



**REGELMÄSSIGE ANGEBOTE
VERANSTALTUNGEN**

Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.

PROGRAMM
IV.
23

OKTOBER • NOVEMBER • DEZEMBER

Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.
 Urbanstraße 21 · 10961 Berlin
 Tel. 030 - 690 49 70 · Fax 030 - 693 73 09

info@nachbarschaftshaus.de
 www.nhu-ev.org

Herausgeber: Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.

Redaktion: Bettina Bofinger, Markus Runge

Verantwortlich: Markus Runge

Gestaltung: Brigitte Reheis

Stand: September 2023

Auflage: 1.500 Stück



Montag bis Freitag 10.00 bis 18.00 Uhr

Alle Adressen zu den Angeboten und
 Veranstaltungen finden Sie auf Seite 59.



CAFÉBEREICH IM NACHBARSCHAFTSHAUS

Cafébereich im NHU - Kommen Sie vorbei!
 Montag bis Freitag 10.00 - 17.00 Uhr



*Dieses Programmheft wurde ermöglicht dank der Finanzierung
 durch die Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung,
 Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung*

Liebe Friedrichshain-Kreuzberger*innen und Freund*innen des Nachbarschaftshauses,

die Sommermonate waren gefüllt mit Veranstaltungen, Festen und Gesprächen mit zahlreichen Menschen. Das Sommerfest Ü60 bei uns im Sommergarten – organisiert vom Netzwerk „Für mehr Teilhabe älterer Menschen“, die Aktivitäten rund um die Berliner Freiwilligentage – die Aktion im Nachbarschaftsgarten und das interkulturelle Fest mit eritreischer Kaffeeceremonie am Tag des offenen Denkmals im Nachbarschaftshaus, Ferienreisen und Sommerprogramm unserer Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen, der Flohmarkt am Zickenplatz sowie in unserer Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids und der Hof-Flohmarkt mit Pflanzentauschbörse im Sommergarten, die große Clean up-Aktion, ausgehend vom Bauwagen im Urbanhafen und und und... – es ist immer wieder toll zu erleben, in welcher Vielfalt unterschiedlicher Formate wir Begegnung und Austausch in der Nachbarschaft mit gestalten und entwickeln dürfen.

Die Tage werden nun merklich kürzer, die Nächte wieder spürbar kühler, die Solicafés in allen unseren

Nachbarschaftseinrichtungen setzen wir weiter fort – im Nachbarschaftshaus zusätzlich kombiniert mit einer Kleiderkammer.

In den Monaten bis zum Jahresende halten wir wieder einige Veranstaltungen für Sie und Euch bereit: Am 7. Oktober organisieren wir eine inklusive Gartennacht im Nachbarschaftsgarten Kreuzberg, in Kooperation mit Eltern beraten Eltern von Kindern mit und ohne Behinderung e.V., der Kolonie am Flughafen und dem Projekt Natur im Herzen.

Im Oktober und November gibt es kostenlose Kulturwochenenden im Nachbarschaftszentrum RuDi und im Nachbarschaftshaus Urbanstraße. Schauen sie gern mal rein, es wird ganz unterschiedliche Veranstaltungen und Angebote an diesen Tagen geben. Herzliche Einladung an alle - und gerne weitersagen!

Ab dem 7. November zeigen wir im Nachbarschaftshaus eine Ausstellung der Aziz Nesin Grundschule.

Mit viel kreativer Energie haben die Schüler*innen wunderschöne Bilder zum Motto „Glück ist für mich, wenn...“ gestaltet. Die Bilder der Schulsieger*innen und aller ersten Plätze von den Willkommensklassen bis zur Klassenstufe 6 können nun im Nachbarschaftshaus bestaunt werden.

Am 11. November feiern wir den 5. Geburtstag unserer Kinderfreizeit M*UF05 im Möckernkiez. Herzlichen Glückwunsch an das ganze MUF05-Team - toll, dass es Euch gibt!

Am 8. Dezember planen wir unseren „Etwas anderen Adventsbasar“ und laden Sie schon heute herzlich dazu ins Nachbarschaftshaus ein. In Friedrichshain wird es im Monat Dezember wieder einen „Lebendigen Adventskalender“ geben, organisiert vom Nachbarschaftszentrum RuDi und der GWA RuDi, in Kooperation mit anderen Initiativen und an ganz unterschiedlichen Veranstaltungsorten.

Informieren Sie sich bitte aktuell über unsere Webseiten oder telefonisch in unseren Einrichtungen, welche Angebote und Veranstaltungen stattfinden oder ob sich kurzfristige Änderungen ergeben.

Kommen Sie gut durch Herbst und Winter.

Herzliche Grüße


Markus Runge & Dorothee Fischer



PROJEKTVORSTELLUNG	8
SPENDEN	10
REGELMÄSSIGE ANGEBOTE	12
BEGEGNUNG	12
Kiez Café im Kreuzberger Stadtteilzentrum dabei.sein Patenschaften	12
Interkulturelles Begegnungscafé	13
Kiezcafé am Urbanhafen	13
Kochen mit Freunden für die Nachbarschaft	13
Kieztreffen „Barrierefreiheit in Kreuzberg“	14
BürgerGenossenschaft Südsterne e. V.	14
Geschichten suchen Ohren	14
Interkulturelles Frauencafé	15
Familiengarten	15
Verein Yiaki. Freiheit für Eritrea!	15
Nachbarschafts-Stammtisch GraefeSüd	16
Foodsharing – Lebensmittel retten	16
Kreuzberger Tauschring	16
Aktiv-Frühstück	17
Lebensmittelpunkt Depot	17
Tischlein deck´dich!	17
UkraMobil!	18

Fröhlich näheln!	18
Familienbrunch im RuDi	18
Café des Offenen Bereichs im Nachbarschaftshaus	19
Waffeln & Outdoorspiele-Verleih im RuDi	19
Stammtisch Pfadfinder*innen	19
Kleiderkammer	20
BERATUNG	20
Beratung für Betroffene von Zwangsräumungen	20
Welcome Support Berlin	20
Stadtteilkoordination plus	21
Allgemeine Rechtsberatung	21
Beratung und Coaching bei Arbeitslosigkeit	21
SchreiBabyAmbulanz	22
Freiwilligenberatung	22
Schuldnerberatung und Krisenberatung	23
Allgemeine unabhängige Sozialberatung	23
asum Mieterberatung	23
Safe Klick	24
Digital Kompass	24
Digital-Café im RuDi	24
Rechtsberatung (Sozialrecht)	25
Offenes Lese- und Schreibcafé	25
Offene Beratung PlanTage	25

Allgemeine Sozialberatung	26
Einstieg in die Welt der Künstlichen Intelligenz (KI)	26
MUSIK, TANZ, BEWEGUNG	26
Krafttraining - Machen Sie sich stark!	26
Mittwochs-Gymnastik	27
Balance & Fitness	27
Vitaltraining für Körper und Kopf	27
Capoeira im Mehrgenerationenhaus	28
Offener Singkreis	28
Kiezsport für Frauen	28
Der erfahrbare Atem (Middendorf)	29
Qigong und Taijiquan für Alle	29
Kreistänze	29
Angola Capoeira	30
Berliner Liedertafel 1884 e.V.	30
Rhythmussen - Frauenchor	30
Gymnastik und Tanz 60 plus	31
Stadtwanderungen	31
Yoga auf dem Stuhl	31
Berliner Ukulele Stammtisch	32



OFFENE KINDERANGEBOTE	32
Kochclub	32
Mobil im Kiez 2.0	32
Kiez Funkeln	33
Mädchen- & Jungentage	33
Offener Treff mit wechselnden Angeboten	33
M*UF05- Kinderfreizeit	34
OFFENE JUGENDANGEBOTE	34
Fahrrad-Werkstatt	34
Berufsberatung	35
Basketball AG	35
Mädchentag / Jungentag	35
TrueSkool	36
(Ideen)-Werkstatt	36
Jugendtreff drehpunkt	36
SPIELE	37
Spieltreff Kreuzberg-Süd	37
UMWELT	37
Offener Imkertreff	37
KlickKS - Klimaschutz	37

SELBSTHILFE	38
Montagschance	38
Gemeinsame Wohnungssuche für wohnungslose Geflüchtete	38
Jugend gegen Rassismus	39
NA - Narcotics Anonymous ®	39
NA – Narcotics Anonymous ®	39
ReCycle - Offene Selbsthilfe-Fahrradwerkstatt	40
SCA – Meetings für sexsüchtige Männer	40
THEATER	40
Ikarus Theatergruppe	40
Inklusion bühnenreif	41
Improtheater im RuDi	41
Theatergruppe UrbanEnsemble	42
KREATIVANGEBOTE	42
MalZeit - Malen, Zeichnen und Gestalten	42
Heiteres Gedächtnis- und Konzentrationstraining	43
Werkstatt Schreiben	43
Reparatur Stammtisch	44
Repaircafé	44

SPRACHEN	44
Persischkurs	44
Integrationskurse für Migrantinnen	45
Sprachtreffpunkt „KIEZstart“ für Geflüchtete	45
Sprachcafé - Sprechen für Neugierige	45
VERANSTALTUNGEN	46
3. Oktober - Deutschland singt und klingelt	46
Kleidertauschparty	46
Inklusive Gartennacht – Nachbarschaftsgarten	47
Art Workshop „Colors of Queerness“	47
BSR Kieztage auf dem Lausitzer Platz	48
Kulturwochenende im RuDi	48
Interaktiver Vortrag mit Cycling for Society e.V.	49
Kulturwochenende im Nachbarschaftshaus	49
Theaterworkshop für Impro- und Playbacktheater	50
Rhythmussen: „Herbst-Winter-Weihnachtskonzert“	50
Lebendiger Adventskalender	50
Kinder-Kleidertauschparty	51
Kleidertauschparty	51
Adventsbasar	51
REGISTERSTELLE MOBILSTATION	56
LAGEPLAN	58

„Unsere Solicafés sind Orte, um zusammenzukommen und zu plaudern.“



Unsere Solicafés sind Orte, um zusammenzukommen und zu plaudern.

Getränke, Kuchen, Suppe oder Snacks gibt es gegen eine kleine Spende. Jede*r gibt, was mensch kann. Hauptsache, alle fühlen sich wohl. Daher könnt ihr auch einfach verweilen, ohne etwas zu konsumieren.

Und wer Lust hat, kann auch freitags bei den solidarischen Kochabenden mit gemeinsamem Essen mitmachen. Geplante Kulturangebote sind kostenlos.

Solicafés

Montags, 13-18 Uhr
Nachbarschaftscafé im RuDi
Das Kultur- und Nachbarschaftszentrum
Modersohnstr. 55, 10245 Berlin 

Dienstags, 14-17 Uhr
Solicafé im NHU
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
Urbanstr. 21, 10961 Berlin 

Freitags, 10-13 Uhr
Solicafé im
Kreuzberger Stadtteilzentrum
Lausitzer Str. 8, 10999 Berlin 

Freitags, 16-20 Uhr
Solicafé - „Gemeinsam kochen und essen“
Mehrgenerationenhaus
Gneisenastr. 12, 10961 Berlin



Im Nachbarschaftshaus in der Urbanstraße gibt es jetzt auch die Möglichkeit, unsere Kleiderkammer zu nutzen, hier geben wir gespendete Kleidung an euch weiter (siehe auch Seite 20). Die Kleiderspenden stammen von Besucher*innen des Hauses und sind übrig gebliebene Schätze unserer Kleidertauschparties.

Die Cafés werden im Rahmen des bezirklichen Netzwerks der Wärme gefördert. Kommt gerne vorbei, alleine oder mit Kindern, Freund*innen, Nachbar*innen.

Wir freuen uns über Euren Besuch!



BITTE UNTERSTÜTZEN SIE UNSERE ARBEIT

SchreiBabyAmbulanz

Mit der SchreiBabyAmbulanz (SBA) als Angebot der Krisenintervention für Eltern mit Kindern bietet das Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V. aktuell an vier verschiedenen Orten in Friedrichshain-Kreuzberg Beratung und Hilfe an. Außer Schreiproblematiken sind auch andere Regulationsstörungen, wie schlechter Schlaf oder Probleme beim Stillen, oft Thema in der Beratung. Aber auch Probleme wie Postnatale Depression, Ängste oder Ablehnung des Kindes seitens der Eltern oder eines Elternteils, werden behandelt. Die Eltern sind oft erleichtert, dass in der SBA jemand sie versteht, ernst nimmt und praktische Hilfe anbietet, ohne sie zu bevormunden. Mit wenigen Sitzungen kann bereits erstaunlich viel erreicht werden. Bindungsstörungen und gewalttätige Übergriffe aus Verzweiflung und Überforderung können verhindert, ein gesundes Aufwachsen des Kindes unterstützt werden.

Die SBA verzeichnet aktuell eine sehr hohe Nachfrage, die mit der bestehenden öffentlichen Finanzierung nicht abgedeckt werden kann. Mit Ihrer Spende können Sie uns dabei helfen, weitere Familien in der Bewältigung ihrer Krisen zu begleiten und zu unterstützen.

Verwendungszweck: SchreiBabyAmbulanz



Wir freuen uns über projektungebundene Spenden für unsere Arbeit, geben Sie bitte in diesem Falle an: Verwendungszweck: „Spende NHU“. Als gemeinnütziger Träger stellen wir Ihnen selbstverständlich eine Spendenquittung aus, bitte geben Sie bei der Überweisung Ihre Adresse für die Zusendung an: Deutsche Bank, Spendenkonto IBAN: DE44100708480526764604 BIC: DEUTDE33110

Unterstützung unseres Mehrgenerationenhauses

Das Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße bietet Menschen aller Altersgruppen die Möglichkeit, sich zu treffen, voneinander zu lernen und gemeinsam aktiv zu sein. Es ist ein Ort des Austauschs und der Begegnung, an dem sich Menschen verschiedener Hintergründe und Kulturen kennenlernen können. Hier entstehen wertvolle Freundschaften und Netzwerke, die das soziale Gefüge in unserer Nachbarschaft stärken.

Die seit Jahren gleichbleibende Bundesförderung ist immer weniger ausreichend, den Betrieb des Mehrgenerationenhauses aufrechtzuerhalten. Um sicherzustellen, dass das Haus weiterhin ein inklusiver und solidarischer Ort des Zusammenkommens sein kann, sind wir auf Spenden angewiesen.

Wir möchten künftig unsere Begegnungs- und Bildungsangebote erweitern, um Menschen jeden Alters die Möglichkeit zu geben, neue Fähigkeiten zu erlernen und ihr Wissen zu erweitern. Auch möchten wir den Zugang



zu Kultur und Kunst für alle ermöglichen und Veranstaltungen anbieten, die Menschen zusammenbringen und zum Austausch anregen. Helfen Sie uns bitte mit Ihrer Spende, das Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße weiterhin zu stärken.

