

ORANGERIE

6



Ehrenamtliches Engagement ist ein Thema, über das immer wieder gesprochen und geschrieben wird. Auch ich möchte mich in dem Beitrag diesem Thema kurz widmen. Warum?

Ehrenamtliche Tätigkeit ist aus meiner Sicht ein wichtiger Bestandteil in unserer Gesellschaft und fördert das gemeinschaftliche Zusammenwirken und Zusammenleben. Deshalb kann das ehrenamtliche Engagement der Menschen nicht oft genug gewürdigt werden.

Auch in unserem Verein - der Kiezspinne - wirken viele ehrenamtlich tätige Helferinnen und Helfer, die die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, insbesondere im Nachbarschaftshaus ORANGERIE, bei der Bewältigung unterschiedlichster Aufgaben tatkräftig und uneigennützig unterstützen. Sie bringen ihre Berufs- und Lebenserfahrung ein, egal ob jung oder älter, ob Mann oder Frau, jugendlich oder erwachsen. Dabei sind sie kreativ und auch kritisch und das ist gut so, denn nur mit konstruktiver Kritik können wir uns als Verein weiterentwickeln.

Ehrenamtliches Engagement - das ist mein Leitspruch - muss Spaß machen. Sich seiner persönlichen Ressourcen

bewusst werden und diese im eigenen und im Interesse der Gemeinschaft zu nutzen, um somit die Lebensqualität zu erhalten.

Ehrenamtlich tätig zu werden, ist für mich eine ganz persönliche und freie Entscheidung. Auf welchem Gebiet ich meine Fähigkeiten und Fertigkeiten auch einbringe, die Freude an der ehrenamtlichen Tätigkeit darf nicht zu kurz kommen.

Natürlich sind wir in der Kiezspinne sehr daran interessiert, immer wieder neue ehrenamtliche Helferinnen und Helfer zu gewinnen. Der Einsatzmöglichkeiten gibt es viele, jedoch entscheidet jeder für sich, wie er sich ehrenamtlich einbringen kann und will. Sei es in der Arbeit mit Familien und Kindern oder bei der Vorbereitung von kulturel-

Fortsetzung Seite 2

KIEZSPINNE in der ORANGERIE

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

Ein Haus voller Leben 10 Jahre Nachbarschaftshaus

Eindrücke von der Festveranstaltung am 22. Oktober 2015.

Seite 3

Selbstbestimmtes Wohnen

Den Wohntisch gibt es jetzt auch in Lichtenberg. Die Netzwerkagentur Generationen Wohnen und die Kontaktstelle PflegeEngagement Lichtenberg bieten diesen Wohntisch jeden 2. Donnerstag im Monat an.

Seite 4

Willkommen

Begegnungsangebote für Eltern ohne oder mit geringen Deutschkenntnissen im Schülerclub Lichtpunkt.

Seite 6

Forum FAS

Der Kreuzungsumbau Buchbergerstraße/Frankfurter Allee ist geschafft, Baracken in der Buchbergerstraße sind beseitigt - weitere Vorschläge können noch eingereicht werden.

Seite 8

Weihnachten in Lichtenberg

Seite 8

Raumnutzung in der ORANGERIE!

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

Fragen Sie uns! Tel. 55489635

Mo 14-18 Uhr, Di 13-17 Uhr,
Fr 10-13 Uhr



AUS DEM VORSTAND

Die Kiezspinne hat seit Jahresanfang die Trägerschaft für die Selbsthilfekontaktstelle „Horizont“, die im vergangenen Juni ihr 20-jähriges Bestehen gefeiert hat. Aus diesem Grunde verlegte der Vorstand seine Septembersitzung dorthin in die Ahrenshooper Straße. Er besichtigte die gut ausgestatteten Räume und sprach mit Mitarbeitern. Es arbeiten dort 40 Selbsthilfegruppen. An der Nachbarschaftsarbeit ist man beteiligt. Gesprächsgegenstand war auch „Traumatisierungen bei Flüchtlingen“ und Überlegungen, wie man auf sie eingehen könnte.

Gern zur Kenntnis nahm der Vorstand, dass die Weiterbeschäftigung von Herrn Svojanovsky als Koordinator für Willkommenskultur gegenüber Flüchtlingen für das Jahr 2016 nunmehr gesichert ist. Ebenso gern nahm der Vorstand zur Kenntnis, dass durch einige namhafte Spenden ein moderneres Klavier für den Saal der ORANGERIE angeschafft werden konnte. Es ist bereits mehrfach zum Einsatz gekommen. Danke allen Spendern!

In der Oktobersitzung berichtete Frau Block über die Situation im Gastrobereich. Durch den krankheitsbedingt schon längeren Ausfall des Kochs ist sie angespannt. Mit Aushilfskräften wird überbrückt. So konnten die besonderen Herausforderungen durch Buffetbestellungen gemeistert werden. Der Vorstand sprach allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Bereichs seinen besonderen Dank aus. Die Geräteausstattung der Küche ist wie das Haus 10 Jahre alt und arbeitet permanent unter Vollast. So sind Ausfälle dann die Folge. Es wird Neuanschaffungen geben müssen.

Geschäftsführer Kunze berichtete von der Jahrestagung des Verbandes für sozialkulturelle Arbeit, dem unser Verein angehört. Auch dort nahm das Thema Flüchtlinge breiten Raum ein. Es wird uns alle dauerhaft bewegen.

Manfred Becker

Fortsetzung von Seite 1

len Veranstaltungen in der Orangerie, bei der Pflege unserer Grünanlagen oder bei der Mitarbeit in den Begleit- und Spaziergangsgruppen.

Nicht zuletzt freuen wir uns auch über Menschen, die uns im Rahmen der Willkommenskultur bei der Arbeit mit Flüchtlingen ehrenamtlich unterstützen. Aber, das sei nochmal hervorgehoben, sie entscheiden selbst, ob und wo sie ehrenamtlich mitwirken wollen.

Darüber hinaus können sie natürlich auch selbst aktiv werden und Interessengruppen und Arbeitsgemeinschaften gründen und ihre Hobbys mit anderen Interessenten im Nachbarschaftshaus teilen.

Wenn ich Ihr Interesse für eine ehrenamtliche Tätigkeit in der Kiezspinne geweckt habe, würde ich mich freuen. Sprechen Sie mit uns, persönlich oder telefonisch unter 030 55489635.

*Jörg Kaminski
Vorstandsmitglied*

Ein Haus voller Leben

10 Jahre Nachbarschaftshaus ORANGERIE

Am 22. Oktober feierte die Kiezspinne mit ihren Nachbarn aus Frankfurter Allee Süd und Gästen, darunter Bezirksbürgermeisterin Monteiro, Bezirksstadtrat Dr. Prüfer und Franziska Troegner als besondere Freundin der Kiezspinne in einer Festveranstaltung das 10-jährige Bestehen ihres Hauses in der Schulze-Boysen-Straße 38. Auf den Tag genau 2005 war es in Gebrauch genommen worden mit einem bunten Festprogramm, plötzlichem Regenguss und einem Feueralarm, den der Kunstnebel der abendlichen Laser-Licht-Show ausgelöst und die Feuerwehr herbei gerufen hatte.

Zu Beginn der Festveranstaltung warf ein farbiger Bilderbogen Schlaglichter des vielfältigen Lebens und Treibens im Haus auf die Bühnenleinwand des Saales: von der Arbeit der Projekte im Senioren-, Kinder- und Jugend- sowie Pflegebereich über die vielfältigen Gruppen und Kurse der Gesundheits-selbsthilfe, die Arbeitsgemeinschaften, Serviceangebote, die Stadtteilkonferenzen, die Feste, die Kultur- und Unterhaltungsveranstaltungen mit Gästen bis zu den Abenden mit Prominenten aus Politik und Gesellschaft.

