich zu unserem 4. Aktionstag „Unser Kind kommt in die Schule“ am **15.09.2017** von 16:00-18:00 Uhr ins Nachbarschaftshaus ORANGERIE (Schulze-Boysen-Str. 38, 10365 Berlin) ein. Wir freuen uns Frau Katrin Framke, Bezirksstadträtin für Familie, Jugend, Gesundheit und Bürgerdienste, als Schirmherrin für den Aktionstag gewonnen zu haben.

Wer sind wir?

Der Aktionstag wurde 2014 von der Initiative „Unser Kind kommt in die Schule!“ ins Leben gerufen und ist Teil des Projekts „Gesundes Aufwachsen Plus“ des freien Trägers Starke Brücken GbR. Die Initiative ist ein Netzwerk aus Fachkräften aus den Bereichen Schule, Kita, Jugendhilfe und Gesundheit. Unser

Ziel ist es, dass Kinder gut und zufrieden in der Grundschule ankommen.

Was bietet der Aktionstag?

An Marktständen kommen Sie mit Experten aus Kita, Gesundheit und Schule direkt ins Gespräch. In Kurzvorträgen erhalten Sie hilfreiche Tipps.

Folgende Themen erwarten Sie:

- Alles rund um Schulanmeldung, Einschulungsuntersuchung und Rückstellung
- Wie kann ich mein Kind bis zum Schulbeginn stärken?
- Was erwartet uns in der Grundschule?
- Fit und gesund durch den Schulalltag
- Unterstützungs- und Freizeitangebote vorgestellt

Ihre Kinder können in einem Parcours lustige Bewegungs-, Sprach- und Geschicklichkeitsspiele sowie Mal- und Bastelaktionen ausprobieren. Wir freuen uns auf Sie und Ihre Kinder.

Ihre Initiative „Unser Kind kommt in die Schule!“

Sie haben Fragen? Dann melden Sie sich gern bei:

Lisa Beckmann (Starke Brücken GbR)

Tel.: 0176 29251517 oder E-Mail:

lisa.beckmann@starke-bruecken.de

www.starke-bruecken.de/aktionstag

Wir danken für die freundliche Unterstützung durch das Bezirksamt Lichtenberg, die HOWOGE und den Bürgerhaushalt Lichtenberg.



Zu Gast bei



Am 23. September 2017 habe ich die große Ehre, eine der größten deutschen Schauspielerinnen in der „Kiezspinne“ begrüßen zu dürfen: Ursula Karusseit.

1939 in Westpreußen geboren, mußte sie im Januar 1945 ihre Heimat verlassen und flüchtete mit ihrer Mutter und den 3 Geschwistern nach Parchim.

Nachdem der Vater die Familie über das Rote Kreuz gefunden hatte und Neulehrer wurde, zog die Familie nach Gera.

Gegen den Willen der Eltern begann sie eine Ausbildung an der Staatlichen Schauspielschule in Berlin.

Versöhnt waren die Eltern erst, nachdem sie ihre Tochter zum ersten Mal auf der Bühne gesehen hatten.

Populär wurde sie dann bereits im Alter von 28 Jahren - als Gertrud Habersaat im mehrteiligen Fernsehfilm „Wege über's Land“.

Es folgten DEFA- und Fernsehproduktionen, wie: „Daniel Druskat“, „Die vertauschte Königin“, „Märkische Chronik“ u.v.a.m..



Ihre unzähligen Rollen in Inszenierungen am Deutschen Theater und an der Berliner Volksbühne sind legendär.

Sie hat Theater und Filmgeschichte geschrieben.

Die Rolle der Charlotte Gaus in der TV-Serie „In aller Freundschaft“ machte sie endlich auch deutschlandweit populär.

Auf diese außergewöhnliche Schauspielerin

und vielleicht auch Sie, liebe Leser, freut sich wie immer

Ihre Franziska Troegner

Heilmittel gegen das Altern



Donnerstag, 28. September 2017,
16 Uhr

Zu dieser interessanten Infoveranstaltung laden Sie die Kontaktstelle PflegeEngagement und die Selbsthilfekontaktstelle Synapse herzlich ein.

Heilpraktikerin Petra Schnoor-Grothge wird Ihnen an diesem Nachmittag die Möglichkeiten der Vorbeugung und Behandlung von verschiedenen, vorwiegend Alterserkrankungen, wie z.B. Alzheimer, Osteoporose, Arteriosklerose nach den Heilmethoden der im 12. Jahrhundert lebenden Äbtissin Hildegard von Bingen vorstellen.

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Tel.: 28472395

E-Mail: kpe@kiezspinne.de

Der Eintritt ist frei.

Kinder-, Jugend- und Familientag

Auch in diesem Jahr findet unser Jahreshöhepunkt auf dem Gelände der Kiezspinne statt. Alle Jugendprojekte der Kiezspinne und viele andere Einrichtungen veranstalten hier gemeinsam ein gemütliches Beisammensein mit tollen Angeboten. So wird bei, hoffentlich sehr gutem Wetter, unsere Hüpfburg stehen, es gibt Bastelangebote, Spiele und vieles mehr. Und diese Angebote sind für Euch kostenlos. Für das leibliche Wohl sorgen wir mit Grill, Kuchen und Getränken.

Auf Wiese und Bänken ist viel Platz zum Sitzen, Quatschen und Naschen.

**Freitag, 22. September 2017,
14-19 Uhr**

Direkt an der Kiezspinne

Sarah, Antje und Basti

Wer macht was? - Olga Martin

Ich heiße Olga Martin und bin in Kasachstan geboren. Ich habe einen deutschen Ehemann, dessen Eltern nach dem 2. Weltkrieg aus der Ukraine vertrieben wurden. Meine Familie lebt in Berlin bereits seit 21 Jahren. Fast 10 Jahre lang bin ich in verschiedenen Arbeitseinrichtungen der Kiezspinne tätig. Zurzeit arbeite ich als Integrationslotsin. Diese Arbeit verlangt sehr viel Einsatz und Energie, bringt mir sehr viele Lebenserfahrungen. Ich habe nicht nur mit Landsleuten zu tun; Russischsprachige aus ganz Europa und Asien, serbisch und andere slawisch sprechende Menschen gehören dazu. Ich begleite Familien und einzelne Angehörige zu Ämtern und Ärzten, unterstütze sie beim Ausfüllen verschie-



Foto: Reiner Meyer

dener Formulare. Ich bin zufrieden, wenn ich anderen Menschen helfen kann.

Olga Martin



Neue Gesundheitskurse

Pünktlich nach der Ferienzeit starten im September 2017 in der Selbsthilfekontaktstelle Synapse die neuen Kurse Aroha, Pilates und Qigong, am **Donnerstag, 07.09.**, um 18 Uhr der **Aroha-Kurs**, ebenfalls am **07.09.**, um 19 Uhr der **Pilates-Kurs** und am **Freitag, 22.09.**, um 12:45 Uhr der **Qigong-Kurs**.

In allen drei dann wöchentlich stattfindenden Kursen sind noch Plätze frei. Wenn Sie Interesse haben, dabei zu sein, melden Sie sich bitte schnell an!

