

# GE(H)MEINSAM UNTERWEGS in Reinickendorf



**Spaziergangsmonat für Motivierte**  
06. Mai bis 29. Mai 2026

Bildquelle: Canva

**Gesunde Städte-Netzwerk Regionalverbund Berlin Reinickendorf**





# Ge(h)meinsam unterwegs im Mai

## Reinickendorf kommt in Bewegung

Der Mai lädt dazu ein, vor die Tür zu treten, tief durchzuatmen und den eigenen Kiez neu zu entdecken. Im Rahmen der Aktionstage Spazierengehen heißen wir Sie herzlich willkommen, gemeinsam mit uns rund um den Monat Mai in Reinickendorf unterwegs zu sein.

Spaziergehen ist die ursprünglichste Form der Fortbewegung – und zugleich eine der wirkungsvollsten für unsere Gesundheit. Regelmäßige Bewegung an der frischen Luft stärkt das Herz-Kreislauf-System, fördert den Stoffwechsel und unterstützt Muskeln sowie Gelenke. Gleichzeitig hilft sie, Stress abzubauen, den Kopf freizubekommen und neue Energie zu tanken. Studien, unter anderem der Weltgesundheitsorganisation (WHO), zeigen: Schon moderate Bewegung wie zügiges Gehen kann das Risiko für zahlreiche Erkrankungen deutlich senken und das allgemeine Wohlbefinden steigern.

Doch Spaziergehen kann noch mehr. Wer gemeinsam unterwegs ist, erlebt Bewegung als verbindendes Element. Es entstehen Gespräche, neue Kontakte und ein lebendiger Austausch im eigenen Wohnumfeld. Spaziergänge eröffnen neue Perspektiven auf Stadtnatur und Nachbarschaft, laden dazu ein, Bekanntes mit anderen Augen zu sehen, und stärken das Gefühl von Zugehörigkeit.

Als Mitglied im Gesunde Städte-Netzwerk beteiligt sich der Bezirk Reinickendorf am Berliner Aktionsmonat „Ge(h)meinsam unterwegs“. Zusammen mit zahlreichen engagierten Stadtteileinrichtungen, Initiativen, freien Trägern und Ehrenamtlichen ist ein vielfältiges, kostenfreies Programm entstanden.

Gehen Sie doch einfach mal mit – entdecken Sie Reinickendorf als Ihren Bewegungsraum, kommen Sie ins Gespräch und erleben Sie, wie gut gemeinsame Schritte tun.

Viel Freude Ihnen.

**Haben Sie schon mal etwas von den grünen Hauptwegen gehört?**

**Auf Seite 12 können Sie sich einen Überblick über weitere Informationen aus dem Bezirk verschaffen.**

# Mittwoch, den 06. Mai 2026

## Kiezspaziergang im Märkischen Viertel

11.00 bis  
12.30 Uhr

### Großsiedlung mit Geschichte

### Ein architekturgeschichtlicher Rundgang

Bei diesem architekturgeschichtlichen Spaziergang durch das Märkische Viertel erkunden Sie gemeinsam mit der Architektin Christiane Borgelt eines der größten Wohnungsbauprojekte West-Berlins.

Auf einer rund drei Kilometer langen Route durch das Zentrum des Viertels erfahren Sie mehr über die Planungsgeschichte der Großsiedlung, ihre städtebaulichen Leitideen und die architektonische Bedeutung ausgewählter Gebäude. Der Rundgang eröffnet spannende Einblicke in die Visionen, Herausforderungen und gesellschaftlichen Hintergründe der damaligen Zeit – und lädt dazu ein, das Märkische Viertel neu zu entdecken.



