

Neue Aufgaben in Lichtenberg Nord

Auf Beschluss der Bezirksverordnetenversammlung Lichtenberg wurde im Juli 2017 die Vergabe der Stadtteilkoordination neu ausgeschrieben. Praktisch bedeutete das, Träger wie die Kiezspinne mussten sich für die Arbeit in den Stadtteilen Alt-Lichtenberg und Frankfurter Allee neu bewerben. Unser bisheriger Kooperationspartner für den Stadtteil Fennpfuhl, das Unionhilfswerk, hatte vorab kein Interesse an einer Weiterführung der bisherigen Zusammenarbeit bekundet. Weil wir selbst keine Ambitionen zur Erweiterung unserer sozialraumorientierten Arbeit in Richtung Fennpfuhl haben, suchten wir vor Ort nach einem neuen Kooperationspartner und fanden ihn in der RBO Inmitten gGmbH. Das ist eine Tochtergesellschaft der Stiftung Rehabilitationszentrum Ost (RBO), die im Fennpfuhl seit vielen Jahren tätig ist. Sie betreut dort Kinder und Jugendliche in Wohngruppen, betreibt eine Kita und ist uns aus der Zusammenarbeit im Bundesprojekt „Mehrgenerationenhäuser“ bekannt. Das „Haus der Generationen“ in der Paul-Junius-Str. 64A ist ein beliebter Treffpunkt für die Nachbarinnen und Nachbarn aus dem Kiez.

Die Erarbeitung eines gemeinsamen Konzeptes für die Stadtteilkoordination von zwei unterschiedlichen Trägern in drei Stadtteilen ist inhaltlich und auch gestalterisch durchaus eine Herausforderung für die Beteiligten. Aber schon hierbei zeigte sich großes Engagement, gegenseitige Unterstützung und Verlässlichkeit. Die fristgemäße Abgabe der Interessenbekundungsunterlagen an das Bezirksamt war der erste Schritt. Vor einem 14köpfigen Gremium, bestehend aus Vertretern des Bezirksamtes, der Fraktionen der BVV, Fachämtern, Ausschüssen und zivilgesellschaftlichen Kräften, wurde dann die gemeinsame Interessenbekundung erfolgreich verteidigt. Zwei Wochen später erhielten wir die erfreuliche Nachricht und die

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

Mit Selbsthilfe zu mehr seelischer Gesundheit

vom Selbsthilfeforum im Rathaus Lichtenberg, anlässlich der 11. Woche der seelischen Gesundheit und des Internationalen Tages der seelischen Gesundheit.

Seite 5

Medienfachtag

für erfolgreiche Arbeit von und mit Kindern im Bereich Medien.

Seite 6

Auf dem Weg in eine neue Nachbarschaft

Zugewanderte sollen sich in unserer Gemeinschaft angenommen und aufgehoben fühlen.

Seite 8

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

**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



AUS DEM VORSTAND



In der Oktobersitzung konnte der Vorstand erfreut zur Kenntnis nehmen, dass die Bewerbung unseres Vereins um die Fortsetzung der Trägerschaft über die Stadtteilkoordination in Lichtenberg-Nord, d. h. in Frankfurter Allee Nord und Süd, erfolgreich war. Die Jury hat damit unsere bisherige Arbeit gewürdigt. Darauf können wir ein bisschen stolz sein. Neuer Kooperationspartner wird die RBO Inmitten gGmbH, die ihren Standort in der Nähe des Roederplatzes hat (siehe den Beitrag auf S. 1 und 2).

Eine völlig neue Trägerschaft wird die Kiezspinne ab dem 1. Januar 2018 übernehmen: die über die bezirkliche Seniorenbegegnungsstätte „Rusche 43“ in der Ruschestraße. Der bisherige Träger zieht sich zurück. Dem Sozialamt Lichtenberg kam es darauf an, einen in der Seniorenarbeit erfahrenen Akteur zu gewinnen. Da denkt man nicht zuletzt an die Kiezspinne. Es wird darauf ankommen, dort weiterhin interessante Angebote vorzuhalten bzw. zu entwickeln. Der Vorstand hat Herrn Svojanovsky, den derzeitigen Koordinator Willkommenskultur und Integrationslotsenprojekt mit der Leitung beauftragt.

Zur Kenntnis nehmen musste der Vorstand, dass der Koordinator unserer Hohenschönhausener Selbsthilfekontaktstelle „Horizont“ gekündigt hat. Auf die Ausschreibung der Stelle haben wir eine Reihe interessanter Bewerbungen erhalten. Derzeit laufen die Gespräche mit den Bewerbern.

Vom Bezirksamt erhielt der Vorstand ein neues Mietwertgutachten. Mit ihm wird der Mietwert der Nutzfläche unseres Nachbarschaftshauses als erhöht angesehen, nämlich von bisher 6,00 € pro Quadratmeter auf nunmehr 7,32 €.

Das bedeutet eine Verkürzung der Laufzeit unseres Mietvertrages mit dem Bezirksamt, durch den die erforderlichen Mietzahlungen mit den Neubaukosten verrechnet werden.

Manfred Becker

Fortsetzung von Seite 1

Auflassung für die Fortsetzung unserer Arbeit gemeinsam mit RBO Inmitten gGmbH. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und gehen davon aus, dass die Bündelung der Ressourcen von zwei starken Partnern, die Nutzung unserer Erfahrungen sowie die gemeinsame Entwicklung kreativer Ideen, positive

Wirkungen für die in Lichtenberg Nord lebenden Menschen haben werden. Als Auftakt ist im Januar 2018 ein 3-Standorte-Kiezdinner geplant, bei dem wir Ihnen, liebe Nachbarinnen und Nachbarn, die Standorte und die handelnden Personen vorstellen möchten.

Einzelheiten hierzu erfahren Sie in der nächsten Ausgabe.

Michael Kunze

Bürgermedaille Andreas Svojanovsky



Foto: BA Lichtenberg

Auf der Festveranstaltung des Bezirksamtes wurde unser Kollege Andreas Svojanovsky vom Bezirksbür-

germeister mit der Bürgermedaille 2017 ausgezeichnet.

Er war damit einer von 10 ehrenamtlich engagierten Lichtenbergerinnen und Lichtenbergern, denen für ihr herausragendes ehrenamtliches Engagement diese Auszeichnung in 2017 überreicht wurde.

Seit vielen Jahren ist Andreas Svojanovsky ehrenamtlich im Behindertenbeirat Lichtenberg aktiv, wirbt für Inklusion und setzt sich für die Rechte behinderter Menschen ein. Dafür ein großes Dankeschön und herzliche Glückwünsche zur Auszeichnung!