Verwendungszweck: Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

REGELMÄSSIGE ANGBOTE



Montag bis Freitag



Kiez Café im Kreuzberger Stadtteilzentrum

Treffen – Austauschen – Nachbarschaft erleben

Während unserer Öffnungszeiten können Sie im Kiez Café nachbarschaftliche Kontakte knüpfen, pflegen und sich zu sozialen und kulturellen Veranstaltungen informieren. Sie können eine Ausstellung in unseren Räumen genießen oder einen Museumsbesuch u.ä. woanders planen, Gesellschaftsspiele ausleihen und spielen oder unsere Tauschbibliothek nutzen. Oder einfach Ihre eigenen Ideen umsetzen! Kommen Sie doch einfach vorbei! Wir freuen uns auf Sie!

Montag: 10.00–17.00 Uhr

Dienstag: 10.00–13.00 Uhr

Mittwoch: 10.00–12.00 Uhr, 14.00–17.00 Uhr

Donnerstag: 10.00–17.00 Uhr

Freitag: Solicafé 10.00–13.00 Uhr

Im Kreuzberger Stadtteilzentrum



Mo-Mi, Fr 10.00 bis 15.00 Uhr
Do 12.00 bis 18.00 Uhr



dabei.sein Patenschaften

Mit den dabei.sein-Patenschaften möchte die FreiwilligenAgentur Begegnungen und Erlebnisse zwischen Freiwilligen und Menschen mit Flucht- und Migrationsgeschichte ermöglichen. In einem kurzfristigen Engagement von zunächst drei Treffen begegnet Ihr Euch, gestaltet Freizeit gemeinsam und habt Teil an der Lebenswelt Eures Gegenübers.

In der Willma FreiwilligenAgentur

i Laura Ciomperlik, Katrin Altmann
Tel. 311 66 00 77 oder 0176 427 730 31
patenschaften@die-freiwilligenagentur.de



Mittwoch, 18.00 bis 20.00 Uhr



Interkulturelles Begegnungscafé

Das interkulturelle Begegnungscafé für Menschen mit und ohne Migrations- oder Fluchterfahrung bietet Raum, um bei Kaffee und Tee miteinander ins Gespräch zu kommen, sich über Fragen des Alltags auszutauschen und Expert*innen zu verschiedenen Themen einzuladen.

Wir erkunden gemeinsam die Stadt, besuchen kulturelle Veranstaltungen, gucken Filme, sprechen darüber und spielen gemeinsam Spiele.

Die Gesprächsthemen, Ausflugsziele und Aktivitäten werden in Absprache mit den Teilnehmer*innen entwickelt und finden in der Regel auf Deutsch statt - für Übersetzung kann bei Bedarf gesorgt werden.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Tim Ünsal, Tel. 0178 311 28 03
t.uensal@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag 13.00-15.00 Uhr



Kiezcafé am Urbanhafen

Das Kiezcafé am Urbanhafen ist offen für alle Menschen, die Lust auf Austausch über aktuelle Themen mit Nachbar*innen und dem Team der Gemeinwesenarbeiterinnen haben und die Ressourcen und Anknüpfung in der Nachbarschaft suchen. Komm gerne vorbei, um mal in unsere Kreuzberger Kiezbox zu schauen oder wenn Du Lust auf einen Kaffee oder Tee (auf Spendenbasis) hast. Wir freuen uns auf Euch!

An der PlanBude (Bauwagen am Urbanhafen), vor dem Restaurantschiff van Loon am Carl-Herz-Ufer

i Ayla Römer, 0157 5242 4790
gwa-urbanhafen@nachbarschaftshaus.de



Freitag, 16.00 - 20.00 Uhr

Kochen mit Freunden für die Nachbarschaft

Das Kochen mit Freunden ist ein Angebot, welches von der Gemeinschaft lebt. Ursprünglich von geflüchteten Menschen in Lebens gerufen, welche einen Ort der Begegnung und des gemeinsamen Kochens suchten. Heute lebt das "Cooking with friends" vom Engagement aller und von der Vielfalt der Teilnehmer*innen. In dieser Gruppe geht es nicht nur ums Kochen, sondern darüber hinaus darum, sich über Fragen des Alltags auszutauschen, gemeinsam Spaß zu haben, Experten zu verschiedenen Themen einzuladen und auch Freundschaften zu schließen. Kommt einfach vorbei!

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Tim Ünsal, Tel. 0178 3112 803 oder 285 08442,
t.uensal@nachbarschaftshaus.de



Termine bitte erfragen



Kieztreffen „Barrierefreiheit in Kreuzberg“

Barrierefreiheit betrifft fast Alle! Ältere Menschen, Familien, Paare, Alleinstehende – mit und ohne Behinderung. Welche Anliegen und Ideen zum Thema Barrierefreiheit haben Sie? Möchten Sie sich mit (anderen) Betroffenen und Angehörigen Betroffener austauschen? Wollen Sie aktiv an unseren Projekten wie z.B. „Rampenaktion - Jede Rampe ist ein Zeichen von Willkommenskultur“ oder ein „Kiezatlas für (fast) Alle - Orte der Begegnung“ mitwirken? Dann sind Sie genau richtig bei uns. Wir sind eine Gruppe von aktiven Bewohner*innen, jung und alt, mit und ohne Beeinträchtigung. Jede*r ist herzlich willkommen. Aktuelle Termine finden Sie unter www.nachbarschaftshaus.de oder erfragen Sie bitte telefonisch.

Bei Gemeinwesenarbeit (GWA) Graefe-Kiez

i Bahar Sanli, Tel. 0176 4679 8314
gwa-graefekiez@nachbarschaftshaus.de



Montag, 10.00 bis 12.00 Uhr
Donnerstag, 18.00 bis 20.00 Uhr (Bürozeiten)



BürgerGenossenschaft Südstern e. V. – Solidarisch leben im Kiez

Die BürgerGenossenschaft Südstern e.V. ist eine Initiative, in der Nachbarn gegenseitig Unterstützung leisten und die sich im öffentlichen Raum engagiert. Am Südstern haben wir einen Kiez-Kiosk als Nachbarschaftstreffpunkt aufgestellt. Hier organisieren wir mit Kooperationspartnern Beratung zu verschiedenen Themen.

Aktuelle Termine auf: www.bg-suedstern.de

In der Willma FreiwilligenAgentur

i BürgerGenossenschaft Südstern e.V.
Tel. 311 66 00 70 (Bitte ggfls. eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen)



Einmal monatlich
Donnerstag 16.00 bis 18.00 Uhr



Geschichten suchen Ohren

Wir bestehen aus lauter Geschichten und sind von Natur aus Erzähler:innen. Gerüche, Gegenstände, Fotos wirken wie goldene Schlüssel: Ins Schloss gesteckt, öffnet sich die Tür zu einem Raum, an den wir schon lange nicht mehr gedacht haben. Cornelia Kurt und Jürgen Kretzschmar, ausgebildet als Schauspieler:in bzw. Erzähler, arbeiten seit vielen Jahren erfolgreich daran, diese menschliche Fähigkeit wieder zu wecken. Wir laden Dich ein, unsere „inneren Schätze“ zu heben. Es gibt kein Muss zum Erzählen – offene Ohren sind auch ein Geschenk. Um Anmeldung wird gebeten!

Termine: 12.10. | 9.11. | 14.12.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldung: Offener Bereich NHU, Tel. 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Mittwoch, 16.00 bis 19.00 Uhr



Interkulturelles Frauencafé

Das interkulturelle Frauencafé im Nachbarschaftshaus ist offen für alle Frauen, die sich austauschen wollen: um sich kennenzulernen und über verschiedenste Themen zu sprechen, um Deutsch zu üben, um gemeinsam Tee oder Kaffee zu trinken.

Bei Interesse können zu bestimmten Themen auch Expertinnen eingeladen werden.

Eine Teilnahme ist ohne Anmeldung möglich. Kinder können gerne mitgebracht werden.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Laura Ciomperlik, Katrin Altmann
Tel. 311 66 00 77 oder 0176 427 730 31
patentschaften@die-freiwilligenagentur.de



Mittwoch, 13.00 bis 19.00 Uhr



Familiengarten

Jeden Mittwoch bieten wir Familien und Eltern mit Kleinkindern die Möglichkeit, unser Außengelände zu nutzen und bei Waffeln, Kaffee und Tee miteinander ins Gespräch zu kommen.

In der Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids

i Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids
Tel. 680 75 375
graefe-kids@nachbarschaftshaus.de



1. Samstag im Monat, 15.00 bis 19.00 Uhr

Verein Yiakl. Freiheit für Eritrea!

Es ist uns genug! Wir sind ein Verein aus eritreischen Menschen, deren Hauptanliegen als Bewegung die Beseitigung der Diktatur und die Errichtung eines demokratischen und rechtsstaatlichen Systems in Eritrea ist. Hierzu möchten wir unseren Beitrag leisten. Ferner wollen wir unsere aus Eritrea geflüchteten Landsleute bei der Integration in Deutschland tatkräftig unterstützen.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenastraße

i Yiakl.bbr@gmail.com



Erster Donnerstag im Monat
ab 18.00 Uhr



Nachbarschafts-Stammtisch GraefeSüd

Unser Motto: miteinander reden statt übereinander. Wir lernen uns kennen, plaudern über unseren Kiez und darüber, was uns bewegt. Gibt es aus der Runde eine gute Idee, organisieren wir auch mal kleine Veranstaltungen und laden uns Gäste ein. Wird uns etwas wichtig, finden wir Mittel und Wege: z.B. die KiezAktiv Kasse. Wir möchten Vielfalt leben und stehen für solidarische und inklusive Nachbarschaft ein. Alle Menschen aus dem Stadtteil sind herzlich zu unserem Stammtisch eingeladen.

Im Dütti-Treff, Urbanstraße 48 E, 10967 Berlin

i Angelika Greis, Tel. 0159 067 086 53
stk-tempelh-vorstadt@nachbarschaftshaus.de
Emine Yilmaz, Tel. 55956110
wds.nachbarschaft@via-in-berlin.de



Montag bis Freitag, 9.00 bis 18.00 Uhr

Foodsharing – Lebensmittel retten

Im Kontext vom Klimawandel, Nachhaltigkeit und Nachbarschaft ist unser Mehrgenerationenhaus ein "Fair-Teiler". Das ist ein Ort, zu dem ihr Lebensmittel bringen und kostenlos von dort mitnehmen könnt. "Foodsaver" können gerettete Lebensmittel zu uns bringen, die noch zur Weitergabe geeignet sind. Auch du kannst deine Lebensmittel vorbeibringen, wenn du zum Beispiel zu viel gekauft hast oder etwas nicht mehr benötigst. Wir möchten gemeinsam mit euch gegen Lebensmittelverschwendung vorgehen!

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Sarah Albert, Tel. 285 084 42
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de



Jeden letzten Sonntag im Monat
14.00 bis 17.00 Uhr

Kreuzberger Tauschring

Projekt für aktive Menschen, die sich durch Nachbarschaftshilfe gegenseitig unterstützen. Getauscht werden eingesetzte Lebenszeit gegen eingesetzte Lebenszeit und Sachen. Auch ohne viel Geld können die Mitglieder sich etwas leisten und sich rege am Tauschhandel beteiligen, der Aus-Tausch zwischen den Mitgliedern fördert ihre Nachbarschaftskontakte im Kiez und wirkt so Vereinzelungen entgegen. Die Mitglieder können ihre Talente und Fähigkeiten einbringen und sie dabei trainieren und erweitern. Das Tauschen nicht mehr gebrauchter Sachen wendet sich gegen Wegwerfmentalität und wirkt ökologisch. Die Nachbarschaftshilfe bietet Möglichkeiten für ein solidarisches Miteinander. Der Tauschring lebt von der Balance zwischen Geben und Nehmen.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i www.kreuzberger-tauschring.jimdo.com



Donnerstag, 10.00 bis 11.30 Uhr



Aktiv-Frühstück

Donnerstags sind Nachbar*innen eingeladen, sich zu einem gesunden Frühstück im NHU zu treffen. Pflanzliche Joghurts, Müsli-Variationen und Tomaten aus dem Nachbarschaftsgarten, Brotvariationen nach Lust und Laune - wir probieren uns gemeinsam durch ein diverses Angebot an gesunden und nährstoffreichen Frühstücksvarianten. Informationen hierzu auf unserer Webseite oder telefonisch.

Für das Frühstück können zwischen 3,50 und 5,00 € entrichtet werden, je nach eigenem Ermessen und Geldbeutel. Wir freuen uns auf Euch!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldung Offener Bereich NHU, Tel. 690 497 0
oder offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 9.00 bis 17.00 Uhr



Lebensmittelpunkt Depot

Seit Juni 2022 dient das Nachbarschaftshaus Urbanstraße als Lebensmittelpunkt Depot. Das bedeutet, dass Menschen hier gerettete Bio-Lebensmittel abholen können! Diese Lebensmittel werden vom LMP Netzwerk gerettet und an verschiedene Standorte in Berlin gebracht und der Nachbarschaft bereitgestellt. Jeden Donnerstag zwischen 9.00 und 17.00 Uhr können diese Lebensmittel abgeholt werden.

Hinweis: Bitte vorher anrufen und erfragen, ob Lebensmittel geliefert wurden.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Offener Bereich NHU, Tel. 690 497 0
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Jeden letzten Mittwoch im Monat
18.00 Uhr



Tischlein deck' dich!

Einmal im Monat treffen sich Menschen aus verschiedenen Kulturen, kochen Gerichte aus ihren Herkunftsländern, bereiten ein bunt gemischtes Büfett zu und lernen sich auf diese Weise besser kennen. „Tischlein deck dich!“ gehört zum Netzwerk der Wärme, angeboten werden außerdem Beratung und evtl. kulturelle Aktivitäten. Die Teilnahme am Essen ist kostenlos. Wir übernehmen die Kosten für die Zutaten und leisten auch gerne Hilfestellung beim Kochen. Die kulinarische Reise wird umso bunter und vielfältiger, je mehr Gäste sich aktiv beteiligen!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Marie Hoepfner, Tel. 0176 99743624
kontakt@mog61ev.de



UkraMobil!

mog61 Miteinander ohne Grenzen e.V. sammelt gebrauchte Räder, die von ihren Eigentümer*innen nicht mehr benötigt werden, lässt sie fachgerecht in Ordnung bringen und stellt sie dann Geflüchteten, nicht nur aus der Ukraine, kostenlos zur Verfügung. Mit den Rädern können sie sich sehr praktisch und ohne zusätzliche Kosten durch Berlin bewegen und ihre neue Umgebung kennenlernen. Dies gilt besonders für Familien mit Kindern und Jugendlichen - wir verschenken auch schöne Kinderräder!