Ebenfalls im September, am Mittwoch, **06.09.2017**, beginnt ein **Spanisch-Kurs für Anfänger**. Er findet wöchentlich mittwochs von 18-19 Uhr statt.

Nähere Informationen zu den Kursen und Gruppen der Selbsthilfekontaktstellen Synapse erhalten Sie unter **Tel.: 55491892** oder durch die im Nachbarschaftshaus ausliegenden aktuellen Flyer.

Hajo Schumacher:
Restlaufzeit
Hinterm Ruhestand geht's weiter!



Nach dem Erfolg der Lesung von Hajo Schumacher im Kulturhaus Karlshorst 2016, ist es uns in diesem Jahr gelungen, den Journalisten und Autor für das Nachbarschaftshaus ORANGERIE zu gewinnen.

Ungeschönt und mit Humor beschreibt er die Panik der Babyboomer vor den Horrorbildern des Alters. Auch sein Motto lautete stets: forever young. Nun, mit 53 Jahren, dämmert ihm: Das ist die schlechteste aller Lösungen. Nur Wissen und Erfahrungen helfen weiter.

Doch wie kann ein gutes, lustiges und bezahlbares Leben im Alter gelin-

gen? Wie fühlt es sich an in einer Rentner WG, einem Mehrgenerationenhaus oder der Luxus-Residenz unter Palmen? Hajo Schumacher hat es ausprobiert...

Ehrlich und informativ erzählt Hajo Schumacher, welche Ruhestandsmodelle bezahlbar sind und macht Mut, dass Älterwerden in Würde und mit Lebensfreude bis ins hohe Alter gelingen kann.

Natürlich ist das kein Selbstläufer, sondern setzt voraus, dass wir uns aktiv damit auseinandersetzen - jeder für sich, und viele gemeinsam.

Die Kontaktstelle PflegeEngagement lädt alle Interessierten herzlich ein:

Donnerstag, 12.10.2017, 16:30 Uhr
Nachbarschaftshaus ORANGERIE
Der Eintritt ist frei.

Jedoch wird um eine Spende gebeten, die dem Kiezkulturfest der Kiezspinne zugute kommt.

Anmeldung erforderlich!

Tel.: 030 28 47 23 95

E-Mail: kpe@kiezspinne.de

Ines Drost & Geraldine Bachmann
Kontaktstelle PflegeEngagement
Lichtenberg

Kiezflohmarkt am 16.09.2017 & Märchentage in der Kiezspinne



Am Samstag, **16. September**, findet von 11-17 Uhr der Kiezflohmarkt auf der Grünfläche hinter der Kiezspinne statt.

Liebe Nachbarinnen und Nachbarn, Sie sind herzlich zum Stöbern und geselligen Beisammensein eingeladen. Als Rahmenprogramm gibt es Flohmarkt-Musik von DJ Mare, Duftsäckchen basteln mit dem Kinderhaus NAPF, köstliche Bio-Heißgetränke vom Cof-

fee-Bike, einen Kuchenstand, ägyptische Snacks und Bratwurst vom Grill.

Herzlichen Dank an den Kiezfonds FAS, ohne den der Flohmarkt nicht realisiert werden könnte!

Anmelden für einen Stand können sich vor allem Nachbar_innen aus dem Kiez. Die Anmeldung ist über ein Online-Formular möglich.

Bei Interesse senden Sie einfach eine E-Mail an **mgh@kiezspinne.de** und er-

halten dann alle weiteren Informationen.

Und das gibt es auch noch bei uns:

- Am **27. September** findet von 10-13 Uhr das Seniorsportfest im Rahmen der Lichtenberger Woche der älteren Menschen statt;
- Am **12. Oktober** gibt es das Mitspieltheater „Traumkarussell“ für Kita Kinder;
- Die Märchenstunde kommt zurück aus der Sommerpause und findet immer mittwochs von 17-18 Uhr statt;
- Wer noch mehr Märchen will, schon mal vormerken: Am **17. November** veranstalten wir im Rahmen der 28. Berliner Märchentage einen Märchen-nachmittag in der Kiezspinne. Da gibt es das Mitspieltheater „Aschenputtel – ein musikalisches Märchen“ und „Malen & Märchen“ ein Kreativangebot für alle Generationen mit Kathrin Endres von den Kunstkoffern und Christa Jung von der Märchenstunde. Kommt vorbei, es wird bunt und schön!

Franziska Ruhнау
Projektkoordinatorin



Selbsthilfe – mehr als nur ein Stuhlkreis

Ein Netzwerk zum breiteren Austausch



Wolfgang Steffen,
Selbsthilfegruppe LiLy Berlin

Vor zwei Jahren habe ich unsere Selbsthilfegruppe für Menschen mit Lymph- und Lipödem gegründet. Heute haben wir ca. 60 Mitglieder, von denen 20 regelmäßig zu den Gruppentreffen kommen.

Ich glaube, das Allerwichtigste bei der Selbsthilfe ist der Kontakt zu Gleichgesinnten, einfach das Gefühl zu haben, dass man mit seinem Problem nicht allein dasteht, dass die anderen einen verstehen. Dieses Gefühl allein kann schon helfen. Informations- und Wissensaustausch darüber, wie man mit seiner Krankheit am besten umgeht, sind für uns wichtig. Oft sind es ganz praktische Dinge, wie Adressen von Ärzten, Sanitätshäusern und einfache Tipps für den Alltag.

Der Vorteil der Selbsthilfegruppe ist der Austausch auf Augenhöhe. Kein Therapeut oder „Gott in Weiß“ sagt hier, was zu tun ist, sondern die Erfahrungen der anderen sind es, von denen wir lernen und die uns Kraft geben, unseren eigenen Weg zu finden.

Der Stuhlkreis, den man von der älteren Selbsthilfe so vor Augen hat, ist zum Glück längst „gegessen“. Ich denke, da hat sich in letzter Zeit viel getan. Heute ist Selbsthilfe vielseitiger und aktiver, geht auch mehr in die Öffentlichkeit. Wir haben inzwischen ein Netzwerk von Betroffenen und Fachleuten, dessen Mitglieder sich auch auf größerer Ebene austauschen.

Deshalb engagieren wir uns z.B. auch auf Gesundheitstagen, hier im Stadtteil wie auch auf landesweiten Veranstaltungen.

Ein Höhepunkt war im vorigen Jahr unser Lymph-Selbsthilfetag, den wir hier in der Kiezspinne veranstaltet und zu dem wir über 100 Betroffene sowie zahlreiche Ärzte und andere Experten aus ganz Deutschland eingeladen haben.