Michael Kunze

35 Jahre Egon-Erwin-Kisch-Bibliothek



Foto: Michael Kunze

Geschäftsführer Michael Kunze überbrachte am 11. Oktober 2017 dem Leiter Herrn Englert sowie dem Team der Egon-Erwin-Kisch-Bibliothek herzliche Glückwünsche und ein kleines Geschenk zum 35. Geburtstag. In seinem Grußwort würdigte er die langjährige Kooperation unserer Einrichtungen. Angela Sabatowski von der Bibliothek veranstaltet seit Jahren die Reihe „Lesen

im Park“ auf dem Gelände des Nachbarschaftshauses. Bärbel Swade aus der Kiezspinne leitet die Jury beim Vorlesewettbewerb der Schülerinnen und Schüler Lichtenberger Schulen sowie das Basteln an den Familiennachmittagen in der Bibliothek. Beiden Kolleginnen ein herzliches Dankeschön! Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit.

Michael Kunze



Zu Gast bei



Mit dem Titel „Tag für Tag“ beginnt für Hans-Jürgen Beyer ein kometenhafter Aufstieg.

Wovon viele Sänger träumen, einmal einen ersten Platz in den Hitparaden zu erklimmen, gelingt ihm auf Anhieb.

Seine erste LP verkauft sich 150.000 mal.

Er nimmt an etlichen Festivals teil, seine Karriere führt ihn um die Welt. „Die Stimme der Herzen“, wie der gebürtige Sachse genannt wird, erobert sich eine Millionen-Fan -Gemeinde.

Er versendet Lebensfreude und Kraft, bekommt im Fernsehen der DDR eine eigene Sendung: „Heimat, wir grüßen dich“ (1986 bis 1989)

und ist zu Gast bei Dieter Thomas Heck und Wim Thoelke.

Hansi Beyer ist eine Ausnahme-Erscheinung.

Dem ehemaligen Thomaner und Leadsänger der Rockbands

„Renft“, „Uve Schikora“ und „Bürkholz-Formation“

gelingt es



„...einen künstlerischen Bogen vom gestern ins heute, und von Rock'n Roll, Beat, Jazz Rock zum Schlager zu schlagen...“ (Deutsche Mugge).

Am 4. November 2017 rockt Hans-Jürgen Beyer die „Kiezspinnne“,

dessen bin ich mir sicher.

Das können Sie sich nicht vorstellen?

Na, dann kommen Sie doch einfach vorbei.

Ich freu' mich drauf.

Ihre Franziska Troegner

Wer macht was? – Geraldine Bachmann



Foto: Archiv Kiezspinnne

Seit 1. März 2017 ist die gebürtige Leipzigerin Geraldine Bachmann neue Mitarbeiterin in der Kontaktstelle PflegeEngagement Lichtenberg. Nach dem Berufsabschluss arbeitete sie zunächst 5 Jahre in der Altenpflege. Dabei sammelte sie viele praktische Berufs- und Lebenserfahrungen und erfuhr, wie schwer es für die Angehörigen von Menschen mit Pflegebedarf ist, mit dieser belastenden Lebenssituation umzugehen. Während ihres Pflege-management-Studiums an der Evangelischen Hochschule absolvierte Frau Bachmann bereits 2014 ein 3-monatiges Praktikum in unserer Kontaktstelle, wo sie weitere praktische Erfahrungen in der Begleitung pflegender Angehöriger und Menschen mit Pflegebedarf gewann. Die Arbeit gefiel ihr so gut, dass sich die 2-fache Mutter nach Ende der Elternzeit erfolgreich bei uns bewarb. In der Kontaktstelle hat sich Frau Bachmann inzwischen gut eingearbeitet. Wir freuen uns, sie im Team der Kiezspinnne zu haben und wünschen ihr viel Erfolg.

Michael Kunze

UBUNTUS im Schülerclub Lichtpunkt



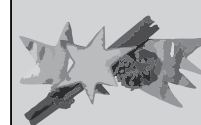
Foto: Hans-Joachim Knebel

Am 18. Oktober war das Berliner Bildungsprogramm UBUNTUS im Schülerclub und hat die UBUNTUS Küche präsentiert.

Erfreulicherweise haben sich 7 Berliner Kinder von 8-12 Jahren für das Patenschaftsprojekt angemeldet, die in eine wechselseitige Patenschaft mit ge-

flüchteten Kindern eintreten wollen. Im nächsten Jahr ist eine weitere Kooperation zwischen UBUNTUS und dem Schülerclub Lichtpunkt geplant. Wir wollen gemeinsam eine Konferenz zum Thema Kinderrechte veranstalten.

Jana Glasebach



Weihnachtscafé
- Nelken, Zimt und Co ... alles rund um die Weihnachtsgewürze

Montag, 11. Dezember, 15:00 Uhr



„Pflege kann nur gut gehen, wenn es den Pflegenden selbst gut geht.“

(Jansen, 1995)

Die Pflege eines Angehörigen bringt, trotz der alltäglichen Verpflichtungen, viele schöne und wertvolle Momente der Nähe mit sich. Um diese wahrzunehmen, bedarf es innerer Ruhe und Achtsamkeit.

In unseren Gruppen geht es genau darum. Sich einmal im Monat eine kleine Auszeit zu gönnen, Kraft zu tanken, an sich zu glauben und dem Leben mit einem Lächeln zu begegnen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer Gruppen machen immer wieder die Erfahrung, dass es anderen in vielen Situationen ganz ähnlich geht. Im Austausch mit Gleichgesinnten gibt es viel Verständnis füreinander und es entstehen langfristig freundschaftliche Kontakte, die in schwierigen Situationen Halt geben und die Gewissheit, nicht alleine zu sein.

Haben Sie Mut, Sie sind nicht alleine!
*Ines Drost und
 Geraldine Bachmann
 (Kontaktstelle PflegeEngagement
 Lichtenberg)*

Schweigen ist Silber-
 Reden ist Gold

Gründungstreffen

einer Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige

**Donnerstag
 25. Januar 2018
 18 – 20 Uhr**

A&S Nachbarschaftspflege
 Marksburgstr. 45, 10318 Berlin
Anmeldung: Kontaktstelle
 PflegeEngagement Lichtenberg:
030/28 47 23 95
 Weitere Treffen ab Februar jeden
 letzten Donnerstag im Monat
Kostenloses Angebot

Vom Projekt Mehrgenerationenhaus

Am 16. September fand auf dem Gelände hinter der Kiezspinne unser erster Kiezflohmarkt statt. Wir danken uns herzlich bei allen, die zum Gelingen beigetragen haben. Ein besonderer Dank gebührt dem Kiezfonds, ohne dessen Unterstützung der Kiezflohmarkt nicht realisierbar gewesen wäre.

