



# 2026/27

## Ratgeber Stadtteil- und Seniorenangebote



# In jedem Lebensalter gibt es neue **Fragen** und **Ideen.**

Foto: Rachel Spina

## Was fehlt für ein gutes Leben im Kiez?

- Treffpunkte in der Nachbarschaft?
- Parkbänke und Orte zum Verweilen?
- Gesundheitsversorgung in der Nähe?
- Bezahlbare Mieten?
- ... Was noch?

## Schicken Sie uns Ihre Vorschläge:

- ✉ Linksfraktion in der BVV  
Friedrichshain-Kreuzberg  
Yorckstr. 4-11, 10965 Berlin
- ☎ 030 902 982 599
- @ [fraktion@linke-kommunal.de](mailto:fraktion@linke-kommunal.de)

**Die Linke**

Fraktion in der BVV  
Friedrichshain-Kreuzberg

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

als Bezirksstadträtin für Soziales, Arbeit und Bürgerdienste freue ich mich, Ihnen diesen Ratgeber überreichen zu können. Friedrichshain-Kreuzberg steht für Vielfalt, Bewegung und ein lebendiges Miteinander - und Sie als ältere Menschen prägen diesen Bezirk entscheidend mit.

Älter zu werden bedeutet heute vor allem, aktiv zu bleiben, Erfahrungen einzubringen und Teil einer starken Gemeinschaft zu sein. Unsere Begegnungsstätten, Nachbarschaftshäuser, Initiativen und Vereine bieten zahlreiche Möglichkeiten, Kontakte zu knüpfen, Unterstützung zu finden und sich zu engagieren.

Gleichzeitig wissen wir, dass Lebenssituationen sich verändern können. Deshalb setze ich mich dafür ein, dass Sie in allen Phasen des Älterwerdens verlässliche Beratung, Begleitung und passende Angebote finden - unabhängig von Ihrer finanziellen Lage.

Mit dieser Broschüre möchte ich Sie ermutigen, die vielfältigen Angebote im Bezirk zu nutzen: Sport, Kultur, Beratung oder Ehrenamt - all das stärkt Gemeinschaft und schafft Räume für Austausch und Mitgestaltung.

Ein besonderer Schwerpunkt ist in diesem Jahr die Wahl der Seniorenvertretung. Unsere Seniorenvertretung ist das zentrale Sprachrohr für die Anliegen älterer Menschen und trägt maßgeblich dazu bei, unseren Bezirk sozial, inklusiv und solidarisch zu gestalten. Ich möchte Sie ausdrücklich ermutigen, sich über die Kandidatinnen und Kandidaten zu informieren und Ihr Stimmrecht wahrzunehmen. Jede Stimme stärkt die Mitbestimmung älterer Menschen in Friedrichshain-Kreuzberg.

Vielleicht möchten Sie sich sogar selbst einbringen: Die Seniorenvertretung bietet die Möglichkeit, Themen anzustoßen, Entwicklungen mitzugestalten und konkrete Verbesserungen für ältere Menschen im Bezirk zu erreichen.

Mein Dank gilt an dieser Stelle allen, die sich haupt- oder ehrenamtlich für ältere Menschen



engagieren. Ihr Einsatz macht unseren Bezirk lebenswerter - für alle Generationen.

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, dass Friedrichshain-Kreuzberg ein Ort bleibt, an dem Menschen jeden Alters gut leben und ihre Potenziale entfalten können.

Mit herzlichen Grüßen

### **Regine Sommer-Wetter**

Stellv. Bezirksbürgermeisterin und  
Bezirksstadträtin für Arbeit, Bürgerdienste  
und Soziales

## Sevgili okurlar,

Sosyal işler, çalışma ve vatandaşlık hizmetlerinden sorumlu ilçe meclis üyesi olarak, bu rehberi sizlere sunmaktan mutluluk duyuyorum. Friedrichshain-Kreuzberg; çeşitliliği, dinamizmi ve canlı birtikeliği temsil eder ve siz değerli yaşlı bireyler bu ilçeyi belirleyici şekilde şekillendiriyorsunuz.

Günümüzde yaş almak, her şeyden önce aktif kalmak, deneyimleri paylaşmak ve güçlü bir topluluğun parçası olmak anlamına geliyor. Buluşma merkezlerimiz (Begegnungsstätten), mahalle evlerimiz (Nachbarschaftshäuser), girişimlerimiz ve derneklerimiz; yeni bağlantılar kurmak, destek bulmak ve toplumsal hayata katılmak için birçok fırsat sunmaktadır.

Aynı zamanda yaşam koşullarının değişebileceğinin de farkındayız. Bu nedenle, yaş almanın her aşamasında, maddi durumunuzdan bağımsız olarak güvenilir danışmanlık, rehberlik ve size uygun hizmetlere erişebilmeniz için çalışıyorum.

Bu broşürle sizi, ilçedeki çeşitli imkânlardan yararlanmaya teşvik etmek istiyorum: spor, kültür, danışmanlık veya gönüllü faaliyetler... Tüm bunlar topluluğu güçlendirir ve fikir alışverişi ile katılım için alanlar yaratır.

Bu yılın özel odak noktalarından biri de Yaşlılar Temsilciliği (Seniorenvertretung) seçimidir. Yaşlılar Temsilciliğimiz, yaşlı bireylerin ihtiyaç ve taleplerinin en önemli temsilcisidir ve ilçemizin sosyal, kapsayıcı ve dayanışmacı bir şekilde şekillenmesine önemli katkı sağlamaktadır. Adaylar hakkında bilgi edinmenizi ve oy kullanma hakkınızı değerlendirmenizi özellikle teşvik etmek istiyorum. Her oy, Friedrichshain-Kreuzberg'de yaşlı bireylerin söz hakkını güçlendirir.

Belki siz de bizzat katkıda bulunmak istersiniz: Yaşlılar Temsilciliği, konular gündeme getirme, gelişmeleri şekillendirme ve ilçedeki yaşlılar için somut iyileştirmeler sağlama imkânı sunar.

Bu vesileyle, yaşlı bireyler için profesyonel ya da gönüllü olarak çalışan herkese teşekkür etmek isterim. Sizin çabanız, ilçemizi tüm nesiller için daha yaşanabilir kılıyor.

Gelin birlikte Friedrichshain-Kreuzberg'in, her yaşta insanın iyi yaşayabildiği ve potansiyelini geliştirebildiği bir yer olarak kalması için çalışalım. En içten selamlarımla,

### Regine Sommer-Wetter

İlçe Belediye Başkan Yardımcısı ve Çalışma, Vatandaşlık Hizmetleri ve Sosyal İşlerden Sorumlu İlçe Meclis Üyesi

### Gedenkfeier

#### **Gemeinsam erinnern - Gedenkfeier für die vom Bezirksamt bestatteten Verstorbenen in Friedrichshain-Kreuzberg**

Das Bezirksamt und die Bezirksverordnetenversammlung Friedrichshain-Kreuzberg laden herzlich zur jährlichen Gedenkfeier ein. In würdigem Rahmen nehmen wir Abschied von den Menschen, die im Jahr 2025 vom Bezirksamt bestattet wurden. Sie lebten in unserem Bezirk, als Nachbarinnen und Nachbarn, als Teil unserer Gemeinschaft.

**Wann?** Sonntag, 24.01.2027, 14 bis 16 Uhr

**Wo?** Heilig-Kreuz-Kirche

Zossener Str. 65, 10961 Berlin

Die Feier wird überkonfessionell gestaltet. Vertreterinnen und Vertreter verschiedener Religionen und Weltanschauungen begleiten das Gedenken. Die Namen der Verstorbenen werden verlesen.

Alle, die mit uns innhalten, erinnern und Abschied nehmen möchten, sind herzlich willkommen.

Weitere Informationen:

✉ stadtrat.arbbuedsoz@ba-fk.berlin.de

Telefon: 030 90298-2648

## Wissenswertes

- Seniorenvertretung ..... 6
- Bezirksverordnetenversammlung ..... 8
- Amt für Soziales ..... 10

## Stadtteil- und Seniorenangebote / Treffpunkte

- Stadtteil- und Seniorenangebote ..... 11
- Freizeit- und Begegnungsstätten ..... 12 - 19
- Übersichtskarte mit allen Treffpunkten ..... 34 - 35

## Ehrenamt

- Ehrenamtlicher Dienst ..... 20 - 22
- Beratungsbörse - Infotreff ..... 22
- FreiwilligenAgentur Kreuzberg-Friedrichshain .. 22
- Berliner Seniorenwoche ..... 49

## Digitales, Kultur, Lebenslanges Lernen

- Digitale Angebote ..... 24
- Museen · Galerien · Theater ..... 25
- Bibliotheken, Wissensdurstig ..... 26
- Volkshochschule · Musikschule ..... 28
- (Senioren)Universitäten ..... 28
- Theatergruppe ..... 29
- Kompetenzzentrum Offene Altenarbeit ..... 29
- Zeitzeugenbörse ..... 29

## Wohnen

- Mieterberatung · ASUM · Stadtteilausschuss...30
- Seniorenwohnungen ..... 31

## Übersichtskarte

- Wo befinden sich die Freizeit- und Begegnungsstätten im Bezirk? ..... 34 - 35

## Berliner Rätsel und Gastro-Tipps (Anzeigen)

- Kreuzwörterrätsel ..... 32 - 33
- Köstliches aus aller Welt ..... 36 - 37

## Beratung und Hilfe

- Soziale Hilfen, Bürgerämter ..... 39
- Ermäßigungen ..... 40
- Sozialberatung ..... 40 - 41
- Weitere Beratungsstellen ..... 42 - 43

## Selbsthilfe

- Angebote verschiedener Selbsthilfestellen ..... 43

## LSBTI

- Angebote und Treffpunkte für Lesben, Schwule, Bisexuelle, trans- und intergeschlechtliche Menschen ..... 44 - 46

## Integration und Migration

- Beratung, Treffpunkte, Selbsthilfe ..... 47 - 49

## Menschen mit Behinderung

- Beratung, Treffpunkte, Wohnen, Selbsthilfe ..... 50
- Bus- und Bahn-Begleitservice ..... 51
- Schwerbehindertenausweis ..... 51
- Rat und Hilfe bei Sehverlust ..... 51
- Mobilitätshilfedienste/Mobilitätstraining ..... 51

## Sport und Gesundheit

- Sport für Seniorinnen und Senioren ..... 52
- Schwitzen für die Gesundheit ..... 53
- Beratung rund um die Gesundheit ..... 55 - 57
- Kliniken ..... 56
- Gewaltschutzambulanz ..... 57

## Pflege

- Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung ..... 58
- Beratung rund um die Pflege ..... 60 - 61
- Sozialstationen und Pflegedienste ..... 62
- Tages- und Kurzzeitpflege ..... 62
- Pflegewohnheime ..... 62 - 65

- Impressum · Stichwortverzeichnis ..... 66

**Kühlen Kopf bewahren -  
Im grünen Bezirk!**



[www.gruene-fraktion-xhain.de](http://www.gruene-fraktion-xhain.de)     **GrüneFraktionXhain**

Telefon: 030 / 902 98-25 90 • E-Mail: [fraktion@gruene-xhain.de](mailto:fraktion@gruene-xhain.de)  
Yorckstraße 4-11 • 10965 Berlin • Raum 2048



## Wir vertreten Ihre Interessen!

### Liebe Seniorinnen und Senioren,

die aktuelle Seniorenvertretung des Bezirkes Friedrichshain-Kreuzberg kümmert sich seit vier Jahren um die Belange der älteren Menschen. Wofür steht sie und was ist bisher erfolgt?

Die Vernetzung mit anderen Gruppen, die sich für die ältere Bevölkerung im Bezirk engagieren, hat sich bewährt. Die Seniorenvertretung bemüht sich intensiv um die Wahrnehmung der Interessen der älteren Menschen, begleitet Konfliktprozesse (z.B. in Seniorenwohnhäusern) und versucht, zu Lösungen beizutragen.

Es besteht ein enger Austausch mit bezirklichen Institutionen, wie dem Bezirksamt und der Bezirksverordnetenversammlung (BVV). Vertreterinnen und Vertreter der SV nehmen regelmäßig an den Sitzungen der BVV-Ausschüsse teil und beteiligen sich an weiteren Gremien unseres Bezirkes Friedrichshain-Kreuzberg, wie dem Beirat für Partizipation und Integration oder dem Beirat für Menschen mit Behinderungen. Die Vertretung trifft sich abwechselnd im Friedrichshain und Kreuzberg und hat sich an verschiedenen sozialen Orten bekannt gemacht. Unsere Internet-Seite [www.svfk.de](http://www.svfk.de) unterrichtet laufend über Aktivitäten und Termine.

Wichtige Themen werden auf den monatlichen Sitzungen der Seniorenvertretung diskutiert. Die Sitzungen sind öffentlich, i. d. R. an jedem zweiten Mittwoch des Monats von 10.00 - 12.00 Uhr. Alle interessierten Bürgerinnen und Bürger sind eingeladen, sich einzubringen! Das wird zunehmend wahrgenommen.

Auf Landesebene arbeitet die Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg in der Landesseniorenvertretung sowie im Landesseniorenbeirat zum Beispiel zu Themen Armut und Einsamkeit im Alter oder zum kürzlich beschlossenen Altenhilfe-Strukturgesetz für ein „Gutes Leben im Alter“ zur Verbesserung der Politik von und für Seniorinnen und Senioren im Land Berlin und auf Bezirksebene. Dieses muss nun auf Senats- und Bezirksebene umgesetzt werden.

In den nächsten Wochen und Monaten bereiten wir uns auf die Neuwahlen zur Seniorenvertretung vor. Dazu wird es einige Termine geben, bei denen sich die KandidatInnen vorstellen. Näheres wird rechtzeitig auf unserer Internetseite [www.svfk.de](http://www.svfk.de) bekannt

gegeben. Was wir unternehmen, wo wir Bedarf sehen, dass mehr für die SeniorInnen passiert und wie wir mit den Seniorenvertretungen in anderen Bezirken zusammenarbeiten - das u.v.m. können Sie dann erfahren.

Wünschenswert wäre eine größere Aufmerksamkeit für die digitalen Missverhältnisse, denen alte Menschen ausgesetzt sind. Eine zunehmende Abkoppelung der 70-80-Jährigen durch selbstverständliche Voraussetzung von Smartphones und Internet erschwert die gesellschaftliche Teilhabe. Trotz begrüßenswerter Angebote („Digital Zebra“, digitale Beratung in Bibliotheken, Begegnungsstätten etc.) wird der Abstand eher größer als kleiner zwischen SeniorInnen und der sogenannten Informationsgesellschaft. Diesem Thema widmen wir uns immer wieder. Gesundheit und Mobilität im Alter liegt den Gremiumsmitgliedern der Seniorenvertretung weiterhin am Herzen. So sind sie auch thematisch in gesundheitsfördernde Maßnahmen eingebunden.

Die Tradition der seit Jahrzehnten existierenden jährlichen Weihnachtspäckchenaktion für ältere einsame und pflegebedürftige Menschen wird mit großem Erfolg jährlich fortgesetzt dank der erfreulichen Unterstützung durch Gewerbetreibende des Bezirkes, von Sponsorinnen und Sponsoren im Bewusstsein der besonderen Zeichensetzung für diejenigen, die nicht vergessen werden sollten.

Jedes Jahr ist die Seniorenvertretung bei der Auftaktveranstaltung zur Seniorenwoche mit einem Stand vertreten sein. Dort können Sie uns besuchen und mit uns ins Gespräch kommen.

Auf der Webseite der Seniorenvertretung finden Sie weitere Informationen: [www.svfk.de](http://www.svfk.de)

### Beratungsangebote der Seniorenvertretung

Besetzung der Geschäftsstellen, Beratungstermine:

**Dienstag:** BGS Kadiner (Lebensfreude),  
Kadiner Straße 1, 10.00 - 11.00 Uhr

**Freitag:** Rathaus Yorckstraße 4 - 11, Raum 0066  
(nur nach Verabredung)

**Kontakt:** Kadiner Str. 1, 10243 Berlin  
Tel. 030 21237076 (Anrufbeantworter)  
oder ✉ [kontakt@sv-friedrichshain-kreuzberg.de](mailto:kontakt@sv-friedrichshain-kreuzberg.de)

## Sizin çıkarlarınızı temsil ediyoruz!

### Sevgili yaşlı vatandaşlar,

Friedrichshain-Kreuzberg ilçesinin mevcut Yaşlılar Temsilciliği, dört yıldan beri yaşlı insanların ihtiyaçlarıyla ilgilenmektedir. Peki neyi temsil ediyor ve bugüne kadar neler yapıldı?

İlçede yaşlı nüfus için çalışan diğer gruplarla kurulan ağlar kendini kanıtlamıştır. Yaşlılar Temsilciliği, yaşlı bireylerin çıkarlarının gözetilmesi için yoğun çaba sarf etmekte, çatışma süreçlerine (örneğin yaşlı konutlarında) eşlik etmekte ve çözüm bulunmasına katkı sağlamaya çalışmaktadır.

İlçe kurumlarıyla, örneğin ilçe belediyesi ve ilçe meclisiyle (BVV) yakın bir iş birliği vardır. Temsilciler, BVV komisyon toplantılarına düzenli olarak katılmakta ve ayrıca Friedrichshain-Kreuzberg ilçesindeki Katılım ve Entegrasyon Danışma Kurulu ya da Engelliler Danışma Kurulu gibi diğer kurullarda da yer almaktadır. Temsilcilik toplantılarını dönüşümlü olarak Friedrichshain ve Kreuzberg’de yapmakta ve çeşitli sosyal mekânlarda kendini tanıtmaktadır. İnternet sitemiz faaliyetler ve etkinlikler hakkında sürekli bilgi vermektedir.

Önemli konular, Yaşlılar Temsilciliği’nin aylık toplantılarında ele alınmaktadır. Bu toplantılar herkese açıktır ve genellikle her ayın ikinci çarşambası saat 10.00-12.00 arasında yapılır. İlgilenen tüm vatandaşlar katkıda bulunmaya davetlidir. Bu davet giderek daha fazla karşılık bulmaktadır.

Eyalet düzeyinde Friedrichshain-Kreuzberg Yaşlılar Temsilciliği, Berlin Eyaleti Yaşlılar Temsilciliği ve Berlin Eyaleti Yaşlılar Danışma Kurulu bünyesinde; yaşlılıkta yoksulluk ve yalnızlık gibi konuların yanı sıra, kısa süre önce kabul edilen ve “Yaşlılıkta İyi Bir Yaşam” hedefini taşıyan Yaşlılara Yardım Yapı Yasası kapsamında çalışmalar yürütmektedir. Amaç, Berlin Eyaleti genelinde ve ilçe düzeyinde yaşlılara yönelik ve yaşlılarla ilgili politikaların iyileştirilmesidir. Bu yasanın şimdi Senato ve ilçe yönetimleri düzeyinde uygulamaya geçirilmesi gerekmektedir.

Önümüzdeki haftalar ve aylarda Yaşlılar Temsilciliği seçimlerine hazırlanıyoruz. Bu kapsamda adayların kendilerini tanıttacağı çeşitli etkinlikler düzenlenecektir. Ayrıntılar, zamanında internet sitemizde duyurulacaktır. Neler yaptığımızı, nerelerde daha

fazla ihtiyaç gördüğümüzü ve diğer ilçelerdeki temsilciliklerle nasıl iş birliği yaptığımızı bu etkinliklerde öğrenebilirsiniz.

Yaşlı insanların maruz kaldığı dijital eşitsizliklere daha fazla dikkat gösterilmesi arzu edilmektedir. Akıllı telefon ve internet kullanımının artık bir ön koşul gibi kabul edilmesi, özellikle 70 - 80 yaş arası bireylerin toplumsal hayata katılımını zorlaştırmakta ve onları giderek dışlamaktadır. Takdire değer hizmetlere (örneğin kütüphanelerde, buluşma merkezlerinde vb. sunulan “Digital Zebra” dijital danışmanlık hizmeti) rağmen, yaşlılar ile sözde bilgi toplumu arasındaki uçurum küçülmek yerine daha da büyümektedir. Biz de bu konuya sürekli olarak eğiliyoruz ve tekrar tekrar gündeme alıyoruz.

Yaşlılıkta sağlık ve hareketlilik, temsilcilik üyeleri için önemini korumaktadır. Bu nedentle sağlık teşvikine yönelik çalışmaların içinde de aktif olarak yer almaktadırlar.

On yıllardır sürdürülen ve yalnız ve bakıma muhtaç yaşlılara yönelik yıllık Noel hediye paketi kampanyası, ilçe esnafının ve sponsorların değerli desteği sayesinde her yıl başarıyla devam etmektedir. Bu, unutulmaması gereken kişiler için önemli bir dayanışma göstergesidir.

Her yıl düzenlenen Yaşlılar Haftası’nın açılış etkinliğinde de Yaşlılar Temsilciliği bir standla yer almaktadır. Orada bizi ziyaret edebilir ve bizimle doğrudan iletişim kurabilirsiniz.

Daha fazla bilgiye Yaşlılar Temsilciliği’nin internet sitesinden ulaşabilirsiniz: [www.svfk.de](http://www.svfk.de)

### Yaşlılar Temsilciliği’nin danışmanlık hizmetleri

Ofislerin acık olduğu zamanlar, danışmanlık saatleri:

**Salı:** BGS Kadiner (Lebensfreude), Kadiner Str. 1, Saat 10.00 - 11.00

**Cuma:** Yorckstraße 4 - 11 Belediye Binası, Oda Nr.: 0066 (sadece randevu ile)

**İletişim Bilgileri:** Adres: Kadiner Str. 1, 10243 Berlin Tel. 030 21237076 (telesekreter)

✉ [kontakt@sv-friedrichshain-kreuzberg.de](mailto:kontakt@sv-friedrichshain-kreuzberg.de)

# Die Bezirksverordnetenversammlung

## Büro der BVV Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin

Yorckstr. 4 - 11, 10965 Berlin

Tel. 030 90298-3377, Fax 030 90298-712800

✉ [bvv-fk@ba-fk.berlin.de](mailto:bvv-fk@ba-fk.berlin.de)

Aktueller Sitzungsplan unter: [bit.ly/2owR2z4](https://bit.ly/2owR2z4)

### Vorsteher: Werner Heck (B'90/Die Grünen)

Tel. 030 90298-3204, Fax 030 90298-712800

Sprechstunde nach tel. Anmeldung

Aktuelle Informationen der BVV zu Themen wie u. a. Anfragen, Eingaben und Beschwerden und Sitzungsterminen erhalten Sie unter:

[bit.ly/2ox7fo3](https://bit.ly/2ox7fo3) und im Büro der BVV.

### Zusammensetzung der BVV (Stand 04/2026)

→ Bündnis 90/Die Grünen	20 Mandate
→ DIE LINKE	10 Mandate
→ SPD	8 Mandate
→ CDU	8 Mandate
→ die PARTEI mit den besten Politikern der Stadt	3 Mandate
→ FDP (Gruppe)	2 Mandate
→ AfD (Gruppe)	2 Mandate
→ Fraktionslos	2 Mandate

### Fraktion Bündnis 90/Die Grünen

Yorckstraße 4 - 11, Raum 2047 - 2049, 10965 Berlin

Tel. 030 90298-2590

✉ [fraktion-xhain@gruene-berlin.de](mailto:fraktion-xhain@gruene-berlin.de)

### Fraktion DIE LINKE

Yorckstraße 4 - 11, Raum 1049, 10965 Berlin

Tel. 030 90298-2599

✉ [fraktion@linke-kommunal.de](mailto:fraktion@linke-kommunal.de)

### Fraktion der SPD

Yorckstr. 4 - 11, Raum 1047 - 1048, 10965 Berlin

Tel. 030 90298-2451

✉ [info@spdfraktion-xhain.de](mailto:info@spdfraktion-xhain.de)

### Fraktion der CDU

Yorckstraße 4 - 11, Raum 1063/65, 10965 Berlin

Tel. 030 90298-2507

✉ [kontakt@cdu-fraktion-xhain.de](mailto:kontakt@cdu-fraktion-xhain.de)

### Fraktion die PARTEI mit den besten Politikern der Stadt

Yorckstr. 4 - 11, Raum 1059, 10965 Berlin über Büro der BVV

✉ [bvvfk@die-partei-berlin.de](mailto:bvvfk@die-partei-berlin.de)

### Gruppe der FDP

Yorckstr. 4 - 11, Raum 1058, 10965 Berlin

✉ [bvv@fdp-fk.de](mailto:bvv@fdp-fk.de)

### Gruppe der AfD

Yorckstr. 4 - 11, 10965 Berlin über Büro der BVV

# SPD

FRIEDRICHSHAIN-  
KREUZBERG

**SPD KREIS FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG**  
Bürgerbüro Willy-Brandt-Haus • Wilhelmstr. 140

☎ 030 292 25 78

📧 [kreis-friedrichshain-kreuzberg@spd.de](mailto:kreis-friedrichshain-kreuzberg@spd.de)

Geöffnet: Montag–Donnerstag 9–14.30 h

**SPD FRAKTION IN DER BVV**  
Rathaus Kreuzberg • Yorkstraße 4-11

☎ 030 902 98 24 51

📧 [info@spdfraktion-xhain.de](mailto:info@spdfraktion-xhain.de)

Geöffnet: Dienstag 14–17 h + Mittwoch 15–18 h

## Ausschüsse der BVV

- für Diversity und Antidiskriminierung**  
 Vorsitz: Jutta Schmidt-Stanojevic (B'90/Die Grünen)
- Jugendhilfeausschuss**  
 Vorsitz: Vito Dabisch (B'90/Die Grünen)
- für Kultur und Bildung**  
 Vorsitz: Sebastian Forck (SPD)
- für Partizipation, Migration und Integration**  
 stellv. Vorsitz:  
 Claudia Schulte (B'90/Die Grünen)
- für Personal, Haushalt, Investitionen, Rechnungsprüfung und Wirtschaftsförderung**  
 Vorsitz: René Pérez Domínguez (DIE LINKE)
- für Petitionen, Beteiligung und Geschäftsordnung**  
 Vorsitz: Tim Hirselandt (CDU)
- für Schule**  
 Vorsitz: Olja Koterewa (B'90/Die Grünen)
- für Soziales, Arbeit und Gesundheit**  
 Vorsitz: Magnus Heise (B'90/Die Grünen)
- für Sport**  
 Vorsitz: Aleksander Žugić (CDU)
- für Stadtentwicklung und Wohnen**  
 Vorsitz: Maria Haberer (B'90/Die Grünen)
- für Umwelt- und Naturschutz, Grünflächen und Klimaschutz**  
 Vorsitz: Marita Fabeck (CDU)
- für Verkehr und Ordnung**  
 Vorsitz: Peggy Hochstätter (SPD)
- für Verwaltung, Bürgerdienste, Digitalisierung und Facility Management**  
 Vorsitz: Murat Cinar (B'90/Die Grünen)

**Wir. Für Sie.  
Nicht nur  
im Wahljahr.**

## BVV-Fraktion Friedrichshain-Kreuzberg

Yorckstraße 4-11 | 10965 Berlin

☎ 90298-2507

✉ kontakt@cdu-fraktion-xhain.de

## Kreisgeschäftsstelle Friedrichshain-Kreuzberg

Markgrafenstraße 87 | 10969 Berlin

☎ 25299580

✉ info@cdu-friedrichshain-kreuzberg.de

## Bürgerbüro Kurt Wansner Mitglied des Abgeordnetenhauses

Petersburger Straße 49 | 10249 Berlin

☎ 29361674

✉ kontakt@kurtwansner.de

## Abgeordnetenbüro Timur Husein

Margot-Friedländer-Platz I 10117 Berlin

✉ info@timur-husein.de

🌐 www.timur-husein.de



[www.cdu-friedrichshain-kreuzberg.de](http://www.cdu-friedrichshain-kreuzberg.de)



## Amt für Soziales

### □ Dienstgebäude

Yorkstraße 4 - 11, 10965 Berlin



### □ Bezirksstadträtin

Frau Sommer-Wetter,  
R. 1036, Tel. 030 90298-2601

→ Sekretariat

Herr Schröder, R. 1035, Tel. 030 90298-2648

### □ Amtsleiter

Herr Dr. Elvers, R. 3015, Tel. 030 90298-2679

→ Sekretariat

N. N. 3017, Tel. 030 90298-2669

### Fachbereich 1 - Materielle Hilfen

→ Leitung: Herr Schmidtke, R. 3049c

Tel. 030 90298-2400

### Fachbereich 2 - Soziale Dienste

→ Leitung: Frau Kleynemeyer, R. 3049a,

Tel. 030 90298-2703

### Fachbereich 3 - Teilhabefachdienst Soziales

→ Leitung: Herr Müller, R. 1069

Tel. 030 90298-1446

### Betreuungsbehörde

→ Leitung: Herr Sarge, R. 1037

Tel. 030 90298-2476

### Soziale Wohnhilfe

→ Leitung: Frau Raschke, R. 3048

Tel. 030 90298-2670/-1771

✉ soz-wohnen@ba-fk.berlin.de

### Stadtteil- und Seniorenangebote

→ **Leitung:** Herr Dr. Celik, R. 1028a,

Tel. 030 90298-2165

✉ e.celik@ba-fk.berlin.de

### □ Freizeitangebote, Begegnungsstätten, Ansprechperson für Ältere mit Migrationsgeschichte und LSBTIQ

Frau Dörner, R. 1028, Tel. 030 90298-2782

✉ m.doerner@ba-fk.berlin.de

### □ Mitarbeit bei Freizeitangeboten, Gratulationen, Ehrungen

Frau Wilke, R. 1027, Tel. 030 90298-3001

✉ sozialamt@ba-fk.berlin.de

### □ Gestaltung Veranstaltungskalender, Ratgeber, Mitarbeit Gratulationen

Frau Marks, R. 1027, Tel. 030 90298-2036

✉ sozialamt@ba-fk.berlin.de

### □ Ehrenamtlicher Dienst

Frau Ratsiborynska, R. 1025

Tel. 030 90298-2781

✉ ehrenamt@ba-fk.berlin.de

## Beauftragten- und Koordinierungsstellen

### Gleichstellungsbeauftragte

#### □ Jamile da Silva e Silva

Frankfurter Allee 35 - 37, 10247 Berlin

Tel. 030 90298-4126

✉ gleichstellungsbeauftragte@ba-fk.berlin.de

#### □ Gleichstellungsbüro: Ines Brüning

Frankfurter Allee 35 - 37, 10247 Berlin

Tel. 030 90298-4134

Die Arbeit der bezirklichen Gleichstellungsbeauftragten wird durch das Landesgleichstellungsgesetz Berlin definiert (§ 21 LGG). Die Gleichstellungsbeauftragte regt Vorhaben und Maßnahmen zur Verbesserung der Arbeits- und Lebensbedingungen von Frauen im Bezirk an,

→ arbeitet insbesondere mit gesellschaftlich relevanten Gruppen, Behörden, Betrieben zusammen,

→ informiert die Öffentlichkeit über Angelegenheiten ihres Aufgabenbereiches,

→ gibt dem Bezirksamt Empfehlungen zur Verwirklichung des Gebotes zur Gleichstellung von Frauen und Männern.