Aktiv für sich und andere



Christa Kaltais,
Selbsthilfegruppe Osteoporose

Ich bin seit 2007 Mitglied und zugleich ehrenamtliche Gruppenleiterin der Lichtenberger Osteoporose-Selbsthilfegruppe im Bundes-Selbsthilfeverband für Osteoporose. Unsere Gruppe hat 75 Mitglieder, die sich in 7 Gymnastikgruppen unterteilen. Einmal in der Woche machen wir mit einer Physiotherapeutin Übungen zur Stabilisierung unseres Knochenapparates. Ebenso wichtig wie dieses Training sind für uns die regelmäßigen Treffen zu Gesprächen, zu Arztvorträgen, unsere gemeinsamen Ausflüge, Feste und Klinikbesuche. All das will organisiert sein. Zum Glück habe ich ehrenamtliche Helfer aus den Gruppen an meiner Seite. Wir sind ein tolles Team, helfen uns gegenseitig und sind immer für neue Betroffene da. Auch im Stadtteil sind wir aktiv, unterstützen jedes Jahr den Gesundheits-Selbsthilfetag, organisieren Osteoporosetage, sind mit unserem Osteolino-Projekt in Schulen unterwegs, um bereits Kindern spielerisch zu zeigen, wie wichtig eine gesunde Ernährung für die Knochen ist.

Die Selbsthilfegruppe macht uns Mut, mit unserer Krankheit auch weiterhin aktiv am Leben teilzunehmen.

Gemeinsam feiern und fröhlich sein



Azra Tatarevic,
Selbsthilfegruppe Gesundheit für bosnisch, kroatisch und serbisch sprechende Frauen

Unsere Selbsthilfegruppe trifft sich seit über zwei Jahren hier in der Kiezspinne. Wir, das sind acht Frauen, die als Flüchtlinge nach Berlin gekommen sind und bis heute unter verschiedenen Krankheiten und psychischen Problemen leiden, u.a. Ängsten und Depressionen, chronischen Schmerzen, Diabetes, Rheuma, Osteoporose.

Wenn wir zum Gruppentreffen ins Nachbarschaftshaus kommen können, sind wir immer fröhlich und gespannt auf die Erlebnisse und Erfahrungen der anderen.

Alle haben inzwischen Vertrauen und Geborgenheit in der Gruppe gefunden. Wir kommen so gern hierher, werden in der Kiezspinne immer freundlich empfangen und erfahren jede Hilfe. Deshalb treffen wir uns künftig nicht mehr nur zweimal im Monat, sondern wöchentlich.

Schon heute freuen wir uns wieder auf unseren Länderabend Bosnien-Herzegowina am 2. Dezember 2017 im schönen Kiezspinnen-Saal, wo wir gemeinsam mit Nachbarn aus der Frankfurter Allee Süd und allen Interessierten nun schon zum 3. Mal ein buntes Fest mit Tanz, Gesang und leckerem Essen feiern werden.

Unsere Tanzgruppe, die auch in diesem Jahr wieder beim Kiezkulturfest aufgetreten ist, wird natürlich mit dabei sein.

Wir möchten Sie schon heute dazu herzlich einladen.

Diese Wortmeldungen von Selbsthilfegruppen unserer beiden Kontaktstellen, heute der Selbsthilfekontaktstelle Synapse, werden in loser Folge fortgeführt.

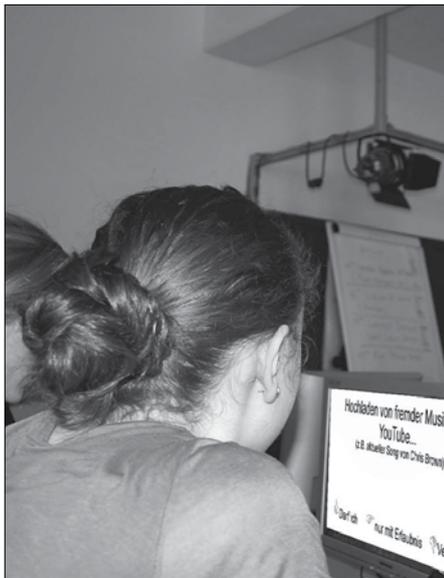


Foto: Archiv Kiezspinne

Cybermobbing macht auch vor Grundschulen nicht halt. Die frühzeitige Prävention ist deshalb für uns

Inklusive Medienarbeit

ein sehr wichtiges Thema, und wir unterstützen Schulen dabei aktiv.

So haben wir im letzten Schulhalbjahr 2016/2017 in der Schule am Bienwaldring, Schule mit dem Förderschwerpunkt »Geistige Entwicklung«, eine »Mobbing AG« übernommen.

Jugendliche mit kognitiven Defiziten stehen für eine besondere Risikogruppe, wenn von Cybermobbing die Rede ist. Auch sie benötigen zuerst grundlegende Kenntnisse zu Verhaltensweisen im Umgang mit dem Internet, um sie vor den Gefahren im Netz zu schützen.

Wichtige Themen im Kurs waren deshalb die Privatsphäre und das Recht am eigenen Bild. Ihnen wurde bewusst, dass persönlichen Daten, die einmal in das Netz gestellt werden, nicht mehr durch sie selbst kontrolliert werden können. Persönliche Informationen wie Te-

lefonnummern, Namen, Adressen oder gar Bilder von sich selbst und Freunden sollten nie leichtsinnig weitergegeben werden, weder an Fremde im Alltag noch ans Netz. Vor solchen Aktivitäten sollten auch wir uns fragen: Warum und was möchte ich über mich und über andere preisgeben?

Ein Kurzfilm sensibilisierte die Jugendlichen für die Problematik Cybermobbing nachhaltig. Sie erhielten wichtige Informationen zu typischen Rollen bei Cybermobbing: Wer ist alles am Geschehen beteiligt? Welche Rollen spielen sie?

Mit der Gestaltung eines eindrucksvollen Plakates mit Verhaltensregeln gegen Cybermobbing bewiesen die Jugendlichen, dass sie Medien selbstbestimmt und verantwortungsbewusst nutzen.

Marta Pueyo

Neues aus dem NAPF



Foto: Archiv Kiezspinne

Und so schnell sind die Ferien um!

Bei uns könnt ihr euch mit euren Freunden treffen, über eure Ferien quatschen, gemeinsam entspannen und unsere Angebote nutzen.

Außerdem sind wir auch wieder beim Aktionstag: „Unser Kind kommt in die Schule“ dabei. Dieser Tag findet am **15. September** von 16 bis 18 Uhr statt (siehe Seite 2). Ihr seid herzlich willkommen, unsere Snackwerkstatt zu besuchen.

Gleich am darauf folgenden Tag, dem **16. September**, sind wir auf dem Flohmarkt an der Kiezspinne zu finden. Diesmal könnt ihr tolle Duft-/Kräutersäckchen bei uns kreieren. Auch da freuen wir uns, wenn ihr dabei seid.

Bis dann – wir sehen uns.

Sarah, Antje und Basti

#Lichtpunkt



Foto: Jana Glasebach

Die Sommerferien sind nun bald vorbei.

In den Ferien gab es im Schülerclub verschiedene Aktionen. Ihr konntet Euch kreativ und sportlich betätigen, am Spielenachmittag teilnehmen. Außerdem haben wir mit Euch gemeinsam leckere Schokomuffins gebacken, waren bowling und haben das schöne Wetter bei einem gemeinsamen Ausflug zum Orankesee genossen.

Wir hoffen, nun könnt ihr wieder gut in das neue Schuljahr starten. Der Schülerclub freut sich schon mit Euch auf

viele schöne Aktionen, die wir gemeinsam planen und durchführen werden.