### Treffpunkt

Bürgersteig vor dem Eingang in das Einkaufszentrum,  
Wilhelmsruher Damm 128  
13439 Berlin (nahe der Bushaltestelle)



### Anmeldung erforderlich:

**E-Mail:** [veranstaltungen@aufarbeitung-berlin.de](mailto:veranstaltungen@aufarbeitung-berlin.de)

Es handelt sich um eine Kooperation mit dem Stadtteilzentrum Ribbeck-Haus, dem BENN im Märkischen Viertel und der Berliner Beauftragte der Aufarbeitung der SED – Diktatur

# Mittwoch, den 06. Mai 2026

## Kiezspaziergang im Märkischen Viertel

15.00 bis  
16.30 Uhr

### Vom Märkisches Viertel über die Grenze schauen – ein zeithistorischer Erzähl-Spaziergang

Was bedeutete die Berliner Mauer für den Alltag im Norden West-Berlins? Auf einem rund drei Kilometer langen Spaziergang entlang des ehemaligen Grenzstreifens entdecken Sie ausgehend vom Märkisches Viertel Geschichte im Stadtraum.

Historische Fotografien, die Einordnung einer Historikerin und persönliche Erinnerungen eröffnen neue Perspektiven auf die Teilung und ihre Bedeutung für das heutige Berlin.



#### Treffpunkt

Sitzbank am "Grünen Band Berlin", Höhe Quickborner Damm 24

#### Endpunkt

Wilhelmsruher Damm, Bushaltestelle vorm Gartencenter



#### Anmeldung erforderlich:

**E-Mail:** [veranstaltungen@aufarbeitung-berlin.de](mailto:veranstaltungen@aufarbeitung-berlin.de)

Es handelt sich um eine Kooperation mit dem Stadtteilzentrum Ribbeck-Haus, dem BENN im Märkischen Viertel und der Berliner Beauftragte der Aufarbeitung der SED - Diktatur



# Samstag, den 09. Mai 2026

## Ländliches Reinickendorf erleben

**10.00 bis 12.00 Uhr**      **Naturidylle und Dorfgeschichte entdecken**  
**Spaziergang rund um das Dorf Lübars**

Der Spaziergang beginnt mit spannenden Erkundungen auf dem Dorfanger von Lübars – einem der letzten erhaltenen Angerdörfer Berlins. Von dort führt Sie der Weg entlang von Reiterhöfen und Pferdekoppeln, vorbei an Moorteich und Sandinsel, über den Mäanderweg am Fließ bis zu einem idyllischen Eschenwäldchen im Naturraum des Tegeler Fließ. Der Rückweg verläuft – je nach Absprache – direkt über weite Mähwiesen oder mit einem zusätzlichen Abstecher zu den malerischen Eichwerder Moorwiesen. Freuen Sie sich auf einen naturnahen Rundgang zwischen Dorfgeschichte, Weidelandschaft und Moorgebiet.



### Treffpunkt

Gasthof Alter Dorfkrug, Alt-Lübars 8, 13469 Berlin  
 ÖPNV: Bus 222 – Alt-Lübars/ Endhaltestelle

### Endpunkt

Dorf Lübars



### Anmeldung erforderlich:

**E-Mail:** [Hans-Juergen.Stork@t-online.de](mailto:Hans-Juergen.Stork@t-online.de)

Es handelt sich um eine Kooperation mit dem Naturschutzbund (NABU: **Die Strecke ist nicht für Rollator oder Rollstuhl geeignet, da es zu Beginn über Kopfsteinpflaster geht.**

# Samstag, den 09. Mai 2026

## Historische Führung durch den Lettekiez

**10.00 bis 12.00 Uhr**      **Beim gemeinsamen Spaziergang Orte mit Geschichte(n) im Lettekiez erkunden**

Der Lettekiez blickt auf eine bewegte Geschichte zurück, geprägt von städtischem Wandel, nachbarschaftlichem Engagement und stetiger Veränderung. Bei dieser historischen Kiezführung, geleitet von Diana Schaal, entdecken wir gemeinsam besondere Orte, die die Entwicklung des Kiezes bis heute erzählen. Neben historischen Orten stehen auch ausgewählte Bauprojekte im Fokus, die durch das Quartiersmanagement gefördert wurden. Sie zeigen, wie Stadtentwicklung, soziale Infrastruktur und Nachbarschaft zusammenwirken und den Lettekiez nachhaltig prägen. Der Rundgang verbindet historische Einblicke mit aktuellen Perspektiven auf Stadtumbau und Quartiersentwicklung und lädt dazu ein, den Kiez neu kennenzulernen – oder vertraute Orte mit anderen Augen zu sehen.