Bei strahlendem Sonnenschein eröffnete der Flohmarkt gegen 11 Uhr. Im Laufe des Tages schlenderten zahlreiche Gäste über das Gelände. Zu entspannter Musik konnten sie stöbern, oder Leckeres vom Grill und vom Koptischen Imbiss genießen. Neben Herzhaftem gab es leckere selbstgemachte Kuchen sowie duftenden Kaffee am Coffee-Bike. Es war ein schöner Tag, der nach baldiger Wiederholung ruft.

Im September fanden noch weitere wichtige Projekte statt. Hierbei sei die Geschenkaktion von GALERIA Kaufhof zu nennen. Schulkinder konnten sich ein für das kommende Schuljahr passendes Geschenk aussuchen, welches treue Kunden der GALERIA Kaufhof dann für die Kinder kaufen konnten. Hier ist ein großes Dankeschön den Kunden von GALERIA Kaufhof auszusprechen. Die Kinder haben sich sehr über ihre Geschenke gefreut.

Am 17. November wird es im Rahmen der 28. Berliner Märchentage einen Märchennachmittag in der Kiezspinne



geben. An diesem Nachmittag können Kinder selbst tätig werden: Im Mitspieltheater „Aschenputtel“, oder beim Programmpunkt „Malen und Märchen“ wird das Thema Liebe und Hass im Märchen aufgegriffen.

Wer gerne in entspannter Atmosphäre Fotografien betrachtet, darf sich die Eröffnungsveranstaltung am 10. November ab 17 Uhr, in der oskar freiwilligenagentur Lichtenberg nicht entgehen lassen. Hier zeigen Studenten der Katholischen Hochschule für Sozialwesen in Karlshorst, in Kooperation mit dem Fotozirkel der Kiezspinne, eigene Fotografien zum Thema „Kiezgrößen - Der Kiez bin ich“.

Es bleibt spannend im Herbst und wir freuen uns auf Ihr Kommen.

Anne Strobel

**Gedächtnis wie ein Sieb?
 Das wollen wir bremsen!**

Dabei helfen uns Gisela Körner und Erika Schoene mit Gedächtnis-Training. Beide trainieren je eine Seniorengruppe von zehn Teilnehmern einmal in der Woche, (Erika dienstags und Gisela mittwochs) und das schon seit Jahren.

Gut vorbereitet locken sie unsere grauen Zellen aus der sich anbahnenden Vergesslichkeits-Falle. Wir Seniorinnen und Senioren machen fleißig mit und haben neben dem Nutzen auch viel Spaß dabei. Kein Wunder, dass alle Stühle an unserem großen Tisch immer besetzt sind.

Ein Maxi-Dankeschön unseren beiden Trainerinnen für ihre selbstlose Arbeit mit uns „Alten“. Bleibt bitte motiviert, liebe Gisela Körner und Erika Schoene, Ihr werdet noch lange dringend gebraucht.



B.F.



Mit Selbsthilfe zu mehr seelischer Gesundheit



Fotos: Ina Malunat

Anlässlich der 11. Woche der seelischen Gesundheit und des Internationalen Tages der Seelischen Gesundheit am 10. Oktober haben die Selbsthilfekontaktstellen Synapse und Horizont und die Kontaktstelle Pflege-Engagement in Kooperation mit dem Bezirksamt und dem Gemeindepsychiatrischen Verbund zum Selbsthilfeforum Lichtenberg ins Rathaus in der Mölendorffstraße eingeladen.

Das Selbsthilfeforum bot den rund 60 interessierten professionellen Akteuren der Selbsthilfe im Bezirk in dieser Auftaktveranstaltung die Gelegenheit, sich näher kennenzulernen, miteinander ins Gespräch zu kommen und gemeinsam neue Ideen zu erarbeiten, um künftig noch besser zu kooperieren und sich zu vernetzen.

In ihrem Grußwort würdigte die stellvertretende Bezirksbürgermeisterin und Sozialstadträtin Birgit Monteiro die Selbsthilfe in Lichtenberg als wichtigen Baustein für unser Gesundheits- und Gemeinwesen. „Hier finden Menschen Gleichbetroffene mit hoher Kompetenz aus eigenem Erleben zum Erfahrungsaustausch, sie erfahren gegenseitiges Verständnis, Beistand, Mut und Kraft, um einen Ausweg aus ihrem Problem zu finden.“ Und sie beschrieb, was wohl jeder kennt: „Wenn man in einer Krise steckt oder krank ist und man durch die Kontaktlisten im Telefon

scrollt, kommen in solchen Situationen nur wenige in Frage, die man um Hilfe bitten möchte. In der Selbsthilfegruppe findet man sie. Den vielen Gruppen, den aktiven Ehrenamtlichen in der Selbsthilfe und den Kontaktstellen gebührt dafür unser aller Dank!“

„Mit Selbsthilfe zu mehr seelischer Gesundheit in Lichtenberg“ – so lautete unser Thema für diese Veranstaltung. Selbsthilfe ist für Menschen mit seelischen Problemen und auch für ihre Angehörigen eine besonders wichtige Hilfeform. Die gilt es immer wieder aufs Neue bekannt zu machen und zu stärken. Sie ergänzt in hervorragender Weise die Angebote der professionellen Versorgung durch Ärzte, Therapeuten, Fachleute in Beratungsstellen, Ämtern und Institutionen.

Wir erleben in unseren Kontaktstellen seit Jahren einen steten Zulauf von Menschen mit psychischen Problemen und Erkrankungen, die sich negativ auf deren Alltag und Lebensfähigkeit auswirken und mit denen oft auch körperliche Erkrankungen einhergehen. Die Zahl und die Themenvielfalt der Anfragen in diesem Bereich steigen kontinuierlich, und das durch alle Altersgruppen. Gut ein Viertel unserer Klienten sind Menschen, die aus ihrem seelischen Gleichgewicht geraten sind und die Hilfe in einer unserer Selbsthilfegruppen, z.B. zu den Themen Angst,

Depression, Psychose, Zwangserkrankung, Sucht und Angehörige psychisch Kranker, suchen und finden. Auch pflegende Angehörige sind zunehmend psychischen Belastungen ausgesetzt, die sie an ihre Grenzen bringen und die sie nicht selten selbst psychisch krank machen.

Je besser die vielfältigen Möglichkeiten der Selbsthilfe bekannt und bei Bedarf aktuell abrufbar sind und einen unkomplizierten Zugang ermöglichen, desto größer ist die Chance für die Betroffenen, schneller wieder seelisch gesund bzw. gar nicht erst schwerer krank zu werden.