In ihrer Grußansprache erinnerte die Bezirksbürgermeisterin an ihre Jahre als Geschäftsführerin der Kiezspinne, an die zunächst bescheidenen Projekte des Beginns und die provisorischen Domizile Zelt, Studio Bildende Kunst, Keller der 5. Gesamtschule, dann im Plattenbau der Schule am Standort der heutigen „Orangerie“ und im Zwischenquartier Hermann-Gmeiner-Grundschule, bis dann das jetzige Gebäude bezogen wurde, Jahre, in denen immer

neue Angebote entwickelt wurden und die ehrenamtlichen Arbeit zunahm. 2001 bis 2003 die Diskussionen, wie die Mittel aus dem europäischen Aufbauprogramm für vernachlässigte städtische Areale Urban II im Ortsteil eingesetzt werden sollten: Teilabriss und Sanierung der Schule oder der dann realisierte Totalabriss und Neubau eines Nachbarschaftshauses, danach die Diskussion um die Innengestaltung des in einem Architektenwettbewerb ermittelten Siegerentwurfs und schließlich die Ingebrauchnahme.

Vorstandsvorsitzender Becker spann den Faden bis in die Gegenwart weiter, erinnerte an die Zunahme an Verantwortung des Vereins durch Übernahme der Trägerschaften für das Kinder- und Jugendhaus „Napf“ im Kaskelkiez 2008, für die Stadtteilkoordination im Terrain Frankfurter Allee Nord 2014 und jüngst für die Selbsthilfekontaktstelle „Horizont“ in Hohenschönhausen. Außerdem sieht sich der Verein in der Mitverantwortung für eine Willkommenskultur und Integrationsarbeit zugunsten der Flüchtlinge und hat eine Koordinierungsstelle eingerichtet und besetzt. Der Verein sei mit seinen Angeboten auf der Höhe der Zeit und gut aufgestellt.

Erlebnisberichte langjähriger aktiver Vereinsmitglieder sowie von Frau Troegner schlossen sich an und verlebendigten den Blick auf Geschichte und Vorgeschichte des Hauses. Ein schönes Musikprogramm und ein wohlgelungenes Buffet unseres gastronomischen Bereichs ließen die Festveranstaltung aus- und nachklingen.

Manfred Becker



Bilder von der Festwoche

Eine Woche voller Feierlichkeiten! Unser Nachbarschaftshaus feierte sein 10-jähriges Bestehen und viele Gäste besuchten die zahlreichen Veranstaltungen in unserem Hause.

Hier ein kleiner Bilderbogen.



„HAST DU EBEN WAS GESAGT, SCHATZ?“ - „NEIN, DAS WAR GESTERN!“



nennt Franziska Troegner ihren Soloabend, den Sie am 13.11.2015 um 19 Uhr in der „Kiezspinne“ erleben können.

Wie der Titel es vermuten lässt, geht es an diesem Abend um Beziehungen.

Es ist hinlänglich bekannt, in der Ehe erlebt keine Frau, was sie erwartet und kein Mann erwartet, was er erlebt.

Franziska Troegner steht seit mehr als 40 Jahren auf der Bühne und vor der Kamera.

Anfangen von klassischen Brechtrollen bis hin zu „Hilde Backe“ und „Gertrud Hinnerksen“ hat sie nichts ausgelassen, was sich ihr an saftigen Ehefrauenrollen bot.

Ihre zahllosen Erfahrungen, aus zweiter und auch aus erster Hand erworben, hat sie nun gebündelt und besingt und bespricht in schillernden Farben den facettenreichen Weg von:

„Ich Dich auch“ zu: „Du mich auch“.

Zu diesen „Szenen und Tränen“ einer Ehe zählen natürlich auch die Preziosen der literarischen Kabarettautoren Kurt Tucholsky, Friedrich Holländer oder Georg Kreisler.

Einer dieser Weisen gelangt zu dem Resümee: „Man heiratet mangels Erfahrung, man lässt sich scheiden mangels Geduld und dann heiratet man wieder mangels Gedächtnis.“

Durch die emotionalen Hochs und Tiefs der unterschiedlichen Beziehungen wird Franziska Troegner am Klavier von Prof. Jürgen Beyer begleitet.

Karten (12,50 €) ab sofort erhältlich unter www.kiezspinne.de oder zu den Öffnungszeiten im Sekretariat im Nachbarschaftshaus

Neu: SHG Aphasie

Eine neue Selbsthilfegruppe für Aphasiker und deren Angehörige befindet sich in der SHK Synapse im Aufbau. In Kooperation mit dem Aphasie Landesverband Berlin e.V. und ehrenamtlich durch diesen angeleitet, soll die Gruppe Beratung und Hilfe, Zeit und Raum, Ruhe und Geduld geben, Verständnis und Kontakte zu Gleichbetroffenen schaffen und auch die Angehörigen unterstützen.

Aphasien sind erworbene Sprachstörungen, die nach verschiedenen Erkrankungen auftreten können, wie einem Schlaganfall, einer Hirnblutung, einem Schädel-Hirn-Trauma, Tumoren, entzündlichen Erkrankungen oder Vergiftungen. Aphasiker können oft nicht oder nicht richtig sprechen und verstehen Gesprochenes schlecht; mitunter verlieren sie ihre Kenntnisse im Lesen, Schreiben und Rechnen. Die Hirnschädigung beeinträchtigt oft auch die Motorik; Lähmungen und körperliche Beeinträchtigungen sind die Folge.

Wenn Sie selbst oder als Angehöriger betroffen sind, kommen Sie in unsere SHG. Geplant sind die Treffen immer am 1. Mittwoch im Monat von 10-12 Uhr.

Bitte melden Sie sich an,
Tel.: 55491892 oder
selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de



Willkommenskultur für Flüchtlinge

Fachtag Wohnen für Geflüchtete

Das Thema Willkommen für Flüchtlinge wird uns auf absehbare Zeit nicht loslassen. Es ist schön zu sehen, dass es trotz aller Probleme im Zusammenhang mit dem Zuzug von Flüchtlingen viele Mitbürger und Mitbürgerinnen gibt, die sich dieser Aufgabe stellen. Auch wir merken das. Es melden sich zunehmend Bürgerinnen und Bürger auch bei uns, um einen Beitrag bei der Betreuung und vor allem der Integration von Flüchtlingen zu leisten. Aber, die Herausforderung ist groß und wir werden uns auf einen längeren Prozess einstellen müssen. Klagen hilft nicht und löst keine Probleme. Die Menschen und unsere Gesellschaft wachsen mit ihren Aufgaben.

Ich hatte in der Septemberausgabe darauf verwiesen, dass Wohnungen für die menschenwürdige Unterbringung von Flüchtlingen gesucht werden. Die Probleme im sozialen Wohnungsbau in Berlin sind bekannt und offenkundig. Für Flüchtlinge ist es schwer, eigenen Wohnraum zu finden. Aber menschenwürdiges Wohnen von Geflüchteten ist neben vielem anderen auch Bestandteil einer gelebten und aktiven Willkommenskultur. Der FAN Beirat, das gewählte Bürger/-innengremium für das Sanierungsgebiet Frankfurter Allee Nord, führt dazu am 06.11.2015 von 14.00 Uhr bis 20.00 Uhr einen Fachtag „Wohnen für Geflüchtete“ durch. Dort werden Betroffene, Akteure, Wissenschaftler, Vertreter aus Politik und Wohnungswirtschaft ihre Perspektive auf die Situation darstellen und gemeinsam politische Forderungen und Lösungsmöglichkeiten erarbeiten und diskutieren. Interessierte sind gern zu dieser Veranstaltung eingeladen. Nähere Informationen finden Sie im Flyer zum Fachtag, der im Nachbarschaftshaus ORANGERIE ausliegt oder auf der Startseite der Website der Kiezspinnere unter Topaktuell zu finden ist.