Bitte ruft zur Sicherheit vorher an, ob Fahrräder vorrätig sind. Es wird immer wieder auch zusätzliche Termine geben, Info auf <https://mog61.de/>

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Marie Hoepfner, Tel. 0176 99 74 36 24
kontakt@mog61ev.de



Dienstag & Donnerstag
14.00 bis 17.00 Uhr

Fröhlich nähen!

In unserer Nähwerkstatt könnt ihr zweimal in der Woche unter fachkundiger Anleitung nähen lernen oder eure Nähkenntnisse auffrischen und dabei hübsche Kleidungsstücke und andere Stoffartikel herstellen.

Im Nachbarschaftshaus stehen Nähmaschinen zur Verfügung. „Fröhlich Nähen!“ versteht sich aber auch als Treffpunkt im Rahmen des Netzwerks der Wärme, um sich bei Kaffee, Tee und Kuchen auszutauschen und besser kennen zu lernen. Die Teilnahme ist kostenlos, Stoffe und Nähmaterial werden gestellt.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Marie Hoepfner, Tel. 0176 99743624
kontakt@mog61ev.de



1. Samstag im Monat, 9.00 bis 12.00 Uhr

Familienbrunch im RuDi

Gemütlich mit Familien und Freund*innen aus der Nachbarschaft brunchen. Es gibt viel Platz für die Kinder zum Spielen und einen ruhigen Raum zum Stillen.

Das RuDi stellt Brot, Vollkorn-Waffeln, Kaffee, Tee und ein paar Basics. Jede Familie bringt einen kleinen Beitrag zum Brunch mit (z.B. Obst oder einen Aufstrich).

Über eine kleine Spende freuen wir uns (1-2 Euro pro Familie). Mit Anmeldung! Wir freuen uns auf euch!

Im RuDi Nachbarschaftszentrum

i Anmeldung: Lena Mischke, 0157 835 136 42
l.mischke@nachbarschaftshaus.de
www.rudizentrum.de



Montag bis Freitag, 9.00 bis 17.00 Uhr

Café des Offenen Bereichs im Nachbarschaftshaus

Im Café des Offenen Bereichs habt Ihr täglich die Möglichkeit, preiswert Heiß- und Erfrischungsgetränke sowie Kuchen zu erwerben und in unserer gemütlichen Sitzecke oder im Garten zu verweilen.

Kommt gerne vorbei!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Ayla Römer & Team des Offenen Bereichs
030/ 690 497 0
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



3. Montag im Monat, 15.00 bis 17.00 Uhr

Waffeln & Outdoorspiele-Verleih im RuDi Nachbarschaftscafé

Jeden Montag findet im RuDi von 13.00 bis 18.00 Uhr das Nachbarschaftscafé statt.

Zusätzlich laden wir jeden dritten Montag im Monat zu Waffeln in unser Café ein. Eine frische Waffel und Outdoorspiele könnt ihr euch von 15.00 bis 17.00 Uhr abholen. Kommt vorbei und lernt Nachbar*innen bei einer leckeren Waffel oder einem gemeinsamen Spiel kennen.

Im RuDi Nachbarschaftszentrum

i Lena Mischke, Tel. 0157 835 136 42
l.mischke@nachbarschaftshaus.de
www.rudizentrum.de



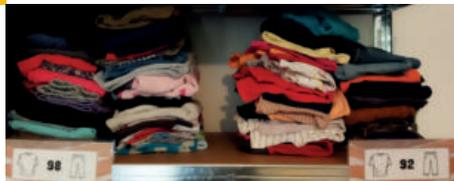
Donnerstag, 17.00 bis 19.00 Uhr

Stammtisch Pfadfinder*innen

Du bist gerne in der Natur? Du willst neue Menschen kennenlernen? Und Du hast Lust auf Abenteuer? Dann bist Du bei den Pfadfinder*innen genau richtig! Wenn Du zwischen 7 und 11 Jahren alt bist, dann komm gerne mal vorbei und lerne uns kennen. Wir bitten um Anmeldung und freuen uns auf dich!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Jonathan Hansch und Josephine Hoff
kreuzkoelln@bdp-bbb.de



Dienstag, 14.00 bis 17.00 Uhr



Kleiderkammer

In unserer NHU Kleiderkammer geben wir gespendete Kleidung an euch weiter. Die Kleiderspenden stammen von den Besucher*innen des Hauses und sind übrig gebliebene Schätze unserer Kleidertauschparties.

Wir haben:

- » Baby- und Kinderkleidung, Schuhe, Baby-Schlafsäcke, Spielzeug, Unterwäsche
- » Erwachsenenkleidung, auch Übergrößen, Schuhe, BH's, Schals & Mützen
- » Handtaschen, Gürtel, Tücher
- » Bettwäsche und Handtücher (Bestand ändert sich fortlaufend)

Die Kleiderkammer ist geöffnet während der Kleider-tauschpartys und dienstags von 14-17 Uhr im Rahmen des Solicafés.

- i** Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20
s.schaefer@nachbarschaftshaus.de



Termine nach Vereinbarung



Beratung für Betroffene von Zwangsräumungen

Betroffene, denen eine Zwangsräumung droht, können sich informieren, was dagegen unternommen werden kann. In scheinbar aussichtslosen Fällen kann durch öffentlichen Druck und Protestaktionen oder durch geeignete rechtliche und soziale Beratung eine Räumung verhindert werden.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Im Kreuzberger Stadtteilzentrum

- i** Petra Wojciechowski
Tel. 612 66 66 oder 01590 677 12 90
stadtteilzentrum@nachbarschaftshaus.de



Dienstag, 9.00 bis 12.00 Uhr



Welcome Support Berlin

Wir bieten eine niedrigschwellige, aufsuchende Beratung für Menschen mit Fluchterfahrung, die nicht in Gemeinschaftsunterkünften (GU) für geflüchtete Menschen untergebracht sind und Beratung benötigen. Dies können Personen sein, die in Privathaushalten, temporär in Hostels, Hotels oder ASOG Unterkünften untergebracht sind. Die Beratung betrifft alle Themen des alltäglichen Lebens wie z.B. Leistungsansprüche, Wohnen, Sprachmittlung oder Gesundheit.

Ansprechpartnerinnen: Stefanie Klose und Clara Marie Wermter, sowie für psychologische Belange Nora Mohamad

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

- i** Stefanie Klose, 0175 5376135
Clara Marie Wermter, 0151 22110674
Nora Mohamad, 0175 4150013

siehe Sprechzeiten
Termine nach Vereinbarung

Stadtteilkoordination plus

Die Stadtteilkoordination informiert über Planungs-vorhaben des Bezirksamts und fördert den Dialog im Sozialraum. Wir möchten mit Bewohner*innen und Initiativen aus dem Gebiet ins Gespräch kommen. Wir greifen Beschwerden auf, tragen Informationen weiter und unterstützen bei der Entwicklung von Lösungen. Unser Ziel ist, die Beteiligung und Vernetzung in diesen beiden Kreuzberger Gebieten zu fördern.

Tempelhofer Vorstadt:

- i** Do 14.00-17.00 & Fr 10.00-13.00 Uhr (vor Ort)
Angelika Greis, 0159 067 086 53
Veit Hannemann, 0176 143 751 88
stk-tempelh-vorstadt@nachbarschaftshaus.de

Nördliche Luisenstadt:

- i** Di 14.00-17.00 & Mi 10.00-13.00 Uhr (vor Ort)
Brigitte Reheis, 0176 143 764 07
Veit Hannemann, 0176 143 751 88
stk-noerdl-luisenstadt@nachbarschaftshaus.de



Termine nach Vereinbarung



Allgemeine Rechtsberatung

Durch das Engagement der Rechtsanwältinnen Martin G. Zimdars, Sven Schlüter und den Richter Simon Paulenz können wir eine allgemeine Rechtsberatung anbieten.

i **Im Kreuzberger Stadtteilzentrum**

Terminvereinbarung bitte bis Dienstag 17.30 Uhr
Leistungsbescheid mitbringen oder 3,- € als Erinnerungshilfe!
Beratung zu mietrechtlichen Fragen wird bei uns von der Gesoplan gGmbH angeboten.
Petra Wojciechowski, Tel. 612 66 66

i **Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße**

Sozial- und Zivilrecht
Jeder 1. und 3. Mittwoch/Monat, 16.00-18.00 Uhr
Sicherer Termin nur mit Anmeldung!
Bitte die notwendigen Unterlagen mitbringen.
Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20



Termine nach Vereinbarung



Beratung und Coaching bei Arbeitslosigkeit

Der Bereich Beschäftigung und Qualifizierung des NHU e.V. bietet Coaching zur beruflichen Orientierung und Eingliederung für Arbeitslose oder von Arbeitslosigkeit bedrohte Menschen an. Vor einer Coaching-Teilnahme beraten wir individuell, um die passende Coaching Maßnahme oder andere Teilhabemöglichkeiten am Arbeitsleben zu finden. Wir bieten fünf unterschiedliche Coachings mit verschiedenen Schwerpunkten an. Unser Arbeitsbereich ist zertifizierter Bildungsträger für Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung. Dadurch können die Coaching Maßnahmen über ein Gutscheinvfahren vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit berlinweit übernommen werden.

Bei Beschäftigung & Qualifizierung

- i** Birgit Sunder Pläßmann, Tel. 62735701
beschaeftigung@nachbarschaftshaus.de



Termine nach Vereinbarung



SchreiBabyAmbulanz

In der SchreiBabyAmbulanz unterstützen wir anhand sanfter, körperorientierter Methoden Eltern und ihre Kinder dabei, die psychischen und körperlichen Spannungszustände zu begreifen, eigene Kräfte und Ressourcen zu entdecken und so Konfliktsituationen zu lösen. Die Methoden basieren auf der traditionellen Körperpsychotherapie von W. Reich und wurden speziell für die Arbeit mit SchreiBabys weiterentwickelt. Wir behandeln Babys und Kleinkinder bis 2 1/2 Jahren, die unter Schlaf-, Ess- oder Entwicklungsstörungen leiden.

Rufen Sie die SchreiBabyAmbulanz an und vereinbaren Sie einen Termin. Die Sitzungen finden in der Regel einmal wöchentlich statt.

Kreuzberger Stadtteilzentrum

Lausitzer Straße 8, 10999 Berlin (Seitenflügel links)
Dienstag, Freitag 9:00 bis 14:00 Uhr

i Anja Hable, Alexandra Tuxhorn-Eichler
Tel. 0151 420 292 08 oder 61 62 99 82

Familienzentrum Menschens Kinder

Fürstenwalder Straße 30, 10243 Berlin
Dienstag, 11:00 bis 15:00 Uhr

i Alexandra Tuxhorn-Eichler, Tel. 0151 420 292 08
Vor Anmeldung unter Tel. 235 999 650

RuDi Nachbarschaftszentrum

Modersohnstraße 55, 10245 Berlin
Montag und Mittwoch, 9:00 bis 13:00 Uhr

i Alexandra Tuxhorn-Eichler, Tel. 0151 420 292 08
oder 292 96 03

Praxis Einklang

Mehringdamm 66, 10961 Berlin, Hinterhaus rechts,
Hochparterre, Nur nach Terminvereinbarung

i Claudia Theil, Tel. 0157 393 273 49
Dipl. Psychologin, Entwicklungspsychologische
Beraterin, Krisenbegleiterin



Mo-Mi, Fr 10.00 bis 15.00 Uhr
Do 12.00 bis 18.00 Uhr



Freiwilligenberatung

Die WILLMA Freiwilligenagentur Friedrichshain-Kreuzberg berät Menschen, die sich freiwillig engagieren möchten. Sie bietet Ihnen einen Überblick über zahlreiche Einsatzfelder der Bereiche Soziales, Kultur, Bildung, Umwelt, Politik, Sport, Medien, Handwerk und Gesundheit, um gemeinsam ein für Sie passendes Engagement zu finden.

Weiterhin informiert, berät und unterstützt die WILLMA FreiwilligenAgentur gemeinnützige Organisationen und Initiativen, die freiwillige Unterstützer:innen suchen. Außerdem bietet sie Austausch und Weiterbildung zu verschiedenen Themen des Freiwilligen Engagements an und führt eigene Projekte durch.

In der Willma FreiwilligenAgentur

i Andrea Brandt, Tel. 311 66 00 77
info@die-freiwilligenagentur.de
www.die-freiwilligenagentur.de



Termine nach Vereinbarung



Schuldnerberatung und Krisenberatung

Unbezahlte Rechnungen häufen sich. Es gibt schon Mahn- und Vollstreckungsbescheide. Der Strom soll abgeschaltet werden. Sie haben Mietschulden. Der Gerichtsvollzieher hat seinen Besuch angekündigt. Diese Probleme verschwinden nicht, wenn Sie versuchen sie zu ignorieren.

Werden Sie aktiv! Nur Mut! Kommen Sie in unsere offene kostenlose Schuldnerberatung, die in unser Regelangebot integriert ist – bspw. Sozialberatung mit Klärung von Leistungsansprüchen bei JobCenter und Sozialamt.

Im Kreuzberger Stadtteilzentrum

i Petra Wojciechowski
Tel. 612 66 66 oder 01590 6771290



Termine nach Vereinbarung



Allgemeine unabhängige Sozialberatung

Ein offenes kostenfreies Beratungsangebot für den Ortsteil Kreuzberg. Anmeldungen sind unter den angegebenen Kontaktdaten möglich.

i Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

Mo 13.00-16.00 Uhr, Fr 10.00-15.00 Uhr
Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20
s.schaefer@nachbarschaftshaus.de

i Im Kreuzberger Stadtteilzentrum

Mo 10.00-12.00 Uhr
Samira Maarouf, Tel. 612 66 66 oder
0179 4375720, taarouf@nachbarschaftshaus.de

Mo 10.00-12.00 Uhr, Mi 14.00-16:30 Uhr, Do
13.00-16:30 Uhr, Petra Wojciechowski,
Tel. 612 66 66 oder 01590 6771290
sozialberatung-stz@nachbarschaftshaus.de



Termine nach Vereinbarung

asum Mieterberatung

Die Beratung beinhaltet die Begleitung des sozialen Prozesses und die Durchführung von Sozialplanverfahren in Sanierungsgebieten, erhaltungsrechtliche Beratung und allgemeine Mietrechtsberatung im Einzelfall. Die asum hat darüber hinaus langjährige Erfahrung in der Beratung von Wohnungssuchenden.
www.asum-berlin.de/mieterberatung/

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Bitte für die Beratung im Voraus bei asum telefonisch anmelden unter Tel. 29 34 31 0 oder per e-mail: info@asum-berlin.de



Jeden Freitag
16.30 bis 18.00 Uhr

Safe Klick

Safe Klick bietet Infos rund um sichere Internet- und Smartphone Nutzung. Hussein Alabdo nimmt sich Zeit, individuelle Fragen zu beantworten und gemeinsam Probleme mit ihren Geräten zu lösen.