Durch ein Impulsreferat des stellv. Vorsitzenden des Berliner Behinderterbeirates, Martin Schultz, eingeleitet, konnten die TeilnehmerInnen anschließend in drei Workshops zu den Themen „Chancen und Grenzen der Selbsthilfe“, „Seelische Gesundheit im Umfeld häuslicher Pflege“ und „Selbsthilfenetzwerke der Zukunft“ miteinander diskutieren. Und sie taten dies sehr angeregt, so dass die Zeit wie im Fluge verging.

Nach gemeinsamer Auswertung der Workshops und dem übereinstimmenden Wunsch der TeilnehmerInnen, diesen lebendigen Austausch zu wichtigen Selbsthilfethemen künftig fortzusetzen, bildete ein kleines, nett angeordnetes Büfett einen schönen Ausklang dieser erfolgreichen Veranstaltung und machte Appetit auf das nächste Mal.

Wir bedanken uns beim Bezirksamt Lichtenberg und dem Gemeindepsychiatrischen Verbund für die konstruktive Zusammenarbeit.

Dagmar Buresch





Was man so tun kann, wenn der Winter kommt!

Wir stellen uns mit Lagerfeuer, Kinderpunsch und Stockbrot gerne auf den Winter ein. Wir werden auch „Leck're Sachen über dem Feuer selber machen“, Adventskränze, Winter-/Weihnachtsschmuck und kleine Geschenke mit euch machen.

Wie jedes Jahr wollen wir mit euch gerne backen. Wir werden Lebkuchenhäuser, Kekshäuschen und jede Menge gebrannte Mandeln, Schwarz-Weiß-Gebäck, Vanillekipferl und auch einige neue Ideen ausprobieren.

Unser (etwas spätes) **Herbstfest** findet am **03. November** zwischen **15 und 18 Uhr** statt. Es wird leckere Kürbissuppe am offenen Feuer, Amerikanischen Kürbiskuchen, Tee, Kaffee und etwas zu basteln geben.

Kommt vorbei, wir freuen uns.



Am **16. Dezember** gibt es zwischen **15 Uhr und 18 Uhr** unseren **Weihnachtsmarkt**. Wir wollen in gemütlicher Stimmung Süßes und Deftiges essen, Nägel hämmern, Baumschmuck selber machen, (alkoholfreien) Glühwein trinken und Gelegenheit zum Gespräch bieten. Auf dem Markt sind alle Angebote kostenfrei und die Bastelangebote sind für alle offen. Wir wollen den Markt nicht als Verkaufsmöglichkeit sondern als gelebtes Beieinandersein nutzen, darum kann man bei uns nichts kaufen. Spenden ist aber erlaubt.

Wir haben ab dem 22. Dezember geschlossen und wir sind im neuen Jahr für euch da. Bis dahin eine frohe, besinnliche und entspannte Zeit. Wir wünschen ein Frohes Neues und wir sehen uns bald wieder.

Sarah, Antje und Basti

Medienfachtag 6. November 2017

der AG Medien & Kultur §78 SGB VIII für Multiplikator_innen der Kinder- und Jugendarbeit



Foto: Archiv Die Lücke

Für Kinder, Jugendliche und auch Erwachsene haben in den letzten Jahren die interaktive Nutzung moderner Medien und sozialer Netzwerke gegenüber »klassischen« Medien wie z.B. Fernsehen stark an Bedeutung gewonnen. Mit Laptops, Tablets und Smartphones steht das mobile Internet nahezu überall und ständig zur Verfügung. Die Zahl der Seiten mit problematischen Inhalten ist riesig. Für jede jugendgefährdende Webseite, die aus dem Internet entfernt wird, sprießen dutzende andere hervor. Die behördliche Bekämpfung wird teilweise unmöglich gemacht, da sich viele Seiten auf Servern im Ausland befinden.

Umso wichtiger wird es, die Heranwachsenden beim sicheren Surfen zu unterstützen, sie und auch Eltern und Pädagoginnen und Pädagogen über die vielfältigen Gefahren im Netz aufzuklären.

Unser Medienfachtag bietet die Möglichkeit, sich über aktuelle Themen zu informieren und in Workshops die notwendigen Kompetenzen für eine erfolgreiche Konfliktarbeit von und mit Kindern und Jugendlichen im Bereich der Medien zu erarbeiten.

Fachthemen:

1. Neues aus dem Social Web Mediennutzungsvertrag/Soziale Netzwerke, Dozentin: Jördis Schön, Dipl. Kulturpädagogin/Medien, Filmautorin
2. Fake News, Nachrichtenangebote zwischen Vertrauen und Manipulation, Dozent: Tobias Postulka, M.A. phil., MPP, Medienpädagoge
3. Darknet, Reich »dunkler Mächte« oder letzter Ort freier Meinungsäußerung?, Benjamin Schlüter, Informatiker

Margit Schwabe

Aufenthalt im Regenwald!

In der ersten Herbstferienwoche haben wir einen Ausflug mit Übernachtung auf eine tropische Insel gemacht, nach Tropical Islands, in Krausnick, Brandenburg.

Wir ließen es uns gut gehen mit einem Kurzurlaub und übernachteten in 4-Sterne-Zelten mit einem unglaublichen Galafrühstück.

Dabei genossen wir einen Aufenthalt im Amazonas-Regenwald und badeten im Freien in der Herbstsonne Brandenburgs. Nach mehreren Rutschpartien und alkoholfreien Cocktails kamen wir einen Tag später wieder ins stürmisch-herbstliche Berlin zurück. Nun stehen auch bald

die heimischen Weihnachtsbasteleien im Vordergrund. Neben dem Gravieren von Gläsern können die Kinder auch einen Einblick in die Kunst des Korbgeflechtes gewinnen. Aber wir halten auch noch andere Bastelangebote für Euch bereit.

Am **14. Dezember** werden wir im Rahmen des Lebendigen Adventskalenders unsere Türen für alle Interessierten öffnen und gemeinsam in gemütlicher und vorweihnachtlicher Atmosphäre unserer Phantasie beim Basteln freien Lauf lassen.

Wir freuen uns über alle, die mit uns gemeinsam basteln und den Tag mit uns gestalten möchten.

Jana, Gunda und Chrissi



Sodbrennen und Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse

Informationen, Gespräche und Hilfestellung



Foto: Sana Klinikum Lichtenberg

Gemeinsam mit dem Sana Klinikum Lichtenberg bietet die Selbsthilfekontaktstelle Synapse im November zwei Informationsveranstaltungen und die Gelegenheit, mit Ärzten, Therapeuten und Betroffenen ins Gespräch zu kommen.