Andreas Svojanovsky

Selbstbestimmt Wohnen

Stellen Sie sich vor, Sie werden 90 Jahre! Wie möchten Sie im Alter leben? Am liebsten gesund und selbstbestimmt in der eigenen Wohnung.

Für viele Menschen geht dieser Wunsch in Erfüllung.

Im Laufe des Lebens können jedoch Krankheiten auftreten, so dass eigene Vorstellungen nicht mehr selbst, sondern mit fremder Hilfe umgesetzt werden müssen. Dafür gibt es verschiedene Wohnformen, die unterschiedliche Möglichkeiten an Selbstbestimmung ermöglichen.

Wir möchten Sie dazu ermutigen, Ihren eigenen Weg zu gehen – gemeinsam mit Menschen, die Ihnen zur Seite stehen, wie Familie, Freunde und Nachbarn sowie professionelle Berater. Dazu bieten wir Ihnen in den nächsten Wochen Informations- und Austauschmöglichkeiten.

Die große Mehrheit der Familien ist für einander da, wenn Hilfe notwendig ist. Im Falle von Pflegebedürftigkeit wird die Pflege von dreiviertel der Angehörigen übernommen. Für beide Seiten, den Pflegebedürftigen selbst als auch für die Familienangehörigen, bedeutet die Pflege zu Hause viele Veränderungen im Alltag. Ein Spagat zwischen eigenen Bedürfnissen und denen der anderen.

„Tante Else wohnt jetzt bei uns“
Häusliche Pflege – eine Gratwanderung zwischen Herausforderung und Überforderung

23. November 2015

17:30 – 19:00 Uhr

in der Selbsthilfe Kontakt- und Beratungsstelle „HORIZONT“
Ahrenshooper Str. 5 | 13051 Berlin.

Denkbar ist auch, mit Freunden zusammenzuziehen. Gemeinsam ist vieles einfacher und natürlich auch schöner! Wer lässt sich nicht gern den guten Wein im Kreise guter Freunde munden, Spieleabende bis in die Nacht und über die gemeinsamen Erlebnisse von früher lachen...

Neun Interessierte trafen sich am 8.10.2015 zum 1. Wohntisch in Lichtenberg im Nachbarschaftshaus ORANGERIE. Sie lernten sich kennen, tauschten sich aus und diskutierten darüber, wie

man durch gemeinsame Aktivitäten auf ein Gemeinschaftswohnprojekt hinarbeiten kann.

Wohntisch in Lichtenberg

Generationsübergreifend oder gemeinschaftlich Wohnen - ist das was für mich?

Die Netzwerkagentur Generationen Wohnen und die Kontaktstelle PflegeEngagement Lichtenberg bieten diesen Wohntisch regelmäßig an jedem 2. Donnerstag im Monat als Diskussions- und Austauschforum an.

Nächstes Treffen:

12. November 2015

17:00-18:30 Uhr

im Nachbarschaftshaus ORANGERIE.

Ein Leben in Gemeinschaft tut gut! Besonders Menschen mit Demenz profitieren von einem sozialen Miteinander in familiärer Atmosphäre. Eine Alternative zu Pflegeheimen bieten ambulant betreute Wohngemeinschaften. Zwischen acht bis zwölf Personen leben zusammen in einer Wohnung. In der Regel hat jede/r Bewohner/in ein eigenes Zimmer, wobei Bad, Toilette, Wohnzimmer und Küche gemeinschaftlich genutzt werden. Bei dieser Wohnform ist Selbstbestimmung nicht nur möglich, sondern notwendig, um den Bedürfnissen der zum Teil hilfebedürftigen Bewohnerinnen und Bewohnern gerecht zu werden.

Jour Fixe

Austausch- und Informationstreffen für Angehörige und Bevollmächtigte aus ambulant betreuten Wohngemeinschaften

Eine Veranstaltung des SWA e.V. in Kooperation mit der Kontaktstelle PflegeEngagement Lichtenberg Hier können Angehörige in einem geschützten Raum Erfahrungen aus einer Wohngemeinschaft austauschen.

Nächstes Treffen:

26. November 2015

17:00-19:00 Uhr

im Nachbarschaftshaus ORANGERIE.

Interesse? Sprechen Sie uns einfach an. Wir sind gerne für Sie da!

Ines Drost & Kathrin Strumpf
Kontaktstelle PflegeEngagement
Lichtenberg



Angehörige psychisch Kranker

Ganz gleich, ob Lebenspartner, Elternteil oder Kind – ist ein Familienmitglied psychisch krank, belastet das auch die Angehörigen sehr. Sie erleben die Auswirkungen der Erkrankung hautnah mit, meist lange bevor der Kranke professionelle Hilfe in Anspruch nimmt und begleiten ihn oft mit emotionaler Hingabe durch alle Krankheitsphasen.

Mehr als 30 Millionen Menschen in Deutschland tragen das Leid eines nahestehenden Menschen mit. Viele Angehörige engagieren sich so intensiv, dass sie ihre eigene Gesundheit darüber vernachlässigen. 40%-60% aller An-

gehörigen von psychisch Kranken bekommen durch die ständige Belastung selbst psychische Krankheiten oder starke körperliche Beschwerden. Untersuchungen haben z.B. gezeigt, dass jeder 2. Lebensgefährte eines depressiv Erkrankten nach einiger Zeit selbst depressive Symptome entwickelt.

Deshalb ist es ganz besonders wichtig, als Angehöriger auch etwas für sich selbst zu tun, z.B. regelmäßig eine Selbsthilfegruppe zu besuchen.

Solch eine Gruppe für Angehörige psychisch Kranker gibt es in der SHK Synapse. Ehrenamtlich angeleitet von

einer Vertreterin des Angehörigenverbandes psychisch Kranker trifft sie sich jeden 3. Montag im Monat um 18 Uhr.

Im Austausch mit anderen Angehörigen geht es vor allem um neue Informationen zu Erkrankung und Therapien und zu Fragen des täglichen Umgangs mit dem Angehörigen. Es geht um Entlastung, Befreiung von zermürenden Selbstvorwürfen und einer häufig vorhandenen Ohnmacht. Kraft zu schöpfen und achtsam mit sich selbst zu sein, auch darin bestärkt die Gruppe.

Infos und Anmeldung:

SHK Synapse, Tel.: 55491892

Raus aus der Depression

Die trübe, dunkle, nasskalte Jahreszeit ist zurück, die Ferienwochen schöne Erinnerung. Arbeit, Ausbildung, Studium – der Ernst des Lebens hat die meisten wieder. Mit allem, was dazu gehört, ganz viel Positivem, aber leider immer öfter auch manch Negativem, wie Dauerstress, Überforderung, Versagensängsten, Mobbing.

Wie immer in den Herbst- und Wintermonaten steigt bei uns z.Zt. die Nachfrage nach Möglichkeiten, an einer

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ängsten und Depressionen teilzunehmen, stark an.

Unsere fünf SHG zum Thema Ängste und Depressionen arbeiten regelmäßig und sehr aktiv. Drei von ihnen nehmen derzeit noch neue Betroffene auf.

Besonders unsere ehrenamtlich angeleitete SHG für junge Menschen bis ca. 35 Jahre mit „Sozialen Ängsten und depressiven Verstimmungen“ – Treffen immer am 2. und 4. Dienstag im Monat

um 17.30 Uhr im Nachbarschaftshaus – freut sich auf weitere Mitstreiter.