Sprachen: Arabisch und Deutsch

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Kontakt: Hussein Alabdo, Tel. 0176 41219141
Informationen: Sarah Albert, Tel. 285 084 42
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de



Dienstag, 16.00 bis 18.00 Uhr

Digital Kompass

Längst sind Internet und Smartphone zum festen Bestandteil des Alltags geworden. Ältere Menschen wissen Vorzüge mobiler Technik immer mehr zu schätzen, weil sie Erleichterung bietet. Gleichzeitig stellen sich oftmals Fragen. Die Teilnehmenden haben vor Ort im Mehrgenerationenhaus Gelegenheit zu fragen, sich auszutauschen und ihr Wissen im Dialog zu vertiefen. Die Workshopreihe greift Themen rund ums Internet auf, die für viele ältere Menschen von Interesse sind. Es können auch Expert*innen live per Video zugeschaltet werden. „Schritt für Schritt - sind wir gerne mit unserer Kompetenz für Sie da!“

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Tim Ünsal, Hussein Alabdo, Tel. 285 084 42
t.uensal@nachbarschaftshaus.de



Montag, 14-tägig
16.00 bis 18.00 Uhr

Digital-Café im RuDi

Das Internet ist für viele Sachen gut. Es geht zum Beispiel um diese Themen:

- » mit Computer und Smartphone umgehen lernen
- » Spiele spielen
- » im Internet surfen
- » E-Mails schreiben
- » und weitere Themen, die Sie interessieren

Hier gibt es Hilfe mit dem Internet und den Geräten. Konkrete Termine bitte erfragen.

Im RuDi Nachbarschaftszentrum

i Lena Mischke, Tel. 0157 835 136 42
l.mischke@nachbarschaftshaus.de
Tim Ünsal, Tel. 0178 311 2803
t.uensal@nachbarschaftshaus.de
www.rudizentrum.de



Freitag, 14-tägig, 15-17 Uhr
Nur mit Anmeldung!

Rechtsberatung (Sozialrecht)

An zwei Freitagen im Monat bieten wir eine kostenlose Rechtsberatung für soziale Fragen an. Die Rechtsberatung führt eine Rechtsanwältin durch zu dem Rechtsgebiet Sozialrecht (u.a. Arbeitslosengeld, Existenzsicherung über das Jobcenter, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, Wohngeld, Asylbewerberleistungen).

Bei Bedarf steht ein barrierefreier Raum zur Verfügung.

Im RuDi Nachbarschaftszentrum

Bitte melden Sie sich telefonisch an bei:

i Lena Mischke, Tel. 0157 835 136 42
l.mischke@nachbarschaftshaus.de



Dienstag, 14.00 bis 15.30 Uhr

Offenes Lese- und Schreibcafé

Bei unserem Lese- und Schreibcafé unterstützen dich die Mitarbeiter*innen des Mehrgenerationenhauses beim Verfassen von Briefen, Ausfüllen von Formularen oder bei dem Lesen von Informationen aus dem Internet.

Das Angebot ist kostenfrei.
Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Tim Ünsal, Tel. 0178 3112803 und 285 08443
t.uensal@nachbarschaftshaus.de



Offene Beratung PlanTage

Unser ergänzendes Beratungsangebot richtet sich an Jugendliche sowie deren Eltern oder Betreuer*innen, die eine (ggf. weiterführende) Beratung oder Hilfestellung bezüglich Straffälligkeit und Jugenddelinquenz in Anspruch nehmen möchten oder die Fragen zu den ambulanten Maßnahmen § 10 JGG der PlanTage haben. Die Beratung ist kostenlos!

Voranmeldung ist unbedingt erforderlich.

In der PlanTage

i Rahel Kiunke-Eke, Martha Kröner, Hannah Berns
Tel. 691 85 21, plantage@nachbarschaftshaus.de



Mittwoch, 11.00 bis 17.00 Uhr

Allgemeine Sozialberatung

Im RuDi-Nachbarschaftszentrum bieten wir kostenfreie Beratungen für den Ortsteil Friedrichshain an.

Wir unterstützen Sie beim Stellen von Anträgen (z.B. Bürgergeld, Grundsicherung, Wohngeld, Kinderzuschlag) und bei der Kommunikation mit Behörden. Bei Bedarf können wir Ihnen spezialisierte Fachberatungsstellen (z.B. Schuldnerberatung, Rechtsberatung) empfehlen.

Auch bei Krisen oder in schwierigen Lebenssituationen können Sie zu uns in die Beratung kommen. Auf Wunsch können weitere Unterstützungsangebote vermittelt werden.

Im RuDi Nachbarschaftszentrum

i Mit Anmeldung bei Lena Mischke
Tel. 0157 835 136 42
l.mischke@nachbarschaftshaus.de



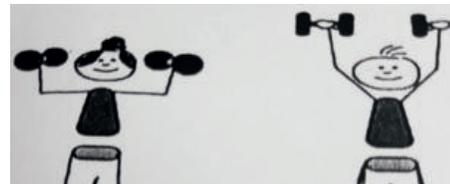
Einstieg in die Welt der Künstlichen Intelligenz (KI)

Kann Künstliche Intelligenz zur Lebensqualität beitragen und wenn ja, in welcher Weise? Dieser Frage geht die BAGSO gemeinsam mit lokalen Partnern im Rahmen des Projektes "Digitale Souveränität älterer Menschen mit KI-Technologien fördern" nach. Ziel ist es, ältere Menschen im Umgang mit KI-Technologien zu schulen und dabei Chancen und Risiken gleichermaßen zu beleuchten.

Termine und Veranstaltungen hierzu werden extra angekündigt. Infos auf: <http://mgh-gneisenau.de/blog/>

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Tim Ünsal, Tel. 0178 311 28 03
t.uensal@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 14.00 bis 15.00 Uhr

Krafttraining - Machen Sie sich stark!

Für ältere Menschen aus der Nachbarschaft

Hanteln schwingen ist eine gute Idee, um sich im Alter fit zu halten. Koordination und Gleichgewicht werden bei unserem Krafttrainingsprogramm mittrainiert. Bitte in bequemer Kleidung kommen.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Elzbieta Lalasz, Kiezsportübungsleiterin
Tel. 505 854 57
Sarah Albert, Tel. 285 084 42
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de



Mittwoch, 10.00 bis 11.00 Uhr

Mittwochs-Gymnastik

Für ältere Menschen aus der Nachbarschaft, die Spaß und Freude an Bewegung und Beisammensein haben! Wir wollen mit Fitnessstanz und Gymnastik unsere Kraft und Kondition trainieren, unseren Muskelaufbau fördern und unseren Kreislauf in Schwung bringen.

Bitte in bequemer Kleidung kommen.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Elzbieta Lalasz, Kiezsportübungsleiterin
Tel. 505 854 57
Sarah Albert, Tel. 285 084 42
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 10.00 bis 11.00 Uhr

Balance & Fitness

Für ältere Menschen aus der Nachbarschaft, die Spaß und Freude an schwingvoller Bewegung haben! Zunächst bringen wir uns in Balance. Dann gehen wir mit Fitnessstanz in Bewegung. Das stärkt Muskeln und Knochen, fördert die Koordination und bringt den Kreislauf in Schwung. Tanzen ist Entspannung, Bewegung, Spaß. Tanzen ist die beste Medizin!

Bitte in bequemer Kleidung kommen.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Elzbieta Lalasz, Kiezsportübungsleiterin
Tel. 505 854 57
Sarah Albert, Tel. 285 084 42
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 13.00 bis 14.00 Uhr

Vitaltraining für Körper und Kopf

Für ältere Menschen aus der Nachbarschaft:
„Bleib fit, mach mit!“

Ziel des Trainings ist es, das Gehirn mit neuen Aufgaben zu fordern, Denkprozesse durch Rhythmik und das Erlernen von Schrittkombinationen anzuregen. Trainiert wird auch das Zusammenspiel von Wahrnehmung, Bewegung und Denken. So wird das Herz-Kreislauf-System angeregt, Beweglichkeit und Koordination verbessert.

Bitte in bequemen Sachen kommen.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Elzbieta Lalasz, Kiezsportübungsleiterin
Tel. 505 854 57
Sarah Albert, Tel. 285 084 42
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 18.30 bis 20.00 Uhr

Capoeira im Mehrgenerationenhaus

Capoeira ist Bewegung, Tanz, Kampf und Spiel und darüber hinaus ein wichtiger Teil der afro-brasilianischen Widerstandskultur. Die Gruppe Ngoma Capoeira Angola hat ihr Zentrum in Rio de Janeiro. Indem Mestre Anastacio Marrom und seine Schüler*innen die Capoeira Angola und ihre Traditionen ausüben und vermitteln, tragen sie dazu bei, dieses afro-brasilianische Erbe zu bewahren.

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene.
Das Training findet auf Spendenbasis statt.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Leitung: Melanie Hernandez Sanchez
Tel. 0163 208 43 31, ngomaberlin@posteo.de



Mittwoch, 13.00 bis 15.00 Uhr

Offener Singkreis

Wir singen Volks-, Heimat- und Wanderlieder, Evergreens, Schlager, „von damals“ und alles, was uns gefällt. Wer Lust und Spaß am Singen hat, ist herzlich willkommen! Vor allem über instrumentale Begleitung würden wir uns sehr freuen!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldung: Bärbel Selge, Tel. 346 549 66 oder
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Dienstag, 12.00 bis 13.00 Uhr

Kiezsport für Frauen

Einmal wöchentlich findet im Nachbarschaftshaus oder draußen im Garten unser Kiez-Sport-Angebot statt.

Zusammen mit Sirin, einer ausgebildeten Kiezsportübungsleiterin, laden wir Euch ein, gemeinsam in lockere Bewegung zu kommen und an Eurer Kondition zu arbeiten. Spaß an der Bewegung und leichter Muskel- und Konditionsaufbau stehen im Vordergrund. Es sind keinerlei Vorkenntnisse oder ein bestimmter Grad an Fitness erforderlich. Kommt einfach vorbei und traut Euch!

Nur für Frauen! Das Angebot ist kostenfrei.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Montag, 9.30 bis 11.00 Uhr

Der erfahrbare Atem (Middendorf)

Atem ist ein Spiegel der Seele. Atem erfahren heißt ganz bei sich ankommen. Die Sammlungsübungen sind leicht und auch im Alltag anwendbar.

Den Atem in Bewegung zu lassen löst körperliche und seelische Überspannungen wie von selbst. Es zentriert und lässt uns leichter auch wieder für Andere da sein.

Kosten: 10 UE/90 Min. 50,- bis 75,- €, je nach Möglichkeit. Kostenlose Schnupperstunde möglich!
Leitung: Thomas Abee, Atempäd./Therapeut nach Middendorf

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Thomas Abee, Tel. 845 912 11, t-abee@gmx.de
Infos im Offenen Bereich NHU oder bei
Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Sonntag 10.00 bis 12.00
Freitag 19.00 bis 21.00

Qigong und Taijiquan für Alle

Je nach Zusammensetzung der Gruppe variieren die Inhalte des Trainings:
» Aufwärm- und Lockerungs- und Dehnungsübungen
» Verschiedene Qi-Gong- und Meditationsübungen
» Basisübungen des Taijiquans
» Formen (Taolu) des Chenstil
» Zhan Zhuang Gong, Meridian Dao Yin
» Schwertform, Selbstverteidigungstechniken, etc.

Werden die verschiedenen Übungen regelmäßig und in ausreichendem Maß praktiziert, fördern sie die Gesundheit und die Übenden entwickeln innere Ruhe und Gelassenheit. Teilnahme auf Spendenbasis! Teilnahme an den Terminen nur mit vorheriger Anmeldung!

Pause vom 05.11.2023 bis 05.01.2024.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldung und Infos: mynonas@gmail.com



Donnerstag, 17.30 bis 18.30 Uhr

Kreistänze

Einfache Tänze zu Musik aus verschiedenen Ländern, mal ruhig, mal lebhaft, bringen Entspannung und Abstand vom Alltag. Jeder Termin ist in sich abgeschlossen, so ist der Einstieg jederzeit möglich. Kosten: 5,- € pro Termin (einzeln belegbar). Bei nassem Wetter bitte ein trockenes Paar Schuhe mitbringen.

Bitte vor der ersten Teilnahme Kontakt aufnehmen.

Beginn wieder ab 19.10.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Leitung: Christine Nimtsch
raumnutzung@nachbarschaftshaus.de



Mittwoch, 19.00 bis 21.00 Uhr



Angola Capoeira

Angola Capoeira ist eine afro-brasilianische Volkskunst. Capoeira integriert verschiedene afro-brasilianische kulturelle Aspekte wie Körperausdruck durch Tanz, Kampf und Musik. Durch Capoeira werden Koordination, Beweglichkeit, Mimik und musikalische Übungen trainiert. Vor allem aber ist Capoeira eine gemeinschaftliche soziale Praxis, die die Integration zwischen verschiedenen Menschen fördert, indem sie auf die Wurzeln der afro-brasilianischen Kultur zurückgreift. Die Gruppe „Filh*s de Angola“ wird von Mestre Laercio, einem gebürtigen Salvador de Bahia, koordiniert, der sich für die Weitergabe dieser Kunst in Berlin und in verschiedenen Ländern der Welt einsetzt. Die Capoeira-Trainingseinheiten sind für Anfänger und alle Interessierten können kostenfrei mitmachen!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Elena Ferrari, elli.ferrari@gmail.com und filhosdeangola@yahoo.de



Donnerstag, 19.30 Uhr



Berliner Liedertafel 1884 e.V.

...lädt ein zur unverbindlichen Schnupperprobe! Die Berliner Liedertafel wurde bereits 1884 vom Königlichen Musikdirektor Adolf Zander gegründet. Seit jeher legen wir Wert auf ein breites und anspruchsvolles Repertoire. Von andächtig, über romantisch, elegant und locker bis wehmütig oder frivol singen wir Bekanntes und weniger Bekanntes.