### Treffpunkt

Quartiersmanagement Letteplatz, Mickestr. 14,  
13409 Berlin



### Ansprechpersonen:

**Quartiersmanagement Letteplatz**

**E-Mail:** [team@qm-letteplatz.de](mailto:team@qm-letteplatz.de)

**Telefon:** 030 499 870 890

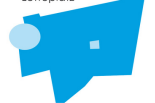
Es handelt sich um ein Angebot des Quartiersmanagement Letteplatz

**BERLIN**



Bezirksamt  
Reinickendorf

Quartiersmanagement  
Letteplatz



# Sonntag, den 10. Mai 2026

## Kiezspaziergang im Märkischen Viertel

11.00 bis  
12.30 Uhr

### Visionen einer Großsiedlung Planung und Architektur im Märkischen Viertel

im Rahmen der „Kiezreihe“ des Berliner Aufarbeitungsbeauftragten lädt dieser Spaziergang dazu ein, das Märkische Viertel als städtebauliches Zeitzeugnis der Systemkonkurrenz neu zu entdecken.

Gemeinsam mit der Architektin Christiane Borgelt gehen Sie rund drei Kilometer durch das Zentrum des Viertels. Im Mittelpunkt stehen die Planungsgeschichte der Großsiedlung sowie die architektonische Bedeutung ausgewählter Gebäude – und damit die Frage, wie sich politische Leitbilder in der Stadtgestaltung der 1960er- und 1970er-Jahre widerspiegeln.



#### Treffpunkt

Bürgersteig vor dem Eingang in das Einkaufszentrum,  
Wilhelmsruher Damm 128  
13439 Berlin (nahe der Bushaltestelle)



#### Anmeldung erforderlich:

**E-Mail:** [Hans-Juergen.Stork@t-online.de](mailto:Hans-Juergen.Stork@t-online.de)

Es handelt sich um eine Kooperation mit dem Naturschutzbund (NABU: Die Strecke ist nicht für Rollator oder Rollstuhl geeignet. Beim Aufstieg zur Lübarser Höhe ist ein schmaler, steiler Weg zu überwinden.

# Samstag, den 16. Mai 2026

## Natur zwischen Hügel und Hochhaus

### 10.00 bis 12.00 Uhr **Exkursion rund um die Lübarser Höhe mit Weitblick über Landschaft und Stadt**

Erfahren Sie mehr über die Entstehungsgeschichte des künstlich aufgeschütteten Hügels und die Entwicklung eines Vogelschutzgebiets am Rosenthaler Wiesenbusch. Höhepunkt der Wanderung ist die Spitze der Lübarser Höhe, einem beliebten Ausflugsziel im Norden Reinickendorfs.

Von hier genießen Sie den weiten Blick über die Naturlandschaft und auf die Hochhäuser des nahegelegenen Märkisches Viertel – im spannenden Kontrast zu den Koloniesiedlungen der Lübarser Felder. Die vielfältige Vogelwelt und zahlreiche Kleinhabitate machen diese Region ökologisch besonders reizvoll



#### **Treffpunkt**

Quickborner Straße, am Zugangsweg zur Alten Fasanerie,  
13469 Berlin

ÖPNV: Bus X21 – Quickborner Straße/ Endhaltestelle



#### **Anmeldung erforderlich:**

**E-Mail:** [veranstaltungen@aufarbeitung-berlin.de](mailto:veranstaltungen@aufarbeitung-berlin.de)

Es handelt sich um eine Kooperation mit dem Stadtteilzentrum Ribbeck-Haus und dem BENN im Märkischen Viertel.