Anmeldung in der SHK Synapse,

Tel.: 55491892



Foto: Ina Malunat

Frei vom Spiel, engagiert im Ehrenamt



Ein leuchtendes Beispiel für engagiertes Ehrenamt ist Roswitha Graf. Der Spielsucht verfallen und mit tiefer Scham ihren Kindern gegenüber konfrontiert, reift in ihr der Entschluss, sich mit der Unterstützung einer Selbst-

hilfegruppe im Café Beispiellos von der Sucht zu befreien und sie hatte Erfolg damit. 2009 rief sie dann bei Horizont die Selbsthilfegruppe „Spielfrei“ ins Leben. Seitdem kümmert sie sich um die Integration neuer Mitglieder und legt Wert auf gemütliche Atmosphäre bei den Treffen. Sie sorgt dafür, dass neben der Austausch-Ebene über ständig wechselnde Themen wie Achtsamkeit, Gefühle, Probleme (für uns) oder Con-trableme (gegen uns), Lügen, Einsamkeit, Befindlichkeiten auch die Auseinandersetzung mit anderen Themen gefördert wird. Seien es Vorträge zum „Suchtgedächtnis“, oder zur „Rolle der psychischen Gesundheit bei der Entwicklung bzw. Verhinderung von Sucht“ oder –ganz lebenspraktisch- Workshops zu Geldmanagement. Auch die Ausein-

andersetzung mit der Sucht und die Entwicklung von Mut zur Veränderung jedes Einzelnen liegt ihr sehr am Herzen. Nur durch Veränderung wird Spielfreiheit erreicht.

Sie selbst bezeichnet die Selbsthilfegruppentreffen als „Medizin in Worten und dass die wöchentliche gemeinsame Beschäftigung mit dem Thema von Automaten fern hält“. Die Gruppe ist sich einig, dass es darum geht, Voraussetzungen dafür zu schaffen, zufrieden, oder sogar glücklich, nach vorne schauen zu können und den gesetzten Zielen näher zu kommen.

„spielfrei“ tagt jeden Montag von 18.00 - 19.30 Uhr in der Selbsthilfekontaktstelle „Horizont“, Ahrenshooper Str. 5, 13051 Berlin und ist auch offen für Angehörige.

Vielen Dank allen Selbsthilfeaktiven in unseren Gruppen, den vielen ehrenamtlichen Helfern und professionellen Unterstützern für die tolle Arbeit in diesem Jahr. Wir wünschen Ihnen eine schöne Vorweihnachtszeit, ein frohes Fest und einen gesunden Jahreswechsel. Tanken Sie Kraft, damit wir im neuen Jahr gemeinsam wieder erfolgreich durchstarten können.

Ihr Selbsthilfe-Team von Synapse und Horizont



Der Weihnachtsmann war schon da?!

Nein...natürlich nicht. Er hat ja noch ein wenig Zeit!

Aber die Überraschung war für uns so groß, so dass es sich ein wenig wie Weihnachten anfühlte.

Einfach so wurden unsere Wünsche erfüllt.

Der SV Sparta Lichtenberg hatte den WM-Pokal des DFB zu Gast und das Vereinsmitglied Paul Kalkbrenner begeisterte viele Besucher_innen mit einem Konzert. Ein Teil der Einnahmen kam auch uns zu Gute und ermöglichte uns eine sehr umfangreiche Anschaffung vieler toller Spielgeräte, die Spaß in die körperliche Bewegung bringen. Stelzen, Kriechkrake, Springseile, Balancebretter und ein Hindernisparcours trainieren die Motorik, Teamgeist und Gleichgewichtssinn.

Auch der Fanclub von Eisern Union FC Iron Devils United e.V. spendete uns Geld. Das durften wir für eine fetzige Murmelbahn und für Experimentierkästen ausgeben. Hier ist Köpfchen gefragt, denn ohne Entdeckergeist und Phantasie klappt hier nichts auf Anhieb.

Das Kinderhaus NAPF ist also um einige attraktive Beschäftigungsmöglichkeiten für die Kinder reicher.

Wir sagen DANKE!!!

Und nun kann Weihnachten trotzdem kommen. Es gehört ja noch mehr dazu, als die Bescherung.

Zum Beispiel kreative Bastelstunden, leckere Plätzchen oder selbstgemachter Lebkuchen und vor allem selbstgemachter Punsch (natürlich alkoholfrei) am Lagerfeuer mit Stockbrot. Besonders wenn es dunkel ist, macht Feuer eine schöne besinnliche Stimmung, die wohl in dieser Zeit allen etwas gut tut. Besinnung auf die wirklich wichtigen Dinge im Leben!

Wir wünschen euch allen ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

*Euer NAPF-Team
Antje, Micha und Basti*

»Wir sind hier« Ein YouTube-Channel von geflüchteten und Berliner Jugendlichen

Gefördert von der Berliner Landeszentrale für Politische Bildung.



Bildcollage: Jördis Schön

Sie fliehen vor Not, Angst und politischer Verfolgung. Menschen auf der ganzen Welt sehen sich gezwungen, ihre Heimat zu verlassen. Einige Hunderttausende kommen zu uns nach Deutschland. Sie erfahren Hilfsbereitschaft, aber auch Hass und Fremdenfeindlichkeit. Wie man persönlich zu Asylsuchenden steht, ist Einstellungssache, manchmal von Erfahrungen, manchmal von Unwissen geprägt.

In unserem Projekt »Wir sind hier« setzen wir uns genau mit diesem Thema auseinander. Im Rahmen eines Videoprojektes begegnen sich Berliner

Jugendliche und geflüchtete Jugendliche. Bei dieser Begegnung lernen die Jugendlichen die Situation der jeweils anderen Zielgruppe kennen. Die Berliner Jugendlichen merken, dass ihr Zuhause nicht selbstverständlich ist. In Videoclips können die Teilnehmer*innen ihr Leben, ihre Interessen und Hobbys, ihre Sicht auf bestimmte Themen widerspiegeln. Ihnen wird bewusst, wie politische Konstellationen in das Leben des Einzelnen hineinwirken. Die Videos werden auf einen YouTube-Kanal hochgeladen und können damit jederzeit von interessierten Personen angeschaut werden.

Wir werden daran erinnert, dass Flucht nicht nur die betrifft, die derzeit aus Kriegsgebieten und ärmeren Teilen der Welt nach Deutschland kommen. Auch die Deutschen waren schon oft Flüchtlinge - und manche sind es. Die einen bewusst, die anderen unbewusst. Weil man nicht nur aus einem Land fliehen kann, sondern auch aus einem Heimatort, einer Familie oder beengenden Umständen.

Margit Schwabe

Willkommen Welcome ترحيب Dobrodošli Sveiki
добро пожаловать Bem-vindo Mile widziany
ղղոյնս i mirëpritur Üdvözöljük Chào mừng 欢迎
Wilujeng Hoşgeldiniz Ласкаво просимо Bixer hati

Nach den Ferien wird es zusammen mit der Schule ein Begegnungsangebot für Eltern ohne oder mit geringen Deutschkenntnissen und deren Kindern geben.

Die Schule und der Schülerclub heißen die Eltern und ihre Kinder herzlich willkommen, an unserem Angebot teilzunehmen. Hier haben sie die Möglichkeit sich kennenzulernen und sich kulturell und sprachlich auszutauschen.

So sollen vor allem Eltern die Schule und deren Angebote kennenlernen, um ihren Kindern einen leichteren

Übergang in ihr neues Lebensumfeld zu ermöglichen. In unserem Schülerclub können sie leicht neue Kontakte knüpfen und mit anderen Kindern ihre Freizeit gestalten.

Das erste Treffen findet am 03.11.2015 im Schülerclub Lichtpunkt statt.