### Beauftragte für Menschen mit Behinderungen

#### □ Frau Ehrlichmann, s. Seite 50

### Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit (QPK)

#### □ Alexandra Gelbstein, s. Seite 55

## Gemeinsam Zukunft gestalten - im Kiez und für den Kiez

Unser Bezirk lebt von den Menschen, die ihn gestalten - von ihrem Engagement, ihren Ideen und ihrem Wunsch nach Gemeinschaft. Die Abteilung Stadtteil- und Seniorenangebote im Amt für Soziales versteht sich dabei als Partnerin für alle, die ihren Alltag aktiv, selbstbestimmt und im Austausch mit anderen verbringen möchten.

Unsere Kommunalen Begegnungsstätten sind lebendige Orte mitten im Kiez. Hier entstehen Gespräche, neue Kontakte und oft auch langjährige Verbindungen - ob Bewegung, Kreativität, Austausch von Informationen oder einfach durch ein offenes Ohr für einander. Die Angebote sind so vielfältig wie die Menschen, die sie nutzen. Sie richten sich ausdrücklich nicht nur an ältere Generationen, sondern an alle, die Gemeinschaft suchen und mitgestalten wollen.

Gleichzeitig unterstützen wir zahlreiche Initiativen, Vereine und Projekte, die das soziale Miteinander in unserem Bezirk bereichern. Diese Zusammenarbeit ermöglicht es, flexibel auf unterschiedliche Bedürfnisse einzugehen und ein breites Spektrum an Angeboten bereitzustellen.

Ein starkes Fundament bildet dabei das ehrenamtliche Engagement vieler Bürgerinnen und Bürger. Ihr Einsatz - sei es im Gratulationsdienst oder in der Unterstützung in den sozialen Einrichtungen - macht den Unterschied im Alltag vieler Menschen. Dieses Engagement verdient Anerkennung und Nachahmung. Wenn Sie Interesse haben, sich einzubringen, freuen wir uns, von Ihnen zu hören.

Ein wichtiger Termin wirft bereits seine Schatten voraus: die Seniorenvertretungswahl vom 05.-12. März 2027. Die Vorbereitung und Durchführung dieser Wahl liegt in unserem Bezirk in der Verantwortung unserer Abteilung. Die organisatorischen Arbeiten beginnen im Sommer 2026. Über alle aktuellen Entwicklungen informieren wir Sie fortlaufend in unseren Informationsveranstaltungen, über unsere Veranstaltungskalender sowie auf unserer Website.



© K. Lütjohann-Ayari

Auch in 2026 laden wir Sie herzlich zu bewährten und beliebten Veranstaltungen ein:

- Berliner Seniorenwoche, 27.06. - 04.07.
- Queere Aktionstage im Stadtteilzentrum Adalbertstraße, geplant 28.09. - 16.10.
- Bezirksliches Sommerfest für Ältere, im Garten des NHU, 04. September
- Berliner Freiwilligentage, Termin noch nicht bekannt

Dieser Ratgeber soll Ihnen Orientierung geben und zugleich dazu einladen, Neues auszuprobieren. Entdecken Sie die vielfältigen Möglichkeiten in unserem Bezirk. Wir freuen uns darauf, Sie bei unseren Angeboten begrüßen zu dürfen.

Mit herzlichen Grüßen  
Dr. Emrah Celik  
e.celik@ba-fk.berlin.de



### Wenig Kontakt?



**BERLINER  
HERZENSGEILEN**

**Bleiben Sie  
verbunden mit  
einer Brieffreund\*in  
und schreiben Sie!**

**☎ (030) 41726138**




## Stadtteilzentrum F1

Friedrichstr. 1, 10969 Berlin



Ende April 2026 sind die Instandsetzungsmaßnahmen in der F1 beendet und die F1 Angebote sind wieder im großen Umfang nutzbar. Achtung: der Eingang zum F1 ist der Garteneingang. Das F1 ist ebenerdig und barrierefrei

Kontakt Team F1: 0157 535215 93

 [www.f1-mehringplatz.de](http://www.f1-mehringplatz.de)



© Stadtteilzentrum F1


## Mehrgenerationenhaus Wassertor


Wassertorstr. 48, 10969 Berlin



Leitung: Julia Lehmann

Tel. 030 61507261

 [info@mgh-wassertor.de](mailto:info@mgh-wassertor.de)

 [www.mgh-wassertor.de](http://www.mgh-wassertor.de)

Öffnungszeiten:

Mo 13.00 - 18.00 Uhr, Di - Fr 10.00 - 18.00 Uhr

Das Mehrgenerationenhaus ist seit 2007 Wohnzimmer für die Nachbarschaft und Ankerpunkt für lokale Unterstützung durch Bildung, Beratung und Begegnung. Nachbar:innen und lokale Initiativen



© S. Block


finden bei uns Räume für Selbstbestimmung, Selbsthilfe, Engagement und Miteinander.


## Bona-Peiser Sozio-kulturelle Projekträume

Oranienstr. 72, 10969 Berlin (barrierefreier Zugang)

Leitung: Amira Hoeltz

Tel. 030 67796086

 [info@bona-peiser.de](mailto:info@bona-peiser.de)

 [www.bona-peiser.de](http://www.bona-peiser.de)

Träger: Wassertor e.V.

Als Träger aus der Nachbarschaft - Wassertor e.V. - koordinieren wir die Räume und begrüßen soziale Initiativen, Akteure der Kulturszene und Bewohner:innen aus der Nachbarschaft, die hier offene, integrative Angebote für den Kiez umsetzen.



© Amira Hoeltz

So entsteht ein bedarfsorientiertes und kostenloses Programm.

## BGS (Begegnungsstätte) Gitschiner

Gitschiner Straße 38, 10969 Berlin



Tel. 030 50585450

Mo - Fr 10.00 - 16.00 Uhr

Mitarbeitende:

Frau Desnavres, Herr Herzberg, Frau Kursawa

✉ [begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de](mailto:begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de)

🌐 [www.berlin.de/ba-fk/stadtteil-seniorenangebote](http://www.berlin.de/ba-fk/stadtteil-seniorenangebote)

Fahrverbindung: U1 - Bhf. Prinzenstr., Bus 140



© E. Celik

Die BGS Gitschiner heißt jede\*n immer herzlich willkommen. Wir bieten Senior\*innen und generationsübergreifende Stadtteilangebote. Kommen Sie gerne zu einem Kaffee vorbei! Bei uns können Sie an verschiedenen Angeboten teilnehmen, u. a.

- Sozialsprechstunde
- Wöchentlicher Mittagstisch
- Malen
- Gymnastik
- Qi-Gong
- Tanz
- Spielegruppe
- Treffen türkischer Senior\*innen

→ Gesprächsgruppen

→ AG Garten

→ Mieter\*innenberatung durch asum GmbH

Sie können neue Kontakte knüpfen, gemeinsam essen, Zeit im Garten verbringen oder einfach bei einer Tasse Kaffee oder Tee verweilen.

Wir feiern außerdem gern im Frühling, Sommer und zur Weihnachtszeit mit Musik und guter Laune. Informationen zu unseren aktuellen Angeboten erhalten Sie persönlich vor Ort, telefonisch, per Mail oder auf unserer Webseite.

(Die BGS ist barrierearm, WC leider nicht rollstuhlgerecht)

## Nachbarschaftshaus Urbanstraße e. V.

Urbanstraße 21, 10961 Berlin



Tel. 030 6904970

Ansprechpersonen:

Ayla Römer, Sophie Schäfer, Leo Hübler, Chelsea Meyer

📧 [nhu\\_kreuzberg](mailto:nhu_kreuzberg)

✉ [offener-bereich@nhu-ev.org](mailto:offener-bereich@nhu-ev.org)

Mo: Eingeschränkter Tresendienst zwischen 9.00 - 15.00

Uhr, Di 9.00 - 15.00 Uhr, Mi 10.00 - 16.00 Uhr,

Do 11.00 - 17.00 Uhr, Fr 12.00 - 17.30 Uhr

Fahrverbindung: M41 - Klinikum Am Urban,

U7 - Südstern

🌐 [www.nachbarschaftshaus.de](http://www.nachbarschaftshaus.de)



© H. Maier-Jamitz

## Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

Gneisenaustraße 12, 10961 Berlin  
 Ansprechpersonen: Annika Schauer, Tim Ünsal  
 Tel. 030 28508442  
 ✉ [mgh-gneisenau@nhu-ev.org](mailto:mgh-gneisenau@nhu-ev.org)  
 ✉ [a.schauer@nhu-ev.org](mailto:a.schauer@nhu-ev.org)  
 🌐 [www.mgh-gneisenau.de](http://www.mgh-gneisenau.de)  
 Öffnungszeiten: Mo – Fr 10.00 – 18.00 Uhr  
 Fahrverbindung: U7 – Bhf. Gneisenaustraße,  
 Bus 140, 248, M19

Senior\*innen und generationsübergreifende Stadtteilangebote.

Das Haus ist über eine mobile Rampe barrierefrei zugänglich, verfügt aber nicht über eine rollstuhlgerechte Toilette.



© Miranda

## Dütti-Treff & Dütti-Werkstatt

Urbanstraße 48e, 10967 Berlin  
 Tel. 030 55956110  
 Ansprechpersonen: Emine Yilmaz (Strategische Leitung)  
 ✉ [wds.nachbarschaft@via-in-berlin.de](mailto:wds.nachbarschaft@via-in-berlin.de)  
 Alia Mohammed (Ko-Leitung Dütti-Treff  
 und Dütti-Werkstatt)  
 ✉ [alia.mohammed@via-in-berlin.de](mailto:alia.mohammed@via-in-berlin.de)  
 Öffnungszeiten: Mo – Fr 10.00 – 17.00 Uhr  
 🌐 [www.duetti-treff.de](http://www.duetti-treff.de)



© Dütti-Treff

## Stadtteilzentrum-Familiengarten des Kotti e.V.

Oranienstraße 34 (HH)  
 10999 Berlin,  
 Ansprechpartnerin: Frau Kurt  
 Tel. 030 6143556  
 ✉ [stadtteilzentrum@kottiberlin.de](mailto:stadtteilzentrum@kottiberlin.de)  
 ✉ [kotti@berlin.de](mailto:kotti@berlin.de) 🌐 [www.kotti-berlin.de](http://www.kotti-berlin.de)  
 Mit Terrasse und Garten (Barrierefreier Zugang)  
 Öffnungszeiten: Mo – Fr 10.00 – 18.00 Uhr



Ein offener Ort für Austausch, Begegnungen, Beratung, Kunst und Kultur, nachbarschaftliches Engagement und Informationen über Angebote im Kiez.



© STZ Familiengarten

## Stadtteilzentrum (STZ) Adalbertstraße

Adalbertstr. 23 a, 10997 Berlin

Info-Tel. 030 69535613

✉ stadtteilzentrum@awo-spreewuhle.de

🌐 www.begegnungszentrum.org



Ort für Begegnungen! Wir sind eine barrierearme Berliner Einrichtung und arbeiten generationsübergreifend. Wir stärken Teilhabe durch Bildung, Beratung und Begegnung und verfolgen den Anspruch, dabei diversitätsorientiert, machtsensibel und rassismuskritisch vorzugehen. Unsere Einrichtung ist LSBTIAQ\*-freundlich.



© B. Eberle

## Frauzentrum Schokoladenfabrik e. V.

Mariannenstr. 6, 10997 Berlin

Tel. 030 65483344

Öffnungszeiten: Mo/Di/Do 13.00 - 16.45,

Mi 10.00 - 13.00 Uhr

✉ frauenzentrum@schokofabrik.de

🌐 www.frauzentrum-schokofabrik.de

13

Die Schoko ist Berlins größtes Frauzentrum und bietet ihren Besucher\*innen eine einzigartige Mischung aus Beratungs-, Freizeit- und handwerklichen Angeboten.

## Kreuzberger Stadtteilzentrum

Lausitzer Str. 8, 10999 Berlin

Tel. 030 6126666

Kontakt: Petra Wojciechowski, Samira Maarouf, Friederike Boß, Julia Popp (Gemeinwesenarbeit)

✉ stadtteilzentrum@nhu@ev.org

🌐 www.nhu-ev.org

### Begegnung - Beratung - Freizeit - Selbsthilfe

Der Nachbarschaftstreff im Reichenberger Kiez mit Kiezcafé, Tauschbibliothek, Kreativ- und Begegnungsangeboten steht Menschen unterschiedlicher Kulturen und Lebensalter offen.



© S. Block



Für Ihre Gesundheit

*Wir bieten Ihnen*

*Beratung, Medikamente,*

*Gesundheitschecks und*

*persönliche Unterstützung*

*für Ihr Wohlbefinden.*

Großbeerenstraße 26, 10963 Berlin

Tel. 030 2158084 · 0157 35839295

info@apo-rathauskreuzberg.de

Montag – Freitag 9:00 – 18:30 Uhr

Samstag 9:00 – 14:00 Uhr



## BGS (Begegnungsstätte) Falcke

Falckensteinstr. 6, 10997 Berlin

Mitarbeiter: Herr Block,

Herr Rommel, Herr Wehner

Tel. 030 69534051

Mo - Fr 10.00 - 16.00 Uhr

✉ [begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de](mailto:begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de)

🌐 [www.berlin.de/ba-fk/stadtteil-seniorenangebote](http://www.berlin.de/ba-fk/stadtteil-seniorenangebote)

Fahrverbindung: U1 + U3- Bhf. Schlesisches Tor;

Bus 165, 265 - Falckensteinstraße



Im Herzen des bunten Wrangelkiezes ist die Begegnungsstätte seit über 35 Jahren wochentags für Gäste geöffnet. Als Ort für Senior\*innen und generationsübergreifende Stadtteilangebote laden wir Sie herzlich ein, gerne auf einen Kaffee vorbeizukommen. Neben unseren ständigen Gruppenangeboten wie

- Quiznachmittag
- Malgruppe
- Töpfergruppe
- Bildbearbeitungsgruppe
- Achtsamkeitsmeditation
- Generationengarten
- Rommégruppe

→ Treffen älterer türkischer Menschen

→ Literaturgruppe

→ Computergruppe

→ Yoga/Gymnastikgruppe

finden bei uns wechselnde Kultur-, Unterhaltungs- und Tanzveranstaltungen statt. Zahlreiche Ausstellungseröffnungen werden durch Beiträge, wie Lesungen selbstverfasster Geschichten, Gedichte und Reiseerlebnissen bereichert.

Informationen zu unseren aktuellen Angeboten erhalten Sie persönlich vor Ort, telefonisch, per Mail oder auf unserer Webseite.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch: Herzlich willkommen!

## Kiezanker 36 Familien- und Nachbarschaftszentrum im Wrangelkiez

Cuvrystr. 13/14, 10997 Berlin

Leiterin: Esther Borkam

Tel. 030 22502401/02

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9.00 - 18.00 Uhr

✉ [familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de](mailto:familienzentrum-wrangelkiez@pfh-berlin.de)

🌐 [www.familienzentrum-wrangelkiez.de](http://www.familienzentrum-wrangelkiez.de)

Ein offener Ort der Begegnung für die gesamte Kieznachbarschaft.



## Stadtteilzentrum Friedrichshain

**Frieder:** Friedenstr. 32, 10249 Berlin  
Leitung: Johannes Dumpe, Tel. 030 403661127

**Pauline:** Pauline-Staegemann-Str. 6,  
10249 Berlin



✉ stz-friedrichshain@volkssolidaritaet.de

🌐 www.stz-friedrichshain.de

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9.30 - 16.00 Uhr

Fahrverbindung: Bus: 142 bis Friedrichsberger Str.  
- ca. 2 Minuten zu Fuß (170 m), Tram: M5, M8 bis  
Platz der Vereinten Nationen - ca. 4 Minuten zu Fuß  
(350 m), U-Bahn: U5 bis U Strausberger Platz - ca.  
7 Minuten zu Fuß (600 m)



© Volkssolidarität Berlin e.V.

Der Frieder eröffnet im September 2026.

## BGS (Begegnungsstätte) Kadiner - Lebensfreude

Kadiner Straße 1, 10243 Berlin



Mitarbeiterinnen: Frau Skejic, Frau Glatzel  
Tel. 030 21237083

Öffnungszeiten: Mo - Fr 10.00 - 16.00 Uhr

✉ begegnungsstaetten@ba-fk.berlin.de

🌐 www.berlin.de/ba-fk/stadtteil-seniorenangebote

Fahrverbindung: U5 - Bhf. Frankfurter Tor



© Stadtteil - Seniorenangebote

Sie sind herzlich eingeladen! Als Ort für Senior\*innen und generationsübergreifende Stadtteilangebote laden wir Sie herzlich ein, gerne auf einen Kaffee vorbeizukommen. Wir bieten vielfältige Veranstaltungen in den Bereichen Kunst, Kultur und Wissenschaft. Dazu zählen u. a.

- Wandergruppe
- Smartphonesprechstunde
- Stunden der Gemeinschaft mit der Kita
- Gymnastik
- Kooperationsveranstaltungen mit dem Förderverein Ulaanbaatar e.V. und dem Deutsch Syrisches Forum e.V.
- Literaturkreis

- Sprachcafé für ältere ukrainische Menschen
- Quiz
- Schach
- Vorträge
- Kulturveranstaltungen
- jahreszeitliche Feste.

Außerdem findet bei uns eine Sprechstunde der Seniorenvertretung, des Allgemeinen Blinden- und Sehbehindertenvereins sowie des VdK statt. Informationen zu unseren aktuellen Angeboten erhalten Sie persönlich vor Ort, telefonisch, per E-Mail oder auf unserer Webseite.

## INTEGRAL Begegnungszentrum

für Menschen mit und ohne Behinderungen  
Marchlewskistr. 25 e, 10243 Berlin (barrierefrei)



Ansprechpartner: Herr Schwaiblmaier  
Tel. 030 2960968 oder 030 20050620  
Öffnungszeiten: Mo - Fr 14.00 - 19.00 Uhr

🌐 [www.integral-berlin.de](http://www.integral-berlin.de)

Fahrverbindung: U-Weberwiese, Bus 240, 347  
S-Ostbahnhof, Tram Frankfurter Tor

Das Begegnungszentrum bietet den Gästen ein vielfältiges Kursangebot, einen Offenen Treff, Café, Disco und verschiedene Veranstaltungen. Das aktuelle Programm erhalten Sie im Begegnungszentrum oder im Internet.



19

## WIR IM KIEZ - Nachbarschaftstreff

Koppenstr. 62, 10243 Berlin  
Tel. 030 403662100



✉ [nachbarschaftstreff-wir-im-kiez@volkssolidaritaet.de](mailto:nachbarschaftstreff-wir-im-kiez@volkssolidaritaet.de)

🌐 [www.volkssolidaritaet-berlin.de](http://www.volkssolidaritaet-berlin.de)

Sprechzeiten: Mo - Do 9.00 - 15.00 Uhr, Fr 9.00 - 14.00 Uhr

Der Nachbarschaftstreff ist ein Ort für die gesamte Nachbarschaft. Tagsüber gibt es Kurse und Gruppenangebote und abends nutzen selbstorganisierte Gruppen unsere Räume.



20

© S. Block (3)

## Selbsthilfe-Treffpunkt

Boxhagener Str. 89, 10245 Berlin, Tel. 030 291 83 48, Kontakt: Herr Dr. Ingenkamp  
Sprechzeiten: Di und Fr 10.00 - 13.00 Uhr, Mi 15.00 - 18.00 Uhr, Do 13.00 - 18.00 Uhr

✉ [info@selbsthilfe-treffpunkt.de](mailto:info@selbsthilfe-treffpunkt.de) 🌐 [www.selbsthilfe-treffpunkt.de](http://www.selbsthilfe-treffpunkt.de)

Beachten Sie auch Seite 43

24



# INTEGRAL



**Begegnungszentrum für Menschen mit und ohne Behinderungen (BGZ)**

Marchlewskistraße 25e · 10243 Berlin  
Tel. 030 2960968  
[info@integral-bgz.de](mailto:info@integral-bgz.de)  
[www.integral-berlin.de](http://www.integral-berlin.de)



Das Integral Begegnungszentrum ist eine inklusive Freizeiteinrichtung mit dem Konzept der freien Wahlmöglichkeiten von Angeboten, Kursen, Veranstaltungen und Themen. Die Einrichtung ist barrierearm und für alle Menschen wochentags von 14-19 Uhr geöffnet. Menschen mit verschiedenen Behinderungen finden hier einen öffentlichen Raum, in dem sie selbstbestimmt ihre Interessen und gesellschaftlichen Belange thematisieren, soziale und kommunikative Beziehungen aufbauen und mit Menschen ohne Behinderung zusammentreffen können.

## Seniorenzentrum Friedrichshain


Unionhilfswerk Senioren-Einrichtungen gGmbH  
 Singerstraße 83, 10243 Berlin  
 Koordinatorin: Frau Fritzsche  
 Tel. 030 2491077  
 ✉ [anne.fritzsche@unionhilfswerk.de](mailto:anne.fritzsche@unionhilfswerk.de)

Das gemütlich eingerichtete Zentrum im Erdgeschoss des Seniorenwohnhauses ist ein beliebter Treffpunkt für ältere Menschen. Wintergarten-Café und Plauderstübchen sind Orte regelmäßiger Veranstaltungen.



© S. Block

## Bayouma-Haus - Interkulturelles Gemeinwesenzentrum AWO Spree-Wuhle e.V.

Frankfurter Allee 110, 10247 Berlin   
 Ansprechpartner: Marcel Könings  
 Tel. 030 29049136  
 ✉ [bayouma-haus@awo-spree-wuhle.de](mailto:bayouma-haus@awo-spree-wuhle.de)  
 🌐 [www.awo-spree-wuhle.de/bayouma-haus](http://www.awo-spree-wuhle.de/bayouma-haus)  
 Öffnungszeiten: Mo - Do, 9.00 - 17.00 Uhr  
 Fr 9.00 - 16.00 Uhr und nach Vereinbarung  
 Fahrverbindung: S-/U-Bhf. Frankfurter Allee

Vielfältige Angebote für die Nachbarschaft, Senior\*innen und Engagierte im Kiez, Hilfe zur Selbsthilfe, Beratungen u. v. m.



© L. Nguyen

## RuDi Nachbarschaftshaus

Modersohnstr. 55, 10245 Berlin, barrierefrei (im EG)  
 Koordinatorinnen: Sherin Buchwald und Lara Sapper  
 Leitung: ✉ [info@rudi-nachbarschaftshaus.de](mailto:info@rudi-nachbarschaftshaus.de)  
 🌐 [www.rudi-nachbarschaftshaus.de](http://www.rudi-nachbarschaftshaus.de)  
 Öffnungszeiten: Mo 10.00 - 17.00 Uhr,  
 Di 10.00 - 16.00 Uhr, Mi - Fr 10 - 18 Uhr  
 Fahrverbindung: Bus 347  
 Haltestelle Corinthstraße / Modersohnstraße

Das RuDi Nachbarschaftshaus ist ein offener Treffpunkt im Stadtteil, der Begegnung, Austausch und gegenseitige Unterstützung für Menschen aller Generationen fördert. Mit vielfältigen Angeboten wollen wir das nachbarschaftliche Miteinander und die soziale Teilhabe stärken. Das aktuelle Programm finden Sie bei uns vor Ort oder im Internet unter [www.rudi-nachbarschaftshaus.de](http://www.rudi-nachbarschaftshaus.de)



© RuDi Nachbarschaftshaus

# Ehrenamt

## Der ehrenamtliche Dienst stellt sich vor:

Im Ehrenamtlichen Dienst (EaD) leisten hier engagierte Mitglieder aus zehn Herkunftsländern ihren Beitrag und arbeiten seit Jahrzehnten intensiv und produktiv „miteinander und füreinander“. Ehrenamtliches Engagement bedeutet in erster Linie eine umfangreiche Beteiligung der Bevölkerung innerhalb der Zivilgesellschaft in Form einer freiwilligen und dauerhaften Übernahme konkreter Aufgaben. Der Ehrenamtliche Dienst des Bezirksamtes zeigt Bürgerinnen und Bürgern unterschiedliche Möglichkeiten für ein solches Engagement auf und bietet ihnen verschiedene, an die eigenen Bedürfnisse angepasste Optionen. Darüber hinaus bedeutet die Mitgliedschaft im Ehrenamtlichen Dienst auch zwischenmenschliche Kontakte, sich um andere zu kümmern und Mitmenschen wertvolle Zeit zu schenken. Dadurch entsteht die Chance, sich aktiv in den Kiezen und Nachbarschaften einzubringen.

## Betätigungsfelder im Gratulationsdienst oder in Begegnungsstätten:

Der Gratulationsdienst überreicht in der Regel bei Ehrungen zu Geburtstagen und Ehejubiläen im Rahmen von Hausbesuchen ein kleines Präsent oder einen Blumenstrauß. Die entstehenden zwischenmenschlichen Beziehungen sind für alle Beteiligten ein Gewinn. Positive Rückmeldungen der Ehrenamtlichen sowie die rührenden Danksagungen der Geehrten unterstreichen, wie wertgeschätzt und willkommen Gratulationsbesuche sind, bei denen zum Beispiel auch auf Hilfsangebote hingewiesen werden kann. Die Planung der Hausbesuche erfolgt in kiezgebundenen Arbeitsgruppen bzw. Sozialkommissionen unter Beachtung ihrer Termine und Bedürfnisse.

Das Bezirksamt betreibt drei Begegnungsstätten für Menschen aller Altersstufen. Für eine abwechslungsreiche Programmgestaltung suchen wir Menschen, die eigene Ideen entwickeln, anbieten und umsetzen möchten. Ob Sport, Theater, Tanz, Gesang, Handwerk, Kreatives, Kochen, Spiele, Gartenpflege oder Literatur - Ihrer Kreativität sind kaum Grenzen gesetzt. Nach Bedarf gibt es auch die Möglichkeit des Einsatzes in den Stadtteilzentren im Bezirk.

Bringen Sie Ihre Inspiration ein und gestalten Sie gemeinsam mit uns abwechslungsreiche Angebote für die Nachbarschaft. Wir freuen uns auf Ihre Ideen!



© L. Hiltmann

## Persönlicher Nutzen:

Wenn Sie sich gemeinsam mit anderen Engagierten für das Gemeinwohl einsetzen wollen, ist der Ehrenamtliche Dienst genau richtig. Hier ergeben sich beispielsweise Gelegenheiten, Menschen aus anderen Kulturen und Generationen näher kennenzulernen. Vielleicht möchten Sie Ihr Wissen an andere weitergeben? Wir unterstützen Sie dabei gern und ermöglichen Ihnen weitere Vorteile, zum Beispiel durch kostenlose Fortbildungsangebote, die „DER INFOtreff“ anbietet, um Ihre Kompetenzen im Engagementbereich zu erweitern. Sie haben die Möglichkeit, sich von Fachleuten über aktuelle Themen informieren zu lassen. Dazu gehören unter anderem Themen wie Gesundheit, Pflege, rechtliche Angelegenheiten, Wohnung und der Umgang mit Behörden. Zudem werden interessante Projekte, Einrichtungen und Netzwerke vorgestellt. Solche Veranstaltungen ermöglichen den Erfahrungsaustausch und gegenseitige Unterstützung.

## Wertschätzung:

Wertschätzung erfolgt durch jährliche Dankeschön-Veranstaltungen auf Landes- und Bezirksebene. Für ein besonderes Maß an persönlichem Einsatz kann die Berliner Ehrenamtskarte verliehen werden, die zu vielen Vergünstigungen in Berlin und Brandenburg berechtigt. Darüber hinaus wird eine kleine monatliche Aufwandsentschädigung für das Engagement gezahlt.

## MÖCHTEN SIE SICH EHRENAMTLICH ENGAGIEREN, BITTE MELDEN SIE SICH!

- Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin**, Amt für Soziales  
Stadtteil- und Seniorenangebote  
Ehrenamtlicher Dienst, Frau Ratsiborynska  
Yorckstr. 4 - 11, 10965 Berlin  
Tel. 030 90298-2781  
✉ ehrenamt@ba-fk.berlin.de

# Dabei sein, mach mit!

Engagement ist angesagt,  
warum nicht im Gratulationsdienst?

Gegenseitiges  
Kennenlernen

Ehrungen von Geburtstags-  
und Ehejubiläen älterer  
Menschen

Wertschätzung

Neue  
persönliche  
Kontakte

Selbstständigkeit  
bei der Planung und  
Organisation

Anerkennung

Freundschaften,  
Bekanntschaften  
aufbauen

Eigene Ideen  
einbringen

Monatliche  
Aufwandsentschädigung



BERLIN



Möchten Sie uns unterstützen? Dann melden Sie sich!  
Ehrenamtlicher Dienst Friedrichshain-Kreuzberg  
Kontakt: Viktoriya Ratsiborynska  
Tel. 90 298-2781  
ehrenamt@ba-fk.berlin.de





**Der INFOtreff - Wissen, das hilft und verbindet**  
**Eine kieznahe Fortbildungs- und Informations-**  
**plattform unter ehrenamtlicher Leitung**

#### Ihr Vorteil:

- Fachleute informieren zu aktuellen Themen aus Gesundheit, Soziales, Kultur und Recht – ein Austausch, der inspiriert und Orientierung gibt
- Verständlich aufbereitet, kostenfrei und barrierearm – zumeist in Form von Gesprächskreisen
- Ergänzend dazu gibt es Aktivangebote zum Mitmachen und Ausprobieren
- Monatliche Veranstaltungen an wechselnden Veranstaltungsorten, z.B. in kommunalen Begegnungsstätten und Stadtteilzentren im Bezirk

#### Wo und wann?

Aktuelle Termine finden Sie unter anderem im monatlich erscheinenden Veranstaltungskalender sowie auf der Webseite der Arbeitsgruppe Stadtteil- und Seniorenangebote.

#### Wir sehen uns?

Sie sind herzlich eingeladen!

**Ihr INFOtreff-Team**

### **WILLMA FreiwilligenAgentur Friedrichshain-Kreuzberg** **Engagement hält gesund und macht glücklich**



Sich freiwillig zu engagieren, trägt zu persönlichem Wohlbefinden und Gesundheit bei, denn ein Engagement bietet vielfältige Möglichkeiten, sinnvoll und selbstbestimmt aktiv zu sein, an Gemeinschaft teilzuhaben und ein lebenswertes Gemeinwesen zu gestalten. Unsere FreiwilligenAgentur WILLMA unterstützt Interessierte dabei, schnell und unkompliziert ein individuell passendes Tätigkeitsfeld für sich zu finden. Wir beraten, vermitteln und begleiten Menschen, die sich engagieren möchten.

WILLMA ist Ihre Ansprechpartnerin im Bezirk für alle Fragen rund ums Engagement, mit einem starken Träger im Rücken, dem Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.. **Wir freuen uns auf Sie!**

Andrea Brandt und das Team der FreiwilligenAgentur

#### **Standort Kreuzberg:**

→ WILLMA FreiwilligenAgentur Friedrichshain-Kreuzberg im Haus der Parität am Urban, Grimmstr. 16, 10967 Berlin, Tel. 030 311660077

✉ [info@die-freiwilligenagentur.de](mailto:info@die-freiwilligenagentur.de)

🌐 [www.die-freiwilligenagentur.de](http://www.die-freiwilligenagentur.de)

Mo – Mi/Fr 10.00 – 15.00 Uhr, Do 12.00 – 18.00 Uhr

#### **Standort Friedrichshain:**

→ Im RuDi Nachbarschaftshaus Modersohnstraße 55, 10245 Berlin  
 Mo 12.00 – 15.00 Uhr, Do 10.00 – 13.00 Uhr  
 Oder nach Terminvereinbarung:

✉ [k.altmann@nhu-ev.org](mailto:k.altmann@nhu-ev.org)

## **Wahl zur Seniorenvertretung**

Im März 2027 wird die Seniorenvertretung unseres Bezirkes neu gewählt. Gemäß Seniorenmitwirkungs-gesetz hat die Seniorenvertretung die Aufgabe, die Interessen der Seniorinnen und Senioren gegenüber den Institutionen im Bezirk wahrzunehmen und die Mitwirkung an der gesellschaftlichen Teilhabe zu stärken.

Je stärker die Seniorenvertretung besetzt ist, umso besser kann sie diese Aufgabe erfüllen.

Wahlberechtigt sind Menschen, die das 60. Lebensjahr vollendet und ihren Wohnsitz in Friedrichshain-Kreuzberg haben. Gleiches gilt für Kandidatinnen und Kandidaten, die sich für das Gremium der Seniorenvertretung zur Wahl stellen möchten. Aktuelle Termine und Fakten zur Wahl finden Sie auf unserer Webseite.



## Diakonie Haltestelle Friedrichshain-Kreuzberg

### 20 Jahre gelebte Mitmenschlichkeit

Mit einem durchweg gelungenen Fest feierte die Diakonie Haltestelle Friedrichshain-Kreuzberg im Mai 2026 ihr 20-jähriges Jubiläum. Seit zwei Dekaden geht es um „Angebote zur Unterstützung im Alltag für pflegebedürftige Menschen“, wie es in der sehr sachlichen Formulierung heißt. Unterm Strich ist es allerdings so viel mehr: Es geht um menschliches Miteinander, um überdurchschnittlich persönliches Engagement und noch mehr Herzblut. Das Besondere: Bei der Haltestelle engagieren sich vor allem Ehrenamtliche – sie geben im wahrsten Sinne des Wortes Halt: Mit Besuchen, gemeinsamen Freizeitmomenten und Unterstützung im Alltag. Nicht selten entstehen daraus vertrauensvolle Beziehungen und langjährige Freundschaften.

Geleitet wird die Haltestelle Friedrichshain-Kreuzberg, die derzeit 50 Menschen zwischen 49 und 96 Jahren betreut, von Kathrin Strumpf. Sie eröffnet auch die Jubiläumsfeier. In ihrem Grußwort lässt sie die letzten 20 Jahre Revue passieren und bedankt sich bei allen Beteiligten, die das funktionierende Netzwerk möglich machen. Ihr ist anzumerken, dass sie ihrer Arbeit mit Leidenschaft, Fachwissen und Organisationstalent nachgeht. Schließlich übergibt sie an Michaela Mendel-Kindermann, der Geschäftsführerin des Diakonie-Pflege Verbund Berlin sowie an den langjährigen ehrenamtlichen Mitarbeiter Donald Shafran. Mit ihm eröffnet Kathrin Strumpf auch das Kuchenbüffet. Den finalen Höhepunkt liefert das Künstlerinnenduo „Kaffeeklatsch am Kaffeefisch“ – mit Altberliner Liedern sorgt es für eine ausgelassene Stimmung. Am Ende des Nachmittags, der den mitunter anstrengenden Alltag ausblenden ließ, liegen sich viele Gäste beseelt und glücklich in den Armen. Auf die nächsten 20 Jahre!

(ch)

# Diakonie Haltestelle

## Abwechslungsreiches Ehrenamt zu vergeben:

### Wir suchen Menschen, die gerne und sicher durch Berlin fahren

Für die Fahrt mit unserem Haltestellen-Bus wünschen wir uns Verstärkung. Unser Gruppenangebot findet mittwochs 13 - 16 Uhr in der Begegnungsstätte, Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin, 14-tätig statt.



#### Wir bieten:

- ▶ Aufwandsentschädigung
- ▶ Versicherungsschutz
- ▶ Kostenlose Schulung
- ▶ regelmäßige Austauschtreffen

#### Haben Sie Interesse?

#### Ich freue mich auf Sie.

#### Kathrin Strumpf

Tel. 030 25921450 / 0177 7881597

✉ k.strumpf@diakonie-pflege.de

#### Diakonie Haltestelle

#### Friedrichshain-Kreuzberg

Oranienstr. 134, 10969 Berlin



**Viel Netzwerkarbeit und Leidenschaft.**  
Kathrin Strumpf, Leiterin der Diakonie Haltestelle Friedrichshain-Kreuzberg, eröffnet die Jubiläumsfeier und dankt allen Ehrenamtlichen.



© Hentschel (4)

#### Zu alt fürs Tanzen?

Niemals – ausgelassene Stimmung bei der Feier „20 Jahre Diakonie Haltestelle Friedrichshain-Kreuzberg“.

# Digitales

## Seniorennetz Berlin -

<https://seniorennetz.berlin/de>

Entdecken Sie vielseitige Angebote für Freizeit, Kultur und Beratung in Ihrer Nähe.

## Die Polizei informiert zum „Tatmittel Internet“

Cybercrime - Viele Verbraucher sind häufig zu sorglos im (weltweiten) Netz unterwegs und sind sich der Sicherheitsrisiken beispielsweise beim Online-Banking oder Online-Handel nicht bewusst. Und auch gegen Datenklau sind PC-Nutzer nicht gefeit.

🌐 [www.berlin.de/polizei/aufgaben/praevention](http://www.berlin.de/polizei/aufgaben/praevention)

## Landeskriminalamt Berlin -

### Zentralstelle für Prävention

Weitere Informationen und aktuelle Warnhinweise finden Sie auf der Website der Fachdienststelle LKA 324 der Polizei Berlin:

🌐 [www.berlin.de/polizei/aufgaben/praevention/betrug/artikel.1065878.php](http://www.berlin.de/polizei/aufgaben/praevention/betrug/artikel.1065878.php)

## Online Anzeige erstatten auf der Internetwache:

Informationen dazu und weitere Serviceangebote finden Sie hier:

🌐 [www.internetwache-polizei-berlin.de](http://www.internetwache-polizei-berlin.de)

## Projekt „Digital-Zebra“ -

### Sicher auf die digitale Seite!

Die Digital-Lots\*innen im Projekt „Digital-Zebra“ der Öffentlichen Bibliotheken Berlins zeigen Ihnen wie es geht!

Weitere Informationen, die Standorte und Service-Zeiten finden Sie auf den Seiten 26/27.

## Digitale Angebote der Berliner Öffentlichen Bibliotheken - was ist das?

🌐 [www.voebb.de/digitale-angebote](http://www.voebb.de/digitale-angebote)

Mit einem gültigen Bibliotheksausweis erhalten Sie hier kostenlos Zugriff auf ein breites Angebot digitaler Medien wie E-Books, E-Paper, Filme, Hörbücher, Nachschlagewerke und vieles mehr.

## Digital mobil im Alter

Eine Initiative von O<sub>2</sub> Telefónica und der Stiftung Digitale Chancen Projektteam „Digital mobil im Alter“ Chausseestr. 15 10115 Berlin

Tel: +49 (0) 30 - 437277-33

✉ [team@digital-mobil-im-alter.de](mailto:team@digital-mobil-im-alter.de)

🌐 [www.digital-mobil-im-alter.de](http://www.digital-mobil-im-alter.de)



## Digital-Kompass

Der vom BMUV geförderte Digital-Kompass ist ein gemeinsames Angebot der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. (BAGSO) und Deutschland sicher im Netz e.V. (DsiN). Das Projekt verfolgt das Ziel, auch für Menschen mit Seh-, Hör- und Mobilitätsbeeinträchtigungen die Chancen der Digitalisierung verständlich und erlebbar zu machen. Dies sind häufig ältere Menschen, die bislang wenig Erfahrung mit digitalen Medien haben. Der Digital-Kompass hält dafür vielfältige Angebote bereit, wie Lernmaterialien, ortsungebundene digitale Lern-Tandems sowie Beratung durch qualifizierte Engagierte an Standorten vor Ort.

Weitere Informationen: 🌐 [www.digital-kompass.de](http://www.digital-kompass.de)

## Der Standort von Digital-Kompass im Bezirk ist das Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

Gneisenaustraße 12, 10961 Berlin

Ansprechperson: Tim Ünsal, Tel. 030 2850844-2

✉ [t.uensal@nhu-ev.org](mailto:t.uensal@nhu-ev.org)

🌐 [www.mgh-gneisenau.de](http://www.mgh-gneisenau.de)

## Digital Café im RuDi Nachbarschaftshaus

Hilfestellung beim Umgang mit allen Mobilgeräten und dem Internet. z.B.: mit Computer oder Smartphone umgehen lernen, im Internet surfen oder E-Mails schreiben

Um Anmeldung wird gebeten

Ansprechperson: Tim Ünsal, 0178 311 28 03

✉ [t.uensal@nachbarschaftshaus.de](mailto:t.uensal@nachbarschaftshaus.de)

🌐 <https://rudi-nachbarschaftshaus.de/angebote/digital-cafe>

### FrauenComputerZentrumBerlin e. V. (FCZB)

Cuvrystr. 1 (Seitenflügel, 4. Stock), 10997 Berlin  
 Aufzug vorhanden  
 U1/U3 Schlesisches Tor Bus 165/265 Falckensteinstraße  
 Ansprechpartnerin: Renate Wolf  
 Telefon: 030 617 970-0  
 ✉ info@fczb.de  
 Information und Beratung  
 Mo, Mi und Do von 9:00 bis 16:30 Uhr,  
 Di und Fr von 9:00 bis 13:00 Uhr

### Sonay - soziales Leben e. V.

Wir befähigen Senior:innen und Jugendliche dazu, sich gegenseitig zu unterstützen.  
 z.B. mit dem Digital Coach - Digitale Teilhabe und Begegnung zwischen Generationen  
 Weitere Informationen: 🌐 sonaysozialesleben.org

### Smartphone-Sprechstunden Angebote finden sie u. a. in diesen Einrichtungen:

- BGS Kadiner (siehe Seite 17) - 14-täglich, Termine erfragen
- BGS Gitschiner (siehe Seite 13) - auch in türkischer Sprache, Termine erfragen
- Nachbarschaftstreff „Wir im Kiez“ (siehe Seite 18), wöchentlich montags 17:00 - 19:00 Uhr, Einzelsprechstunde, nur mit Anmeldung unter 403662100
- STZ F'hain (siehe Seite 17)  
 Smartphone Sprechstunde freitags, 14:00 - 15:30 Uhr, Stadtteilzentrum Friedrichshain, Pauline-Staegemann-Str. 6, 10249 Berlin (noch bis Juli 2026, danach voraussichtlich in der Friedenstraße 32, 10249 Berlin)
- MGH Gneisenaustraße (siehe Seite 14)
- STZ Adalbertstraße (siehe Seite 15)

## Museen, Galerien, Theater

- ❑ **Projektraum in der „Alten Feuerwache“**  
 Marchlewskistr. 6, 10243 Berlin, Tel. 293479426  
 ✉ projektraum@kulturamtfk.de  
 Di - Mi 12.00 - 19.00 Uhr, Do - Fr 12.00 - 20.00 Uhr,  
 Sa - Mo 14.00 - 19.00 Uhr
- ❑ **Studiobühne in der „Alten Feuerwache“**  
 Marchlewskistr. 6, 10243 Berlin, Tel. 293479423  
 ✉ studiobuehne@kulturamtfk.de  
 🌐 www.alte-feuerwache-friedrichshain.de
- ❑ **Galerie im Turm**  
 Frankfurter Tor 1, 10243 Berlin  
 🌐 www.galerie-im-turm.net  
 Mo - Fr 12.00 - 18.00 Uhr, Sa+So 14.00 - 19.00 Uhr
- ❑ **Fotogalerie Friedrichshain (Kulturring Berlin)**  
 Helsingforser Platz 1, 10243 Berlin, Tel. 2961684  
 ✉ fotogalerie@kulturring.berlin  
 🌐 www.fotogalerie.berlin
- ❑ **Ballhaus Naunynstraße**  
 Naunynstr. 27, 10997 Berlin, Tel. 75453725  
 🌐 www.ballhausnaunynstrasse.de
- ❑ **Kunstraum Kreuzberg / Bethanien**  
 Mariannenplatz 2, 10997 Berlin, Tel. 90298-1455  
 🌐 www.kunstraumkreuzberg.de
- ❑ **Künstlerhaus Bethanien**  
 Verwaltung: Regina-Jonas-Str. 41 - 43, 10999 Bln.  
 Tel. 616903-0 🌐 www.bethanien.de  
 Ausstellungen: Kottbusser Str. 10, 10999 Berlin
- ❑ **Jüdisches Museum**  
 Lindenstr. 9 - 14, 10969 Berlin, Tel. 25993300  
 🌐 www.jmberlin.de
- ❑ **FHXB Friedrichshain-Kreuzberg Museum**  
 Adalbertstr. 95a, 10999 Berlin, Tel. 50585233  
 🌐 www.fhxb-museum.de 📷 @fhxb\_museum  
 Di - Do 12.00 - 18.00 Uhr, Fr - So 10.00 - 20.00 Uhr
- ❑ **Berliner Kriminaltheater**  
 Palisadenstr. 48, 10243 Berlin, Tel. 42804242  
 🌐 www.kriminaltheater.de
- ❑ **Eva-Lichtspiele - Filmnachmittage für Ältere**  
 Blissestr. 18, 10713 Berlin, Tel. 92255305  
 🌐 www.eva-lichtspiele.de
- ❑ **Das Museumsportal Berlin** ist die gemeinsame Website der Berliner Museen, Schlösser und Gedenkstätten und regt zu Entdeckungen an.  
 🌐 www.museumsportal.berlin.

# Lebenslanges Lernen

## Bibliotheken

### Stadtbibliothek Friedrichshain-Kreuzberg

Die Stadtbibliothek Friedrichshain-Kreuzberg ist das Informations-, Medien- und Kommunikationszentrum des Bezirks. Die Angebote der Stadtbibliothek sind in den vier Bibliotheksstandorten und rund um die Uhr im Internet als digitale Angebote abrufbar. Zudem bieten die Bibliotheken ein vielfältiges Veranstaltungsprogramm an. Die Nutzung des WLAN in den Räumen der Bibliotheken ist kostenfrei. Ausführliche Informationen, auch zum Veranstaltungsangebot und den aktuellen Öffnungszeiten unter

[www.stadtbibliothek-fk.berlin.de](http://www.stadtbibliothek-fk.berlin.de)

[www.facebook.com/Stadtbibliothek.fk](https://www.facebook.com/Stadtbibliothek.fk)

[info-stadtbibliothek@ba-fk.berlin.de](mailto:info-stadtbibliothek@ba-fk.berlin.de)

Newsletter: [www.berlin.de/stadtbibliothek-friedrichshain-kreuzberg/aktuelles/newsletter-social-media](http://www.berlin.de/stadtbibliothek-friedrichshain-kreuzberg/aktuelles/newsletter-social-media)

### Die Standorte der Stadtbibliothek Friedrichshain-Kreuzberg im Bezirk:

#### Bezirkszentralbibliothek Pablo Neruda

Frankfurter Allee 14A, 10247 Berlin

Tel. 030 90298-5750

#### Besondere Angebote:

Literatur in verschiedenen Sprachen, Comics, Ratgeber, Sprachkurse und Lehrbücher, Literatur in leichter und einfacher Sprache (Deutsch), Zeitungen, Zeitschriften, Kunstwerke (Artothek), Noten und Musikkraum, Hörbücher, Spielfilme, Bibliothek der Dinge, PC-Arbeitsplätze, E-Medien-Sprechstunde: Di 16.30 – 18.30 Uhr (ohne Anmeldung)

#### Mittelpunktbibliothek Wilhelm Liebknecht / Namik Kemal

Adalbertstr. 2, 10999 Berlin, Tel. 030 50585225

#### Besondere Angebote:

Literatur in verschiedenen Sprachen, Comics, Ratgeber, Sprachkurse und Lehrbücher, Literatur in leichter Sprache (Deutsch), Hörbücher, Spielfilme, Zeitungen, Zeitschriften, Bibliothek der Dinge, PC-Arbeitsplätze, E-Book-Reader-Sprechstunde Di 12.00 – 16.00 Uhr (mit Anmeldung)

#### Stadteilbibliothek Friedrich von Raumer

Dudenstr. 18 – 20, 10965 Berlin

Tel. 030 50587613

#### Besondere Angebote:

Literatur in verschiedenen Sprachen, Comics, Hörbücher, Ratgeber, Lernhilfen, Spielfilme, PC-Arbeitsplätze, Bibliothek der Dinge, Digital-Sprechstunde für Senior\*innen

#### Familienbibliothek Else Ury – Pop-Up-Else

Glogauer Str. 13, 10999 Berlin (Hinterhof)

Tel. 0173 6222486

**Besondere Angebote:** Dieser etwas kleinere Bibliotheksabteiler im Containerformat bietet eine aktuelle Auswahl an Medien zur Ausleihe an und funktioniert gleichzeitig als Abholstation für bestellte Medien aus dem Magazin oder anderen Bibliotheken aus dem Verbund der Öffentlichen Bibliotheken Berlins.

### Andere Bibliotheken im Bezirk

#### Amerika-Gedenkbibliothek (ZLB – Zentral- und Landesbibliothek)

Blücherplatz 1, 10961 Berlin

Tel. 030 90226-401

In der Amerika-Gedenkbibliothek finden Sie die Themenbereiche Gesellschaftswissenschaften, Sprache und Literatur, Musik, Theater, Kunst, Reise, Freizeit, Lebensgestaltung sowie die Artothek, Cinemathek und Kinder- und Jugendbibliothek.

Ausführliche Informationen unter:

[www.zlb.de/standorte/amerika-gedenkbibliothek](http://www.zlb.de/standorte/amerika-gedenkbibliothek)

#### ajb gmbh – Alfred-Döblin-Bibliothek im Urban-Krankenhaus

Dieffenbachstraße 1 (im Foyer des Vivantes Klinikum Am Urban, 10967 Berlin

Tel. 030 130223156

Ausführliche Informationen unter:

[www.soziale-unternehmen-berlin.de/ajb-alfred-doeblin-bibliothek/](http://www.soziale-unternehmen-berlin.de/ajb-alfred-doeblin-bibliothek/)

#### Besondere Angebote:

Unterhaltungsliteratur, auch fremdsprachige Titel. Ein Drittel des Bestandes beinhaltet Sachbücher zu Themen wie z. B. Kunst, Geschichte, Psychologie und Medizin. Die Ausleihe ist kostenlos. Für eine geringe Gebühr können antiquarische Bücher erworben werden. Wir freuen uns über Bücherspenden.

### Barrierefreies Lesen

Die Stadtbibliothek Friedrichshain-Kreuzberg und die Zentral- und Landesbibliothek Berlin (ZLB) kooperieren mit dem Deutschen Zentrum für barrierefreies Lesen (dzb lesen) in Leipzig. Das dzb lesen versorgt blinde, seh- und lesebehinderte Menschen kostenfrei mit vielfältigen Informationen und Literatur in Form von Braille- und Großdruck-Texten sowie Hörmedien und vielem mehr.

#### □ Amerika-Gedenkbibliothek

Blücherplatz 1, 10961 Berlin

Bestellung von Medien des dzb lesen über die Fernleihe, Unterstützung bei der Anmeldung beim dzb lesen (Nachweis der Seh- oder Lesebehinderung erforderlich!).

Kontakt: ✉ [dzb@zlb.de](mailto:dzb@zlb.de) / [dzb@zlb.de](mailto:dzb@zlb.de)

#### □ Mittelpunktbibliothek Wilhelm Liebknecht / Namik Kemal

Adalbertstraße 2, 10999 Berlin

Unterstützung bei der Anmeldung beim dzb lesen (Nachweis der Seh- oder Lesebehinderung erforderlich!), DAISY-Hörbücher und ein DAISY-Abspielgerät zu Ausprobieren vor Ort, Ansichtsexemplare des dzb lesen in Großdruck. Kontakt: 030 50585225

### Projekt „Digital-Zebra“

#### - Sicher auf die digitale Seite!

Ganz analog Digitales verstehen können: Ob Smartphone-App, Arzttermin, Behördenvorgang oder auch die digitale Eintrittskarte, die Digital-Lots\*innen im Projekt „Digital-Zebra“ der Öffentlichen Bibliotheken Berlins zeigen Ihnen wie es geht! Die Beratung kann von allen in Anspruch genommen werden und ist kostenlos. Ohne Voranmeldung. Auch für Menschen mit Seh- und Hörschränkung geeignet.

Standorte und Servicezeiten der Digital-Lots\*innen in Friedrichshain-Kreuzberg:

#### □ Bezirkszentralbibliothek Pablo Neruda

Frankfurter Allee 14 a, 10247 Berlin

Service-Zeiten: Di 12:00 – 15:00 Uhr,

Do 15:00 – 18:00 Uhr

#### □ Mittelpunktbibliothek Wilhelm Liebknecht / Namik Kemal

Adalbertstraße 2, 10999 Berlin

Service-Zeiten: Mo, Mi, Fr 12.30 – 16.30 Uhr,

Di 15.00 – 19.00 Uhr,

jeden ersten Sa 11.00 – 15.00 Uhr

#### □ Amerika-Gedenkbibliothek

Blücherplatz 1, 10961 Berlin

Service-Zeiten: Mo 10.00 – 12:00 Uhr u.

13.00 – 16.00 Uhr, Di 11.00 – 13.00 Uhr u.

16.00 – 19.00 Uhr, Mi 11.00 – 13.00 Uhr u.

14.00 – 16.00 Uhr, Fr 11.00 – 13.00 Uhr u.

14.00 – 16.00 Uhr

#### Bibliothek der Dinge

Energiekosten-Messgerät, Boule-Kugeln oder Akkuschauber – bei den Öffentlichen Bibliotheken Berlins können Sie auch Dinge leihen! Möglich mit dem regulären Bibliotheksausweis. Ohne zusätzliche Kosten. So finden Sie das Angebot online:

🌐 [www.berlin.de/stadtbibliothek-friedrichshain-kreuzberg/angebote/highlights/bibliothek-der-dinge-931531.php](http://www.berlin.de/stadtbibliothek-friedrichshain-kreuzberg/angebote/highlights/bibliothek-der-dinge-931531.php)

#### Digitale Angebote der Berliner Öffentlichen Bibliotheken – was ist das?

Mit dem Bibliotheksausweis der Öffentlichen Bibliotheken Berlins erhalten Sie kostenlos Zugriff auf ein breites Angebot digitaler Medien wie E-Books, E-Paper, Filme, Hörbücher, Nachschlagewerke und vieles mehr. Mehr Informationen unter:

🌐 [www.voebb.de/digitale-angebote](http://www.voebb.de/digitale-angebote)

#### www.wissensdurstig.de

Veranstaltungsportal für bildungshungrige Menschen ab 55. Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) betreibt diese Veranstaltungs-Datenbank.



## Volkshochschule

### Bildungsangebote für Jung und Alt!



Ein ermäßigtes Entgelt erhalten u.a. Empfängerinnen und Empfänger von Arbeitslosengeld, Wohngeld und/oder Sozialgeld bei Vorlage entsprechender Nachweise, Menschen mit einem Berechtigungsnachweis. Ausführliche Informationen bei der VHS.

#### □ Standort Friedrichshain





Frankfurter Allee 37, 10247 Berlin  
U-Bhf. Samariterstraße  
Mo 10.00 - 12.00 Uhr  
Di 10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr,  
Do 10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 16.00 Uhr

#### □ Standort Kreuzberg

Wassertorstraße 4, 10969 Berlin  
U-Bhf. Kottbusser Tor, U-Bhf. Prinzenstraße  
Mo 10.00 - 12.00 Uhr  
Di 10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 16.00 Uhr  
Do 10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr  
Das aktuelle Kursprogramm finden Sie auf unserer Homepage  [www.vhs-fk.de](http://www.vhs-fk.de)  
 [info@vhs-fk.de](mailto:info@vhs-fk.de)  
Info-Telefon der VHS 030 90298-4600  
Mo - Fr 10.00 - 12.00 Uhr, Mo - Do 14.00 - 16.00 Uhr



## BAG WiWA in der DGWF e. V.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft Wissenschaftliche Weiterbildung für Ältere (BAG WiWA) ist eine Arbeitsgemeinschaft bzw. eine Sektion der DGWF. In ihr haben sich Einrichtungen, die an Hochschulen wissenschaftliche Weiterbildungsangebote für ältere Erwachsene entwickeln und durchführen, zusammengeschlossen. Sie fördert die bundesweite Weiterentwicklung der Weiterbildung Älterer an Hochschulen.  
 [info@bagwiwa.de](mailto:info@bagwiwa.de),  [www.bagwiwa.de](http://www.bagwiwa.de)

## Impuls-Vorträge der Seniorenuniversität

pro seniores ist ein gemeinnütziger Verein zur Förderung der Seniorenuniversität Berlin e.V., der verschiedene Formate zur Wissenserweiterung anbietet. Die Seniorenuniversität ist eine 1978 etablierte Veranstaltungsreihe auf akademischem Niveau zu aktuellen medizinischen und gesundheitsrelevanten Themen. Sie wird vom Alumni-Bereich der Charité - Universitätsmedizin Berlin verantwortet.



#### □ pro seniores. Verein zur Förderung der Seniorenuniversität Berlin e. V.

Friedrichstr. 95, 10117 Berlin  
Tel. 030 20678415  
(Sitz: Georgenstr. 35, Raum 607, 10117 Berlin)  
Geschäftszeiten: Di, Do 9.00 - 12.00 Uhr  
 [info@proseniores-berlin.de](mailto:info@proseniores-berlin.de)  
 [www.proseniores-berlin.de](http://www.proseniores-berlin.de)

## Technische Universität Berlin

„BANA“ Berliner Modell: Ausbildung für nachberufliche Aktivitäten. Ein Weiterbildungsangebot für Menschen ab 45 Jahre, die nicht berufstätig sind oder nach der aktiven Familienphase mehr Zeit für sich haben. Ziel ist es, das erworbene Wissen in einem konkreten gesellschaftlichen Aufgabenfeld, im Rahmen von bürgerschaftlichem Engagement anzuwenden.



#### □ Nähere Informationen: TU-ZEWK-BANA, Frau Hakelberg, Tel. 030 31425509

 [bana@zewk.tu-berlin.de](mailto:bana@zewk.tu-berlin.de)  
Angebote des Projektlabor BANA e.V.  
 [projektlabor@banastudenten.de](mailto:projektlabor@banastudenten.de)  
Jeden Donnerstag 15.00 - 18.00 Uhr  
Café BANA im Familiengarten  
Oranienstr. 34, 10999 Berlin

## Freie Universität Berlin - Gasthörstudium

Das Gasthörstudium der Freien Universität Berlin ist ein Angebot für das nach- oder nebenberufliche Lernen mit einem großen Spektrum an Bildungsmöglichkeiten - unbürokratisch und auch ohne Abitur.

Anmeldung und weitere Information:  
Tel. 030 83851424

 [gasthoerstudium@fu-berlin.de](mailto:gasthoerstudium@fu-berlin.de)  
 [www.fu-berlin.de/gasthoerstudium](http://www.fu-berlin.de/gasthoerstudium)

## Freie Universität Berlin

Der Offene Hörsaal der Freien Universität Berlin: Interdisziplinäre Ringvorlesungen für die breite Öffentlichkeit

#### □ Weiterbildungszentrum -

##### Geschäftsstelle OFFENER HÖRSAAL

Otto-von-Simson-Straße 13, 14195 Berlin  
Tel. 030 83863325

 [offenerhoersaal@weiterbildung.fu-berlin.de](mailto:offenerhoersaal@weiterbildung.fu-berlin.de)  
 [www.fu-berlin.de/offenerhoersaal](http://www.fu-berlin.de/offenerhoersaal)

## Humboldt-Universität zu Berlin

Öffentliche Ringvorlesungen machen Wissenschaft für alle erfahrbar und bieten die Möglichkeit, diese aus verschiedenen Perspektiven zu erkunden – kostenlos und ohne Voranmeldung.

🌐 [www.hu-berlin.de](http://www.hu-berlin.de)

🌐 [www.hu-berlin.de/open-humboldt/wissenschaft-erleben/veranstaltungsreihen/ringvorlesungen](http://www.hu-berlin.de/open-humboldt/wissenschaft-erleben/veranstaltungsreihen/ringvorlesungen)

## Theater der Erfahrungen

Das Projekt in der Trägerschaft des Nachbarschaftsheimis Schöneberg e.V. wird gefördert durch die Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung sowie den Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband (LV Berlin). Es wurde 1980 von Eva Bittner und Prof. Johanna Kaiser gegründet und ist ein Altenkulturprojekt mit gesamtstädtischem Charakter.

### ☐ Nähere Informationen:

Vorarlberger Damm 1, 12157 Berlin  
Tel. 030 8554206

Leitung: Grit Hösel-İrmak

✉ [theater-der-erfahrungen@nbhs.de](mailto:theater-der-erfahrungen@nbhs.de)

🌐 [www.theater-der-erfahrungen.de](http://www.theater-der-erfahrungen.de)

**Farbcollegium** im STADTEILZENTRUM-Familiengarten des Kotti e.V.

Oranienstr. 34 (HH), 10999 Berlin

Tel. 030 6143556 🌐 [www.kotti-berlin.de](http://www.kotti-berlin.de)

Di 13.00 – 18.00 Uhr

Die erfahrenen Künstlerinnen und Künstler des „Farbcollegiums“ führen Interessierte in die Welt der Collagentechnik der Malerei und des Zeichnens ein.

## Theatergruppe IKARUS

Vier Generationen improvisieren auf der Bühne.

### ☐ Nähere Informationen bei Jens Clausen

Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.,

Urbanstr. 21, 10961 Berlin, Tel. 0178 563 34 92

✉ [ikarus@nhu-ev.org](mailto:ikarus@nhu-ev.org)

🌐 [www.nachbarschaftshaus.de](http://www.nachbarschaftshaus.de)

## Kompetenzzentrum „Offene Altenarbeit“

Das Sozialwerk Berlin e.V. hat gemeinsam mit dem Arbeitskreis „Konzertierte Aktion für Gerontologie in Berlin/Brandenburg“ aus dem anfangs von der Bundesregierung geförderten Modellvorhaben „Kompetenznetz für das Alter“ mit Unterstützung des PARITÄTISCHEN Berlin und aus Stiftungsmitteln des Deutschen Hilfswerk Berlin das Kompetenzzentrum für die „Offene Altenarbeit“ aufgebaut.

Der Leiter des Kompetenzzentrums ist Herr Peter Stawenow.

Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite

🌐 [www.sozialwerk-berlin.de](http://www.sozialwerk-berlin.de)

### ☐ Sozialwerk Berlin e.V. – Käte Tresenreuter-Haus Kompetenzzentrum „Offene Altenarbeit“

Peter Stawenow, Humboldtstr. 12

14193 Berlin, Tel. 030 8911051/-52

✉ [komzen.offene-altenarbeit@gmx.de](mailto:komzen.offene-altenarbeit@gmx.de)

## ZeitZeugenBörse e.V.

Die ZeitZeugenBörse fördert den Dialog zwischen den Generationen.

### ☐ ZeitZeugenBörse e.V.

Togostraße 74, 13351 Berlin, Tel. 44 04 63 78

Bürozeiten: Mo, Mi, Fr 10.00 – 13.00 Uhr

✉ [info@zeitzeugenboerse.de](mailto:info@zeitzeugenboerse.de)

🌐 [www.zeitzeugenboerse.de](http://www.zeitzeugenboerse.de)

📷 [www.instagram.com/zeitzeugenboerse](https://www.instagram.com/zeitzeugenboerse)



**COMPUTERSPIELMUSEUM**  
KARL-MARX-ALLEE 93A, 10243 BERLIN  
TÄGLICH 10-20 UHR  
TELEFON BESUCHERSERVICE:  
+49 30 60988577  
[WWW.COMPUTERSPIELMUSEUM.DE](http://WWW.COMPUTERSPIELMUSEUM.DE)



## Bei Umzug statt Wegwerfen/Neukaufen

- Mit dem Tausch- und Verschenkmarkt Berlin stellt die BSR für Sie eine kostenlose Online-Gebrauchtwarenbörse zur Verfügung.
- In der NochMall, dem BSR-Gebrauchtwarenhaus, bekommen gut erhaltene Dinge ein zweites Leben. Auf 2.500 Quadratmetern finden Sie u. a. Möbel, Kleidung, Elektrogeräte, Haushaltswaren, Spielzeug und Bücher.
- Die Möglichkeit, Sachspenden an karitative Einrichtungen zu geben, die diese i. d. R. kostenlos an Bedürftige weiterreichen.

Diese und weitere Informationen finden Sie unter:

🌐 [www.bsr.de/tausch-und-verschenkmarkt](http://www.bsr.de/tausch-und-verschenkmarkt)

## Wohnen im Alter

Informationen der Senatsverwaltung für Stadtentwicklung, Bauen und Wohnen finden Sie unter:

🌐 [www.berlin.de/sen/wohnen](http://www.berlin.de/sen/wohnen)

## Berliner MieterGemeinschaft e. V.

Geschäftsstelle: Möckernstraße 92, 10963 Berlin

Tel. 030 2168001 🌐 [www.bmgev.de](http://www.bmgev.de)

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo, Di, Do 10.00 – 13.00 Uhr, 14.00 – 17.00 Uhr

Mi 10.00 – 13.00, Fr 10.00 – 13.00, 14.00 – 16.00 Uhr

Unabhängige Sozial- und Mietrechtsberatung:

🌐 [www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/politik-und-verwaltung/aemter/amt-fuer-soziales/artikel.800062.php](http://www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/politik-und-verwaltung/aemter/amt-fuer-soziales/artikel.800062.php)

## Berliner Mieterverein e. V.

### Beratungszentrum Frankfurter Allee

Frankfurter Allee 85, 10247 Berlin

Rollstuhlzugang, Rollstuhl geeignet – bitte klingeln,

Zugang erfolgt begleitet über den Hof

### Beratungszentrum Hermannplatz

Hobrechtstr. 28, 12047 Berlin,

Beratung ohne Terminvereinbarung  
(in beiden Einrichtungen)

Beratung mit Terminvereinbarung:

Wir bieten für Mitglieder ein umfangreiches

Beratungsangebot: Termine Tel. 030 226260

✉ [bmv@berliner-mieterverein.de](mailto:bmv@berliner-mieterverein.de)

🌐 [www.berliner-mieterverein.de](http://www.berliner-mieterverein.de)

## Unabhängige Ombudsstelle

für Mieterinnen und Mieter der landeseigenen Wohnungsunternehmen siehe unter:

🌐 [www.berlin.de/sen/wohnen/siwo](http://www.berlin.de/sen/wohnen/siwo)

## Unabhängige Mietrechtsberatung (kostenfrei)

### □ Asum GmbH

Tel. 030/293 43 10,

✉ [info@asum-berlin.de](mailto:info@asum-berlin.de).

An folgenden Standorten:

→ Familienzentrum FUN Modersohnstraße 46, 10245 Berlin.

Sprechzeiten: montags von 15.00 bis 18.00 Uhr  
(Sprechstunde mit Mietrechtsanwältinnen oder -anwälten).

Terminvereinbarung: Erforderlich.

→ Thaeerstraße 30 D, 10249 Berlin

Sprechzeiten: montags 14 bis 16 Uhr,  
dienstags 14 bis 16 Uhr (ohne Termin).

→ Weidenweg 62, 10247 Berlin (Das Haus)

### □ GESOPLAN

Tel. 030/69504427,

✉ [info@gesoplan.de](mailto:info@gesoplan.de)

Beratung durch Anwälte erfolgt an den Standorten:

→ Bona Peiser

Oranienstraße 72, 10969 Berlin (barrierefreier Zugang)

Sprechzeiten: regelmäßig am Montag

Termine über GESOPLAN

→ Kreuzberger Stadtteilzentrum (barrierefreier Zugang)

Lausitzer Straße 8, 10999 Berlin

Sprechzeiten i. d. R. donnerstags 13.00 bis 17.00 Uhr

Eine Terminvereinbarung ist zwingend erforderlich.

Tel. 030/612 66 66 (Kreuzberger Stadtteilzentrum) oder über Gesoplan.

## Fair Mieten Fair Wohnen

Die Berliner Fachstelle gegen Diskriminierung auf dem Wohnungsmarkt berät und begleitet Betroffene und unterstützt Vermietende, um Diskriminierung zu vermeiden. Termine nach Absprache.

Tel. 030 62731668

✉ [fachstelle@fairmieten-fairwohnen.de](mailto:fachstelle@fairmieten-fairwohnen.de)

🌐 [www.fairmieten-fairwohnen.de](http://www.fairmieten-fairwohnen.de)

## Wohnungstausch

Die sechs landeseigenen Wohnungsbaugesellschaften haben ein Tauschportal. Es wird nur digital angeboten. Informationen finden sich unter:

🌐 [www.inberlinwohnen.de](http://www.inberlinwohnen.de)

# Seniorenwohnungen

## Friedrichshain

- ❑ **WBM-Seniorenwohnhäuser:**
  - Singerstr. 83, 10243 Berlin, Tel. 24715316
  - Koppenstr. 62, 10243 Berlin, Tel. 24715329
  - 🌐 [www.wbm.de](http://www.wbm.de)
- ❑ **Servicewohnen im Hausburgviertel**
  - Thaerstr. 30 - 30C, 10249 Berlin
  - Vermietung: Caritas Altenhilfe GGmbH
  - Tel. 030 41934678
  - 🌐 [www.caritas-altenhilfe.de](http://www.caritas-altenhilfe.de)
- ❑ **Haus Matthiasgärten**
  - Landsberger Allee 32, 10249 Berlin
  - Tel. 030 53695186
  - 🌐 [www.advita.de](http://www.advita.de)

## Kreuzberg

- ❑ **GEWOBAG-Seniorenwohnhaus**
  - Gneisenaustr. 12, Tel. 0800 4708 800
  - 🌐 [www.gewobag.de](http://www.gewobag.de)
- ❑ **Seniorenwohnhäuser (Deutsche Wohnen):**
  - Charlottenstraße 85, 10969 Berlin
  - Köpenicker Str. 191-193, 10997 Berlin
  - Manteuffelstr. 12, 10999 Berlin
  - Service-Telefon: Tel. 897 86 0
  - 🌐 [www.deutsche-wohnen.com](http://www.deutsche-wohnen.com)
- ❑ **Seniorenwohnhaus (HOWOGE):**
  - Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin
  - 🌐 [www.howoge.de](http://www.howoge.de)
- ❑ **Ernst-Piper-Haus**
  - Böckhstr. 22 - 23, 10967 Berlin
  - Tel. 030 6900020
  - 🌐 [www.bethanien-diakonie.de](http://www.bethanien-diakonie.de)
- ❑ **Jerusalemstift**
  - Wrangelstr. 33, 10997 Berlin, Tel. 6122056
- ❑ **Seniorenwohnhaus der Ev. Melancthon-Kirchengemeinde**
  - Graefestr. 36, 10967 Berlin, Tel. 6913065
  - 🌐 [www.evkgk.de/melancthon-kirche](http://www.evkgk.de/melancthon-kirche)
- ❑ **Seniorenwohnhaus Mehringplatz**
  - Mehringplatz 5, 10969 Berlin, Tel. 88588-0
  - Vermietung: Kurfürstendamm Karree GmbH
  - 🌐 [www.kudamm-karree.de](http://www.kudamm-karree.de)



© STZ Familiegärten

**Kostenlose mietrechtliche Beratung** im Auftrag des Bezirksamtes Friedrichshain-Kreuzberg. Wir informieren Sie über Ihre Rechte als Mieter\*innen und die besondere Rechtslage in Millieuschutzgebieten. Wir beraten zum Beispiel **bei Mieterhöhungen, Betriebskostenabrechnungen, Mängeln** und unterstützen Sie bei der **Beantragung von Wohngeld und WBS**. Für Nachfragen und Terminvereinbarungen melden Sie sich telefonisch oder per Mail. Auf unserer Webseite finden Sie alle Beratungsstandorte und Sprechzeiten.

**asum**  
GmbH  
Angewandte Stadtforschung  
und Mieterberatung

Tel. 030 – 29 34 31 0 · [termin@asum-berlin.de](mailto:termin@asum-berlin.de) · [www.asum-berlin.de](http://www.asum-berlin.de)

Berl. Sängerin	Berliner Sozialbehörde (Kurzwort)	in engl.: Raubüberfall	engl. Biersorte Nebenfluss der Elbe	Abk. für Magnetresonanztomograph	Berg in der Türkei	Mitbegründerin der Grauen Panther	Ortsteil von Berlin
Ortsteil von Berlin				7			
Handwerklicher Beruf		1			Karikaturist v. Der Abend Abkürzung für Einzahl		
flott, lebhaft				weiblicher angloamerik. Vorname			
Behauptung				Grundstückbegrenzung			
Teil d. Baums lateinisch: ich			Aktenzeichen ... ungelöst		engl. Artikel	2	
Antilopenart	dt. Fußball-idol (*)	<p>Alt-Berliner Gasthaus</p> <p>Tulchen Hoppe — deftige deutsche Küche — täglich ab 11:30 Uhr für Sie geöffnet — Rathausstraße 25, 10178 Berlin — — (030) 97 00 57 87 —</p>				Vorname des Sängers Humphries	Schlossstadt in Schleswig-Holstein
	5					engl. Abk. für bitte umblättern	
Klischeevorname für einen Ganoven	franz. Adelsprädikat					alt. UFA-Star	
Roman von Stephen King		Gartenhäuschen	franz. Artikel Kfz.-Kennung für Balingen	Pflanzgattungen Symbol für chem. Element Tantal			
Berliner Rockband der 80er	Landschaft in M.-V. Anerkennung			4		Berliner Idiom für gratis, umsonst	Kurzwort für eine Champagner-sorte
				Buch für Sammelzwecke pers. Fürwort			
Kurzwort für ein Metall			Kfz.-Kennung für Eilenburg		Notiz mit etwas Denkwürdigem		
Präposition					Gliedmaßen	6	
Gliederfüßertiere (pl.)	3				Begriff aus dem Tennis		8



## DIE GORILLAS IMPROVISATION BERLIN

Seit 1997 im Ratibor Theater  
www.die-gorillas.de

**Lösungswort:** Rund 29 Millionen Menschen in Deutschland tun es. Wir suchen den Begriff, der freiwillige, unentgeltliche und gemeinwohlorientierte Tätigkeit beinhaltet.

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---



**Drei Gewinner** des Kreuzworträtsels können sich jeweils über eine tolle Kochbroschüre freuen. Einsendungen bis **01.09.2026** an: aperçu Verlagsgesellschaft mbH ✉ info@verlag-apercu.de Gubener Str. 47, 10243 Berlin, **Kenwort: Gemeinsam anders Friedrichshain-Kreuzberg 2026** (Keine Bargeldgewinne. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.)

## EINZIGARTIGER LERN- UND ERINNERUNGSRORT

**Warum müssen Menschen fliehen oder werden vertrieben? Welche Erfahrungen machen sie auf ihren Wegen?** Mitten in Berlin am Anhalter Bahnhof bietet das Dokumentationszentrum einen einzigartigen Lern- und Erinnerungsort zu Flucht, Vertreibung und Zwangsmigration in Geschichte und Gegenwart. Die spektakuläre Architektur von Marte.Marte Architekten führt die denkmalgeschützte Fassade des Deutschlandhauses mit einem markanten Neubau im Inneren zusammen. Der skulptural gestaltete „Raum der Stille“ lädt zum Innehalten und zur Reflexion ein.

**Ausstellungen. Bibliothek & Zeitzeugenarchiv. Bildung & Vermittlung. Veranstaltungen.**

Öffnungszeiten: Di-So 10-19 Uhr Der Eintritt ist frei. 🌐 [www.f-v-v.de](http://www.f-v-v.de)



## DOKUMENTATIONSZENTRUM FLUCHT, VERTREIBUNG, VERSÖHNUNG

DOCUMENTATION CENTRE FOR  
DISPLACEMENT, EXPULSION, RECONCILIATION



S-Bahnhof Anhalter Bahnhof /  
Nahe Potsdamer Platz  
Stresemannstraße 90, 10963 Berlin  
Öffnungszeiten: Di-So 10-19 Uhr  
[www.f-v-v.de](http://www.f-v-v.de)



FLUCHT  
VERTREIBUNG  
VERSÖHNUNG

**DOKUMENTATIONSZENTRUM**



**STZ F1**  
Friedrichstr. 1



**MGH**  
Gneisenaustraße 12



**MGH**  
Wassertorstr. 48



**Bona Peiser**  
Oranienstr. 72



**BGS Gitschiner**  
Gitschiner Str. 38



**Nachbarschaftshaus  
Urbanstraße e. V.**  
Urbanstr. 21



**STZ Familiengarten**  
Oranienstr. 34



**STZ Adalbertstraße**  
Adalbertstr. 23a



**Kreuzberger STZ**  
Lausitzer Str. 8



**BGS Falcke**  
Falckensteinstr. 6



**Kiezanker**  
Cuvyrstr. 13/14



**Dütti-Treff & Dütti-Werkstatt**  
Urbanstraße 48e



**Frauenzentrum Schokoladenfabrik**  
Mariannenstr. 6



**Legende**

**STZ** Stadtteilzentrum

**BGS** Begegnungsstätte

**MGH** Mehrgenerationenhaus



**RuDi**  
Modersohnstr. 55



**Selbsthilfe-Treffpunkt**  
Boxhagener Str. 89



**Bayouma-Haus**  
Frankfurter Allee 110



**BGS Kadiner**  
(Lebensfreude)  
Kadiner Str. 1



**INTEGRAL**  
Begegnungszentrum  
Marchlewskistr. 25e



**14 KPE - Kontaktstelle  
PflegeEngagement**  
Gryphiusstr. 16

**16 Box 66**  
Dolziger Str. 16



**Wir im Kiez**  
Koppensstraße 62



**Seniorenzentrum  
Friedrichshain**  
Singerstr. 83



**STZ Friedrichshain**  
Frieder:  
Friedenstr. 32  
Pauline:  
Pauline-Staegemann-Str. 6



### Berliner Kriminal Theater

Erleben Sie Hochspannung  
im ehemaligen Umspannwerk.Ost  
Palisadenstraße 48, 10243 Berlin  
Tickets 030 47997488



### Ratibor Theater

Improvisations-Theater - seit 1997  
Heimspielstätte der Gorillas  
Cuvyrstr 20a, 10997 Berlin  
Tel. 030 6186199 · ratibortheater.de



### Theater Thikwa

Das Bühnenwunder - berühmt aufregend  
Fidicinstraße 40, 10965 Berlin  
Tickets 030 61202620  
www.thikwa.de



### Theater am Frankfurter Tor

Theater, Kabarett, Lesungen, Konzert, Comedy.  
Theater mit 99 Plätze und feiner Bar.  
Karl-Marx-Str. 133, 10243 Berlin  
www.theater-am-frankfurter-tor.de



### Ballhaus Naunynstraße

Postmigrantisches Theater  
Performance | Tanz | Musik | Theater  
Naunynstraße 27, 10997 Berlin  
www.ballhausnaunynstrasse.de



### Showbühne Berlin

Magie ★ Glanz ★ Akrobatik ★ Comedy ★ Historie  
Glanzvolle Vielfalt am Potsdamer Platz  
Köthener Str. 44, 10963 Berlin  
www.showbuehne.berlin



GUT &amp; GÜNSTIG

## ACHTEN SIE AUF DIESES ZEICHEN

Wir sind Ihr groooooßer  
Spar-Turbo beim täglichen  
**Tiefpreis-Shopping**



Am roten Regaletikett erkennen  
Sie die discountbillig Produkte.  
Diese Produkte gibt es nirgends  
billiger – auch nicht im Discounter!



Sie wollen noch mehr sparen?

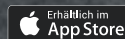
Kein Problem: Entdecken Sie unsere Angebote zum  
sensationalen Tiefpreis und sparen Sie zusätzlich mit  
den Coupons, der DeutschlandCard und Rabattierungen  
der EDEKA APP. Frisch gespart, ist doppelt genossen!



## EDEKA APP EINFACH. MEHR. SPAREN.



EDEKA App kostenlos  
downloaden, anmelden  
und mit **Genusscoupons**  
und **Gutscheinen** einfach  
mehr sparen!



**EDEKA Frankfurter Allee 111 (Ring Center) • 10247 Berlin**

Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 07:00 - 20:00 Uhr

**EDEKA Rigauer Straße 44 • 10247 Berlin**

Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 07:00 - 23:00 Uhr

Herausgeber: Vierte EDEKA-Markt Berlin GmbH, Birkenstraße 4, 15537 Grünheide

## KUNSTGALERIE

### An- und Verkauf

Altgold · Schmuck · Münzen · Barren  
Uhren · Silber · Porzellan · Gemälde

sowie Ankauf von  
Zahngold und Modeschmuck

### Kostenlose Begutachtung von Schmuck und Edelsteinen

Wir zahlen für Ihre schönen  
Schmuckstücke nicht nur den reinen  
Goldpreis, sondern bewerten auch die  
edlen Steine und Handarbeiten.

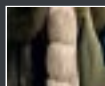


Wir zahlen  
**Höchstpreise**,  
die den täglichen  
Kursen für  
Edelmetalle  
entsprechen.

## ZEHLENDORF

Orientteppiche · Edelsteine  
Bernstein · Platin  
Diamanten · Brillanten  
Zinn · Korallen Historische  
Orden · Bronzefiguren  
Edles Kristall · Luxusuhren  
Luxustaschen · Pelze  
Münzen aller Art · Edle  
Schreibgeräte · Antike Möbel

Bringen Sie uns Ihre alten Schmuckkästchen,  
und wir finden das „versteckte Juwel“!



Pelze



Gold- und  
Silberschmuck



Luxusuhren



Tafelsilber



Altgold



Goldmünzen



Luxus-  
handtaschen



Marken-  
porzellan

**Tel.: 030 23 46 07 25**

**Mobil: 0163 25 7777 1**

Kunstgalerie Zehlendorf UG - Inhaber Harald Rose

ankauf@berliner-kunstgalerie.de  
www.berliner-kunstgalerie.de

Clayallee 343  
14169 Berlin-Zehlendorf

**Öffnungszeiten**  
Mo - Sa 11 - 18 Uhr  
und nach Vereinbarung  
Hausbesuche möglich



# Versicherte Pflege

Sie pflegen einen pflegebedürftigen Angehörigen?  
Dabei sind Sie gesetzlich unfallversichert.

Bei der Unfallkasse Berlin. Ohne Antrag und für  
Sie kostenlos.

➔ [www.unfallkasse-berlin.de/pflegende-angehoerige](http://www.unfallkasse-berlin.de/pflegende-angehoerige)

## Soziale Hilfen

### Bürgerämter

- **Bürgeramt 1: Yorckstr. 4 - 11,**  
10965 Berlin, Haupteingang, 3. Etage  
(U6/U7 - Bhf. Mehringdamm, Bus M19)
- **Bürgeramt 2.0 - Ausbildungsbürgeramt:**  
Schlesische Str. 27 a  
10997 Berlin (Bus 265 - Taborstraße)
- **Bürgeramt 3: Frankfurter Allee 35 - 37**  
10247 Berlin, Eingang B, Haupteingang,  
Parterre links (U5 - Bhf. Samariterstraße)
- **Backoffice**  
Schlesische Str. 27a, 10997 Berlin  
Eingang B, Haupteingang, 4. Etage (Bus 165,  
265 - Taborstraße)

Kontaktaufnahme und Info auch wie folgt:

**Bürgertelefon 115** oder

✉ buergeramt@ba-fk.berlin.de oder

🌐 www.Friedrichshain-Kreuzberg.de

(unter Bürgerservice)

**Eine persönliche Vorsprache ist bei folgenden Dienstleistungen nicht notwendig – ein schriftlicher Antrag ist ausreichend:**

- Beantragung einer Meldebescheinigung
- Auskunfft aus dem Melderegister
- Beantragung von Führungszeugnissen
- Gewerbezentralregisterauskunft
- Abmeldung einer Wohnung
- Antrag auf Wohngeld / auf Erteilung eines Wohnberechtigungsscheins
- Widerspruch gegen Datenübermittlungen und Melderegisterauskünfte

### Grundsicherung (finanzielle Hilfe)

Die Leistung der Grundsicherung nach dem Sozialgesetzbuch - Zwölftes Buch- (SGB XII) im Alter und bei Erwerbsunfähigkeit umfasst den gesamten Bedarf für den notwendigen Lebensunterhalt. Antragsberechtigt sind: Personen, die das 65. Lebensjahr + X Monate vollendet bzw. nachweislich als dauerhaft und voll erwerbsgemindert gelten. Die Höhe des möglichen Leistungsanspruches orientiert sich an den persönlichen Verhältnissen.

Der monatliche Grundbetrag setzt sich aus dem jeweils geltenden Regelsatz und der anerkannten Warmmiete zusammen. Sofern ein Schwerbehindertenausweis oder -bescheid mit dem Merkzeichen

„G“ bzw. „aG“ vorliegt, wird ein Mehrbedarf gewährt. Das anzurechnende Einkommen kann u.a. um Versicherungsbeiträge (z.B. Hausrat-Haftpflicht) verringert werden. Zur Beratung und Antragstellung empfiehlt es sich, über die telefonische Behördennummer 115 einen Termin zu vereinbaren oder uns an den Sprechtagen Montag, Dienstag und Donnerstag von 9.30 bis 11.30 Uhr im Dienstgebäude Yorckstr. 4-11 im Foyer der 2. Etage in der Erstanlaufstelle persönlich aufzusuchen. Vorherige Terminvereinbarung garantiert kürzere Wartezeiten.

### Allgemeine Beratungen

werden angeboten im Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg, Gesundheitsamt, Fachbereich Prävention, Gesundheitsförderung, Gesundheitshilfe für Erwachsene mit den Schwerpunkten:

- 1. Beratungsstelle für Menschen mit Behinderungen, Krebs und chronischen Erkrankungen und/oder
  - 2. Sozialpsychiatrischer Dienst
- Kultursensible Beratung und Unterstützung für Erwachsene mit sozialen und gesundheitlichen Problemlagen, insbesondere für Menschen mit chronischen, körperlichen und psychischen Erkrankungen. Im Bedarfsfall erfolgt die Hinzuziehung von Sprachmittlerinnen und Sprachmittlern. Ihre Kontaktperson richtet sich nach Ihrer Adresse (Straße). Kooperationspartner sind u.a. Verwaltungsdienst im Amt für Soziales, Berliner Krebsgesellschaft, Pflegedienste, ambulante und stationäre Einrichtungen der sozialpsychiatrischen Versorgung, stationäre Einrichtungen der Pflege, Hausärzte, Nervenärzte, Vermieter, Hausverwaltungen, Stiftungen, Job Center u.ä.

- **1. Beratungsstelle für Menschen mit Behinderungen, Krebs und chronischen Erkrankungen**  
Koppenstraße 38-40, 10243 Berlin,  
Tel. 030 90298-8359  
Sprechzeit: Di 9.00 - 12.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

- **2. Sozialpsychiatrischer Dienst**

**Kreuzberg:** Urbanstr. 24, 10967 Berlin (3. OG),  
Anmeldung in Zimmer 311,  
Tel. 030 90298-8400

Sprechzeit: Di 9.00 - 12.00 Uhr u. n. Vereinb.

**Friedrichshain:** Koppenstr. 38-40, 10243 Berlin  
Tel. 030 90298-2770

Sprechzeit: Di 9.00 - 12.00 Uhr u. n. Vereinb.

## Soziale Sicherung

Die soziale Sicherung mildert soziale Benachteiligungen ab, unterstützt bei Notlagen, ermöglicht Teilhabe und hält die Solidargemeinschaft zusammen. Einen Überblick über Leistungsmöglichkeiten finden Sie hier:

🌐 [www.berlin.de/sen/asniva](http://www.berlin.de/sen/asniva)

## Ermäßigungen

Das Land Berlin bietet viele Vergünstigungen für Berlinerinnen und Berliner, die Sozialleistungen beziehen, um die Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben zu erleichtern. Anspruch auf die Vergünstigungen haben Berlinerinnen und Berliner, die Grundsicherungsgeld, Sozialhilfe, Grundsicherung, Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, Wohngeld, Opferrenten nach dem SED-Unrechtsbereinigungsgesetz oder NS-Ausgleichsrenten erhalten.

→ **Öffentlicher Nahverkehr:** Berlin-Ticket S (BVG, S-Bahn, DB Regio)

Das Berlin-Ticket S kann bis vorerst 30.09.2026 mit dem aktuell gültigen Leistungsbescheid, einem gesonderten Leistungsnachweis oder einer gültigen VBB-Kundenkarte Berlin S genutzt werden. Weitere Informationen finden Sie hier:

🌐 [www.berlin.de/sen/soziales/soziale-sicherung/bn-berlin-ticket-s/bn-berlin-ticket-s-faq-1268079.php](http://www.berlin.de/sen/soziales/soziale-sicherung/bn-berlin-ticket-s/bn-berlin-ticket-s-faq-1268079.php)

→ **Kultur:** Informationen zum Drei-Euro-Ticket und andere Preisermäßigungen in öffentlich geförderten Kultureinrichtungen finden sich hier:

🌐 [www.berlin.de/sen/kultur/kulturpolitik/kulturelle-teilhabe/ermaessigungen](http://www.berlin.de/sen/kultur/kulturpolitik/kulturelle-teilhabe/ermaessigungen)

→ **Fairnügen - Berlin vergünstigt erleben**

Über 400 preisreduzierte oder kostenfreie Angebote in Kultur, Sport, Bildung sowie Freizeit sind online im Portal Fairnügen zu finden:

🌐 <https://fairnuegen.berlin.de>

🌐 [https://fairnuegen.berlin.de/all-offers/?category=&district=friedrichshain-kreuzberg&target\\_audience=senior](https://fairnuegen.berlin.de/all-offers/?category=&district=friedrichshain-kreuzberg&target_audience=senior)

## Unabhängige, kostenfreie Sozialberatung

### ☐ Familienzentrum FUN

Modersohnstr. 46, 10245 Berlin  
(barrierefreier Zugang) Tel. 030 2611993  
✉ [sozialberatung@dwbsm.de](mailto:sozialberatung@dwbsm.de)  
🌐 [www.fun-friedrichshain.de/sozialberatung](http://www.fun-friedrichshain.de/sozialberatung)

### ☐ asum GmbH

Thaerstr. 30d, 10249 Berlin, Tel. 030 293 431-0  
✉ [termin@asum-berlin.de](mailto:termin@asum-berlin.de)

### ☐ Kreuzberger Stadtteilzentrum

Lausitzer Str. 8, 10999 Berlin  
(barrierefreier Zugang) Tel. 030 6126666  
Mo 10.00 - 17.00 Uhr, Mi 10.00 - 12.00 und  
14.00 - 17.00 Uhr, Do 10.00 - 17.00 Uhr  
✉ [stadtteilzentrum@nhu-ev.org](mailto:stadtteilzentrum@nhu-ev.org)

### ☐ MGH Wassertor

Wassertorstr. 48, 10969 Berlin  
Tel. 030 61507261  
✉ [sozialberatung@mgh-wassertor.de](mailto:sozialberatung@mgh-wassertor.de)  
🌐 [www.mgh-wassertor.de](http://www.mgh-wassertor.de)  
Mo 13.00 - 18.00 Uhr, Di - Do 12.00 - 18.00 Uhr,  
Fr 12.00 - 17.00 Uhr

### ☐ RuDi Nachbarschaftshaus

Modersohnstraße 55 , 10245 Berlin  
Lena Mischke, Tel. 0157 83513642  
✉ [l.mischke@nhu-ev.org](mailto:l.mischke@nhu-ev.org)  
Vorherige Anmeldung erforderlich

### ☐ Nachbarschaftshaus Urbanstraße

Urbanstr. 21, 10961 Berlin (barrierefreier Zugang), Tel. 030 69049724  
✉ [sozialberatung-nhu@nhu-ev.org](mailto:sozialberatung-nhu@nhu-ev.org)  
Mo 13.00 - 16.00 Uhr, Fr 10.00 - 15.00 Uhr

### ☐ Verein der Eltern aus Kurdistan in Deutschland - Yekmal e.V.

Schönleinstr. 23, 10967 Berlin  
Tel. 030 61625848  
✉ [info@yekmal.de](mailto:info@yekmal.de) 🌐 [www.yekmal.de](http://www.yekmal.de)

## Beratungsstellen für Überschuldete Schuldner- und Insolvenzberatung

in Friedrichshain-Kreuzberg

### ☐ DILAB e.V.-Schuldner- und Insolvenzberatung

Rigaer Straße 103, 10247 Berlin, Hinterhaus,  
Erdgeschoss links, Tel. 030 4227794  
🌐 [www.dilab.de](http://www.dilab.de), ✉ [info@dilab.de](mailto:info@dilab.de)  
Verkehrsverbindung: U5 - Bhf. Frankfurter Tor,  
Straßenbahn M 10 und 21 - Bersarinplatz

- **Arbeiterwohlfahrt Berlin Spree-Wuhle e. V.**  
**in Kooperation mit dem Bezirksamt**  
**Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin**   
 Ritterstr. 3, 10969 Berlin, Tel. 030 25293540  
 ✉ inso@awo-spree-wuhle.de  
 🌐 www.awo-spree-wuhle.de  
 Mo, Di 8.00 - 12.00 Uhr, 13.00 - 16.00 Uhr  
 Mi, Fr 9.00 - 12.00 Uhr  
 Do 8.00 - 12.00 Uhr, 15.00 - 18.00 Uhr  
 Termine nur nach tel. Vereinbarung / Terminvergabe  
 Mi ab 9.30 Uhr, Verwaltung Frau Wulf.  
 Offene Sprechstunde Pfändungsschutzkonto  
 Do 9.00 - 11.00 Uhr (ohne Anmeldung)  
 U8 und U1 Bhf. Kottbusser Tor, Bus M29 und 140
- **Beratungsstelle für Überschuldete**  
**Schuldner- und Insolvenzberatung**  
 Tel. 030 6916078, Fax 030 6938188  
 ✉ info@bfue.de 🌐 www.bfue.de  
 ✉ schuldenberatung@dwbsm.de  
 🌐 www.diakonie-stadtmitte.de  
 Tel. Erreichbarkeit: Mo, Di, Do 9.00 - 16.00 Uhr  
 Die Beratung erfolgt kostenlos und vertraulich!

### LichtBlick Seniorenhilfe e. V.

Der Verein unterstützt Seniorinnen und Senioren z. B. mit Lebensmittelgutscheinen für den Supermarkt, um selbstbestimmt einkaufen zu können, sowie mit finanziellen Soforthilfen, etwa für eine dringend benötigte Brille. Außerdem bieten wir monatliche Patenschaften in Höhe von 35 Euro zur freien Verfügung an.

Voraussetzungen: Sie sind über 60 Jahre alt, beziehen eine deutsche Rente und/oder erhalten ergänzend Wohngeld oder Grundsicherung. Oder: Ihre Rente liegt knapp über der Bemessungsgrenze für Sozialleistungen. Alle Projekte werden ausschließlich durch Spenden finanziert.

Infos & Kontakt: Tel. 0160 5072624  
 ✉ berlin@seniorenhilfe-lichtblick.de  
 🌐 www.seniorenhilfe-lichtblick.de

### Zeugenbetreuung im Amtsgericht Tiergarten/Landgericht Berlin

Wilsnacker Str. 4, 10559 Berlin  
 Tel. 030 90143498  
 Sprechzeiten: Mo - Fr 8.30 - 14.00 Uhr  
 (nur nach telefonischer Vereinbarung)  
 Hier erhalten Opfer und Zeugen einer Straftat am Tag der Verhandlung Hilfe, wenn bereits Anklage erhoben wurde. Angebote: geschütztes Warten, Erklären des Ablaufs und Begleitung in die Verhandlung  
 ✉ zeugenbetreuung@opferhilfe-berlin.de

### Opferhilfe Berlin e. V.

Hier erhalten Sie Rat und Hilfe, wenn Sie Opfer oder Zeuge/in in einer Straftat geworden sind, unabhängig davon, ob die Straftat angezeigt wurde. Oldenburger Str. 38, 10551 Berlin  
 Tel. 030 3952867, Fax 030 39879959  
 Sprechzeiten: Mo - Fr 10.00 - 13.00 Uhr,  
 Di/Do 15.00 - 18.00 Uhr Um Wartezeiten zu vermeiden bitten wir um Terminvereinbarung.  
 ✉ info@opferhilfe-berlin.de  
 🌐 www.opferhilfe-berlin.de

### Rat und Hilfe bei Sehverlust

Sie haben eine Augenerkrankung, zum Beispiel Makula-Degeneration oder Glaukom (Grüner Star)? Wir informieren und beraten Sie und Ihre Angehörigen, wie Sie Ihr Leben trotz Seheinschränkung weitgehend selbstständig gestalten können. Wir sagen Ihnen, welche Hilfsmittel es gibt, wo Sie diese erhalten und wer sie finanziert. Wir bieten außerdem Schulungen zur besseren Orientierung und zur Bedienung von technischen Geräten an. [www.absv.de](http://www.absv.de)



### Allgemeiner Blinden- und Sehbehindertenverein Berlin (ABSv)

Friedrichshain-Kreuzberg, Tel. 89588-0  
 ✉ friedrichshain-kreuzberg@absv.de

## Beratungshilfe

**Was ist Beratungshilfe?** Beratungshilfe wird einkommensschwachen Bürgerinnen und Bürgern gewährt, welche eine anwaltliche Rechtsberatung bzw. eine außergerichtliche anwaltliche Vertretung benötigen. Der Rechtsbeistand erhebt eine Gebühr von 15,- €. In Angelegenheiten des Straf- und Ordnungswidrigkeitenrechts wird Beratungshilfe nur für eine Beratung gewährt. Beratungshilfe kann für jede Angelegenheit nur einmal bewilligt werden. Eine einmal erteilte Beratungshilfe besteht bis zur endgültigen außergerichtlichen Erledigung der Angelegenheit.

**Wie bekommen Sie Beratungshilfe?** In der Rechtsantragsstelle Ihres Wohnortgerichts wird der Antrag geprüft. Dort erhalten Sie einen Beratungshilfeschein, wenn die Voraussetzungen für die Inanspruchnahme von Beratungshilfe vorliegen. Eine persönliche Antragstellung ist nur nach einer vorherigen Terminvereinbarung möglich. Termine können Sie unter Tel. 030 90175 451 in der Zeit von Mo bis Fr 9.00 - 13.00 Uhr vereinbaren oder einen Termin über das Service Portal von berlin.de online buchen. Die Informations- und Rechtsantragsstelle für unseren Bezirk ist das

### ☐ **Amtsgericht Kreuzberg**

im Dienstgebäude des Familiengerichtes  
Hallesches Ufer 62, 10963 Berlin  
Tel. 030 90175451, Zi. F027 (Parterre)

🌐 [www.berlin.de/gerichte/amtsgerecht-kreuzberg](http://www.berlin.de/gerichte/amtsgerecht-kreuzberg)

## Kostenlose Rentenberatung

Versicherungsberater\*innen der Deutschen Rentenversicherung Bund

Stadtteilzentrum (STZ) Adalbertstraße,  
Adalbertstr. 23a, 10997 Berlin

Jeder 2. und 4. Donnerstag im Monat,  
11:00 - 17:00 Uhr

Telefonische Terminvereinbarung:

Tel. 030 695 356 11

E-Mail-Terminvereinbarung:

✉ [stz@awoberlin.de](mailto:stz@awoberlin.de)

Beratungsthemen:

→ Auskunft zu Fragen der gesetzlichen Rentenversicherung

→ Kontenklärung

→ Rentenanträge/Formulare.

## Deutsche Rentenversicherung

### ☐ **Auskunfts- und Beratungsstellen**

Kostenfreie Beratung nach Terminvereinbarung

→ Fehrbelliner Platz 5, 10707 Berlin

Tel. 030 86888-0

✉ [service.in.berlin@drv-bund.de](mailto:service.in.berlin@drv-bund.de)

→ Knobelsdorffstr. 92, 14059 Berlin

Tel. 030 30021805

✉ [service.in.berlin-charlottenburg@drv-berlin-brandenburg.de](mailto:service.in.berlin-charlottenburg@drv-berlin-brandenburg.de)

→ Alle der Kosmonauten 33 F, 12681 Berlin

Tel. 030 30021805

✉ [service.in.berlin-marzahn@drv-berlin-brandenburg.de](mailto:service.in.berlin-marzahn@drv-berlin-brandenburg.de)

### ☐ **Rentenberatung durch ehrenamtliche Versichertenälteste (Unterstützung z. B. bei Rentenanträgen)**

Aktuell helfen Ihnen z. B.

→ Heike Wittmann, Tel. 030 7842943

→ Fatma Erdem, Tel. 030 23467976

→ Ursula Alexander, Tel. 0172 3270277

Termine nach telefonischer Vereinbarung

Weitere Versichertenberatende finden Sie mit dem Link: 🌐 [www.deutsche-rentenversicherung.de/beratung](http://www.deutsche-rentenversicherung.de/beratung) oder

🌐 [www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Beratung-und-Kontakt/v\\_aes\\_berater/versichertenaelfeste\\_versichertenberater\\_node.html](http://www.deutsche-rentenversicherung.de/DRV/DE/Beratung-und-Kontakt/v_aes_berater/versichertenaelfeste_versichertenberater_node.html)

🌐 [www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)

✉ [kundenservice@drv-berlin-brandenburg.de](mailto:kundenservice@drv-berlin-brandenburg.de)

## Die Berliner Hausbesuche in Friedrichshain-Kreuzberg

Das Angebot zielt darauf ab, ältere und hochaltige Menschen frühzeitig auf Unterstützungsangebote aufmerksam zu machen.

Sie haben Interesse an einem Besuch?

Wir laden Sie herzlich ein, die Lotsen für die Berliner Hausbesuche in Friedrichshain-Kreuzberg Katja Imholz und Jörg Weller zu kontaktieren:

Tel. 030 348 003 247

✉ [bhb.friedrichshain-kreuzberg@malteser.org](mailto:bhb.friedrichshain-kreuzberg@malteser.org)

Weitere Infos zu dem berlinweiten Projekt finden Sie hier: 🌐 [www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/berliner-hausbesuche.html](http://www.malteser-berlin.de/angebote-und-leistungen/berliner-hausbesuche.html)

## Betreuungsbehörde

Sofern eine volljährige Person auf Grund einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung ihre rechtlichen Angelegenheiten (teilweise- oder vollständig) nicht mehr selbst erledigen kann und sofern andere Unterstützungsmöglichkeiten (zum Beispiel durch die Erteilung einer Vorsorgevollmacht) nicht ausreichen oder vorhanden sind, kann das Betreuungsgericht nach entsprechender Prüfung für sie eine rechtliche Betreuerin oder einen rechtlichen Betreuer bestellen. Die Bestellung erfolgt durch einen Gerichtsbeschluss, der auch die Aufgabenbereiche bestimmt, für die die Betreuerin oder der Betreuer zuständig ist.

**Allgemeine Betreuungsangelegenheiten:** Hier werden Aufgaben im Vor- und Umfeld von rechtlichen Betreuungen wahrgenommen. Dazu gehören in erster Linie sachverhaltsermittelnde und unterstützende Tätigkeiten für das Betreuungsgericht. Weitere wichtige Angelegenheiten sind u. a.:

- Das Vorschlagen von ehrenamtlichen und beruflichen Betreuer\*innen (nach Eignungsprüfung)
- Beratung/Unterstützung der (ehrenamtlichen) Betreuer bei der Wahrnehmung ihrer Aufgaben
- allgemeine Beratung bei Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen
- Unterschriftsbeglaubigung auf Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen

Die vorstehenden Ausführungen sind verkürzt und leicht verständlich dargestellt. Eine ausführliche Beratung erhalten Sie nach Terminvereinbarung bei: Herrn Sarge (Gruppenleiter)  
Tel. 030 90298-2476

Frau Rahn, Tel. 030 90298-2677

Frau Menden, Tel. 030 90298-2014

## SELBSTHILFE

### SEKIS Berlin

#### (Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle)

Zimmerstr. 26/27 (Eingang D) 10969 Berlin,  
Tel. 030 89028531

✉ sekis@sekis-berlin.de 🌐 www.sekis-berlin.de  
Sprechzeiten: Di 12.30 - 15.30, Do 14.00 - 17.00,  
Fr 9.30 - 12.30 Uhr (außer an gesetzlichen Feiertagen)  
Persönliche Termine nur nach vorheriger Vereinbarung.  
**SEKIS informiert über Selbsthilfe in Berlin, unterstützt Gruppen bei der Gründung oder der Vertretung ihrer Interessen.**

### Selbsthilfe -Treffpunkt Friedrichshain

Boxhagener Str. 89, 10245 Berlin, Tel. 030 2918348  
Mobil | WhatsApp (0151) 18 08 88 61

✉ info@selbsthilfe-treffpunkt.de

🌐 www.selbsthilfe-treffpunkt.de

**Wir beraten Sie persönlich zu Ihren Anliegen und klären mit Ihnen, ob Selbsthilfe und/oder eine andere Form von professioneller Unterstützung für Sie richtig ist. Wir vermitteln Sie an eine Selbsthilfe-Gruppe Ihrer Wahl und informieren Sie über die Arbeitsweise der jeweiligen Gruppe.**

Frau Raue, Tel. Tel. 030 90298-2459

Frau Koppe, Tel. 030 90298-2003

Frau Ortel, Tel. 030 90298-2461

Frau Lorenz, Tel. 030 90298-2460

#### Sprechzeiten Allg. Betreuungsangelegenheiten:

Mo/Do 9.00 - 12.00 Uhr bzw. nach Vereinbarung

**Betreuungsstelle:** Die Mitarbeitenden dieser Stelle führen im Namen des Bezirksamtes rechtliche Betreuungen durch und nehmen innerhalb der festgelegten Aufgabenkreise rechtsgeschäftliche Angelegenheiten wahr.

Familienbetrieb seit 1990

### VORSORGE - EINE SORGE WENIGER

- Verantwortung übernehmen und selbst bestimmen,
- Notwendiges regeln und Ihre Angehörigen entlasten.

*Fordern Sie kostenlos und unverbindlich unsere Informationsschrift an. Als Mitglied der Bestatter-Innung und aus der Tradition meiner Familie bin ich in schweren Stunden für Sie da.*



Tag & Nacht ☎ (030) 971 055 77

## BESTATTUNGEN Barbara Plehn



### Hohenschönhausen

Konrad-Wolf-Straße 33, 13055 Berlin,  
gegenüber dem Ärztehaus

### Friedrichshain

Landsberger Allee 48, 10249 Berlin,  
gegenüber dem Krankenhaus

BSW-Partner

## Lesben, Schwule, Bisexuelle, trans-, intergeschlechtliche und queere Menschen (LSBTIQ)

### Angebote im Bezirk (eine Auswahl):

- „Von allen Ufern“ Stadtteil- und Seniorenangebote**  
**Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg**  
 Veranstaltungsort:  
 BGS Gitschiner, Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin  
**Lesbische und queere Frauen Ü 50**  
 treffen sich jeden 2. und 4. Freitag im Monat um 18.00 zum „Offenen Treff“. Die Themen sind vielfältig. Jede kann Ihre Interessen einbringen: Politisches, Persönliches, Ernstes und Heiteres. Moderation: Ulrike Haase, Tel. 0176 32770224  
**Schwule/Bisexuelle ab 50**  
 treffen sich jeden 1. und 3. Freitag im Monat um 16.00 Uhr zum „Offenen Treff“  
 Zwanglos austauschen & kennenlernen - oder erst mal nur zuhören?  
 Moderation: Dieter Telge Tel. 01702333193 oder ✉ g55plus@gmx.de
- Queere Gemeinschaft für uns alle**  
 Wir QueerGeister haben es uns zum Ziel gemacht, Menschen aus den unterschiedlichen Strömungen der queeren Community näher zusammenzubringen, uns gegenseitig zu empowern und unsere Gemeinschaft zu stärken. Alles weitere unter <https://queergeist.de>
- Stadtteilzentrum (STZ) Adalbertstraße**  
 Adalbertstr. 23a, 10997 Berlin  
 Ansprechperson: Ark Lucia (keine Pronomen)  
 ✉ a.lucia@awo-spree-wuhle.de  
**Queer Späti 60plus**  
 Gruppe im Aufbau - 2. und 4. Mi, 16:00 - 17:30 Uhr: Austausch in einer TINA\* (trans\*, inter\*, nicht-binär, asexuell/agender)-Gruppe 60+. Männlich gelesene TINA\*-Personen sind ausdrücklich willkommen. Vorgespräch bei Ark Lucia gewünscht.  
**LSBTIAQ\* Gruppen**  
 - wie bspw. „König-Dragshow“ und „Brag-Kultur“  
 - sowie FLINTA\*-WoC-Chors treffen sich bei uns im Haus. Veranstaltungen über LSBTIAQ\*-Themen. Generationsübergreifende niedrigschwellige **Verweisberatung für LSBTIAQ\*-Personen**. Wir bieten jährliche Kooperationsprojekte wie die Queere Aktionswochen (QAW).

### Schwules Museum e. V.

Lützowstr. 73, 10785 Berlin, Tel. 030 69599050  
 ✉ kontakt@schwulesmuseum.de  
 🌐 www.schwulesmuseum.de  
 Träger ist der Verein der Freundinnen und Freunde des Schwulen Museums in Berlin.

### Fachstelle LSBTI\*, Altern und Pflege

Angebote zu Beratung, Freizeit, Pflege und Wohnen für LSBTI\*-Senior\*innen. Gesprächskreise unter anderem für ältere schwule Männer und trans\* Personen. Gruppenangebote für ältere lesbische Frauen. Wohnungen und Pflege-WG für LSBTI\*.

### Schwulenberatung Berlin

Ella-Barowsky-Straße 27/28, 10829 Berlin, geöffnet Mo - Fr 10.00 - 18.00 Uhr  
 Kontakt: Dr. Marco Pulver, Tel. 030 44668811  
 ✉ m.pulver@schwulenberatungberlin.de  
 🌐 www.schwulenberatungberlin.de/wir-helfen/fachstelle-lsbt-altern-und-pflege  
 Die Fachstelle informiert über LSBTI\*-sensibilisierte Angebote der psychosozialen oder rechtlichen Beratung, der ehrenamtlichen Begleitung und der Pflege bzw. Pflegeberatung und vermittelt Kontakte zu sensibilisierten Arztpraxen, Krankenhäusern und Psychotherapeut\*innen. Sie berät LSBTI\* sowie deren Angehörige und Wahlfamilien bei Fragen rund ums Alter und bei Pflegebedarf. Es finden u.a. auch Gesprächskreise/Gruppen für ältere schwule Männer und lesbische Frauen statt. Die Fachstelle vermittelt auch Besuche für ältere schwule Männer.

### Fachbereich LSBTI

Landesstelle für Gleichbehandlung - gegen Diskriminierung, Fachbereich für die Belange von Lesben, Schwulen, Bisexuellen, trans- und intergeschlechtlichen Menschen (LSBTI)  
 Salzburger Str. 21 - 25, 10825 Berlin  
 Tel. 030 90133460  
 ✉ geschaeftsstelle.lads@senjustva.berlin.de  
 Telefonische Sprechzeiten für allgem. Anfragen:  
 Mo - Do 9.30 - 15.30 Uhr, Fr 9.30 - 14.00 Uhr  
 🌐 www.berlin.de/lads  
 🌐 www.berlin.de/sen/lads/schwerpunkte/lbsbti/  
 Ansprechperson: Alfonso Pantisano

## Ansprechpersonen für LSBTIQ Polizei Berlin

Kontakt: Anne von Knoblauch  
Columbiadamm 4, 10965 Berlin  
Tel. 030 4664979444

✉ [lsbtiq@polizei.berlin.de](mailto:lsbtiq@polizei.berlin.de)

🌐 [www.berlin.de/polizei/aufgaben/ansprechpersonen-fuer-lsbt](http://www.berlin.de/polizei/aufgaben/ansprechpersonen-fuer-lsbt)

→ Klärung für alle polizeibezogenen Fragen mit LSBTI-Bezug für Behörden, Projekte, Bürgerinnen und Bürger

→ Gewaltprävention, Verhalten nach Straftaten

→ Einsatzunterstützung, Straftatenauswertung

→ Kontaktherstellung, Aus- und Fortbildung

Die Polizei Berlin ist Gründungsmitglied des Berliner Queer-Bündnis des LSVD und Mitglied im „Berliner Toleranzbündnis“ von Maneo.

## Ansprechpersonen LSBTQIA\*

Oberstaatsanwältin Ines Karl und Staatsanwalt Marc-Alexander Liebig sind die Ansprechpersonen für LSBTQIA\* bei der Staatsanwaltschaft Berlin.

Sie nehmen Strafanzeigen auf, beantworten Fragen zum Ermittlungs- und Strafverfahren, vermitteln Betroffene und Hilfesuchende an das zuständige Fachkommissariat des Berliner Landeskriminalamts und stellen - wenn die Betroffenen das wünschen - Kontakt zu passenden Hilfsorganisationen her.

✉ [lsbtqia\\*@sta.berlin.de](mailto:lsbtqia*@sta.berlin.de)

Oberstaatsanwältin Ines Karl

Tel. 030 9014 3526

Staatsanwalt Marc-Alexander Liebig

Tel.030 9014 2706

## Mann-O-Meter e. V.

Berlins schwuler Checkpoint.

Aufklärung, Beratung, Prävention, Gruppen  
Bülowstr. 106, 10783 Berlin, Tel. 030 2168008

### Angebote für schwule Männer 50+

1.und 3. Samstag im Monat 14 Uhr, Freizeit -und Ausgehgruppe 50+

jeden Montag um 17.30 Uhr Spielegruppe

jeden Dienstag ab 17.00 Uhr Café Doppelherz

Beratung zum Thema Entschädigung/Härtefallregelung § 175, § 151.

Ansprechpartner: Bernd Kraft

✉ [bernd.kraft@mann-o-meter.de](mailto:bernd.kraft@mann-o-meter.de)

🌐 [www.mann-o-meter.de](http://www.mann-o-meter.de)

## RuT - Rad und Tat

### Offene Initiative Lesbischer Frauen e. V.

Schillerpromenade 1, 12049 Berlin, Tel. 6214753  
Mo 16.00 - 18.00 Uhr, Di - Do 10.00 - 14.00 Uhr

✉ [post@rut-berlin.de](mailto:post@rut-berlin.de) 🌐 [www.rut-berlin.de](http://www.rut-berlin.de)

Beratungs- und Kulturzentrum für Lesben und andere Frauen in Berlin-Neukölln (seit 1989).

Das RuT richtet sich an Frauen in jedem Alter.

Schwerpunkte sind die Arbeit mit älteren Lesben und mit behinderten Frauen. Mit Bildung, Informationen und Beratung sowie der Präsentation von Frauenkultur in kulturellen und künstlerischen Veranstaltungen trägt das RuT bei zur Sensibilisierung gegenüber lesbischer Lebensweise, Behinderung und Alter. Weitere Projekte sind der Besuchsdienst „Zeit für Dich“ für ältere frauenliebende Frauen, die Nachbarschaftshilfe von und für L-Communities und das Inklusive Queere Zentrum mit Hilfsmittelverleih.

Das inklusive Lesbenwohnprojekt und queere soziokulturelle Zentrum „RuT-Frauen Kultur & Wohnen“ in der Berolinastr. wird von der Rad und Tat Berlin gGmbH aufgebaut und im Sommer 2026 eröffnet. Das barrierefreie Wohnprojekt entsteht in der Berolinastraße in Berlin-Mitte mit 74 bezahlbaren Wohnungen, davon fünf rollstuhlgerecht, einer Pflege-Wohngemeinschaft, Gemeinschaftsräumen, Kiezzastronomie und offenem Veranstaltungssaal. Bezug: Sommer 2026.

## Spinnboden Lesbenarchiv & Bibliothek e. V.

Anklamer Straße 38, 2. Hinterhof / 3. Aufgang  
2. Stock, 10115 Berlin, Tel. 030 4485848

Der Spinnboden ist aus der autonomen Lesbenbewegung der 1970er Jahre in West-Berlin entstanden, um die eigene Geschichte zu bewahren, die sonst in den herrschenden Erinnerungspolitikern an den Rand gedrängt wird. Neben der Archiv- und Bibliothekstätigkeit bieten wir Gruppen und Workshops für gemeinsame Aktivitäten an und organisieren Veranstaltungen zu lesbischen, feministischen und queeren Themen.

Öffnungszeiten: Mi 14.00 - 19.00 Uhr,

Fr 10.00 - 15.00 Uhr

✉ [spinnboden@spinnboden.de](mailto:spinnboden@spinnboden.de)

🌐 [www.spinnboden.de](http://www.spinnboden.de)

Hinweise zur Barrierefreiheit finden sich hier:

🌐 <https://spinnboden.de/kontakt/barriereinfos>

### TransInterQueer e. V.

Gürtelstraße 35, 10247 Berlin, Tel. 030 76952515  
Telefonzeiten: Mo 10.00 - 12.00, Do 14.00 - 16.00

✉ [trig@transinterqueer.org](mailto:trig@transinterqueer.org)

🌐 [www.transinterqueer.org](http://www.transinterqueer.org)

TriQ ist ein soziales Zentrum und eine Selbstvertretungsorganisation von und für trans\*, inter\* und nicht-binäre Personen. Wir setzen uns politisch, kulturell und wissenschaftlich für trans\*, inter\* und nicht-binäre Belange in Berlin und darüber hinaus ein.

TriQ bietet psychosoziale und fachliche Beratung, Gruppentreffen, Fort- und Weiterbildungen, Freizeit- und Unterstützungsangebote, Kunst- und Kulturveranstaltungen, eine Bibliothek und vieles mehr.

### GLADT e. V. - unabhängig, mehrsprachig, queer

Lützowstraße 28, 10785 Berlin (rollstuhlzugänglich)  
Büro: Tel. 030 5876849300

✉ [info@gladt.de](mailto:info@gladt.de) 🌐 [www.gladt.de](http://www.gladt.de)

Beratung ohne Termin: Di/Do 13.00 - 16.00 Uhr

GLADT e.V. ist eine Selbstorganisation von und für erwachsene Schwarze, Indigene und of Color lesbische, schwule, bi+, trans, inter\* und queere Menschen in Berlin. Der Verein engagiert sich gegen Rassismus, Sexismus, Trans- und Queerfeindlichkeit, Ableismus/ Behindertenfeindlichkeit sowie andere Formen von Diskriminierung.

### Queeres Regenbogenfamilienzentrum

Träger: **Trialog gGmbH**

Seumestraße 26, 10245 Berlin, Tel. 030 315117734

✉ [qrzf@trialog-berlin.de](mailto:qrzf@trialog-berlin.de)

🌐 [www.queeres-regenbogenfamilienzentrum-berlin.de](http://www.queeres-regenbogenfamilienzentrum-berlin.de)

Ein sicher wertschätzender Raum für queere Menschen, Familien und Unterstützer\*innen. Egal ob ihr schon Kinder habt, über Kinder nachdenkt, oder selbst noch Kinder oder Jugendliche seid, egal ob ihr genau wisst was ihr braucht oder euch erst orientieren möchtet, bei uns seid ihr willkommen!

### Sonntags-Club e. V.

Greifenhagener Str. 28, 10437 Berlin  
Tel. 030 4497590

S-/U-Bhf. Schönhauser Allee, Tram M1, M13, 12, 50

✉ [info@sonntagsclub.de](mailto:info@sonntagsclub.de) 🌐 [www.sonntags-club.de](http://www.sonntags-club.de)

Öffnungszeiten Büro: Di - Fr 10.00 - 17.00 Uhr,  
Öffnungszeiten Café: tgl von 18.00 - 23.00 Uhr  
Der Sonntags-Club e.V. ist ein Veranstaltungs-, Informations- und Beratungszentrum für Lesben, Schwule, Bisexuelle, trans\*, inter\* und nicht-binäre Menschen. Er ist ein Treffpunkt für alle queeren Menschen sowie für alle Freund\*innen und Interessierte.

Die Beratungsstelle richtet sich an alle Menschen, die sich im LSBTIQA+-Spektrum wiederfinden.

### Lesbenberatung Berlin e.V./LesMigraS

Kulmer Str. 20a, HH, 4. Etage, 10783 Berlin

Tel. 030 2152000 (Die Einrichtung ist rollstuhlge-  
recht und es gibt einen Fahrstuhl.)

✉ [info@lesbenberatung-berlin.de](mailto:info@lesbenberatung-berlin.de)

🌐 [www.lesbenberatung-berlin.de](http://www.lesbenberatung-berlin.de)

Die Lesbenberatung ist ein vielfältiges Team aus Mitarbeiter\*innen und Praktikant\*innen mit unterschiedlichen Qualifikationen in Sozialpädagogik, Psychologie und therapeutischen Ausbildungen. Ebenso wichtig sind verschiedene Lebenserfahrungen. Ein Ort für Lesben, bisexuelle Frauen, trans\*, inter\*, nicht-binäre und queere Menschen. Menschen, die noch nicht sicher sind, als was sie sich fühlen, werden ebenfalls beraten.

### Café kuchus

Fach- und Anlaufstelle LSBTI\* Geflüchtete: psychosoziale, rechtliche und psychologische Beratung der Schwulenberatung Berlin

Wilhelmstr. 115, 10963 Berlin, Tel. 030 446688115

✉ [refugees@sbbberlin.info](mailto:refugees@sbbberlin.info)

Öffnungszeiten: Terminvereinbarung per E-Mail  
oder Di + Do von 14.00 - 18.00 Uhr persönlich

🌐 <https://schwulenberatungberlin.de/angebote/queer-refugees>



### Queere Aktionswoche 28.09. - 16.10.2026

Eine Veranstaltungsreihe mit verschiedener queeren Gruppen, Projekten, Beratungsstellen und Initiativen.

Die Intersektionalität sowie der interkulturelle und intergenerationelle Austausch bilden den Kern unserer Queeren Aktionswochen.

Achtet auf Veröffentlichungen.



# Integration und Migration

## Telefon Doweria – Телефон Доверия;

### Die russischsprachige Telefonseelsorge

24h Tel. 030 440308454

✉ doweria@berliner-telefonseelsorge.de

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter beraten Sie anonym rund um die Uhr.

🌐 www.russische-telefonseelsorge.de

Русско-язычный Телефон Доверия работает круглосуточно. Хорошо подготовленные волонтеры помогут Вам анонимно по номеру.

## Box66

### Das interkulturelle Beratungs- und Begegnungszentrum für Frauen und Familien in Friedrichshain

Träger: VIA-RV Berlin/Brandenburg e.V.

Dolziger Str. 16, 10247 Berlin (Eingang barrierefrei)

Tel. 030 81700540

✉ leitung-box66@via-in-berlin.de

🌐 www.box66berlin.com

→ (MBE) Migrationsberatung (in Sprachen:

→ Spanisch, Portugiesisch, Englisch, Deutsch)

✉ mbe-box66@via-in-berlin.de

→ Berufs- und Weiterbildungsberatung

✉ bwb-box66@via-in-berlin.de

Fahrverbindung: U-Bahn Samariterstr., Tram 21, James-Hobrecht-Str.

## Polnischer Sozialrat e. V.

Wir unterstützen mit breiter Themen- und Methodenkompetenz Menschen, die nach Deutschland gekommen sind – durch Beratung, Schulung, die Einbindung in Freiwilligenarbeit und Betreuung.

Oranienstr. 34, 10999 Berlin, Tel. 030 6151717

🌐 www.polskarada.de

✉ polskarada@polskarada.de

## Caritasverband für das Erzbistum Berlin e. V.

Migrationssozialdienst im Beratungszentrum

Mehringdamm 126, 10965 Berlin

Tel. 030 66633386

✉ msd-am-mehringdamm@caritas-berlin.de

Leitung: Leyla Özgüler-Kalender

Hilfe bei Fragen zu Ausländerrecht/Sozialrecht/Wohnungslosigkeit

🌐 www.caritas.de/adressen/migrationsdienst-kreuzberg/90021

## TIO – Beratungsstelle für Migrantinnen

Köpenicker Str. 9b, 10997 Berlin

Tel. 030 6122050

✉ beratungsstelle@tio-berlin.de

🌐 www.tio-berlin.de

Die Beratungsstelle ist ein Frauenraum und bietet soziale, psychosoziale und Fachberatung gegen häusliche und sexualisierte Gewalt, Zwangsverheiratung, Zwangsehe und Gewalt im Namen der Ehre für Frauen mit Migrations- und Fluchtbiografien jeder Nationalität an.

Telefonische Terminvereinbarung erforderlich:

Erreichbarkeit: Di, Do 10.00 – 18.00 Uhr

und Mi, Fr 9.00 – 17.00 Uhr

→ **Sprachen:** Türkisch, Deutsch, Englisch

## Stadtteilzentrum-Familiengarten des Kotti e. V.

Oranienstr. 34 (HH), 10999 Berlin, Tel. 6143556

✉ stadtteilzentrum@kottiberlin.de

🌐 www.kotti-berlin.de kotti@berlin.de

z. B. Club 2. Frühling, Mi 14.00 – 18.00 Uhr

Gruppenangebote, Inforeihen rund ums Alter und Gesundheit, für türkischsprachige Frauen ab 60.

Sport und Bewegung mit Yogaelementen

Für Frauen 55Plus, Fr 11.00 – 12.00 Uhr

## Muslimischen SeelsorgeTelefons (MuTeS)

Tel. 030 443509821 (täglich 24 Stunden)

🌐 www.mutes.de

✉ info@mates.de



Ein Notruf für die Seele – Ein Gespräch kann Welten öffnen! Die Ehrenamtlichen des MuTeS hören sich verständnisvoll Dein Problem an und unterstützen Dich bei der Suche nach einem individuellen Ausweg. Seien es Eheprobleme, Trauer, Gewalterfahrungen, Sucht oder andere Themen – Du bleibst dabei völlig anonym und Dein Gespräch bleibt vertraulich. Bei MuTeS arbeiten qualifizierte, ehrenamtlich engagierte Muslime zu Deinen Diensten. Wir sind rund um die Uhr für Dich erreichbar.

## Joliba - Interkulturelles Netzwerk in Berlin e.V.

### Familienhilfe-Zentrum & Verwaltung

(Postanschrift/Vereinssitz)

Rigaer Straße 101, 10247 Berlin

Tel. 030 420 19 656, Fax 030 420 19 783

✉ joliba@joliba.de

Beratungs-Center: Görlitzer Str. 70, 10997 Berlin

Tel. 030 610 76 802

✉ beratung@joliba.de

Projekt-Büro: Am Sudhaus 2, 12053 Berlin,

Tel. 030 695 69 144, Fax 030 740 73 969

✉ projektbuero@joliba.de

🌐 www.joliba.de\*www.joliba.de

📷 joliba\_e.v.; sozialrad36

JOLIBA e.V. ist eine wichtige Anlaufstelle für BIPOC, geflüchtete Menschen aus unterschiedlichsten Ländern und afrikanische Familien in Berlin. JOLIBA e.V. begleitet jährlich ca. 900 Menschen mit Familienhilfen in ganz Berlin und bietet Sozialberatung im Beratungs-Center, Görlitzer Str. 70, an.

Zusätzlich bietet JOLIBA e.V. die Teilnahme an wöchentlich stattfindenden Angeboten wie der Nähwerkstatt, dem Friendship-Chor und der Medienwerkstatt sowie regelmäßigen Zusatzangeboten wie Kids-Empowerment-, Literatur-, Sport- und Kulturprojekte an.

## KuB Beratung und Unterstützung für Geflüchtete

Oranienstr. 159, 10969 Berlin, Tel. 030 6149400

✉ kontakt@kub-berlin.org 🌐 www.kub-berlin.org

Kostenlose, vertrauliche Beratung und Hilfe für Geflüchteten in Berlin

## Tam. Interkulturelles Familienzentrum

EJF Gemeinnützige AG

### Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte (MBE) Friedrichshain-Kreuzberg

Wilhelmstr. 116 - 117, 10963 Berlin

Telefonische Erreichbarkeit: Di von 9.00 - 12.00 Uhr

Tel. 030-261 19 93

✉ mb.tam@ejf.de

🌐 www.ejf.de/arbeitsbereiche/hilfe-in-besonderen-lebenssituationen/integration-und-migration/migrationsberatung-fuer-erwachsene-zugewanderte

## To Spiti -

### Beratung - Begegnung - Beteiligung

Morusstr. 18 A, 12053 Berlin

Tel. 030 682477-22/-15, Mo - Mi 10.00 - 15.00 Uhr

✉ tospiti@diakoniewerk-simeon.de

🌐 diakoniewerk-simeon.de/hilfsangebote/beratung-migration/to-spiti-beratung-begegnung-beteiligung

📘 www.facebook.com/ToSpitiDWS

Sie sind neu in Berlin oder leben schon länger hier und haben Fragen zu den Themen Bürgergeld, Grundsicherung, Arbeitslosigkeit, Zugang zum Arbeitsmarkt, Kranken- und Pflegeversicherung, Schwerbehinderung, Rente, Wohnungssuche oder Ähnlichem? To Spiti berät und hilft neuzugewanderten und länger in Berlin lebenden Menschen mit Migrationsgeschichte. Die allgemeine Sozialberatung wird auf Deutsch und Griechisch angeboten und findet im Haus der Begegnung in Neukölln statt. Außerdem gibt es offene Gruppentreffen, Kulturveranstaltungen und ein Bildungsprogramm.

## Türkischer Frauenverein Berlin e.V.

### Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte (MBE) Friedrichshain-Kreuzberg

Jahnstraße 3, 10967 Berlin

✉ mbe@tuerkischerfrauenverein-berlin.de

✉ info@tuerkischerfrauenverein-berlin.de

Tel. 030 28428965 / 030 6923956

Mo/Di/Do 10.00 - 13.00 und 14.00 - 17.00 Uhr

## Berliner Beratungsnetz für Zugewanderte

Das „Berliner Beratungsnetz für Zugewanderte“ (kurz: BfZ) ist eine online-Datenbank mit Beratungsangeboten für zugewanderte Menschen.

🌐 www.beratungsnetz-migration.de

### Migrationsberatung + Bezirk

Mit der Filterfunktion „Bezirk“ können die Beratungsstellen in den Bezirken angezeigt werden. Beispielsweise Migrationsberatung in Friedrichshain-Kreuzberg

🌐 www.beratungsnetz-migration.de/list/l/de/u/arabic



© Stadttell - Seniorengangebote (2)



**Stadtteilzentrum (STZ) Adalbertstraße**

Adalbertstr. 23 a, 10997 Berlin  
 www.begegnungszentrum.org  
 Kostenlose Sozialberatung mit Terminvereinbarung  
 Di. 12.00 - 14.00 Uhr, Do. 14.00 - 16.00 Uhr  
 Telefonische Terminvereinbarung: 030 695 356 11  
 E-Mail-Terminvereinbarung:  
 ✉ stz@awoberlin.de

**• Migrationsozialdienst (MSD)**

Beratungsthemen: Arbeit und Existenzsicherung, Familie und Kinder, Gesundheit und Behinderung, Aufenthalt und Einbürgerung, Bildung und Beruf, Wohnen und Nachbarschaft, Freizeit und Kultur, kostenlose Rechtsberatung, Rente

**• Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer (MBE)**

Beratungsthemen: Deutschkurse, Arbeit und Berufsausbildung, Kinder und Familie, wirtschaftliche Situation, Gesundheit, Alltagsangelegenheiten, Fragen zum Aufenthalt

**• Sprachcafé auf Deutsch** (Do. 16.00 - 19.00 Uhr), Gruppentreffen für Menschen mit Migrations- und Fluchtgeschichte.

**Dütti-Treff & Dütti-Werkstatt**

Urbanstr. 48e, 10967 Berlin, Tel. 030 55956110  
 Mo - Fr 10.00 - 17.00 Uhr  
 Emine Yilmaz (Strategische Leitung)  
 ✉ wds.nachbarschaft@via-in-berlin.de  
 Alia Mohammed (Ko-Leitung Dütti-Treff und Dütti-Werkstatt)  
 ✉ alia.mohammed@via-in-berlin.de  
 www.duetti-treff.de

**südost Europa Kultur e.V.**

Großbeerenstraße 89, 10963 Berlin  
 Tel. 030 2537799-0  
 ✉ info@suedost-ev.de www.suedost-ev.de  
 Fahrverbindung: U-Bahnhof Möckernbrücke  
 Sozialberatung zur Alltagsbewältigung für traumatisierte Flüchtlinge und Zugewanderte insbesondere aus Bosnien und Herzegowina, Serbien, Kroatien und dem Kosovo. (Therapeutische) Gruppen- und Freizeitangebote. Interkultureller Gemeinschaftsgarten Rosenduft im Park am Gleisdreieck für traumatisierte Flüchtlinge und ihre Freund\*innen. Interkulturelle Veranstaltungen.

**52. BERLINER SENIORENWOCHE**  
 27. Juni - 4. Juli 2026  
**Eröffnungsveranstaltung**  
 in der Amerika-Gedenkbibliothek  
 am 27. Juni 2026 Blücherplatz 1, 10961 Berlin

**52. Berliner SENIOREN WOCHE**

**BERLIN**

Mehr Infos unter:  
  
[www.berlin.de/seniorenwoche](http://www.berlin.de/seniorenwoche)

# Menschen mit Behinderungen

## Beauftragte für Menschen mit Behinderungen



Frau Ehrlichmann, Frankfurter Allee 35 - 37  
10247 Berlin, Zi. 2916, Tel. 030 90298-2368

✉ ulrike.ehrlichmann@ba-fk.berlin.de

Sprechstunde nach tel. Vereinbarung

- Ansprechpartnerin für Selbsthilfegruppen und Vereine
- Ansprechpartnerin für Projekte der Behindertenarbeit
- Individuelle Beratung für Menschen mit Behinderungen
- Geschäftsführung des Behindertenbeirats

## Berliner Schlaganfall-Allianz (BSA e. V.)

### Servicepunkt Schlaganfall

Besucheradresse: Campus Charité Mitte, Durchgang Luisenstr. 9, 10117 Berlin-Mitte

Der Servicepunkt Schlaganfall ist die zentrale Beratungsstelle der Berliner Schlaganfall-Allianz e.V./CSB,

Tel. 030 450560-600 (dienstags)

✉ servicepunkt@schlaganfall-allianz.de

Terminsprechstunde: Di 10.00 - 17.00 Uhr

🌐 [www.schlaganfallallianz.de](http://www.schlaganfallallianz.de)

## Beratungsstelle für Menschen mit Behinderungen, Krebs und chronischen Erkrankungen



Koppenstraße 38 - 40, 10243 Berlin (blaue Etage)  
Anmeldung Zimmer 216

Anmeldung für beide Bezirksteile:

Tel. 030 90298-8359

Offene Sprechstunde: Di 9.00 - 12.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

✉ behindertenberatung@ba-fk.berlin.de

## Landesbeauftragte für Menschen mit Behinderungen



Frau Christine Braunert-Rümenapf, Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung

Oranienstraße 106, 10969 Berlin

Tel. Tel. 030 90282918, Fax 030 90283128

✉ LfB@SenASGIVA.berlin.de

🌐 [www.berlin.de/lageso/behinderung/schwerbehinderung-versorgungsamt/ratgeber-inklusion](http://www.berlin.de/lageso/behinderung/schwerbehinderung-versorgungsamt/ratgeber-inklusion)

## Kompetenznetz Schlaganfall

Charité - Universitätsmedizin Berlin

Campus Mitte, Charitéplatz 1, 10117 Berlin,

✉ [info@schlaganfallnetz.de](mailto:info@schlaganfallnetz.de)

🌐 [www.kompetenznetz-schlaganfall.de](http://www.kompetenznetz-schlaganfall.de)

## INTEGRAL Begegnungszentrum

für Menschen mit und ohne Behinderungen

Marchlewskistr. 25 e, 10243 Berlin, barrierefrei

Ansprechpartner: Herr Schwaiblmair

Tel. 030 2960968 / 030 20050620

Öffnungszeiten: Mo - Fr 14.00 - 19.00 Uhr

Fahrverbindung: U-Weberwiese, S-Ostbahnhof,  
Tram Frankfurter Tor, Bus 240, 347

🌐 [www.integral-berlin.de](http://www.integral-berlin.de)

Den Offenen Treff des Begegnungszentrums (Mo bis Fr 14.00 - 19.00 Uhr) nutzen erwachsene Gäste -

im Sommer mit Terrasse und Garten - zum Speisen, Spielen, Schwatzen und Erholen. Das Begegnungszentrum bietet täglich parallellaufende Kurse an.

Ein INTEGRAL Beschäftigungs- und Förderbereich befindet sich auch in den Räumen des Begegnungszentrums in der Zeit von 7.30 - 14.30 Uhr.

Dieses Angebot richtet sich an Menschen mit einer geistigen, körperlichen oder mehrfachen Behinderung (siehe auch Seite 18)

## Beratung zu Teilhabe und Inklusion im Kiez

### RuDi Nachbarschaftshaus

Modersohnstraße 55, 10245 Berlin

Wir beraten unter dem Motto „Kiez inklusiv! leben“  
Nachbarn und Nachbarinnen mit Behinderungen  
und ihre Angehörigen. Wir finden gemeinsam  
Wege für mehr Teilhabe im Kiez.

Fynn Hullmeine, [f.hullmeine@vska.de](mailto:f.hullmeine@vska.de)

Tel. 0176 52708638

Vorherige Anmeldung erforderlich

Mehr Informationen zum Projekt:

🌐 [www.kiez-inklusive-leben.de](http://www.kiez-inklusive-leben.de)

## Barrierefrei Leben in deiner Stadt

Online-Datenbank zur Barrierefreiheit

Berliner Einrichtungen und Infoportal

🌐 [www.mobidat.net](http://www.mobidat.net)

## Netzwerk behinderter Frauen Berlin e. V.



Tempelhofer Damm 160, 12099 Berlin  
Tel. 030 61709167

Beratung, Selbsthilfegruppen, Offene Treffen, Veranstaltungen und politische Interessenvertretung für Mädchen\* und Frauen\* mit Behinderungen/chronischen Erkrankungen.

Telefonische Beratungszeiten: Di 15.00 – 17.00 Uhr  
Do 15.00 – 18.00 Uhr und Fr 11.00 – 14.00 Uhr  
Tel. 030 61709168 / 169

✉ info@netzwerk-behinderter-frauen.berlin  
🌐 www.netzwerk-behinderter-frauen-berlin.de

## VBB Bus & Bahn-Begleitservice

Wenn Sie Hilfe und Unterstützung bei der Nutzung von Bus & Bahn benötigen, geh- oder seheingeschränkt sind oder auch Hilfe an komplizierten Umsteigepunkten benötigen, können Sie diese Dienstleistung gerne in Anspruch nehmen.

So funktioniert der Service: Die Fahrten mit dem VBB Bus & Bahn-Begleitservice können spätestens am Vortag telefonisch angemeldet werden. Auftragsannahme Mo – Fr 9.00 – 16.00 Uhr per Telefon 030 34649940

🌐 VBB.de/begleitservice  
✉ begleitservice@vbb.de

Begleitungen sind Mo-So von 7.00 – 22.00 Uhr möglich. Unter 🌐 VBB.de/begleitservice können Sie sich ein Video zu dieser Dienstleistung ansehen.

## Malteser Brückendienst

Der Dienst ist für Menschen 65+.

Ansprechpartnerinnen: Lilly Parr, Tania Josef  
Tel. 030 348 003 267

✉ brueckendienst.berlin@malteser.org  
🌐 www.malteser.de/standorte/berlin/dienstleistungen/brueckendienst.html

## Mobilitätstraining für Fahrgäste

Sie haben eine Mobilitätseinschränkung und fühlen sich unsicher bei Bus- und Bahnfahrten? Dann kommen Sie zu einem kostenlosen Mobilitätstraining der BVG. Der Kurs unterstützt Menschen mit körperlichen oder sensorischen Behinderungen dabei, mobil zu werden und zu bleiben.

Nähere und aktuelle Auskünfte unter:

Tel. 030 19449 oder 🌐 bvg.de

Stichwort „Mobilitätstraining“, eine Anmeldung ist nur für Gruppen nötig.

## Mobilitätshilfedienst Friedrichshain-Kreuzberg „Mobi-Dienst“

**Draußen spielt das Leben ..... wir bringen Sie hin!**

Ein besonderes Angebot für alle Seniorinnen und Senioren, die in ihrer Mobilität beeinträchtigt sind. Weitere Informationen zu Ablauf und Tarifen unter:

### DRK Berlin Südwest SABB gGmbH

Mobilitätshilfedienst Friedrichshain-Kreuzberg  
Schleiermacherstr. 8, 10961 Berlin  
Tel. 030 69807120, 🌐 www.drk-sz.de  
✉ mobi-dienst@drk-berlin.net

## WirMobil

Der WirMobil-Fahrdienst bietet im Auftrag des Landes Berlin einen Sonderfahrdienst für Menschen mit Behinderungen an. 🌐 www.wirmobil.info

## Schwerbehindertenausweis/Beantragung

Wenn Sie im alltäglichen Leben durch eine aktuelle, dauerhafte oder von Geburt an bestehende Erkrankung stark beeinträchtigt sind, können Sie einen Antrag auf Feststellung einer Behinderung stellen. Voraussetzung ist, dass Sie in Deutschland wohnen oder einer Arbeit nachgehen.

Den Online-Antrag finden Sie unter:

🌐 <https://service.berlin.de/dienstleistung/326173>

## Landesamt für Gesundheit und Soziales

Kundencenter des Versorgungsamtes  
Sächsische Str. 28, 10707 Berlin  
Bürgertelefon 115

Mo – Fr 8.00 – 18.00 Uhr

Postfach 310929, 10636 Berlin

✉ info-service@lageso.berlin.de

🌐 [www.berlin.de/lageso/behinderung/](http://www.berlin.de/lageso/behinderung/)

schwerbehinderung-versorgungsamt

Das Kundencenter ist nur für Terminkunden geöffnet. Link zur Terminbuchung:

🌐 [service.berlin.de/standort/325721](http://service.berlin.de/standort/325721)

oder unter 115

## Allgemeiner Blinden- und Sehbehindertenverein Berlin, gegr. 1874 e. V.

### Geschäftsstelle und Hilfsmittelberatungs- und -verkaufsstelle

Auerbachstr. 7, 14193 Berlin, Tel. 030 89588-0

✉ info@absv.de 🌐 www.absv.de

### Bezirksgruppe Friedrichshain-Kreuzberg Begegnungsstätte „Lebensfreude“

Kadiner Str. 1, 10243 Berlin

✉ friedrichshain-kreuzberg@absv.de

# Sportmöglichkeiten und -informationen für Ältere

## Fachbereich Sport

Informationen erhalten Sie im Schul- und Sportamt, Fachbereich Sport, Friedrichshain-Kreuzberg Frankfurter Allee 35 - 37, 10247 Berlin Aufgang B, 2. Etage, Zi. 2609 - 2612 Sprechzeit mit vorheriger telefonischer Terminvereinbarung  
Tel. 030 90298-4660/-4726 und unter [kurzlinks.de/Sportfoerderung](http://kurzlinks.de/Sportfoerderung)

## LSB

Angebote zum Seniorensport des Landessportbundes finden Sie unter: [lsb-berlin.de/themenwelten/sport-fuer-alle/sport-fuer-aeltere](http://lsb-berlin.de/themenwelten/sport-fuer-alle/sport-fuer-aeltere)

## Schach

- Begegnungsstätte „Lebensfreude“ in Kooperation mit dem SG NARVA Berlin e.V. Abteilung Schach, Informationen erhalten Sie unter [info@narva-schach.de](mailto:info@narva-schach.de)  
[www.narva-schach.de](http://www.narva-schach.de)
- Schach-Club Kreuzberg e.V. Haus des Sports, Böcklerstr. 1, 10969 Berlin Informationen erhalten Sie unter Tel. 030 6159191  
[info@schachclubkrenzberg.de](mailto:info@schachclubkrenzberg.de)  
[www.schachclubkrenzberg.de](http://www.schachclubkrenzberg.de)



## SCL - Sportclub Lebenshilfe Berlin e.V.

Geschäftsstelle Mahlower Str. 27, 12049 Berlin  
Tel. 030 629824-00  
Leiter der Geschäftsstelle: Mario Greßmann  
Sprechzeiten: Di/Do/Fr 9.00 - 16.00 Uhr  
[mailinfo@scl.berlin](mailto:mailinfo@scl.berlin) [www.scl.berlin](http://www.scl.berlin)  
Wir sind ein inklusiver Sportverein. Menschen mit und ohne Behinderung treiben gemeinsam Sport.

## Sport im Park

Sport im Park inklusiv - Bewegungsprogramm für alle wird auch 2026 in Berlin stattfinden. Qualifizierte Übungsleitende aus Berliner Sportvereinen bieten über die gesamte Woche verteilt mehr als 270 Bewegungsangebote in den Berliner Grünanlagen und Parks - unverbindlich und kostenlos - an. Das Thema Inklusion wird dabei großgeschrieben, denn bei Sport im Park inklusiv wird keiner ausgeschlossen. Das Angebot findet vom 01. Mai bis 31. Oktober 2026 statt. „Sport im Park“ ist ein Förderprogramm der Senatsverwaltung für Inneres und Sport. Es hilft Berlinerinnen und Berlinern, sich fit zu machen, sich in Form zu bringen und den Sommer aktiv zu erleben. Zu den kostenlosen Angeboten:

<https://stadtbewegung.de/map/>  
Tel./WhatsApp 030 57703597

[info@stadtbewegung.de](mailto:info@stadtbewegung.de)

[www.stadtbewegung.de](http://www.stadtbewegung.de)

Eine Interaktive Übersicht finden Sie hier:

<https://berlin-bewegt-sich.berlin.de/kalender>

## Vorspiel - Queerer Sportverein Berlin e.V.

Martin-Luther-Str. 56, 10779 Berlin  
Di 15.00 - 19.00 Uhr (telefonisch und vor Ort)  
Mi - Fr 13.00 - 17.00 Uhr (telefonisch und vor Ort)  
mehr als 39 Sportarten, 7 Tage die Woche  
Angebote in vielen Bezirken: Tel. 030 44057740  
[mail@vorspiel-berlin.de](mailto:mail@vorspiel-berlin.de)  
[www.vorspiel-berlin.de](http://www.vorspiel-berlin.de)

## Berliner Gehörlosen-Sportverein 1900 e.V.

Friedrichstr. 12, 10969 Berlin, Tel. 0176 76512223  
[info@berliner-gsv.de](mailto:info@berliner-gsv.de)  
[www.berliner-gsv1900.de](http://www.berliner-gsv1900.de) (Seite wird neu aufgebaut)

## Alle Sportvereine im Bezirk finden Sie unter:

[kurzlinks.de/Sportvereine](http://kurzlinks.de/Sportvereine)

### 30 Jahre überbezirkliches Schachturnier

23.09.2026, 14.00 Uhr in Kooperation mit dem Schach-Club Kreuzberg e.V. Informationen zum Jubiläumsturnier (Ausschreibung, Anmeldung...) [www.schachclubkrenzberg.de](http://www.schachclubkrenzberg.de) oder beachten Sie unsere Veröffentlichungen.

# Schwitzen für die Gesundheit



© Kzenon/AdobeStock

Die Sauna gehört zu den gesundheitlichen und entspannenden Vergnügungen, die sich auch Senioren bis ins hohe Alter gönnen können. Immerhin besuchen 26 Millionen Deutsche die unterschiedlichsten Dampfbäder. Saunieren ist ein Vergnügen, das es schon seit über hundert Jahren in Deutschland gibt. 1932 wurde die erste Einrichtung in Gang gesetzt. Die Idee kam aus Finnland, dem klassischen Sauna-Land, in dem es bereits im 15. Jahrhundert „dampfende Räume“ gab. Schon damals war bekannt, dass das Sauna-Klima, trockene Hitze bis zu 100 Grad Celsius, der Gesundheit zuträglich ist, die Abwehrkräfte stärkt, den Körper von Gift- und Stoffwechselschlacken befreit und das allgemeine Wohlbefinden befördert. Die Rückenmuskulatur entspannt, die Haut beruhigt sich, den Gelenken tut die Wärme gut. Lang anhaltende Effekte sind beim regelmäßigen Saunieren das ganze Jahr über spürbar.

Jeder Neuling sollte langsam beginnen. Erst nach und nach die Aufenthalte in der Sauna erhöhen und vor allem die Ruhephasen einhalten. Drei Saunagänge sind auch für Profis genug. Und außerdem – Stress und Sauna passen nicht zusammen, fürs Schwitzen muss man sich Zeit nehmen. Saunenbesitzer bieten Senioren nicht selten Vormittagstermine zu günstigen Preisen an.

Wer sich erst nach dem 60. Lebensjahr für die Sauna entscheidet, sollte vorsichtshalber vorher seinen Arzt konsultieren, vor allem dann wenn hoher Blutdruck, Asthma, Venenleiden oder Herz-Kreislauf-Beschwerden vorliegen.

## Saunavielfalt für unterschiedliche Bedürfnisse

Die **FINNISCHE SAUNA** ist eine Holzsauna aus Tannen- oder Fichtenholz mit Temperaturen bis 100 Grad Celsius sowie einer niedrigen Luftfeuchtigkeit (ca. 10%). Bei der **DAMPFSAUNA** betragen die durchschnittlichen Temperaturen 35 bis 55 Grad Celsius und die Luftfeuchtigkeit nahezu 100%. Sie ist besonders bekömmlich bei Atemwegserkrankungen.

In der **INFRAROTSAUNA** erhält der Körper eine direkte Energiezufuhr und aktive Wärmestrahlung bei ca. 50 Grad Celsius. Das ist schonend für den Kreislauf.

In der **BIOAUNA** herrschen Temperaturen von 40 bis 50 Grad Celsius und eine Luftfeuchtigkeit von 40 bis 55%. Vielfach wird mit Lichteffekten und Musik gearbeitet. Ein längerer Aufenthalt (45 min.) ist möglich.

**HAMAM** steht für ein typisches türkisches Badehaus, (Männer und Frauen getrennt). Hier gehen Gesundheit und Wellness ein Bündnis ein. Zu Beginn entspannt man sich im Dampfbad bei ca. 40 Grad in ruhiger Atmosphäre, um dann mit speziellen Seifen „geschrubbt“ zu werden. Das regt die Durchblutung an und öffnet die Haut für Massagen mit pflegenden Duftstoffen. Ein Minztee danach für den Wohlfühleffekt.



## Fit im Herzen der Hauptstadt

- Über 100 Kurse indoor & outdoor, von Yoga über Pilates bis Dance, Rückenfit, Cycling, Pilates u.v.m.
- Kurse für Erwachsene, Kinder & Jugendliche
- Helles & modernes Fitness-Studio
- Tennis & Badminton
- Orthopädischer Rehasport & Lungensport

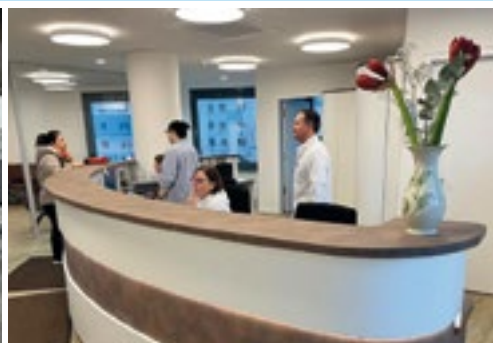




ÄRZTEZENTRUM MediProf  
Lichtenberg  
MVZ für Innere und Allgemeinmedizin  
Kinderheilkunde sowie Gynäkologie



[www.mediprof-lichtenberg.de](http://www.mediprof-lichtenberg.de)



## Willkommen im ARZTEZENTRUM MediProf in Lichtenberg

**MediProf ist Ihre Hausarztpraxis für  
Innere und Allgemeinmedizin, Kinderheilkunde sowie Gynäkologie.**

Unser Ärzteteam von Fachärzten berät Sie präventiv, therapiert und untersucht Sie so vollständig wie möglich; ganz im Sinne Ihrer ganzheitlichen medizinischen Versorgung. Sie können hierbei wählen, ob Sie lieber von einer Ärztin oder einem Arzt untersucht werden wollen.

### ÄRZTEZENTRUM MediProf

Lichtenberg MVZ GmbH

Landsberger Allee 131c  
10369 Berlin

Telefon: 030 257710360

Telefax: 030 257710366

[info@mediprof-lichtenberg.de](mailto:info@mediprof-lichtenberg.de)

### Unsere Sprechzeiten

Mo 08:00 - 13:00      15:00 - 18:00

Di 08:00 - 13:00      15:00 - 18:00

Mi 08:00 - 13:00

Do 08:00 - 13:00      15:00 - 18:00

Fr 08:00 - 14:00

Bitte vereinbaren Sie rechtzeitig  
Ihre Termine mit uns. Vielen Dank!

# Gesundheit

## Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit



### Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg

Yorckstr. 4 - 11, 10965 Berlin

Alexandra Gelbstein

✉ [gesundheit@ba-fk.berlin.de](mailto:gesundheit@ba-fk.berlin.de)

Die bezirkliche Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit (QPK) setzt sich für eine gesundheitsförderliche Gestaltung von Lebensbedingungen der Menschen in unserem Bezirk ein. Im Mittelpunkt stehen vor allem die Stärkung der Gesundheit von Menschen in belasteten Lebenslagen und die Förderung der gesundheitlichen Chancengleichheit.

Besuchen Sie unsere Seite, wenn Sie mehr über unsere Arbeit sowie über präventive und gesundheitsfördernde Maßnahmen in Friedrichshain-Kreuzberg erfahren möchten:

🌐 [www.berlin.de/ba-fk/qpk](http://www.berlin.de/ba-fk/qpk).

Weitere Informationen zu Beratungs- und Hilfsangeboten für Menschen mit psychischen Erkrankungen und/oder Suchterkrankungen sowie für deren Angehörige können Sie unserem Wegweiser „Psychische Gesundheit und Suchthilfe für Friedrichshain-Kreuzberg“ entnehmen:

🌐 [www.berlin.de/ba-fk/qpk/wegweiser-psychsucht](http://www.berlin.de/ba-fk/qpk/wegweiser-psychsucht).

## Bundesministerium für Gesundheit

**Bürgertelefon:** Mo - Mi 8.00 - 16.00 Uhr,

Do 8.00 - 18.00 Uhr, Fr 8.00 - 12.00 Uhr

Fragen zur

→ Krankenversicherung: Tel. 030 340606601

→ Pflegeversicherung: Tel. 030 340606602

→ gesundheitlichen Prävention:  
Tel. 030 340606603

Gebärdentelefon (Videotelefonie):

🌐 [www.gebaerdentelefon.de/bmg](http://www.gebaerdentelefon.de/bmg)

Weitere Informationen finden sie unter:

🌐 [www.bundesgesundheitsministerium.de/service/buergertelefon](http://www.bundesgesundheitsministerium.de/service/buergertelefon)



## Alzheimer Gesellschaft Berlin (AGB) e.V. Selbsthilfe Demenz

Potsdamer Straße 199, 10783 Berlin

Tel. 030890943 57

✉ [info@alzheimer-berlin.de](mailto:info@alzheimer-berlin.de)

🌐 [www.alzheimer-berlin.de](http://www.alzheimer-berlin.de)

Mo 18.00 - 20.00 Uhr, Di 14.00 - 18.00 Uhr,

Mi u. Do 10.00 - 12.00 und 13.00 - 15.00 Uhr

→ **Beratung** - Wir beraten Menschen mit Demenz und Menschen im Umfeld.

→ **Selbsthilfe-Gruppen** - Dort treffen sich Menschen mit einer demenziellen Erkrankung oder An- und Zugehörige von Menschen mit Demenz.

→ **Betreuungs-Börse** - Dabei werden Menschen mit Demenz zuhause besucht oder bei Freizeitaktivitäten begleitet.

→ **Kostenfreie Schulungen** - Wir bieten den Kurs „Hilfe beim Helfen“ für Angehörige und den Einführungskurs „Demenz Partner“ für Interessierte an.

→ **Informationen** - Wir haben hilfreiche Tipps und Kontakt zu weiteren Beratungsstellen.

→ **Veranstaltungen** - Wir bieten regelmäßig Fach-Veranstaltungen an und halten Vorträge.

## Feministisches Frauen GesundheitsZentrum e.V. (FFGZ)

Der Ort für Frauengesundheit - Infos und Beratung

zum Thema Älterwerden und Frauen-Gesundheit,

Bamberger Str. 51, 10777 Berlin,

Tel. 030 2139597

✉ [info@ffgz.de](mailto:info@ffgz.de)

🌐 [www.ffgz.de](http://www.ffgz.de)

📌 [www.facebook.com/FFGZinBerlin](https://www.facebook.com/FFGZinBerlin)

## BIÖG (Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit)

### **Gesund aktiv älter werden**

Die BZgA informiert in ihrem Newsletter regelmäßig über Veranstaltungen und neue Projekte.

🌐 [www.gesund-aktiv-aelter-werden.de](http://www.gesund-aktiv-aelter-werden.de)

## Kliniken

### **Vivantes Klinikum im Friedrichshain**

Landsberger Allee 49, 10249 Berlin  
Tel. 130 230

Das Vivantes Klinikum im Friedrichshain verfügt über 17 medizinische Fachabteilungen und 687 Betten. Pro Jahr werden ca. 81.000 Patienten behandelt, davon etwa 49.000 ambulant und 32.000 stationär.

### **Vivantes Klinikum am Urban**

Dieffenbachstr. 1, 10967 Berlin  
Tel. 130 210

Das Vivantes Klinikum Am Urban verfügt über 12 medizinische Fachabteilungen und 586 Betten. Pro Jahr werden rund 55.000 Patienten behandelt, davon etwa 32.000 ambulant und 23.000 stationär.

🌐 [www.vivantes.de](http://www.vivantes.de)

## Hospiz- und Palliativverband Berlin e.V.

Brabanter Str. 21, 10713 Berlin, Tel. 030 41202875

✉ [hpv@hospiz-berlin.de](mailto:hpv@hospiz-berlin.de)

🌐 [www.hospiz-berlin.de](http://www.hospiz-berlin.de)

## Deutscher Hospiz- und Palliativverband e.V.

Aachener Str. 5, 10713 Berlin

Tel. 030 82007580

✉ [info@dhpv.de](mailto:info@dhpv.de) 🌐 [www.dhpv.de](http://www.dhpv.de)

## Zentrale Anlaufstelle Hospiz

### Infos & Beratung um die Themen Sterben, Tod und Trauer

siehe auch Seite xx

Unionhilfswerk

Richard-Sorge-Str. 21 A, 10249 Berlin

Beratungstelefon Mo, Mi 9.00 – 20.00 Uhr

und Di, Do, Fr 9.00 – 15.00 Uhr

Tel. 030 4071 1113 ✉ [post@hospiz-aktuell.de](mailto:post@hospiz-aktuell.de)

🌐 [www.hospiz-aktuell.de](http://www.hospiz-aktuell.de)

## Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD)

kostenfrei, unabhängig, anonym

Rheinstr. 45–46, 12161 Berlin

Öffnungszeiten:

Mo 9.00 – 13.00 Uhr und 14.30 – 16.30 Uhr

Di 13.00 – 18.00 Uhr, Mi 9.00 – 14.00 Uhr,

Do 14.00 – 18.00 Uhr, Fr nach Vereinbarung

Kostenfreie Beratungsnummer: 0800 0117722

🌐 [www.patientenberatung.de](http://www.patientenberatung.de)

## Patientenbeauftragte

Die Patientenbeauftragte des Landes Berlin ist Ansprechpartnerin für die Anliegen von kranken Menschen, ihren Zugehörigen und Organisationen. Sie setzt sich dafür ein, dass die Interessen von Patientinnen und Patienten in der Versorgung angemessen berücksichtigt werden. Sie informiert und berät über Hilfsmöglichkeiten und Beschwerdewege und nimmt Hinweise auf Versorgungslücken und Anregungen für Verbesserungen auf.

### **Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege**

Patientenbeauftragte für Berlin,

Ursula Gaedigk

Oranienstr. 106, 10969 Berlin

Tel. 030 90282010, Mo – Fr 10.00 – 14.00 Uhr

✉ [patientenbeauftragte@senwgp.berlin.de](mailto:patientenbeauftragte@senwgp.berlin.de)



seit 1888

**Reichenberger  
Apotheke**

Inh. Ilona Durigo

Reichenberger Str. 110 · 10999 Berlin · Tel. 6126843

[info@reichenberger-apotheke.de](mailto:info@reichenberger-apotheke.de)

[www.reichenberger-apotheke.de](http://www.reichenberger-apotheke.de)

Vielsprachige Kompetenz für Ihre Gesundheit in Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch, Arabisch, Türkisch

Nutzen Sie unser homöopathisches Angebot sowie unsere Kräuterapotheke im antiken Ambiente von **1888**

## Gewaltschutzambulanz

Charité – Universitätsmedizin Berlin, **Birkenstraße 62, Eingang Haus N**, 10559 Berlin (barrierefreier Zugang über den Haupteingang des Instituts für Rechtsmedizin)

Tel. 030 450570270

Mo – Fr 8.30 – 15.00 Uhr

✉ [gewaltschutzambulanz@charite.de](mailto:gewaltschutzambulanz@charite.de)

🌐 [www.gewaltschutzambulanz.charite.de](http://www.gewaltschutzambulanz.charite.de)

### Hilfe für Betroffene. Das Wichtigste zuerst:

Lassen Sie Ihre Verletzungen von Ihrem Arzt oder einer Rettungsstelle behandeln, denn in der Gewaltschutzambulanz findet keine medizinische Versorgung statt.

**Was wir benötigen:** Gültiges Ausweisdokument sowie, wenn vorhanden, bereits erstellte ärztliche Befunde, die in Zusammenhang mit der aktuellen Gewalttat stehen, ggf. polizeiliches Aktenzeichen. Vereinbaren Sie unbedingt vorher einen Termin für die rechtsmedizinische Untersuchung und Dokumentation. Für Sie ist die Untersuchung kostenlos. In der Gewaltschutzambulanz der Charité können Sie Ihre Verletzungen durch Gewalt rechtsmedizinisch untersuchen und dokumentieren lassen. Wir erstellen eine rechtsmedizinische Dokumentation Ihrer sichtbaren Verletzungen. Diese besteht aus einem schriftlichen Bericht und Fotos. Dies ist kostenfrei und ohne polizeiliche Anzeige möglich. Wir bieten Ihnen eine rechtsmedizinische Begutachtung und Dokumentation bei:

- Häuslicher Gewalt
- Sexualisierter Gewalt
- Interpersoneller Gewalt
- Gewalt im Dienst
- Kindesmisshandlung

Diese Dokumentation ist gerichtsfest, falls Sie sich für ein Gerichtsverfahren (Straf-, Zivil- oder Familiengericht) entscheiden. Sie selbst bestimmen, ob, wann und wie Sie die Dokumentation nutzen möchten.

Alles geschieht in Absprache mit Ihnen und nur mit Ihrem ausdrücklichen Einverständnis.

Unsere Mitarbeiter\*innen unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht – auch gegenüber der – Polizei und den Gerichten.



© Stadtheil - Seniorenangebote

## BIP – Beschwerde- und Informationsstelle Psychiatrie in Berlin

Grunewaldstr. 82, 10823 Berlin

Tel. 030 789500360, Fax 030 789500363

✉ [info@psychiatrie-beschwerde.de](mailto:info@psychiatrie-beschwerde.de)

🌐 [www.psychiatrie-beschwerde.de](http://www.psychiatrie-beschwerde.de)

Öffnungszeiten / Sprechzeiten:

Mo 10.00 – 14.00 Uhr, Di 14.00 – 18.00 Uhr

Mi 10.00 – 14.00 Uhr (nur telefonische Beratung)

Do 10.00 – 14.00 Uhr

### Anonym – kostenlos – unbürokratisch

Die unabhängige Beschwerdestelle unterstützt Sie, wenn Sie Probleme mit Einrichtungen der psychiatrischen Behandlung oder Betreuung haben. Sie nimmt Beschwerden entgegen, berät und begleitet bei der Klärung von Anliegen.

## Berliner Krisendienst

365 Tage anonym, kostenlos und persönlich

16.00 – 24.00 Uhr, Tel. 030 3906310

außerhalb dieser Zeit besteht ein überregionaler Bereitschaftsdienst, Tel. 030 3906300

Hilfe bei akuten psychosozialen Krisen und bei psychiatrischen Notfällen – kostenlos und anonym.

## Krebsberatung Berlin

Dernburgstr. 59, 14057 Berlin (S-Bahn Messe/Nord)

Tel. 030 89 40 90 40

🌐 [www.krebsberatung-berlin.de](http://www.krebsberatung-berlin.de)

✉ [kontakt@krebsberatung-berlin.de](mailto:kontakt@krebsberatung-berlin.de)

Telefonische Erreichbarkeit:

Mo, Di, Do, Fr 11.00 – 13.00 Uhr, Mi 15.00 – 17.00 Uhr

## „Ich habe wieder Zeit für mich gefunden“

### Frau Schmidt, wie hat sich Ihr Leben durch die Pflege Ihrer Mutter verändert?

Früher war ich viel aktiver – traf mich mit Freundinnen, ging zum Sport, spielte mit den Enkeln.

### Und dann kam alles anders?

Ja, leider. Zuerst ist mein Vater plötzlich verstorben. Kurz darauf brauchte meine Mutter immer mehr Unterstützung. Es war für mich selbstverständlich, dass ich mich um sie kümmere.

### Wie hat sich das auf Ihren Alltag ausgewirkt?

Anfangs waren es Kleinigkeiten, aber ihre Einschränkungen wurden schnell größer. Ich habe immer mehr Zeit für sie aufgewendet. Irgendwann blieb keine Zeit mehr für mich – oder meine Familie.

### Gab es einen Moment, an dem Ihnen alles zu viel wurde?

Irgendwann war ich einfach am Ende meiner Kräfte. Zum Glück hat mir dann eine Kollegin von den Kontaktstellen PflegeEngagement erzählt. Das war ein Wendepunkt für mich. Dort gab es eine sehr nette Mitarbeiterin, die mir wirklich zugehört hat. Sie hat mir Möglichkeiten der Entlastung aufgezeigt und mir eine Pflege-Selbsthilfegruppe empfohlen. Dort habe ich zum ersten Mal andere Menschen getroffen, denen es genauso geht wie mir, und ich hatte das Gefühl: Ich bin nicht allein.



© bilderstock

### Gab es noch weitere Entlastungen?

Ja, zu meiner Mutter kommt nun mehrmals im Monat ein junger Mann, der mit ihr spazieren geht oder beim Einkaufen hilft. Das ist für uns beide eine große Entlastung.

### Und wie geht es Ihnen heute?

Viel besser. Ich habe wieder Zeit für mich und meine Familie. Ich bin sehr dankbar für die Hilfe, die ich bekommen habe – und ich möchte anderen Mut machen, sich frühzeitig Unterstützung zu holen.

### Haben Sie einen Rat für andere?

Warten Sie nicht, bis es zu viel wird. Es ist keine Schwäche, um Hilfe zu bitten – es ist ein Akt der Selbstfürsorge. Ich habe lange gebraucht, um das zu verstehen. Aber ich bin heute dankbar, dass ich diesen Schritt gegangen bin.

### → Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung Kontaktstellen PflegeEngagement Friedrichshain-Kreuzberg

Gryphiusstraße 16, 10245 Berlin

☎ 030 403661125 / 0151 18088868

✉ [kpe@volkssolidaritaet.de](mailto:kpe@volkssolidaritaet.de)

🌐 [www.pflegeselbsthilfe-berlin.de](http://www.pflegeselbsthilfe-berlin.de)

Die Online-Zimmervermittlung für ambulant betreute Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz

mein  
Zuhause  
neues

[www.faw-zimmerbörse.de](http://www.faw-zimmerbörse.de)



Foto: Michael Uhlmann



### Broschüre stellt über 300 Wohn- und Pflegeanlagen in Berlin und Umland vor

In der Broschüre „Wohnen und Leben im Alter“ für das Land Berlin und Umland werden über 300 Wohnanlagen vorgestellt - vom Mehrgenerationen-Wohnprojekt bis zur Seniorenresidenz, vom Seniorenwohnhaus über Pflegeheime mit unterschiedlicher Spezialisierung bis zum Betreuten Wohnen in der eigenen Wohnung oder in einer Wohngemeinschaft. Die Publikation ist erhältlich für 4,- € bei der aperçu Verlagsgesellschaft mbH, Gubener Str. 47, 10243 Berlin, Tel. 030 29371400.

- Die Broschüre kann auch im Online-Shop bestellt werden:

[t1p.de/WIA-apercu](http://t1p.de/WIA-apercu)



**FORUM**<sup>F</sup>  
BERUFSBILDUNG

### FERNLEHRGANG

### Gute Pflege möglich machen

Die Pflegebranche benötigt kompetente Fachkräfte in der Pflegeberatung. Mit unseren Fernlehrgängen und Seminaren im Bereich Pflege können Sie sich parallel zu Familie und Beruf flexibel und unabhängig weiterbilden. [forum-berufsbildung.de](http://forum-berufsbildung.de)

Hier scannen für  
weitere Informationen



Ihr komfortables Zuhause:

## Pflegewohnheim

„Am Kreuzberg“

- Einzelzimmer & Partnersuiten
- viele Freizeitangebote
- Cafés & Geschäfte fußläufig

030 / 3 98 44-0

[pwhkb.anmeldung@unionhilfswerk.de](mailto:pwhkb.anmeldung@unionhilfswerk.de)

Fidicinstraße 2 | 10965 Berlin

[www.unionhilfswerk.de/pwhkb](http://www.unionhilfswerk.de/pwhkb)



©Michele Galassi

 Unionhilfswerk

# Beratung rund um die Pflege

## Hilfe zur Pflege (finanzielle Hilfe)

Die Hilfe zur Pflege nach dem Sozialgesetzbuch – Zwölftes Buch- (SGB XII) ist eine nachrangige Sozialhilfeleistung für pflegebedürftige Personen, deren eigene Mittel (Einkommen/Vermögen) und Leistungen der Pflegekasse nicht ausreichen. Sie umfasst unter anderem häusliche Pflege, Pflegegeld, Tages-/Nachtpflege sowie die stationäre Pflege für Personen mit Pflegegrad. Die Höhe des möglichen Leistungsanspruches orientiert sich an den persönlichen Verhältnissen.

Zur Beratung und Antragstellung empfiehlt es sich, im Vorfeld einen Termin zu vereinbaren oder uns an den Sprechtagen Montag, Dienstag und Donnerstag von 9.30 bis 11.30 Uhr im Dienstgebäude Yorckstr. 4 – 11 persönlich aufzusuchen.

Kontaktaufnahme und Info auch wie folgt:

Bürgertelefon 115

✉ soz.hilfezurpflege@ba-fk.berlin.de

## Pflege in Not - Beratung bei Konflikt und Gewalt in der Pflege

Bergmannstr. 44, 10961 Berlin, Tel. 030 69598989  
Tel. Sprechzeiten: Mo/Mi/Fr 10.00 – 12.00,  
Di 14.00 – 16.00, Do 16.00 – 18.00 Uhr u. n. Vereinb.

→ **Zielgruppe:** Jede/r, der Konflikte und Gewalt in der Pflege erlebt, wie z.B. pfleg. Angehörige, Pflegebedürftige, Beschäftigte in der Pflege

→ **Angebote:** telefonische und psychologische Beratung, Hausbesuche und Vor-Ort-Beratung, Vermittlungsgespräche, Fortbildungen

✉ fbs.pin@ejf.de      🌐 www.pflege-in-not.de

## echt unersetzlich

Bergmannstr. 44, 10961 Berlin, Tel. 030 61202482

→ Onlineberatung, telefonisch und persönlich

→ Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene, die sich um kranke oder behinderte Familienmitglieder kümmern

✉ fbs.eu@efj.de

🌐 www.echt-unersetzlich.de

## Kontaktstelle PflegeEngagement Friedrichshain-Kreuzberg

### Volkssolidarität Berlin e.V.

Gryphiusstr. 16, 10245 Berlin

Tel. 030 403661125 / 0151 18088868

✉ kpe@volkssolidaritaet.de

### Wir unterstützen

siehe auch S. 58

→ Sorgende und pflegende Angehörige

→ Pflegebedürftige Menschen jeden Alters

→ Alleinlebende ältere Menschen

→ Nachbarinnen und Nachbarn, die sich in ihrem Wohnumfeld für andere engagieren wollen

→ Menschen, die ehrenamtlich tätig sein wollen

### Unsere Angebote

→ Gesprächsgruppen für Angehörige

→ Aktivgruppen + Nachbarschaftliche Initiativen

→ Ehrenamtliche Besuchs- und Begleitdienste

→ Schulung, Begleitung, Infoveranstaltungen

Sprechzeit: Di 10.00 – 18.00 Uhr u. n. Vereinb.

🌐 www.pflegeunterstuetzung-berlin.de

		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Wir sind Partner aller Pflegekassen+Sozialämter</li> <li>▪ 24 Stunden qualifizierte Rundumbetreuung</li> <li>▪ Alle Zimmer mit Balkon und Blick auf die Spree</li> </ul>		
<p>Bootsbauerstr. 17 · 10245 Berlin Tel. 26 39 59-0 ✉ heimleitung@haus-an-der-spree.de</p>		<p><b>www.haus-an-der-spree.de</b></p>

## Pflegestützpunkte im Bezirk

In den Pflegestützpunkten wird kostenlos und neutral zu allen Fragen rund um Pflege und Alter, wie z.B. häuslicher Betreuung, Wohnen, Wohnungsanpassung u.v.m., informiert und beraten. Offene Sprechzeiten: Di 9.00–15.00 Uhr und Do 12.00–18.00 Uhr. Termine nach Vereinbarung sind Montag bis Freitag möglich. Auch Videoberatungen sowie Hausbesuche werden angeboten.

→ Pflegestützpunkt: Prinzenstr. 23, 10969 Berlin  
Tel. 030 25700673

✉ kreuzbergost@pspberlin.de

→ Pflegestützpunkt: Wilhelmstr. 138–139  
10963 Berlin, Tel. 030 613760761

✉ kreuzbergwest@pspberlin.de

→ Pflegestützpunkt: Strausberger Platz 13–14  
10243 Berlin, Tel. 0800 26508022660

✉ friedrichshain@pspberlin.de

**Berlinweite Servicenummer:** 0800 5950059  
Mo–Fr 9–18 Uhr kostenfrei erreichbar.

🌐 [www.pflegestuetzpunkteberlin.de](http://www.pflegestuetzpunkteberlin.de)

📷 [www.instagram.com/pflege.fragen](https://www.instagram.com/pflege.fragen)

## Heimaufsicht

Landesamt für Gesundheit und Soziales Berlin  
(LaGeSo)

Postfach 310929, 10639 Berlin (Postanschrift)

Dienstgebäude: Sächsische Straße 28, 10707 Berlin  
Tel. 030 902 29 33 33

✉ [heimaufsicht@lageso.berlin.de](mailto:heimaufsicht@lageso.berlin.de)

🌐 [www.berlin.de/lageso/soziales/heimaufsicht](http://www.berlin.de/lageso/soziales/heimaufsicht)

**Aufgaben:** Überwachung stationärer Einrichtungen für volljährige behinderte oder pflegebedürftige Menschen und betreuter (Pflege-)Wohngemeinschaften; Beratung zu Fragen des Wohnteilhabegesetzes; Bearbeitung von Beschwerden

## Fachstelle für pflegende Angehörige

Schenkendorfstraße 7, 10965 Berlin  
Tel. 030 69598897

✉ [fs.pflegende-angehoerige@ejf.de](mailto:fs.pflegende-angehoerige@ejf.de)

🌐 [www.angehoerigenpflege.berlin](http://www.angehoerigenpflege.berlin)

## Kommissariat für Delikte an Schutzbefohlenen

LKA 123, Keiithstr. 30, 10787 Berlin  
Tel. 030 4664912555

Beratungsschwerpunkt: Gewalt in der Pflege

🌐 [www.berlin.de/polizei/aufgaben/praevention/gewalt/artikel.125035.php](http://www.berlin.de/polizei/aufgaben/praevention/gewalt/artikel.125035.php)



# Liebevolle Pflege,

**kompetent auf Sie abgestimmt.**

- Langzeitpflege
- Verhinderungspflege
- 78 barrierefreie Zimmer – alle mit Balkon
- **Bel Étage** – exklusives Wohnen in stilvollem Ambiente
- Wohnbereich mit Doppelzimmern – ideal für Ehepaare
- vielfältige und individuelle Betreuungsangebote
- ideale Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel in ruhiger Lage

  
**RESIDENZ  
AMBIENTE**

Am Friedrichshain 18  
10407 Berlin-Prenzlauer Berg  
Telefon 030 75658-0  
[berlin.residenz-ambiente.de](http://berlin.residenz-ambiente.de)

**Sozialstationen und Pflegedienste** unterstützen Sie bei der selbstständigen Haushaltsführung, wenn Sie sich aus altersbedingten oder gesundheitlichen Gründen nicht mehr selbst versorgen können. Dadurch kann eine Heimunterbringung vermieden werden. Zudem bieten/vermitteln sie fahrbaren Mittagstisch, hauswirtschaftliche Dienste, Pflegehilfsmittel, Beratung und Hilfe bei Anträgen nach der Pflegeversicherung.

**Tagespflege** entlastet pflegende Angehörige. Mit dem Besuch der pflegebedürftigen Person können stationäre Aufnahmen oft vermieden oder hinausgezögert werden, da die Tagesgäste individuell und an ihre üblichen Lebensgewohnheiten orientierend betreut werden.

**Kurzzeitpflege** kommt dann in Betracht, wenn z.B. vorübergehend die häusliche / teilstationäre Pflege nicht ausreichend oder nicht möglich ist, Umbaumaßnahmen in der Wohnung der/des Pflegebedürftigen erforderlich sind oder noch kein Pflegeheimplatz bzw. ambulanter Pflegedienst gefunden werden konnte. Anspruchsberechtigt sind Pflegebedürftige ab dem Pflegegrad 2.

**Seniorenheime** bieten älteren Menschen ein Zuhause, denen eine eigene Haushaltsführung auf Grund von Krankheit nicht mehr möglich ist. Grundsätzlich können Menschen ab dem 60. Lebensjahr mit einem durch die Pflegekasse bestätigten Pflegegrad Aufnahme finden. Sie können alle Einrichtungen unverbindlich besichtigen.

## Teilstationäre Pflege (Auswahl)

- Kurzzeitpflege im Dr. Harnisch Haus** siehe S. 64/65  
Liebigstraße 39, 10247 Berlin  
Tel. 030 4221930  
🌐 [www.stephanus-wohnen-pflege.de](http://www.stephanus-wohnen-pflege.de)



## Vollstationäre Pflege (Auswahl)

- Stephanus Wohnen & Pflege Dr. Harnisch Haus** siehe S. 64/65  
Liebigstr. 39, 10247 Berlin  
Tel. 030 4221930  
🌐 [www.stephanus-wohnen-pflege.de](http://www.stephanus-wohnen-pflege.de)
- Residenz Ambiente** siehe S. 61  
Am Friedrichshain 18, 10407 Berlin  
Tel. 030 75658-0  
🌐 [www.residenz-ambiente.de](http://www.residenz-ambiente.de)
- Pflegewohnheim „Am Kreuzberg“** siehe S. 59  
Fidicinstraße 2, 10965 Berlin  
Tel. 030 39844-2100  
🌐 [www.unionhilfswerk.de/angebote/pflege/pflegewohnheime/pflegewohnheim-am-kreuzberg/](http://www.unionhilfswerk.de/angebote/pflege/pflegewohnheime/pflegewohnheim-am-kreuzberg/)
- Senioren- und Therapiezentrum „Haus an der Spree“** siehe S. 60  
Bootsbauerstr. 17, 10245 Berlin  
Tel. 030 2639590  
🌐 [www.haus-an-der-spree.de](http://www.haus-an-der-spree.de)
- Vivantes Hauptstadtpflege** siehe S. 63  
Info & Beratung: Tel. 130111809  
→ **Haus Weidenweg**  
Weidenweg 42, 10249 Berlin  
→ **Haus Jahreszeiten**  
Büschingstraße 29, 10249 Berlin  
🌐 [www.vivantes-hauptstadtpflege.de](http://www.vivantes-hauptstadtpflege.de)
- Alten- und Pflegeheim Lutherhaus** siehe S. 65  
Müllenhoffstraße 5, 10967 Berlin  
Tel. 030 200508578  
🌐 [www.mzst.de](http://www.mzst.de)



Haus Jahreszeiten



Haus Weidenweg

## Wohnortnah und individuell Gut leben im Alter



© Reiner Freese

Wer auf Hilfe im Alter angewiesen ist, möchte bei einem Umzug in eine Pflegeeinrichtung in seinem Kiez bleiben. Mit der Vivantes Hauptstadtpflege ist das möglich. Denn mit 18 Hauptstadtpflege Häusern ist Vivantes in Berlin immer in der Nähe.

Das 2004 erbaute **Haus Jahreszeiten** liegt zentral zwischen der Otto-Braun-, der Friedenstraße und der Landsberger Allee. Durch die große Gartenanlage liegt es dennoch in einer grünen Oase. Hier sind auch Bewohner\*innen eingeladen, den Garten mitzugestalten und zu pflegen.

Ziel der Altenpflege bei der Vivantes Hauptstadtpflege ist die Aktivierung der Bewohner\*innen. Vorhandene Fähigkeiten sollen erhalten und unterstützt, verloren gegangene reaktiviert und verbessert werden.

Daneben bietet das Hauptstadtpflege Haus Jahreszeiten einen generationsübergreifenden Singkreis mit einer Grundschule und Kooperationen mit einem Schülerladen sowie einer Seniorenfreizeitstätte im Kiez.

Das **Haus Weidenweg** – zwischen dem U-Bahnhof Frankfurter Tor und dem Bersarinplatz – ist eine großzügig ausgestattete Pflegeeinrichtung, die ganz auf die Bedürfnisse von 122 Senior\*innen ausgerichtet ist: Jeder Wohnbereich ist unterschiedlich farblich gestaltet, individuelle Kennzeichen und Symbole erleichtern so auch Demenzerkrankten die Orientierung. Es gibt liebevoll dekorierte Gemeinschaftsräume, eine Bibliothek und einen kleinen Streichelzoo mit Kaninchen.

Das Haus Weidenweg und das Haus Jahreszeiten sind Mitglied des Gerontopsychiatrischen Verbundes Friedrichshain-Kreuzberg. Bei Interesse können beide Seniorenheime einen Monat lang getestet werden – beim „Wohnen auf Probe“.

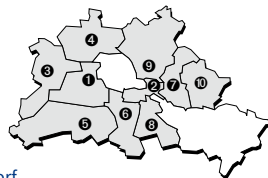
### PFLEGEPLATZANFRAGE

Information & Beratung: Tel. 030 130111809  
Vivantes Forum für Senioren GmbH  
hauptstadtpflege@vivantes.de  
[www.vivantes-hauptstadtpflege.de](http://www.vivantes-hauptstadtpflege.de)

# Vivantes

## HAUPTSTADTPFLEGE

- 1 Charlottenburg-Wilmersdorf
- 2 Friedrichshain
- 3 Spandau
- 4 Reinickendorf
- 5 Steglitz
- 6 Tempelhof
- 7 Lichtenberg
- 8 Neukölln
- 9 Prenzlauer Berg
- 10 Marzahn-Hellersdorf



### Vivantes Hauptstadtpflege (vollstationäre Pflege)

- **Haus Jungfernheide**  
Schweiggerweg 2 – 12 (Charlottenburg)
  - **Haus Wilmersdorf**  
Berkaer Straße 31 – 35 (Wilmersdorf)
  - **Haus Weidenweg**  
Weidenweg 42 (Friedrichshain)
  - **Haus Jahreszeiten**  
Büschingstraße 29 (Friedrichshain)
  - **Haus Dr. Hermann Kantorowicz**  
Schönwalder Straße 50 – 52 (Spandau)
  - **Haus Ernst Hoppe**  
Lanzendorfer Weg 30 (Spandau)
  - **Haus Seebrücke**  
Am Maselakapark 20 (Spandau)
  - **Haus Sommerstraße inkl. Kurzzeitpflege**  
Sommerstraße 25c (Reinickendorf)
  - **Haus Teichstraße**  
Teichstraße 44 (Reinickendorf)
  - **Haus John F. Kennedy**  
Alt-Wittenau 90 – 90a (Reinickendorf)
  - **Haus Leonore**  
Leonorenstr. 17 – 33 (Steglitz)
  - **Haus Franckepark**  
Götzstraße 20a (Tempelhof)
  - **Haus Rhinstraße inkl. Kurzzeitpflege**  
Rhinstraße 105 (Lichtenberg)
  - **Haus Ida Wolff inkl. Kurzzeitpflege**  
Zadekstr. 46 (Neukölln)
  - **Haus Britz**  
Buschkrugallee 139 (Neukölln)
  - **Haus St. Richard**  
Schudomastraße 16 (Neukölln)
  - **Haus Danziger Straße**  
Danziger Str. 245 (Prenzlauer Berg)
  - **Haus Kaulsdorf**  
Münsterberger Weg 96 (Kaulsdorf)
- Vivantes Hauptstadtpflege (Kurzzeitpflege)**
- **Wenckebach Kurzzeitpflege**  
Wenckebachstraße 23 (Tempelhof)

Bewerben Sie sich bei uns. Jetzt!

**Komm ins Team  
Altenpflege!**

[www.hauptstadtpflege-jobs.de](http://www.hauptstadtpflege-jobs.de)



# Willkommen im Dr. Harnisch Haus



Graffiti an der Giebelwand  
des Dr. Harnisch Hauses

**Liebigstr. 39.** Mitten in Friedrichshain, nur eine Minute zu Fuß vom U-Bahnhof Frankfurter Tor entfernt, liegt in einer ruhigen Seitenstraße das Dr. Harnisch Haus. Hier haben 182 pflegebedürftige Menschen in 158 Einzel- und 12 Doppelzimmern ein Zuhause. Davon stehen 16 Plätze für Kurzzeitpflege und 28 Plätze für Menschen mit Demenz zur Verfügung. Benannt ist das Haus nach Pfarrer Wilhelm Harnisch, der Anfang der 1930er Jahre den kirchlichen Widerstand im Kiez organisierte.

## Hotelcharakter in der Kurzzeitpflege

Schön ist es in unserer Kurzzeitpflege- ein bisschen wie Urlaub. Die Gründe für einen Aufenthalt sind unterschiedlich. Einige Gäste kommen aus dem Krankenhaus oder aus einer Reha. Bei uns haben sie die Möglichkeit sich zu erholen, neue Kraft zu tanken, oder sich eine Verschaufpause zu gönnen. Die Kurzzeitpflege im Dr. Harnisch Haus nimmt rund um die Uhr Gäste auf und verfügt über 15 Einzelzimmer und ein Zweibettzimmer, zumeist mit Balkon und Blick in den Garten. Apropos Garten: in unserem Naschgarten können Sie beim Vorbeigehen gerne von den Johannisbeeren kosten oder unsere Hühner und Wellensittiche besuchen.

## Neue Ausstellung: Mein Berlin

Frei zugänglich im Flur des Erdgeschosses des Dr. Harnisch Hauses sind wechselnde Ausstellungen zu sehen. Aktuell wird eine Mitarbeiter-Fotoausstellung zum Thema „Mein Berlin“ gezeigt. Zu sehen sind Bilder vom Lieblingsplatz, dem Nachhauseweg, der Aussicht aus dem Fenster, schöne oder amüsante Momentaufnahmen, historische Fotos und mehr. Kommen Sie gerne vorbei und entdecken noch unbekannte Seiten unserer Hauptstadt.



© Archiv Stephanus-Stiftung

## Sommerfest mit kulturellen Darbietungen

Merken Sie sich schon mal den **5. Juli 2026** vor. Da findet wieder unser großes Sommerfest statt. Bewohner, Angehörige und Gäste erwarten im Garten zahlreiche Attraktionen bei Kaffee, Kuchen & Musik. In diesem Jahr ist das Motto „Ein Kessel Buntes“. Freuen Sie sich mit uns auf einen schönen Nachmittag.



## Unsere Hauszeitung „Harnisch Hausgemacht“

Kennen Sie schon unsere Hauszeitung? Diese erscheint 2 x jährlich. Anders soll sie sein, sich abheben, so das Credo des Redaktionsteams! Aktuelles Zeitgeschehen wechselt sich dabei mit Themen aus der Vergangenheit ab. Die damalige Arbeits- und Lebenswelt unserer Bewohnerinnen und Bewohner spielt dabei eine große Rolle. Wie war es früher, was gab es für Probleme und Sorgen, aber auch was war damals angesagt und was davon wird heute vielleicht sogar vermisst. Rätsel, Buchtipps und natürlich auch Geschichten aus dem Haus machen die Zeitschrift rund. Ich spreche für das gesamte Redaktionsteam, wenn ich sage, jede Ausgabe wird liebevoll zusammengestellt und hofft auf viele interessierte Leserinnen und Leser. Gegen einen geringen Unkostenbeitrag können Sie immer die aktuelle Ausgabe an der Rezeption erwerben. Kommen Sie einfach vorbei, unsere Türen stehen offen.





Mathilde-Zimmer-Stiftung e.V.

Alten- und Pflegeheim  
Lutherhaus - Ein Ort der Vielfalt

Verlässliche Pflege &  
herzliche Betreuung –  
rund um die Uhr



Spezialisierte Pflegebereiche –  
individuell & einfühlsam

Ihre Ansprechpartnerin:

**Einrichtungsleiterin Nicole Schmiedeke**

Müllenhoffstraße 5 • 10967 Berlin

Tel.: 030 - 200 50 85 78

verwaltung.lutherheim@mzst.de • www.mzst.de



## Lutherhaus - Geborgenheit und professionelle Pflege

- Kreuzberger Altbau-Charme mitten im Gräfekiez mit 59 vollstationären Pflegeplätzen auf 5 Etagen Einzel- und Doppelzimmer, teils mit Blick in den lauschigen Innenhof  
**Überschaubar, familiär und lebendig**

- Vielfältige Betreuungsangebote von Montag bis Sonntag. Feiern und Veranstaltungen runden das Angebot ab

**Das Leben bei uns ist bunt und vielseitig**

- Wir legen Wert auf eine ausgewogene, schmackhafte Ernährung und **kochen selbst!** Regional, saisonal und frisch Hausmannskost oder Vegetarisch Smoothies oder selbstgebackene Kuchen

Es gäbe so viel mehr über uns zu sagen...

Lernen Sie uns kennen. **Wir freuen uns auf Sie!**

## Dr. Harnisch Haus in Berlin-Friedrichshain

- Pflegewohnen
- Kurzzeit- u. Verhinderungspflege
- Wohnbereich mit spezieller Betreuung für Menschen mit Demenz
- Stephanus-Hospizdienst

Liebigstraße 39 • 10247 Berlin

Tel. 030 42 21 93 0

harnisch-haus@stephanus.org

[www.stephanus-wohnen-pflege.de](http://www.stephanus-wohnen-pflege.de)



**STEPHANUS**

Wohnen und Pflege

## Stichwortverzeichnis der Inserenten

- **Gute Adressen**
  - EDEKA ..... 37
  - Kunstgalerie (An- und Verkauf von Schmuck, Gold, Uhren, Porzellan usw.) ..... 37
- **Beratung & Hilfe**
  - Allg. Blinden- und Sehbehindertenverein ..... 41
  - Berliner Hausbesuche ..... 66
  - Haltestelle Diakonie ..... 23
  - Mieterberatung..... 31
  - Unfallkasse Berlin..... 38
  - Berliner Herzenseilen (Brieffreunde) ..... 11
- **Politik**
  - Abgeordnete / Parteien ..... 2. USS, 5, 8, 9
- **Fitness & Gesundheit**
  - Apotheken..... 15, 56
  - Ärztzentrum..... 54
  - Sportzentrum ..... 53
- **Kultur, Events, Ausstellungen & Treffpunkte**
  - Berliner Seniorenwoche ..... 49
  - Integral Begegnungszentrum..... 18
  - Computerspielmuseum..... 29
  - Dokumentationszentrum Flucht, Versöhnung, Verreibung ..... 33
- **Pflege & Wohnen**
  - Fernlehrgänge für Pflege ..... 59
  - Seniorenwohnungen ..... 3. USS + 4. USS
  - Hauptstadtpflege..... 63
  - Pflegeheime, Residenzen... 59, 60, 61, 63, 64, 65
  - Tages- und Kurzzeitpflege ..... 62, 64, 65
- **Vorsorge & Abschied**
  - Bestatter ..... 43

USS = Umschlagseite

## Impressum

### Herausgeber:

Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg  
von Berlin, Stadtteil- und Seniorenangebote  
Redaktion: Marion Dörner  
Titelfotos: AdobeStock (Brücke), STZ Adalbertstraße,  
STZ-Familiengarten, Stadtteil- Seniorenangebote

### Realisierung & Anzeigen:






aperçu® Verlagsgesellschaft mbH  
Gubener Str. 47, 10243 Berlin, Tel. 030 29371400  
Anzeigenleitung: K. Burchardt, Tel. 030 29371503  
info@verlag-apercu.de  
www.berlin-broschueren.de

**Druck:** PIEREG Druckcenter Berlin GmbH

**Redaktionsschluss:** 28.05.2026

Nachdruck - auch auszugsweise - oder Fotokopien dürfen nur mit  
Quellenangaben und ausdrücklicher Genehmigung des Heraus-  
gebers und der aperçu® Verlagsgesellschaft mbH erfolgen.

## Zeichenerklärung

-  **Ausgewiesener Behindertenparkplatz**
-  **Parkplatz vorhanden**
-  **Rollstuhlgerecht / Rollstuhlgeeignet**
-  **Besondere Merkmale  
für blinde Personen vorhanden**
-  **Besondere Merkmale für Gehörlose und  
hörbehinderte Personen vorhanden**

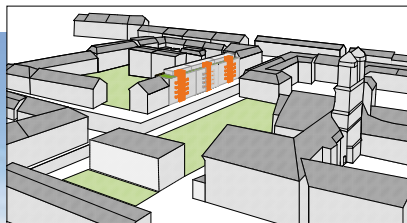
## Projekt „Berliner Hausbesuche“ informiert Ü70 z.B. zu Freizeit, Gesundheit, IT, Finanzen

Für Berlinerinnen und Berliner ab dem 70. Lebensjahr besteht die Möglichkeit sich kostenfrei bei den Expertinnen und Experten des Malteser Hilfsdienst e.V. über Angebote in ihrem Lebensumfeld zu Themen wie Freizeit, Gesundheit, Finanzen, Digitale Geräte und vieles mehr informieren zu lassen.

Vereinbaren Sie Ihren Termin telefonisch montags bis freitags zwischen 9 - 16 Uhr: **Tel. 030-348003-247**  
oder unter ✉ [bhb.friedrichshain-kreuzberg@malteser.org](mailto:bhb.friedrichshain-kreuzberg@malteser.org)

 [www.berliner-hausbesuche.de](http://www.berliner-hausbesuche.de)





In der Mörikestraße 6-10 in Treptow entsteht ein gefördertes Wohnprojekt

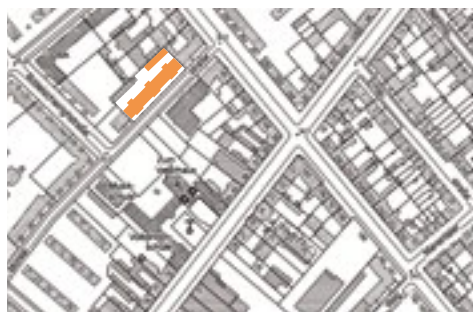
## Seniorenfreundliche Mietwohnungen im Baumschulenkiez

In der ruhigen Mörikestraße 6-10 werden 80 geförderte Mietwohnungen ab September 2026 bezugsfertig sein. Diese Wohnungen eignen sich wegen ihrer Barrierefreiheit auch besonders für Seniorinnen und Senioren.

Öffentliche Grünflächen befinden sich in der Nähe des Wohnprojektes hinter der Volkshochschule und der Kirche zum Vaterhaus. Im Innenhof entstehen Spielflächen und Verweilmöglichkeiten für die Bewohnerinnen und Bewohner.

In der nahen Baumschulenstraße gibt es alle Versorgungseinrichtungen und der S-Bahnhof Baumschulenweg ist in 10 Gehminuten zu erreichen. Auch Schulen und Kitas sind fußläufig zu erreichen, und der Plänterwald mit Waldspielplatz, Plansche, Möglichkeiten zum Spazieren gehen und Joggen ist nicht fern.

Die Mietpreise für die Wohnungen liegen zwischen 7,00 € und 11,50 € je m<sup>2</sup>. Für die Anmietung einer Wohnung ist die Vorlage eines Wohnberechtigungsscheins (WBS 140 oder WBS 220) Voraussetzung, wozu das Wohnungsamt und der Vermieter gerne beraten. Es werden alle Wohnungsgrößen von 1-Zimmer bis 4-Zimmer angeboten.



Berlin - Mörikestraße 6 - 8 - 10

Mit den eingebauten Liften eignen sich die Wohnungen auch gut für Seniorinnen und Senioren. Dank des vorgesehenen Raumes mit Küche für die Hausgemeinschaft dürften sich die neuen Mieterinnen und Mieter schnell kennenlernen.

### Projekt Mörike

Die Vermietung der Wohnungen erfolgt durch die Oikia Wohnen GmbH & CO.KG  
([www.oikia-wohnen.de](http://www.oikia-wohnen.de)).

Interessenten können mit der Hausverwaltung Kontakt aufnehmen und sich unter [✉ moerike@oikia-hv.de](mailto:moerike@oikia-hv.de) vormerken lassen.

berlinovo

**Denken**  
**Sie schon**  
**heute ans**  
**Wohnen von**  
**morgen.**



Ziehen Sie in eine unserer seniorenfreundlichen Mietwohnungen in ganz Berlin: barrierefrei, bedarfsgerecht und langfristig bezahlbar. Ideal für Singles und Paare, die gerne aktiv sind, gelassen ans Älterwerden denken und möglichst lange selbstbestimmt wohnen möchten. Erleben Sie eine lebendige Gemeinschaft mit viel Abwechslung und Unterstützung im Alltag. Fürs Seniorenwohnen ist es nie zu früh!

**Willkommen in Ihrem neuen Zuhause!**

- Friedrichsfelde: Alfred-Kowalke-Straße
- Kaulsdorf: Tollensestraße
- Hellersdorf: **Cecilienstraße**
- Tegel: Veitstraße
- Spandau: Kulbeweg
- Gropiusstadt: Ringslebenstraße
- Wedding: **Iranische Straße**
- Neukölln: **Dröpkeweg**



Cecilienstraße



Iranische Straße



Dröpkeweg