Vincent Jaufmann, unser junger und dennoch erfahrener Chorleiter mit hoher Musikalität, arrangiert für uns immer wieder Lieder, Songs und Chansons und leitet den Chor professionell und souverän. Neue Sänger und Interessenten sind jederzeit herzlich willkommen!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Kommen Sie direkt zu einem der Probenabende! oder Matthias Funk, Tel. 0176-2281 5296 schriftfuehrer@berliner-liedertafel.de info@berliner-liedertafel.de



Montag, 19.30 bis 21.00 Uhr



Rhythmussen - Frauenchor

Je nach Stück oder nach Komposition singen wir Sopran, Mezzo und Alt auch mal 4-stimmig, 5-stimmig, 6-stimmig... Unsere neue Chorleiterin ist Jennifer Evans, eine walisische Sängerin und Konzertpianistin.

Wir freuen uns über neue Frauen, die mit uns singen möchten. Am besten ist es, vorher bei uns anzurufen (Kontakt auf www.rhythmussen.de). Notenkenntnisse und Chorerfahrungen sind von Vorteil, aber keine Bedingung. Vorsingen gibt es bei uns nicht. Wir probieren einfach zusammen zu singen.

Monatlicher Selbstkostenbeitrag: 30,00 €

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldung und Infos: Tel. 216 77 46 oder 612 7463, info@rhythmussen.de, www.rhythmussen.de



Dienstag, 10.00 bis 11.00 Uhr



Gymnastik und Tanz 60 plus

Ein Bewegungstraining, das sich an den Bedürfnissen und Möglichkeiten der Teilnehmer*innen orientiert. Das Funktionstraining für Muskeln und Gelenke fördert und erhält die Beweglichkeit, Koordinations- und Balanceübungen sind wirksame Strategien zur Sturzprophylaxe.

Tänzerische Elemente machen Spaß und bringen uns in Schwung. Die Übungen werden im Sitzen, im Stand und in der Bewegung ausgeführt. Einsteiger sind jederzeit willkommen!

Kursleitung: Hella Niesytka, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin, Kostenbeitrag: 25,- € pro Monat

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldung: Offener Bereich NHU oder Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20 offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Freitag, 14-tägig 10.00 bis 14.00 Uhr

Stadtwanderungen

Das Angebot ist für Menschen, die gut zu Fuß und ohne Gehhilfen unterwegs sind. Wir erwandern uns Stadt- und Erholungsparks, finden dabei neue und alte Naturschutzgebiete. Manchmal wandern wir auch „janz weit draußen“, am Rande von Berlin. Wichtig: festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, kleine Brotzeit und Wasser. Jede/r haftet bei Unfällen und allen anderen Geschehnissen für sich selbst.

Kosten: 3€ pro Wanderung
Leiterinnen: Rosa Neumüller, Eveline Schlichting

Termine: 13.10. | 27.10. | 10.11. | 24.11. | 08.12.
Treffpunkt Oktober: 09:45 Uhr, Bhf Friedrichstraße, Gleis 3, mittig | Treffpunkt November/Dezember: 10:00 Uhr, Foyer Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20 offener-bereich@nachbarschaftshaus.de Rosa Neumüller, r.neumueller@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, ab 16.00 Uhr

Yoga auf dem Stuhl

Yoga stärkt und wirkt ausgleichend auf Körper und Seele durch sanfte Übungen und bewusstes Atmen. Alle Übungen sind speziell für ältere Menschen abgewandelt. Eine Schlussspannung wirkt erholsam und fördert allgemeines Loslassen.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Kursleitung: Regina Pröckl, Tel. 788 17 55



jeden zweiten und letzten
Donnerstag im Monat ab 19 Uhr

Berliner Ukulele Stammtisch

Anfänger, Crack, Folkfreak, Popqueen, Punk? Der Berliner Ukulele Stammtisch trifft sich zweimal im Monat zum gemeinsamen Spielen, Schrammeln (und Singen). Wir spielen alles, was uns Spaß macht und probieren gerne Neues aus, entdecken aber auch alte Lieder wieder neu.

Jede*r bringt das mit, worauf er oder sie Lust hat. Das Angebot ist kostenfrei, jede*r ist willkommen!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße (Gelber Salon)

i Martin Maier, ukulele.session.berlin@gmail.com
Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Montag, 16.00 bis 18.00



Kochclub

Die Kinder bereiten unter Anleitung gesunde und leckere Mahlzeiten zu. Der Kochclub ist ein sehr beliebtes Angebot und deshalb für die Vermittlung von Alltagskompetenzen sehr geeignet. Neben dem ernährungspädagogischen Aspekt sind vor allem gruppendynamische Faktoren wie die Einhaltung von Regeln, Verantwortungsübernahme, Verbindlichkeit sowie das gemeinsame Planen, Organisieren und Kalkulieren von Preisen und Mengen von Bedeutung.

In der Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids

i Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids
Tel. 680 753 75
graefe-kids@nachbarschaftshaus.de



Mobil im Kiez 2.0

Im Frühjahr haben wir, Kay Kramer und Leila Ibrahim, angefangen als „MOBI 2.0“ Angebote für Kinder im Alter von 8 bis 13 Jahren auf öffentlichen Plätzen zu machen. Wir spielen, basteln und malen mit den Kindern. Zudem möchten wir zusammen mit den Kindern Projekte in den Bereichen Kunst, Natur und Umwelt, Theater und Musik entwickeln und verwirklichen.

Ihr findet uns immer **von 14.00 bis 18.00 Uhr:**
Dienstag auf dem **Werner-Düttmann-Platz**
Mittwoch auf der **Spielstraße in der Böckstraße**
Donnerstag auf dem **Werner-Düttmann-Platz**

i Leila Ibrahim und Kay Kramer, Tel. 0155 10824633
k.kramer@nachbarschaftshaus.de
l.ibrahim@nachbarschaftshaus.de



Mittwoch, 16.00 bis 17.30 Uhr



Kiez Funkeln

Lasst uns gemeinsam unseren Kiez zum Leuchten bringen mit euren kreativen Ideen und Kunstwerken und strahlenden Farben...

Kiez Funkeln ist ein Projekt von Koduku e.V. in Kooperation mit GraefeKids, Drehpunkt, Familienzentrum Urbanstraße und Dütti-Treff. Unser Ziel ist es, Gemeinschaft und Begegnung von Kindern und Familien im Kiez zu fördern durch partizipative Kunstaktionen. Zusammen mit euch gestalten wir unterschiedliche Angebote für Kinder im Kita- und Grundschulalter und Jugendliche - mal mit Stift, Pinsel oder Ton, mal mit Kamera, iPad oder Mikrofon. Ihr könnt jederzeit mitmachen - wir freuen uns auf euch! Die Teilnahme ist kostenlos, das Projekt wird gefördert im Programm Künste öffnen Welten der BKJ.

In der Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids

i Weitere Infos und Termine: www.koduku.de oder
corinnamweiner@gmail.com



Dienstag, Donnerstag
13.00 bis 19.00 Uhr



Mädchen- & Jungentage

An zwei Tagen der Woche bieten wir geschlechtsspezifische Kreativ- und Bewegungsangebote für Kinder zwischen 8 und 13 Jahren an. Jeden Donnerstag öffnen wir ausschließlich für Mädchen und jeden Dienstag für Jungen.

In der Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids

i Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids,
Tel. 680 753 75
graefe-kids@nachbarschaftshaus.de



Sonntag, 12.00 bis 18.00 Uhr



Offener Treff mit wechselnden Angeboten

Außerhalb der Schulferien können Kinder zwischen 8 und 13 Jahren jeden Sonntag im offenen Treff der Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids zusammenkommen.

Hier haben sie die Möglichkeit, ihre Freizeit selbstbestimmt zu gestalten oder an den wechselnden Angeboten teilzunehmen.

In der Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids

i Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids
Tel. 680 753 75
graefe-kids@nachbarschaftshaus.de



Öffnungszeiten: Dienstag bis Samstag
13.00 bis 19.00 Uhr



M*UF05- Kinderfreizeit

Die M*UF05- Kinderfreizeit liegt in direkter Nähe zum Park am Gleisdreieck und bietet draußen und drinnen super viele Möglichkeiten für spaßige und entspannte Nachmittage.

Bei uns können alle Schulkinder zwischen 6-13 Jahre vorbeischaun, Freund* innen treffen, entspannen, kreativ werden, in Bewegung kommen und sich aktiv mit einbringen.

Bei uns gibt es viel zu entdecken, zum Beispiel: einen großen Raum zum chillen, Hörbücher hören, spielen, lesen, Filme schauen usw., einen Sportraum für Bewegung & Theater, eine Kreativwerkstatt zum bauen und basteln, einen Medien- und Entspannungsraum sowie ein Außengelände mit Chill-Insel, Hochbeeten, Slackline, Hängematte und und und..

Weitere Informationen telefonisch oder unter www.mufo5.de. Gern können interessierte Kinder & Eltern sich auch in unseren Mail-Verteiler aufnehmen lassen.

Kommt vorbei - wir freuen uns auf euch!

In der M*UF05 Kinderfreizeiteinrichtung

i Steffi Bahrs, Rada Pescarus
Tel. 920 32 308 oder 0179 43 14 639
mufo5@nachbarschaftshaus.de
Instagram: [kfe_im_moeckernkiez](https://www.instagram.com/kfe_im_moeckernkiez)
www.mufo5.de



Dienstag & Donnerstag, 15.00 bis 18.00 Uhr



Fahrrad-Werkstatt

Schon wieder einen Platten? Schon wieder die Bremse kaputt? Wenn du wissen willst, wie man bestimmte Dinge an seinem Fahrrad selbst reparieren kann und du dafür Werkzeug und Unterstützung brauchst, dann komm einfach dienstags oder donnerstags im drehpunkt vorbei.

Im Jugendtreff drehpunkt

i Jugendtreff drehpunkt, Tel. 01590 6494423
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

Beruf Azubi
Unterricht Job Karriere
Perspektive Berufsberatung
Ausbildung Bildung
Bewerbung Schule
Firma

Dienstag & Donnerstag, 16.00 bis 18.00 Uhr



Berufsberatung

Unser Kooperationspartner outreach gGmbH kommt jeden Dienstag und Donnerstag mit seinem mobilen Berufsberatungsteam vorbei. Hier findet ihr Hilfe, bekommt Tipps und könnt euch ganz unverbindlich zu Beruf und Ausbildung informieren.
#thefutureisnow

Im Jugendtreff drehpunkt

i Jugendtreff drehpunkt, Tel. 01590 6494423
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 16.00 bis 18.00 Uhr



Basketball AG

Jeden Donnerstag findet unsere Basketball AG auf dem Bolzplatz vor dem drehpunkt statt. Ihr könnt neue Moves lernen, eure Wurftechnik verbessern und euer Können unter Beweis stellen.

Im Jugendtreff drehpunkt

i Jugendtreff drehpunkt, Tel. 01590 6494423
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de



Dienstag & Mittwoch, ab 14.00 Uhr



Mädchentag / Jungentag

Jeden Dienstag und Mittwoch ist das Haus ausschließlich für Mädchen oder Jungen reserviert. Sie können singen, rappen, Billard oder Tischtennis spielen, chillen, tanzen oder kochen.

Folgt uns @drehpunkt361 auf Facebook & Instagram!

Im Jugendtreff drehpunkt

i Jugendtreff drehpunkt, Tel. 01590 6494423
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag & Freitag, 16.00 bis 20.00 Uhr

TrueSkool

Jeden Donnerstag und Freitag können sich Jugendliche, die Lust auf Hip Hop haben, bei uns in den verschiedensten Workshops von Rappen und Texte schreiben bis hin zu Graffiti-Kunst einbringen und ihrer Kreativität freien Lauf lassen.

Folgt uns auf Instagram @TRUE.SK00L!

Im Jugendtreff drehpunkt

i Jugendtreff drehpunkt, Tel. 01590 6494423
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de
facebook.com/trueskoolberlin/



Donnerstag, 15.00 bis 18.00 Uhr

(Ideen)-Werkstatt

Die Ideen-Werkstatt ist ein Ort, an dem Jugendliche ihre eigenen Bau- und Designvorhaben umsetzen können. Es wird Möglichkeiten zur Metall-, Plastik und Holzbearbeitung geben. So können mit unterschiedlichen Materialien Ideen verwirklicht und Arbeiten umgesetzt werden, ob Möbelbau, E-Roller- oder Fahrradreparatur.

Durch dieses niedrigschwellige Angebot können Jugendliche neue Fähigkeiten und Fertigkeiten feststellen. Junge Menschen, die ein besonderes Talent für handwerkliche Arbeit entdecken, werden vielleicht auch einen entsprechenden beruflichen Werdegang für sich einschlagen.

Im Jugendtreff drehpunkt

i Jugendtreff drehpunkt, Tel. 01590 6494423
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de



Täglich von 14.00 bis 20.00 Uhr

Jugendtreff drehpunkt

Im drehpunkt kommen Jugendliche zusammen und gestalten ihre Freizeit gemeinsam. Mädchen und Jungen ab 12 Jahre sind jederzeit herzlich willkommen, sich bei uns einzubringen.

Folgt uns auf Instagram @drehpunkt361!

Im Jugendtreff drehpunkt

i Jugendtreff drehpunkt, Tel. 01590 6494423
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de



Freitag, 18.00 bis 23.30 Uhr

Spieltreff Kreuzberg-Süd

Erwachsene spielen topaktuelle Brettspiele. Auch Du bist eingeladen, mit uns zu spielen! Brettspiele wie z.B. „Carcassonne“ und „RussianRailRoad“, „Quirkle“, „Dominion“, „Brügge“ und „Las Vegas“, oder auch TFM, TM und Scythe. Wir erklären und spielen die Spiele, auf die wir uns einigen. Bringe Dein Spiel mit oder nutze die ca. 150 Spiele vor Ort.

Getränke und Snacks (gegen Kostenbeitrag).
Tür zu? Ruf bitte an, 2 x klingeln, ich öffne. Haustürklingel bitte nur im Notfall. Nur mit bestätigter Anmeldung. Ab 20 Jahre, bitte um freiwilligen Kostenbeitrag.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Björn Edler, Tel. 0157 746 300 78
spielfest-berlin@web.de
www.gesellschaftsspieler-gesucht.de
www.meetup.com/de-DE/berlin-board-gamers/



Einmal monatlich Montag
19.00 bis 21.30 Uhr

Offener Imkertreff

Der offene Imkertreff wird vom Imkerverein Kreuzberg organisiert. Alle Interessierten sind herzlich willkommen! Wir tauschen uns über unsere Erfahrungen mit der Imkerei aus, hören zu und geben Tipps. Zu den regelmäßig wiederkehrenden Fragen gehören: Was steht im Frühjahr an, wie gehe ich verantwortungsvoll mit den Bienen um, wie bilde ich Ableger und kontrolliere das Schwärmen, wie ernte ich guten Honig, wie halte ich die Varroa-Milbe in Schach, wie füttere ich auf und wie bringe ich die Bienen sicher über den Winter? Ihr müsst nicht Mitglied im Verein sein, um teilzunehmen. Bitte vorher über www.imkerverein-kreuzberg.de informieren, ob der Treff online oder im NHU stattfindet.