# Mittwoch, den 20. Mai 2026

## Kiezspaziergang: AVA-Kiez zum Mitmachen

16.00 bis **Kostenlose Angebote entdecken und**  
17.30 Uhr **Begegnungsorte kennenlernen**

Entdecken Sie kostenlose nachbarschaftliche Angebote in Ihrem Kiez und erfahren Sie Spannendes über aktuelle Bauprojekte sowie neue Orte der Begegnung. Lernen Sie Initiativen vor Ort kennen und kommen Sie mit Engagierten aus der Nachbarschaft ins Gespräch. Den gemeinsamen Ausklang gestalten wir im Mehrgenerationenhaus - eine schöne Gelegenheit zum Austausch in entspannter Atmosphäre. Bitte denken Sie an wettergerechte Bekleidung.



### Treffpunkt

Quäks-Familienzentrum, Quäkerstr. 2, 13403 Berlin

### Endpunkt

Mehrgenerationenhaus Berlin-Reinickendorf  
Auguste-Viktoria-Allee 17a, 13403 Berlin



### Ansprechpersonen:

Quartiersmanagement Auguste-Viktoria-Allee

**Tel.:** 030 670 64 999

**E-Mail:** [team@gm-auguste-viktoria-allee](mailto:team@gm-auguste-viktoria-allee)

Kathleen Herkt (Koordination Mehrgenerationenhaus AVA)

**Tel.:** 030 - 32 29 22 180

**E-Mail:** [mgh@albatrosghmbh.de](mailto:mgh@albatrosghmbh.de)

E

# Freitag, den 29. Mai 2026

## Spaziergang entlang des Naturlehrpfads „Löwenzahnpfad“

**10.00 bis 13.00 Uhr**      **Heimische Arten und Lebensräume entdecken**

Der Spaziergang entlang des Naturlehrpfads „Löwenzahnpfad“ in Berlin-Reinickendorf ist ein geführtes Naturerlebnis für alle, die ihre Umgebung bewusster entdecken möchten. Die rund vier Kilometer lange Strecke führt durch naturnahe Landschaftsräume zwischen Stadt und Brandenburger Umland und verbindet Umweltbildung mit gemeinsamer Bewegung. Unterwegs lernen Sie heimische Pflanzen- und Tierarten kennen, erhalten Einblicke in ökologische Zusammenhänge und erfahren Wissenswertes zur regionalen Landschaftsgeschichte. Informationstafeln entlang des Weges ergänzen die Führung und laden zum Mitmachen, Beobachten und Austauschen ein.



### Treffpunkt

S-Bahnhof Schönholz, Eingang an der Unterführung  
13437 Berlin-Reinickendorf

### Endpunkt

S-Bahnhof Mühlenbeck-Mönchmühle  
16567 Mühlenbecker Land (Brandenburg)



### Anmeldung erforderlich:

**Tel.:** 030 - 979 92 069

**E-Mail:** [stadtteiltreff@lebenswelt.de](mailto:stadtteiltreff@lebenswelt.de)

Es handelt sich um ein Angebot des Stadtteiltreff Lettekiez.



# Wöchentliches Angebot, jeden Mittwoch

## Spaziergangsgruppe im Märkischen Viertel

10.00 bis **Kiezspaziergang mit Norbert**  
 11.00 Uhr **Mittwochs auf Entdeckungstour**

Die regelmäßige, kostenfreie Spaziergangsgruppe findet ganzjährig statt – auch außerhalb besonderer Aktionsmonate. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Gemeinsam erkunden Sie das Märkische Viertel mit seinen besonderen Orten und Einrichtungen und genießen die umliegende Natur. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum gemütlichen Ausklang bei einer Tasse Kaffee oder Tee im Ribbeck-Haus.