Unsere erste gemeinsame Aktion wird die Neugestaltung des Eingangsbereiches der Hermann-Gmeiner-Schule im Gebäude II sein. Hier sind Eure Ideen und natürlich Eure Kreativität gefragt. An den Wänden wollen wir Platten anbringen, die mit Logos und Motiven farblich gestaltet werden.

Wir freuen uns auf Euer Kommen und Eure Hilfe, den SC-Alltag bunt und lustig zu gestalten.

Jana, Gunda und Chrissi



Wie gefällt es Ihnen im Nachbarschaftshaus ORANGERIE?

Liebe Besucherin, lieber Besucher, um für Sie die Angebote und die Qualität unserer Arbeit weiter verbessern zu können, bitten wir Sie, sich ein paar Minuten Zeit zunehmen und diesen Fragebogen auszufüllen.

Alternativ können Sie auch im Internet teilnehmen: www.kiezsPINNE.de

Alle Angaben sind freiwillig, anonym und dienen ausschließlich der Verbesserung unserer Arbeit.

Herzlichen Dank.

Wie gefällt Ihnen die Atmosphäre in unserem Haus?

Welchen Eindruck haben Sie von...

Nur ein Kreuz pro Zeile.

	sehr gut	ordentlich	nicht gut
den Veranstaltungsräumen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
dem Foyer?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
dem Sanitärbereich?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
dem Außenbereich?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Welche Veränderungen wünschen Sie sich?

Wie begegnen Ihnen unsere Mitarbeitenden?

Nur ein Kreuz pro Zeile.

	stimme zu	stimme teilweise zu	stimme nicht zu
freundlich?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
kompetent?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
umsichtig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
hilfsbereit?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Was wünschen Sie sich von unseren Mitarbeitenden?



Unsere Angebote

Welche Angebote in unserem Hause nutzen Sie / haben Sie genutzt?

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- Kulturveranstaltungen
- Gesundheits-/ Sportkurse
- Familienangebote
- Seniorenangebote
- Selbsthilfegruppen
- Beratungen
- Informationsveranstaltungen
- Gastronomische Angebote

Wie gefallen Ihnen unsere Angebote in Bezug auf...

Nur ein Kreuz pro Zeile.

	sehr gut	mittelmäßig	nicht gut
die Anzahl?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
die Vielfalt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
die Durchführung?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
die Zeiten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ihre Vorschläge und Ideen

Welche zusätzlichen Angebote wünschen Sie sich?

Welche Verbesserungen schlagen Sie vor?



Wie informativ finden Sie...

Nur ein Kreuz pro Zeile.

	sehr informativ	mittelmäßig	gar nicht	Kenne ich nicht
den Internetauftritt der Kiezspinne?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
unsere Facebookseite?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
unsere Vereinszeitung ORANGERIE?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
unsere Schaukästen und Aushänge?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Wie und worüber möchten Sie noch mehr informiert werden?

Wodurch sind Sie auf unser Haus aufmerksam geworden?

Wählen Sie alle zutreffenden Antworten aus.

- Verwandte/Freunde
- Webseite
- Facebook
- Zeitung
- Aushang/Flyer
- sonstiges

Wie lange kennen Sie unser Haus?

Nur ein Kreuz pro Zeile.

- 0 - 6 Monate
- 7 - 12 Monate
- über 12 Monate
- über 24 Monate



Umfrage

Wie oft besuchen Sie unser Haus?

Nur ein Kreuz

- täglich
- wöchentlich
- mehrmals im Monat
- nur zu bestimmten Anlässen
- Ich kannte das Haus bisher nicht

Würden Sie die Kiezspinne weiterempfehlen?

Nur ein Kreuz

- ja
- nein

Warum?

Einige wenige statistische Angaben

Ihr Geschlecht

Nur ein Kreuz

- männlich
- weiblich
- anderes

Ihr Alter

Ihre Lebenssituation

Nur ein Kreuz

- Alleinlebend
- Alleinerziehend
- in einer Beziehung mit Kind
- in einer Beziehung ohne Kind

In welcher Straße wohnen Sie?

Aus dem Bezirk?

Wir danken Ihnen herzlich, dass Sie sich die Zeit für uns genommen haben und wünschen Ihnen bei Ihrem nächsten Besuch im Nachbarschaftshaus ORANGERIE einen angenehmen Aufenthalt.

Kiezspinne FAS e.V.



20 Jahre Friedrichsberg-Apotheke im Kiez



Foto: Archiv Friedrichsberg-Apotheke

Am 13. September 1997, also vor 20 Jahren, eröffnete Apothekerin Ulrike Gischke mit einem kleinen Team von 4 Kollegen die Friedrichsberg-Apotheke im Kiez Frankfurter Allee Süd. Eine Kollegin, „die kleine Blonde“, ist von Anfang an dabei! In dem neu gebauten Mauritiuskirchstrassen Center (MKC), was anstelle der abgerissenen Clubgaststätte Frankfurter Allee Süd entstand, gab es jetzt eine Apotheke im Kiez. Nach 20 Jahren, ist das gesamte Team der Friedrichsberg-Apotheke auf insgesamt 10 Mitarbeiter angewachsen.

Es wurden Arbeitsplätze (fast ausschließlich Frauen-Arbeitsplätze) geschaffen, mehrere junge Menschen während der 20 Jahre ausgebildet, Kindergarten und Seniorengruppen zum „schnuppern“ hinter die Kulissen der Apotheke eingeladen, und vielen Schülern im Kiez wurde die Möglichkeit gegeben, ein Schülerpraktikum in der Friedrichsberg-Apotheke zu absolvieren.

Zum jetzigen Team der Apotheke gehören außer der „Chefin“ Ulrike Gischke noch 2 Apotheker/in, 1 Pharmazieinge-

nieurin, 3 Pharmazeutisch-technische Assistenten, 1 Pharmazeutisch-kaufmännische Angestellte, 1 Bürokraft und 1 Reinigungskraft.

Die Mitarbeiter der Friedrichsberg-Apotheke haben für alle großen und kleinen Sorgen der Patienten immer ein offenes Ohr und für alle Probleme eine Lösung parat!

Als Dankeschön für die jahrelange Treue feiert die Apotheke am

**Mittwoch, 13. September 2017,
9-18 Uhr**

mit allen Kunden ein großes Fest mit vielen Höhepunkten, wie Glücksrad, Leierkastenmusik,

Grillwurst-Trabi, Getränken, Luftballons und vieles mehr!

Lassen Sie sich überraschen!!!

Die Friedrichsberg-Apotheke

Ulrike Gischke und Team

**Friedrichsberg Apotheke
Apothekerin
Ulrike Gischke
Mauritiuskirchstrasse 3
10365 Berlin**

Telefon: (030) 553973-36

Telefax: (030) 553973-38

E-Mail: info@friedrichsberg-apotheke.de

<http://www.friedrichsberg-apotheke.de>

Jobbörse für Geflüchtete am 08.09. im Stadtteilzentrum Kiezspinne



Foto: Archiv Paritätischer Wohlfahrtsverband LV Berlin e.V.

Work for Refugees ist ein Projekt des Paritätischen Berlin, welches Geflüchtete durch Erwerbs-

arbeit integriert. Zwei Berater_innen im Projektbüro haben selbst einen Flüchtlingshintergrund und verfügen

über Kultursensibilität und Sprachkompetenz.