Termine: 16.10. | 20.11.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Benedikt Stockmayer, Tel. 0179-4880873
info@imkerverein-kreuzberg.de
www.imkerverein-kreuzberg.de



nach Vereinbarung

KlikKS - Klimaschutz in kleinen Kommunen und Stadtteilen

Das bundesweite Projekt „KlikKS – Klimaschutz in kleinen Kommunen und Stadtteilen“ ist jetzt auch im Nachbarschaftshaus Urbanstraße gestartet. Wir suchen dafür engagierte Klimaschutzpat*innen, die Klimaschutzprojekte im Kiez umsetzen wollen. Dafür kannst du dich bei bestehenden Projekten einklinken oder neue Projekte anstoßen, an Schulungen teilnehmen, dich in die Organisation einbringen oder einfach mit helfenden Händen anpacken. Keine Vorkenntnisse sind notwendig, nur der Wunsch, das Thema Klimaschutz im Kiez anzugehen. Melde dich, wenn du Interesse hast!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Ayla Römer, Tel. 0157 5242 4790
a.roemer@nachbarschaftshaus.de



Montag, 18.15 bis 19.45 Uhr

Montagschance

Die „Montagschance“ ist eine anonyme Selbsthilfegruppe zum Thema Spielsucht. Der Schwerpunkt der Gruppe sind Gespräche und Erfahrungsaustausch. Bitte meldet euch vorher an.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Alex, Tel. 403 66 60, info@montagschance.de



Termine nach Vereinbarung

Gemeinsame Wohnungssuche für wohnungslose Geflüchtete im Bezirk Friedrichshain-Kreuzberg

Wir bieten Einzeltermine zur Wohnungssuche per Messengerdienst (Whatsapp, Telegram), per Mail und per Telefon an. Zielgruppe sind Menschen mit Fluchterfahrung aus Unterkünften in Friedrichshain-Kreuzberg oder Geflüchtete, die beim Jobcenter Friedrichshain-Kreuzberg ihre Leistungen beziehen. In der Einzelsprechstunde können wir gemeinsam Wohnungsbewerbungen erstellen, Ihre Unterlagen auf Vollständigkeit überprüfen und direkt Besichtigungstermine mit potentiellen Vermieter*innen vereinbaren.

Wir sprechen Deutsch und Englisch. Bei der Organisation von Sprachmittlung kann bei Bedarf geholfen werden.

Wenn möglich, bitte alle vorhandenen Unterlagen mitbringen (Mietschuldenfreiheitsbescheinigung, Schufa-Auskunft, Ausweisdokument, Meldebescheinigung, Leistungsbescheide oder Gehaltsnachweise, bei Leistungsbezug über das LAF: Erlaubnis zur Anmietung einer Wohnung, evtl. WBS)

Dann können wir mit Ihnen gemeinsam überlegen, was die nächsten Schritte sind.

i Melanie Lenk & Mara Höfs
0176 758 694 42 oder 0174 549 159 7
info@wohnscouting.de, www.wohnscouting.de



Dienstag, 19.00 bis 21.00 Uhr

Jugend gegen Rassismus

Die Selbsthilfegruppe trifft sich immer im KiezCafé des Kreuzberger Stadtteilzentrums.

Im Kreuzberger Stadtteilzentrum

i Thomas Heilmann, Tel. 0151 204 431 41
Petra Wojciechowski, Tel. 612 66 66
stadtteilzentrum@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 20.30 bis 21.30 Uhr

NA - Narcotics Anonymous®

Narcotics Anonymous is a fellowship of people, for whom drugs had become a serious problem. We are recovering addicts who meet regularly to help each other stay clean. Meetings are in english.

Narcotics Anonymous ist eine gemeinnützige Gemeinschaft von Menschen, für die Drogen zum Hauptproblem geworden sind. Wir treffen uns regelmäßig, um uns gegenseitig zu helfen, clean zu werden und zu bleiben. Die Treffen finden englischsprachig statt.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Hotline: 0800 44533 62 / 0800 HILFE NA
www.na-berlin.de



Mittwoch, 19.30 bis 21.00 Uhr
Samstag, 14.00 bis 15.45 Uhr

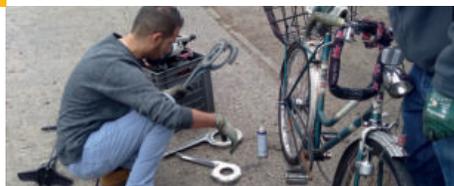
NA – Narcotics Anonymous®

NA ist eine gemeinnützige Gemeinschaft von Männern und Frauen, für die Drogen zum Hauptproblem geworden sind. Es gibt eine einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit: das Verlangen mit Drogen aufzuhören.

Offene Meetings: „go clean“

Im Kreuzberger Stadtteilzentrum

i Hotline: 0800 44533 62 / 0800 HILFE NA
www.na-berlin.de



Dienstag, 15.00 bis 18.00 Uhr



ReCycle Offene Selbsthilfe-Fahrradwerkstatt

Du hast Probleme mit deinem Fahrrad, möchtest es reparieren oder benötigst Unterstützung dabei? Möchtest Du kleine Fahrradteile spenden oder vielleicht die Werkstatt als Mechaniker*in unterstützen? Dann komm vorbei zur Selbsthilfe-Werkstatt ReCycle! Geleitet wird die Werkstatt von Kassem, der bereits bei anderen Fahrradwerkstätten in Berlin mitgeholfen hat und schon viele Erfahrungen im Reparieren von Fahrrädern sammeln konnte.

ReCycle steht für Nachbarschaftshilfe, umweltfreundliche Mobilität und die Wiederverwertung von gebrauchten Fahrradteilen und Fahrrädern.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Infos im Offenen Bereich oder bei Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20 offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 11.30 bis 12.30 Uhr



SCA – Meetings für sexsüchtige Männer

SCA ist eine 12-Schritte-Gemeinschaft, die ihre Erfahrungen, Kraft und Hoffnung miteinander teilt, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen auf dem Weg der Genesung von sexuellen Zwängen zu helfen. Mitglieder sind aufgefordert, ihren eigenen Plan für ihre sexuelle Genesung zu entwickeln und sexuelle Abstinenz für sich selbst zu definieren.

Wir treffen uns nicht, um unsere natürliche Sexualität zu unterdrücken.

Im Kreuzberger Stadtteilzentrum

i scaberlin@gmx.net
www.sca-berlin.org



Freitag, 15.30 bis 18.30 Uhr



Ikarus Theatergruppe

Laiendarsteller*innen verschiedener Lebensalter treffen sich jeden Freitag um 15:30 Uhr im Nachbarschaftshaus Urbanstraße. Sie spüren ihrer eigenen Biografie nach, beschäftigen sich mit den Problemen ihrer Zeit, aber auch mit vergangenen Zeiten. Dabei entstehen Eigenproduktionen, die „alltägliche Geschichten“ nachzeichnen und für ein heutiges Publikum zu komischen, nachdenklichen und unterhaltsamen Theaterstücken formen. Sie machen Improvisationstheater und spielen ohne festgelegten Text, ein roter Handlungsfaden dient zur Orientierung. So ist jede Aufführung ein lebendiges, einmaliges Schauspiel.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Jens Clausen, Tel. 0178 563 34 92
ikarus@nachbarschaftshaus.de



Workshoptage, 11.30 bis 16.30 Uhr



Inklusion bühnenreif Improvisations- und Playbacktheater

Inklusion bühnenreif ist ein Theaterprojekt von stotternden Erwachsenen, blinden und sehbehinderten, sozial-phobischen und krebsbetroffenen Menschen, die zusammen mit sog. Nicht-Betroffenen Improvisations- und Playbacktheater spielen.

Auf der Bühne entstehen Szenen aus dem Lebensalltag, begleitet von improvisierter Musik. Träume und Sehnsüchte finden Gehör, das bisher Ungesagte bekommt Raum, Ausgelassenheit und Spielfreude verbreiten sich. Neue Ideen zur Bewältigung behinderungs- und krankheitsbedingter Herausforderungen entstehen und die Teilhabe an gesellschaftlichen Prozessen wird gefördert.

Das inklusive Leitungsteam des Projektes sorgt für ein abwechslungsreiches Programm der monatlich stattfindenden kostenfreien Workshoptage. Das Projekt wurde im Januar 2019 von Prof. Dr. Wolfgang Wendlandt und Linda Steuernagel in Berlin gegründet. Im Herbst 2021



wurde ein Dokumentarfilm über „Inklusion bühnenreif“ gedreht, der nun bei verschiedenen Filmfestivals gezeigt wird. Seit Frühjahr 2022 probt und spielt die Theatergruppe im Nachbarschaftshaus Urbanstraße.

Neue Teilnehmer:innen für die Workshoptage sowie fachkundige Mitglieder im Leitungsteam mit Improvisationserfahrung sind herzlich willkommen.

Inklusion bühnenreif wird unterstützt durch das Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V., den Rotary Club und den PSD Zukunftspreis. Kostenfrei.

Workshoptage: 15.10. | 19.11.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Linda Steuernagel, 0176 631 532 29
inklusion.buehnenreif@gmx.de
www.inklusion-buehnenreif.de
Facebook: Inklusion bühnenreif
Instagram: @inklusion.buehnenreif



Mittwoch, 19.00 bis 21.00 Uhr

Improtheater im RuDi

Lust auf Improtheater?

Spontan & mehrere Generationen & Spiellaune

Du hast noch nie Improtheater gespielt? Kein Problem! Eingeladen sind alle ab 18 Jahren bis ...

Im RuDi Nachbarschaftszentrum

i Bitte um Anmeldung bei Jens Clausen:
0178 5633 492 oder mail@jens-clausen.de



Montag 17:00 bis 19:30 Uhr



Theatergruppe UrbanEnsemble

Das UrbanEnsemble wurde 2006 gegründet. Seit dieser Zeit sind 10 Inszenierungen entstanden. Generationsübergreifend und inklusiv arbeiten die Spieler*innen mit verschiedenen Methoden. Körperarbeit und Sprechtraining führen uns themenbezogen zu Improvisationen sowie über Literatur zu neuen Stückentwicklungen. Das UE bietet Teilnehmer:innen aus verschiedensten gesellschaftlichen Kontexten die Möglichkeit sich auszuprobieren und ist offen für alle von 12 – 99 Jahren.

Leitung: Ulrike Wolf
Beitrag: 60 € pro Monat / ermäßigt: 30 € pro Monat

Theater macht stark, überwindet Grenzen, ist kommunikativ, vernetzt und verbindet!

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldungen bei Kristine Luther-Goldmann
Tel. 661 52 00 (AB), k.lugo@t-online.de



Dienstag, 10:00 bis 12:30 Uhr



MalZeit - Malen, Zeichnen und Gestalten

Haben Sie bereits einige Erfahrungen im Malen und Zeichnen gesammelt und wünschen sich eine fortlaufende Gruppe unter fachkundiger Anleitung, in der Sie Ihre Kenntnisse erweitern und vertiefen können?

Verschiedene Techniken wie Zeichnen, Aquarell, Acryl und Mischtechniken werden vermittelt und erprobt, um herauszufinden, was dem Einzelnen besonders liegt und seinem Naturell entspricht. Es gibt vielfältige Anregungen, die in der Gruppe gemeinsam realisiert werden können, aber auch eigene Projekte werden gerne begleitet.

Leitung: Regina Wigand (Kunstdozentin, Kunsttherapeutin, Künstlerin)
Kosten: 36,- € monatlich

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Regina Wigand, Tel. 342 83 79 / 0177 781 8748, wigand@snafu.de
Infos Offener Bereich NHU oder bei Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de

Montag, 14-tägig
12.00 bis 13.00 Uhr

Heiteres Gedächtnis- und Konzentrationstraining

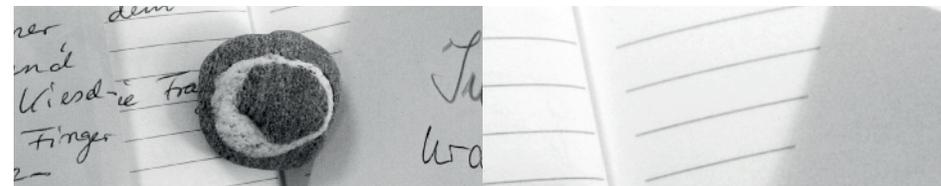
Jedes Treffen steht unter einem anderen Thema, zu dem Wissenswertes vermittelt wird. Früher Gelerntes oder Erfahrenes wird aus dem Wissens-Schatzkästlein herausgelockt und Neues dazu gelernt. Mit verschiedenen Übungen, die allein, zu zweit oder in der Gruppe gemacht werden, wird die geistige Fitness trainiert.

Materialkosten: 2€
Leitung: Rosa Neumüller, Pädagogin für soziale
Kulturarbeit

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

Termine: 16.10. | 13.11. | 27.11. | 11.12.

i Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 030/ 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de oder
Rosa Neumüller
r.neumueller@nachbarschaftshaus.de



Werkstatt Schreiben

Wir schreiben allein und gemeinsam zu alltäglichen und außergewöhnlichen Themen und zu Bildern. Wir spielen mit Worten, experimentieren mit Gedichten, schreiben einfache Texte und probieren unterschiedliche Erzähltechniken aus.

Mit den Methoden des kreativen und autobiografischen Schreibens werden Erlebnisse und Erinnerungen auf spielerische Art und Weise schreibend direkt und unmittelbar gestaltet.

Rechtschreibung und Grammatik sind unwichtig.
Keine Vorkenntnisse erforderlich.
Frauen-Gruppe. Bitte um Anmeldung.

Kosten: Montag 4,00€ / Samstag 7,00€

Leitung: Rosa Neumüller, Pädagogin und Anleiterin für kreative und autobiografische Schreibgruppen

Termine:
Montag, 14-tägig von 12.00 bis 14.00 Uhr
23.10. | 06.11. | 20.11. | 04.12.

Samstag, einmal monatlich von 11.00 bis 14.00 Uhr
04.11. | 02.12.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 030/ 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de oder
Rosa Neumüller
r.neumueller@nachbarschaftshaus.de



Jeden 1. und 3. Mittwoch
12.00 bis 15.00 Uhr

Reparatur Stammtisch

Alles was kaputt ist und zu uns getragen werden kann, wird angesehen und evtl. gemeinsam repariert. Sollte das nicht gelingen, muss das gute Stück wieder mitgenommen werden. Hier treffen Menschen mit defekten Alltagsgegenständen und wenig Reparatur-Know-how auf solche, die reparieren können. Über das gemeinsame Tätigsein entstehen Freundschaften, werden Ideen ausgetauscht und Netzwerke gebildet. Bei defekten Computern und Druckern bitte vorher anrufen.