Bei Projekten wie dem Gesundheits-selbsthilfetag im Nachbarschaftshaus der Kiezspinne FAS e.V. oder bei der Vermittlung zu Selbsthilfegruppen arbeitet die SHK Synapse immer wieder mit dem Sana Klinikum Lichtenberg zusammen.

Das akademische Lehrkrankenhaus der Charité bietet mit seinen rund 550

Betten ein breites Behandlungsspektrum – von der Geburtshilfe und Kindermedizin bis hin zur Altersmedizin. Weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt ist die Klinik bei der Diagnose und Behandlung von gut- und bösartigen Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes. Mit dem Zertifikat als „Viszeralonkologisches Zentrum“ bescheinigt die Deutsche Krebsgesellschaft der Klinik hohe Qualität bei der Erkennung und Therapie von Tumoren des Darmes, des Magens und der Bauchspeicheldrüse.

Am **7. November** geht es um die Frage „**Sodbrennen – was hilft, wenn nichts mehr hilft?**“. Gastroenterologen und Chirurgen der Klinik erläutern die neuesten Behandlungsmethoden und erklären, wann eine Operation sinnvoll ist und wann nicht. Seien Sie dabei und stellen Sie den Ärzten Ihre Fragen.

Beginn ist um 17:30 Uhr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Am **16. November** steht weltweit die Bauchspeicheldrüse im Fokus.

Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse werden meist zu spät erkannt und oft unterschätzt. Wann muss man eine Erkrankung der Bauchspeicheldrüse in Betracht ziehen? Wann ist ein Tumor der Bauchspeicheldrüse bösartig und wann nicht? Erfahren Sie, wie eine Frau, die an Bauchspeicheldrüsenkrebs erkrankt ist, damit umgeht. Informieren Sie sich, welche Bedeutung Sport und Ernährung nach einer großen Operation haben. Stellen Sie Ihre Fragen und machen Sie mit, wenn es darum geht, zu lernen, wie man mit Yoga beweglich und entspannt bleibt und innere Ruhe findet. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Selbsthilfegruppe AdP e.V. (Arbeitskreis der Pankreatektomierten) statt.

Beginn ist um 16 Uhr. Um Anmeldung – insbesondere für die Yoga-Einheit – wird gebeten, damit wir für das anschließende Buffet planen können. Die Teilnahme ist kostenfrei.

*Beatrix Rumpel, Koordination
Viszeralonkologisches Zentrum
Sana Klinikum Lichtenberg*

Literaten aus Berlin-Lichtenberg

Heute möchten wir mit unserem Beitrag Literaten aus unserem Kiez vorstellen.

Sie sind hervorgegangen aus den Angeboten der „Kiezspinne“, sich in Prosa und Lyrik zu üben. Zu ihnen zählt Hei-drun Sommer. Sie schrieb das Buch: „Die Nichte“ - Eine Erzählung. Ein weiterer Literat aus unserem Kiez ist Günther Dittrich, von ihm ist das Buch „Akte 13/8/61 - Günter Jacobsen: Eine Familiengeschichte im geteilten Berlin“.

Susanne Baumbach mit ihrem Buch „Kindheit und Jugend in drei Diktaturen“ zählt auch zu den Lichtenberger Literaten. Sie wohnt ebenfalls in unserem Kiez, war in dem Zirkel „Prosa und Poesie“, mehrere Jahre von Anneliese Löffler geleitet, eines der aktivsten Mitglieder und hat noch weitere Bücher veröffentlicht.

Dazu zählt auch Eike Tolzien, der das Buch „Das kleine Buch der Freiheit“ - Einladung zum Engagement - zusammen mit Prof. Dr. Anneliese Löffler schrieb. Anneliese Löffler machte sich an die umfangreiche Arbeit und schrieb das Buch

„Der aufrechte Gang in einem Meer des großen Schweigens“ Literatur im Blickpunkt- zusammen mit Eike Tolzien. Es erschien am 10.08.2017 im Anthea -Verlag Berlin. Ein Teil des Buches ist der „Kiezspinne“ gewidmet.

Zu den Zeugnissen literarischer Arbeit in der „Kiezspinne“ zählen auch die Bücher „Blattgestöber“, „Tintenspritzer zum Kaffee“ und „Appetitthäppchen aus der Poetenküche“, wo sich unter anderem Evelin Pakosta, Maja-Helen Feustel, Melanie Kunze, Günther Dittrich, Hanns Beyer u.a. mit Lyrik, Prosa und Grafik einen Namen machten.

Dies sind einige Zeugnisse des regen Interesses in unserem Kiez, sich in Wort und Schrift der literarischen Arbeit zu widmen. Es ist dies ein wichtiger Beitrag zur Kultur in unserem Bezirk. Zur Zeit arbeitet die Textschmiede in der Kiezspinne an einem weiteren Buch, das demnächst dort zu erwerben ist. Auch die beiden Autoren Anneliese Löffler und Eike Tolzien haben zwei weitere Bände in Arbeit, einmal den Band 1 „Hinter ihren

Masken wohnt das Böse“ (Zeitgeschichte) und weiter den Band 2 zu „Der aufrechte Gang in einem Meer des grossen Schweigens“ (Rezensionen und Gutachten).

Dies alles ist auch ein Ergebnis der guten Arbeit der Verantwortlichen in der Kiezspinne, die es verstehen, umsichtig zu handeln und die Räumlichkeiten nebst einem umfangreichen Literaturangebot den Besuchern und Nutzern der Kiezspinne zur Verfügung zu stellen. Wir Autoren aus Berlin-Lichtenberg sind der „Kiezspinne“ dafür sehr dankbar.

Heute leitet Günter Dittrich den Literaturzirkel unter dem Namen „Textschmiede“ und dies wird von Schreibinteressierten rege wahrgenommen. Diese Möglichkeit des Schreibens zählt in Berlin zu den Besonderheiten von Klubarbeit und dafür geht unser Dank auch an das Nachbarschaftshaus ORANGERIE und die dortige Leitung dieser wichtigen öffentlichen Einrichtung in unserem Kiez.

*Prof. Dr. Anneliese Löffler und
Eike Tolzien*



Weihnachtsmärkte

Lichtermarkt am Rathaus Lichtenberg

Traditionell laden das Bezirksamt und Lichtenberger Vereine am 1. Advent zum Lichtermarkt rund um das Rathaus in der Möllendorffstraße 6 ein. Ein bunt gemischtes Programm mit verschiedenen musikalischen Höhepunkten sorgt für Unterhaltung.