So können Mißverständnisse in der Vermittlung von Anfang an vermieden werden. Neben der Beratung und Vermittlung organisiert Work for Refugees Jobbörsen in Stadtteilzentren. Die Jobbörse wird im Stadtteilzentrum Kiezspinne, am **8. September 2017** von 10:00-13:00 Uhr, Geflüchteten die Gelegenheit bieten, mit 25 Arbeitgebern Bewerbungsgespräche zu führen.

Senatorin Elke Breitenbach wird die Jobbörse eröffnen. Die Beteiligung vieler Ehrenamtlicher, des Jobcenters, des Willkommen in Arbeit Büros sowie von Hilfsprojekten zeigt, dass die Integration der neuen Nachbarinnen und Nachbarn nur gemeinsam gelingen kann.

Markus Pleyer



Tierparkspaziergang für Seniorinnen und Senioren



am Freitag, 15. September 2017 von 9:30 - 14:00 Uhr

Wir laden Sie herzlich zu einem Herbstspaziergang durch den Tierpark ein.

Menschen mit Demenz sind uns willkommen und werden bei Bedarf betreut (bitte anmelden).

- Wann: Wir treffen uns um 9.30 Uhr
• Wo: Neu! Eingang am Schloss (Tram M17, 27, 37, Haltestelle Am Tierpark/A.-Kowalke-Str.)
• Der Eintrittspreis beträgt 13 €; für Besitzer eines Schwerbehindertenausweises mit dem Merkzeichen B 9 € (gilt auch für die Begleitperson)
• Für 4,- € können Sie sich an unserem reichhaltigen Picknick stärken
• Wir organisieren einen Fahrdienst (kostenpflichtig), bitte bei der Anmeldung angeben
• Anmeldung bitte bis 11.09.2017

Informationen und Anmeldung: Bernadette Theobald LBD-Lichtenberger Betreuungs-Dienste gGmbH Paul-Junius-Str. 64A Tel.: 030 - 98 60 19 99 - 16 Mobil: 0172 - 69 26 787

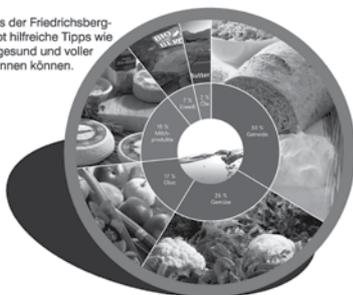
Seniorentreff

Der besondere



Gesundes Frühstück

Franziska aus der Friedrichsberg-Apotheke gibt hilfreiche Tipps wie wir den Tag gesund und voller Energie beginnen können.



Franziska aus der Friedrichsberg-Apotheke gibt hilfreiche Tipps, wie wir den Tag gesund und voller Energie beginnen können. Deshalb öffnet das Frühstückbuffet ausnahmsweise an diesem Tag erst nach dem Vortrag gegen 10:30 Uhr.

Die Kiezspinne räumt auf

Advertisement for 'Eine saubere Sache' cleanup event on September 8th, 2017, at 14:00-17:00. Includes logos for Familien-Friedrichsberg-Lichtenberg and BSR.

Frühjahrsputz 2017 in Erinnerung, da kommt schon der Aufruf zum Herbstputz 2017. Unter dem Motto „Die Kiezspinne räumt auf“ wollen wir am 08. September, diesmal an einem Freitag, gemeinsam das Gelände hinter dem Nachbarschaftshaus ORANGERIE reinigen und aufräumen.

Ich möchte die Gelegenheit nutzen, um mich ganz herzlich bei den freiwilligen großen und kleinen Helfer_innen zu bedanken, die schon viele Putzaktionen mit uns gemeinsam durchgeführt haben.

Wer am 08.09.2017 keine Zeit hat, nicht traurig sein, 2018 gibt es wieder einen Frühling und unsere Putzaktion.

Reimer Dunkel

Meine liebe Leserschaft, uns allen sind noch die Aktivitäten zum



Willkommenskultur und Integrationslotsen

Im Rahmen der Willkommenskultur unterstützen wir weiter das Kennenlernen alter und neuer Nachbarinnen und Nachbarn. Wir geben Räume, um sich auszutauschen und die Möglichkeit, über unsere Angebote hinaus eigene Wünsche und Ideen mit einzubringen.

Wir werden uns gemeinsam noch lange kümmern müssen, damit Integration auch wirklich gelingt.

Unsere Integrationslotsen beraten Migranten und Geflüchtete in unserem Nachbarschaftshaus ORANGERIE, im Jobcenter Lichtenberg, im Stadtteilzentrum iKARUS in Karlshorst sowie an drei Orten im Stadtteil Fennpfuhl.

Dabei haben sie im ersten Halbjahr 2017 unter anderem bei 1.446 Kontakten Menschen beraten und zu Behörden, Schulen, Ärzten, Kita's und Beratungsstellen begleitet.

Am 17. Juli 2017 startete unser Sprach- und Begegnungscafé. Seitdem treffen wir uns immer montags um 17 Uhr in der ORANGERIE. Viele Zugewanderte und schon länger hier lebende Migranten haben wenig Gelegenheit, ihre erlernten Sprachkenntnisse praktisch anzuwenden. Wir bieten mit dem Café die



Foto: Hans-Joachim Knebel

Möglichkeit, sich dabei näher kennenzulernen.

Und vielleicht finden sich dann auch Patenschaften, die das Ankommen bei uns noch besser unterstützen können.

Deshalb suchen wir Nachbarinnen und Nachbarn, die sich montags bei Café und Kuchen mit Menschen unterschiedlicher Kulturen austauschen möchten. Die Sprache eröffnet uns den Weg zu den Menschen und ihrer Kultur, wie das natürlich auch umgekehrt der Fall ist; denn die Zugewanderten sollen auch uns kennenlernen. Und vielleicht entsteht dabei auch die eine oder andere Patenschaft für die neuen Nachbarn.

Wir jedenfalls laden alle Interessierten ganz herzlich ein.

Jana Glasebach und Andreas Svojanovsky



Neues aus Alt Lichtenberg

Nach den Sommerferien gibt es wieder allerhand Events für die Nachbarinnen, Nachbarn, Besucherinnen und Besucher von Alt-Lichtenberg zu entdecken. Einige Highlights wollen wir Ihnen hier präsentieren und freuen uns auf Ihren Besuch.



Los geht es am **10. September** mit dem Tag des offenen Denkmals. Gemeinsam mit dem Kulturring Lichtenberg werden wir wieder ein Nachbarschaftsfest in der Koptisch-Orthodoxen Kirche, am Roedeliusplatz 2 veranstalten. Nach einer Begrüßung durch den Bezirksbürgermeister Michael Grunst und den Erzpriester der Gemeinde Girgis

Ek Moharaky, um 14 Uhr, sowie einem Kultur- und Mitmach-Programm für Kinder, können Sie ab 16 Uhr an Führungen durch das Kirchengebäude teilnehmen. Zum Abschluss wird es ein kleines Konzert auf der Sauerorgel geben.

Am **15. September** veranstaltet das Holzhaus (Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtung, Gotlindestraße 38) anlässlich seines 2-jährigen Bestehens und der Eröffnung des neu gestalteten Außen Geländes ein Nachbarschaftsfest mit vielen Highlights, darunter ein Volleyball-Turnier und eine Feuershow.

Alle Nachbarinnen und Nachbarn, ob groß oder klein, sind ab 14 Uhr herzlich eingeladen, gemeinsam zu feiern.



Fotos: Reiner Meyer

Bereits zum fünften Mal führen wir am **30. September** den erfolgreichen Nachbarschaftsflohmarkt auf dem Freiaplatz, Rüdiger/ Ecke Wotanstraße durch. Von 10 bis 17 Uhr sind alle herzlich eingeladen, gemeinsam zu stöbern und kleine Schätze zu finden.

Diese und viele andere Veranstaltungen finden Sie wie immer in unserem Stadtteilkalender

kiezcal-lichtenberg.de

Daniela Dahlke
Stadtteilkoordinatorin
Alt-Lichtenberg

15. Fennpfuhlfest auf dem Anton-Saefkow-Platz



Foto: Thomas Drobisch

Am **29. September 2017** ab 15 Uhr jährt sich zum 15. Male das Fennpfuhlfest, mittlerweile das größte Stadtteilstfest in Lichtenberg. Unter dem Motto „Wir von hier“ sind wie immer nicht nur die Fennpfuhlerinnen und Fennpfuhler herzlich eingeladen.

In Zusammenarbeit der Veranstalter Unionhilfswerk und Bezirksamt Lichtenberg mit den lokalen Akteuren, wie den Wohnungsunternehmen HOWOGE, WGLi und Vonovia, den freien Trägern, den Gewerbetreibenden und den

öffentlichen Einrichtungen wird ein buntes und abwechslungsreiches Programm auf die Beine gestellt.

So haben die Geschäfte rund um den Platz für Besucherinnen und Besucher ganztägig geöffnet. Und man kann sich an etwa 30 Ständen über ortsansässige Vereine und Träger sachkundig machen und einen Einblick in deren Arbeit und ihre Angebote/Leistungen bekommen.

Vor der großen Bühnenshow bieten Akteure/Träger aus dem Kiez Tanzdarbietungen an.

Die jungen und jüngsten Gäste können sich austoben auf Rollenrutsche, beim Bungee Run und es etwas spannender angehen lassen beim Basteln, Schminken und bei Geschicklichkeitsspielen. Gegen 19.30 Uhr startet der traditionelle Lampionumzug durch den Fennpfuhlpark.

Zum Abschluss des Festes wird am See gegen 21:45 Uhr wieder das große Höhenfeuerwerk stattfinden.

Thomas Drobisch

Referate in der Woche des älteren Bürgers

Im Rahmen der Woche für die älteren Menschen werden im Stadtteilzentrum Lichtenberg-Nord/Fennpfuhl in der Möllendorff-Passage zwei interessante Referate stattfinden.

Am **25.9.2017** wird Herr Dittner, Einrichtungsleiter der Pflegeeinrichtung Käte Kern, über Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung sprechen, am **27.9.2017** wird er sich des Themas Elternunterhalt annehmen. Mittlerweile ist der Eigenanteil der Pflegeheimkosten für viele Menschen kaum noch aus eigener Tasche finanzierbar. Wer kommt dann für die Finanzierung auf? Es wird genügend Zeit sein, damit Sie Ihre Fragen zu den beiden Themen loswerden können.

Die Veranstaltungen beginnen jeweils um 16:30 Uhr.

Eine telefonische Voranmeldung ist erwünscht unter der Rufnummer **030 50 56 62 00**.



REGELMÄSSIGES



Beratung

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

- **Beratung für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige**
Di 13-15 Uhr, Do 10-12 Uhr
- **Mediation/Konfliktberatung**
Termine nach Absprache
- **Mieterbeirat**, öffentliche Sitzung 2. und 4. Mo, 18-20 Uhr
- **Psychologische Beratung**
3. Di im Monat, 17-19 Uhr
(mit Anmeldung)
E-mail: psychologin-schuy@outlook.de
- **Rechtsberatung** 2. Di im Monat, 17-19 Uhr (mit Anmeldung)
- **Sozialberatung (bes. zu ALG II)**
Mi 13-17 Uhr, Do 13-17 Uhr
(und nach Vereinbarung)
- **Selbsthilfe-Beratung**
Mo 13-17, Di 13-16, Fr 10-12 Uhr
und nach Vereinbarung
- **Soziale Beratung für Rheumapatienten**
der Deutschen Rheuma-Liga,
Berlin e.V. 4. Mi im Monat,
14:30-16:30 Uhr und nach
Vereinbarung
(mit Anmeldung)
- **Sprechstunde des Mieterbeirates**
1. Do im Monat, 17-19 Uhr

Frauentreff Alt-Lichtenberg Hagenstr. 57

- **Frauengespräche**,
Einzelberatungen für Frauen
Mo, 14 Uhr, Anmeldung unter Tel.
557 99 410 oder 557 99 411
- **Soziale Beratung f. Frauen**, 1. Di, 9 Uhr

Julateg Finsolv Lichtenberg e.V. Normannenstr. 5A

- **Schuldnerberatung**
Mo-Fr 9-12 und 13-15 Uhr



Generation 60+

(Anmeldung 5101007)

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

- **Computeria Medientreff 60+**
Mo 12:30-14:30 Uhr,
einzelner Tag (vor dem Kurs) 6 €
monatlich (im Voraus) 20 €
- **Gedächtnistraining**
Di u. Mi 10:30 Uhr, 1 €/Termin

- **Gymnastik für Männer**
Di 10 Uhr, 10 €/Monat
- **Kaffeeklatsch**
3. Mo im Monat, 14:30 Uhr, 3 €
- **Nähen m. Nachbarn** Mi 9-12 Uhr, 1 €
- **Senioren gymn.** Mo 9-10, Di 8-9 und
9-10, Mi 8-9 u. 9-10 Uhr, 10 €/Monat
- **Senioren singegruppe** Mi 15 Uhr, 1 €



Gesundheitsselbsthilfe

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

Bewegungs- und Entspannungskurse:

- Anmeldung erforderlich!
Einstieg in laufende Kurse nur
nach Absprache möglich.
- **AROHA** Do 18 Uhr (ab 7.9.)
 - **Gesellschaftstanz** Di 18 Uhr
 - **Hüft-, Rücken-, Knie-, Gangschule**
Mi 16 Uhr
 - **Line Dance** (Fortgeschrittene)
Mo, Mi 18 Uhr
 - **Pilates** Do 19 Uhr (ab 7.9.)
 - **Qigong** Fr 12:45 Uhr (ab 22.9.)
 - **Yoga** Di 16:30, 17:45 und 19 Uhr

Selbsthilfegruppen:

- **Angehörige psychisch Kranker**
3. Mo im Monat, 18 Uhr
- **Angst, Depression, Psychose I**
1. und 3. Mo im Monat 18 Uhr
(mit Anmeldung)
- **Angst, Depression, Psychose II**
Di 18 Uhr
(mit Anmeldung)
- **Aphasie**
1. Do im Monat, 14 Uhr
(mit Anmeldung)
- **Beckenbodenprobleme**
Di 14:30 Uhr
- **Bosnisch, kroatisch und serbisch
sprechende Frauen zum Thema
Gesundheit**
Mo, 15:30 Uhr
- **Bosnische Frauen, Tanz
und Gesang**
1. und 3. Do im Monat, 17:30 Uhr
- **Depression** Do 18:30 Uhr
(mit Anmeldung)
- **Depression** 1. und 3. Mo 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

- **Junge Selbsthilfe**
SHG „Soziale Ängste u. depressive
Verstimmungen für junge Men-
schen von 18-35 Jahre“
(geschlossene Gruppe), 2. u. 4. Di
im Monat
und
Mi in jeder ungeraden Kalender-
woche, 17 Uhr (offene Gruppe)
- **Lebenspartner von Menschen
mit Depressionen,
bipolarer Störung**,
3. Mo im Monat, 18 Uhr
- **Lesekreis „Soziale Ängste“**
2. Do im Monat, 18:15 Uhr
- **Lymph- und Lipödem**
2. Mi im Monat, 18 Uhr
- **Osteoporose, 7 Gymnastikgruppen**
(Termine erfragen)
- **Parkinson** 3. Mo im Monat, 15 Uhr
- **Rheuma**
4. Di im Monat, 16 Uhr
- **Russischsprachige SHG Gesund-
heit** 2. u. 4. Mi, 14 Uhr
- **Schreiben für die Seele**
3. Di im Monat, 18 Uhr
- **Zwänge**, 1. u. 3. Di im Monat
17:30 Uhr

SHG sowie Bildungs- und Bera- tungsstelle für Anfallkranke e.V. Wotanstr. 14

- **Bowling**, 2. Mo im Monat
- **Gruppentreffen im Begegnungs-
zentrum „Lebensfreude“**
Mi, 15 - 18 Uhr
- **Spaziergänge**
3. So im Monat
nach Abstimmung
- **Spiele-Nachmittag**
letzter Fr im Monat, 16 - 19 Uhr



Pflegeunterstützung

*Pflegende Angehörige und
Menschen mit Pflege-/Hilfebedarf:*

- **Angehörige von Menschen mit
Demenz**
1. Mo im Monat, 10 Uhr
- **Elterncafé** für Mütter und Väter
von erwachsenen Kindern mit
Behinderung
3. Mi im Monat,
10 Uhr
- **„Im Alltag gesund bleiben“**
für pflegende Angehörige,
Mi 17:30 Uhr
- **Spaziergangsgruppe**
Mo 11 Uhr



• Treffen zum Tee

1. Fr, 14 Uhr

Tagespflege „Am Fennpfuhl“ Franz-Jacob-Str. 16-18

• Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

2. Di im Monat 18 Uhr
(mit Anmeldung)

Kinder, Jugendliche und Familien

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

• Familiennachmittag

Mi und Fr, 16-18 Uhr
1 € pro Kind

• Familienservicestelle

Mo 16 -18 Uhr, Do 10-12 Uhr

• Krabbelgruppe

Do 10 -12 Uhr
1 € pro Kind

• Nachhilfe

(vorrangig für Kinder aus
Aussiedlerfamilien)

Mo 14 -18 Uhr, Di 15-18 Uhr,
Do 14 -18 Uhr
und nach Vereinbarung

in Kooperation

mit Starke Brücken GbR

• Eltern-Kind-Gruppe „Wie zeigt mein Kind was es braucht?“

Di 10 -11:30 Uhr,
Anmeldung bei Sabine Weiser
Tel. 0157 85 61 32 32

• Eltern- und Schwangerentreff „Entspannt ins Wochenende“

Fr 10 -11:30 Uhr

• „Little Friends“

Mi 10 -11:30 Uhr
Internationale Babygruppe für
Eltern mit Kindern im

1. Lebensjahr und Schwangere
(kostenloses Angebot)

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf:
Susanne Bonin, Tel. 0151 26033009
Lisa Beckmann, Tel. 0176 29251517

• Regulationssprechstunde

(Vertrauliche und kostenlose
Beratung) Di 12-14 Uhr

Angebote

für Jugendliche

• Breakdance für Kinder und Jugendliche

Fr 17 -18 Uhr

• Offenes Mediencafé

Mi 15 -17 Uhr

• TubeTV Medienredaktion

Mo15:30-18:30 Uhr

Kultur, Freizeit und Lebensart

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

• Berlin singt mit Flüchtlingen

Do 19:30 Uhr

• Der Besondere Freitag

1. Fr im Monat, 10-12 Uhr,
7,50 € (inkl. Frühstück)

• Fotozirkel 2. und 4. Mo, 17 Uhr

• IG Heimatgeschichte

Termine im Sekretariat erfragen!

• Literaturcafé

Mi 14:30 Uhr, 1 €/Termin

• Tauschnetz

1. Mi im Monat, 18-19 Uhr

• Textschmiede 1. und 3. Do, 16 Uhr

Frauentreff Alt-Lichtenberg Hagenstr. 57

• Frauengespräche

Mo, 14 Uhr

• Frauensportgruppe „proBeweglich“

Mi 10 Uhr, im „Holzhaus“, Gotlindestr. 38

• Sport mit Manja Di 14 Uhr

• Treff der Montagsmalerinnen,

Mo 17 Uhr

Kunst und Handwerk

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

• Druck- u. Grafikurse (auf Anfrage)

Weiterbildung

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

• Englisch-Konversation Mi 10 Uhr

• Kommunikation in Englisch:

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

• Englisch für Alltag und Urlaub

Mo, 18 Uhr (Gruppe)

• Französisch (geschlossene Gruppe)

Do 18:00 -19:30 Uhr

• Spanisch für Anfänger (ab 6.9.2017)

Mi 18 -19 Uhr

Kiez-Service

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

Raumnutzung

Mo 13 -18, Di 13-17, Fr 10-15 Uhr

Bibliothek

Do 11-14 Uhr (Ausleihe u. Rückgabe)

Nähstübchen Mi 9-12 Uhr

Kasse Mi 13-18, Do 9-14 Uhr

Stadtteilwerkstatt

Mo-Fr 8-13 Uhr



Foto: Reiner Meyer

Wir sind 15...

...15 Jahre bestehen unsere
drei Dienstags-Sport-
gruppen um und mit Frau Anne Cupl.
Kinder, wie die Zeit vergeht!

Durch all die Jahre hat sie uns sport-
lich fitgehalten. Sie versteht es, uns
mit ihrem Elan, ihrer Ausdauer und
ihrer Begeisterung mitzunehmen. Wir
werden keine Leistungssportler, aber
für unsere Kondition läßt sie sich stets
aufs Neue tolle Übungen einfallen.
Zwar sind wir nicht mehr die Jüngsten
und es geht auch nicht mehr so flott
- aber Spaß macht es allemal. Unsere
sozialen Kontakte kommen auch nicht
zu kurz, sie werden intensiv gepflegt
und kommen uns allen zugute.