### Treffpunkt

Stadtteilzentrum im Ribbeck-Haus  
 Senftenberger Ring 54, 13435 Berlin



### Ansprechperson:

**Tel.:** 030 47064920

**E-Mail:** [info@ribbeckhaus.de](mailto:info@ribbeckhaus.de)

Es handelt sich um ein Angebot des Stadtteilzentrums Ribbeckhaus und dem TSV Wittenau.



# Grüne Hauptwege Berlin

Die Grünen Hauptwege Berlin sind ein rund 575 Kilometer langes Netz aus 20 übergeordneten Wander- und Spazierwegen quer durch ganz Berlin. Sie werden von der Senatsverwaltung für Mobilität, Verkehr, Klimaschutz und Umwelt betreut und verbinden auf angenehmen, möglichst autofreien Routen Wohngebiete mit Parks, Gewässern und Naherholungsräumen.

Ob für den täglichen Weg, eine kleine Trainingsrunde oder einen ausgedehnten Ausflug – die Grünen Hauptwege laden zum Flanieren, Spazieren und Entdecken ein. Sie nutzen die grünen Korridore der Stadt und eröffnen neue Perspektiven auf Natur, Landschaft und Nachbarschaft.

## Diese Grünen Hauptwege führen durch Reinickendorf:



- **Weg 3 – Heiligenseer Weg**
- **Weg 4 – Lübarser Weg**
- **Weg 5 – Tegeler Weg**
- **Weg 13 – Humboldt-Spur**

In Reinickendorf führen die Routen unter anderem entlang des Tegeler Sees, durch die weiten Landschaften rund um Lübars, durch Waldgebiete, Siedlungen und historische Ortsteile. Sie verbinden Naturerlebnis mit Bewegung im Alltag – kostenlos, individuell planbar und für viele Zielgruppen geeignet.

Weitere Informationen, Kartenmaterial und Flyer finden Sie unter:

[www.berlin.de/gruene-hauptwege](http://www.berlin.de/gruene-hauptwege)

Entdecken Sie Ihren Lieblingsweg – Reinickendorf ist in Bewegung!

## Das Gesunde Städte-Netzwerk (GSN)

Das Gesunde Städte-Netzwerk (GSN) ist ein bundesweiter Zusammenschluss von Kommunen, die sich für Gesundheitsförderung und gesundheitliche Chancengleichheit einsetzen. Der Berliner Regionalverbund vereint elf Bezirke sowie das Land Berlin und ist Teil dieses deutschlandweiten Netzwerks.

Die Mitgliedschaft ist als Tandem organisiert: Neben der kommunalen Vertretung wirken lokale Initiativen aktiv mit. So wird Gesundheitsförderung praxisnah gestaltet und direkt im Lebensumfeld der Menschen verankert.

Der Regionalverbund versteht sich als Interessenvertretung für gesundheitliche Chancengleichheit sowie als Lern-, Austausch- und Kooperationsplattform. Ziel ist es, Gesundheit und Gesundheitsförderung in allen Politikfeldern mitzudenken – von Stadtentwicklung über Umwelt bis hin zu Bildung und Soziales.

Die Aktionstage „Ge(h)meinsam unterwegs“ sind ein gemeinsamer Beitrag der Berliner Mitgliedsbezirke im GSN. In Zusammenarbeit mit freien und kommunalen Trägern organisieren sie vielfältige Bewegungsangebote, die Gesundheit stärken, Begegnungen fördern und den öffentlichen Raum als Bewegungsraum erlebbar machen.



## Impressum

Bezirksamt Reinickendorf von Berlin  
Abteilung Soziales und Gesundheit  
OE Qualitätsentwicklung, Planung und Koordination (QPK)  
13437 Berlin

Christine Schade (Koordination Gesundheitsförderung und Prävention)  
Telefon 030 90294 5082  
E-Mail: [christine.schade@reinickendorf.berlin.de](mailto:christine.schade@reinickendorf.berlin.de)

Redaktion und Layout: Christine Schade (OE QPK)  
Stand: 04/2026  
© Bezirksamt Reinickendorf