Die Kiezspinne und andere freie gemeinnützige Vereine, Schulen und Senioreneinrichtungen bieten an bunten Ständen vorwiegend selbst gefertigte Weihnachtsgeschenke, Handarbeiten und selbst gebackene Weihnachtsleckereien an. Außerdem gibt es heißen Glühwein und Leckereien vom Grill.

3. Dezember 2017
13-19 Uhr
Eintritt: frei

Karlshorster Weihnachtsmarkt

Traditionell am zweiten Adventswochenende, dem 09. und 10. Dezember 2017 findet auf dem Johannes-Fest-Platz sowie im anliegenden Kulturhaus Karlshorst der Karlshorster Weihnachtsmarkt statt. Dieses Jahr lädt der Markt unter dem Motto „Die Welt zuhause in Karlshorst“ zu einem abwechslungsreichen Angebot an weihnachtlichen und internationalen Köstlichkeiten und Einblicken in die Weihnachts- und Festbräuche anderer Kulturen.

Es gibt interkulturelle Workshops für Groß und Klein und ein vielfältiges Programm aus besinnlicher Musik, Theater und Basteleien. Bei Glühwein und Lebkuchen bietet der Karlshorster Weihnachtsmarkt zudem Gelegenheit, mit alten und neuen Karlshorster'innen ins Gespräch zu kommen.

9. und 10. Dezember 2017
Samstag 13-22 Uhr
Sonntag 13-18 Uhr
Eintritt: frei

Johannes-Fest-Platz & Kulturhaus Karlshorst

Informationen zu weiteren Märkten entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Zu Gast bei Franziska – Eine Erfolgsstory

2012 geplant als ein oder zwei Veranstaltungen. Der Start war am 1. September 2012 und als Gast konnte Franziska Troegner Peter Bause begrüßen. Im Dezember des gleichen Jahres die zweite Veranstaltung und vier Termine für 2013 geplant. Das Format gefiel und gefällt unseren Besuchern, der Gastgeberin und ihren Gästen immer noch. So können wir am **4. November** den 22. Gast begrüßen. Ich möchte keine Aufzählung vornehmen, denn es müsste eine Auswahl sein. Bei den unterschiedlichen und interessanten Künstlerinnen und Künstlern möchte ich keine/nen unerwähnt lassen. Eine Präsentation aller Gäste werden wir vorbereiten und auf einer der nächsten Veranstaltungen vorführen. Einen ganz besonderen herzlichen Dank an Franziska Troegner, durch sie werden die Gäste eingeladen und sie gestaltet den Inhalt und Ablauf des Abends. Dank aber auch an alle beteiligten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kiezspinne. Es ist schon

ein kleines Wunder, Frau Körner, Frau Tarutt, Herr Senz, Herr Knebel, Herr Hofmann und auch ich waren bei der 1. Veranstaltung dabei und sind es heute immer noch. Ich glaube auch, einige unserer Gäste waren bei allen Veranstaltungen dabei. Eine positive Veränderung hat es gegeben, unsere Bühne im Saal hat ein neues Aussehen verpasst bekommen. Ein E-Piano wurde neu erworben, so kann der Abend mit Livemusik umrahmt werden. Pianist ist meistens Andreas Peschel. vielen Dank. Eines haben wir beibehalten, die Dekoration der Bühne und die Unterschrift des Gastes auf unserer Gästewand. Liebe Leserinnen, liebe Leser Sie stimmen sicher mit mir überein, bei so einer langen Zeit kann man schon von Tradition reden. Und 2018 – sind wieder vier Termine geplant, die Gäste stehen noch nicht fest, aber es geht weiter! Ich wünsche uns wieder schöne Veranstaltungen und Ihnen für das kommende Jahr alles Gute!

Reimer Dunkel

Auf dem Weg in eine neue Nachbarschaft

Zugewanderte Menschen sollen in unserer Gemeinschaft so ankommen, dass sie sich angenommen und aufgehoben fühlen. Hier bietet das Nachbarschaftshaus ORANGERIE den idealen Ort zum Begegnen und Kennenlernen.

Seit Juli 2017 treffen sich jeden Montag von 17 bis 19:30 Uhr in der ORANGERIE in unserem Sprach- und Begegnungscafé, Menschen unterschiedlicher Herkunft und Nationalität und lernen sich kennen. Im August haben wir einen Tierparkbesuch organisiert, der allen Entspannung, Spaß und Inspiration gebracht hat. Dies haben wir im September mit einem gemeinsamen Abendessen fortgesetzt, für das die Teilnehmer Spezialitäten ihrer jeweiligen Heimat gekocht haben. Wir haben unterschiedliche kulinarische Köstlichkeiten kennen und schätzen gelernt sowie viele gemeinsame Gespräche auf Deutsch geführt. Auch in Zukunft wollen wir solche Aktivitäten organisieren, um uns besser gegenseitig kennen zu lernen. Wir laden alle Nachbarn und Zugewanderten ein, sich an unserem Sprach- und Begegnungscafé zu beteiligen und unsere neuen Nachbarn besser kennen-



zulernen. Seit fast zwei Jahren trifft sich der Chor „Berlin singt mit Flüchtlingen“ in der ORANGERIE und probt gemeinsam. In unserer kurzlebigen Zeit ist das eine lange Periode, die ermöglicht hat, dass sich Nachbarninnen und Nachbarn und Zugewanderte kennengelernt haben, sich näher gekommen sind und so eine neue Gemeinschaft entstanden ist. Der Chor probt nun nicht mehr dienstags, sondern jeden Donnerstag von 19 bis 21 Uhr in der ORANGERIE. Menschen, die gern mitsingen möchten, können einfach bei uns vorbei kommen und die Arbeit des Chores kennenlernen.

*Jana Glasebach und
Andreas Svojanovsky*



Neues aus Alt Lichtenberg

Auch wenn sich das Jahr bereits dem Ende zuneigt, so hält es doch noch einige Überraschungen bereit.

Dabei ist für alle Generationen etwas dabei. Das Netzwerk Familienförderung Alt-Lichtenberg führt seine erfolgreiche Reihe „Gebrauchsanleitung Pubertät“ weiter. Am **8. November** wird es einen Vortrag mit Diskussion von Frau Wilkening zum Thema „Rauchen, Kiffen, Saufen“ im Haus der Generationen, Paul-Junius-Str. 64A, 10367 Berlin geben. Interessierte Eltern sind herzlich eingeladen, der Eintritt ist kostenfrei.