In den Ferien selbst hatten wir die erste Woche geöffnet. Im Programm hatten wir ein Tischtennis-Turnier, gemeinsames Kochen und ein Kinobesuch.

Wir freuen uns auf euer Kommen!
Euer Schülerclub „Lichtpunkt“

Gunda, Calien & Crissi



Julateg Finsolv Lichtenberg e.V.



Foto: Bildarchiv S. Maier

Seit 2011 arbeite ich bei Julateg Finsolv Lichtenberg e.V. als Schuldnerberaterin. Zu Beginn des Jahres übernahm ich von Frau Zillmer die Nachfolge im Beirat der Kiezspinne als Vertreterin unseres Vereins.

In unserer Außenstelle im JobCenter Berlin-Lichtenberg berate ich zusammen mit zwei KollegInnen Bürgerinnen und Bürger aus Lichtenberg.

Wir helfen den Ratsuchenden, einen Überblick über ihre Schulden zu erlangen und erarbeiten in Absprache ein an deren finanzielle Möglichkeiten angepasstes Regulierungskonzept. Gleichzeitig bieten wir Unterstützung an, um die finanziellen Verhältnisse durch eine eigenverantwortliche Lebensführung in den Griff zu bekommen. In finanziellen Notlagen, die ein schnelles Eingreifen erfordern, greifen wir auch zum Telefonhörer, um mit Gläubigern, Vermietern oder anderen Institutionen Kontakt aufzunehmen. Ziele sind da-

bei, eine kurzfristige Lösung oder auch zunächst eine Überbrückung der Notlage.

Über die Beratungstätigkeit hinaus gehören z.B. auch Informationsveranstaltungen zu meinen Aufgaben, insbesondere: Mietschulden – was nun? Wenn die Stromabstellung droht – was dann? Meine erste Wohnung – was ist zu beachten? Kontopfändung – welche Möglichkeiten gibt es? ...

Aufgrund der vielfältigen Problemlagen die zu den Schulden führen, ist für uns die Zusammenarbeit mit verschiedenen Organisationen und Einrichtungen von großer Bedeutung.

So stehen wir auch in regelmäßigem Kontakt mit der Kiezspinne.

Gemeinsam können wir ermöglichen, dass, wenn eigentlich nichts mehr geht, doch noch Möglichkeiten gefunden werden, die dem Ratsuchenden neue Perspektiven aufzeigen.

Sibylle Maier

Das Nicaragua Giebelwandgemälde an der Lichtenberger Brücke



Foto: Reiner Meyer

Das einzigartige, berühmte naive Wandbild wurde im Sommer 2004 und 2005 künstlerisch reproduziert. Bei diesem Pilotprojekt wurde die Giebelwand vorher mit einem Wärmedämmverbundsystem gedämmt. Auf die Dämmschicht wurden mehrere Putzschichten aufgetragen und abschließend das Bild in einem einzigartigen Pause-Verfahren im Maßstab 1:1 reproduziert und mit dem Pinsel ausgemalt. Der Künstler kam 2005 zur feierlichen Einweihung persönlich nach Berlin, um die originalgetreue gelungene Reproduktion zu autorisieren.

Es ist das größte naive Wandbild Nicaraguas in Europa und das einzige erhaltene des Nationalpreisträgers für naive Kunst, Manuel García Moia, in der Welt.

Viele Sponsoren, Förderer und Spender waren erschüttert zu sehen, dass seit Februar 2012 massive Putz- und Bildabbrüche voranschreiten. Es erreichen uns viele besorgte Anfragen, ob und inwieweit das Kunstwerk noch einmal gerettet werden kann. Zu den Ursachen der Schäden finden gegenwärtig intensive Begutachtungen

statt. Sobald deren Ergebnisse vorliegen, wird die Initiative für den Erhalt des Nicaragua Giebelwandgemäldes beim Kulturring in Berlin e.V. die Öffentlichkeit informieren.

Eines ist jetzt schon klar: Die Kunstinitiative wird, gemeinsam mit den Bauausführenden und Ihnen, liebe Unterstützer und Spender, alles in ihren Kräften stehende unternehmen, um das wertvolle historische Mural in neuer Schönheit, mindestens bis Juli 2025, an diesem Ort wieder erstrahlen zu lassen.

Christel Schemel

Koordinatorin der Initiative zum
Erhalt des Nicaragua-wandgemäldes/
Evelin Pakosta - Mitstreiterin

Spendenkonto
Kulturring in Berlin e.V.
Berliner Bank NL DB
IIBAN: DE41 1007 0848 0525 6219 01
BIC: DEUT DE DB110
Verwendung:
Spende Nicaragua-Wandbild

AUSFLUGSTIPP
**Lichtenberger
Weihnachtsmärkte**

Weihnachtströdelmarkt rund um den „Wartenberger Hof“ in der Hohenschönhausener Woldegkerstraße.

Umgeben, obwohl eigentlich mitten in der Hohenschönhausener „Platte“, von einem zirka 10.000m² großen grünen Areal mit Teich, Bachlauf, Schafen, Gänsen...

Am Freitag, 04. Dezember 2015, und Samstag, 05. Dezember 2015

21. Lichtenmarkt am Rathaus
29. November 2014, 13 bis 18 Uhr
Traditionell laden das Bezirksamt und Lichtenberger Vereine am 1. Advent zum Lichtenmarkt rund um das Rathaus in der Möllendorffstraße 6 ein. Mit einem bunt gemischten Programm, unter anderem mit Jimmy Kelly von der „Kelly Family“, Schlagersänger Christian Anders und dem Lichtenberger Puppentheater „Puppenpaule“

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

Mittelalterlicher Weihnachtsmarkt in Karlshorst,
am Samstag, 05. Dezember, 13-22 Uhr und

Sonntag, 06. Dezember 13-19 Uhr, auf dem Theatervorplatz an der Ehrenfelsstraße in Karlshorst.

Bühnenprogramm mit Märchenspielen, alter Musik, Theateraufführungen, Sternensingen, Naschproben, Geschenkehandel und vielem mehr. Mittelalterliche Gewerke wie Schmiedekunst, Tischlerhandwerk, Kerzenzieherei und Backwerk lassen sich bestaunen.

Dazu präsentieren zahlreiche Karlshorster Einrichtungen und Kunstschaffende ihre Arbeit.

Hans-Joachim Knebel

Forum FAS

Ein Problem, das uns über 10 Jahre beschäftigt hat, ist gelöst. Die Kreuzung Frankfurter Allee/Buchberger Straße ist zu einer Vollkreuzung umgebaut. Mitglieder der Bürgerinitiative zum Kreuzungsumbau können über den langwierigen Kampf besser berichten als ich. Ein weiteres Übel ist beseitigt: an Stelle der verfallenen Baracken in der Buchberger Straße ist ein Verbrauchermarkt im Entstehen. Bürgerhaushalt/Kiezfonds:

Vorschläge zum Bürgerhaushalt können natürlich weiterhin eingereicht werden. Im Jahre 2015 gab es aus dem Kiez FAS keine Vorschläge.

Bedanken möchte ich mich für die ehrenamtliche Arbeit der Mitglieder der Bürgerjury FAS, die auch im Jahre 2015 verantwortungsbewusst die 7.000,00 € des Kiezfonds vergeben haben. 14 Projektideen konnten re-

alisiert werden, wie Nachbarschaftsfeste, Informationsveranstaltungen zur Kinder- und Jugendarbeit, Verschönerungsarbeiten im Wohngebiet und Ausstellungen. Im kommenden Jahr wird es den Kiezfonds in gleicher Höhe geben. Die Vergabekriterien und Möglichkeiten der Antragstellung werden sich nicht ändern. Anträge an die Bürgerjury FAS können ab 01.01.2016 im Nachbarschaftshaus ORANGERIE abgegeben werden, die Antragsformulare finden Sie unter Bürgerhaushalt Berlin Lichtenberg im Internet oder können bei uns abgeholt werden.