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Thomas Rausch, Adam Rebot, 0176 519 586 66
oder Sarah Albert, Tel. 285 084 42
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de



1. Sonntag im Monat
12.00 bis 15.00 Uhr

Repaircafé

Was, wenn der Toaster nicht mehr funktioniert und das Radio nichts mehr von sich hören lässt? Wegwerfen? Denkste! Reparieren im Repaircafé! Elektrische Geräte - Spielzeug - Fahrräder - Kleinmöbel und so weiter. . .

- » Gemeinsam kaputte Sachen reparieren
- » Fachkundige Beratung
- » Nette Begegnungen und Inspiration

Eingeladen sind alle Interessierten, natürlich auch Techniker*innen, Bastler und Handwerker*innen, die ihre Erfahrungen mit uns teilen möchten.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Thomas Rausch, 0176 519 586 66
repaircafe.kreuzberg@yahoo.de
Infos im Offenen Bereich NHU oder bei
Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Donnerstag, 17.00 bis 18.30 Uhr

Persischkurs

Die Lehrerin Florance Hamdard aus Afghanistan bietet einen kostenlosen Anfänger*innenkurs für alle Interessierten, die Persisch lernen möchten.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Florance Hamdard, 0176 317 607 43
hamdardflorance1@yahoo.com



Montag bis Donnerstag,
9.30 bis 13.00 Uhr

Integrationskurse für Migrantinnen

Elisi Evi e.V. bietet Integrationskurse für Migrantinnen, gefördert durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge. Die Zielgruppe konstituiert sich aus Frauen folgender drei Gruppen:

Neuzuwandererinnen, Altzuwandererinnen, ALG-II Bezieherinnen. Die Teilnehmerinnen können in kleinen Gruppen in geschützten Räumen die deutsche Sprache lernen und soziale Kontakte knüpfen. Ziele sind der Erwerb ausreichender deutscher Sprachkenntnisse im Sinne der Integrationsziele und eine Auseinandersetzung der Migrantinnen mit den grundlegenden Werten der Gesellschaft, der Rechtsordnung, der Geschichte und Kultur, die das Zurechtfinden in der Gesellschaft und den positiven Umgang mit der neuen Lebenswirklichkeit fördern sollen. In den Schulferien finden keine Kurse statt.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i info@elisi-evi.de



Mittwoch, 16:00 bis 18:00 Uhr

Sprachtreffpunkt „KIEZstart“ für geflüchtete Menschen

Sprache lernen durch Begegnung. Auf dem Niveau von A1 bis C2 werden hier Menschen unterrichtet, die Lust auf Austausch und die deutsche Sprache haben. Auch Menschen, die das lateinische Alphabet noch lernen müssen, finden im Sprachtreffpunkt Platz. Neben der Sprachvermittlung ist auch das Planen und Durchführen gemeinsamer Aktivitäten ein wichtiger Baustein. Wenn du also Lust auf eine entspannte Lernatmosphäre hast, um Deutsch zu lernen – „neue Gesichter“ sind herzlich willkommen!

Der Sprachtreffpunkt wird in Kooperation mit dem Verein KIEZstart angeboten. Kursleiterin: Toma von KIEZstart e.V.

Im RuDi Nachbarschaftszentrum

i Anmeldung bei Lena Mischke, Tel. 0157 83513642
l.mischke@nachbarschaftshaus.de



Montag, 14.00 bis 17.30 Uhr

Sprachcafé Sprechen für Neugierige

Jeden Montag laden wir Euch - neue und alte Berliner, Geflüchtete und Nicht-Geflüchtete ein. Wir wollen gemeinsam sprechen, zuhören, lernen, fröhlich sein, lachen und spielen. Bei Fragen und Problemen mit Behörden suchen wir gemeinsam nach Lösungen. Wie in einem Café gibt es Getränke, kleine Snacks und manchmal selbstgebackenen Kuchen.

Wir freuen uns auf Euch!
Informationen zum Sprachcafé über fb-Gruppe:
Sprachcafés in Berlin

Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

i Sarah Albert, Tel. 285 084 42
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de



Dienstag, 3. Oktober 18.00 Uhr



3. Oktober - Deutschland singt und klingt

Freiheit, Einheit, Hoffnung – Die musikalische Danke-Demo

Der Berliner Liedertafel 1884 e.V. und der Sonari-Chor Berlin laden ein zum OFFENEN SINGEN am Tag der deutschen Einheit.

Dienstag, 3. Oktober
18:00 Uhr Sonari-Chor & Berliner Liedertafel 1884 e.V.
19:00 Uhr Gemeinsames Singen und Musizieren

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Infos unter: <https://3oktober.org/> und www.berliner-liedertafel.de



Freitag, 6. Oktober 15.30 bis 18.30 Uhr



Kleidertauschparty Aussortieren - tauschen - freuen!

Du möchtest deinen Kleiderschrank minimieren? Du hast Lust auf was Neues? Wir laden dich herzlich zu unserer Kleidertauschparty ein.

Das Prinzip ist einfach: Bring aus deinem Kleiderschrank mit, was und so viel oder so wenig du möchtest – Kleidung (gewaschen), Schuhe und Accessoires. Im Gegenzug kannst du Sachen anprobieren und mitnehmen. Die Sachen die übrig bleiben, nimmt der/die ursprüngliche Eigentümer*in wieder mit oder lässt sie da. Der Rest wird in unsere Kleiderkammer einsortiert.

Bring gerne Freunde mit oder lernst neue Leute aus der Nachbarschaft kennen.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Samstag, 7. Oktober 17.00 bis 20.00 Uhr



Inklusive Gartennacht – Nachbarschaftsgarten Kreuzberg

Liebe Familien,
in der Dämmerung der frühen Oktonacht werden wir Pizza im Lehmofen backen, uns mit Stockbrot in der Hand am Lagerfeuer wärmen und mit Naturmaterialien basteln. Vielleicht können wir bei Anbruch der Dunkelheit sogar ein paar Nachttiere entdecken?
Wir laden Euch herzlich zur Inklusiven Gartennacht ein!
ALLE sind willkommen!

Eltern beraten Eltern von Kindern mit und ohne Behinderung e.V. in Kooperation mit der *Kolonie am Flughafen, Nachbarschaftsgarten Kreuzberg, Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.* und dem *Projekt Natur im Herzen (Aktion Mensch)*

Im Nachbarschaftsgarten Kreuzberg

i Tim Ünsal, Tel. 0178 311 2803
t.uensal@nachbarschaftshaus.de



Mittwoch, 11. Oktober 18:30 bis 21:30 Uhr



Art Workshop „Colors of Queerness“

Bei ‚Colors of Queerness‘ kommen wir zusammen, um die gesamte Bandbreite unserer LGBTQ+-Identitäten zu feiern. Durch die Kunst erkunden wir die Schönheit unserer vielfältigen Erfahrungen und fördern die Selbstakzeptanz und das Verständnis füreinander. Es ist ein Ort, an dem jeder Pinselstrich und jedes Collage-Stück uns dabei hilft, zu zeigen, wer wir wirklich sind, und an dem wir als Gemeinschaft, vereint durch die Farben unserer Queerness, stark stehen. In diesem Workshop finden wir Stärke darin, unsere einzigartigen Identitäten zu umarmen. Wir laden Sie ein, sich uns anzuschließen, egal ob Sie erfahrener Künstler oder Erstschöpfer sind, um an dieser Reise der Selbstexpression, der Selbstakzeptanz und des lebendigen Kaleidoskops des LGBTQ+-Lebens teilzuhaben.

Die Veranstaltung findet auf Spendenbasis statt.

At ‚Colors of Queerness‘ we come together to celebrate the full spectrum of our LGBTQ+ identities. Through art, we explore the beauty in our diverse experiences, fostering self-acceptance and understanding. It’s a place where every brushstroke and collage piece helps us express who we truly are, and where, as a community, we stand strong, united by the colors of our queerness. In this workshop, we find strength in embracing our unique identities. We invite you to join us, whether you’re an experienced artist or a first-time creator, to share in this journey of self-expression, self-acceptance, and the vibrant tapestry of LGBTQ+ life.

Donations welcome.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldung unter:
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de
Infos unter: Ayla Römer, 030 690 497 20



Donnerstag, 12. Oktober 13.00 bis 18.00 Uhr

BSR Kieztag auf dem Lausitzer Platz

Haben Sie Kaputttes und Altes zu Hause herumzustecken? Oder vielleicht Gegenstände, die zu schade zum Wegwerfen sind? Beim BSR-Kieztag können Sie Sperrmüll und Elektroschrott loswerden, aber auch gut erhaltenes Sperrgut beim Tausch- und Verschenkenmarkt abgeben. Vielleicht finden auch Sie dort Brauchbares für sich.

In Kooperation mit der BSR wird es Infostände der degewo und Stadtteilkoordination Nördliche Luisenstadt geben.

Auf dem Lausitzer Platz

i Stadtteilkoordination Nördliche Luisenstadt
Tel. 0176 143 764 04 oder 0176 143 751 88
stk-noerdl-luisenstadt@nachbarschaftshaus.de



Freitag bis Sonntag, 13. bis 15. Oktober

Kulturwochenende im RuDi

Freitag 13. Oktober

17:30-21:30 Uhr Tanzen und leckeres Büffet bei der Eröffnungsfeier mit Chor und DJ

Samstag 14. Oktober

10:00-12:00 Uhr Familienbrunch (mit Anmeldung)
12:00-16:30 Uhr abwechslungsreiches Programm für die ganze Familie: Kleider-Tausch, Waffeln und Snacks, Mitmach-Angebote, Jam-Session, „Plastik-Moden-Show“ und Musical

Sonntag 15. Oktober

16:00-20:00 Uhr Aufführung der RuDi-Improvisationstheatergruppe, Tanzen mit der „Passion Chilena“ (chilenische Volkstanz-Gruppe), leckeres Buffet

Alle Programmpunkte, Essen und Getränke sind kostenlos. Wir freuen uns aber über kleine Spenden.

Im RuDi Nachbarschaftszentrum

i Lena Mischke, Tel. 030 2929603 oder
0157 83513642 oder l.mischke@nhu-ev.org
www.rudizentrum.de



Mittwoch, 18. Oktober 18.30 Uhr

Interaktiver Vortrag über eine ungewöhnliche Reise von Berlin nach Laos mit Cycling for Society e.V.

Mit einer Fahrradreise kann man die Welt entdecken oder zu sich selbst finden. Sie kann aber auch dazu genutzt werden, um auf gesellschaftliche Probleme aufmerksam zu machen. Iris und Jan von Cycling for Society e.V. sind in 20 Monaten von Berlin nach Laos geradelt, um auf die Ausgrenzung von psychisch kranken Menschen aufgrund von Stigmatisierung aufmerksam zu machen. In ihrem interaktiven Vortrag „Mit dem Fahrrad gegen Stigma“ möchten sie von den Erlebnissen ihrer Reise berichten und wieso es so wichtig ist, über dieses Thema zu sprechen - in Berlin und überall.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Ayla Römer, Tel. 030 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Freitag bis Sonntag, 3. bis 5. November

Kulturwochenende im Nachbarschaftshaus

Auch in diesem Jahr veranstalten wir unser Kulturwochenende, mit einem bunten kulturellen Angebot für Jung und Alt. Alle Veranstaltungen sind kostenlos, Spenden sind dennoch gerne willkommen.

Unser Programm:

Freitag, 3. November

17:00-18:30 Uhr Lesung „Hinterhaus vier Treppen“ von und mit Rosa Rongsted
19:30 Uhr Cellokonzert mit Athil Hamdan

Samstag, 4. November

11:00-13:00 Uhr Art Workshop „Colors of Queerness“ (nur mit Anmeldung)
12:30-15:30 Uhr Workshop mit „Inklusion Bühnenreif“ (nur mit Anmeldung)
16:00-18:00 Uhr Kreistänze aus verschiedenen Kulturen (im 1. Teil einfache Tänze zum Kennenlernen)
19:30-22:00 Uhr Tanzparty Standard-Latein

Sonntag, 5. November

9:00-12:00 Uhr Familienbrunch - Mit-bring-Brunch und Spielaktionen für Kinder
15:00 Uhr Kindertheater - Otto Kuhnle präsentiert „Direktor sucht Zirkus“

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Samstag, 4. November 11.00 bis 14.00 Uhr

Theaterworkshop für Impro- und Playbacktheater

Inklusion bühnenreif bietet einen Theater Workshop an, in dem wir die Grundprinzipien des Improtheaters und des Playbacktheaters vermitteln möchten. Im achtsamen Miteinander werden wir uns mit Spielfreude der Spontantität widmen. Vielleicht habt ihr Lust und wagt mit uns ein kleines Bühnenabenteuer. Vorerfahrungen auf der Bühne, beim Theaterspiel oder Improvisieren sind nicht erforderlich. Das Team von Inklusion-bühnenreif veranstaltet monatliche Theater-Workshops hier im Nachbarschaftshaus und möchte hiermit Interessierten und Neugierigen einen Einblick in unsere inklusive Arbeit geben.

Im Rahmen des Kulturwochenendes im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Anmeldung: inklusion.buehnenreif@gmx.de oder telefonisch bei Linda, Tel. 0176 63153229 www.inklusion-buehnenreif.de



Mittwoch, 22. November 19.00 Uhr

„Herbst-Winter-Weihnachtskonzert“ der Rhythmussen

Der Frauenchor Rhythmussen gibt zum ersten Mal ein kleines gemütliches Konzert mit der neuen Chorleiterin Jennifer Evans. Es werden verschiedene Lieder gesungen, die von der Stimmung her in die beginnende kalte Jahreszeit bis Weihnachten passen. Es gibt auch Kleinigkeiten zu essen und etwas zu trinken.

Der Eintritt ist frei und nur auf Spendenbasis.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i info@rhythmussen.de, www.rhythmussen.de

Lebendiger Adventskalender

Friedrichshain in Weihnachtsstimmung

Mittwoch, 22. November bis
Sonntag, 3. Dezember

Lebendiger Adventskalender

Jeden Tag öffnet sich das Advents-Türchen mit einer oder gleich mehreren Aktivitäten im Boxhagener-, Rudolf- und Lasker-Kiez. Wir werden gemeinsam singen, Geschichten erzählen, backen und basteln, Theater spielen, Kerzen gießen und vieles mehr. Hier in der Nachbarschaft gibt es jede Menge Neues zu entdecken und Altbewährtes zu teilen.