Am **10. November** wird wieder der allseits beliebte **Martinsumzug** durch Alt-Lichtenberg ziehen. Kleine und große Fans sind um 16:30 Uhr auf den Freiaplatz eingeladen, um mit dem Martinsreiter mit musikalischer Begleitung zur „Howoge-Arena Hans Zoschke“ zu laufen. Dort wird es neben Märchenlesungen für Kinder auch Köstlichkeiten vom Grill und eine vegetarische Suppe geben. Vergessen Sie nicht, eine Laterne mitzubringen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und auch auf stimmkräftige Sängerinnen und Sänger. Den Jahresabschluss bildet auch

in diesem Jahr wieder der Lebendige Adventskalender Lichtenberg Nord. In den Stadtteilen Alt-Lichtenberg, Frankfurter Allee Süd und Fennpfuhl öffnen sich die Türen vieler Träger, Institutionen und Gewerbetreibender, zum gemütlichen Zusammensein, Basteln oder der Vorstellung eines Theaterstückes. Diese und alle anderen Veranstaltungen finden Sie auf unserer Website:

<http://stz-lichtenberg-nord.de/veranstaltungen/>

Daniela Dahlke

Stadtteilkordinatorin Alt-Lichtenberg





LEBENDIGER ADVENTSKALENDER



Bürgerhaushalt
Lichtenberg
Wir rechnen mit Ihnen

Der „Lebendige Adventskalender“ ist eine gemeinsame Aktion von freien, öffentlichen und kirchlichen Trägern aus den Stadtteilen Fennpfuhl, Alt-Lichtenberg und Frankfurter Allee Süd.
Die Zahl stellt den Tag im Kalender dar. Die konkreten Angaben entnehmen Sie den Flyern oder advent.atelierschwabe.de.

1 Weihnachtsmarkt im Haus der Generationen RBO - Inmitten gGmbH, Paul-Junius-Str. 64A	11 Kreativangebot für geflüchtete Frauen Frauentreff Alt-Lichtenberg, Hagenstr. 57
1 Weihnachtsbastelei für Klein und Groß Nachbarschaftshaus ORANGERIE, Schulze-Boysen-Str. 38	11 Weihnachtscafé - rund um Nelken, Zimt & Co Nachbarschaftshaus ORANGERIE, Schulze-Boysen-Str. 38
2 Familiensamstag; Puppentheater »Aschenputtel« Egon-Erwin-Kisch-Bibliothek, Frankfurter Allee 149	12 Zu Besuch bei den Schafen Landschaftspark Herzberge, Treffpunkt Tramhst. KEH
2 Adventsfeuer mit Kinderpunsch und Leckereien JFE HolzHaus, Gotlinde Str.38	13 Sinn sala bim - Weihnachtsbasteln Ausstellungsgelände »Sinn sala bim«, Bornitzstraße 101
3 Eröffnung des Lebendigen Adventskalenders Lichtermarkt am Rathaus Lichtenberg, Möllendorfstr. 6	13 Informationen zum Ehrenamt bei Plätzchen & Tee Stadtteilbüro, Fanningstr. 33
4 Computera - Schnupperkurs Medientreff 60+ Nachbarschaftshaus ORANGERIE, Schulze-Boysen-Str. 38	14 Lesung zum Adventscafé Frauentreff Alt-Lichtenberg, Hagenstr. 57
4 Weihnachtsgeschichte mit Leckereien JMD Promigra, Otto-Marquardt-Straße 6	14 Basteln mit Kindern in der Vorweihnachtszeit Schülerclub Lichtpunkt, Harnackstr. 25
5 Basteln mit Kindern Kita Wunderkinder, Paul-Zobel-Straße 9	15 Märchenerzählung in Gebärdensprache unerhört e.V., 2. OG, Möllendorfstr. 111
5 Kerzen gießen bei Plätzchen und Kakao Familienbegegnungsstätte »FLIBB«, Frankfurter Allee 219	15 Advent in Worten, mit Gesang und im Spiel Stadtteilzentrum, Paul-Zobel- Str. 8 E
6 Spaß und Spiel mit Medien Nachbarschaftshaus ORANGERIE, Schulze-Boysen-Str. 38	16 Weihnachtsdeko basteln JFE Willi Sänger, Rudolf-Seiffert-Str. 50A
6 Bastelangebot für Familien, Kaffee und Kekse KJFE »Judith-Auer-Club«, Otto-Marquardt-Straße 8	17 Punsch und Plätzchen, Bastelangebote Begegnungszentrum »aufatmen«, Schottstraße 2
7 Weihnachtsmarkt im Kindergarten Kita »Entdeckerland«, Otto- Marquardt- Str. 2-4	18 Kinderbuch Lesung blu:boks Café, Paul-Zobel-Straße 9
7 tägliches Adventssingen, Weihnachtsbastelei Seniorenheim, Alfred-Jung-Straße 17	19 Last Minute DIY - Weihnachtsgeschenke Jugendklub TUBE, Herzbergstraße 160
8 Bewegung im Advent für Kinder ab einem Jahr Nachbarschaftshaus ORANGERIE, Schulze-Boysen-Str. 38	20 Weihnachts-Café mit Musik Tagespflege »Am Fennpfuhl«, Franz-Jacob-Straße 16-18
9 Theater Lakritz »Frau Holle« für Kinder ab 3 J Anton-Saefkow-Bibliothek, Anton-Saefkow-Platz 14	20 Showcase - Vorstellung unserer WS's blu:boks Café, Paul-Zobel-Straße 9
9 Postkarten basteln aus Pappe, Büchern & Farben Hoppla Charlotte, Alfredstraße 4	21 Ludwig Wright - Singer/Songwriter Konzert Café Maggie, Frankfurter Allee 205
10 Adventsgeschichten, Kammerchor, Glühwein St. Mauritius, Mauritiuskirchstr. 1	26 Weihnachtsbrunch im Haus der Generationen RBO - Inmitten gGmbH, Paul-Junius-Str. 64A



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** Mo 18:30 Uhr
(neuer Kurs ab 27.11.)
 - **Gesellschaftstanz** Di 18 Uhr
 - **Hüft-, Rücken-, Knie-, Gangschule**
Mi 16 Uhr
 - **Line Dance** (Fortgeschrittene)
Mo, Mi 18 Uhr
 - **Pilates** Do 19 Uhr
 - **Qigong** Fr 12:45 Uhr
 - **Yoga** Di 16:30, 17:45 und 19 Uhr

Selbsthilfegruppen:

- **Angehörige psychisch Kranker**
3. Mo im Monat, 17:30 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“
2. u. 4. Di im Monat
und
Mi in jeder ungeraden Kalender-
woche, 17 Uhr (mit Anmeldung)
- **Lebenspartner von Menschen
mit Depressionen,
bipolarer Störung**,
3. Mo im Monat, 17:30 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

• Offenes Mediencafé

Mi 15-17 Uhr

• TubeTV Medienredaktion

Mo 15:30-18:30 Uhr



**Kultur, Freizeit und
Lebensart**

Nachbarschaftshaus ORANGERIE

Schulze-Boysen-Str. 38

• Berlin singt mit Flüchtlingen

Do 19:00 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

• Sprach- und Begegnungscafé

Mo 17:00 - 19:30 Uhr

• 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



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

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

LESERBRIEF

**Wanderung am
17.08.2017
Zitadelle Spandau**



Es war wieder ein sehr schöner
Ausflug.