Für 2016 werden noch ehrenamtliche Mitglieder zur Arbeit in der Bürgerjury gesucht. Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte bei uns im Nachbarschaftshaus ORANGERIE.

Reimer Dunkel

Der Roeder Platz


Foto: Reiner Meyer

Wer schon länger in Lichtenberg wohnt, wird sich erinnern, dass es diesen Platz schon einmal gab, der große Schriftzug „Roederplatz“ auf dem Vordach der damaligen Tankstelle wird bei vielen Bewohnern Lichtenbergs noch in Erinnerung sein.

Zum Namensgeber: Hermann Franz Leo Roeder (geboren am 17.10.1856, verstorben am 09.10.1941) war ab 1892 Gemeindevorsteher, dann ab 1901 Gemeindevertreter und 1907 – 1914 Stadtverordneter von Lichtenberg. 1891 wurde eine neue Landgemeindeordnung eingeführt, für deren Umsetzung war er zuständig. Maßgeblichen Anteil hatte er bei der Realisierung eines modernen Entwässerungssystems, des ersten Gas- (1891 am Wiesenweg) und Wasserwerkes (1892 Friedrichsfelde), den Neubau zweier Schulen. 1892 wurde die katholische Mauritiuskirche eingeweiht.

Ort: Südliches Ende des Weißenseer Weges an der Kreuzung zur Herzbergstraße. Mit der Neugestaltung und Bebauung des Gebietes 1975 verschwand der Platz und die Roederstraße wurde in Karl-Lade-Straße umbenannt. Der Grundstein für das Neubaugebiet wurde am Roederplatz gelegt. Es erfolgte eine Umgestaltung, der Platz wurde zum Lebensmittelpunkt des Wohngebietes Fennpfuhl. Die Attraktivität des Ortes ging leider ab 1990 mehr und mehr verloren. Auf Wunsch vieler Bürger und der Familie Roeder erfolgte die Wiederbenennung am 14.09.2011. Der Platz hat keine Hausnummern und Gewerbeadressen. Die BVG hat jedoch ihre Straßenbahnhaltestelle in Roederplatz umbenannt. Gegenwärtig wird der Platz so umgestaltet, dass er wieder zum Lebensmittelpunkt des Gebietes wird. Neben neuen Verkaufs- und Freizeiteinrichtungen wurde auch viel für die Gestaltung der Grünanlagen getan. Die Arbeiten werden ab 2015 den Abschluss des Stadtumbaus Ost im Fennpfuhl bilden. Durch ein Beteiligungsverfahren war die Einbeziehung der Anwohner rechtzeitig und umfassend gewährleistet. Der neu gestaltete Roederplatz wird seinen festen Platz im Stadtbezirk Lichtenberg zurückerobern.

Reimer Dunkel



Stadtteilzentrum Lichtenberg Nord



Foto: Archiv STZ Lichtenberg Nord

Das Jahr 2015 gestaltete sich sehr erfolgreich für die beiden Standorte des Stadtteilzentrums nördlich der Frankfurter Allee. Vor allem das bürgerschaftliche Engagement stand im Fokus der Arbeit.

In die Fanningerstraße 33 zieht immer mehr Leben ein. Das Stadtteilbüro der Koordinatorin für Alt-Lichtenberg, Daniela Dahlke, hat sich zu einem Treff- und Knotenpunkt für BewohnerInnen des Kiezes sowie die lokalen Akteure entwickelt. Der verstärkte Zuzug junger und kreativer Familien nach Alt-Lichtenberg erfordert neue Angebote und Events, welche das Stadtteilzentrum gern unterstützt. „Dabei möchten wir die BürgerInnen ermutigen, eigene Projekte zu verwirklichen und sich ehrenamtlich zu engagieren“ sagt Daniela Dahlke. In diesem Zusammenhang unterstützte das Stadtteilbüro Bürgerinitiativen wie z. B. das Bürgerheimstraßenfest am 11.09. oder den Nachbarschaftsflohmarkt am 19.09. Letzteres Event lockte bei traumhaftem Wetter ca. 400 Besucher auf den Freiaplatz und zeigte damit neue Nutzungsmöglichkeiten auf. Besucher und Händler waren begeistert von der Atmosphäre und sind sich einig: „Dieser Flohmarkt muss regelmäßig stattfinden“. Geplant ist nun ein 2 x jährlich stattfindender Markt, der die BewohnerInnen des Kiezes zusammen bringt und Raum zum Stöbern und Feilschen bietet. Auch aktuelle Projekte im Rahmen

des Sanierungsgebietes wirken sich positiv auf die Lebensbedingungen aus. So entsteht zum Ende des Jahres in der Gotlindestraße eine neue Jugendfreizeitanstaltung, welche unter der Beteiligung von Kindern und Jugendlichen geplant wurde. Es bleibt weiter spannend in diesem pulsierenden Stadtteil. Gestalten Sie mit, bringen Sie sich ein, wir freuen uns auf Sie!

Das Stadtteilbüro Fennpfuhl in den Möllendorff-Passagen bietet neben Veranstaltungen zu sozialen und gesundheitlichen Themen vor allem ehrenamtlich geführte Gruppen, wie z.B. den Englisch-Unterricht, gemeinsames Schachspielen oder Handarbeits-Zirkel. Träger nutzen die Räumlichkeiten für Veranstaltungen oder Beratungen. Für

mobilitätseingeschränkte Menschen aus dem Fennpfuhl steht zudem ein Begleitservice zur Verfügung. Besonders hervorzuheben ist ein kürzlich fertiggestelltes Graffiti-Projekt am Rosenrondell im Fennpfuhlpark. Hier haben Akteure innerhalb einer kurzen Zeit Hand in Hand gearbeitet (unter anderem die Bürgerjury, Graffitikünstler, Grünflächenamt und das Stadtteilzentrum). Im September wurde dieses Projekt Ort einer kleinen Feierstunde zum 10jährigen Bestehen des Bürgerhaushalts, den die Stadtteilzentren unterstützen. Ein Höhepunkt in diesem Jahr war das 13. Fennpfuhlfest, das vom Stadtteilzentrum, dem Bezirksamt und den Wohnungsbauunternehmen veranstaltet wurde. Rund 4.000 Menschen kamen zum bunten Treiben am Anton-Saefkow-Platz. 25 Träger, Vereine und Unternehmen stellten sich vor und informierten über ihre Angebote. Vor allem das bunte Programm für die Kinder wurde wieder zahlreich genutzt und ließ das beliebte Fest am Fennpfuhl wieder zu einem Erfolg werden. Krönender Abschluss war das grandiose Feuerwerk am Ende des Tages.

Nutzen Sie die Möglichkeiten, sich selbst und/oder Ihre Ideen in die Stadtteilarbeit einzubringen. Wir freuen uns über Ihre Anregungen!

Weitere Informationen zu Beteiligungsmöglichkeiten bekommen Sie hier:

Stadtteilzentrum Lichtenberg Nord:
www.stz-lichtenberg-nord.de

Tel.: 030-32519330 (Alt-Lichtenberg);

Tel.: 030-50566200 (Fennpfuhl)

www.buergerhaushalt-lichtenberg.de

Daniela Dahlke



Foto: Archiv STZ Lichtenberg Nord



REGELMÄSSIGES



Arbeitsgemeinschaften

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

- AG Nachbarschaftshaus 1. Mo, 17 Uhr
- Mieterbeirat, öffentliche Sitzung 2. und 4. Mo, 18-20 Uhr
- Textschmiede 1. und 3. Do, 16 Uhr
- Fotozirkel 2. und 4. Mo, 17 Uhr
- IG Heimatgeschichte 3. Mi, 15-17 Uhr



Beratung

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

- Sozialberatung (bes. zu ALG II) Mi 13-18 Uhr, Do 13-17 Uhr (und nach Vereinbarung)
- Selbsthilfe-Beratung, Mo 13-17, Di 13-16, Fr 10-12 Uhr
- Soziale Beratung für Rheumapatienten, 4. Mi im Monat, 14:30-16:30 Uhr
- Beratung für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige, Di 13-15 Uhr, Do 10-12 Uhr
- Sprechstunde des Mieterbeirates 1. Do im Monat, 17-19 Uhr
- Rechtsberatung 2. Di im Monat, 17-19 Uhr (mit Anmeldung)
- Energiesparberatung, Di 12-14 Uhr
- Verbraucherzentrale Berlin, Beratung zum Verbraucherschutz, letzter Mi im Monat 13-15 Uhr

Frauentreff Alt-Lichtenberg Hagenstr. 57

- Soziale Beratung für Frauen, 1. Di, 9 Uhr
- Frauengespräche, Einzelberatungen für Frauen, Ratschläge und Hilfe im Alltag, Mi, 16 Uhr, Anmeldung unter Tel. 550 95 45 erbeten

Concept social e.V., Wotanstr. 14

- Anlaufstelle für Menschen mit sozialen Problemen, insbesondere ALGII (HarzIV), Mo-Fr 10-16 Uhr (Anmeldung 97889222)
- Rechtsberatung, 2. Mo im Monat 16-18 Uhr

Julateg Finsolv Lichtenberg e.V. Normannenstr. 5A

- Schuldnerberatung, Mo-Fr 9-12 und 13-15 Uhr (Anmeldung 5101007)



Generation 60+

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

- Seniorengymn. Mo 9-10, Di 8-9 und 9-10, Mi 8-9 u. 9-10 Uhr, 10 €/Monat
- Spaziergangsgruppe Mo 11 Uhr, kostenfrei
- Gymnastik für Männer Di 10 Uhr, 10 €/Monat
- Gedächtnistraining Di u. Mi 10:30 Uhr, 1 €/Termin
- Seniorensingegruppe Mi 15 Uhr, 1 €
- Nähen m. Nachb. Mi 10-13 Uhr, 1 €
- Kaffeeklatsch, 3. Mo im Monat, 14:30 Uhr, 2 €

Frauentreff Alt-Lichtenberg Hagenstr. 57

- Sport für Seniorinnen, Di, 14 Uhr



Gesundheitsselbsthilfe

Nachbarschaftshaus ORANGERIE Schulze-Boysen-Str. 38

- *Entspannungs- u. Bewegungskurse:* Anmeldung erforderlich. Einstieg in laufende Kurse nur nach Absprache möglich.
- Beckenbodentraining Mi 11 Uhr
- Qigong Fr 13:15 Uhr
- Yoga Di 16:30, 17:45 und 19 Uhr
- Hüft-, Rücken- Knie- Gangschule Mi 16 Uhr
- Line Dance (Fortgeschrittene) Mo u. Mi 18 Uhr
- Line Dance (Anfänger), Do 18 Uhr
- Gesellschaftstanz Di 18 Uhr

Selbsthilfegruppen:

- Angehörige psychisch Kranker 3. Mo im Monat, 18 Uhr
- Angehörige von Menschen mit Demenz 1. Mo im Monat, 10 Uhr
- Angst, Depression, Psychose I 1. und 3. Mo im Monat 18 Uhr (mit Anmeldung)
- Angst, Depression, Psychose II Di 18 Uhr (mit Anmeldung)
- Aphasie (in Gründung) 1. Mi im Monat, 10 Uhr (mit Anmeldung)
- Beckenbodenprobleme Di 14:30 Uhr
- Bosnisch, kroatisch und serbisch sprechende Frauen zum Thema Gesundheit 1. und 3. Mo im Monat, 15:30 Uhr

- Brustkrebs 2. Mo im Monat 16 Uhr
- Depression Do 18 Uhr (mit Anmeldung)
- Depression 1. und 3. Mo im Monat 18:15 Uhr (geschlossene Gruppe)
- Deutsche ILCO, Gruppe Lichtenberg, für Stomaträger, Menschen mit Darmkrebs und deren Angehörige 3. Mi im Monat 14 Uhr
- Diabetes 1. Di im Monat 14:30 Uhr
- Elterncafé für Mütter und Väter von erwachsenen Kindern mit Behinderung 3. Mi im Monat, 10-12 Uhr
- Ganzheitliche Selbsthilfe/Chronisches Erschöpfungssyndrom (Bitte Termin erfragen)
- „Im Alltag gesund bleiben“, Mi 17:30 Uhr
- Junge Selbsthilfe, SHG „Soziale Ängste u. depressive Verstimmungen für junge Menschen von 18-35 Jahre“ 2. u. 4. Di im Monat 17:30 Uhr
- Lebenspartner von Menschen mit Depressionen, bipolarer Störung, 3. Mo im Monat 18 Uhr
- Multiple Chemische Sensibilität, (Termine erfragen)
- Osteoporose, 7 Gymnastikgruppen (Termine erfragen)
- Parkinson 3. Mo im Monat, 15 Uhr
- PC-Spiel- und Internetabhängige Do 18 Uhr
- Rheuma 4. Mi im Monat, 17 Uhr
- Russischsprachige SHG Gesundheit 2. u. 4. Mi, 14 Uhr
- Trauergruppe 1. Di im Monat, 10 Uhr und Einzelgespräche (Termine erfragen)
- Zwänge, 1. u. 3. Di im Monat 17:30 Uhr

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

- Gruppentreffen im Begegnungszentrum „Lebensfreude“, Mi,
- Bowling, 2. Mo im Monat
- spazieren gehen, 3. So im Monat
- Gesellschaftsspiele letzter Fr im Monat

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

Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz (in Gründung) 2. Di im Monat 18 Uhr (mit Anmeldung)



Kinder, Jugendliche und Familien

**Nachbarschaftshaus ORANGERIE
Schulze-Boysen-Str. 38**

- **Familienservicestelle**
1. Mo 15-17 Uhr und
jeden Do von 10-12 Uhr
- **Familienzimmer/Elterncafé**
Di 16-18 Uhr, 1 €
- **Nachhilfe (vorrangig für Kinder
aus Aussiedlerfamilien)**
Mo 14-18, Di 15-18, Do 14-18 Uhr
und nach Vereinbarung
- **Familiennachmittag** 4. Sa, 15-18
Uhr: Spielen, für Basteln 1,50 €
- **Spielekreis** Fr 16-19 Uhr, 1 €
+ 0,50 € Materialkosten

Kultur, Freizeit und Lebensart

**Nachbarschaftshaus ORANGERIE
Schulze-Boysen-Str. 38**

- **Literaturcafé**
Mi 14:30 Uhr, 1 €/Termin
- **Der Besondere Freitag**
1. Fr im Monat 10-12 Uhr
(incl. Frühstück), 7,50 €
- **Freizeitgruppe (50-70 Jahre)**
Mi, 16 Uhr
- **Tauschnetz**
1. Mi im Monat, 18-19 Uhr

**Frauentreff Alt-Lichtenberg
Hagenstr. 57**

- **Frauensportgruppe „proBeweglich“**
Mi 10 Uhr
- **Kreative Entspannung für Frauen**
- **Malerisch genießen - Entspannen
bei kreativer Betätigung, Musik,
Tee und Gebäck, Fr 10 Uhr**

Kunst und Handwerk

**Nachbarschaftshaus ORANGERIE
Schulze-Boysen-Str. 38**

- **Druck- u. Grafikkurse** (auf Anfrage)
- **Zeichenzirkel** 1. und 3. Di 16:30 Uhr

Weiterbildung

**Nachbarschaftshaus ORANGERIE
Schulze-Boysen-Str. 38**

- **Engl.-Konversation** Mi 10 Uhr
- **Kommunikation in Englisch:**
(3 Gruppen) Do 10 Uhr,
11:30 u. 13 Uhr
- **Konversation in Englisch**
Abendkurs, Mo, 18 Uhr
- **Spanisch, Konversation**
2. und 4. Mi im Monat 18:15 Uhr

Kiez-Service

**Nachbarschaftshaus ORANGERIE
Schulze-Boysen-Str. 38**

- **Raumnutzung**
Mo 14-18, Di 13-17, Fr 10-13 Uhr
- **Bibliothek**
(Ausleihe und Rückgabe),
Do 11-14 Uhr
- **Nähstübchen** Mi 10-18 Uhr
- **Kasse** Mi 13-18, Do 9-14 Uhr

**Mittagsversorgung
Mo-Fr ab 12 Uhr**
Der aktuelle Speiseplan ist auf
unserer Internetseite unter
www.kiezspinne.de
zu finden.

VERMISCHTES

**Welches Wort wird hier
gesucht?**

Zusammengesetzte Begriffe rund
um die winterliche Weihnachtszeit
sollen hier gefunden werden.

1. Anhänger des Christentums +
unterirdischer Gang im Bergbau
2. christlicher Feiertag am 25. De-
zember + holzige Pflanze
3. Niederschlag in Form von Eis-
kristallen + erwachsener männ-
licher Mensch
4. kakaohaltiges Lebens- und Ge-
nussmittel + Symbolfigur des
weihnachtlichen Schenkens
5. Leuchtmittel mit offener Flamme
+ elektromagnetische Strahlung,
die für den Menschen sichtbar ist
6. süße Masse, die aus Zucker und
gemahlene Mandeln besteht +
Nutzpflanze aus der Familie der
Nachtschattengewächse
7. Pflanze aus der Familie der Orchi-
deengewächse + längliche, ge-
bogene Backwaren
8. Teil der Pflanze, der den Samen
umschließt (Plural) + traditio-
nelles Nahrungsmittel aus ge-
mahlenem Getreide
9. ein sehr beliebtes, scharfes Ge-
würz + ein aus gebackenem Teig
bestehendes Genussmittel
10. freiwillige Übertragung des Ei-
gentums ohne Erwartung einer
Gegenleistung + Material in Form
von dünnen Blättern, aus pflanz-
lichem Material bestehend

Auflösung auf Seite 12!

**Bis zum
nächsten Jahr!**



Im Wald und auf der Heide...



...da suchten wir Freude und fanden sie.

Wir, das waren die Teilnehmer vom „Picknick im Walde“ am Groß Väter See.

Die Sonne schien hell, der Wald spendierte uns frische Luft für die Lungen und das Wasser des Sees glitzerte uns freundlich an. Dies alles wäre nicht möglich gewesen, wenn unser Ulli uns nicht wie immer rasant und sicher zum Ziel gebracht hätte.

Aber die große Überraschung war das von Frau Körner liebevoll vorbereitete Picknick. Nach einem Waldspaziergang durften wir uns in dieser schönen Umgebung an den gedeckten Tisch setzen und ausgiebig dinieren. Ein großes Dankeschön dafür.

Es war ein wunderschöner Tag, der uns noch lange in Erinnerung bleibt.

H.B.



BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Freitag, 06.11., 10:00 Uhr

Der Besondere Freitag, mit Charlotte zu Kappenstein, Berliner Kabarettistin
Kostenbeteiligung: 7,50 €
(inkl. Frühstück)

Samstag, 07.11., 17:00 Uhr

Deutsch-Russischer Herbstball
Kostenbeteiligung: 10,00 €

Donnerstag, 12.11., 14:30 Uhr

Basteln für Lichtermarkt am
Sonntag, 29.11.2015

Donnerstag, 12.11., 17:00 Uhr

Wohntisch Lichtenberg
Kostenfreie Veranstaltung

Freitag, 13.11., 19:00 Uhr

„So ein Theater“, Soloprogramm mit
Franziska Troegner
Kostenbeteiligung: 12,50 €

Montag, 16.11., 14:30 Uhr

Kaffeeklatsch im Seniorentreff
Kostenbeteiligung: 3 €
(inkl. 1 Tasse Kaffee und 1 Stück Kuchen)

Mittwoch, 18.11., 16:00 Uhr

Literarischer Nachmittag
Kostenbeteiligung: 2 €

Donnerstag, 19.11., 09:30 Uhr

Wanderung
Treffpunkt: 9:30 Uhr Bhf. Lichtenberg,
Bahnsteig 15, RB 26 nach Kostrzyn
Fahrkarte 65 plus

Donnerstag, 19.11., 19:00 Uhr

Beaujolais-Abend
Wir treffen uns zu einem Glas des neuen
„Beaujolais“ und einem leckeren Käse-
teller, um über Frankreich zu reden.
Kostenbeteiligung: 8 €
(inkl. Käseteller und einem Glas Wein)



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

Mittwoch, 25.11., 18:00 Uhr

Poesie & Prosa
mit Hermann Kühnemund zum Thema-
Ausflug in das Werk Goethes.
Kostenbeteiligung: 2 €
(inkl. einem Glas Wein)

Donnerstag, 26.11., 17:00 Uhr

Jour Fixe - Austausch zu Themen rund
um ambulant betreute Wohngemein-
schaften für Menschen mit Demenz
Kostenfreie Veranstaltung

Freitag, 04.12., 10:30 Uhr

Der Besondere Freitag, mit Axel Ranisch,
deutscher Filmregisseur, Drehbuchau-
tor, Schauspieler und Produzent.
Kostenbeteiligung: 7,50 €
(inkl. Frühstück)

Samstag, 05.12., 19:00 Uhr

Zu Gast bei Franziska Troegner ist Jür-
gen Walter, deutscher Sänger und Kom-
ponist.
Kostenbeteiligung: 12,50 €

Mittwoch, 09.12., 16:00 Uhr

Lichterfahrt
Treffpunkt: Kiezspinne
Kostenbeteiligung: 8 €

Donnerstag, 10.12., 17:00 Uhr

Wohntisch Lichtenberg
Kostenfreie Veranstaltung

Freitag, 11.12., 17:00 Uhr

Kiezspinnen-Weihnachtsfeier
Nur für geladene Gäste.

Montag, 14.12., 14:30 Uhr

im Rahmen unseres Kaffeeklatsches
„Weihnachten im Erzgebirge“
Kostenbeteiligung: 3 €
(Anmeldung im Seniorentreff)



Mittwoch, 16.12., 16:00 Uhr

Lichterfahrt
(bereits ausgebucht)

Donnerstag, 17.12., 10:00 Uhr

Wanderung
Zum Weihnachtsmarkt in Spandau
Fahrkarte AB

Auflösung von Seite 11:

- 1 = Christstollen
- 2 = Weihnachtsbaum
- 3 = Schneemann
- 4 = Schokoladenweihnachtsmann
- 5 = Kerzenlicht
- 6 = Marzipankartoffel
- 7 = Vanillekipferl
- 8 = Fruchtbrot
- 9 = Pfefferkuchen
- 10 = Geschenkpapier

ÖFFNUNGSZEITEN

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

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

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

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

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

Kinder- und Jugendhaus NAPF
Hauffstraße 13:
Di-Sa 14-19 Uhr, Tel: 5578131

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

Raumnutzung:
Mo 14-18 Uhr, Di 13-17 Uhr,
Fr 10-13 Uhr

Wir danken unseren Förderern
und Partnern:

