



Gemeinsam das Alter (er)leben

İkinci Baharını Yaşayanlar İçin

FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG 2014

PRIMAS

Steuerberatungsgesellschaft mbH

Beratung und Steuererklärungen für:

- ✓ gewerbliche und selbstständige Tätigkeiten
- ✓ Unternehmensnachfolge und -umstrukturierungen
- ✓ Erbschaft, Schenkung, Nachfolgeplanung
- ✓ Pensionen, Renten, Versorgungsbezüge
- ✓ Arbeitslohn
- ✓ Kapitalerträge (Prüfung Abgeltungssteuer)
- ✓ Immobilien

P Juliusstr. 41, 12051 Berlin
R (U+S-Bhf Hermannstr./ U-Bhf Grenzallee,
I Bus M44, 246, 277, 344)
M Tel. 681 00 92-7
Fax 687 60 74
ruick.primas@t-online.de
www.primas.de
A Bürozeiten:
Mo-Do 8.00-16.00 Uhr
S Fr 8.00-14.00 Uhr



24h
Rufbereitschaft

Leben mit
Vertrauen!

Vertrauen ist die
Grundlage unserer Arbeit!



Pflegedienst Mitte®

Ambulanter Pflegedienst

Bergfriedstr. 20 Tel. : +49(0)30 - 695 694 64
10969 Berlin Fax : +49(0)30 - 695 694 65
Deutschland Mail : info@pdmitte.de

www.pdmitte.de

Pflege unter einem guten Dach



Betreutes Wohnen und ambulante Pflege
im Zentrum Berlin

Unsere Leistungen:

- Hauskrankenpflege
- Behandlungspflege
- Pflegeversicherung
- private Pflege
- 24 h Notdienst



Häusliche Krankenpflege
Betreutes Wohnen

Adalbertstraße 39, 10179 Berlin
Tel. 42 26 95 13, Fax 42 26 95 21
medizinmobil-hkp@t-online.de
www.medizinmobil-hkp.de

Wir arbeiten mit allen Kassen und Sozialämtern zusammen
und pflegen in: Mitte, Neukölln, Kreuzberg, Friedrichshain

DRK Berlin Süd-West Behindertenhilfe gGmbH

»Mobi-Dienst®«

Mobilitätshilfediens t Friedrichshain-Kreuzberg

Draußen spielt das Leben ...

... und wir begleiten Sie sicher dorthin.

Wir unterstützen Sie auf Ihrem Weg in
einem Umkreis Ihrer Wohnung von ca. 1,5
km und stehen Ihnen **Montag bis Freitag
von 8.30 bis 16.30 Uhr** als persönliche
Begleitung zur Seite, wenn Sie

- Einkäufe erledigen möchten
- Angehörige und Freunde treffen wollen
- zu anderen Angelegenheiten unsere
Hilfe benötigen

Wir schenken Ihnen Zeit.

Infos: Telefon 030. 69 80 71-20
www.drk-berlin.net

Schleiermacherstraße 8
10961 Berlin

Deutsches Rotes Kreuz 

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

auch in diesem Jahr stellt der Bereich Stadtteil- und Seniorenangebote mit dem Ratgeber wieder ein breites Spektrum an Inhalten und Themen für Sie in unserem Bezirk bereit. Neben Freizeitangeboten zur Gestaltung eines abwechslungsreichen, interessanten Alltags voller Inspirationen und Begegnungen gibt Ihnen die Broschüre Auskunft zu Angeboten von Beratung und Betreuung.

Gemeinsam mit den Stadtteilzentren, Nachbarschaftshäusern und weiteren Begegnungsstätten freier Träger und unter Einbeziehung der bezirklichen Seniorenplanung 2010–2015 arbeiten wir kontinuierlich an der Weiterentwicklung der Senioren- und Stadtteilarbeit im gesamten Bezirk. Sie sind herzlich eingeladen, sich weiter daran zu beteiligen und sich mit Ihren Ideen und Vorstellungen einzubringen.

Machen Sie mit, gestalten Sie mit und unterstützen Sie uns, attraktive Angebote für Sie zu entwickeln!

Viele Bürgerinnen und Bürger machen sich Sorgen um eine eventuelle Pflegebedürftigkeit, um die eigene oder die von Angehörigen. Hierzu bedarf es unkomplizierter Aufklärung und Beratung, um eine umfassende und adäquate Inanspruchnahme der Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten zu gewährleisten. Eine solche möchten wir für alle Bürgerinnen und Bürger in unserem bunten und vielfältigen Bezirk erreichen. Deshalb setzen wir uns für Qualitätssteigerung von Pflegeangeboten ein und fördern die interkulturelle Öffnung von Pflege, so dass nicht nur der Zugang zu den notwendigen Informationen für alle gewährleistet ist, sondern auch eine kultursensible Umsetzung der Pflegeangebote.

Angesichts der demographischen Entwicklung bei gleichzeitiger Verknappung der Ressourcen auf dem Berliner Wohnungsmarkt wird uns darüber hinaus auch die komplexe Thematik „Wohnen im Alter“ weiterhin beschäftigen.



Knut Mildner-Spindler

Wir freuen uns, wenn Sie die alljährliche Seniorenkonferenz wieder für einen direkten Austausch mit der Kommunalpolitik nutzen. Kommen Sie mit uns ins Gespräch, ganz nach dem Motto der Berliner Seniorenwoche 2014 „Mehr Mitbestimmung für Seniorinnen und Senioren“ Sie findet vom 30. 08.–11. 09. und feiert ihren 40. Geburtstag. Feiern Sie mit!

Sie halten einen umfassenden Überblick über Aktivitäten und Informationen in den verschiedensten Lebensbereichen in den Händen. Informieren Sie sich, machen Sie mit und sagen Sie es gerne weiter! Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen beim Blättern.

Herzlich, Ihr

Bezirksstadtrat für Soziales,
Beschäftigung und Bürgerdienste

Değerli Okuyucular,

bu yıl da Emekliler ve İlçe Hizmetleri Dairesi sizler için ilçemizde etkinlikler ve hizmetler sunmaktadır. Bu bilgi kitapçığında boş zamanlarınızı değerlendirmeye yönelik, günlerinizi renkli ve ilginç hale getirecek birlikteliklerin ve etkinliklerin yanısıra, danışma ve destek arayışlarınıza karşılık verebilecek hizmetlere dair bilgileri de bulabilirsiniz.

Semt merkezleri, komşular arası dayanışma ve buluşma mekanları ve diğer yardım kurumlarının buluşma lokalleri biraraya gelerek, ilçemizin 2010-2015 yılları emekliler planlaması ışığında emeklilik ve semtle ilgili çalışmaların tüm ilçe çapında geliştirilmesi için uğraşyoruz. Sizden bu konudaki istek ve önerilerinizi bizimle paylaşmanızı özellikle rica ediyorum.

Sizi bizimle birlikte, hizmetlerimizin geliştirilmesi için konuşmaya, fikirlerinizi bizimle paylaşmaya, elele çalışarak bu mekanları beraber daha ileriye götürmeye çağırıyoruz.

Birçok insanımız, kendisinin veya bir yakınının günün birinde, kendine yetemeyip, başkalarının bakımına muhtaç kalmasından kaygı duymaktadır. Bu konuda yardım ve destek alabilme imkanları vardır ve biz bu imkanlardan yeterince yararlanabilmek için, nerelere nasıl başvurulabileceği hakkında bilgilendirmenin semtimizde en kısa ve zahmetsiz yoldan yapılabilmesi için çalışmaktayız. Amacımız bakım hizmetlerinin kalitesinin yükseltilmesi yanında, bakım konusunda kültürler arası farklılıkların da gözetilmesi ve böylece hem gerekli bilgilere ulaşmanın tüm semt sakinleri için sağlanması, hem de bakım hizmetlerinin, farklı kültürlerle gereken özenin gösterilerek sunulması ve uygulanmasıdır.

Berlin konut piyasasındaki konut sıkıntısı ve toplumdaki yaş ortalamasının gittikçe yükselişi göz önüne alındığında, ileri yaşlarda gerekli konforu ve kolaylıkları sunan konutlarda oturabilmek konusu da bizleri meşgul edecek



Knut Mildner-Spindler

önemli bir gündem maddesi haline gelmiştir.

Eğer Emekliler Konferansını görüş ve dileklerinizi bildirmek için bir fırsat olarak değerlendirerseniz çok mutlu oluruz. Fikirlerinizi ve isteklerinizi merakla bekliyoruz.

2014 Berlin Emekliler Haftası 'Emekliler İçin Daha Fazla Söz Hakkı' sloganı altında 30 Ağustos ve 11 Eylül tarihlerinde düzenlenecek ve 40'ıncı yılını kutlayacaktır.

Yaşamın çok çeşitli alanları için düşünülmüş, etkinlik ve hizmetlerle ilgili bilgilerin kapsamlı bir derlemesini elinizde tutmaktasınız. Lütfen bu hizmetlerden yararlanın ve bu bilgileri çevrenize de iletin. Size bilgi kitapçığının sayfaları arasında keyifli bir gezinti diliyorum.

Derin Saygılarımla

Sosyal, Çalışma ve Yurttaşlık konularından sorumlu Belediye Meclis Üyesi



AGAPLESION
BETHANIEN DIAKONIE

ZUHAUSE IN CHRISTLICHER GEBORGENHEIT

BETHANIEN TABEA

- 16 Plätze für Tages- und Verhinderungspflege
- Gemütliche Gemeinschaftsräume, große Terrasse und Garten
- Vielfältige und anregende Beschäftigungsangebote
- Geöffnet Montag – Freitag von 8 bis 16 Uhr, Probetag, Fahrdienst

BETHANIEN HAUS BETHESDA

Vollstationäre Pflege

- Einzel- und Doppelzimmer mit Bad, Telefon- und TV-Anschluss
- Wunderschöner Garten mit Springbrunnen und Ruheazonen
- Geschützter Wohnbereich für Menschen mit Demenz (zertifiziert)
- **Neu ab Mai 2014:** Pflege-Oase für schwerstpflegebedürftige Menschen
- Professionelle Pflege durch speziell ausgebildetes Personal
- Ärztliche Versorgung und 24 Stunden Rufbereitschaft
- Seelsorgerische Betreuung
- Täglich frisch zubereitete Mahlzeiten

Senioren-Wohngemeinschaft

- 12 seniorengerechte Zimmer, mehrere Bäder, Wohnzimmer mit Kamin, offene Wohnküche, zwei Gemeinschaftsbalkone
- Pflegerische und regelmäßige medizinische Versorgung

Seniorenwohnungen

- 86 seniorengerechte, helle Ein- und Zwei-Zimmer-Wohnungen (ca. 31 – 50 qm) mit moderner Grundausstattung und Balkon
- Vielfältige individuell wählbare Serviceleistungen
- Angebote für gemeinsame Freizeitaktivitäten

Café Bethesda

- Preiswerter Mittagstisch, Kaffee und selbstgebackener Kuchen
- Geöffnet Sonntag – Freitag von 12 bis 18 Uhr

www.bethanien-diakonie.de

AGAPLESION BETHANIEN TABEA

Böckhstr. 22/23
10967 Berlin
T (030) 690 00 23 50
tabea@bethanien-
diakonie.de

AGAPLESION BETHANIEN HAUS BETHESDA

Dieffenbachstr. 40
10967 Berlin
T (030) 690 00 20
bethesda@bethanien-
diakonie.de

Wissenswertes:

Seniorenvertretung [Seite 6](#)

Bezirksverordnetenversammlung [Seite 7](#)

Amt für Soziales [Seite 7](#)

Stadtteil- u. Seniorenangebote [Seite 7](#)

Stadtteil- und Seniorenangebote / Treffpunkte:

Stadtteil- u. Seniorenangebote [Seite 8-11](#)

Treffpunkt der Kulturen [Seite 11](#)

Selbsthilfegruppen [Seite 12](#)

Sport für Seniorinnen und Senioren [Seite 12-13](#)

Freizeit- und Begegnungsstätten [Seite 14-21](#)

Kirchengemeinden [Seite 22-23](#)

Ehrenamt:

Ehrenamtlicher Dienst [Seite 24](#)

Beratungsstelle [Seite 24](#)

FreiwilligenAgentur KreuzbergFriedrichshain [Seite 24-25](#)

Beratungsbörse [Seite 25](#)

Runder Tisch Senioren [Seite 26](#)

Termine zum Bürgerengagement [Seite 26](#)

Sozialkommissionen [Seite 27](#)

Gratulationen und Jubiläen [Seite 28](#)

Lebenslanges Lernen und kulturelle Einrichtungen:

Bibliotheken [Seite 29-30](#)

Volkshochschule [Seite 31](#)

(Senioren)Universitäten [Seite 32-33](#)

Weitere Kultur- und Bildungsangebote:

Theater, Kompetenznetz Alter ect. [Seite 34-35](#)

Museen · Galerien · Freiluftkino [Seite 36](#)



Kreuzworträtsel

Mitmachen und gewinnen [Seite 39](#)

Cosmetic *S*tudio
Sabine

Inh.: Sabine Iwanczik, staatl. anerkannte Kosmetikerin

Blankenburger Str. 1, 13089 Berlin

auch Hausbesuche ☎ **472 42 91**

- ✿ Kosmetik
- ✿ Maniküre
- ✿ Massagen
- ✿ med. Fußpflege



Übersichtskarte:

Wo befinden sich die Freizeit- und Begegnungsstätten im Bezirk? [Seite 40-41](#)

Wohnen:

Seniorenwohnungen [Seite 42](#)

Wohnraumanpassung [Seite 44](#)

Mieterberatung · ASUM · Stadteilausschuss [Seite 45](#)

Beratung und Hilfe:

Soziale Hilfen [Seite 46](#)

Berlinpass und Seniorenticket [Seite 47](#)

Fahrbarer Mittagstisch [Seite 47](#)

Pflegestützpunkte [Seite 48](#)

Bürgerämter [Seite 48](#)

Weitere Beratungsstellen [Seite 49-52](#)

Gleichgeschlechtlich Leben · Integration und Migration · Leben mit Behinderung:

Gleichgeschlechtliche Lebensweisen [Seite 54-55](#)

Integration u. Migration [Seite 56-60](#)

Menschen mit Behinderung [Seite 61-63](#)

Gesundheit:

Beratung rund um die Gesundheit [Seite 64-69](#)

Kliniken [Seite 69](#)

Pflege:

Beratung rund um die Pflege [Seite 70-71](#)

Sozialstationen u. Pflegedienste [Seite 72-73](#)

Tages-/Kurzzeitpflege [Seite 74](#)

Pflegewohnheime [Seite 76-79](#)

Impressum · Notrufe · Stichwortverzeichnis (Inserenten) [Seite 80](#)



Schwerpunktpraxis für Nieren-, Hochdruckkrankheiten und Dialyse/Lipidapherese



Dialysezentrum Frankfurter Allee
Dr. Rafat Abu Daher & Dr. Sabine Warncke

Fachärzte für Innere Medizin/Nephrologie
Hypertensiologen - DHL

Frankfurter Allee 241, 10365 Berlin
Zufahrt über die Siegfriedstraße! Parkplätze auf dem Innenhof
Praxis - 554 99 745
Dialyse - 554 99 746
Fax - 554 99 747

dialyse@online.de · www.nierenzentrum.info

Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg



Der Vorstand der Seniorenvertretung Friedrichshain-Kreuzberg: v. l. n. r.: Ernst Kutzner (Finanzen) Sigrüd Gwiasda (Schriftführerin) Marta Ladwig (1. Vorsitzende) und Horst Martin (2. Vorsitzender) © Seniorenvertretung

Das Anliegen der Seniorenvertretung ist es, sich für die Belange der älteren Generation in der Öffentlichkeit, bei der Bezirksverordnetenversammlung und bei allen für ältere Bürgerinnen und Bürger wichtigen Institutionen einzusetzen. Wir arbeiten nach dem Gesetz zur Stärkung der Mitwirkungsrechte der Seniorinnen und Senioren am gesellschaftlichen Leben im Land Berlin (Berliner Seniorenmitwirkungsgesetz – BerlSenG). Für Anregungen, Kritiken und Wünsche steht Ihnen die Seniorenvertretung jederzeit zur Verfügung. Sie ist für diese dankbar, wird sie von Fall zu Fall weitergeben und im Bereich ihrer Aufgabenstellung auch vertreten. Die Seniorenvertretung trifft sich regelmäßig zu Plenumsitzungen jeweils am 2. Mittwoch jeden Monats ab 10 Uhr abwechselnd in Begegnungsstätten im Bezirk. Themen und Orte werden in dem monatlichen Veranstaltungskalender bekannt gegeben.

Sprechstunde in Friedrichshain:

Di 10.00-11.00 Uhr Begegnungsstätte „Lebensfreude“, Kadiner Str. 1, 10243 Berlin
Tel./Fax 21 23 70 76

Sprechstunde in Kreuzberg:

Fr 10.00-11.00 Uhr, Rathaus Kreuzberg, Zi. 3054, Yorckstr. 4-11, 10958 Berlin, Tel. 90298-2215
✉ seniorenvertretung@friedrichshain-kreuzberg.net
Aktuelle Informationen über Termine, Orte, Vorstand etc. erhalten Sie auch bei Dr. Kaczinski, Tel. 90298-2781 oder
✉ uwe.kaczinski@ba-fk.berlin.de

Friedrichshain-Kreuzberg Emekliler Temsilciliği

Emekliler Temsilciliğinin amacı, yaşlı kuşakların ihtiyaç ve isteklerini kamuoyunda, semt parlamentosunda ve yaşlılar için önem taşıyan diğer bütün kurumlarda dile getirmek ve savunmaktır. Emekliler temsilciliği, kendisine verilen vazifeleri olanakları dahilinde yerine getirmeye çalışırken her zaman öneri, eleştiri ve isteklerinizi dinlemeye hazırdır. Bütün öneri ve eleştirileriniz için şimdiden teşekkür eder, isteklerinizi mümkün olduğunca ilgili ve sorumlu kişilere iletmeye çalışacağımızı bilmenizi isteriz. Emekliler Temsilciliği toplantıları her ayın ikinci Çarşamba günü, saat 10:00'dan itibaren, değişmeli olarak, bir ay Berlin-Friedrichshain ve ertesi ay Berlin-Kreuzberg semtlerindeki Emekliler merkezlerinde yapılmaktadır.

Friedrichshain görüşme gün ve saatleri:

Salı günleri, saat 10:00-11:00 arası, Emekliler Buluşma Yeri „Lebensfreude“, Kadiner Str. 1, 10243 Berlin adresinde. Telefon ve Fax 21237076

Kreuzberg görüşme gün ve saatleri:

Cuma günleri, saat 10:00-11:00 arası, Yorckstr. 4-11, 10958 Berlin'deki Kreuzberg Belediye binasının 3054 numaralı odasında, Tel. 90298-2215 Emekliler Temsilciliği'nin toplantıları ile ilgili her türlü aktüel bilgiyi Emekliler Dairesinden de alabilirsiniz. Bay Dr. Kaczinski, Tel. 90298-2781, ya da elektronik posta adresi:

✉ uwe.kaczinski@ba-fk.berlin.de

BVV

Bezirksverordnetenversammlung (BVV) Friedrichshain-Kreuzberg

■ **Vorsteherin: Frau Kristine Jaath**

(Bündnis 90/Die Grünen)

Wenn über kommunale Themen diskutiert und beschlossen wird, sind Gäste in den öffentlichen Sitzungen willkommen und in den Ausschüssen haben Sie die Möglichkeit, sich an der jeweiligen Diskussion zu beteiligen.

Die genauen Sitzungstermine der BVV und der Ausschüsse erfahren Sie online unter:

www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/

bvv-online per E-Mail an

✉ bvv-fk@ba-fk.berlin.de oder

telefonisch unter 90298-3306



Amt für Soziales

■ **Dienstgebäude**

Yorckstraße 4-11, 10958 Berlin



■ **Bezirksstadtrat**

Herr Mildner-Spindler, R. 1036, Tel. 90298-2601

► Sekretariat

Frau Akyildiz, R. 1035, Tel. 90298-2648

■ **Amtsleiterin**

Frau Heuer-Sehlmann, R. 1027, Tel. 90298-2679

► Sekretariat

Frau Fadtko, R. 1028, Tel. 90298-2669

Fachbereich 1 – Materielle Hilfen und Soziale Dienste

■ **Leiter**

Herr Peter, R. 3048, Tel. 90298-2400

Stadtteil- und Seniorenangebote

■ **Leiterin**

Frau Effertz, R. 3049, Tel. 90298-2164

✉ heike.effertz@ba-fk.berlin.de

■ **Freizeitangebote, Begegnungsstätten und Ansprechpartnerin für gleichgeschlechtlich orientierte Senior_innen, ältere Migranten/-innen**

Frau Dörner, R. 3051, Tel. 90298-2782

✉ marion.doerner@ba-fk.berlin.de

■ **Mitarbeit bei Freizeitangeboten, Gratulationen, Ehrungen**

Frau Schulz, R. 3052, Tel. 90298-3001

✉ marion.schulz@ba-fk.berlin.de

■ **Gestaltung Veranstaltungskalender, Ratgeber**

Frau Marks, R. 3050, Tel. 90298-2036

✉ diane.marks@ba-fk.berlin.de

■ **Ehrenamt**

Herr Dr. Kaczinski, R. 3053, Tel. 90298-2781

✉ uwe.kaczinski@ba-fk.berlin.de

■ **Zuwendungen**

Frau Rehfeld, R. 3049a, Tel. 90298-2610

✉ sigrid.rehfeld@ba-fk.berlin.de

Stadtteil- und Seniorenangebote

Auf den folgenden Seiten finden Sie eine Auswahl von Veranstaltungen, die wir oder die genannten Träger für Sie organisieren oder an denen wir als Kooperationspartner beteiligt sind. Ansprechpartnerin ist Frau Dörner, Tel. 90298-2782,

✉ marion.doerner@ba-fk.berlin.de

Regelmäßige Veranstaltungen in den einzelnen Begegnungsräumen sind hier im Ratgeber aufgeführt. Zusätzlich werden monatlich erscheinende Veranstaltungskalender herausgegeben.

In unseren Veranstaltungskalendern werden Sie ausführlich über aktuelle, zusätzliche Angebote informiert. Der Veranstaltungskalender liegt für Sie in den Begegnungsräumen, Bürgerberatungen, Bibliotheken, der Volkshochschule und im Bezirksamt aus. Außerdem können Sie den Veranstaltungskalender im Internet herunterladen unter der Seite des Bezirksamtes:

www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg

(z. B. unter Aktuelles aus dem Bezirksamt)

Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, sich telefonisch oder persönlich über die aktuellen Angebote informieren zu lassen. Wir sind gerne bereit, Ihnen unseren Veranstaltungskalender zuzusenden, wenn Sie frankierte und beschriftete Rückumschläge abgeben.

HINWEIS: Soweit ermäßigte Karten für Veranstaltungen ausgewiesen sind, besteht für diese ein Anspruch bei Bezug von Grundsicherungsleistungen oder vergleichbar geringer Rente.

■ **Anmeldungen und Informationen über unsere Veranstaltungen erhalten Sie bei**

Frau Schulz, Raum 3052, Tel. 90298-3001

- ▶ Montag und Donnerstag 10.00-12.00 Uhr
Dienstgebäude Yorckstr. 4-11, 10958 Berlin
Raum 3052, Tel. 90298-3001

- ▶ 2. Dienstag 13.00-15.00 Uhr
Begegnungsstätte, Kadiner Str. 1
10243 Berlin, Telefon 21 23 70 76
(nur zu den Sprechzeiten)

Ausnahme: Gesondert aufgeführte Telefonnummern bei Veranstaltungsangeboten.

Anregungen für Veranstaltungen anderer Träger und Fragen richten Sie bitte an

Frau Rehfeld, Raum 3049 a, Tel. 90298-2610

Auswahl von Veranstaltungsreihen für die wir in der Regel Angebote für Sie bereit halten:

Frauenfrühstück im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

In Kooperation mit dem Bereich Stadtteil- und Seniorenangebote (Frau Dörner) und der Gleichstellungsbeauftragten (Frau Koch-Knöbel) des Bezirkes veranstaltet das Nachbarschaftshaus Urbanstraße (Frau Hagemann) 14-täglich mittwochs von 10.00-12.00 Uhr ein Frauenfrühstück. Eingeladen sind Frauen jeden Alters, die miteinander ins Gespräch kommen, sich mit frauenspezifischen Themen beschäftigen, gemeinsame Unternehmungen, Ausstellungsbesuche und vieles mehr starten wollen. Zusätzlich zu den feststehenden Terminen gibt es an manchen Tagen ein weiteres Angebot ab 11.00 Uhr.

■ **25. Juni 2014**

Das protestantische Pfarrhaus oder woher stammt die Bundeskanzlerin? Der Einfluss der Reformation auf die Frauen bis hier und heute. Vortrag von Beate Neubauer

■ **9. Juli 2014**

Die Künstler der Dresdner Brücke und ihre Museen – Was galt die Frau in der Kunst der Moderne? Vortrag von Beate Neubauer

■ **3. September 2014**

Clara Viebig - eine vergessene Berliner Schriftstellerin des 20. Jahrhunderts. Mit Lesungen aus ihren Erinnerungen und dem „Frauendorf“. Vortrag mit Beate Neubauer

■ **15. Oktober 2014**

„Poesie und Wein“ Vortrag und Lesung: Rosa Tennenbaum, am Flügel: Jonathan Tennenbaum

■ **10. Dezember 2014**

„Gans“ köstlich... präsentiert von Margot Rothweiler und ihrem Pianisten Marian Lux

Kostenbeitrag 1,50 € pro Veranstaltung
Anmeldungen, Anregungen und Anfragen an:

Frau Hagemann, Tel. 69 04 97 20
 vom Nachbarschaftshaus Urbanstraße 21,
 10961 Berlin.

Stadterkundungen/Spurensuche

Besichtigungen mit Hintergrundinformationen

- **22. 5. 14, 14.00 Uhr, Museumsdorf Düppel**
- **19. 6. 14, 14.00 Uhr, Kulturstiftung Schloss Britz**
- **17. 7. 14, 14.00 Uhr, Rathaus Köpenick**
- **21. 8. 14, 14.00 Uhr, Museum Neukölln**
- **18. 9. 14, 14.00 Uhr, Jagdschloss Grunewald**
- **23. 10. 14, 14.00 Uhr, Museum in der Kulturbrauerei**
- **27. 11. 14, 14.00 Uhr, Französischer Dom**

Kostenbeitrag: 2,00 €
 Weitere Informationen zur Anmeldung finden Sie in den Veranstaltungskalendern.

Sonntagstanz im Familiengarten

In Kooperation mit dem NKM (Netzwerk Kulturarbeit ältere Menschen) i.d.R. monatlich von 14.00 bis 17.00 Uhr mit Kaffeegedeck und Livemusik. Die Termine für 201 sind:

- 25. Mai 22. Juni 28. September**
26. Oktober 16. November

Kostenbeitrag 2,50 € pro Veranstaltung
 Anmeldungen und Anfragen bei
 Frau Kurt, Tel. 614 35 56 vom Familiengarten
 Oranienstr. 34 (Hinterhaus), 10999 Berlin

Dampferfahrten

- **Frauengeschichte(n) mit der Geschichtswerkstatt**
 13. August 2014, 13.30-17.00 Uhr
 Abfahrt / Ankunft: Anlegestelle Märkisches Ufer
Kartenpreis: 8,00 €; ermäßigt 4,00 €
 Kartenverkauf ab 13. Juli 2013
- **Dampferfahrt ins Grüne mit Live-Musik**
 10. September 2014, 9.30-17.30 Uhr
 Abfahrt / Ankunft: Anlegestelle Märkisches Ufer
 Zwischenaufenthalt: Woltersdorf
Kartenpreis: 12,00 €; ermäßigt 6,00 €
 Kartenverkauf ab: 04. August 2014

Lesungen

in Kooperation mit dem ajb in der Alfred-Döblin-Bibliothek des Vivantes Klinikum Am Urban z. B. Die aktuellen Termine entnehmen Sie bitte den Veranstaltungskalender. Wir laden Sie herzlich ein – der Eintritt ist frei. Information unter Tel. 130 22 31 56

Internationales Seniorensommerfest

18. Juni 2014, 14.00 Uhr

im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Treffpunkt der Kulturen“, Kooperationsveranstaltung des AWO Begegnungszentrums und des Bezirksamtes Friedrichshain-Kreuzberg mit anderen Partnern. Informationen im AWO-Begegnungszentrum unter Tel. 69 53 56-13 bei Frau Müller-Lenhartz

40. Berliner Seniorenwoche

Motto: Mehr Mitbestimmung für Senioren

30. August bis 11. September 2014

u.a. mit folgenden Veranstaltungen:

- ▶ **Eröffnungsveranstaltung am 30. August 2014**, 10.00-17.00 Uhr, Breitscheidplatz mit unterhaltendes Bühnenprogramm. Der Eintritt ist frei
- ▶ 19. überbezirkliches **Senioren-schachturnier 3. September**, 14.00 Uhr, Begegnungsstätte Charlottenstraße 85, 10969 Berlin
Veranstalter: Schach-Club Kreuzberg e.V. in Kooperation mit dem Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg. Anmeldung über den Schach-Club erforderlich! Weitere Informationen finden Sie im Programmheft der Seniorenwoche oder in unseren Veranstaltungskalendern.
- ▶ **11. September 2014**, 14.00 Uhr
Traditionsgemäß findet zum **Abschluss** der Berliner Seniorenwoche eine Podiumsdiskussion mit Berliner Politikerinnen und Politikern zum Motto der Berliner Seniorenwoche statt.
Käte-Tresenreuter-Haus Humboldtstr. 12, 14193 Berlin, Anmeldung erbeten
Fax 86208971; ✉ info@senioren-berlin.de
- ▶ Auf Einladung des Präsidenten des Abgeordnetenhaus von Berlin, Ralf Wieland, **Senioren debattieren im Parlament am 8. Oktober 2014** im Abgeordnetenhaus von Berlin Niederkirchnerstraße 5; 10117 Berlin
Kostenlose Eintrittskarten können Sie auf der Internetpräsenz der Landesseniorenvertretung Berlin bestellen

Weitere Veranstaltungen können Sie unserem Veranstaltungskalendern oder dem Programmheft der Berliner Seniorenwoche (ab 5. Juli) entnehmen

„InterKreuzHain“ – die interkulturellen Veranstaltungswochen

15. Oktober bis 16. November 2014

4. November 2014, 15.00-19.00 Uhr

Einlass 14.30 Uhr

Treffpunkt der Kulturen: „**Zumba trifft Bollywood Party**“, Begegnungsstätte Falckensteinstr. 6 10997 Berlin, Anmeldung erforderlich
Tel. 69 53 40 51

Für Menschen aller Nationalitäten und jeden Alters, mit und ohne Behinderung. Livemusik, Zumbaaktionen und kleine Überraschungen zum Genießen und mitmachen.