Die Führung von Herrn Kurosawa war brillant. Wir haben viel über den Aufbau der Zitadelle, seinen Zweck als uneinnehmbare Festung, in Anführungsstriche, erfahren. Durch die Kasematten ging es dann zum Juliierturm. Der etwas schwere Aufstieg auf den Turm hat sich aber gelohnt. Oben angekommen wurde erst einmal tief Luft geholt. Die Aussicht bei 27 Grad und gute Sicht über Berlin mit Funkturm, Fernsehturm und Kirche war wundervoll. Die Führung und die Zeit verging viel zu schnell. Den Rückweg durch die schöne Altstadt Spandau mit den vielen Lokalitäten war einen Besuch wert. Beim Italiener haben wir einen kleinen Imbiss genossen und mit einer Tüte Eis den Rückweg zum Bahnhof angetreten. Unser aller Dank gilt unserer Leiterin Erika, die das alles für uns organisiert und durchgeführt hat. Mach weiter so!

Außerdem bedanken wir uns recht herzlich für die Zuwendung aus dem Kiezfonds, welche uns diese interessante Führung ermöglichte.

Horst Fischer





BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Donnerstag, 02.11., 14:30 Uhr

Modenschau mit Antje Strupp
von mode service

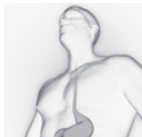
Samstag, 04.11., 19:00 Uhr

Zu Gast bei Franziska Troegner ist der
Schlagersänger Hans-Jürgen Bayer.
Kostenbeteiligung: 12,50 €
(siehe Seite 3)

Dienstag, 07.11., 17:30 Uhr

„Sodbrennen – was hilft,
wenn nichts mehr hilft?“

Informationsveranstaltung
mit Ärzten des Sana
Klinikums Lichtenberg



in Kooperation mit der SHK Synapse
Dr. Matthias Federlein, Oberarzt
Klinik für Allgemein- und
Viszeralchirurgie, Referent
Steffen Hornoff, Oberarzt
Klinik für Innere Medizin,
Gastroenterologie, Referent
Kostenfrei (siehe Seite 7)

Freitag, 10.11., 17:00 Uhr

Line Dance Party
Kostenbeteiligung: 3 €

Mittwoch, 15.11., 16:00 Uhr

Literarischer Abend mit „Katjuscha“
Kostenbeteiligung: 1 €

Donnerstag, 16.11., 10:00 Uhr

Wanderung
Sowjetisches Ehrenmal Treptower Park
Treffpunkt: S-Bahnsteig Frankfurter
Allee, hinterer Ausgang
Fahrkarte: AB

Donnerstag, 16.11., 16:00 Uhr

Informationsveranstaltung mit Ärzten,
Therapeuten und Betroffenen
des Sana Klinikums Lichtenberg in
Kooperation mit der SHG AdP e.V.
zum Thema: „Erkrankungen der
Bauchspeicheldrüse“
Kostenfrei (siehe Seite 7)

Freitag, 17.11., 16:00 - 18:00 Uhr

Märchen-Nachmittag
16:00 Uhr, Malen und Märchen
Eintritt: frei, Spende erbeten
17:00 Uhr, Mitspieltheater Aschenputtel
Für Kinder ab 4 Jahren.
Eintritt: 4,- € pro Person,
Vor Anmeldungen erwünscht

Wir danken unseren Förderern und Partnern:

Senatsverwaltung
für Integration, Arbeit
und Soziales



Senatsverwaltung
für Gesundheit, Pflege
und Gleichstellung



Freitag, 17.11., 18:00 Uhr

Beaujolais-Abend
Kostenbeteiligung: 9,00 €
(incl. Käseteller und einem Glas Wein)
Anmeldung erforderlich!

Samstag, 18.11., 17:30 Uhr

Deutsch-Russischer Herbstball
Kostenbeteiligung: 10 €

Mittwoch, 22.11., 15:00 Uhr

Jour Fixe - Austausch und Informations-
treffen zu Themen rund um ambulanz-
betreute Wohngemeinschaften für
Menschen mit Demenz
Anmeldung: 030 28 47 23 95
Kostenfreie Veranstaltung

Freitag, 01.12., 10:00 Uhr

Der Besondere Freitag
mit Liedermacher Frank Viehweg
Kostenbeteiligung: 7,50 €
(inkl. Frühstück)

Freitag, 01.12., 16:00 Uhr

Adventsbastelei für Klein und Groß
Tel.: 030 55489635

Samstag, 02.12., 17:00 Uhr

Interkultureller Abend
Bosnien und Herzegowina
Tanz, Gesang und kulinarische
Spezialitäten,
Künstler aus Bosnien und Herzegowina,
Spanien, Algerien und Syrien
Kostenbeteiligung: 10 €

Freitag, 08.12., 14:30 Uhr

Bewegung im Advent für Kinder ab
einem Jahr
Ein Angebot von Starke Brücken GbR,
Tel.: 0151 10488211

Montag, 11.12., 15:00 Uhr

Weihnachtscafé - Nelken, Zimt und Co
... alles rund um die Weihnachtsgewürze
mit Christina Weber (Aromatherapeutin)
Eine Spende wird erbeten.
Anmeldung erwünscht: Tel.: 28 47 23 95

Dienstag, 12.12., 14:30 Uhr

Weihnachtsfeier des Seniorentreffs
Kostenbeteiligung: 6 €

Mittwoch, 13.12., 16:00 Uhr

Künstlerischer Nachmittag mit
„Katjuscha“
Kostenbeteiligung: 1 €

Mittwoch, 13.12., 16:00 Uhr

Mit dem Kiezbus unterwegs...

Lichterfahrt



Anmeldung: Tel.: 030 55 48 96 35
Kostenbeteiligung: 10 €

Donnerstag, 21.12., 09:20 Uhr

Wanderung
Krongut Bornstedt
Treffpunkt: U-Bahnsteig Frankfurter
Allee (Nähe Bäckerei Thürmann)
Fahrkarte: ABC

Freitag, 22.12., 17:00 Uhr

Line Dance Party
Kostenbeteiligung: 3 €

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