Aktuelle Informationen zu den einzelnen Aktivitäten finden Sie zeitnah bei den Veranstaltungskündigungen auf: www.rudizentrum.de/stadtteilarbeit

Boxhagener-, Rudolf- und Lasker-Kiez

i Josephine Tipke, Tel. 0176 977 265 34 j.tipke@nhu-ev.org



Freitag, 24. November 14.30 bis 17.00 Uhr

Kinder-Kleidertauschparty Aussortieren - tauschen - freuen!

Bringe gut erhaltene (gewaschene) Kinderkleidung zum Tauschen mit und schau bei den gespendeten Sachen nach passenden Teilen für dein(e) Kind(er).

Wenn du keine Kleidung übrig hast, kannst du natürlich dennoch am Kleidertausch teilnehmen und Kleidungsstücke mitnehmen.

i Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20 s.schaefer@nachbarschaftshaus.de



Freitag, 1. Dezember 15.30 bis 18.30 Uhr

Kleidertauschparty Aussortieren - tauschen - freuen!

Du möchtest deinen Kleiderschrank minimieren? Du hast Lust auf was Neues? Wir laden dich herzlich zu unserer Kleidertauschparty ein.

Das Prinzip ist einfach: Bring aus deinem Kleiderschrank mit, was und so viel oder so wenig du möchtest – Kleidung (gewaschen), Schuhe und Accessoires. Im Gegenzug kannst du Sachen anprobieren und mitnehmen. Die Sachen die übrig bleiben, nimmt der/die ursprüngliche Eigentümer*in wieder mit oder lässt sie da. Der Rest wird in unsere Kleiderkammer einsortiert.

Bring gerne Freunde mit oder lernst neue Leute aus der Nachbarschaft kennen.

Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

i Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20 offener-bereich@nachbarschaftshaus.de



Freitag, 8. Dezember 15.00 bis 18.00 Uhr

Adventsbasar

Der etwas andere Adventsbasar im Nachbarschaftshaus Urbanstraße.

Wir laden ein zu einem gemeinsamen Advents-Nachmittag in der Vorweihnachtszeit mit vielen Überraschungen, Kinderangeboten und Leckereien sowie Stockbrot und Glühwein.

i Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20 offener-bereich@nachbarschaftshaus.de

Wir sind wieder da!

Helga Horn und Marisa Lautsch mit einer neuen BILDERAUSSTELLUNG

Florales, Landschaften, Portraits, Akt, Papierschnitt...

Unser Repertoire ist groß, bunt, schwarz-weiß und vielfältig, und das wollen wir nach langer (Pandemie-) Pause wieder zeigen. Helga Horn und Marisa Lautsch stellen erstmalig in den Räumen vom Nachbarschaftshaus Urbanstraße aus.

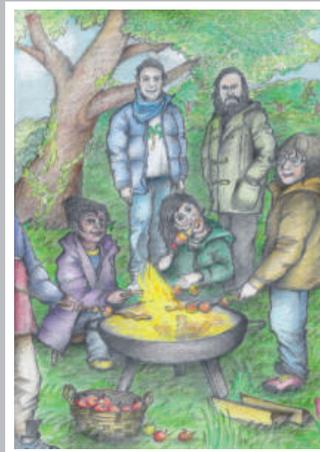


Dauer der Ausstellung: 1. September bis 6. November 2023
Montag bis Freitag von 10.00 bis 17.00 Uhr

Andrejs Mazenko - BEGEGNUNGEN

Andrejs Mazenko begleitete die vielen sozialen Angebote und Workshops des Mehrgenerationenhauses Gneisenastraße als zeichnender Chronist. Begegnungen von Jung und Alt, Helfenden und Bedürftigen, zwischen grünen Inseln und kalten Mauern hält Andrejs fest, mit zärtlicher Hingabe für die Details zwischenmenschlicher Gefühle. Durch seine Bilder wirft Mazenko einen Blick in die städtischen Räume, die von denjenigen, die am Rande stehen,

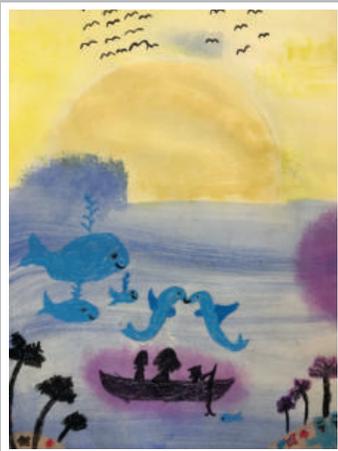
angeeignet, verschönert und mit Erinnerungen angereichert werden. Angesichts einer Gesellschaft, die materielle Bedingungen des Mangels reproduziert, wirken Momente und Orte der spontanen Zusammenkunft und des Lernens dem Imperativ der Ausgrenzung entgegen. In diesem Sinne hebt Mazenko den urbanen Unterbau hervor, der eine gängige Sozialanalyse belebt.
(Textzitate: Paul Sochacki, Dalia Maini)



Dauer der Ausstellung: 29. September bis 27. Oktober 2023
Montag bis Freitag von 10.00 bis 18.00 Uhr

„Gück ist für mich, wenn...“

Wie jedes Jahr hat die Aziz-Nesin-Grundschule im Kontext des türkischen Kinderfestes zum 23. April ihren alljährlichen Malwettbewerb veranstaltet. Mit großartigen Ideen und viel kreativer Energie haben unsere Schüler*innen wunderschöne Bilder zum Motto „Glück ist für mich, wenn...“ gestaltet. Die Schulsiegerinnen und alle ersten Plätze von den Willkommensklassen bis zur Klassenstufe 6 dürfen nun in einer Ausstellung im Nachbarschaftshaus bestaunt werden. Alle sind herzlich willkommen!



Dauer der Ausstellung: 7. November 2023 bis 10. Januar 2024
Montag bis Freitag von 10.00 bis 17.00 Uhr

Aziz-Nesin-İlkokulu, her yıl olduğu gibi bu yıl da 23 Nisan Çocuk Bayramı kapsamında geleneksel resim yarışmasını gerçekleştirdi. Öğrencilerimiz harika fikirleri ve yaratıcı enerjileriyle „Benim için mutluluk...“ konulu güzel resimler oluşturdular. Okul birincileri ve “Hoş geldin” sınıflarından 6. sınıfa kadar tüm birinci olan resimler artık semt evindeki bir sergide hayranlıkla izlenebilir. İlgi duyan herkes sergiye davetlidir.

REGISTER MELDESTELLE MOBILSTATION

Reportar incidentes discriminatorios o de extrema derecha.

Melden Sie rechtsextreme und diskriminierende Vorfälle.

Please report us right-wing and discriminatory incidents.

Ágrın sağıcı ve ayrımcı olayları bize bildirin.

Báo cáo các vụ việc cực đoan và phân biệt đối xử của cánh hữu cho chúng tôi.

Rapportez incidents d'extrême droite et discriminatoires.

Wir sind eine Register-Meldestelle.

www.berliner-register.de

Die Nachbarschaftseinrichtungen unseres Trägers sind Kooperationspartner des bezirklichen Berliner Registers und damit Meldestellen für diskriminierende und rechtsextreme Vorfälle.

In diesen vier Einrichtungen können Sie solche Fälle melden:

- » Nachbarschaftshaus Urbanstraße
- » Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
- » Kreuzberger Stadtteilzentrum
- » Nachbarschaftszentrum RuDi



Die Mobilstation fördert inklusive, umweltfreundliche Mobilität in einer fahrradfreundlichen Stadt. Wir möchten insbesondere Menschen unterstützen, die selbst nicht mobil sind oder nicht Rad fahren können. Hilfe bieten wir entweder selbst oder wir vermitteln Unterstützung über unserer Partner-Projekte.

Die Mobil-Station im Nachbarschaftshaus Urbanstraße bietet

- » Verleih unseres Lastenrades in Kooperation mit dem ADFC
- » Buchung von Fahrten mit unserer Fahrradrickscha in Kooperation mit „Radeln ohne Alter“

Kontakt: Uli Kergel, Tel. 0178 347 69 31 oder 285 084 42
mobilstation@nachbarschaftshaus.de

VEREIN



Der Verein „Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.“ wurde 1954 gegründet.

Als Träger von sozialen, kulturellen und bildungsorientierten Einrichtungen leistet er seinen Beitrag zur Gestaltung eines solidarischen und gerechten Gemeinwesens.

Wir fördern die Begegnung, Integration und Partizipation von Menschen aller Kulturen und Generationen sowie Bürgerbeteiligung, Selbsthilfe und freiwilliges Engagement. Als Partner demokratischer Initiativen und Organisationen wirken wir auf die Verbesserung der Lebenssituation im Sozialraum und die Entwicklung des Stadtbezirks hin.

Das Nachbarschaftshaus Urbanstraße lebt vom freiwilligen Engagement seiner Freunde und Besucher*innen, von Ihren Ideen und Impulsen.

Mitglieder

Der Verein Nachbarschaftshaus Urbanstraße hat gegenwärtig 49 Mitglieder.

Vorstand

1. Vorsitzende Elke Hokamp
2. Vorsitzende Prof. Dr. Gaby Straßburger
1. Schatzmeister Frank Büttner
2. Schatzmeister Wilfried Retka

Arbeitsausschuss

1. Srou Alsrour
2. Frank Büttner
3. Mara Dehmer
4. Jeanette Henne-Kollhammer
5. Elke Hokamp
6. Juliette Kahlert
7. Wilfried Retka
8. Prof. Dr. Gaby Straßburger

Geschäftsführer Markus Runge
Registergericht Berlin-Charlottenburg
Registernummer: VR 2145 B

Mitglied werden

Haben Sie Interesse an der Mitarbeit und Mitgliedschaft im Verein Nachbarschaftshaus Urbanstraße? Möchten Sie die Arbeit unseres Hauses mit Ihrer Mitarbeit und Mitgliedschaft unterstützen?

Nutzen Sie die Chance, gemeinsam mit anderen aktiv in unserem Verein mitzuarbeiten. Sie sind mit Ihren Ideen und Ihrem Engagement jederzeit herzlich willkommen.

Wir informieren Sie gern über die vielfältigen Möglichkeiten.

Nähere Informationen finden Sie unter www.nhu-ev.org
Wir danken Ihnen für Ihr Interesse.

Mit freundlichen Grüßen
Elke Hokamp, Vorstandsvorsitzende
Markus Runge, Geschäftsführer

ARBEITSBEREICHE LAGEPLAN



I. Stadtteilarbeit + Freiwilliges Engagement

- 13** Gemeinwesenarbeit (GWA) Graefe-Kiez
Gemeinwesenarbeit (GWA) am Urbanhafen
Jahnstraße 4, 10967 Berlin
- 7** Gemeinwesenarbeit (GWA) RuDi
Modersohnstraße 55, 10245 Berlin
- 13** Stadtteilkoordination plus
Tempelhofer Vorstadt: Jahnstraße 4, 10967 Berlin
- 14** Stadtteilkoordination plus
Nördl. Luisenstadt: Naunynstraße 73, 10997 Berlin
- 13** StoP - Stadtteile ohne Partnergewalt
Jahnstraße 4, 10967 Berlin
- 4** WILLMA FreiwilligenAgentur
Friedrichshain-Kreuzberg
Grimmstraße 16, 10967 Berlin

II. Bildung und Erziehung

- 1** Kindertagesstätte Spielhaus
NHU, Urbanstraße 21, 10961 Berlin
- 3** Kindertagesstätte TausendFühler
Friesenstraße 4, 10961 Berlin
- 2** Ergänzende Betreuung / Schulsozialarbeit
Bürgermeister-Herz-Grundschule
Wilmsstraße 10, 10961 Berlin
- 5** Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids
Hasenheide 44, 10967 Berlin

- 11** M*UF05 – Kinderfreizeit
Möckernkiez 5, 10963 Berlin

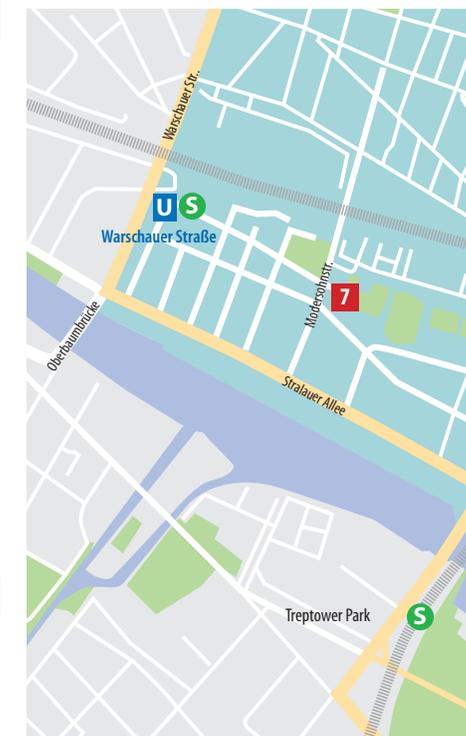
- 6** Jugendfreizeiteinrichtung drehpunkt
Urbanstraße 44, 10967 Berlin
- 8** Jugendhilfeeinrichtung PlanTage
Ohlauer Straße 41, 10999 Berlin

III. Kultur und Nachbarschaft

- 10** Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
Gneisenaustraße 12, 10961 Berlin
- 1** Offener Bereich im Nachbarschaftshaus
NHU, Urbanstraße 21, 10961 Berlin
- 9** Kreuzberger Stadtteilzentrum
Lausitzer Straße 8, 10999 Berlin
- 7** Nachbarschaftszentrum RuDi
Modersohnstraße 55, 10245 Berlin
- 1** Theater
NHU, Urbanstraße 21, 10961 Berlin
- 12** Nachbarschaftsgarten
Kolonie am Flughafen
Züllichauer / Ecke Golbener Str., 10965 Berlin

IV. Beschäftigung und Qualifizierung

- 4** Aktivierungsmaßnahmen, FAV,
TaAM nach §16iSGBII
Grimmstraße 16, 10967 Berlin



DER ETWAS ANDERE

Adventsbasar

FREITAG 8.12.2023

**Der etwas andere Adventsbasar von 15.00 bis 18.00 Uhr
im Nachbarschaftshaus Urbanstraße**

Wir laden zu einem gemeinsamen Advents-Nachmittag in der Vorweihnachtszeit mit vielen Überraschungen, Kinderangeboten und Leckereien, sowie Stockbrot und Glühwein.

Wir freuen uns auf Ihren / Euren Besuch!

Kontakt: Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel: 030 690 497 20
offener-bereich@nachbarschaftshaus.de