Eine Veranstaltung des NKM in Kooperation mit der Beauftragten für Integration & Migration, der Beauftragten für Menschen mit Behinderungen und der AWO City gGmbH.

Für alle weiteren aktuellen Angebote beachten Sie bitte die Veranstaltungskalender und das Programm von InterKreuzHain. Informationen erhalten Sie auch bei ✉ regina.reinke@ba-fk.berlin.de oder unter: 🌐 www.interkreuzhain.de

Weihnachtliches Konzert

Bitte beachten Sie den Veranstaltungskalender.

KreAKTIVitäten

Es finden regelmäßig Workshops mit unterschiedlichen Schwerpunkten statt. Beachten Sie bitte die ausführlichen Informationen in unseren Veranstaltungskalendern.

Informationen

über Vorträge z. B. zum Thema Gesundheit oder interessante Angebote anderer Anbieter finden Sie in unserem Veranstaltungskalender unter der Rubrik „Wir empfehlen“.

Hinweise zu dieser Rubrik nimmt Frau Marks
Tel. 90298-2036

✉ diane.marks@ba-fk.berlin.de, entgegen.

„Von allen Ufern“

Wir setzen uns ausdrücklich für ein besseres Verständnis und Akzeptanz der Älteren untereinander ein. Hierzu gehört auch das Kennenlernen von Menschen mit anderen Biografien als der eigenen. Wir hoffen Sie neugierig gemacht zu haben.

- ▶ Offener Treff lesbischer Frauen über 50
jeden 2. und 4. Fr im Monat, 18.00-21.00 Uhr
Moderation: Ulrike Haase, Infotelefon:
Frau Haase, 40 98 66 64 und 0176-21 95 47 64
- ▶ Offener Treff schwuler Männer über 50
Jeden 1. und 3. Fr im Monat, 17.00-20.00 Uhr
Moderation: Dieter Telge
Infotelefon: Dieter Telge 0170-233 31 93 oder
✉ g55plus@gmx.de

Treffpunkt für beide Treffs: Begegnungsstätte
Mehring-Kiez, Friedrichstraße 1, 10969 Berlin
Weitere Informationen zu Treffs und Beratung
finden Sie auch unter: 🌐 www.balsam-berlin.de
und im Ratgeber *auf der Seite 54*

Treffpunkt der Kulturen

Seit 1992 finden regelmäßig einmal im Monat gemeinsame Treffpunktveranstaltungen mit Menschen verschiedener kultureller Herkunft statt. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem aktuellen Veranstaltungskalender. Sollten Sie Ideen und Vorschläge für unsere Treffen haben, kommen Sie vorbei und gestalten mit uns den „Treffpunkt“.

1992 yılından beri değişik kültürlerden emekliler düzenli olarak ‘Buluşma Yeri / Treffpunkt’ çatısı altındaki etkinlikler için ayda bir kez bir araya geliyorlar. Aylık programımızdan daha ayrıntılı bilgi edinebilirsiniz. Bu etkinlikler için sizin de önerileriniz varsa, gelin Falckensteinstrasse'deki Emekliler Buluşma Merkezi'nde bunları birlikte gerçekleştirelim. „Treffpunkt“

Treffpunkte

■ AWO Begegnungszentrum

Adalbertstr. 23 a, 10997 Berlin
Sonntags und montags bietet das Seniorencafé Gelegenheit, sich zu treffen und auszutauschen.
Ansprechpartnerin: Frau Filiz Müller-Lenhartz
Tel. 69 53 56 13, *siehe auch S. 18, 57*

🌐 www.begegnungszentrum.org
Pazar ve Pazartesi günleri AWO-Buluşma Merkezi'nin kahvesinde emekliler bir araya gelerek sohbet ediyorlar. Bayan Filiz Müller-Lenhartz'dan ayrıntılı bilgi alabilirsiniz. Tel. 69 53 56 13

■ Begegnungsstätte

Falckensteinstr. 6, 10997 Berlin, *siehe auch S. 18*
Mittwochs, donnerstags und freitags treffen sich türkische Seniorinnen und Senioren, monatliche Veranstaltung „Treffpunkt der Kulturen“ in Kooperation mit dem AWO-Begegnungszentrum, Ansprechpartnerin: Frau Bartel
Tel. 69 53 40 51

🌐 www.falckensteinstrasse.de
Çarşamba, Perşembe ve Cuma günleri Türk emekliler buluşuyorlar. Bayan Bartel'den ayrıntılı bilgi alabilirsiniz. Tel. 69 53 40 51

■ Begegnungsstätte

Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin, *siehe auch S. 15*
Do, 14-täglich, 14.00 Uhr
„Treffpunkt der Kulturen“
Ansprechpartnerin: Frau Kaiser, Tel. 50 58 54 50

SEKIS – die zentrale Berliner Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle

Bismarckstraße 101, 5. Etage
 10625 Berlin-Charlottenburg, Tel. 892 66 02
 Fahrverbindung: U2 - Bhf. Deutsche Oper
 ✉ sekis@sekis-berlin.de, 🌐 www.sekis-berlin.de
 Öffnungs- und Sprechzeiten: Mo 12.00-16.00 Uhr
 Mi 10.00-14.00 Uhr, Do 14.00-18.00 Uhr
 SEKIS bietet Information, Beratung und Vermittlung für Selbsthilfe-Interessierte. Wir informieren und beraten über die Arbeit, über Möglichkeiten und Grenzen von Selbsthilfegruppen, klären in persönlichen Gesprächen, ob eine und welche Gruppe für Ratsuchende in Frage kommt und bringen sie in Kontakt mit anderen Interessierten oder für ihre Arbeit wichtigen Partnern. Wir sagen Ihnen, welche Initiativen es in Berlin gibt (Datenbank). Wir können die Frage beantworten 'Was ist Selbsthilfe?' SEKIS vermittelt Interessierte an vorhandene Gruppen. Grundlage dafür ist ein umfangreiches Informations- und Dokumentationssystem. Wir dokumentieren ausschließlich Berliner Adressen.

SelbstHilfeGruppen

In enger Zusammenarbeit mit uns haben sich durch die Initiative des Vereins „Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V.“ in den 1990-er Jahren Vorruhestandsgruppen gegründet. Hier treffen sich Männer u. Frauen, die ihre Freizeit selber organisieren. Sie sind herzlich eingeladen vorbeizuschauen. „Neue“ sind willkommen. Die jetzigen „Unruheständler“ treffen sich wie folgt.
 Die Gruppe in **Kreuzberg** trifft sich dienstags, 14.00-17.00 Uhr in der Begegnungsstätte Mehring-Kiez, Friedrichstr.1.
 Die Gruppen in **Friedrichshain** treffen sich in der Begegnungsstätte Kadiner Str. 1 donnerstags 10.00 Uhr (14-täglich im Wechsel; 2 Gruppen) sowie eine Gruppe jeden 2. und 4. Freitag, 14.00 Uhr.

Sport für Seniorinnen und Senioren

Informationen erhalten Sie in dem Schul- und Sportamt- Fachbereich Sportförderung, Friedrichshain-Kreuzberg, Frankfurter Allee 35-37, 10247 Berlin, Aufgang B, 2. Etage, Zi. 2809, 2810
 Sprechzeiten: Di 9.00-12.00 Uhr
 Do 15.00-18.00 Uhr
 Tel. 90298-4660 und 90298-4726

■ Sportgemeinschaft Friedrichshain Grün-Weiß 90 e.V.

Ludwigsluster Straße 17, 12619 Berlin
 Tel. 0176-21790374

✉ gw90berlin@aol.de; 🌐 www.gw90.de

z.B. Seniorensport. Bei uns treffen sich einmal die Woche Menschen (ab 60 Jahre), um sich fit zu halten. „Spaß haben!“ heißt unsere Devise.

5. Grundschule (gr. Halle) Liebigstr. 18a
 Freitag, 14.45-16.15 Uhr

Ansprechpartnerin: Frau Hirsch Tel. 426 26 43

✉ senioren@gw90.de

u. a. Kooperation beim Seniorensportfest

■ Turngemeinde in Berlin 1848 e.V. (TiB)

Sportzentrum, Columbiadamm 111
 10965 Berlin, Tel. 61 10 10 20, Fax 61 10 10 19

✉ info@tib1848ev.de, 🌐 www.tib1848ev.de

Wir bieten folgende Kurse für Sie an:

Koronar-Sport – Training unter ärztlicher Betreuung für Herz-Kreislauf-Patienten, Reha-Sport, Orthopädie

■ Kegeln

Kegelgruppe Friedrichshain-Kreuzberg

Leitung: Jörg Kober, Tel. 29 00 22 74

Mi, 2. und 4., 13.00-15.00 Uhr

Sportzentrum Samariterstr. GmbH „Bowlero“
 Samariterstr. 19/20, 10247 Berlin

■ Baerwaldbad

Baerwaldstr. 64-67, 10961 Berlin

Der gemeinnützige Sportverein TSB e.V. ist

Träger des Baerwaldbades. Für Anfragen von

Schwimm-, Turn- und/oder Gymnastikkursen:

Tel. 69 56 45 49 oder ✉ tsb.baer@gmx.de



■ **LSB**

Angebote zum Seniorensport des Landessportbundes finden Sie unter: www.lsb.berlin.de

Hier finden Sie einen nicht abschließenden Überblick über sportliche Angebote in den Begegnungsstätten als kleine Animation. Die Kontaktdaten für die Angebote finden Sie unter der jeweiligen Einrichtung *auf den Seiten 14–21*.

■ **Schach**

► Begegnungsstätte „Lebensfreude“ Donnerstag 18.00 Uhr in Kooperation mit dem SG NARVA Berlin e.V. Abteilung Schach; Tel. 914 30 634, info@narva-schach.de

www.narva-schach.de

► Schach-Club Kreuzberg e. V.

Haus des Sports Böcklerstr. 1, 10969 Berlin Tel. 615 91 91, info@schachclubkreuzberg.de,

www.schachclubkreuzberg.de

Beauftragter für Seniorenschach: Günter Thiele u.a. Kooperation beim jährlich stattfindenden überbezirklichen Seniorenschachturnier

■ **Skat**

Begegnungsstätte „Lebensfreude“
Donnerstag 12.45 Uhr

■ **Gymnastik**

► Begegnungsstätte Charlottenstr. 85
Dienstag 11.00 Uhr

► Begegnungsstätte Mehring-Kiez
Dienstag und Freitag 10.00 Uhr

► Begegnungsstätte Falckensteinstr. 6
Freitag 10.00 Uhr Gesund bewegen –
kreativ tanzen

► Begegnungsstätte „Lebensfreude“
Donnerstag 10.00 Uhr

► RuDi - Donnerstag 11.00 Uhr Frauengymnastik

■ **Yoga**

► Begegnungsstätte Gneisenaustr. 12
Donnerstag 17.00 Uhr Yoga

► RuDi - Montag 19.00 Uhr
Dienstag & Mittwoch 18.00 Uhr

► Kontaktstelle PflegeEngagement
Mittwoch 17.00 Uhr



APR-OKT

**Gebäude der
Region mit
Geschichte(n) –
detailgetreu im
Maßstab 1:25**



Eichgestell 4, 12459 Berlin (Wuhlheide)
www.modellparkberlin.de



Willkommen in den Begegnungsstätten

Wir laden Sie herzlich zum Besuch der Begegnungsstätten ein. In allen Einrichtungen finden regelmäßige Veranstaltungen statt. Die Veranstaltungen sind offen für alle Interessierten, auch wenn die Begegnungsstätte örtlich mit einem Seniorenwohnhaus verbunden ist. Möchten Sie sich mit Gleichgesinnten treffen, um z.B. Ihre Kreativität aufzuwecken, etwas für Ihre Gesundheit zu tun oder einfach mit netten Menschen zusammenzusehen? Dann sollten Sie die folgenden Seiten aufmerksam lesen. Wenn Sie Wünsche und Anregungen für weitere Angebote haben, setzen Sie sich mit uns in Verbindung oder sprechen Sie mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in den Begegnungsstätten. Wir bemühen uns, das Angebot immer nach Ihren Wünschen zu gestalten und sind Ihnen auch bei der Suche nach Gleichgesinnten behilflich, wenn Sie Ihre eigene Gruppe bilden möchten.

EMEKLİLER İÇİN BULUŞMA YERLERİ GRUPLARA ETKİNLİKLER VE KURSLAR

Sizleri insanlarla bir araya gelip el becerilerinizi geliştirmek, sohbet etmek ve sağlığınıza yararlı olabilecek işler yapmaya, çay ve kahve içerek, sohbet etmeye davet ediyoruz. Emekliler Buluşma Yerlerinde emekli insanlar küçük ve büyük gruplarda çeşitli etkinlikler için bir araya gelip dans, oyun, şarkı söyleme, seramik, resim yapma, yürüyüş, gezi gibi etkinliklere ve eğlencelere katılabilirler. Kendi oluşturduğunuz bir grupla birlikte (örneğin: müzik, iskambil, resim, bowling veya satranç oyunu gibi) kurs veya etkinlikler düzenlemek istiyorsanız bizi arayıp isteklerinizi belirtebilirsiniz. Görevlilerimiz size yardımcı olmaya çalışacaktır. Hepinizi bu konuda bilgi almak için dernek ve kurumlarımıza bekleriz.

Kreuzberg

REGION 1

Begegnungsstätte Gitschiner Str. 38

10969 Berlin, Tel. 50 58 54 50

Ansprechpartnerin: Frau Kaiser

Fahrverbindung: U1 – Bhf. Prinzenstr., Bus 140

Die Begegnungsstätte ist ein Ort der Begegnung mit dem Ziel einer generationenübergreifenden und interkulturellen Arbeit. Dies versuchen wir, mit unseren Kooperationspartnern, dem QM Wassertorplatz, der Ev. Kirchengemeinde St. Simeon, der Kita Siebenschläfer, der Otto-Wels-Grundschule, Mütter ohne Grenzen und dem MGH Wassertor gemeinsam mit der aktiven Unterstützung unserer Besucherinnen und Besucher umzusetzen. Haben wir Sie neugierig gemacht? Dann freuen wir uns darauf, Sie bei uns begrüßen zu können.

- ▶ Montag bis Freitag 12.00 Uhr
Mittagstisch nach vorheriger Anmeldung
- ▶ Montag 14.00-16.00 Uhr Generationentreffen
Otto-Wels-Grundschule und Kindergarten
Siebenschläfer
- ▶ Montag 15.30-17.30 Uhr Interkulturelles
Theater
- ▶ Dienstag 13.30 Uhr
Gesellschaftsspiele, Handarbeiten, Basteln
- ▶ Dienstag 18.00-20.00 Uhr Chor/Kabarett/
Gospelchor
- ▶ Mittwoch 14.00 Uhr
wechselnde Veranstaltungen/Ausflüge
- ▶ Mittwoch 18.00-20.00 Uhr Chor/Kabarett
Gospelchor
- ▶ Donnerstag, 14-täglich
„Treffpunkt der Kulturen“
- ▶ Donnerstag, 14-täglich, 14.00 Uhr
Singen mit Instrumentalbegleitung
- ▶ Freitag 15.00 Uhr Nähstube mit fachkundiger
Anleitung
- ▶ Freitag 15.15-16.45 Uhr Englischkurs
(leichte Mittelstufe mit geringen Vorkenntnissen)
- ▶ Samstag, 1 x monatlich, 14.00-17.00 Uhr
Aktionsgemeinschaft

Kiezclub Gitschiner Str. 38

Der Kiezclub ist ein Ort der Begegnung mit dem Ziel einer generationsübergreifenden und interkulturellen Arbeit. In Zusammenarbeit mit dem Quartiersmanagement Wassertorplatz und der Simeongemeinde finden wechselnde Projekte statt.

REGION 1

Begegnungsstätte Charlottenstr. 85

10969 Berlin, Tel. 50 58 51 37

Ansprechpartnerin: Frau Hardes

Fahrverbindung: U6 – Bhf. Kochstraße, Bus M 29

Die Begegnungsstätte bietet vielfältige Angebot für ältere Bürgerinnen und Bürger. Neben unseren ständigen Gruppenangeboten bieten wir wechselnde Kultur- und Unterhaltungsprogramme.

Als Ort der Begegnung für Menschen verschiedener Generationen finden regelmäßige Treffen mit unseren Kooperationspartnern statt, z.B. „Stunden der Gemeinschaft“. Die sonnige Terrasse im Garten ist für alle Besucherinnen und Besucher geöffnet und lädt zum Verweilen ein. Interessierte Gäste sind uns herzlich willkommen.

- ▶ Montag bis Freitag 12.00 Uhr
Mittagstisch nach vorheriger Anmeldung
- ▶ Montag, 2. und 4., 15.00 Uhr
Kegeln in der Begegnungsstätte
- ▶ Dienstag 11.00 Uhr Gymnastik
- ▶ Dienstag, 2. und 4. kreatives Arbeiten mit
verschiedenen Materialien
- ▶ Mittwoch, jeden 1., 16.30 Uhr, Blindengruppe
- ▶ Mittwoch, 2. und 4., 14.00 Uhr
Stunden der Gemeinschaft – Kinder der
Kurt-Schumacher-Schule und Seniorinnen
und Senioren treffen sich
- ▶ Donnerstag 14.00-17.00 Uhr Skat
- ▶ Donnerstag 14.00-17.00 Uhr Gesellschaftsspiele
- ▶ Freitag 9.30-10.30 Uhr Singen

REGION 1**Begegnungsstätte Mehring-Kiez**

Friedrichstr. 1, 10969 Berlin, Tel. 225 05 01 40

Ansprechpartnerin: Frau Teufel

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10.00-17.00 Uhr

bei Bedarf länger

Fahrverbindung: U1/U6-Bhf. Hallesches Tor

Bus 248, Franz-Klühs-Straße

Die Begegnungsstätte ist ein Ort für alle interessierten Bürgerinnen und Bürger mit speziellen Angeboten für ältere Menschen aller Kulturen. Das aktive und selbstgestaltete Miteinander der Generationen und Kulturen, die Idee und das freiwillige Engagement der Besucherinnen und Besucher stehen im Vordergrund. Die Erfahrungen der älteren Generation und die Fähigkeiten der Jüngeren sollen ein gegenseitiges Lernen ermöglichen und gemeinsame Erlebnisse fördern. Das Nachbarschaftscafé lädt zur ersten Kontaktaufnahme und zur gemeinsamen Freizeitgestaltung ein. Mit den vor Ort ansässigen kompetenten Kooperationspartnern, der KMA Antenne, dem Intihaus, dem Quartiersmanagement, den schon vorhandenen Gruppen und der aktiven Unterstützung von Seiten der Nachbarinnen und Nachbarn wollen wir Wünsche und Vorschläge in die Tat umsetzen.

- ▶ Montag-Freitag 11.00-18.00 Uhr „Offener Treff“
- ▶ Montag ab 19.00 Uhr probt das Kiez-Krähen-Kabarett
- ▶ Dienstag und Freitag 10.00-12.00 Uhr Kraft- und Balancetraining
- ▶ Mittwoch 10.00-13.00 Uhr Mittwochstreff
Kreative Handarbeiten: gemeinsames Häkeln und Stricken bei Tee und Kaffee. In Kooperation mit Femia e. V.
- ▶ Donnerstag, 2. und 4., ab 13.30 Uhr
Heiteres Gedächtnistraining bei Kaffee und Kuchen „Wer rastet, der rostet“
- ▶ Donnerstag 18.30-20.00 Uhr
Gemeinsames Nähen. Wir wollen Ideen austauschen und uns gegenseitig helfen. Keine Vorkenntnisse erforderlich.


- ▶ Donnerstag, jeden 3., 18.00 Uhr
Treffen der Aktiven: Wir mischen mit.
- ▶ Freitag, 1. und 3., 14.00-15.30 Uhr
leben.lesestunde – Generationengespräche am Samowar
- ▶ Freitag, 1. und 3., 17.00 Uhr
Offener Treff schwuler Männer ab 50
- ▶ Freitag, 2. und 4., 18.00 Uhr Offener Treff
lesbischer Frauen über 50
- ▶ Samstag ab 15.00 Uhr Kultur- und Informationsaustausch mit Bagdad Forum für Kultur und Kunst e.V.
- ▶ Sonntag, 2. und 4., 16.00-18.00 Uhr Spielenachmittag, im Sommer bei schönem Wetter Boule im Park


Nähere Informationen zu allen Treffs sowie zu aktuellen Angeboten erhalten Sie in der Begegnungsstätte. Für neue Anregungen & Angebote sind wir offen.

REGION 1**Mehrgenerationenhaus Wassertor**

Wassertorstraße 48, 10969 Berlin

Tel. 61 50 72 61, Fr. Lehmann

 mgh@mgh-wassertor.de

 www.mgh-wassertor.de

Das MehrGenerationenHaus bietet kostenlose Bildungs-, Beratungs- und Begegnungsangebote für Seniorinnen und Senioren, unabhängig von Herkunft und Religion. So hilft der Verein beim ausfüllen von Formularen und bietet ein Begleitservice zu Ärzten oder Veranstaltungen. Im Computerkurs darf jede Frage gestellt werden und im Erzählcafé erfährt man interessante Lebensgeschichten. Jeden dritten Donnerstag im Monat gibt es ein leckeres Bewohnerfrühstück für alle Generationen.

Sie möchten noch andere Veranstaltungen kennenlernen? Dann freuen wir uns über Ihren Anruf oder kommen Sie einfach vorbei.

REGION 1

„Unser Café“

AWO BERLIN SPREE-WUHLE e. V., Abt. Kreuzberg
Oranienstr. 69, 10969 Berlin, Tel. 50 58 63 03

🌐 www.awo-spree-wuhle.de

✉ awo.kreuzberg@gmx.de

Wir haben geänderte Öffnungszeiten:

Mo ab 15 Uhr, Mi + Do 12-16 Uhr, So 14-17 Uhr

Wir sind der Mitgliedertreffpunkt der AWO Berlin Spree-Wuhle e. V. – Abteilung Kreuzberg – und eine Begegnungs- und Beratungsstelle für Seniorinnen und Senioren, Ihren Angehörigen, sowie all diejenigen, die Lust haben, uns zu besuchen und Ihre Zeit mit uns verbringen wollen.

Zu unseren Angeboten gehören u. a.:

- ▶ Gemeinsame Tagesausflüge mit dem Bus zu erschwinglichen Preisen
- ▶ Kulturelle Veranstaltungen in „Unser Café“
- ▶ Sportliche Betätigung in Form von wöchentlicher Gymnastik
- ▶ Gesellige Nachmittage bei Kaffee und Kuchen
- ▶ Fachvorträge mit unterschiedlichen Ausrichtungen
- ▶ Das sehr beliebte FRAUENFRÜHSTÜCK, das einmal im Monat stattfindet
- ▶ Spielenachmittage

Details bitten wir im Café zu erfragen! Darüber hinaus hat unser Team immer ein offenes Ohr und wann immer es uns möglich ist, leisten wir Hilfe und Beistand bei Problemen im Alltag.

„Unser Café“ lädt aber auch abseits fester Veranstaltungstermine einfach mal zum Vorbeischauen ein. Wir haben eine ständige preiswerte Auswahl an Speisen und Getränken im Angebot. Dazu gehören u. a. liebevoll selbstgebackener Kuchen und warme Kleinmahlzeiten.

REGION 2

Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.

Urbanstraße 21, 10961 Berlin, Tel. 69 04 97-0

✉ info@nachbarschaftshaus.de

🌐 www.nachbarschaftshaus.de

u. a. Frauenfrühstück, *siehe Seite 8*



REGION 2

Begegnungsstätte Gneisenaustr. 12

10961 Berlin, Tel. 50 58 54 56

Ansprechpartner: Dr. Wolfgang Kramer

Fahrverbindung: U7 – Bhf. Gneisenaustraße,
Bus 140, 248, M19


Wir laden Sie herzlich zum Besuch der Begegnungsstätte Gneisenaustr. 12 ein. Bei uns finden Sie ein regelmäßiges Veranstaltungsangebot, das offen für alle Interessierten ist, obwohl die Begegnungsstätte örtlich mit einem Seniorenwohnhause verbunden ist. Willkommen zum Treffen mit Gleichgesinnten!

- ▶ Montag bis Freitag ab 12.00 Uhr
Mittagstisch nach vorheriger Anmeldung
- ▶ Montag 9.30-10.30 Uhr Gymnastik
- ▶ Montag 14.00 Uhr Kartenspiele
- ▶ Mittwoch 14.00 Uhr wechselnde Angebote,
siehe Veranstaltungskalender
- ▶ Donnerstag 14.00 Uhr Jakkolo
- ▶ Donnerstag 17.00 Uhr Yoga
- ▶ Freitag 14.00 Uhr Kartenspiele

REGION 3

AWO Begegnungszentrum

Adalbertstr. 23 a, 10997 Berlin, Tel. 69 53 56-11


 www.begegnungszentrum.org

mehr Informationen *siehe Seiten 11 und 57*

REGION 3

Familiengarten

Oranienstr. 34 (HH), 10999 Berlin

Tel. 614 35 56,  www.kotti-berlin.de


- ▶ Montag 13.00-14.00 Uhr, offene Handarbeitsgruppe
- ▶ Dienstag 11.00-15.00 Uhr, Kreativwerkstatt
- ▶ Mittwoch 14.00-18.00 Uhr, Club 2. Frühling Treffen älterer Migrantinnen 50 Plus
- ▶ Donnerstag 11.00-13.00 Uhr, Seidenmalkurs
- ▶ Freitag 10.00-13 Uhr, Frauengespräche Frühstück, Unternehmungen
- ▶ Sonntagstanz *siehe Seite 9* mehr Informationen *siehe Seite 59*

REGION 4

Begegnungsstätte Falckensteinstr. 6

10997 Berlin, Tel. 69 53 40 51



 begegnungsstaette@falckensteinstrasse.de

Öffnungszeiten: Mo-Do 12.00-17.30 Uhr

Fr 12.00-16.30 Uhr

Ansprechpartnerin: Frau Bartel

Fahrverbindung: U1 – Bhf. Schlesisches Tor

Bus 265

Unser Haus ist wochentags für aufgeschlossene, ältere Bürgerinnen und Bürger aller Nationalitäten geöffnet. Neben unseren ständigen Gruppenangeboten (s.u.), haben wir wechselnde Kultur- und Unterhaltungsprogramme, Workshops, Spielenachmittage, Gedächtnistraining u.v.m. Sie können sich auf unserer Homepage www.falckensteinstrasse.de oder telefonisch über aktuelle Veranstaltungen informieren. Interessierte Besucherinnen und Besucher sind uns herzlich willkommen!

Ständige Gruppenangebote:

- ▶ Montag 13.00-15.00 Uhr Malgruppe
- ▶ 1.+3. Montag, 10.30-12.00 Uhr Trommelgruppe
- ▶ Dienstag 10.00-11.30 Uhr Generationengarten
- ▶ Dienstag 10.00-12.00 Uhr Theatergruppe
- ▶ Dienstag 12.00-15.00 Uhr Töpfergruppe
- ▶ Mittwoch 13.00-17.00 Uhr Homepagegruppe
- ▶ Freitag 10.00-11.30 Uhr
Gesund bewegen – kreativ tanzen
- ▶ Samstag, jeden 3., 10.00 Uhr Kochgruppe

Computertreff Falckensteinstraße

Tel. 69 53 40 52,  www.falckensteinstrasse.de

begegnungsstaette@falckensteinstrasse.de

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do 11.00-16.00 Uhr

Fr 11.00-15.00 Uhr und nach tel.

Terminabsprache, Mittwoch geschlossen

Unsere Angebote:

Briefe per PC schreiben, Grußkarten selbst anfertigen, eigene Visitenkarten entwerfen, surfen im Internet, e-mailen – mit Einführung für Anfänger (Internet mit kleinem Kostenbeitrag), Computerkurse vom Anfänger bis Bildbearbeitung, u. v. m.


Yanımızda düzenli:

- ▶ Bilgisayar ile mektup yazmayı öđrenme,
- ▶ Kendi kartvizitini kendi düzenleme,
- ▶ E-Mail gönderme,
- ▶ Computer kursları, Internet`te seyahat,
- ▶ Ve daha neler neler
- ▶ Temel bilgiler þart koþulmuyor.
- ▶ Kim kendine güveniyor???
- ▶ Buyurun bir defa görün
- ▶ Açık olan gün ve saatlerimiz:
- ▶ Pazartesi, Salı, Perþembe; saat 11.00-16.00
- ▶ Cuma saat 11.00-15.00, Çarþamba kapalıdır!

REGION 4

Kreuzberger Stadtteilzentrum

Lausitzer Str. 8, 10999 Berlin, Tel. 612 66 66

 stadtteilzentrum@nachbarschaftshaus.de

 www.nachbarschaftshaus.de

Ansprechpartnerin: Petra Wojciechowski

Träger: Nachbarschaftshaus Urbanstraße e. V.

Friedrichshain

REGION 5

FriTS – Friedrichshainer Nachbarschaftstreff

Friedensstr. 93, 10249 Berlin, Tel. 45 30 65 65
 ☎ kieztreff-friedrichshain@agrар-boerse-ev.de
 Ansprechpartnerin: Frau Stoffregen
 Träger: Agrarbörse Deutschland Ost e.V.


REGION 6

Begegnungsstätte Schreinerstraße

Schreinerstr. 8, 10247 Berlin, Tel. 427 01 04
 ☎ sfs@drk-mueggelspree.de
 Ansprechpartnerin: Frau Jannek
 Fahrverbindung: U5 - Bhf. Samariterstraße
 Träger: Deutsches Rotes Kreuz
 Kreisverband Müggelspree e.V.

REGION 7

Begegnungsstätte „Lebensfreude“

Kadiner Straße 1, 10243 Berlin 
 Tel. 21 23 70 83
 Ansprechpartnerin: Frau Kulis
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 10.00-17.00 Uhr
 Fahrverbindung: U5 - Bhf. Frankfurter Tor

Wer diesen Text liest, ist eingeladen in unsere Begegnungsstätte, die nicht nur den Namen 'Lebensfreude' trägt, sondern auch vielen Besucherinnen und Besuchern Lebensfreude vermittelt. Wir haben vielfältige Veranstaltungen auf den Gebieten der Kunst, Kultur und Wissenschaft zu bieten. Auch eine Beteiligung an unseren Interessengruppen für die Stärkung von Geist und Körper sowie der Kommunikation untereinander ist für Sie möglich. Wir möchten Sie gerne bei uns begrüßen!

Angebote:

- ▶ Montag 10.00 Uhr Schreibende Jahresringe
- ▶ Montag 13.30 Uhr Kartenspiele
- ▶ Montag 14.00 und 19.00 Uhr Chor
- ▶ Montag 14.00 Uhr
verschiedene Interessengruppen
- ▶ Montag, 1 x monatlich, 10.00 Uhr Beratungsbörse (siehe Aushang in der Begegnungsstätte und im monatlichen Veranstaltungskalender)
- ▶ Montag, 1 x monatlich, Stunden der Gemeinschaft – Kinder der Kita Hopsemops und Seniorinnen treffen sich (siehe Aushang)
- ▶ Dienstag, 14-täglich, 10.00 Uhr Kreatives Gestalten (siehe Aushang)
- ▶ Dienstag und Mittwoch 14.00 Uhr Veranstaltungen lt. Programm
- ▶ Mittwoch 16.00 Uhr Gesprächskreis der Selbsthilfegruppe für Anfallkranke
- ▶ Mittwoch, 14-täglich, 10.00 Uhr Gedächtnistraining für Senioren
- ▶ Mittwoch, 14-täglich, 10.00 Uhr Wandern (siehe Aushang)
- ▶ Donnerstag 10.00-11.00 Uhr
Gymnastik für Seniorinnen und Senioren
- ▶ Donnerstag 10.00 Uhr Vorruhestandsgruppen
- ▶ Donnerstag 12.45-16.45 Uhr Skat
- ▶ Donnerstag 14.00-15.30 Uhr Handarbeitsgruppe
- ▶ Donnerstag 16.00 Uhr Schach für Kinder
- ▶ Donnerstag 17.00-18.30 Uhr Englisch
- ▶ Donnerstag 17.00 Uhr Schach für Jugendliche
- ▶ Donnerstag 18.00 Uhr Schach für Erwachsene
- ▶ Donnerstag, 14-täglich, 13.30 Uhr Bingo
- ▶ Donnerstag, 1 x monatlich, 13.30 Uhr
Literaturcafé (siehe Aushang)
- ▶ Freitag 14.00-17.00 Uhr Tanz
- ▶ Freitag, 1. im Monat, 14.00 Uhr Singen mit Uta
- ▶ Freitag, 2. und 4. im Monat, 14.00 Uhr Vorruhestandsgruppen
- ▶ Freitag, 4. im Monat, Spielenachmittag
(Selbsthilfegruppe für Anfallkranke)

REGION 7

Wir Im Kiez – Nachbarschaftstreff der Volkssolidarität

Koppenstraße 62, 10243 Berlin

Ansprechpartnerin: Frau Telschow

Tel. 29 35 22 61

Montag bis Donnerstag 10.00-16.00 Uhr

Geschäftsstelle der Volkssolidarität

Friedrichshain-Kreuzberg, Koppenstr. 62

10243 Berlin, Dienstag 9.00-12.00 Uhr

Tel. 29 66 86 66, Fax 29 35 23 62,

Ansprechpartner: Herr Rebien

► Dienstag 15.00-18.00 Uhr

Sprechstunde Pflegeengagement

Ansprechpartnerin: Frau Vuong 0173-283 95 60

► Montag 14.30-15.30 Uhr Singen

► Dienstag 14.00-16.00 Uhr Handarbeitsgruppe

► Dienstag 14.00-17.00 Uhr Kreatives Gestalten

► Dienstag 16.00-19.00 Uhr Klöppelgruppe
(Termine bitte erfragen)

► Mittwoch 14.00-16.00 Uhr Spielrunde

► Mittwoch, jeden 3., 15.00-17.00 Uhr

Café Kontakt – nicht nur für pflegende Angehörige und Betroffene

Ansprechpartnerin: Frau Vuong

Tel. 0173-283 95 60

► Donnerstag 10.00-11.00 Uhr Stuhlgymnastik

► Freitag 10.00-11.00 Uhr Tanzkreis

Unsere Gruppenangebote sind alle offen für jede/n Interessierte/n

REGION 7

Seniorenbegegnungs- & Beratungszentrum in der Singerstraße

Singerstr. 83, 10243 Berlin, Tel. 249 10 77

Ansprechpartnerin: Frau Heinrich

Träger: Unionhilfswerk

Senioreneinrichtungen gGmbH

► Dienstag 10.00 Uhr Handarbeit

► Dienstag, Mittwoch, Donnerstag 13.30 Uhr
Plauderstübchen-Café

► Dienstag 14.30 Uhr Gedächtnistraining

► Mittwoch 10.00 Uhr

Sanfte Gymnastik, nachmittags musikalisch-literarische Veranstaltungen, Vorträge, Feste, Busausflüge u.v.m.

► Donnerstag 10.00 Uhr Singen

► Donnerstag 14.00 Uhr Spielenachmittag





REGION 8

Selbsthilfe-Treffpunkt

Boxhagener Str. 89, 10245 Berlin, Tel. 291 83 48

🌐 www.selbsthilfe-treffpunkt.de

Sprechzeiten: Di und Fr 10.00-13.00 Uhr

Mi und Do 15.00-18.00 Uhr

Träger: Volkssolidarität LV Berlin e.V.

- ▶ Beratung zu Selbsthilfe und bürgerschaftlichem Engagement (Freiwilligenagentur)
- ▶ Russischsprachige Sozial- und Gesundheitsberatung (nach Vereinbarung);
- ▶ Beratung zur Hinterhofbegrünung
- ▶ Beratung zur Psychotherapie
- ▶ Rentensprechstunde
- ▶ Friedrichshainer Tauschring
- ▶ Di und Fr 14.00 Uhr: Offenes Kaffeekränzchen für Seniorinnen und Senioren
- ▶ Außerdem: Brückenbauer – „Interkulturelle Stadtteilzeitung zum Mitarbeiten“, Herr Rebien, Tel. 0172-303 56 89

Weitere Angebote *siehe Seiten 51, 56*

REGION 8

RuDi – Das Kultur- und Nachbarschaftszentrum

Modersohnstr. 55, Tel. 292 96 03, Herr Zielske

✉ leiter@rudizentrum.de

- ▶ Montag bis Freitag durchgehender Galeriebetrieb
 - ▶ Montag bis Freitag 10.00-14.00 Uhr, ALG II Beratung – nach telefonischer Anmeldung Tel. 29 49 20 25, in dringenden Fällen 0174-234 86 23
 - ▶ Montag 19.00 Uhr Yoga
 - ▶ Dienstag 10.00 Uhr Frauenfrühstück mit interessanten Vorträgen
 - ▶ Dienstag 18.00 Uhr Yoga
 - ▶ Mittwoch 9.30 Uhr Seniorensport
 - ▶ Mittwoch 11.30 Uhr Gedächtnistraining
 - ▶ Mittwoch 11.30 und 13.30 Uhr Tanz dich fit
 - ▶ Mittwoch 16.00 Uhr Computer- und Internetschnupperkurs
 - ▶ Mittwoch 18.00 Uhr Yoga
 - ▶ Donnerstag 11.00 Uhr Frauengymnastik
 - ▶ Donnerstag 14.00 Uhr Seniorennachmittag: Plaudercafé
 - ▶ Donnerstag 18.00-21.00 Uhr Thai Chi
- Weitere, vielfältige Angebote im Detail unter 🌐 www.rudizentrum.de

Angebote der Kirchengemeinden

Friedrichshain

■ Evangelische Gemeinde Pfingst

Gemeindebüro: Petersburger Platz 5

10249 Berlin, Tel. 427 39 28

✉ info@pfingstkirche-berlin.de

Öffnungszeiten: Di 16.00-18.00 Uhr

Do 9.00-11.00 Uhr

Seniorenarbeit: Pfarrerin Lioba Diez

Tel. 33 98 31 15

► Weitere Informationen:

🌐 www.pfingstkirche-berlin.de

■ Evangelische Kirchengemeinde

Boxhagen-Stralau

Simplonstr. 31-37, 10245 Berlin

Tel. 291 09 67

✉ buero@boxhagen-stralau.de

■ Ev. Freikirchliche Gemeinde Bethel

Matternstr. 17-18, 10249 Berlin, Tel. 426 23 78

■ Ev. Kirchengemeinde St. Markus

Marchlewskistr. 40, 10243 Berlin, Tel. 296 02 90

✉ kuester@stmarkus-friedrichshain.de

Lazarus-Haus, Marchlewskistr. 40

Tel. 296 02 90

Andreas-Haus, Stralauer Platz 32

Tel./Fax 29 66 24 96

Kreuzberg

■ Ev. Kirchengemeinde in der Friedrichstadt

Gemeindebüro: Taubenstr. 3, 10117 Berlin

✉ gemeindebuero@evkg-friedrichstadt.de

🌐 www.evkg-friedrichstadt.de

Informationen über Angebote und Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren

Tel. 204 35 48

Sprechstunde: Di 15.00-18.00 Uhr

Mi und Do 9.00-12.00 Uhr

■ Jesus Christus Kirchengemeinde

Wartenburgstr. 7, 10963 Berlin

Tel. 215 80 01, Fax 216 33 52

✉ gemeinde@christuskirche-kreuzberg.de

🌐 www.christuskirche-kreuzberg.de

■ Ev. Kirchengemeinde Kreuzberg Mitte

Zentralküsterei, Oranienstr. 132-134

10969 Berlin, Tel. 61 60 96 16

✉ kirche@kreuzberg-mitte.de

► St. Jacobi – Luisenstadt

Oranienstr. 132-134, 10969 Berlin

Tel. 61 60 96 16

🌐 www.jacobiluisenstadt.de

Büro: Mo 16.00-18.00, Mi 10.00-12.00 Uhr

► Ev. Melanchthongemeinde

Planufer 84, 10967 Berlin, Tel. 89 20 19 33

✉ melanchthongemeinde.kreuzberg@

t-online.de

🌐 www.melanchthongemeinde-kreuzberg.de

Büro: Di 10.00-12.00, Do 16.00-18.00 Uhr

► St. Simeon

Wassertorstr. 21 a, 10969 Berlin

Tel. 614 67 94, Fax 61 40 23 45

🌐 www.st-simeon.de

Büro: 16.00-18.00 Uhr, Do 10.00-12.00 Uhr

■ **Ev. Kirchengemeinde St. Thomas**

Bethaniendamm 23-27, 10997 Berlin
Tel. 612 37 22

🌐 www.stthomas-berlin.de

✉ gemeinde@stthomas-berlin.de

■ **Evangelische Kirchengemeinde**

Heilig Kreuz-Passion

✉ l.schulz@heiligkreuzpassion.de

🌐 www.heiligkreuzpassion.de

Mit den Gemeindeteilen:

- ▶ Passionskirche, Marheinekeplatz 1
10961 Berlin, Tel. 69 40 12 39
- ▶ Heilig-Kreuz-Kirche, Zossener Str. 65
10961 Berlin, Tel. 691 20 07
Seniorenbüro Heilig Kreuz, Frau Schulz
Tel. 814 925-92

■ **Ev. Taborgemeinde**

Taborstr. 17, 10997 Berlin, Tel. 612 31 29

Büro- und Öffnungszeiten: Mo 9.00-13.00 Uhr

Mi 16.00-19.00 Uhr

Do 11.00-13.00 Uhr, Fr 11.00-13.00 Uhr

■ **Ev. Kirchengemeinde Emmaus-Oelberg**

Lausitzer Platz 8 a, 10997 Berlin

Tel. 61 69 31-0, Fax 61 69 31 21

✉ gemeinde@emmaus.de

Büro: Mo/Do 9.00-13.00 Uhr

Di 9.00-11.00 Uhr, Mi 13.00-17.00 Uhr

Weltcafé: Mo-Fr 15.00-18.00 Uhr

■ **Kath. Pfarramt St. Bonifatius**

Yorkstr. 88c, 10965 Berlin, Tel. 78 90 56-0

Fax 78 90 56 20, 🌐 www.st-bonifatius-berlin.de

Bürozeiten: Di und Fr 10.00-12.00 Uhr

Do 15.00-18.00

■ **Kath. Kirchengemeinde St. Marien Liebfrauen**

Wrangelstr. 50, 10997 Berlin, Tel. 61 12 93-20

Fax 61 12 93 21, 🌐 www.marien-liebfrauen.de

✉ marien-liebfrauen@gmx.de

Alpenwirt

DEUTSCHE KÜCHE &
ALPENLÄNDISCHE SPEZIALITÄTEN



DAS FREUNDLICHE RESTAURANT IN IHREM KIEZ

Im holzfarbenen, urigem Ambiente und einem langen Tresen lädt der **Alpenwirt** seine Gäste zu deutscher und alpenländischer Küche ein. Auf der Speisekarte stehen Weißwürste, Wild, Fisch, Steaks, Terrinen, Salate. Als Beilagen Klöße, Kartoffeln und Kroketten. Alles wird lecker, schnell und freundlich auf den Tisch gebracht.

Wer hier eine Familienfeier (bis zu 100 Personen) plant, erhält vom Serviceteam zahlreiche Buffetvorschläge und gern auch Unterstützung bei der individuellen Zusammenstellung. Das Spezialitätenrestaurant bietet mit seinem „Alpenmobil“ zudem auch ein professionelles **Catering** an.



Karl-Marx-Allee 90a, 10243 Berlin
Tel. 296 57 27, Fax 92 09 40 47

Öffnungszeiten: täglich ab 11.30 Uhr

www.beimalpenwirt.de



**1 Glas
Sekt** gratis bei
Vorlage
der Anzeige

Ehrenamt

Der ehrenamtliche Dienst

Im Amt für Soziales sind an verschiedensten Stellen freiwillige Helferinnen und Helfer zur Unterstützung der Arbeit der Hauptamtlichen tätig. Sie haben Aufgaben in den Begegnungsstätten und bei Seniorenveranstaltungen übernommen. Ein Teilbereich ist der Ehrenamtliche Dienst, in dem freiwillige Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Sozialkommissionen und Wohnbereichen des Bezirks tätig sind. Sie nehmen die Ehrungen bei älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger an bestimmten Geburtstagen und bei Ehejubiläen vor. Gratuliert wird beim 80., 85., 90., 95., 100. und allen weiteren Geburtstagen sowie bei der Goldenen, Diamantenen und Eisernen Hochzeit. Weitere Helferinnen und Helfer des Ehrenamtlichen Dienstes sind in Begegnungsstätten, in einer Migranten- oder Obdachlosengruppe oder in der FreiwilligenAgentur aktiv. Im Rahmen einer Fortbildung werden Informationsveranstaltungen für die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter angeboten.

Haben auch Sie Interesse, einen Teil Ihrer Zeit in den Dienst anderer zu stellen? Dann melden Sie sich bei unserem Mitarbeiter im Amt für Soziales, Bereich Stadtteil- und Seniorenangebote, Herrn Dr. Kaczinski, Zi. 3053, Yorckstraße 4-11 10958 Berlin, Tel. 90298-2781 oder senden Sie uns die Postkarte (*siehe Seiten 27/28*) zurück.

Fahri işler

Sosyal Hizmetler Dairesinde görevli çalışanlara destek olmaları amacıyla çeşitli bölümlerde gönüllü yardımcıları bulunmaktadır. Gönüllü yardımcıları emekliler yurtlarında, buluşma yerlerinde ve emeklilere yönelik etkinlikler düzenlendiğinde görev almaktadırlar. Fahri işlerin bir kısmını sosyal komisyonlar ve semtin diğer mahallelerinde gerçekleştirilen gönüllü vazifeler oluşturmaktadır.

Yaşlı insanların doğum günü ve evlilik yıldönümü kutlamaları, 80., 85., 90. ve doksanın üzerinde tüm yaş günlerinde ve özel evlilik yıldönümlerinde tebrik ziyaretleri gönüllülerin vazifeleri arasında yer alır. Gönüllü yardımcıları Özürlüler Grubu, Hasta Ziyaretleri Grubu, Göçmenler- ve Evsizler Gurubu ve Gönüllüler Ajansında da aktif olarak çalışmaktadırlar. Gönüllü yardımcıları bilgilendirmek amacıyla iki haftada bir kurslar düzenlenmektedir. Siz de zamanınızın bir kısmını başkalarına yardım etmeye ayırmak istemez misiniz? Siz de fahri görevler üstlenmek isterseniz, Emekliler Dairesinin Yorckstraße 4-11, 10958 Berlin adresinde görevli olan Bay Kaczinski'ye telefonla ya da kısa bir mektupla başvurabilirsiniz. Telefon numarası: 90298-2781.

Beratungsstelle für ehrenamtliche Betreuer

Beratung ehrenamtlicher Betreuerinnen / Betreuer und Bevollmächtigter und Information über das Thema Persönliche Vorsorge:

Caritas-Verband, Frau Elisabeth Schmid
Thaerstr. 30, 10249 Berlin
Tel. 263 98 09 30, Fax 263 98 09 35

FreiwilligenAgentur KreuzbergFriedrichshain

Wie wäre es mit einem freiwilligen Engagement?



Immer mehr Menschen möchten sich aus unterschiedlichen Motivationen heraus sinnvoll freiwillig betätigen. Durch ihr ehrenamtliches Engagement tragen sie zu einem lebenswerten Gemeinwesen bei. Wir wollen behilflich sein, damit freiwillig Interessierte und mögliche Tätigkeitsbereiche schnell und unkompliziert zueinander finden. Die FreiwilligenAgentur KreuzbergFriedrichshain, die im kommenden Dezember ihr 15-jähriges Bestehen begeht, berät, vermittelt und begleitet Menschen, die sich für andere engagieren möchten. Sie zeigt

die Möglichkeiten zur Mitarbeit in Vereinen, Initiativen, Kirchengemeinden und Projekten auf, entsprechend den jeweiligen persönlichen Wünschen und Fähigkeiten. Die FreiwilligenAgentur KreuzbergFriedrichshain, in gemeinsamer Trägerschaft des Nachbarschaftshauses Urbanstraße e.V., des Bezirksamtes Friedrichshain-Kreuzberg, Abt. Soziales, Beschäftigung und Bürgerdienste, der evangelischen Kirchengemeinde Heilig Kreuz-Passion und der Volkssolidarität finden Sie in der Grimmstr. 16, 10967 Berlin. Im Rahmen der Bezirksfusion hat die FreiwilligenAgentur KreuzbergFriedrichshain eine Kooperation mit dem Selbsthilfetreffpunkt Friedrichshain-Kreuzberg in der Boxhagener Straße 89, 10245 Berlin, vereinbart. Träger des Selbsthilfetreffpunktes ist die Volkssolidarität. Dort gibt es einen zusätzlichen Standort der Agentur, so dass Friedrichshainer Bürgerinnen und Bürger keine langen Wege auf sich nehmen müssen.

Ansprechpersonen:

- ▶ FreiwilligenAgentur KreuzbergFriedrichshain
Frau Brandt, Tel. 311 66 00 77
- ▶ Selbsthilfetreffpunkt Friedrichshain-Kreuzberg
Herr Dr. Ingenkamp, Tel. 291 83 48 oder
- ▶ Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg
Herr Dr. Kaczinski, Tel. 90298-2781

Weitere Infos unter:

 www.die-freiwilligenagentur.de
 info@die-freiwilligenagentur.de

Seit März 2011 bietet die **FreiwilligenAgentur** KreuzbergFriedrichshain in enger Kooperation mit dem Bereich Stadtteil- und Seniorenangebote, Raum 3054, Yorckstr. 4-11, Sprechstunden an: Dienstag 10.00 bis 12.00 Uhr und Donnerstag 14.00-16.00 Uhr. Nähere Auskünfte unter der Rufnummer der FreiwilligenAgentur 311 66 00 77 oder Stadtteil- und Seniorenangebote Herrn Dr. Kaczinski, Tel. 90298-2781.

Beratungsbörse zur fachlichen Anleitung und Unterstützung bei ehrenamtlicher Tätigkeit älterer Menschen

Bereits im Vorwort des ersten Ehrenamtsberichts des Berliner Senats und im Berliner Seniorenmitwirkungsgesetz (BerSenG) wird festgestellt, dass „ohne das bürgerschaftliche Engagement der Bürgerinnen und Bürger unser Land erheblich ärmer“ wäre. „Es ist gerade der ‚soziale Kitt‘ des freiwilligen Engagements, der dafür sorgt, dass unsere Gesellschaft lebenswert bleibt.“ Die älter werdende Gesellschaft birgt sowohl Herausforderungen als auch Chancen. Dies wird ebenfalls durch die ehrenamtliche freiwillige Tätigkeit in den Sozialkommissionen, in der Seniorenvertretung, in den verschiedenen Vereinen, Projekten und Initiativen im Bezirk Friedrichshain-Kreuzberg immer wieder bestätigt. Ohne die freiwillige Arbeit wären die vielfältigen sozialen Aufgaben nicht zu bewältigen. Die Beratungsbörse, die im Oktober 1994 von der Paritätischen Akademie Berlin gegründet wurde und ehrenamtlich von Frau Renate Schack geleitet wird, blickt in diesem Jahr auf ein 20-jähriges Bestehen. Es ist weiterhin das Anliegen der Beratungsbörse, denjenigen, die bei der Betreuung und Beratung älterer Menschen in Friedrichshain-Kreuzberg ehrenamtlich tätig sind, fachliche Anleitung und Unterstützung zu geben. Das bedeutet, den Ehrenamtlichen solche Angebote zu unterbreiten, die sie zur besseren Ausübung und zur persönlichen Befriedigung ihres freiwilligen Engagements benötigen. Deshalb orientieren sich die Themeninhalte an den Interessen und Potenzialen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Diese Themen umfassen Fragen zur Gesundheit, zur Familie, zur Wohnung, zum Recht, zum Umgang mit Behörden und Ämtern sowie zur Lösung von Problemen des täglichen Lebens und leisten somit Hilfe zur Selbsthilfe. Weiterhin werden Netzwerke und Projekte der sozialen Arbeit im Stadtbezirk vorgestellt. Termine und Themen finden Sie in unseren monatlich erscheinenden Veranstaltungskalendern.



Schenken Sie Berlin ein paar Stunden Ihrer Zeit

■ 7. Berliner Freiwilligenbörse

5. 4. 2014, 11.00-17.00 Uhr im Roten Rathaus

🌐 www.berliner-freiwilligenboerse.de

■ 4. Berliner Engagementwoche

12. 9.-21. 9. 2014

Koordination: Landesfreiwilligenagentur Berlin

🌐 www.freiwillig.info, aktuelle Informationen

unter 🌐 www.berliner-engagement-woche.de

■ 10. Woche des bürgerschaftlichen Engagements

12. 9.-21. 9. 2014

Koordination: Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement (BBE)

Voraussichtlich am: 20. 9. 2014, 12.00-17.00 Uhr
Sperrgutmarkt am Südstern.

Kooperation des Nachbarschaftshaus Urban-
straße und FreiwilligenAgentur KreuzbergFried-
richshain

Kontakt: Kathrin Duffner, Tel. 311 66 00 77

Info unter ✉ aktionswoche@b-b-e.de

🌐 www.engagement-macht-stark.de

🌐 www.b-b-e.de

BBE-Tel. 62 980-120/-121, Fax 62 980-151

IKFA –

Interkulturelle Freiwilligenagentur

Obentrautstr. 72, 10963 Berlin, Tel. 23 62 33 28

Beratung nach telefonischer Vereinbarung

Ansprechpartnerinnen: Fr. Nalan Arkat

und Fr. Nehir Aydemir

Runder Tisch Senioren

Vertreterinnen und Vertreter von 30 Initiativen, Vereine und Institutionen beraten am „Runden Tisch Senioren Friedrichshain-Kreuzberg (RTS)“ ihr gemeinsames Wirken für mehr soziale Gerechtigkeit. Dieser setzt nach wie vor auf Themen wie z.B. Rentengerechtigkeit, bezahlbare Gesundheit, Mobilität.

Kontakt: Fr. Thimm, Tel. 0179-999 20 58

Aktionsgemeinschaft

Die Aktionsgemeinschaft besteht schon seit mehr als 30 Jahren, die sich zum Zweck der Seniorenbetreuung gebildet hat. Treffpunkt ist 1 x monatlich samstags in der Zeit von 14.00-17.00 Uhr die Begegnungsstätte Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin. Das Angebot richtet sich an alle interessierten Seniorinnen und Senioren des Bezirks. Der Eintritt für die Veranstaltungen inklusive Kaffee und Kuchen beträgt in der Regel 3,00 €.

■ Nähere Informationen erhalten Sie bei

Rolf Schikorr, Tel. 785 11 91

bei dem Sie sich auch für die

Veranstaltungen anmelden können.

Hochzeitsjubiläen

Anlässlich Ihres Hochzeitsjubiläums möchte Ihnen eine Vertreterin oder ein Vertreter des Bezirksamtes gerne persönlich gratulieren. Da uns die Hochzeitsdaten nicht bekannt sind, informieren Sie bitte rechtzeitig unsere Mitarbeiterin Frau Schulz, Tel. 90 298-3001, über Ihren Festtag oder senden Sie uns die Postkarte zurück.

Sozialkommissionen und Wohnbereiche mit Ansprechpersonen

Friedrichshain

Soko 1	Erika Walter	Tel. 29 30 96 49
Soko 2	Ernst Kutzner	Tel. 249 80 40
Soko 4	Anita Flaszynski	Tel. 42 25 60 97
Soko 7	Erika Orgs	Tel. 42 01 20 07
Soko 10	Horst Martin	Tel. 29 00 05 05
Soko 12	Andreas Baumann	Tel. 25 29 89 52
Soko 15	Gisela Perschall	Tel. 292 38 09
Soko 16	Karl-Heinz Kluge	Tel. 291 39 41
Soko 21	Petia Springer	Tel. 975 17 83

Kreuzberg

Soko 1	Heinz Beyer	Tel. 614 63 25
Soko 2	Ruth Schroer	Tel. 614 45 60
Soko 3	Klaus Richter	Tel. 614 51 82
Soko 4	Dan Kretschmann	Tel. 785 35 28
Soko 5	Siegfried Lay	Tel. 0157-39 46 82 60
Soko 6	Barbara Lübbermann	Tel. 03379/37 08 64
Soko 7	Gisela Kaiser	Tel. 68 89 55 43
Soko 8	Inge Rosenowski	Tel. 691 76 71
Soko 9	Martin Pelz	Tel. 614 85 79
Soko 10	Anneliese Lubien	Tel. 691 41 46
Soko 11	Eva Masur	Tel. 685 18 41
Soko 12	Axel Schneider	Tel. 694 32 58



Absender



Rufnummer

Familienname

Vorname (beide)

Straße und Hausnummer

PLZ

Ort



Postkarte

Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg
von Berlin
Stadtteil- und Seniorenangebote
Dr. Kaczinski, Soz 22
Postfach 350701

10216 Berlin



Wir feiern am unsere

- Goldene Hochzeit (50 Jahre)
- Diamantene Hochzeit (60 Jahre)
- Eiserne Hochzeit (65 Jahre)
- Gnadenhochzeit (70 Jahre)
- Steinerne Hochzeit (75 Jahre)

und würden uns über Glückwünsche
des Bezirksamtes freuen.

**Ich interessiere mich für eine
ehrenamtliche Tätigkeit und
bitte um weitere Informationen**

Lebenslanges Lernen

Bibliotheken

Im Folgenden erhalten Sie einen Überblick über die Bibliotheken im Bezirk mit ihren Schwerpunkten und Kontaktdaten - ausführliche Informationen finden Sie unter folgendem Link:

🌐 www.stadtbibliothek-fk.berlin.de

■ **Bezirkszentralbibliothek**

Frankfurter Allee Pablo-Neruda-Bibliothek

Frankfurter Allee 14 a, 10247 Berlin

Allgemeine Auskunft: Tel. 90 298-57 50

Öffnungszeiten: Mo bis Do 10.00-19.00 Uhr

Fr 10.00-17.00 Uhr, Sa 11.00-16.00 Uhr

Besondere Angebote:

- ▶ Romane – auch in Großdruck, Kunstbücher und Kunstwerke, Ratgeber für alle Lebenslagen – auch für Großeltern, Medien in leichter Sprache Deutsch, Literatur in englischer, französischer, russischer oder spanischer Sprache – auch zum Vorlesen Hörbücher, Spielfilme, Tageszeitungen, Zeitschriften, kostenloses Internet, W-LAN, Lesecafé...

■ **Stadtteilbibliothek**

Friedrich-von-Raumer-Bibliothek

Dudenstr. 18-20, 10965 Berlin

Allgemeine Auskunft: Tel. 50 58 76 13

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do 13.00-19.00 Uhr

Mi, Fr 11.00-17.00 Uhr

Besondere Angebote:

- ▶ DVDs (überwiegend Spielfilme), Musik-CDs (Rock-Popmusik, Weltmusik, Musik aus anderen Ländern), Medienangebot zur Sprach- und Frühförderung, englischsprachige Romane und Comics für Kinder und Erwachsene, Bilderbücher und Vorlesebücher in den Sprachen arabisch, englisch, französisch, spanisch und türkisch, kostenloses Internet, W-LAN

■ **Familienbibliothek**

Else-Ury-Familienbibliothek

Glogauer Str. 13, 10999 Berlin

Allgemeine Auskunft: Tel. 22 50 26 13

Mo, Do 13.00-18.00 Uhr; Di, Fr 12.00-17.00 Uhr

Mi geschlossen

Besondere Angebote:

- ▶ Romane, Krimis, Hörbücher für Erwachsene, Ausgewählter Bestand an Büchern zur Sprach- und Frühförderung, Bewegung und Entspannung, Bilderbücher und Vorlesebücher in den Sprachen arabisch, englisch, französisch, spanisch und türkisch, kostenloses Internet

■ **Mittelpunktbibliothek Wilhelm-Liebknacht/ Namik-Kemal-Bibliothek**

Adalbertstr. 2, 10999 Berlin

Allgemeine Auskunft: Tel. 50 58 52 25

Öffnungszeiten: Mo, Di, Mi, Do 11.00-19.00 Uhr,

Fr, 11.00-17.00 Uhr

Besondere Angebote:

- ▶ Literatur in englischer, türkischer und arabischer Sprache
- ▶ Zeitungen, Zeitschriften in englischer, türkischer und arabischer Sprache
- ▶ Deutsch als Fremdsprache – Sprachkurse und Lehrbücher, „MultiKulti“ -
- ▶ Internationales Leben in Deutschland
- ▶ DVDs und Blue-Rays, auch in türkisch
- ▶ Musik-CDs (Weltmusik, türkische Musik)
- ▶ Hörbücher
- ▶ kostenloses Internet, W-LAN



Ort der Kommunikation

Sie war ein Geschenk des amerikanischen Volkes an die Berliner im Westteil der Stadt anlässlich der überstandenen Blockade 1948/49. Die Amerika-Gedenkbibliothek wurde im September 1954 als Symbol der Bildungs- und Meinungsfreiheit eröffnet. 1995 fusionierte sie mit der Berliner Stadtbibliothek im Ostteil der Stadt zur Zentral- und Landesbibliothek Berlin, 2005 kam die Senatsbibliothek Berlin hinzu. Ein breitgefächertes multimediales Angebot bietet einen unkomplizierten Zugang zu Informationen und Wissen. Die AGB wandelt sich wie alle Bibliotheken zum Ort der Informationskompetenz und einem kommunikativen wie multimedialen Lernort.

■ Amerika-Gedenkbibliothek:

Blücherplatz 1, 10961 Berlin
www.zlb.de

■ Stadtteilbibliothek Bona-Peiser-Bibliothek

Oranienstraße 72, 10969 Berlin
Allgemeine Auskunft: Tel. 50 58 64 14
Öffnungszeiten: Mo, Do 13.00-19.00 Uhr
Di, Fr 13.00-17.00 Uhr, Mi geschlossen

Besondere Angebote:

- ▶ Romane, Thriller, Bestseller, Hörbücher, Sachbücher, allgemeine Ratgeber sowie Ratgeber für Eltern und Erziehende finden unsere Besucher/innen in der Erwachsenenabteilung
- ▶ Kriminal-Kabinett
- ▶ Die Kinderabteilung hält eine breite Auswahl an Kinderbüchern für unterschiedliche Altersstufen sowie Medien zur Unterstützung des Lernens in Grundschule und Sekundarstufe I bereit.
- ▶ Spiele für die Wii-Konsole
- ▶ kostenloses Internet, W-LAN

■ Alfred Döblin Bibliothek



im Vivantes Klinikum Am Urban
in Kooperation mit der ajb gmbh
Dieffenbachstr. 1, im Foyer
10967 Berlin, Tel. 130 22 31 56, Frau Boldt
Mo/Di/Do 14.00-16.30 Uhr, Di/Fr 10.30-13.00 Uhr
Besondere Angebote:

- ▶ Unterhaltungsliteratur, auch fremdspr. Titel
- ▶ Ein Drittel des Bestandes beinhaltet Sachbücher zu Themen wie z. B. Kunst, Geschichte, Psychologie und Medizin.

Die Ausleihe ist kostenlos. Für unsere Besucherinnen und Besucher steht ein Internet-Arbeitsplatz zur Verfügung (0,50 € á 30 Min.). Antiquarische Bücher sind gegen eine kleine Spende zu bekommen. Wir freuen uns über Bücherspenden. Außerdem finden regelmäßig Lesungen in Kooperation mit dem Bereich Stadtteil- und Seniorenangebote statt. Weitere Informationen hierzu finden Sie in unseren Veranstaltungskalendern.

Volkshochschule

Bildungsangebote für Jung und Alt!

Tageskurse, Wochenendkurse, Vormittagskurse. Sprachkurse: Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch, Deutsch, Russisch, Arabisch, Türkisch; Malen, Zeichnen, Keramik, Fotografie, Kunsthandwerk, Literatur, gemeinsame Theaterbesuche; Grundlagen der Computernutzung, Einstieg ins Internet; Gymnastik, fernöstliche Entspannung- und Bewegungsmethoden, Atemtechniken und vieles mehr.

■ Standort Friedrichshain



Frankfurter Allee 37, 10247 Berlin
U-Bhf. Samariterstraße, Info-Tel. 902 98 46 00
Sprechstunden: Di 10.00-12.00, 15.00-18.30 Uhr
– geschlossen in den Schulferien –

■ Standort Kreuzberg

Wassertorstraße 4, 10969 Berlin
U-Bhf. Kottbusser Tor, U-Bhf. Prinzenstraße
Info-Tel. 902 98 46 00
Sprechstunden: Do 10.00-12.00 Uhr und
15.00-18.30 Uhr
– geschlossen in den Schulferien –
keine Barzahlung möglich (nur per Lastschrift)

Die Volkshochschulprogramme sind in beiden Standorten erhältlich. Gegen einen ausreichend frankierten Rückumschlag (DIN A 4) schicken wir Ihnen das Jahresprogramm zu. Alle Kursprogramme auch unter www.vhs-fk.de
 info@vhs-fk.de

www.wissensdurstig.de

Veranstaltungsportal für bildungshungrige Menschen ab 55. Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V. (BAGSO) hat eine Veranstaltungs-Datenbank freigeschaltet. Sie ermöglicht es Senior/innen, sich schnell und unkompliziert über örtliche, regionale und bundesweite Bildungsangebote zu informieren.

BAG WiWA in der DGWF e. V.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft Wissenschaftliche Weiterbildung für Ältere in der Deutschen Gesellschaft für wissenschaftliche Weiterbildung und Fernstudium e.V. (DGWF e.V.) ist der Zusammenschluss, der für die wissenschaftliche Weiterbildung älterer Erwachsener verantwortlichen Institutionen, Hochschulen, kooperierenden Einrichtungen (z. B. „Universitäten des 3. Lebensalters“ und „Seniorenakademien“).

Ziele: Der demografische Wandel und die Positionierung der Hochschulen in der Informations- und Wissensgesellschaft erhöhen die Bedeutung der wissenschaftlichen Weiterbildung älterer Erwachsener an Hochschulen. Die BAG WiWA unterstützt die bildungspolitische Organisation und Sicherstellung der wissenschaftlichen Weiterbildung Älterer. Sie ist ein bundesweites Forum für Diskussionen, Erfahrungsaustausch und konzeptionelle Weiterentwicklung der Erwachsenen- und Weiterbildung.

■ Nähere Informationen unter:

Geschäftsstelle der BAG WiWA, Silvia Dabo-Cruz
Universität des 3. Lebensalters an der Goethe
Universität Frankfurt am Main
Senckenberganlage 31-33, Postfach 111932
60325 Frankfurt, Tel. (069) 798-28865
 dabo-cruz@em.uni-frankfurt.de





© FOTOLIA



© TU BERLIN | WEISS

Technische Universität Berlin

Seniorenuniversität

Die 1978 an der Medizinischen Fakultät der Humboldt-Universität zu Berlin eröffnete und 1990 in Seniorenuniversität umbenannte Einrichtung kooperiert mit der Berliner Akademie für weiterbildende Studien e. V. und wird organisatorisch unterstützt durch pro seniores. Nähere Informationen erhalten Sie unter folgenden Adressen:

■ **Charité-Universitätsmedizin Berlin**

Dekanat: Fr. Heike Stein, Fr. Ramona Thiele
Tel. 45 05 70-112/-122

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

Friedrichstr. 95, 10117 Berlin

Dagmar Gunkel, Tel. 20 67 84 15, Fax 20 67 84 16

(Sitz: Georgenstr. 35, Raum 516, 10117 Berlin)

Sprechzeiten: Di und Do 9.00-12.00 Uhr

✉ info@proseniores-berlin.de

🌐 www.proseniores-berlin.de

■ **BERLINER AKADEMIE für weiterbildende Studien e.V.**

Tempelhofer Damm 4, 12101 Berlin

Frau Renate Mehta, Tel. 785 20 90

✉ BerlinAkademie@t-online.de

🌐 www.BerlinAkademie.de

Büro: Dienstag und Freitag 10.00-13.00 Uhr

Technische Universität Berlin

„BANA“ Berliner Modell: Ausbildung für nachberufliche Aktivitäten. Ein Angebot für Ältere, 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. Das Angebot umfasst praxisorientierte, viersemestrige Studiengänge in folgenden Bereichen:

- ▶ Stadt (Stadtentwicklung und gesellschaftliches Zusammenleben)
- ▶ Umwelt (aktuelle Umfragen im globalen Kontext)
- ▶ Gesundheit und Ernährung (neue Entwicklungen im Ernährungs- und Gesundheitsbereich)

■ **Nähere Informationen:**

TU-ZEWK-BANA, Frau Hakelberg, Tel. 3142 55 09

Angebote des BANA mobil in Kreuzberg,

Nachbarschaftsladen des Kotti e. V.,

Adalbertstr. 95 a, 10999 Berlin

Mo 16.00-18.00 Uhr

Infos unter 🌐 www.kotti-berlin.de oder

Tel. 851 47 83 oder Tel. 323 45 30



© FU BERLIN | HIMSEL

Freie Universität Berlin

Freie Universität Berlin

Das GasthörerCard-Programm. Ein Angebot für das nach- oder nebenberufliche Lernen mit einem großen Spektrum an Bildungsmöglichkeiten mit unbürokratischem Zugang – auch ohne Abitur. Mit der GasthörerCard können Wissensdurstige Vorlesungen aus dem regulären Lehrangebot der Freien Universität Berlin besuchen. Sie haben darüber hinaus Zugang zu einem Exklusivprogramm mit Schwerpunkt in der Kunstgeschichte, das jedes Semester speziell für die Zielgruppe neu konzipiert wird.

- **Anmeldung und Information:** Tel. 83 85 14 24
✉ gasthoerercard@fu-berlin.de
🌐 www.fu-berlin.de/gasthoerercard



© HU BERLIN | ZAPPE

Humboldt-Universität zu Berlin

Ringvorlesungen, Seminare, Vorträge

Seit vielen Jahren bieten die Berliner Fakultäten mit Vorlesungen, Seminaren etc. einem breiten Publikum die Möglichkeit, teilzuhaben an wissenschaftlich fundierten Analysen aktueller Probleme, allgemeinverständlich dargebotenen neuen Forschungsergebnissen aus allen Wissenschaftsgebieten, Dialogen, Diskussionen und Gesprächen über Wissenschaft, Gesellschaft, Natur und Technik. Die aktuellen Veranstaltungshinweise werden jeweils zum Semesterstart bekannt gegeben. Der Besuch der öffentlichen Vortragsreihen ist kostenfrei, eine Voranmeldung meist nicht erforderlich.

Infos unter:

- **Freie Universität Berlin „Der Offene Hörsaal“**
Das Programm ist auf Anfrage erhältlich über die Koordinierungsstelle „Offener Hörsaal“
Tel. 838-735 35/-755 40
✉ brigitte.werner@fu-berlin.de oder im
🌐 www.fu-berlin.de/offenerhoersaal.
- **Techn. Universität Berlin „Universität für alle“**
Eine Publikation, der Sie die aktuellen Ringvorlesungen, Seminare, Lesungen etc. entnehmen können. Infos unter 🌐 www.tu-berlin.de
- **Humboldt-Universität**
„Veranstaltungsangebote – Ringvorlesungen“
🌐 www.hu-berlin.de



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

Probe: Jeden Freitag 15.30-18.30 Uhr

✉ ikarus@nachbarschaftshaus.de

🌐 www.nachbarschaftshaus.de

Patenmodell

Auf Sie kommt es an! Setzen Sie Ihr berufliches Know-How und Ihre Erfahrungen ehrenamtlich in unserer Initiative ein! Als ehrenamtliche Patinnen und Paten unterstützen Sie Schülerinnen und Schüler und Azubis im Übergang Schule/Beruf und Arbeitsuchende bei der beruflichen Integration.

■ Diakonisches Werk Berlin-Brandenburg-schlesische Oberlausitz e.V. (DWBO)

Initiative „Arbeit durch Management/
PATENMODELL“

Paulsenstr. 55/56, 12163 Berlin-Steglitz
Tel. 68 08 85 11

✉ mail@patenmodell.de

🌐 www.patenmodell.de

Collagen-Werkstatt im Nachbarschaftsladen des Kotti e.V.

Adalbertstr. 95 a, 10999 Berlin, Tel. 615 79 91

🌐 www.kotti-berlin.de

Die erfahrenen Künstlerinnen und Künstler des „Farbcollegiums“ führen Interessierte in die Welt der Collagentechnik ein. Es werden Techniken der Malerei und des Zeichnens vermittelt. Sa, 14-täglich, ab 14.00 Uhr

Theater der Erfahrungen – Werkstatt der Alten Talente

Das Theater der Erfahrungen ist eine Einrichtung des Nachbarschaftsheim Schöneberg e. V. und wird durch die Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales, dem Paritätischen Wohlfahrtsverband Berlin und dem Europäischen Sozialfonds (ESF) gefördert.

■ Nähere Informationen:

Vorarlberger Damm 1, 12157 Berlin

Tel. 855 42 06, Fax 855 43 78

Leitung: Eva Bittner, Prof. Johanna Kaiser


✉ theater-der-erfahrungen@nbhs.de

🌐 www.theater-der-erfahrungen.de

Stadtführungen mit Erfahrungswissen

Ehrenamtliche Stadtführerinnen und Stadtführer laden bereits seit 20 Jahren regelmäßig zu sehr unterschiedlichen Stadtpaziergängen ein. Die Rundgänge dauern ca. 1 ½ Stunden und kosten 3,00 €. Vielleicht kommen Sie einfach mal mit in den Kiez, in dem Sie wohnen, Ihre Kindheit verbracht oder Ihre Kinder großgezogen haben. Mit Sicherheit werden Sie mit uns viel Neues entdecken können. Wir informieren Sie gerne telefonisch: 499 87 09 04 (montags und mittwochs von 11.00-14.00 Uhr) oder Sie besuchen uns im Internet unter 🌐 www.berlinstadttouren.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. Damit wurden die konzeptionellen und praktischen Voraussetzungen dafür entwickelt und geschaffen, dass in Zukunft die Kenntnisse und Fähigkeiten älterer Menschen in die Politik und Weiterentwicklung der gerontologischen Praxis, Lehre und Forschung einfließen können. Es wurde nach Wegen gesucht, wie zusammen mit den älteren Menschen etwas zur Verbesserung des Lebens im Alter erreicht werden kann! Unter dem Dach des Kompetenzzentrum „Offene Altenarbeit“ arbeiten folgende Arbeitsausschüsse: „Wohnen im Alter“ unter dem Vorsitz von Dr. Ing. Hans-Ulrich Litzner, „Selbsthilfe und Ehrenamt“ unter dem Vorsitz von Gertrud Aschenborn und „Gesundheit und Pflege“ geleitet von Prof. Dr. Rainer Neubart. In den Arbeitsausschüssen arbeiten haupt- und ehrenamtliche Vertreter von Organisationen, Institutionen und Einrichtungen partnerschaftlich zusammen. Die Themenschwerpunkte der inhaltlichen Arbeit sind aus den 2013 vom Senat beschlossenen Leitlinien für die Seniorenpolitik abgeleitet. Dazu werden Fachtagungen, Workshops, Foren und Informationsveranstaltungen organisiert und durchgeführt. Leiter des Kompetenzzentrums ist Herr Peter Stawenow. Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite  www.sozialwerk-berlin.de


■ Sozialwerk Berlin e.V. – Käthe Tressenreuter-Haus

Kompetenzzentrum „Offene Altenarbeit“

Peter Stawenow

Humboldtstr. 12, 14193 Berlin

Tel. 891 10 51/-52

 komzen.offene-altenarbeit@gmx.de

Ausstellung zur digitalen, interaktiven Unterhaltung

„Computerspiele. Evolution eines Mediums“ heißt die ständige Ausstellung des Computerspielemuseums zur digitalen interaktiven Unterhaltungskultur. Über 300 Exponate demonstrieren die Kulturgeschichte der Games. Ausprobieren ist ausdrücklich erlaubt: Seltene Originalexponate und Klassiker laden ein zur historischen Zeitreise und kompetente Betreuer beantworten Fragen der Besucher.

■ Computerspielemuseum

Karl-Marx-Allee 93a, 10243 Berlin

(U-Bhf. Weberwiese), Tel. 60 98 85 77

geöffnet täglich (außer Di) 10.00-20.00 Uhr

Eintritt: 8 €, erm. 5 €, Familienkarte: 17 €

Gruppen ab 6 Personen: 6 € je Person

(nur mit vorheriger Anmeldung)

ZeitZeugenBörse e.V.

Seit 1993 arbeitet die ZeitZeugenBörse daran, Zeitzeugen zu aktuellen Themen zu finden und sie mit denjenigen, die etwas über eine bestimmte Zeit oder einen speziellen Ort erfahren wollen, zusammenzubringen. Ziel der ZeitZeugenBörse ist, die unendliche Vielfalt persönlicher Erfahrungen und Erlebnisse, die jeder in sich trägt, der eine Weile gelebt hat, zu sammeln und der Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Besonders möchten wir Schulen und andere Bildungseinrichtungen ansprechen.

■ ZeitZeugenBörse e.V.

Ackerstraße 13, 10115 Berlin, Tel. 44 04 63 78

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr 10.00-13.00 Uhr

 info@zeitzeugenboerse.de

Museen, Galerien, Freiluftkino

Friedrichshain

- **Projektraum in der „Alten Feuerwache“**
Marchlewskistr. 6, 10243 Berlin
Tel. 293 47 94-26
Di-Do 14.00-19.00 Uhr; Fr, Sa 14.00-20.00 Uhr
- **Studiobühne in der „Alten Feuerwache“**
Marchlewskistr. 6, 10243 Berlin, Tel. 426 66 36
🌐 www.kulturamt-friedrichshain-kreuzberg.de/alte-feuerwache/studiobuehne
- **Galerie im Turm**
Frankfurter Tor 1, 10243 Berlin
Tel./Fax 422 94 26
- **Fotogalerie Kulturring in Berlin e. V.**
Helsingforser Platz 1, 10243 Berlin
Tel. 296 16 84
✉ kulturnetz-fk@kulturring.org
🌐 www.kulturring.org/fotogalerie
- **Galerie der Berliner Graphikpresse**
Silvio-Meier-Str. 6, 10247 Berlin
Tel./Fax 42 01 24 40
🌐 www.galerie-berliner-graphikpresse.de
- **Umspannwerk Ost**
Palisadenstr. 48, 10243 Berlin, Tel. 42 08 93 23
Berliner Kriminaltheater
Kartentelefon: 47 99 74 88
🌐 www.kriminaltheater.de
Dinnershows im Umspannwerk
🌐 www.umspannwerk-ost.de
- **Freiluftkino Friedrichshain im Volkspark Friedrichshain**
Ernst-Zinna-Weg (Friedenstraße/
Landsberger Allee), 10249 Berli
Betreiber: piffi-medien, Tel. 29 36 16 29
(automatische Programmansage)
🌐 www.freiluftkino-berlin.de

Kreuzberg

- **Ballhaus Naunynstraße**
Naunynstr. 27, 10997 Berlin, Tel. 75 45 37 25
🌐 www.ballhausnaunynstrasse.de
- **Tiyatrom**
Alte Jakobstr. 12, 10969 Berlin
Tel. 615 20 20, Fax 61 65 97 09
✉ bilgi@tiyatrom.de, 🌐 www.tiyatrom.de
- **Kunstraum Kreuzberg/Bethanien**
Mariannenplatz 2, 10997 Berlin
Tel. 90298-1455
🌐 www.kunstraumkreuzberg.de
- **Künstlerhaus Bethanien**
Verwaltung: Kohlfurter Str. 41-43, 10999 Berlin
Tel. 61 69 03-0, 🌐 www.bethanien.de
Ausstellungen: Kottbusser Str. 10, 10999 Berlin
- **nGbK (neue Gesellschaft für bildende Kunst)**
Oranienstr. 25, 10999 Berlin, Tel. 616 51 30
🌐 www.ngbk.de
- **Jüdisches Museum**
Lindenstr. 9-14, 10969 Berlin, Tel. 25 99 33 00
🌐 www.jmberlin.de
- **Bezirksmuseum Friedrichshain-Kreuzberg**
Kreuzberg Museum, Adalbertstr. 95
10999 Berlin, Tel. 50 58 52 33
🌐 www.kreuzbergmuseum.de
- **Freiluftkino Kreuzberg im Bethanien**
Betreiber: piffi-medien, Mariannenplatz 2
10997 Berlin, Tel. 29 36 16 28 (automatische Pro-
grammansage), rollstuhlgerechte Ausstattung
🌐 www.freiluftkino-berlin.de



Entdecken Sie Berlin und Umgebung

Ausflüge mit dem Schiff haben in Berlin eine lange Tradition, denn es ziehen sich fast 180 Kilometer Wasserstraßen in einem dichten Netz durch die Stadt. Seit über 125 Jahren fahren Passagiere mit Schiffen der Stern und Kreisschiffahrt GmbH über Berlins und Brandenburgs Wasserstraßen.

Und dann nichts wie raus zum Wannsee!

Erkunden Sie die weitreichende Geschichte der Region im Südwesten Berlins mit unserer **Weltkulturerbefahrt**. Historische Begegnungsstätten geben Besuchern die Möglichkeit die Zeit zurückzudrehen und Geschichte neu zu erleben. Oder Sie erkunden die idyllische Landschaft der Havelseen auf der **7-Seen-Rundfahrt**, vorbei an zahlreichen historischen Gebäuden. (Aus- und Einstiegsmöglichkeiten an jeder Anlegestelle)

Ab Treptow und Tegel ins Grüne...

Ab Hafen Treptow führen Touren in Richtung Altstadt Köpenick und zum Müggelsee, z. B. **Rund um die Müggelberge**. Zu unseren Geheimtipps gehören Ausflüge zur **Waltersdorfer Schleuse** oder in die **Idyllische Löcknitz**. In Tegel ab Greenwichpromenade startet die Stern und Kreisschiffahrt die

Oberhavelseen-Rundfahrt und lädt zu 2 Stunden Entspannung pur ein. Da die MS „Havel Queen“ über ein behindertengerechtes WC und einen Fahrstuhl zum Oberdeck verfügt, eröffnet dies auch Menschen mit körperlichen Einschränkungen die Möglichkeit, die schöne Fahrt zu genießen. Und falls Sie unterwegs Hunger bekommen, für die Verpflegung an Bord ist natürlich auf allen Schiffen gesorgt.

Stern-Stunden an Bord...

Sonder- und Mondscheinfahrten auf Spree oder Havel wie z.B. der **Berliner Skipperbrunch®** oder **Partyfahrten in die Innenstadt** gehören zu unserem Sternstundenprogramm. Beliebt sind auch unsere Kombi- und Tagestouren. Mit Schiff und Bus geht es ins Berliner Umland. Eine 2-tägige, kombinierte Tour führt außerdem zu unseren polnischen Nachbarn nach **Stettin**. Also, kommen Sie an Bord und lassen Sie sich auf einem unserer Schiffe die Berliner Luft um die Nase wehen! Gute Fahrt!

- **Mehr Informationen über unser Tourenprogramm und Angebote für mobilitätseingeschränkte Fahrgäste erhalten Sie unter www.sternundkreis.de bzw. Tel. 536 360-0.**



BERLIN VOM WASSER AUS

BRÜCKENFAHRT

AUF LANDWEHRKANAL UND SPREE

täglich, Fahrtdauer ca. 3,5 Stunden, MIT LIVE-MODERATION

AB JANNOWITZBRÜCKE: 10.00 und 14.00 Uhr

AB FRIEDRICHSTRASSE: 10.00 und 13.35 Uhr

AB SCHLOSSBRÜCKE: 10.50 und 14.50 Uhr

Weitere Abfahrtszeiten unter: www.sternundkreis.de

STERN UND KREISSCHIFFAHRT GMBH

Puschkinallee 15, 12435 Berlin, Tel. 030/53 63 60-0
info@sternundkreis.de, www.sternundkreis.de

ALLE
TOUREN
JETZT AUCH
ONLINE
BUCHBAR!

Mitmachen und gewinnen beim Kreuzwörterrätsel!

Lösungswort: Gesucht wird ein Weiterbildungszentrum mit vielen Angeboten für Senioren.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

Der Gewinn:
20,- EUR Gutschein

einzulösen im polnischen Lebensmittelladen
und Café Maly Ksiaze in Berlin-Kreuzberg
(siehe Anzeige im Rätsel)

(Keine Bargeldgewinne. Rechtsweg ausgeschlossen.)

**Einsendungen mit dem Lösungswort
bitte bis 01.10.2014 an:**

aperçu Verlagsgesellschaft mbH,
Gubener Str. 47, 10243 Berlin oder
redaktion@verlag-apercu.de

Kennwort: Seniorenratgeber
Friedrichshain-Kreuzberg



Maly Ksiaze, Lilienthalstraße 6 (Nähe U-Bhf. Südstern), 10965 Berlin
geöffnet: Mo-Di und So 10-20 Uhr, Mi-Sa 10-21 Uhr

Polnische Leckereien

Der kleine Prinz steht für die Freundschaft mit anderen Menschen und Völkern – so wie das gleichnamige Café am Südstern. Es bietet Platz für 30 Personen und eine gemütliche Terrasse. Hier gibt es frische polnische Kuchen, Getränke und Säfte, einige polnische Biermarken. Warme Speisen: Bigos, Kroketten, Pierogen, Suppen und Bier vom Fass. Im Laden gibt es polnische Wurstwaren, Gebäck, Süßwaren, Milchprodukte, Getränke und Zeitschriften, wie auch Torten nach Wunsch.

■ **Lebensmittel-Laden & Café Maly Ksiaze**
Tel. 62908068 🌐 www.maly-ksiaze.de
🌐 www.polski-sklep-berlin.de



Restaurant Haus Berlin

Im Restaurant „Haus Berlin“ werden Sie mit Spezialitäten der deutschen und internationalen Küche erwartet – saisonorientiert und in einem guten Preis-Leistungs-Verhältnis. Die Terrasse ist im Sommer eine grüne Oase mit Blick zum Fernsehturm. Das Restaurant bietet Platz für Feierlichkeiten. Parkplätze sind ausreichend vorhanden.

Restaurant Haus Berlin · Strausberger Platz 1 · 10243 Berlin · Tel. 030-2425608 · www.haus-berlin.net
Öffnungszeiten: Mo-Sa ab 11.30 Uhr, So ab 10.00 Uhr, Sonntagsbrunch 10.00-14.00 Uhr

Anhöhe in Berlin	Niederung ex. Regierender Bürgermeister		Meerestier ex. US-Bundespolizei (Abk.)		Kfz. für Leipzig	Haushaltsgeräte	Vorname des Schauspielers Rühmann	6		männl. Vorname Ortsteil von Berlin	Vorname des Schauspielers Beatty		Ortsteil von Berlin
											Präposition		
Mix, Gebräu		Frauenkurzname			Staat Insel der Philippinen			11			ägyptischer Gott erster Mann		
							Anwälte zum Beurkunden						
Kfz. f. Rinteln			aromatisches Getränk				Yoko ...			Fluss in Brandenburg			
Ausruf des Erstaunens		9	span. Fluss Stadt in der Schweiz								US-Schauspielerin (Hillary)		4
Vorn. d. Fussballers Robben		Ortsteil von Berlin ... Collins				13				Kfz. für München		Kapitän der Enterprise	
							Maler (Emil)		3		Abk. Post scriptum Muskelzucken		
US Männerkurzname													8
holländischer Lkw-Produzent											Landeskennz. Schweiz ... West		
Präposition Skatwort			Modestil										
		einzel, allein									Abk. f. elektr. Datenverarbeitung		
griech. Buchstabe Männername													
												Vorname des Schauspielers Marwin	See in Nordamerika
Bibl. Priester Kartenspiel													14
			Wasservogel		unfreundlich	US-Schauspielerin (Sandra)				Vorname der Schauspielerin Werner	Ex-Herthaner Ortsteil Bibl. Frauenname		
Schwanzlurch	schwedische Schauspielerin	Bindewort Stadt in Norditalien				Hast Flegel, Unhold						engl.: es stark aufragend	
			Teil der Havel										
span. Fluss			Berg bei St. Moritz ital.: ja						Stoffart Männerkurzname				10
Präposition Ort bei Rom				Schwimmkörper ... Sharif						Sohn von Moses			ehem. Herrscher in Indien
					Fußballer aus Senegal ... Gardner					Depp weibl. Vorname			7
Kfz. für Darmstadt			deutsche Landeshauptstadt								russ. Frauennamen		
Auerochse		eruptiertes Magma											1
		Entertainer (Peter)											
													15



- 1 - Begegnungsstätte
Charlottenstr. 85, 10969 Berlin
- 2 - Begegnungsstätte Mehring-Kiez
Friedrichstr. 1, 10969 Berlin
- 3 - Begegnungsstätte
Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin
- 4 - MehrGenerationenHaus
Wassertorstr. 48, 10969 Berlin
- 5 - "Unser Café"
Oranienstr. 69, 10969 Berlin
- 6 - Begegnungsstätte
Gneisenaustr. 12, 10961 Berlin
- 7 - Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.
Urbanstr. 21, 10961 Berlin
- 8 - Begegnungszentrum
Adalbertstr. 23 a, 10997 Berlin,
- 9 - Familiengarten
Oranienstr. 34, 10999 Berlin
- 10 - Begegnungsstätte
Falckensteinstr. 6, 10997 Berlin
- 11 - Mehrgenerationshaus Berlin Kreuzberg
Cuvyrstr. 13/14, 10997 Berlin

- 12 - Kreuzberger Stadtteilzentrum
Lausitzer Str. 8, 10999 Berlin,
- 13 - FriTS - Friedrichshainer Senioren-
und Nachbarschaftstreff
Friedenstr. 93, 10249 Berlin
- 14 - Begegnungsstätte
Schreinerstr. 8, 10247 Berlin
- 15 - Begegnungsstätte "Lebensfreude"
Kadiner Str. 1, 10243 Berlin,
- 16 - Rudi - Das Nachbarschaftszentrum
Modersohnstr. 55, 10245 Berlin
- 17 - Selbsthilfe-Treffpunkt
Boxhagener Str. 89, 10245 Berlin
- 18 - Bayouma-Haus
Interkulturelle Begegnungsstätte
Frankfurter Allee 110, 10247 Berlin
- 19 - Box66 - Integrationszentrum für
ausländische Frauen & Familien
Sonntagstr. 9, 10245 Berlin



Friedrichshain-Kreuzberg Stadtteil- und Senioren- angebote Gemeinsam das Alter (er)leben



Herausgeber: Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin
Stadtentwicklungsamt
- Fachbereich Vermessung -

Stand:03/2014

© Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin, FB Vermessung

Seniorenwohnungen

Friedrichshain

- **WBM-Seniorenwohnhäuser:**
Singerstr. 83, 10243 Berlin, Tel. 24 71 53 16
Koppenstr. 62, 10243 Berlin, Tel. 24 71 53 29
Vermietung: WBM Servicecenter Friedrichshain
Scharnweberstr. 23-27, 10247 Berlin
🌐 www.wbm.de
- **Altersgerechtes Wohnen:**
Palisadenstr. 41-46, 10243 Berlin
Vermietung: AMO Grundstücks GmbH
Kurfürstendamm 36, 10719 Berlin
Tel. 885 65 50
- **Betreutes Wohnen in der
Pro Seniore Residenz am Märchenbrunnen**
Barnimstr. 18, 10249 Berlin, Tel. 243 95-09
🌐 www.pro-seniore.de
- **Servicewohnen im Hausburgviertel**
Thaerstr. 30-30C, 10249 Berlin
Vermietung: Caritas Altenhilfe GGmbH
Tel. 41 93 46 78
🌐 www.caritas-altenhilfe.de

Kreuzberg

- **GEWOBAG-Seniorenwohnhäuser**
Standort:
Gneisenaustraße 12
Vermietung: Tel. 47 08 21 53
🌐 www.gewobag.de
- **GSW-Seniorenwohnhäuser:**
 - ▶ Charlottenstraße 85, 10969 Berlin
 - ▶ Gitschiner Str. 38, 10969 Berlin
 - ▶ Köpenicker Str. 191-193, 10997 Berlin
 - ▶ Manteuffelstr. 12, 10999 Berlin
 - ▶ Reichenberger Str. 176, 10999 Berlin
 Vermietung: Tel. 25 34-1010, 🌐 www.gsw.de
- **Ernst-Piper-Haus**
Böckhstr. 22-23, 10967 Berlin, Tel. 690 00 20
🌐 www.bethanien-diakonie.de
- **Jerusalemstift**
Wrangelstr. 33, 10997 Berlin, Tel. 612 20 56
- **Seniorenwohnhaus der
Ev. Melancthon-Kirchengemeinde**
Graefestr. 36, 10967 Berlin, Tel. 691 30 65
- **Seniorenwohnhaus Mehringplatz**
Mehringplatz 5, 10969 Berlin
Vermietung: Kurfürstendamm Karree GmbH
Tel. 885 88-0

Unsere Extra-Portion Herzlichkeit!

Ihr Mittagessen freundlich serviert.
Jeden Mittag lecker und heiß.

Nur bei uns auch auf dem echten Porzellanteller –
der Umwelt zuliebe im Mehrwegsystem!



GLORIA
seit 1989

TESTSIEGER (GUT 2,5)

STIFTUNG
WARENTEST

Ausgabe 10/2011
Im Test: 6 Berliner Menüdienste
2 x gut (2,5); 4 x befriedigend

Beste Essensqualität



Ihr Menü-Bringdienst
www.gloria-menuue.de
 456 50 15



Darf es ein bisschen mehr sein?

Geht es Ihnen auch so: Die Kinder sind aus dem Haus und die Zeit nach dem Arbeitsleben steht bevor oder hat bereits begonnen. Für diesen neuen schönen Lebensabschnitt planen Sie nun eine möglichst sorgenfreie Zukunft. Wichtig ist Ihnen, dass Sie Ihr Leben so lange wie möglich aktiv und selbstständig gestalten können. Sie möchten jedoch auf den Komfort nicht verzichten, bei Bedarf zusätzliche Dienstleistungen in Anspruch zu nehmen.

Die GEWO BAG – eine große traditionsreiche Berliner Wohnungsbaugesellschaft und solider Vermieter – bietet mit ihren Wohnungen in zahlreichen Berliner Stadtteilen den Rahmen für persönliche Vorstellungen und Wünsche.

Die Mieten der Apartments sind bezahlbar. Ergänzende Service- und Unterstützungsangebote für den Alltag werden in vielen Häusern von zuverlässigen Kooperationspartnern organisiert. Die Mieter bestimmen ganz individuell, ob sie einfach nur ruhig und sicher wohnen oder zusätzlichen Service genießen möchten.

Das Angebot auf einen Blick:

- Provisionsfreie Apartments (27-60 m²)
- Alle Wohnungen haben einen Wohnraum (überwiegend mit Balkon), Küche, Bad, Keller, Zentral- oder Nachtspeicherheizung, Warmwasser und Kabelfernsehanschluss.
- Überall bieten Gemeinschaftsräume die Möglichkeit, gemeinsam aktiv zu sein.
- Hauswarte sind schnell erreichbar, bieten regelmäßige Sprechzeiten an.
- Auch Kleintiere sind willkommen.

Seniorenwohnhäuser der GEWO BAG.

Unsere Seniorenwohnhäuser (SWH) befinden sich in:

SPANDAU:

- › SWH Eiserfelder Ring 9
- › SWH Freudstraße 11–13
- › SWH Heerstraße 455

REINICKENDORF:

- › SWH Bernauer Straße 141–145
- › SWH Zobeltitzstraße 117
- › SWH Falkentaler Steig 47–51

CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF:

- › SWH Schloßstraße 2

STEGLITZ-ZEHLENDORF:

- › SWH Waltroper Platz 8–10

MITTE:

- › SWH Kluckstraße 23, 23A / Lützowstraße 80

FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG:

- › SWH Gneisenastraße 12

TEMPELHOF-SCHÖNEBERG:

- › Lichtenrader Damm 51–57
- › Bülowstraße 94–95 / Frobenstraße 4
- › Winterfeldtstraße 70 › Westphalweg 7

NEUKÖLLN:

- › Selgenauer Weg 2–4
- › Mollnerweg 33

PRENZLAUER BERG:

- › Einsteinstraße 4a/4b

Haben Sie Interesse?
Wir beraten Sie gern.

FON 4708 2153

www.gewobag.de



GEWO BAG

BEI UNS WOHNEN SIE.

Wohnraumanpassung

Mit zunehmendem Alter verändern sich die Ansprüche an das Wohnen, aber die meisten Wohnungen und Häuser entsprechen diesen veränderten Bedürfnissen nicht: Der Einstieg in die Badewanne ist zu hoch, die Stufen am Eingangsbereich können nicht mehr überwunden werden oder der Balkon wird aufgrund der Schwelle nicht mehr genutzt. Viele arrangieren sich mit diesen Einschränkungen und nehmen auch die Gefahr eines Sturzes in Kauf. Mit Hilfe von Wohnungsanpassungsmaßnahmen können diese Defizite ausgeglichen werden. Die Maßnahmen reichen von baulichen Veränderungen wie dem Einbau einer ebenerdigen Dusche, Türverbreiterungen und Rampen über den Einsatz von Hilfsmitteln bis hin zur Umorganisation der gesamten Wohnung.

Es ist deshalb ratsam, sein eigenes Wohnumfeld – einschließlich des Hausflurs – zu überprüfen. Eine Lösung wären bspw. so genannte Rollatorenboxen, die vor dem Haus installiert werden. Hier kann man den Kinderwagen, Rollstuhl, Rollator sicher unterstellen und der Hausflur wird begehbar. Sprechen Sie mit ihrem Vermieter. Denn auch hier gilt: Sicherheit geht vor.


Umbauten vom Staat gefördert

Seit Juli 2010 gibt es das Förderprogramm „Altersgerecht Umbauen“ der KfW- Bankengruppe. Es zielt vor allem auf Maßnahmen, die auch in einer bewohnten Wohnung mit vertretbarem Aufwand realisierbar sind und richtet sich an selbst nutzende Eigentümer, Vermieter und Mieter.

Die Förderung erfolgt entweder über einen Zuschuss (Förderprogramm 455) oder über zinsgünstige Darlehen (Förderprogramm 155): Ein Zuschuss bis zu maximal 2.500 EUR pro Wohneinheit kann gewährt werden, wenn mindestens 6.000 EUR investiert werden. Die Beantragung und Abwicklung des Darlehens erfolgt in der Regel über die Hausbank. Diese hilft außerdem bei der Zusammenstellung der erforderlichen Unterlagen. In allen Fällen gilt: der Antrag muss immer vor Baubeginn gestellt werden. Es müssen Fachfirmen beauftragt werden. Mieter benötigen zudem eine schriftliche Zustimmung des Vermieters. Was alles gefördert werden kann, ist in den sog. „Altersgerecht Umbauen“ – Förderbausteinen 1-17 beschrieben: Ein erleichterter Zugang zum Haus durch z. B. Schwellenentfernung, Rampen, Handlauf, (Treppen) Lift, Türautomatik u. v. m.

■ Kontakt: KfW-Bankengruppe

Charlottenstr. 33/33a, 10117 Berlin

Tel. 030-20264-0,  www.kfw-foerderbank.de

INTERCONTI NAH & FERN UMZÜGE



Ihr familienfreundliches
Umzugsunternehmen

www.interconti-umzuege.de

Sonnenallee 153 | 12059 Berlin
Tel. 56 82 46 38 | Fax 62 72 27 43

- Entrümpelungen und Entsorgung
- Wohnungs- und Kellerauflösungen
- Möbelmontagen, Einbauküchenmontagen
- Behörden, JobCenter und Arbeitgeberumzüge (Direktabrechnung)
- Ein- und Auspackservice
- Verkauf und Verleih von Umzugsmaterialien
- Maler- und Lackierarbeiten
- Spachtelarbeiten, Trockenbauarbeiten



Wohnen im Alter

Hierzu finden Sie auch Informationen unter
www.berlin.de/wohnen-im-alter

Berliner MieterGemeinschaft e. V.

Möckernstraße 92, 10963 Berlin
Tel. 216 80 01, www.bmgev.de
Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:
Mo-Fr 10.00-13.00 Uhr und
Mo, Di, Do 14.00-17.00 Uhr
Beratungsstellen in allen Bezirken

Berliner Mieterverein e. V.

Beratungszentrum Frankfurter Allee

Jessnerstr. 4, 10247 Berlin
(gegenüber Ring-Center 1
S-/U-Bhf. Frankfurter Allee) Rollstuhlzugang
direkt von der Straße (eine Stufe)
Beratungszentrum Südstern, Hasenheide 63
Beratung ohne Terminvereinbarung
(in beiden Einrichtungen):
Mo 10.00-12.00 Uhr und
17.00-19.00 Uhr, Di 17.00-19.00 Uhr
Mi 10.00-12.00 Uhr und 17.00-19.00 Uhr
Do 17.00-19.00 Uhr, Fr 15.00-17.00 Uhr
Beratung mit Terminvereinbarung:
Wir bieten für Mitglieder ein umfangreiches Beratungsangebot von Montag bis Samstag, überwiegend bis 20.00 Uhr, Termine Tel. 22 62 60.

ASUM

Angewandte Sozialforschung und urbanes Management

Büro Helenehof, Sonntagstraße 21, 10245 Berlin
Tel. 293 43 10, Sprechzeiten: Mi 15.00-19.00 Uhr
Kostenlose Rechtsberatung nach Terminvereinb.

Stadtteilausschuss Kreuzberg e. V.

Bergmannstr. 14, 10961 Berlin
Tel. 61 28 27 00, Fax 61 28 27 01
post@stadtteilausschuss-kreuzberg.de
www.stadtteilausschuss-kreuzberg.de oder
www.openairgalery.de
Mo, Mi 15.00-18.00 Uhr; Di, Do 10.00-13.00 Uhr
und Freitag nach Vereinbarung

Spenden statt Wegwerfen

Viele Sachen, die zum Wegwerfen zu schade sind, landen dennoch im Müll, weil man nicht weiß, wohin damit. Wir möchten hier auf die Möglichkeit aufmerksam machen, Sachspenden an karitative Einrichtungen zu geben, die diese i.d.R. kostenlos an Bedürftige weiterreichen. Und selbst im Fall eines Weiterverkaufs kommen die Erlöse meist sozialen Projekten zu Gute. Eine Adressliste ist unter
www.bsr.de/privateHaushalte/Service&Beratung/spendenstattwegwerfen einsehbar.



Der Berliner Mieterverein e.V. ist mit über 150.000 Mitgliedern Berlins größte Mieterorganisation.

Beratung und Hilfe

Soziale Hilfen

Grundsicherung (finanzielle Hilfe)

Diese Leistung ist seit dem 01.01.2005 Teil des Sozialgesetzbuchs Zwölftes Buch (SGB XII). Die Leistung der Grundsicherung umfasst den gesamten Bedarf für den notwendigen Lebensunterhalt. Antragsberechtigt sind: Personen, die das 65. Lebensjahr vollendet bzw. als dauerhaft und voll erwerbsgemindert gelten. Die Leistung orientiert sich an den persönlichen Verhältnissen.

Als monatlicher Grundbetrag gilt ab 01.01.2014 ein Regelsatz von 391,00 € für Alleinlebende (Paare: 353,00 € / Person) + Warmmiete. Sofern ein Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen „G“ bzw. „aG“ vorliegt, wird ein Zuschlag von 64,94 € (Paare: 60,01 €) gewährt.

Das Einkommen kann u.a. um Versicherungsbeiträge verringert werden.

Allgemeine Beratungen

werden angeboten im Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg von Berlin, Gesundheitsamt, im Fachbereich Prävention, Gesundheitsförderung und Gesundheitshilfe für erwachsene Menschen

mit den Schwerpunkten:

- ▶ 1. soziale Beratung für behinderte, chronisch erkrankte und alte Menschen 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 Sprachmittlern.

Ihre Ansprechpartner richten sich nach Ihrer Adresse (Straße).

Kooperationspartner sind u. a. Verwaltungsdienst im Amt für Soziales, Pflegedienste, ambulante und stationäre Einrichtungen der sozialpsychiatrischen Versorgung, stationäre Einrichtungen der Pflege, Hausärzte, Nervenärzte, Vermieter, Hausverwaltungen, Stiftungen, JobCenter u.ä.

Unsere Adressen

■ 1. Soziale Beratung für behinderte, chronisch erkrankte und alte Menschen

Anmeldung für beide Bezirksteile:

Urbanstr. 24, 10967 Berlin

Anmeldung in Zimmer 28, Tel. 90298-8359

Sprechzeiten: Di 9.00-12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Hinweis: Wegen Bauarbeiten befindet sich die Soziale Beratung in der Koppenstr. 38/40, 10243 Berlin (U5-Bhf. Strausberger Platz).

Bitte informieren Sie sich telefonisch, bevor Sie persönlich erscheinen.

■ 2. Sozialpsychiatrischer Dienst

Kreuzberg: Urbanstr. 24, 10967 Berlin (3 OG),

Anmeldung in Zimmer 311, Tel. 90298-8400

Sprechzeiten: Di 9.00-12.00 Uhr und

Do 16.00-18.00 Uhr und nach Vereinbarung

Friedrichshain: Koppenstr. 38/40

10243 Berlin (2 OG)

Anmeldung in Zimmer 210-211

Tel. 90298-2770

Sprechzeiten: Di 9.00-12.00 Uhr und

Do 16.00-18.00 Uhr und nach Vereinbarung

Hinweis: Wegen Bauarbeiten befindet sich der Sozialpsychiatrische Dienst Kreuzberg ab 1. 4. bis voraussichtlich Juni 2014 am Standort Petersburger Str. 86-90, 3. Etage, 10247 Berlin (U5-Bhf. Frankfurter Tor).

Bitte informieren Sie sich telefonisch, bevor Sie persönlich erscheinen.

„berlinpass“

Den „berlinpass“ bekommen auf Antrag alle Personen, die in Berlin ihren Hauptwohnsitz haben und eine der folgenden Leistungen erhalten:

- ▶ Arbeitslosengeld II bzw. Sozialgeld (Hartz IV) nach dem SGB II
- ▶ Sozialhilfe, Grundsicherung im Alter, Grundsicherung bei voller Erwerbsminderung nach dem SGB XII
- ▶ Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz
- ▶ sowie die Mitglieder der Bedarfsgemeinschaft eines Leistungsempfängers (Familienangehörige).

Sie erhalten den „berlinpass“ bei den Bürgerämtern, er ist genauso lange gültig wie der jeweilige Bewilligungsbescheid. Anschließend kann er bei Vorlage des neuen Bewilligungsbescheides verlängert werden. Zur Ausstellung benötigen Sie den Bescheid vom JobCenter bzw. vom Sozialamt über die Bewilligung von Leistungen und ein Passfoto. Außerdem müssen Sie Ihren Personalausweis oder Pass vorlegen.

Viele Einrichtungen bieten für Sie als Inhaber/in des „berlinpass“ Ermäßigungen an. Zum Beispiel:

- ▶ **Öffentlicher Nahverkehr** Berlin-Ticket S (BVG, S-Bahn, DB Regio)
- ▶ **Kultur** 3-Euro-Kulturticket (Theater, Philharmonie, Opernhäuser, Konzerte)
- ▶ **Sport** Berliner Bäderbetriebe, Kunsteisbahnen, Sportvereine,
- ▶ **Freizeit** Tierpark Friedrichsfelde, Zoo Berlin, Aquarium, Botanischer Garten und Botanisches Museum,
- ▶ **Bildung** Volkshochschulen, Musikschulen, Bibliotheken.

Die Einzelheiten zu den konkreten Ermäßigungen können Sie bei den jeweiligen Anbietern erfragen. Details und weitere Angebote zum „berlinpass“ finden Sie unter: www.berlin.de/sen/soziales/sicherung/berlinpass/angebote/

Das Seniorenticket – für alle ab 65

Seit 2009 gibt es im Verkehrsverbund Berlin-Brandenburg das VBB-Abo 65plus. Das Ticket für Seniorinnen und Senioren kostet 49,00 € bei monatlicher Abbuchung, bei einmaliger Zahlung für ein ganzes Jahr 571,00 €. Fahren kann man damit mit allen Bussen und Bahnen rund um die Uhr kreuz und quer durch ganz Berlin und Brandenburg. Diesen Fahrausweis kann jeder nutzen, der mindestens 65 Jahre alt ist.

Kundenkarten werden in allen Verkaufsstellen und Kundenzentren sowie Reisemärkten der BVG und der S-Bahn GmbH ausgestellt. Für die Ausstellung der Kundenkarte wird ein Lichtbild sowie ein amtliches Personaldokument (zum Altersnachweis) benötigt. Die Wertabschnitte (Monatskarten) für das VBB-Abo 65plus sind nur im Abonnement erhältlich. Den Abonnementantrag erhalten Sie an den oben angegebenen Stellen oder im Internet unter www.bvg.de (Tickets & Tarife).

■ **Weitere Infos unter:** www.bvg.de

„Fahrbarer Mittagstisch“

Der „Fahrbare Mittagstisch“ unterschiedlichster Anbieter bringt Ihnen das Wahlessen tafelfertig in die Wohnung. Zum Beispiel NORMALKOST – SCHONKOST oder DIABETIKER-ESSEN.

Wenn Sie jedoch lieber in Gesellschaft speisen, haben Sie die Möglichkeit, in verschiedenen Begegnungsräumen oder auch – nach vorheriger Anmeldung – in den Seniorenpflegeheimen am „Stationären Mittagstisch“ teilzunehmen. Erkundigen Sie sich über das umfangreiche Angebot, über Kosten und eventuelle Zuschussmöglichkeiten.

Haben Sie zu dieser oder anderen Leistungen Fragen? Dann können Sie unter der Behördentelefonnummer 115 oder bei dem/der für Sie zuständigen Sachbearbeiter/in, deren Telefonnummer Ihnen bekannt ist, weitere Informationen erhalten.

(siehe Anzeige auf Seite 42).

Stationärer Mittagstisch

In Gemeinschaft schmeckt es besser! In vielen Begegnungsstätten können Sie preisgünstig Mittag essen. Wir bieten Ihnen diesen Service in folgenden Einrichtungen an: Gneisenastr. 12, Gitschiner Str. 38, Charlottenstraße 85. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Einrichtungen beraten Sie gerne (*siehe Seiten 15, 17*).

Pflegestützpunkte

Pflegebedürftig – was tun? Pflegebedürftigkeit tritt oft unvorhergesehen ein. Auf die Betroffenen und ihre Angehörigen kommen zahlreiche Fragen und Veränderungen zu. Viele Betroffene möchten so lange wie möglich zu Hause wohnen bleiben. Doch welche Hilfen gibt es? Woher kommt finanzielle Unterstützung? Wie kann die Wohnung an die Bedürfnisse von Pflegebedürftigen angepasst werden? Welches Hilfsmittel erleichtert den Alltag? Und welche Wohnform ist die geeignete – Pflegeheim, betreutes Wohnen, Wohngemeinschaft? Welche Angebote gibt es für Menschen mit Demenz? Und was ist eine Vorsorgevollmacht? Mit all diesen und vielen anderen Fragen können sich Hilfe- und Pflegebedürftige und ihre Angehörigen an die Pflegestützpunkte wenden. Die Mitarbeiterinnen beraten telefonisch, persönlich im Pflegestützpunkt oder auf Wunsch bei den Hilfebedürftigen zu Hause. Die Beratung ist kostenfrei, unabhängig und verbraucherorientiert. Die Pflegestützpunkte sind während der Sprechzeiten dienstags von 9.00-15.00 Uhr und donnerstags von 12.00-18.00 Uhr oder nach vorheriger Vereinbarung zu erreichen:

- ▶ Pflegestützpunkt: Wilhelmstr. 115
10963 Berlin, Tel. 25 70 06 73, Fax 23 00 55 80
- ▶ Pflegestützpunkt: Wilhelmstr. 138-139
10963 Berlin, Tel. 613 76 07 61, Fax 613 76 07 69
- ▶ Pflegestützpunkt: Strausberger Platz 13-14
10243 Berlin, Tel. 0800 26 50 80-226 60
Fax 0800 26 50 80-22 971

Berlinweite Servicenummer: 0800 59 500 59
Mo-Fr 9.00-18.00 Uhr kostenfrei erreichbar.

Bürgerämter


Die Bürgerämter erteilen Auskünfte und weisen Ihnen den Weg durch das Rathaus und seine Abteilungen. Weitere Aufgaben sind u. a. amtliche Beglaubigungen (keine Personenstandsurkunden), Melde-, Pass- und Ausweisangelegenheiten, Führerschein- und KfZ-Angelegenheiten, Ausländerangelegenheiten, Annahme von Wohngeld und WBS Anträgen sowie Ausstellung des berlinpasses. Sie erhalten auch unseren aktuellen Ratgeber und Veranstaltungskalender. Das Bezirksamt hat drei Bürgerämter. Die Sprechzeiten sind einheitlich:


Montag	8.00-15.00 Uhr
Dienstag, Donnerstag	9.00-18.00 Uhr
Mittwoch, Freitag	8.00-13.00 Uhr
Samstag	9.00-13.00 Uhr


nur in der Frankfurter Allee 35-37:
Bitte beachten Sie die Sonderregelungen zur Terminvereinbarung in unseren Bürgerämtern.

Tage, an denen Sie einen Termin benötigen:

- ▶ Montag bis Freitag von 13.00-18.00 Uhr
Bürgeramt 2
- ▶ Mittwoch, Donnerstag und Samstag
Bürgeramt 3
- ▶ Dienstag und Freitag
Bürgeramt 1

■ **Bürgeramt 1: Yorckstr. 4-11,** 
10965 Berlin, Haupteingang, 3. Etage
(U6/U7 - Bhf. Mehringdamm, Bus M19)

■ **Bürgeramt 2: 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)

Kontaktaufnahme und Info auch wie folgt:

Bürgertelefon 115 oder

Buergeramt@ba-fk.berlin.de oder

www.Friedrichshain-Kreuzberg.de (unter Bürgerservice)

Belediye Danışmanlık Hizmetleri: Belediye hizmetleri ile ilgili konularda yardım alabileceğiniz adresler ve telefon numaralarını bu sayfada bulabilirsiniz. Bu hizmetler arasında Vergi Karnesi, Kimlik ve Pasaport işlemleri de bulunmaktadır.

Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte

■ Petra Koch-Knöbel

Yorckstr. 4-11, 10965 Berlin

Zimmer 0046, Tel. 90 298-41 11

✉ petra.koch-knoebel@ba-fk.berlin.de

Sprechzeiten nach telefonischer Vereinbarung

■ Frauen- und Gleichstellungsbüro

Brigitte Westphal, Yorckstr. 4-11, 10965 Berlin

Zimmer 0045, Tel. 90 298-41 09

✉ brigitte.westphal@ba-fk.berlin.de

Bürozeit: Mo-Fr 9.00-15.00 Uhr

Die Frauen- und Gleichstellungsbeauftragte berät und unterstützt Mädchen und Frauen deutscher und nichtdeutscher Herkunftssprache zu gleichstellungsrelevanten Fragen (z. B. Landesgleichstellungsgesetz, Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz)

- ▶ zu gleichgeschlechtlichen Lebensweisen
- ▶ zu Diskriminierungen
- ▶ zu arbeitsrechtlichen Fragen
- ▶ zu Aus- und Weiterbildung, beruflicher Qualifizierung, Wiedereinstieg in den Beruf, Mobbing, sexueller Belästigung am Arbeitsplatz, Arbeitslosigkeit I und II
- ▶ Existenzgründungen etc.
- ▶ zu Fragen bezüglich Grundsicherung/Transferleistungen, Wohnungsprobleme, Obdachlosigkeit etc.
- ▶ zu Gewalt in der Ehe und Familie (Unterbringung in Kriseneinrichtungen und Zufluchtwohnungen) Zwangsverheiratung, sexueller Missbrauch

Beratungsstellen für Überschuldete Schuldner- und Insolvenzberatung

in Friedrichshain-Kreuzberg

■ DILAB e. V.-Schuldner- und Insolvenzberatung

Rigaer Straße 103, 10247 Berlin, Hinterhaus, Erdgeschoss links, Tel. 422 77 94

🌐 www.dilab.de, ✉ 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

Yorckstr. 4-11, 10958 Berlin

Tel. 90298-3694, Fax 90298-3696

✉ inso@awo-spree-wuhle.de

🌐 www.awo-spree-wuhle.de

Mo-Mi 9.00-15.00 Uhr, Do 9.00-17.00 Uhr

Fr 9.00-12.00 Uhr

Termine nur nach telefonischer Vereinbarung / Terminvergabe mittwochs ab 9.30 Uhr, Verwaltung Frau Wulf

U7/U6 - Bhf. Mehringdamm, Bus 140, M19

■ Diakonisches Werk Berlin Stadtmitte e.V.

Schlesische Straße 27a, 10997 Berlin

5. Etage, Fahrstuhl, Tel. 691 60 78

🌐 www.bfue.de

Bürozeiten: Mo, Mi, Do 9.00-16.00 Uhr

Di 13.00-18.00 Uhr

Termine nur nach telefonischer Vereinbarung

U1 - Bhf. Schlesisches Tor, Bus 265

Diese offenen Beratungsstellen des Landes Berlin arbeiten sozial und kostenlos.

Borçular için danışma merkezleri

Aşırı borçlanmadan kaynaklanan sorunlarınızla ilgili olarak bu sütunda belirtilen kurumların danışmanlık hizmetlerinden yararlanabilirsiniz.

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 10,00 €. 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. Es werden folgende Unterlagen benötigt:

- ▶ Personalausweis oder Reisepass mit polizeilicher Anmeldebescheinigung
- ▶ Einkommensnachweise (z.B. Verdienstbescheinigungen, ALG II-Bescheid, etc.)
- ▶ Mietvertrag
- ▶ Kontoauszüge der letzten 3 Monate
- ▶ Nachweise über laufende Zahlungsverpflichtungen und besonderen Belastungen
- ▶ Unterlagen zu Ihrem rechtlichen Problem

Beratungshilfe kann auch schriftlich beantragt werden. Antragsformulare erhalten Sie beim Amtsgericht oder Ihrem Rechtsbeistand. Die Informations- und Rechtsantragsstelle für unseren Bezirk ist das

- **Amtsgericht Tempelhof-Kreuzberg im Dienstgebäude des Familiengerichtes:**
Hallesches Ufer 62, 10963 Berlin, Tel.90175-0 (Postanschrift: 10959 Berlin), Zi. F020 bis F029, Öffnungszeiten: Mo-Fr 8.30-13.00 Uhr
Do 14.00-15.00 und 16.00-17.00 Uhr

Die vorstehenden Ausführungen erheben nicht den Anspruch umfassend zu informieren.

Ausführlichere Informationen finden Sie unter:

www.berlin.de/sen/justiz/gerichte/ag/tk

HukuskaI Konularda Devlet Yardımı

Avukat masraflarının devlet tarafından karşılanabilmesi için gereken belgeler Amtsgericht Tempelhof-Kreuzberg, Aile Mahkemesi, Hallesches Ufer 62, 10963 Berlin adresinden temin edilebilir. Tel. 901750

Çalışma saatleri: Pazartesi - Cuma, saat 8.30-13.00 arası, Perşembe saat 14.00-15.00/16.00-17.00 arası. Dilekçenizin işleme konulabilmesi için kimliğinizin yanı sıra (Personalausweis), kira ve gelir belgelerinizi, son üç ayın banka dekontlarını ve iki günden eski olmayan aktüel banka dekontunuzu da göstermeniz gerekmektedir.

Schiedsmänner/-frauen

Für das Schlichtungsverfahren ist die Schiedsperson zuständig, in deren Amtsbezirk die Gegenpartei wohnt. Die Adresse und Telefonnummer der zuständigen Schiedsperson erfragen Sie bitte beim

- **Rechtsamt:** Frankfurter Allee 35, 10247 Berlin, Tel. 90298-4136

Freunde alter Menschen e.V.

Hornstr. 21, 10963 Berlin

Tel. 691 18 83, Fax 691 47 32, www.famev.de

Freunde alter Menschen e.V. ist eine Freiwilligen-Organisation mit internationaler Ausrichtung. Weltweit engagieren sich Freiwillige und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gemeinsam gegen die Vereinsamung von alten Menschen. Der Verein in Berlin konzentriert sich auf Menschen im hohen Alter, die häufig nicht mehr mobil und fit sind. Freunde alter Menschen e.V. vermittelt Besuchspartnerschaften, führt Veranstaltungen und Ausflüge durch und informiert zum Thema Demenz-WG.

Deutsche Rentenversicherung

■ Auskunfts- und Beratungsstelle

ab Mai 2014: Fehrbelliner Platz 5, 10707 Berlin

Tel. 86888-0, Fax 865-27496

✉ service.in.berlin@drv-bund.de

Öffnungszeiten: Di, Mi 8.00-15.00 Uhr

Mo, Do 8.00-18.00 Uhr und Fr 8.00-13.00 Uhr

Eine Terminvereinbarung wird empfohlen.

Unser Beratungsservice ist für alle kostenlos und umfassend. Das Angebot beinhaltet eine ausführliche individuelle Beratung, Auskünfte und Antragsaufnahme zur Versicherung, Kontenklärung, Rentenanspruchstellung und medizinischen Rehabilitation. Sie können sich ergänzend über die private Altersvorsorge informieren. Ebenfalls werden Migrantinnen und Migranten, die in mehreren Ländern gelebt und gearbeitet haben, zu allen Fragen in der gesetzlichen Rentenversicherung beraten. Regelmäßig werden kostenlose Vorträge und Seminare zur gesetzlichen Rentenversicherung angeboten.

Rentenberatung durch Versichertenälteste

Termine nach telefonischer Vereinbarung, z.B.

► Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg

Yorckstraße 4-11, Zimmer 3062

Waltraud Pusch, Do 14.00-18.00 Uhr

Terminvergabe unter Tel. 615 49 05

► Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg

Frankfurter Allee 35-37, Zimmer 2704

Ursula Alexander, Fr 1. und 4., 15.00-17.00 Uhr

Terminvergabe unter Tel. 0162-799 47 95

Weitere Informationen unter

www.deutsche-rentenversicherung.de

Emekliler için Danışmanlık

AWO Kreuzberg, Begegnungszentrum, Adalbertstraße 23a, 10997 Berlin. Önceden telefonla randevu almak şartıyla, Çarşamba günleri hariç.

Tel. 695 35 60



Frieda-Frauenzentrum e. V.

Proskauer Str. 7, 10247 Berlin, Tel. 422 42 76

🌐 www.frieda-frauenzentrum.de

► Freitag 15.00-18.00 Uhr Kaffeeklatsch
(geschlossene Gruppe)

Gesellschaft für Arbeit und Soziales e.V.

Zweigstelle Berlin

Franz-Mehring-Platz 1, 10243 Berlin

Tel. 290 19 76, Fax 29 04 46 27

🌐 www.gefas-ev.de

► Allgemeine Sozialberatung

RuDi-Nachbarschaftszentrum

Modersohnstr. 55, 10245 Berlin, Tel. 292 96 03

✉ leiter@rudizentrum.de, 🌐 www.rudizentrum.de

Öffnungszeiten: Mo-Do 8.00-18.00 Uhr

Fr 10.00-16.00 Uhr; Sa, So nach Veranstaltungsplan

Selbsthilfe-Treffpunkt

Träger: Volkssolidarität LV Berlin e. V.

Boxhagener Str. 89, 10245 Berlin, Tel. 291 83 48

Fax 29 04 96 62, 🌐 www.selbsthilfe-treffpunkt.de

Sprechzeiten: Di und Fr 10.00-13.00 Uhr

Mi und Do 15.00-18.00 Uhr und nach

Vereinbarung (auch an Standorten in Kreuzberg)

Opferhilfe Berlin e. V.

Hier erhalten Sie Rat und Hilfe, wenn Sie Opfer oder Zeuge in einer Straftat geworden sind, unabhängig davon, ob die Straftat angezeigt wurde.

Oldenburger Str. 38, 10551 Berlin

Tel. 395 28 67, Fax 39 87 99 59

Sprechzeiten: Mo-Fr 10.00-13.00 Uhr

Di und Do 15.00-18.00 Uhr

Türkische Sprechstunde jeden 1. und 3. Di im Monat 16.00-18.00 Uhr oder nach tel. Vereinbarung

✉ info@opferhilfe-berlin.de

🌐 www.opferhilfe-berlin.de

Zeugenbetreuung im Amtsgericht Tiergarten/Landgericht Berlin

Wilsnacker Str. 4, 10559 Berlin-Tiergarten

Tel. 90 14 34 98

Sprechzeiten: Mo-Fr 8.30-14.00 Uhr

(nur nach telefonischer Vereinbarung)

Hier erhalten Opfer und Zeugen einer Straftat Hilfe, wenn bereits Anklage erhoben wurde.

✉ zeugenbetreuung@opferhilfe-berlin.de

Berliner Seniorentelefon: Tel. 279 64 44

Sprechzeiten: Mo, Mi 12.00-14.00 Uhr

Fr, So 14.00-16.00 Uhr

✉ info@berliner-seniorentelefon.de

🌐 www.berliner-seniorentelefon.de

Ein Gespräch kann in schwierigen Situationen und in einsamen Stunden erleichternd wirken. Das Berliner Seniorentelefon bietet älteren Menschen und deren Angehörigen die Möglichkeit, sich über Themen auszusprechen, die mit dem Älterwerden und den alltäglichen Dingen verbunden sind. Bei konkreten Fragen, wie z. B. zu Miete, Rente, Wohnen, Trauer und Pflege, vermitteln die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Berliner Seniorentelefons stadtteilorientiert an die zuständigen Stellen. Wir sind auch gerne nur ihr Ansprechpartner. Außerdem halten sie Informationen wie z.B. zu Freizeitangeboten und Beratungsstellen bereit und vermitteln Gesprächskontakte zwischen interessierten Seniorinnen und Senioren.

Betreuungsbehörde

Sofern eine volljährige Person aufgrund einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung seine rechtlichen Angelegenheiten nicht mehr selbst erledigen kann (und sofern andere Unterstützungsmöglichkeiten nicht ausreichen), bestellt das Betreuungsgericht nach entsprechender Prüfung für sie einen Betreuer (vormals bis 1991 Vormund). Die Betreuungsperson ist der rechtliche Vertreter. Die Bestellung erfolgt durch einen Gerichtsbeschluss, der auch die Aufgabenkreise bestimmt, für die die Betreuungsperson 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.:

- ▶ Vorschlagen von Betreuungspersonen nach Feststellung ihrer Eignung für diese Funktion
- ▶ Beratung und Unterstützung der (ehrenamtlichen) Betreuer/innen 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:

■ **Frau Horst, Tel. 90298-2476 und**

■ **Herr Lutowski, Tel. 902982481.**

Führung rechtlicher Betreuungen

Die Mitarbeiter dieser Stelle führen rechtliche Betreuungen und nehmen innerhalb der festgelegten Aufgabenkreise rechtsgeschäftliche Angelegenheiten wahr.

Hilfe für die Helfer – Häusliche Pflegepersonen sind gesetzlich unfallversichert

Wer einen als pflegebedürftig eingestuften Angehörigen in häuslicher Umgebung pflegt, steht automatisch und für ihn kostenlos unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung, die in der Hauptstadt von der Unfallkasse Berlin (UKB) getragen wird. Voraussetzung des Versicherungsschutzes ist, dass die Pflege nicht erwerbsmäßig ausgeübt wird. Nach Schätzungen der UKB sind in Berlin rund 50.000 Pflegepersonen unfallversichert, oft ohne es zu wissen.

Versichert sind alle Unfälle, die während der Pflege und auf den mit ihr verbundenen Wegen passieren. Hauswirtschaftliche Tätigkeiten, die nicht allein dem Pflegebedürftigen zugute kommen, fallen nicht unter den Versicherungsschutz. Hierzu zählt etwa das Wäschewaschen oder Essenkochen für die ganze Familie. Mit der häuslichen Pflege wird dem pflegebedürftigen Menschen ein Großteil seiner Lebensfreude geschenkt. Er kann weiter am Familienleben teilnehmen und in seiner vertrauten Umgebung wohnen. Dabei rücken körperliche und auch psychische Belastungen für die Pflegenden schnell in den Hintergrund. Heben, Wenden und Waschen der pflegebedürftigen Person sind nur einige der alltäglichen Handgriffe, die eine körperliche Herausforderung für den Pflegenden bedeuten. Es überrascht nicht, dass Rückenschmerzen, ein verspannter Nacken oder Beschwerden in Schultern und Knien zu den häufigsten Leiden der häuslichen Pflegekräfte gehören. Auch kann die häusliche Pflege sehr viel Zeit in Anspruch nehmen, so dass die

berufliche Tätigkeit sowie die eigenen Interessen und Hobbys des Pflegenden in den Hintergrund treten. Materielle und soziale Sorgen können die Folge sein. Wer sich um einen pflegebedürftigen Angehörigen kümmert, darf die eigene Gesundheit nicht vergessen! Die Pflegeperson sollte rechtzeitig – und ohne schlechtes Gewissen – einen gesunden Egoismus zeigen, denn zu der oft schweren Aufgabe der häuslichen Pflege gehören auch der regelmäßige Ausgleich und die eigene Entlastung. Vor allem Frauen, die die Mehrzahl der Pflegepersonen in den Privathaushalten stellen, überschätzen oft ihre Kräfte und stellen eigene Interessen zurück.

Die Unfallkasse informiert pflegende Angehörige in dem zweimal jährlich erscheinenden Pflege-Brief „Zuhause pflegen – bleiben Sie gesund!“ rund um die häusliche Pflege. Dabei liegt der Fokus auf der besonderen Situation der Pflegenden. Zudem hat die Unfallkasse eine Faltblattserie für häuslich Pflegenden mit folgenden Themen herausgebracht:

- Unfallversicherungsschutz für den Pflegenden
- Rückengerechtes Arbeiten
- Kleine Hilfsmittel
- Hautschutz
- Infektionsschutz
- Psychische Belastungen in der Pflege

Den Pflege-Brief und die Faltblätter erhalten Sie im Internet unter www.unfallkasse-berlin.de oder telefonisch unter 030 / 7624-0.





„Von allen Ufern“

siehe Seite 11

Landesstelle für Gleichbehandlung – gegen Diskriminierung

■ Senatsverwaltung für Arbeit, Integration und Frauen

Oranienstr. 106, 10969 Berlin, Tel. 9028-1866

✉ antidiskriminierungsstelle@senaif.berlin.de

Fachbereich für gleichgeschlechtliche

Lebensweisen

Seit Februar 2007 ist der Fachbereich für gleichgeschlechtliche Lebensweisen Teil der Landesstelle für Gleichbehandlung – gegen Diskriminierung. Tel. 9028-1876, -1791, -2721

🌐 www.berlin.de/lb/ads/gglw

Ansprechpartner_innen finden Sie hinter dem Begriff ‚Fachbereich‘

Lesbenberatung e.V.

Kulmerstr. 20a, 10783 Berlin, Tel. 215 20 00

✉ info@lesbenberatung-berlin.de

🌐 www.lesbenberatung-berlin.de

RuT – Rad und Tat

Offene Initiative lesbischer Frauen e.V.

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 und das Frauen- und Pflegezentrum **„RuT-Frauen Kultur & Wohnen“** im Aufbau.

Schillerpromenade 1, 12049 Berlin, Tel. 621 47 53

Fax 621 47 53, radundtat@arcdor.de

🌐 www.lesbischeinitiative.rut.de

Gleichgeschlechtliche Lebensweisen

BALSAM

Berliner Arbeitskreis

Lesbische & Schwule Alte Menschen

BALSAM ist ein Arbeitskreis, der sich aus Vertreter_innen von Lesben- und Schwulenprojekten, von verschiedenen Bezirksämtern, unterschiedlicher Selbsthilfegruppen und engagierter Einzelpersonen zusammensetzt. Der Arbeitskreis sammelt und bündelt Informationen über Angebote zur Freizeitgestaltung, Beratung, Wohnen und Pflege für ältere Lesben, Schwule, bi- sowie transgeschlechtliche Menschen. Er veranstaltet Fachtage um auf ihre Situation aufmerksam zu machen und bietet ein Forum zum Austausch. Wenn Sie mit uns in Kontakt treten möchten, wenden Sie sich bitte an:

■ RuT – Rad und Tat, Tel. 621 47 53

oder an die:

■ Schwulenberatung Berlin, Tel. 23 36 90 70

Weitere Informationen zu Treffs und Beratung finden Sie auch unter:

🌐 www.balsam-berlin.de



Senatsverwaltung für Justiz und Verbraucherschutz

Oberstaatsanwältin Ines Karl ist Berlins erste Ansprechpartnerin für gleichgeschlechtliche Lebensweisen bei der Staatsanwaltschaft. Schwule, lesbische, bisexuelle, transsexuelle und intersexuelle Opfer homophober Hasskriminalität können sich ab sofort direkt an sie wenden. Sie nimmt Anliegen, Beschwerden, gegebenenfalls auch Strafanzeigen auf und stellt den Kontakt zu den zuständigen Staatsanwälten, der Polizei und den privaten Hilfsorganisationen her.

Tel. 9014-26 97, ✉ lsbt@sta.berlin.de

Netzwerk Anders Altern

Angebote zu Beratung, Freizeit und Wohnen für schwule Senioren

■ **Kontakt:** Dr. Marco Pulver, Schwulenberatung
Berlin, Niebuhrstr. 59/60, 10629 Berlin
Tel. 23 36 90 70

🌐 www.schwulenberatungberlin.de

🌐 www.lebensort-vielfalt.de

Sonntags-Club e.V.

Beratung, Information, Gruppen und Kultur für LGBTI

Greifenhagener Str. 28, 10437 Berlin
Tel. 449 75 90

✉ info@sonntags-club.de

🌐 www.sonntags-club.de



GLADT

Kluckstraße 11; 10785 Berlin

Tel. 26 55 66 33

GLADT ist die einzige unabhängige Selbst-Organisation von türkeistämmigen Lesben, Schwulen, Bi- und Transsexuellen und Transgendern (LSBTT) außerhalb der Türkei. Neben türkisch- und kurdisch-stämmigen LSBTT nehmen zunehmend Menschen mit anderen Migrationshintergründen (zum Beispiel iranisch oder ex-jugoslawisch) die Angebote des Vereines wahr.

Wir haben Montag, Mittwoch und Freitag von 10.00-16.00 Uhr geöffnet. Dienstag und Donnerstag sind wir von 12.00-18.00 Uhr für euch da!

✉ Info@GLADT.de oder ✉ Beratung@GLADT.de

🌐 www.gladt.de

Schwules Museum e.V.

Lützowstr. 73, 10785 Berlin, Tel. 69 59 90 50

🌐 www.schwulesmuseum.de

Der Träger ist der Verein der Freundinnen und Freunde des Schwulen Museums in Berlin.

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do, Fr, So 14.00-18.00 Uhr;
Sa 14.00-19.00 Uhr; Di geschlossen

Integration und Migration

Beauftragte für Integration und Migration

■ Regina Reinke

Yorckstr. 4-11, Zi. 1042 c, Tel. 90298-3133
 ✉ regina.reinke@ba-fk.berlin.de
 Sprechzeit Di 9.00-12.00 Uhr
 Do 15.00-18.00 Uhr und nach Vereinbarung

■ Mitarbeiterin: Sybille Präse

Yorckstr. 4-11, Zi. 1042 a, Tel. 90298-2643

■ Ansprechpartnerin im Bereich Stadtteil- und Seniorenangebote: Marion Dörner

Yorckstr. 4-11, Zimmer 3051, Tel. 90298-2782
 ✉ marion.doerner@ba-fk.berlin.de

Menschen aus allen Ländern und ethnischen Gruppen sind herzlich zu unseren Angeboten und mit ihren Wünschen willkommen.

Box 66

Integrationszentrum für ausländische Frauen und Familien

Sonntagstraße 9, 10245 Berlin
 Tel. 81 70 05-40/-80, Tel./Fax 81 70 05 80
 ✉ box66@via-in-berlin.de
 Träger: VIA-Regionalverband
 Berlin/Brandenburg e.V.

Telefon Doweria –

Телефон Доверия; 24h Tel. 440308 -454 Russischsprachige Telefonseelsorge

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.

Selbsthilfe-Treffpunkt

Träger: Volkssolidarität LV Berlin e. V.
 Boxhagener Str. 89, 10245 Berlin, Tel. 291 83 48
 ☎ www.selbsthilfe-treffpunkt.de/senioren.htm
 ✉ info@selbsthilfe-treffpunkt.de
 Russischsprachige Sozial- und Gesundheitsberatung nach Vereinbarung mit Frau Ljudmilla Wendel:
 Übersetzung von amtlichen Briefen, Hilfe beim Schreiben von Antworten, Widersprüchen etc.

Помощь и практическая поддержка

- ▶ Перевод и разъяснение официальных писем и решений. Подготовка в письменном виде ответов и опротестований, а также решение проблем по телефону.
- ▶ Заполнение различных формуляров таких учреждений, например, как Arbeitsamt, Jobcenter, Krankenkasse, Pflegeversicherung, Sozialamt, Versorgungsamt, Rentenversicherungsanstalt и др.

Weitere Angebote siehe auch Seite 20

Akarsu e. V.

Gesundheitssetage, Oranienstr. 25, 2. Aufg., 2. OG,
 10999 Berlin, Tel. 61 67 69-30, Fax 61 67 69-39
 ✉ gesundheitssetage@akarsu-ev.de
 ☎ www.akarsu-ev.de

Facebook: AKARSU – Gesundheit
 Kultur- und sprachensible Gesundheitskurse / Gesundheitsberatungen

- ▶ Frauenfrühstück (Do 11.00-13.00 Uhr) mit Vorträgen und Diskussionen zu verschiedenen Themen
- ▶ Soziale- und psychosoziale Beratung
- ▶ Deutschkurs für Zuwanderer
- ▶ Starke Mütter, starke Kinder (Deutsch-, Informations- und Empowermentkurs für Mütter nichtdeutscher Herkunft)
- ▶ Naturheilverfahren / Akupunktur
- ▶ Bewegungskurse: Frauenschwimmen, Yoga, Gesundheitsgymnastik, Aerobic, Radfahrkurs, Orientalischer Tanz, WenDo, Wirbelsäulengymnastik zu afrikanischen Rhythmen, Capoeira

Bayouma-Haus

Interkulturelles Gemeinwesenzentrum der AWO Spree-Wuhle e.V.

Frankfurter Allee 110, 10247 Berlin
 Tel. 29 04 91 36 allgemein und
 29 35 08 35 für Sozialberatung, Fax 29 04 91 29
 ✉ bayouma-haus@awo-spree-wuhle.de
 🌐 www.bayouma-gesundheit.de
 🌐 www.bayouma-haus.de

Im Bayouma-Haus gibt es folgende Angebote:

- ▶ Kostenfreie Sprechstunde mit dem Rechtsanwalt
 - ▶ Niedrigschwellige Sozialberatung
 - ▶ Wegweisende Gesundheitsberatung
 - ▶ Physiotherapeutische Angebote
 - ▶ Gymnastikkurse
 - ▶ Tanzkurze, Kaffeetafel, künstlerische Werkstätten sowie „geistige Fitnesskurse“ für Seniorinnen und Senioren sowie Freunde
 - ▶ Sprachkurse, Kochkurse
 - ▶ Näh- und Schneiderkurs
 - ▶ Gemeinsame Unternehmungen durch den Kiez
 - ▶ Interkulturelle Feste
 - ▶ Förderung von Selbsthilfeeinitiativen
 - ▶ Raumbereitstellung für selbst organisierte Treffs
- Die Angebote sind teilweise kostenfrei. Wir beraten in den Sprachen: spanisch, italienisch, französisch, englisch, vietnamesisch, deutsch

AWO-Begegnungszentrum

Adalbertstr. 23 a, 10997 Berlin, Tel. 69 53 56-11
 Zu unseren vielfältigen Angeboten gehören Beratungsdienste (Aufenthaltsrecht, Sozial-, Rechts-, und Rentenberatung), Gesundheitsförderung, Bildungsangebote für Kinder und Familien, Internetkurse für Seniorinnen und Senioren und Frauen, Stadtteil- und Umweltaktionen sowie interkulturelle und interreligiöse Aktivitäten. Sprechstunden für Beratungsdienste sind: dienstags 9.00-13.00 Uhr, donnerstags 14.00-18.00 Uhr. Die Beratung kann in den Sprachen bosnisch, deutsch, englisch, italienisch, kroatisch, serbisch, spanisch und türkisch erfolgen. Weitere Termine nach telefonischer Vereinbarung, Tel. 695 356 11.

Folgende Senioren- und Selbsthilfegruppen treffen sich:

- | | |
|--------|-----------------------------------------------------------------|
| Mo, So | 12.00-17.00 Uhr
türkischsprach. Rentnergruppe |
| Di | 11.00-14.00 Uhr
Handarbeitsgruppe „Bunte Kreationen“ |
| Di | 14.00-18.00 Uhr
spanische Rentnergruppe |
| Mi | 11.30-13.00 Uhr
Sevillana Tanzkurs für Menschen ab 50 Jahren |
| Mi | 14-18.00 Uhr
polnische Rentnergruppe |
| Mi | 15-18.00 Uhr
Freizeitgruppe, Menschen mit Beeinträchtigung |
| Do | 15-18.00 Uhr
„Dobar-Dan-Gruppe“ |

Emekliler gruplarımızın buluşma günleri:

Türkiyeli emekliler grubumuz PAZAR VE PAZARTESI saat 12:00-17:00 arası

Spanische Gruppe/Mundo Espanol:

Encuentro de jubilados españoles los MARTES de la 2 a las 6 de la tarde.

POLSKA GRUPA RENCISTOW SPOTYKA SIE W PIERWSZA SRODE

MIESIACA o GODZ, 15.00 SERDECZNIIE ZAPRASZAMY.

Dobar Dan-Grupa: GRUPA „DOBAR DAN“ SE SASTAJE U ZGRADI SAVJETOVA LIŠTA SVAKOG DRUGOG ČETVRTKA U 15 SATI (U PRIZEMLJU, U SENIORENAUM-U).

Informationen über Seniorenvertretung und Gremienarbeiten erhalten Sie bei Herrn Fernandez unter Tel. 618 96 35

Ansprechpartnerin: Filiz Müller-Lenhartz

Ausführliche Informationen über unsere Aktivitäten erhalten Sie unter

🌐 www.begegnungszentrum.org



Muslimisches SeelsorgeTelefon: 443 50 98 21 (täglich 24 Stunden)

🌐 www.mutes.de,

✉ info@mates.de



Herzlich Willkommen und **Assalamu alaikum**.

Das Muslimische SeelsorgeTelefon (MuTeS) hört sich verständnisvoll Ihr Problem an und unterstützt Sie bei der Suche nach einem individuellen Ausweg. Sie bleiben dabei völlig anonym und Ihr Problem bleibt vertraulich. Neben deutsch, das alle Seelsorger sprechen, werden jeden Dienstag die Gespräche zusätzlich auch auf türkisch angeboten. Darüber hinaus sind nach vorheriger Absprache Gespräche auf Arabisch, Türkisch, Urdu und weiteren Sprachen möglich. Beim MuTeS arbeiten qualifizierte Muslime ehrenamtlich für Sie.

Türkisch-arabische Seniorengruppe

Ältere Menschen in besonderen Lebenslagen haben spezielle Bedürfnisse und auch Probleme wie z.B. Pflegebedarf, Isolation, Krankheit. Wir möchten im Rahmen unserer Arbeit älteren Menschen die Gelegenheit für einen Austausch in unseren Räumen bieten.

- **Info und Treffpunkt:** Mi 14.00-18.00 Uhr im Nachbarschaftstreff am Düttmann-Platz Urbanstr. 48 e, 10967 Berlin, Tel. 559 561 10
✉ wds.nachbarschaft@via-in-berlin.de

TIO – Beratungsstelle für Migrantinnen

Köpenicker Straße 9 B, 10997 Berlin

Tel. 612 20 50, Fax 69 51 88 71

Fahrverbindung: U-Bhf. Schlesisches Tor Bus 147, 265

✉ tio-ev@gmx.de, 🌐 www.tio-berlin.de

Träger: TIO e.V.

Öffnungszeiten: Di, Do 10.00-13.00 Uhr und 15.00-18.00 Uhr, Fr 9.00-14.00 Uhr

- ▶ Do 15.00-18.00 Uhr Rechtsberatung durch Juristinnen
- ▶ Fr 10.00-12.00 Uhr Gruppenberatung mit Frühstück
- ▶ Beratungsschwerpunkte: Häusliche Gewalt, Trennung, Scheidung, Sicherung des Lebensunterhalts
- ▶ Sprachen: deutsch, englisch, kurdisch, türkisch

Polnischer Sozialrat e. V.

**Unterstützung Hilfebedürftiger mit
Migrationshintergrund**

Oranienstraße 34, 10999 Berlin, Tel. 615 17 17
täglich von 8.00-14.00 Uhr

To Spiti – Interkulturelles Frauen und Familienzentrum –

KΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ

ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΩΝ ΤΟΥΣ

Morusstraße 18 A, 12053 Berlin, Tel. 68 24 77 15

✉ tospiti@diakoniewerk-simeon.de

Interkulturelles Frauen- und Familienzentrum im Haus der Begegnung

Ob zum Reden, zum Helfen, zum Lernen oder Feiern – unser Zentrum 'To Spiti' (das Haus, Zuhause) ist ein Ort, an dem sich Frauen und Familien griechischer Herkunft untereinander sowie mit Freunden und Nachbarn anderer Herkunft treffen, austauschen und zu sozialen, ausländischer- und EU-rechtlichen sowie psychosozialen Fragen beraten lassen können. Der Träger ist das Diakoniewerk Simeon gGmbH

Wir sprechen deutsch, griechisch und englisch.

Eine Auswahl unserer Aktivitäten:

- ▶ Offene Beratung zu leistungsrechtlichen und sozialen Fragen, Di 10.00-12.00 Uhr
Mi 14.00-16.00 Uhr
- ▶ Seniorenfrühstück Mi 11.00-13.00 Uhr
- ▶ Frauengruppe Do 16.00-20.00 Uhr
- ▶ Informationsveranstaltungen zu aktuellen Themen
- ▶ Feste mit Livemusik, Tanzauftritten und Kinderprogramm
- ▶ Konzerte, Lesungen und Ausstellungen
- ▶ Stadterkundungen und Ausflüge
- ▶ Der gleichnamige Förderverein unterstützt die sozialpädagogische Arbeit von 'To Spiti' und ist Träger des ersten interkulturellen Garten Berlins 'Perivoli'.

Familiengarten Aile Bahçesi – Nachbarschaftscafé des Kotti e.V.

Mit Terrasse und Garten

Oranienstr. 34 (HH), 10999 Berlin, Tel. 614 35 56

🌐 www.kotti-berlin.de, ✉ kotti@berlin.de

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10.00-18.00 Uhr

Ausstellungen, interkultureller und generationsübergreifender Austausch und Begegnungen, Bildungsangebote, Frauenfrühstück, Lesungen, Tanztee, Treffen älterer Migrantinnen, Elternnachmittag, Informationsveranstaltungen, Podiumsdiskussionen, Feste zu unterschiedlichen Anlässen, Konzerte, Erzählcafés, Workshops, Kurse, Selbsthilfegruppen und Raum für eigene Ideen...

Gruppen- und Offene Angebote:

- ▶ Mo, 10.00-13.00 Uhr Bildungsbrücke – Informations- und Freizeitangebote für türkischsprachige Frauen
- ▶ Mo, 13.00-18.00 Uhr offene Handarbeitsgruppe – generationsübergreifend
- ▶ Di, 11.00-14.00 Uhr Kreativwerkstatt, Herstellung von Modeschmuck, Stoffmalerei, Nähen, Häkeln, Stricken und Modellieren, generationsübergreifend
- ▶ Mi, 14.00-18.00 Uhr Club 2. Frühling, Treffen älterer Migrantinnen 50Plus
- ▶ Do, 11.00-13.00 Uhr Seidenmalkurs
- ▶ Do, 12.00-15.00 Uhr Nähkurs für Anfängerinnen und Hobbyschneiderinnen
- ▶ Fr, 10.00-13 Uhr Frauengespräche, Frühstück, Unternehmungen
- ▶ Anfängerinnen und Hobbyschneiderinnen
- ▶ So, jeden 4., 14.00-17.00 Uhr Tanztee mit Live-Musik

Beratungsangebote:

- ▶ Allgemeine Sozialberatung
Mo, 15.00-18.00 Uhr deutsch/türkisch
Mi, 10.00-13.00 Uhr deutsch/türkisch/englisch
Do, 10.00-13.00 Uhr deutsch/türkisch/englisch
Fr, 10.00-13.00 Uhr deutsch (Schwerpunkt ALG II)
Rechtsberatung
Do, 1. und 3., 16.00-18.00 Uhr deutsch/türkisch

Caritas-Verband für das Erzbistum Berlin e. V.

Soziale Betreuung und Beratung in deutsch, türkisch, arabisch, kroatisch, englisch, französisch, bosnisch, serbisch

■ Interkulturelles Familienberatungszentrum in Friedrichshain-Kreuzberg

Prinzessinnenstr. 30, 10969 Berlin
Tel. 666 33-392, Fax 66 633-394
✉ l.kalender@caritas-berlin.de
🌐 www.caritas-berlin.de

■ Caritas-Altenhilfe GGmbH

Caritas Sozialstation Kreuzberg

Prinzessinnenstr. 30, 10969 Berlin
Tel. 66 63 33 25, Fax 66 63 33 22
✉ m.thobe@caritas-altenhilfe.de
🌐 www.caritas-altenhilfe.de



kom•zen – Das Kompetenz Zentrum

Interkulturelle Öffnung der Altenhilfe

Simphonstraße 27, 10245 Berlin, Tel. 319 89 16 30
✉ info@kom-zen.de, 🌐 www.kom-zen.de

Das Kompetenzzentrum ist die Stabstelle des Landes Berlin für das Thema „Alter, Migration und Pflege“ und steuert gemeinsam mit den Verantwortlichen in den Bezirken die Interkulturelle Öffnung der Altenhilfe Berlin. Das kom•zen widmet sich der Förderung

- ▶ kultursensibler Information und Beratung in seniorenspezifischen Medien sowie Informations- und Beratungsstellen der Altenhilfe und den Berliner Pflegestützpunkten
- ▶ der Partizipation älterer Zuwanderer in den Bezirken, hier im Bereich des Ehrenamtes und der Zusammenarbeit von Migrantenorganisationen und Bezirken in der offenen Altenhilfe.
- ▶ berät und steuert mit dem Runden Tisch für Interkulturelle Öffnung der Altenhilfe in den Bezirken im bezirksübergreifenden Erfahrungsaustausch.

 **ALBRECHT**
seit 1883
STEINMETZMEISTER

Wir
formen jeden
Stein

Grabdenkmäler · Ausführung sämtlicher Natursteinarbeiten

Inhaber Frank Rüdiger & Bodo Rüdiger oHG
Bergmannstrasse 55 Telefon 030 · 691 20 37
10961 Berlin-Kreuzberg Telefax 030 · 691 20 47
www.steinmetz-berlin.de



Berlins ältester
Steinmetzbetrieb

Menschen mit Behinderung

Beauftragte für Menschen mit Behinderung

Frau Ehrlichmann, Frankfurter Allee 35/37
10247 Berlin, Zi. 2917, Tel. 90298-2368
Di 9.00-12.00 Uhr, Do 15.00-18.00 Uhr
und nach Vereinbarung
✉ ulrike.ehrlichmann@ba-fk.berlin.de



Berliner Schlaganfall-Allianz (BSA)

■ Servicepunkt Schlaganfall

Charité – Durchgang Luisenstraße 9
10117 Berlin-Mitte

Der Servicepunkt Schlaganfall
ist die zentrale Beratungsstelle der
Berliner Schlaganfall-Allianz.

Zu folgenden Zeiten sind die Schlaganfall-
beraterinnen und -berater für Sie da:
Mo, Do 11.00-13.00 Uhr, Mi 15.00-17.00 Uhr
Tel. 45 05 60-600

✉ servicepunkt@schlaganfall-allianz.de

🌐 www.schlaganfallallianz.de

■ Kompetenznetz Schlaganfall

Charité Campus Mitte
Charitéplatz 1, 10117 Berlin, Tel. 45 05 60-145

✉ info@schlaganfallnetz.de

🌐 www.kompetenznetz-schlaganfall.de

Landesbeauftragter für Menschen mit Behinderung

Herr Dr. Jürgen Schneider
Oranienstraße 106, 10969 Berlin, Tel. 9028-2917
✉ lfb@sengs.berlin.de



barrierefrei Leben in deiner Stadt

Online-Datenbank zur Barrierefreiheit Berliner
Einrichtungen und Infoportal

🌐 www.mobidat.net

Soziale Beratung für behinderte, chronisch erkrankte und alte Menschen

Anmeldung für beide Bezirkteile:

Urbanstr. 24, 10967 Berlin

Anmeldung in Zimmer 28, Tel. 90298-8359

Sprechzeiten: Di 9.00-12.00 Uhr und nach Verein-
barung

Hinweis: Wegen Bauarbeiten befindet sich die So-
ziale Beratung in der Koppenstr. 38/40
10243 Berlin (U5 - Bhf. Strausberger Platz)

Bitte informieren Sie sich telefonisch, bevor Sie
persönlich erscheinen.

Integral – Begegnungszentrum für Menschen mit und ohne Behinderungen

Marchlewskistr. 25e, 10243 Berlin

Tel. 296 09 68, Fax 29 66 37 33, Mo-Fr 9-20 Uhr

🌐 www.integral-berlin.de

✉ bgz@integral-berlin.de

Allgemeiner Blinden- und Sehbehinderten- verein Berlin, gegr. 1874 e. V.

■ Geschäftsstelle und Hilfsmittelberatungs- und -verkaufsstelle

Auerbachstr. 7, 14193 Berlin

Tel. 895 88-0, Fax 895 88 99

✉ info@absv.de, www.absv.de

■ Stadtteilgruppe Kreuzberg

Gruppenleiter: Günter Boguslawski

Tel. 693 19 05, ✉ kreuzberg@absv.de

Treffen: jeden 1. Mittwoch, 16.30 Uhr

Begegnungsstätte Charlottenstr. 85

10969 Berlin

Juli und August Sommerpause

■ Stadtteilgruppe Friedrichshain

Gruppenleiterin: Gertrud Thiele, Tel. 249 75 67

✉ friedrichshain@absv.de

Sprechstunde: jeden 3. Dienstag, 15.00 Uhr

Begegnungsstätte ‚Lebensfreude‘
Kadiner Str. 1 / Ecke Hildegard-Jadamowitz-Str.,
10243 Berlin

Mobilitätshilfedienst

Draußen spielt das Leben...

... und wir begleiten Sie sicher dorthin.

Ein besonderes Angebot für alle Seniorinnen, die in ihrer Mobilität beeinträchtigt sind. Wenn Sie durch Gehbehinderung oder aus anderen gesundheitlichen Gründen Ihre Wohnung aus eigener Kraft nicht mehr verlassen können, begleiten wir Sie gerne! Wir holen Sie zuhause ab und bringen Sie zu Fuß oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu Ihrem Ziel. Unsere Mitarbeiter stehen Ihnen Montag bis Freitag von 8.30-16.30 Uhr als persönliche Begleiter zur Seite, wenn Sie:

- ▶ Einkäufe erledigen oder
- ▶ an kulturellen Veranstaltungen teilnehmen möchten
- ▶ Sie Spaziergänge mögen
- ▶ Angehörige u. Freunde im Kiez treffen möchten
- ▶ andere Termine wahrnehmen wollen.

■ DRK Berlin Süd-West Behindertenhilfe gGmbH Friedrichshain-Kreuzberg Mobilitätshilfedienst

Schleiermacher Str. 8, 10961 Berlin
Tel. 69 80 71 20

✉ mobi-dienst@drk-berlin.net

🌐 www.drk-berlin.net

siehe auch Anzeige auf der 2. Umschlagseite

Die **Mobilitätshilfedienste** erheben einen geringen Betrag als Eigenbeteiligung. Die Eigenbeteiligung kann je nach Ihren Möglichkeiten ermäßigt werden und beträgt:

Normalbetrag: jährlich 80,00 Euro, halbjährlich 40,00 Euro – ermäßigter Betrag (z. B. bei Grundversicherung im Alter, Sozialgeld, Arbeitslosengeld II): jährlich 40,00 Euro, halbjährlich 20,00 Euro
Nutzer und Nutzerinnen von Sonderfahrdiensten: jährlich 60,00 Euro, halbjährlich 30,00 Euro
Bewohner einer stationären Einrichtung mit „Barbetrag“ des Sozialgeldes (Taschengeld): 0,00 Euro, einmalige Begleitung: 5,00 Euro

Blindenwohnstätten Berlin (BWS)

🌐 www.blindenwohnstaetten.de

■ Haus Spandau

Niederneuendorfer Allee 6-9, 13587 Berlin
Tel. 33 50 06-0, Fax 33 50 06-99

✉ spandau@blindenwohnstaetten.de

■ ABC Blindenwohnstätte Weißensee

Berliner Allee 193-197, 13088 Berlin
Tel. 962 51-0, Fax 962 51-399

✉ weissensee@blindenwohnstaetten.de

Beantragung eines Schwerbehindertenausweises

Für die Anerkennung als schwerbehinderter Mensch ist ein Antrag erforderlich. Für das Feststellungsverfahren nach dem Schwerbehindertenrecht ist das Versorgungsamt zuständig.

■ Landesamt für Gesundheit und Soziales

– Persönliche Beratung im KundenCenter des Versorgungsamtes

Sächsische Str. 28, 10707 Berlin (Erdgeschoss)

Servicetelefon: 90229-6464 bzw.

Bürgertelefon 115, 7.00-18.00 Uhr

Fax 90229-6095

Öffnungszeiten: Mo, Di 9.00-15.00 Uhr

Do 9.00-18.00 Uhr, Fr 9.00-13.00 Uhr

✉ infoservice@lageso.berlin.de

🌐 www.lageso.berlin.de/behinderung

Antragsvordrucke gibt es im KundenCenter des Versorgungsamtes, bei den Sozialdiensten in den Krankenhäusern und den Bürgerämtern der Bezirksämter. Das Versorgungsamt kann schneller für Sie arbeiten wenn Sie das Antragsformular leserlich ausfüllen, vorhandene medizinische Unterlagen in Kopie beifügen, die vollständigen Adressen Ihrer behandelnden Ärzte angeben und die Einwilligungserklärung zur Einsichtnahme in Ihre Krankenunterlagen unterschrieben beilegen.

Info-Center für Behindertensport

Das Info-Center für Behindertensport in Deutschland sammelt und verteilt Informationen aller Art rund um den Sport von Menschen mit Behinderungen. Dazu gehören insbesondere Adressen von Gruppen und Vereinen in ganz Deutschland. Sollten Sie auf unseren Seiten einmal nicht fündig werden, helfen wir Ihnen gerne persönlich weiter. Informationsstelle für den Sport behinderter Menschen, Fabeckstr. 69, 14195 Berlin
Tel. 838-513 03 oder 838-525 94.

✉ behindertensport@gmx.de

🌐 www.info-behindertensport.de

Die Infostelle ist eine Einrichtung der Senatsverwaltung für Inneres und Sport von Berlin, der Freien Universität Berlin und des Dt. Olympischen Sportbunds.

SonderFahrDienst

Zugangskriterium ist das Merkmal „T“ (Teilnahmeberechtigung am Sonderfahrdienst) in Ihrem Behindertenausweis. Personen mit dem Merkzeichen „aG“ (außergewöhnliche Gehbehinderung), einem mobilitätsbedingten Grad der Behinderung von mindestens 80 und nachgewiesener Fähigkeitsstörung beim Treppensteigen erfüllen die gesundheitlichen Voraussetzungen für das Merkmal „T“.

Für die Teilnahme am Sonderfahrdienst ist eine personenbezogene Magnetkarte notwendig. Die Ausstellung der Magnetkarte erfolgt auf Antrag beim Landesamt für Gesundheit und Soziales, III C 2, Postfach 31 09 29, 10639 Berlin.

Für die Nutzung des Sonderfahrdienstes muss eine Eigenbeteiligung entrichtet werden. Fahrtenwünsche werden mit Angabe der Kundennummer täglich von 7.00-17.00 Uhr entgegengenommen unter Tel. 26 10 23 00, Fax 26 10 23 99.

Notfallnummer: 26 10 22 30 (nur nach 20 min. Wartezeit auf ein bestelltes Fahrzeug benutzen)

► Wirtschaftsgenossenschaft

Berliner Taxibesitzer e.G. (WBT. e.G.)

Genthiner Str. 36, 10785 Berlin, Tel. 26 10 23 00

► Bestellung der Fahrten sind auch per E-Mail möglich: ✉ order@sfd-berlin.de

Mobilitätstrainings für Fahrgäste

Für viele mobilitätseingeschränkte Menschen sind Bus- und Bahnfahrten keine Selbstverständlichkeit. Abhilfe möchte die BVG mit ihren bewährten Mobilitätstrainings schaffen. Viele Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer, Nutzer/innen von Rollatoren und auch sensorisch behinderte Menschen haben dank dieser Schnupperkurse ihren Schlüssel zur Bewegungsfreiheit (wieder-)gefunden. Bei den Trainings können sich mobilitätseingeschränkte Fahrgäste in einem leeren Fahrzeug orientieren und unter anderem üben, wie man mit den vorhandenen Hilfen am besten in die Fahrzeuge gelangt und sich während der Fahrt sichert. Freundliche BVG-er/innen helfen dabei und wissen auf jede Frage eine Antwort.

■ BVG Call Center, Telefon: 19 44 9

🌐 bvg.de, ✉ info@bvg.de

Bus & Bahn-Begleitservice

Der Begleitservice leistet Unterstützung für geh- oder sehbehinderte sowie ältere Menschen, die Bus und Bahn nur schwer alleine nutzen können oder auch Hilfe an komplizierten Umsteigepunkten benötigen.

So funktioniert der Service

Die Fahrten mit dem Bus & Bahn-Begleitservice können spätestens am Vortag telefonisch gebucht werden.

► Auftragsannahme Montag bis Freitag von 09.00 bis 16.00 Uhr per Telefon 34 64 99 40

🌐 VBB.de/begleitservice

✉ begleitservice@vbbonline.de

► Begleitfahrten sind montags bis sonntags von 7.00-22.00 Uhr möglich.

Zum vereinbarten Termin holt Sie der Begleitservice an der Wohnungstür ab, bringt Sie zu Ihrem Fahrtziel und wieder zurück bis an die Wohnungstür. Eine Routenplanung bringt der Begleitservice mit, der an der entsprechend beschrifteten Dienstkleidung zu erkennen ist. Der Bus & Bahn-Begleitservice ist kostenlos, sie benötigen lediglich eine Fahrkarte.

Gesundheit

Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit

Abt. für Familie, Gesundheit und Personal

Yorckstr. 4-11, 10965 Berlin-Kreuzberg

Tel. 90298-3547, Fax 90298-3539

✉ gespl@ba-fk.berlin.de



Sie wünschen Auskünfte über:

- ▶ Möglichkeiten der gesundheitlichen Versorgung für alle Alters- und Bevölkerungsgruppen,
- ▶ präventive und gesundheitsfördernde Maßnahmen und Projekte in Friedrichshain-Kreuzberg,
- ▶ die gesundheitliche Betreuung im Bezirk durch den öffentlichen Gesundheitsdienst, in Krankenhäusern, durch niedergelassene Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und -therapeuten, in Einrichtungen freier Träger,
- ▶ die Angebote des Gemeindedolmetschdienstes Berlin in zur Zeit 48 Sprachen (Tel. 443190-90),
- ▶ Beratungs- und Versorgungsangebote
- ▶ für Menschen mit psychischen Erkrankungen,
- ▶ Beratungs- und Hilfsmöglichkeiten für
- ▶ suchtkranke Menschen?

Dann nutzen Sie bitte unser Gesundheitstelefon! Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit geben Ihnen gern Auskunft und helfen Ihnen, das passende und bedarfsgerechte Angebot zu finden!

Sabine Schweele Tel. 90298-3543

Angelika Schmidt Tel. 90298-3547

Alzheimer Angehörigen-Initiative

Reinickendorfer Str. 61, Haus 1, 13347 Berlin

Tel. 47 37 89 95, Mo-Do 10.00-15.00 Uhr

Alzheimer-Gesellschaft Berlin e. V.

Friedrichstr. 236, 10969 Berlin

Tel. 89 09 43 57, Fax 25 79 66 96

✉ info@alzheimer-berlin.de

🌐 www.alzheimer-berlin.de

Di 14.00-18.00 Uhr, Mi und Do 10.00-15.00 Uhr

(Persönliche Beratung nach telefon. Absprache)

Die AGB bietet berlinweit verschiedene offene Angehörigen-Selbsthilfegruppen an, davon in Kreuzberg (o.g. Anschrift): Jeden 3. Mo 16.00-17.30 Uhr, sowie jeden 2. Do 17.00-19.00 Uhr speziell für Angehörige von Menschen mit einer frontotemporalen Demenz.

Weitere Ziele und Angebote sind:

- ▶ Verbesserung der Betreuung von Demenzkranken
- ▶ Unterstützung der pflegenden Angehörigen (kostenlose und anonyme Beratung, kostenlose Schulungen)
- ▶ Aufklärung der Öffentlichkeit über das Krankheitsbild
- ▶ Selbsthilfegruppen
- ▶ Treffpunkte für Menschen mit Gedächtnisstörungen:
 - Andrea Ackermann, Katharina Bernecker
 - Tel. 25 79 66 97, Mo und Fr 10.00-14.00 Uhr
- ▶ Betreuungsbörse: Tanja Ebel, Tel. 25 79 66 97, Di 14.00-18.00 Uhr, Do 09.00-13.00 Uhr
- ▶ Fortbildungen
- ▶ Tanzcafés

Sie brauchen Hilfe?



Im Herzen Berlins sind Sie mit zwei Vivantes Kliniken bestens versorgt. Das Vivantes Klinikum am Friedrichshain bietet eine rundum exzellente Versorgung. Mit Brustzentrum, Onkologie und Berliner Herzrhythmuszentrum bietet das Vivantes Klinikum Am Urban Spitzenmedizin für ganz Berlin.

Gesundheit. Für Berlins neue Mitte.

Vivantes Klinikum im Friedrichshain



Landsberger Allee 49, 10249 Berlin
Tel. 030 130 23 0
www.vivantes.de/kfh

Chirurgie, Gefäßchirurgie, Gynäkologie, Geburtsmedizin, Kardiologie, Gastroenterologie, Geriatrie, Neurologie, Stroke Unit, Orthopädie, Unfallchirurgie, Urologie, Neurochirurgie, Dermatologie, HNO, Nephrologie, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Angiologie-Pneumologie, Kinder- und Jugendmedizin, TK-Psychiatrie, Radiologie/Nuklearmedizin/PET-CT, Plastische Chirurgie

In Kreuzberg zuhause. Gesundheit für alle.

Vivantes Klinikum Am Urban



Dieffenbachstraße 1, 10967 Berlin
Tel. 030 130 21 0
www.vivantes.de/kau

Chirurgie, Unfallchirurgie, Orthopädie und Handchirurgie, Kompetenzzentrum für Gefäßmedizin, Geburtsmedizin, Gynäkologie, Brustzentrum, Psychiatrie, Gastroenterologie, Hämatologie / Onkologie, Kardiologie, Urologie, Radiologie / Nuklearmedizin

„Tanzcafé Wilhelmine“

Wilhelmstr. 115, 10963 Berlin, Tel. 25 70 06 73
 Das Diakonische Werk Berlin Stadtmitte e. V. veranstaltet gemeinsam mit der Alzheimer Gesellschaft Berlin e.V. an jedem zweiten Montag des Monats um 14.00 Uhr im Familienzentrum Diakonisches Werk Stadtmitte e.V., Wilhelmstr. 116/117, 10963 Berlin, das „Tanzcafé Wilhelmine“. Bei Live-Musik und einem Kaffeegedeckt können Demenzkranke mit ihren Angehörigen und Seniorinnen und Senioren aus dem Bezirk einen anregenden Nachmittag erleben. Anmeldung erforderlich. Sommerpause im Juli und August. Die Kosten werden von der Pflegekasse bei Vorliegen von besonderer Betreuungsbedürftigkeit nach § 45 b SGB XI erstattet. Kostenbeitrag 5,00 €; Begleitperson 1,00 €. Bitte vier Tage vorher anmelden.



Unsere Unterstützung für Sie im Alltag.

- Beratung per Telefon
- Messung Ihrer Kompressionsstrümpfe auch per Hausbesuch
- **Wir liefern Ihre Arzneimittel ab 5 Euro auch kostenfrei innerhalb Berlins**

BerlinApotheke Melanie Klotz e. Kfr.

am Roten Rathaus
 Rathausstraße 5
 10178 Berlin
 (030) 275 830 83

Friedrichshain
 Warschauer Straße 27
 10243 Berlin
 (030) 296 20 24

Haltestelle Diakonie

Perspektiven für Menschen mit Demenz

Beratung und Hilfsangebote für Menschen und deren Angehörige, die an einer Demenz oder psychischen Erkrankung leiden. Unser Ziel ist es, die Lebensqualität von Erkrankten und Angehörigen zu verbessern und Betroffenen Halt und Orientierung zu geben. Wir möchten mit unseren Besuchen und Betreuungsgruppen Identitäten stärken, ein Wohlfühlen im sozialen Umfeld unterstützen sowie Isolation vorbeugen. Qualifizierte ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter besuchen Sie zu Hause und betreuen Sie 14-täglich im Wechsel:

- ▶ mittwochs 14.30-16.30 Uhr in der St. Jacobi-Gemeinde, Oranienstr. 132 10969 Berlin oder
- ▶ donnerstags 14.30-16.30 Uhr in der Seniorentagesstätte Mehringplatz 5 10961 Berlin.

■ Kreuzberg:

Oranienstr. 134, 10969 Berlin, Tel. 25 92 14 50
 Ansprechpartnerin: Christine Ahl
 ✉ ahl@diakonie-kreuzberg.de
 🌐 www.diakonie-kreuzberg.de

■ Friedrichshain:

Andreasstr. 21, 10243 Berlin, Tel. 27 57 13 06
 Ansprechpartnerin: Felizitas Pietzsch
 haltestelle-pdf@bethelnet.de

Berliner Krisendienst

für Wedding, Mitte, Tiergarten, Friedrichshain, Kreuzberg, Telefon 390 63 10 (rund um die Uhr erreichbar)

Hilfe bei akuten psychosozialen Krisen und bei psychiatrischen Notfällen – kostenlos, anonym, ohne Voranmeldung. Der Berliner Krisendienst ist ein Angebot für Menschen in Krisensituationen; auch für deren Angehörige und Bezugspersonen.

Pflege in Not

Beratungs- und Beschwerdestelle bei Gewalt und Konflikt in der Pflege älterer Menschen

Bergmannstraße 44, 10961 Berlin

Das – auch auf Wunsch – anonyme telefonische Beratungsangebot richtet sich an Gepflegte, pflegende Angehörige, Angehörige von Heimbewohnerinnen und Heimbewohner, Pflegekräfte und alle an der Pflege alter Menschen Beteiligten. Konflikte, Aggressionen, Gewalt oder Beschwerden in der häuslichen, der ambulanten und stationären Pflege sind die häufigsten Themen.

Beratungstelefon: 69 59 89 89

Sprechzeiten: Mo, Mi, Fr 10.00-12.00 Uhr (AB rund um die Uhr), Fax 69 59 88 96

✉ pflege-in-not@diakonie-stadtmitte.de

🌐 www.pflege-in-not-berlin.de

🌐 www.beschwerdestellen-pflege.de

Unabhängige Patientenberatung Deutschland

Bundesweite kostenfreie Hotline

deutsch und englisch: 0800-011 77 22

Mo-Fr 10.00-18.00 Uhr

Do zusätzlich 18.00-20.00 Uhr

türkisch: 0800-011 77 23

Mo, Mi 10.00-12.00 und 15.00-17.00 Uhr

russisch: 0800-011 77 24

Mo, Mi 10.00-12.00 und 15.00-17.00 Uhr

🌐 www.unabhängige-patientenberatung.de

Beratungsstelle Berlin

c/o Sozialverband VdK

Rubensstr. 84, 12157 Berlin

► Beratung und Information in den Kompetenzfeldern zivil- und sozialrechtliche Fragen, medizinische Fragen, psychosoziale Fragen, regionale Wegweisungsfunktion im Gesundheitswesen

► Beratung: 856 29 18-10

Mo 13.00-17.00 Uhr, Di, 10.00-12.00 und

14.00-16.00 Uhr, Mi 12.00-14.00 Uhr

Do 10.00-16.00 Uhr

► türkisch: 856 29 18-30

Do 12.00-16.00 Uhr, Di 9:00-12:00 Uhr

BIP – Beschwerde- und Informationsstelle

■ BIP – Beschwerde- und Informationsstelle Psychiatrie in Berlin

Grunewaldstr. 82, 10823 Berlin

Tel. 789 50 03 60, Fax 789 50 03 63

✉ info@psychiatrie-beschwerde.de

🌐 www.psychiatrie-beschwerde.de

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do 10.00-14.00 Uhr

Di 14.00-18.00 Uhr

► Beratung, Begleitung und Informationen bei Beschwerden zur psychiatrischen Versorgung in Berlin für Nutzerinnen und Nutzer, Betroffene, Angehörige und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

► Zusätzliche Angebote:

Rechtsberatung, Arzt-, Angehörigen- und Betroffenen-Sprechstunde

Krebsberatung Berlin

Cranachstr. 59, 12157 Berlin, Tel. 89 40 90 40

🌐 www.krebsberatung-berlin.de

✉ krebsberatung@web.de

Telefonische Beratung:

Mo, Di, Do, Fr 11.00-13.00 Uhr

Mi 15.00-17.00 Uhr

► für Betroffene: Tel. 89 40 90 41

► für Angehörige: Tel. 89 40 90 42

ANANDA ☎ 666 25 452
GESUNDHEITSPRAXEN

◆ **Physiotherapie Heilpraktiker**
 ☆ **Ergotherapie Hausbesuche**

Kinder / Erwachsene
Alle Nachbehandlungen
Manuelle Therapien
Osteopathie Bobath
Hausbesuche
Alle Kassen & Privat

► **Bänschstr. 36, 10247 B-Friedrichshain**
 ► **Oranienstr. 155, 10961 Bln-Kreuzberg**
 www.ananda-pur.de ananda@gmail.com

Patientenbeauftragte

Berlin hat seit November 2004 eine Patientenbeauftragte. Dieses Amt übt Karin Stötzner aus. Sie nimmt die Probleme auf und unterbreitet den Verantwortlichen Vorschläge zur Veränderung. Damit will Berlin den Belangen von Patientinnen und Patienten mehr Gewicht geben. Das Büro der Patientenbeauftragten ist Montag bis Freitag von 10.00-14.00 Uhr telefonisch erreichbar.

Tel. 9028-2010, Fax 9028-3113.

Für eine persönliche Beratung wird um eine Terminvereinbarung gebeten. Schriftlich wenden Sie sich bitte an:

■ **Senatsverwaltung für Gesundheit und Soziales**

Patientenbeauftragte für Berlin
Oranienstr. 106, 10969 Berlin oder an:
patientenbeauftragte@sengs.berlin.de

Bundesministerium für Gesundheit

Bürgertelefon

Mo-Do 8.00-18.00 Uhr, Fr 8.00-15.00 Uhr

■ **Fragen zur**

- ▶ **Pflegeversicherung:** Tel. 340 60 66-02
- ▶ **Prävention:** Tel. 340 60 66-03
- ▶ **Krankenversicherung:** Tel. 340 60 66-01

■ **Schreibtelefon: 340 60 66-09**

ISDN-Bildtelefon: 340 60 66-08
Fax 340 60 66-07

Feministisches Frauen Gesundheits Zentrum e.V., Berlin

– **Der Ort für Frauengesundheit –**

Information und Beratung zum Thema Älter werden und Gesundheit, Bamberger Str. 51
10777 Berlin Tel. 213 95 97, Fax 214 19 27

🌐 www.ffgz.de, ✉ ffgzberlin@snaflu.de

🌐 www.facebook.com/ffgzberlin

Hospiz- und Palliativverband Berlin e.V.

Brabanter Str. 21, 10713 Berlin, Tel. 41 20 28 75

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

🌐 www.hospiz-berlin.de

Deutscher Hospiz- und Palliativverband e.V.

Aachener Str. 5, 10713 Berlin, Tel. 820 07 58-0

✉ info@dhpv.de, 🌐 www.dhpv.de

Zentrale Anlaufstelle Hospiz

■ **Unionhilfswerk**

Kopenhagener Str. 29, 13407 Berlin

Tel. 40 71 11 13; Mo, Di, Fr 9.00-13.00 Uhr

🌐 www.hospiz-aktuell.de

Wir informieren und beraten:

- ▶ Schwerkranke, Sterbende und trauernde Menschen sowie deren Angehörige und Institutionen, die für Sterbende und Trauernde tätig sind
- ▶ zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, Sterbebegleitung, Schmerztherapie, Hospiz- und Trauerangeboten
- ▶ zur Unterstützung und Verbesserung der Pflege- und Lebenssituation

Gewaltschutzambulanz

Charité – Universitätsmedizin Berlin

Außenstelle Turmstraße 21 / Haus N

Linker Seiteneingang Birkenstr. 62

10559 Berlin, Tel. 450 57 02 70

Barrierefreier Zugang über den Haupteingang der Rechtsmedizin.

✉ gewaltschutz-ambulanz@charite.de

🌐 www.gewaltschutz-ambulanz.charite.de

Hilfe für Betroffene

Das Wichtigste zuerst: Lassen Sie Ihre Verletzungen von Ihrem Arzt oder einer Rettungsstelle behandeln, denn bei uns findet keine medizinische Versorgung von Wunden statt.

Bei uns finden Sie rechtsmedizinische Begutachtung und Beratung nach:

- ▶ Häuslicher Gewalt in Partnerschaften
- ▶ Verletzungen nach Gewaltdelikten (keine sexualisierte Gewalt)
- ▶ Kindesmisshandlung (Vorstellung nur durch institutionelle Organisationen möglich)

Was wir benötigen: Gültiges Ausweisdokument, bereits erstellte ärztliche Befunde, wenn sie im Zusammenhang mit der Gewalttat stehen, polizeiliches Aktenzeichen, wenn vorhanden

Telefonische Sprechzeiten: Mo-Fr, 8.30-15.00 Uhr

Untersuchungen: Mo, Mi, Fr 8.00-12.00 Uhr

Di und Do 12.00-16.00 Uhr

Vereinbaren Sie unbedingt vorher einen Termin für die rechtsmedizinische Untersuchung und Dokumentation. Für Sie ist die Untersuchung kostenlos.

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

Diefenbachstr. 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

Zahnarztpraxis

Maria Palion

Grünberger Straße 8
10243 Berlin · **Tel. 296 27 68**

- | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Mo + Do
9-13 und
15-18 Uhr</p> <p>Di
13-19 Uhr</p> <p>Mi + Fr
9-13 Uhr</p> <p>Termine
nach
Vereinbarung</p> | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lachgassedierung ▪ Laserunterstützte Therapie ▪ Hochwertige Prothetik ▪ Professionelle Zahnreinigung ▪ Kinderbehandlung ▪ Parodontologie ▪ Rollstuhlgerecht ▪ Hausbesuche |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

www.zahnarztpraxis-maria-palio.n.de

Logopädische Praxis

Behandlung von Sprach-, Sprech- und Stimm- und Schluckstörungen



Christiane Böhm

und Team

Diplom-Sprachheilpädagogin/
Logopädin



Finowstraße 10
10247 Berlin
Tel. 292 03 39

www.logopaedie-friedrichshain.de

Beratung rund um die Pflege

Pflegestützpunkte im Bezirk

In den Pflegestützpunkten wird Information und Beratung zu allen Fragen rund um Pflege, häusliche Betreuung, Wohnen und Wohnungsanpassung angeboten.

Weitere Informationen *siehe Seite 48*

- ▶ Pflegestützpunkt: Wilhelmstr. 115
10963 Berlin, Tel. 25 70 06 73, Fax 23 00 55 80
- ▶ Pflegestützpunkt: Wilhelmstr. 138-139
10963 Berlin, Tel. 613 76 07 61, Fax 613 76 07 69
- ▶ Pflegestützpunkt: Strausberger Platz 13-14
10243 Berlin, Tel. 0800 26 50 80-226 60
Fax 0800 26 50 80-22 971

Berlinweite Servicenummer: 0800 59 500 59
Mo-Fr 9.00-18.00 Uhr kostenfrei erreichbar.

Kommissariat für Delikte an Schutzbefohlenen

LKA 125, Zimmer 214, Keithstr. 30, 10787 Berlin
Tel. 46 64-91 25 55, Fax 46 64-91 25 99

- ▶ Beratungsschwerpunkt: Gewalt in der Pflege

Handeln statt Misshandeln

Bonner Initiative gegen Gewalt im Alter e. V.

Goetheallee 51, 53225 Bonn, Krisenberatungsstelle & Notruf-Telefon für Seniorinnen und Senioren, Tel. 0228-63 63 22

(Beratungsstelle), Fax 0228-63 63 31

✉ info@hsm-bonn.de,

🌐 www.hsm-bonn.de

🌐 www.beschwerdestellen-pflege.de

Heimaufsicht

Landesamt für Gesundheit und Soziales Berlin
Turmstr. 21, Haus A, 10559 Berlin

✉ heimaufsicht@lageso.berlin.de

🌐 www.berlin.de/lageso/soziales/

heimaufsicht/index.html

Leitung: Herr Meyer

Information: Tel. 90229-3333, Fax 90229-3298

(Fr. Drews, Hr. Poek, Fr. Radoschowski)

Aufgaben der Heimaufsicht: Überwachung voll- und teilstationärer Einrichtungen für volljährige behinderte und ältere Menschen, Beratung zu Fragen des Wohnteilhabegesetzes einschließlich Wohnteilhabe-Bauverordnung und Heimmitwirkungsverordnung sowie zu allgemeinen Fragen des Wohn- und Betreuungsvertragsgesetzes; Bearbeitung von Beschwerden



Ihr Pflegepartner in Berlin

GESUNDHEIT UND PFLEGE gGMBH

Telefon 618 50 81

Lindenstraße 76 · 10969 Berlin

www.albatrosgup.de · pflegedienst@albatrosgup.de

- ▶ Altenpflege, Krankenpflege
- ▶ Hauspflege, Haushaltshilfe
- ▶ Familienpflege
- ▶ Beratung und Betreuung
- ▶ Beratungseinsatz nach dem Pflegeversicherungsgesetz
- ▶ stundenweise Ersatzpflege
- ▶ Integrierte Versorgung psychisch kranker Menschen

Neben der Übernahme der Kostenklärung bieten wir Ihnen Beratung und Betreuung, sowie die Vermittlung von Hilfsangeboten an.

Pflege in Not

Beratungs- und Beschwerdestelle bei Gewalt und Konflikt in der Pflege älterer Menschen

Bergmannstraße 44, 10961 Berlin

Das – auch auf Wunsch – anonyme telefonische Beratungsangebot richtet sich an Gepflegte, pflegende Angehörige, Angehörige von Heimbewohnerinnen und Heimbewohner, Pflegekräfte und alle an der Pflege alter Menschen Beteiligten. Konflikte, Aggressionen, Gewalt oder Beschwerden in der häuslichen, der ambulanten und stationären Pflege sind die häufigsten Themen.

Beratungstelefon: 69 59 89 89

Sprechzeiten: Mo, Mi, Fr 10.00-12.00 Uhr
(AB rund um die Uhr), Fax 69 59 88 96

✉ pflege-in-not@diakonie-stadtmitte.de

🌐 www.pflege-in-not-berlin.de

🌐 www.beschwerdestellen-pflege.de

Kontaktstelle PflegeEngagement

Pflegeflankierendes Ehrenamt und

Selbsthilfe Friedrichshain-Kreuzberg

Träger: Volkssolidarität LV Berlin e. V.

Gryphiusstr. 16, 10245 Berlin, Tel. 70 71 68 69

0173-283 95 60, Fax 70 71 68 98

Ansprechpartnerinnen:

Monika Vuong und Dr. Katharina Lange



JOHANNISCHES SOZIALWERK E.V.



SOZIALSTATION FRIEDRICHSHAIN

Wedekindstr.18, 10243 Berlin

Tel. 896 88-444

www.johannisches-sozialwerk.de



Seit 20 Jahren!

Kostenlose soziale Beratung
Häusliche Krankenpflege
Betreuungsleistungen
Haustierversorgung
Hauswirtschaftshilfe
Urlaubs- und
Verhinderungspflege
Leistungen der Pflege-
versicherung

Ambulante Pflege

Sozialstationen / Pflegedienste (Auswahl)

- **Sozialstation Friedrichshain**
Johannisches Sozialwerk e. V. *siehe Seite 71*
 Wedekindstraße 18, 10243 Berlin, Tel. 89688444
www.johannisches-sozialwerk.de

- **Sozialstation**
Medizin Mobil HKP GmbH *siehe 2. USS*
 Adalbertstraße 39, 10179 Berlin, Tel. 42269513
www.medizinmobil-hkp.de

- **Pflegedienst Mitte** *siehe 2. USS*
 Bergfriedstr. 20, 10969 Berlin, Tel. 69569464
www.pdmitte.de

- **UNIQUE-Pflege GmbH** *siehe Seite 72*
 Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 Berlin
 Tel. 856151100
www.unique-pflege.de

- **UNIONHILFSWERK**
Pflegedienst Friedrichshain *siehe Seite 79*
 Grünberger Str. 39, 10245 Berlin, Tel. 29345621
www.unionhilfswerk.de/pflege

- **Albatros**
Gesundheit und Pflege gGmbH *siehe Seite 70*
 Lindenstraße 76, 10969 Berlin, Tel. 6185081
www.albatrosgup.de

- **Pflegewerk**
Sozialstation Friedrichshain *siehe Seite 78*
 Matthiasstraße 7, 10249 Berlin
 Tel. 42 10 89 60 (Pflegenotruf 24 Std.)
www.pflegewerk.com

- **Pflegedienst Bethel Berlin** *siehe Seite 73*
 Andreasstr. 21, 10243 Berlin
 Tel. 4292901
www.bethelnet.de

USS = Umschlagseite



Sozialstationen und Pflegedienste unterstützen Sie bei der selbstständigen Haushaltsführung, wenn Sie sich aus altersbedingten oder gesundheitlichen Gründen nicht mehr selbst versorgen können. Durch diese häusliche Betreuung kann eine Krankenhaus- oder Heimunterbringung vermieden werden. Leistungen und Angebote sind ▶ Häusliche Krankenpflege ▶ Häusliche Pflege ▶ Hilfe und Vermittlung von weiteren Hilfsdiensten ▶ Hilfe für Angehörige ▶ soziale Beratung ▶ Vermittlung von stationärem und fahrbarem Mittagstisch ▶ Vermittlung von Pflegehilfsmitteln (z. B. Rollstuhl, Nachtstuhl, Gehstützen) und ▶ Familienpflege. Betroffene können einen ambulanten Pflegedienst ihrer Wahl in Anspruch nehmen.



Die **UNIQUE-Pflege GmbH**
 ist der ambulante anthroposophische Pflegedienst
 in Berlin-Kreuzberg

Pflege ist für uns
 die einfühlsame Begleitung eines Menschen

Am Tempelhofer Berg 7d, 10965 Berlin
 Telefon 856 151 100, Telefax 856 151 109
www.unique-pflege.de, info@unique-pflege.de

Haltestelle Diakonie:

Betreuung von Menschen mit Demenz

Was geschieht, wenn meine Mutter an Demenz erkrankt? Oder wenn ich sie pflege und eine Pause brauche? Auf diese und andere Fragen gibt die „Haltestelle Diakonie“ Antworten und leistet Hilfe.

Haltestelle Diakonie ist ein Netzwerk, das es flächendeckend in ganz Berlin an 21 Standorten gibt. An jedem Standort wird stundenweise Betreuung für Menschen mit Demenz angeboten. Ein Team von geschulten ehrenamtlichen Mitarbeitern wird von einer Fachkraft durch Mitarbeitertreffen und individuelle Beratung begleitet.

Ein regelmäßiger häuslicher Besuchsdienst entlastet ebenfalls den pflegenden Angehörigen. Die ehrenamtlichen Mitarbeiter betreuen Menschen mit Demenz oder psychischen Erkrankungen. Gemeinsam können Dinge getan und erlebt werden, die Freude bereiten. Das sind z. B. Spaziergänge, Museumsbesuche, Gesellschaftsspiele, Singen, ein Gespräch bei einer Tasse Kaffee und Kuchen oder



einfach nur vor Ort da sein. Ein zuverlässiger Kontakt wird aufgebaut. Die individuellen Fähigkeiten und Wünsche des Menschen mit Demenz stehen dabei im Vordergrund. Während der Betreuung erhalten Sie die Möglichkeit, die ständige Sorge um Ihren Angehörigen loszulassen. Sie können sich erholen und ihren eigenen Angelegenheiten nachgehen. Kosten für die Betreuungsleistungen der Haltestellen Diakonie übernehmen die Pflegekassen. Bis zu 200 € im Monat werden erstattet.

Wir beraten Sie gern individuell.

Haltestelle Diakonie im Friedrichshain

Andreasstraße 21, 10243 Berlin

Ansprechpartnerin: Frau Felizitas Pietzsch

Tel. 27 57 13 06, haltestelle-pdfr@bethelnet.de

www.haltestelle-diakonie.de

PFLEGEDIENST BETHEL BERLIN

AMBULANTE PFLEGE • ZU HAUSE AN IHRER SEITE



- Häusliche Krankenpflege (SGB V) / 24-h-Pflege
- Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung nach Pflegeversicherung (SGB XI)
- Soziale Beratung
- Vermittlung von Pflegehilfsmitteln
- Beratungsbesuche nach § 37 SGB XI
- Betreuung von Angehörigen
- Vermittlung von Besuchsdiensten für Menschen mit Demenz oder psychischen Erkrankungen durch die Haltestelle Diakonie

**PFLEGEDIENST
BETHEL BERLIN**
Andreasstr. 21
10243 Berlin
Tel. 429 29 01
www.BethelNet.de



**NETZWERK FÜR MENSCHEN
DIAKONIEWERK BETHEL**

Teilstationäre Pflege

Tages- und Kurzzeitpflege (Auswahl)

■ Tagespflege Agaplesion

Bethanien Tabea

siehe Seite 3

Träger: Bethanien – Diakonie gGmbH
 Böckhstr. 22-23, 10967 Berlin
 Tel. 690 00 23 50
 www.bethanien-diakonie.de

■ Kurzzeitpflege im

Stephanus Wohnen und Pflege

Dr. Harnisch Haus

siehe Seite 75

Liebigstr. 39, 10247 Berlin
 Tel. 422193-20/-10
 www.stephanus-wohnen-pflege.de/
 sz-harnisch



Kurzzeitpflege ist Pflege auf Zeit – maximal sind 20 Tage Kurzzeit- und 20 Tage Verhinderungspflege pro Kalenderjahr möglich. Bei Pflegestufe eins stellen die Pflegekassen dafür 1.550 Euro zur Verfügung. Das reicht mit Pflegestufe, Unterkunft, und Verpflegung für 20 Tage im Jahr. Generell ist pro Tag vom Nutzer eine Zuzahlung von 17,75 Euro zu leisten. Man kann darüber hinaus den Aufenthalt privat verlängern – dann belaufen sich die Kosten auf 95 Euro pro Tag.



Alten- und Pflegeheim Lutherheim - Ein Ort der Vielfalt

Mathilde-Zimmer-Stiftung e.V.

- Ganzheitliche Pflege und Betreuung
- Regelmäßige Haus- und Facharztbesuche
- 59 vollstationäre Pflegeplätze
- in Ein- und Zweibettzimmern
- alle Zimmer mit Kabelfernseh- und Telefonanschluss
- Essen aus hauseigener Küche, Wünsche und Diätkost sind selbstverständlich
- Beschäftigungsangebote mit ergotherapeutischer Betreuung
- Musiktherapie
- Gruppengymnastik
- biographieorientierte Pflegeleistungen
- interkulturelle Pflegekompetenz

Ihr Ansprechpartner:

Heimleiter Diakon Olaf Schultz

Müllenhoffstraße 5, 10967 Berlin

Tel.: (030) 200 500 85 - 72

diakon.schultz.lutherheim@mzst.de





Gute Pflege und offen für Bewohner im Kiez

Mitten in Friedrichshain, nur eine Minute zu Fuß vom U-Bhf. Frankfurter Tor entfernt, liegt in ruhiger Lage das Dr. Harnisch Haus. Die Einrichtung steht in der Tradition ihres Namensgebers Pfarrer Dr. Harnisch und möchte insbesondere pflegebedürftigen Menschen aus dem Kiez ermöglichen, ihren Lebensabend in der vertrauten Umgebung zu genießen. Im Dr. Harnisch Haus finden 182 pflegebedürftige Menschen in 158 Einzel- und 12 Doppelzimmern ein Zuhause. Davon stehen 16 Plätze für Kurzzeitpflege und 28 Plätze für Menschen mit Demenzerkrankung zur Verfügung. Ein schöner Garten lädt zu kleinen Spaziergängen ein. Die Cafeteria bietet Mittagstisch und ist offen für Senioren aus der Nachbarschaft.

Ausstattung. Die Zimmer sind mit einem Balkon, Telefon- und Kabelanschluss sowie einer Schwesternrufanlage ausgestattet. Pflegebett, Nachttisch und Kleiderschrank gehören zur Grundausstattung. Gern können eigene Möbel mitgebracht werden. Jeweils zwei Zimmer teilen sich gemeinsam Diele und Sanitärbereich. Auf jeder Wohnebene befinden sich zwei komplett eingerichtete Küchen einschließlich Wohn- und Speisezimmer. Eigene Haustiere sind nach Absprache willkommen.

Service. Alle Mahlzeiten werden in der zentralen Hausküche frisch zubereitet und individuell, entsprechend dem gesundheitlichen Befinden, im Zimmer oder im gemeinsamen Aufenthaltsraum serviert. Für die Sauberkeit der persönlichen Wäsche sorgt die hauseigene Wäscherei. Die medizinische Versorgung erfolgt durch selbst gewählte Haus- und Fachärzte. Der Friseursalon und die Cafeteria sind für jeden geöffnet. Für Gäste aus dem Kiez wird täglich für 3,50 EUR bis 4,00 EUR (inkl. Getränk und Dessert) ein preiswerter und leckerer Mittagstisch angeboten. Gerade alleinstehende Senioren nutzen gern dieses Angebot.



Angebote. Musik- und Ergotherapie helfen, die körperliche und geistige Aktivität zu erhalten und zu stärken. Die Bewohnerinnen und Bewohner des Hauses können vielfältige Angebote nutzen, z. B. gemeinsames Singen, Malen und Basteln, Gedächtnistraining und Gymnastik. Eine Besonderheit in der Musiktherapie ist der Klangstuhl. Der Klang dieses Saiteninstrumentes wird durch den Körper erfahren. So unterstützt er die körperliche und seelische Tiefenentspannung. Kulturelle, geistliche und festliche Veranstaltungen prägen zudem den Alltag des Pflegewohnheimes. So werden Filmvorführungen, Diavorträge und Lesungen, Modenschauen, Revuebesuche, musikalische Nachmittage angeboten.

Stephanus Wohnen und Pflege Dr. Harnisch-Haus

- > Pflegewohnen
- > Kurzzeitpflege
- > Besondere Betreuung bei Demenz
- > Aktivierende Pflege
- > Einzelzimmer mit Balkon

Liebigstraße 39, 10247 Berlin, Tel. 42 21 93 10
www.stephanus-wohnen-pflege.de/sz-harnisch

Vollstationäre Pflege

Pflegewohnheime (Auswahl)

Friedrichshain

- **Stephanus Wohnen und Pflege**
Dr. Harnisch Haus *siehe Seite 75*
 Liebigstr. 39, 10247 Berlin
 Tel. 422193-20/-10
www.stephanus-wohnen-pflege.de/sz-harnisch



**PFLEGEZENTRUM
SONNENALLEE**
stationäre Pflege und Betreuung



Qualifizierte Pflege im „Kiez“

- Ein- und Zweibettzimmer mit Telefon-, Kabel- und W-LAN-Anschluss
- fest angestellte Ärzte und therapeutische Angebote
- kulturelle Veranstaltungen und Ausflüge mit hauseigenem Bus
- hauseigene Küche (auch Diätwünsche werden erfüllt)
- Probewohnen möglich und Urlaubspflege

Pflegezentrum Sonnenallee
 Sonnenallee 47 · 12045 Berlin
Telefon 030. 620 04-0 · **Telefax** 030. 620 04-113
Internet www.pzs.de
eMail pflegezentrum-sonnenallee@t-online.de

Kreuzberg

- **Seniorenstift St. Marien**
Berlin-Kreuzberg *siehe Seite 77*
 Lausitzer Str. 41-44, 10999 Berlin
 Tel. 63 901-0
www.seniorenstift-sankt-marien.de
- **Agaplesion**
Bethanien Haus Bethesda *siehe Seite 3*
 Dieffenbachstr. 40, 10967 Berlin
 Tel. 690 00 20
www.bethanien-diakonie.de
- **Alten- und Pflegeheim**
Lutherheim *siehe Seite 74*
 Müllenhoffstr. 5, 10967 Berlin,
 Tel. 200 500 85 72
www.mzst.de
- **Pflegewohnheim**
„Am Kreuzberg“ *siehe Seite 79*
 Fidicinstraße 2, 10965 Berlin
 Tel. 398 44-0
www.unionhilfswerk.de/pflege

Nachbarbezirke

- **Pflegezentrum Sonnenallee** *siehe Seite 76*
 Sonnenallee 47, 12045 Berlin-Neukölln
 Tel. 620 04-0
www.pzs.de
- **Pflegewerk** *siehe Seite 78*
Senioren Centrum Michaelkirchstraße
 Michaelkirchstraße 18-19, 10179 Berlin-Mitte
 Tel. 27 56 08 40
www.pflegewerk.com



Seniorenstift St. Marien Berlin-Kreuzberg

Pflege in guten Händen

Mitten im facettenreichen, bunten Kreuzberg finden Senioren ein schönes, beschützendes Zuhause. Der Standort im Reichenberger Kiez bietet die Nähe zum städtischen Grün des Görlitzer Parks und zum Paul-Lincke-Ufer:

- 82 Ein- und 12 Zweibettzimmer auf fünf Etagen
- Helle Zimmer mit Dusche, WC, TV- u. Telefonanschluss
- Seniorengerechtes Mobiliar (Individuelle Zimmergestaltung möglich)
- Gemütliche Aufenthaltsräume und Cafeteria mit Gartenblick
- Großzügige Gartenanlage und Sonnenterrasse

Im Seniorenstift St. Marien liegt uns die Verbindung von christlicher Tradition und moderner Pflege am Herzen: Jeder Mensch ist einzigartig und wird mit seinen individuellen Bedürfnissen geachtet. So begegnen wir jedem unserer Bewohner mit Respekt und liebevoller Zuwendung – unabhängig davon, wohin ihn sein Lebensweg führte und welcher Religion oder Kultur er angehört.

Wir bieten Ihnen:

- Professionelle stationäre Pflege (alle Pflegestufen)
- Verhinderungspflege, z.B. wenn pflegende Angehörige eine Reise unternehmen
- Spezielle Pflege, z.B. bei Demenz und gehörlosen Bewohnern
- Geriatriische Palliativpflege und Seelsorge
- Care Plus – integrierte medizinische Versorgung mit ärztlicher Rufbereitschaft
- Vielfältiges und aktivierendes Betreuungsangebot
- Ausgewogene Mahlzeiten, auch mediterrane und der Kultur angepasste Kost sowie offener Mittagstisch für Angehörige und Besucher
- Mobiler Frisör und Fußpflege
- Parkplätze für Besucher

Der Mensch im Mittelpunkt



Lausitzer Straße 41-44, 10999 Berlin

Tel. (030) 63 901-0

Fax (030) 63 901-555

Leitung: Benjamin Seidel

www.seniorenstift-sankt-marien.de



Das ABC der Pflegeversicherung

Wenn nahe Angehörige Hilfe bei der Verrichtung alltäglicher Dinge benötigen, denken sie schnell an die Pflegeversicherung: Aber wann gibt es Geld, von wem und wo und wie ist der

Antrag zu stellen? Auf all diese Fragen gibt „Das aktuelle Handbuch der Pflegestufen“ Antwort. Betroffene bzw. pflegende Angehörige finden hier Muster für den Antrag auf eine Pflegestufe, die an die Pflegekasse gesandt werden. Dabei geht es um einen Erstantrag oder um die erneute Begutachtung zur Einstufung in die Pflegestufe wegen einer Verschlechterung des Gesundheitszustandes.

Pflegegeld oder Pflegesachleistungen?

Die Autorin listet auf, welche allgemeinen Angaben die Pflegekasse benötigt: Wer pflegt den Pflegebedürftigen? Wer sind die behandelnden Ärzte? Bestehen Ansprüche auf Beihilfen? Ist die Pflegebedürftigkeit Folge eines Unfalls? Gut zu wissen: Soll professionelle Hilfe hinzu gezogen werden, werden „Pflegesachleistungen“ beantragt, ohne professionelle Hilfe wird „Pflegegeld“ beantragt.

Erfasst wird, in welchen Bereichen der Betroffene Hilfe benötigt: bei der Körperpflege, der Ernährung, bei der Mobilität? Die Pflegekasse kann vor der Begutachtung dazu auffordern, ein Pflegetagebuch zu führen. Ausführlich beschreibt Birgit Greif zudem die verschiedenen Pflegestufen. Schon bei Pflegestufe I muss der durchschnittliche Zeitaufwand mindestens eineinhalb Stunden täglich betragen, von denen auf die Grundpflege mehr als 45 Minuten entfallen müssen.

Keine Angst vorm Gutachter

Wer gut vorbereitet ist, müsse auch keine Angst vorm Gutachter haben. Indem Birgit Greif die konkrete Situation verschiedenster Patienten und deren Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK) beschreibt, wird die Art der Begutachtung nachvollziehbarer. Bei dem Gespräch sollten die Pflegenden anwesend sein und auch darauf dringen, dass alle Hilfenbedarfe dokumentiert werden. Immer wieder betont die Autorin, wie wichtig es ist, aktuelle ärztliche Atteste vorzulegen.

B. Nößler

Birgit Greif: Das aktuelle Handbuch der Pflegestufen, ISBN 9783802 973925, 17,90 €



PFLEGEWERK


beraten · pflegen · helfen



Wir versorgen Sie:

- in ganz Berlin **ambulant** und **stationär**
- als Vertragspartner aller Pflegekassen und Kostenträger
- bei Ihnen zu Hause, in unseren Pflegeheimen, in Seniorenwohngemeinschaften oder im betreuten Wohnen
- alle Pflegestufen, auch Intensivpflegepatienten

Wir beraten, Sie entscheiden. Rufen Sie uns an: Tel.: 030 - 39 60 05 10
Informieren Sie sich auch im Internet unter: www.pflegewerk.info



Stationär oder ambulant?

Pflege nach Ihrem Bedarf

Sie benötigen Unterstützung bei der Pflege Ihres Angehörigen? Oder ist ein Umzug in ein Pflegewohnheim geplant? Egal ob ambulant oder stationär – das UNIONHILFSWERK bietet Ihnen das ideale Pflegeangebot für Ihre individuellen Bedürfnisse.

Pflegedienst Friedrichshain



29 34 56 21

Grünberger Straße 39 | 10245 Berlin

- Versorgung durch qualifizierte und erfahrene Mitarbeiter
- 24-Stunden-Rufbereitschaft
- Betreuung in drei Demenz-Wohngemeinschaften (Colbe- und Almstadtstraße sowie Leipziger Straße)
- Beratung durch den Sozialdienst
- Verhinderungspflege

Pflegewohnheim „Am Kreuzberg“



3 98 44-0

Fidicinstraße 2 | 10965 Berlin

- Neues Haus in zentraler Lage im Bergmannkiez
- Komfortabel ausgestattete Einzel- und Doppelzimmer
- Versorgung aller Pflegestufen
- Individuelle Angebote für Menschen mit demenzieller Erkrankung
- Vielfältige Veranstaltungen und Therapieangebote

www.unionhilfswerk.de/pflege



DIENSTLEISTUNGEN

Steinmetz	60
Steuerberater.....	2 . USS
Umzugsunternehmen	44
Unfallversicherung / Krankenkasse	53

MOBILE DIENSTE

Menübringdienst / Fahrbarer Mittagstisch.....	42
-----------------------------------------------	----

GASTRONOMIE

Restaurants.....	23, 38, 39
------------------	------------

GESUNDHEIT

Apotheken.....	66
Dialysezentrum	5
Ergotherapie	67
Krankenhäuser	65
Logopädie.....	69
Physiotherapie.....	67
Zahnärzte.....	69

PFLEGE

Pflegedienste	2. USS, 70, 72, 73, 74, 79
Pflegewohnheime.....	3, 75, 76, 77, 78, 79
Sozialstationen.....	71, 72, 75
Tages- und Kurzzeitpflege	3, 74, 75

REISEN & AUSFLÜGE

Modellpark Berlin-Brandenburg.....	13
Schifffahrten (Spree/Havel)	37

WOHNEN

Seniorenwohnhäuser.....	3, 43
Seniorenwohngemeinschaften	3

USS = Umschlagseite

NOTRUF & HILFSDIENSTE

Ärztlicher Bereitschaftsdienst.....	☎ 310031
Apotheken-Bereitschaft.....	☎ 0180 51235645
Auskunft Inland/Ausland.....	☎ 11833 11834
BVG-Kundendienst, Auskunft.....	☎ 19449
DB-Zugauskunft	☎ 11861
Entstörungsdienste:	
Gas	☎ 787272
Strom	☎ 0180 2112525
Telekom	☎ 0800 3302000
Wasser	☎ 0800 2925959
Polizei-Bürgertelefon	☎ 46644664
Rollstuhlpannendienst (24 Std. und Reparatur vor Ort).....	☎ 0180 1114747
Sperrung von Geldkarten.....	☎ 116116
Tierärztlicher Notdienst.....	☎ 83229000
Zahnärztlicher Notfall.....	☎ 89004333
Zentrales Fundbüro	☎ 756031-01/-02/-03

Bezirksamt
Friedrichshain-Kreuzberg
Stadtteil- und Seniorenangebote

berlin Berlin

Herausgeber:

Bezirksamt Friedrichshain-Kreuzberg
von Berlin, Stadtteil- und Seniorenangebote
Redaktion: Marion Dörner

Fotos: Metin Yilmaz, www.metinyilmaz.de
www.berlin.de/ba-friedrichshain-kreuzberg/

Realisierung & Anzeigen:

aperçu® Verlagsgesellschaft mbH
Gubener Straße 47, 10243 Berlin, Tel. 29371-400
Anzeigen: Karin Werner, Tel. 29371-503
info@verlag-apercu.de
www.verlag-apercu.de
www.berlin-broschueren.de

Auflage: 20.000 Exemplare

Redaktionschluss: 30. April 2014

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



Bewegung tut gut

Der SchokoSport ist ein Teil des Frauenzentrums Schokoladenfabrik e.V. in Berlin Kreuzberg. In den zwei Sportetagen geht es darum, Frauen in ihrer individuellen Bewegungsfähigkeit und in Ihrem körperlichen Selbstverständnis zu fördern.

Ein Steckenpferd des SchokoSports sind seit jeher die Selbstverteidigungskurse. Auch heute noch sehen sich Frauen in der Auseinandersetzung mit alltäglichem Sexismus und Rassismus. Seit der Gründung des Bereichs nimmt der SchokoSport seinen politischen und feministischen Auftrag der Förderung des Selbstverständnisses und des Selbstvertrauens von Frauen wahr.

Auch im Fitness, Pilates, Yoga, Latino Fitness und Feldenkrais entwickeln die Frauen ein Gefühl für die eigenen Fähigkeiten fernab von gesellschaftlichen Leistungsansprüchen. In den tänzerischen Kursen stehen der Rhythmus, die Entfaltung der eigenen Musikalität und der kreativ-, schöpferisch-tänzerische Bewegungsprozess im Vordergrund.

Seit 2007 hat der SchokoSport in Zusammenarbeit mit den Krankenkassen ein breites Präventionsprogramm eingerichtet.

Yoga, Qigong und Pilates werden seitdem von durch Krankenkassen anerkannten Kursleiterinnen unterrichtet und sind damit bezuschussungsfähig. Nach wie vor wird das wachsende Angebot durch das große Engagement einer Vielzahl von Kursleiterinnen, die auf Honorarbasis arbeiten, und der beiden im Verein angestellten Leiterinnen ermöglicht. Der SchokoSport ermöglicht sozial verträgliche Beiträge und Ermäßigungen für Frauen mit geringem Einkommen.

SchokoSport
Frauenzentrum Schokoladenfabrik e.V.
Naunynstraße 72 / Mariannenstraße 6
10997 Berlin, Tel. 615 53 91
www.schokosport.de



Bad für Körper und Seele

Die Hamamkultur hat ihren Ursprung im Orient: Verweilen, Waschen und Plaudern in orientalischen Baderäumen ist ein Fest der Sinne: Wärme, Feuchtigkeit, Schaum, Düfte und Berührungen sorgen für Wohlbefinden. Körper und Geist nehmen ein Bad in milder Wärme und sanftem Licht. Im Hamam der Schokofabrik treffen sich Frauen unterschiedlichster kultureller Herkunft. Im 35 Grad warmen Hauptraum mischen die Frauen das Wasser in einem Marmorbecken, schöpfen es mit flachen Schalen und gießen es über sich, immer wieder. Massierende Bewegungen mit dem Seidenhandschuh (Kese) reinigen die Haut und machen sie geschmeidig. Auf dem zentralen „Göbek Tas“ entspannen sich die Frauen. Geboten werden neben dem Hamam eine finnische Sauna, eine Infrarot-Wärmekabine, Massagen, Kosmetik, lukullische Genüsse und der Aufenthalt in gemütlichen Ruheräumen oder dem begrünten Innenhof.

Hamam – Türkisches Bad für Frauen
Frauenzentrum Schokoladenfabrik.e.V.
Mariannenstraße 6 · 10997 Berlin, Tel. 615 14 64
Mo 15 -23 Uhr · Di-So 12-23 Uhr
www.hamamberlin.de





Die App für Tablet PC und iPad
ist im App Store bzw. bei Google play
(für Android) kostenlos erhältlich.



www.berlin-broschueren.de