Aber auch einem „Kapitän“ bläst mal
der Wind ins Gesicht. So mußte sie
schwere gesundheitliche Probleme
überstehen. Mit all ihrem Optimismus,
starken Willen und ihrer Leidenschaft
für den Sport hat sie es geschafft, aus
den Tiefs herauszukommen. Sie ist ein
Kämpferherz. Dieses schlägt für die
sportliche und gesundheitliche Stabi-
lität, die sie in vollem Umfang an uns
weitergibt.

Jahr für Jahr immer für uns da zu
sein, uns mitzureißen und anzusporn-
en erfordert von ihr ein hohes Maß
an Disziplin. Dafür lieben und danken
wir es ihr und halten seit 15 Jahren zur
Stange.

Zu Recht wurde ihr Engagement
vor einigen Jahren mit der Ehrenkarte
für immerwährende gute Leistungen
durch den Stadtbezirk Lichtenberg
gewürdigt.

Deine Gruppen anerkennen Deine
Leistungen, indem wir jede Woche auf
der Matte stehen, mitmachen und alle
dabei viel Freude haben. Dafür gra-
tulieren wir Dir, aber auch uns, für 15
Jahre Sportgruppe. Wir wünschen Dir
beste Gesundheit und die Kraft, noch
viele Jahre mit uns den Sport zu be-
treiben.

Die drei Dienstagsgruppen



BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Samstag, 02.09., 17:00 Uhr

Tag des Wissens mit „Katjuscha“
Kostenbeteiligung: 5 €

Mittwoch, 06.09., 10:00 Uhr

Tagesfahrt
nach Eichhorst mit Picknick
Kostenbeteiligung: 15 € + 6 € Picknick

Freitag, 08.09., 10:00 Uhr

Jobbörse für Geflüchtete mit
Arbeitgebern in Zusammenarbeit mit
dem Paritätischen Wohlfahrtsverband

Freitag, 08.09., 14:00 - 17:00 Uhr

Woche des bürgerschaftlichen
Engagements-
„Die Kiezspinne räumt auf“
(siehe Seite 12)

Freitag, 08.09., 17:00 Uhr

Line Dance Party
Kostenbeteiligung: 3 €

Freitag, 15.09., ab 16:00 Uhr

Aktionstag „Unser Kind kommt 2018 in
die Schule“
(siehe Seite 2)

Samstag, 16.09., 11:00 - 17:00 Uhr

1. Kiezflohmärkte in FAS
(siehe Seite 4)

Mittwoch, 20.09., 10:00 Uhr

Tagesfahrt
nach Neuruppin
Kostenbeteiligung: 15 €

Mittwoch, 20.09., 16:00 Uhr

Literarischer Abend mit „Katjuscha“
Kostenbeteiligung: 1 €

Donnerstag, 21.09., 10:00 Uhr

Wanderung
Villenwanderung in Hoppegarten
Treffpunkt: S-Bahnsteig Lichtenberg
(Info- und Aufsichtshäuschen)
Fahrkarte: ABC

Freitag, 22.09., 14:00 Uhr

Kinder-, Jugend- und Familientag
(siehe Seite 3)

Samstag, 23.09., 19:00 Uhr

Zu Gast bei Franziska Troegner ist die
Schauspielerin Ursula Karusseit.
Kostenbeteiligung: 12,50 €
(siehe Seite 3)

Mittwoch, 27.09., 10:00 Uhr

Seniorensporthfest
Erproben Sie Ihre sportlichen Fähigkeiten.
Wir haben diverse Parcours, an denen
mit Spaß die Sportlichkeit bewiesen
werden kann.
Es warten tolle Preise und auch für das
leibliche Wohl ist gesorgt. Eintritt frei.

Mittwoch, 27.09., 16:00 Uhr

Dankeschönveranstaltung
für ehrenamtliche und freiwillige
Helferinnen und Helfer
(nur auf Einladung)

Donnerstag, 28.09., 16:00 Uhr

Infoveranstaltung
„Gegen das Altern ist ein Kraut
gewachsen!“ - Heilmittel nach
Hildegard von Bingen
Referentin: Petra Schnoor-Grothge
(Heilpraktikerin)
Anmeldung erforderlich!
Tel.: 030 28 47 23 95
E-Mail: kpe@kiezspinne.de
Der Eintritt ist frei. (siehe Seite 3)

Freitag, 06.10., 10:00 Uhr

Der Besondere Freitag zum Thema das
„Gesunde Frühstück“ (siehe Seite 12)
Kostenbeteiligung: 7,50 €
(inkl. Frühstück ab 10:30 Uhr)

Mittwoch, 11.10., 10:00 Uhr

Tagesfahrt nach Wandlitz
Kostenbeteiligung: 15 €

Donnerstag, 12.10., 16:30 Uhr

Hajo Schumacher: „Restlaufzeit -
Hinterm Ruhestand geht's weiter!“
Lesung und Gespräch mit dem Autor
über Lebensmodelle fürs Alter
Tel.: 030 28 47 23 95 oder unter
E-Mail: kpe@kiezspinne.de
Anmeldung erforderlich!
Der Eintritt ist frei. (siehe Seite 4)

Freitag, 13.10., 17:00 Uhr

Line Dance Party
Kostenbeteiligung: 3 €

Donnerstag, 19.10., 10:00 Uhr

Wanderung
Botanischer Garten
Treffpunkt: S-Bahnsteig Frankfurter
Allee, hinterer Ausgang
Fahrkarte: AB
Eintritt: 6,00 €/ ermäßigt 3,00 €

Mittwoch, 25.10., 10:00 Uhr

Tagesfahrt nach Ribbeck
Kostenbeteiligung: 15 €

Samstag, 21.10., 19:00 Uhr

Tanz im Nachbarschaftshaus
mit Eisbeinessen
Kostenbeteiligung: 15 €

Donnerstag, 26.10., 14:30 Uhr

Spielenachmittag

ÖFFNUNGS-/SPRECHZEITEN

Nachbarschaftshaus ORANGERIE

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

**Medienkompetenzzentrum
Die Lücke**
Mo-Fr 14-19, Tel: 55491894

Zentralkasse (in der ORANGERIE):
Mi 13-18 Uhr, Do 9-14 Uhr

Raumnutzung:
Mo 13-18 Uhr, Di 13-17 Uhr,
Fr 10-15 Uhr

Außerhalb unseres Hauses

**Selbsthilfekontaktstelle Horizont
Ahrenshooper Str. 5**
Di 14-18, Mi 13-16, Do 10-13 Uhr
u. nach Vereinbarung, Tel: 9621033

**Kontaktstelle PflegeEngagement
Schulze-Boysen-Str. 37:**
Di 13-15 Uhr, Do 10-12 Uhr und nach
Vereinbarung, Tel: 28472395

**Schülerclub Lichtpunkt
Harnackstraße 25:**
Mo-Fr 13-18 Uhr, Tel: 5539073

**Kinderhaus NAPF
Hauffstraße 13:**
Di-Fr 14-19 Uhr, Sa 13-19, in den
Ferien Di-Sa 12-19, Tel: 5578131

**Stadtteilwerkstatt:
Schulze-Boysen-Str. 40:**
Mo-Fr 08-13 Uhr

Wir danken unseren Förderern und Partnern:

Senatsverwaltung
für Integration, Arbeit
und Soziales



Senatsverwaltung
für Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung

