



**ZUFLUCHT  
NEHMEN ▾**



**Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.**

**PROGRAMM**  
**1.**  
**24**

**JANUAR • FEBRUAR • MÄRZ**



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

dieses Vorwort schreiben wir Anfang Dezember. Heute ist „Krisenmodus“ zum Wort des Jahres 2023 gewählt worden. Die Zeiten bleiben unruhig und sorgenvoll. Es herrscht der zweite Kriegswinter in der Ukraine, nach dem Überfall der Hamas am 7. Oktober erleben wir seit zwei Monaten die Kämpfe und das Leid in Israel und Palästina und all das, was damit einhergeht an politischen Unruhen auch hierzulande. Der Klimawandel gerät aus dem Blick und macht die Zukunft unsicherer. Der Haushalt ist noch nicht beschlossen und damit einhergeht ebenso viel Unsicherheit darüber, was 2024 an Nachbarschaftsarbeit weitergeführt werden kann - und was nicht. Letzteres macht die Situation aktuell für uns noch herausfordernder.

Ein dicht gefülltes Jahr 2023 liegt hinter uns, das erste nach den Pandemie-Jahren 2020 - 2022. Die Besucher\*innenzahlen sind wieder in die Höhe geschneilt. Die Nachfrage unserer Angebote und Veranstaltungen war riesig groß. Als Teil des Berliner Netzwerkes der Wärme und des bezirklichen Bündnisses „Gemeinsam durch den Winter in Friedrichshain-Kreuzberg“ haben wir ein ganzes Jahr regelmäßig Nachbarschafts- und Solicafés in unseren vier Nachbarschaftseinrichtungen organisiert – die Finanzierung läuft nun allerdings aus. Da die Not nicht kleiner geworden ist, wollen wir versuchen, die Soli- und Nachbarschaftscafés fortzusetzen und hoffen auf Spenden zur Finanzierung dieser Angebote.

Anfang Dezember ist ein neues mehrjähriges Projekt in Trägerschaft des NHU e.V. gestartet – „Zukunftskiez Düttmann-Siedlung“. Wir hoffen, dass wir damit einen



Beitrag für etwas bessere strukturelle Rahmenbedingungen in der Düttmann-Siedlung leisten können.

2024 begehen wir wieder mehrere Jubiläen – vor 25 Jahren wechselten wir unseren Namen – aus Nachbarschaftsheim wurde Nachbarschaftshaus, unsere Freiwilligenagentur WILLMA wurde im selben Jahr 1999 gegründet, unsere Theatergruppe IKARUS feiert sogar 35 Jahre. Vor 10 Jahren gründeten wir mit drei anderen Trägern die DESI Stadtkultur gGmbH in der Ohlauer Straße. Der Nachbarschaftsgarten Kreuzberg begeht 2024 sein 5-jähriges Jubiläum.

Im neuen Jahr starten wir gleich wieder mit größeren Veranstaltungen, zu denen wir herzlich einladen: Die Reihe „Gespräche zur Sprachlosigkeit“ mit Mareice Kaiser und Bahar Sanli“ wird am 16. Januar fortgesetzt, am 17. Januar zeigen wir im Rahmen des Projekts StoP

„Stadtteile ohne Partnergewalt“ den Dokumentarfilm „Zuflucht nehmen“ und am 21. Januar gibt es eine Lesung mit Tayo Awosusi- Onutor. Am 4. Februar laden wir zu einem Familienbrunch im Nachbarschaftshaus ein und am 6. Februar zu einer Veranstaltung im Mehrgenerationenhaus über die Nutzung Künstlicher Intelligenz durch ältere Menschen. Im Nachbarschaftsgarten Kreuzberg feiern wir am 22. März ein großes Newroz-Familienfest.

Ihnen und Euch allen wünschen wir ein friedliches, gesundes und zuversichtliches, neues Jahr 2024, auf gute Nachbarschaft und Zusammenarbeit.

Herzliche Grüße

*Markus Runge* *Dorothee Fischer*  
Markus Runge & Dorothee Fischer



<b>WEIL MITWIRKEN WIRKT</b>	<b>6</b>
<b>SPENDEN</b>	<b>8</b>
<b>REGELMÄSSIGE ANGEBOTE</b>	<b>10</b>
<b>BEGEGNUNG</b>	<b>10</b>
Kiez Café im Kreuzberger Stadtteilzentrum	10
dabei.sein Patenschaften	10
Interkulturelles Begegnungscafé	11
Kiezcafé am Urbanhafen	11
Kochen mit Freunden für die Nachbarschaft	11
Kieztreffen „Barrierefreiheit in Kreuzberg“	12
BürgerGenossenschaft Südsterne e. V.	12
Geschichten suchen Ohren	12
Interkulturelles Frauencafé	13
Familiengarten	13
Verein Yiaki. Freiheit für Eritrea!	13
Nachbarschaftsstammtisch GraefeSüd	14
Lebensmittel für die Nachbarschaft	14
Kreuzberger Tauschring	14
Nachbarschaftsfrühstück	15
Kleiderkammer	15
Stammtisch Pfadfinder*innen	15
UkraMobil!	16

Fröhlich nähern... stricken und häkeln!	16
Familienbrunch im RuDi	16
Café des Offenen Bereichs im Nachbarschaftshaus	17
Waffeln & Outdoorspiele-Verleih im RuDi	17
Nachbarschaftsgarten Kreuzberg	17
<b>BERATUNG</b>	<b>18</b>
Allgemeine Rechtsberatung	18
Rechtsberatung (Sozialrecht)	18
Schuldnerberatung & Krisenberatung	18
Allgemeine Sozialberatung	19
Allgemeine unabhängige Sozialberatung	19
asum Mieterberatung	19
Beratung für Betroffene von Zwangsräumungen	20
Beratung und Coaching bei Arbeitslosigkeit	20
Einstieg in die Welt der Künstlichen Intelligenz (KI)	20
Safe Klick	21
Digital Kompass	21
Digital-Café im RuDi	21
Stadtteilkoordination plus	22
Offenes Lese- und Schreibcafé	22
Offene Beratung PlanTage	22
Freiwilligenberatung	23
SchreiBabyAmbulanz	23

<b>KREATIVANGEOBTE</b>	<b>24</b>
Heiteres Gedächtnis- und Konzentrationstraining	24
Werkstatt Schreiben	24
MalZeit Malen, Zeichnen und Gestalten	24
Reparatur Stammtisch	25
Repaircafé	25
<b>MUSIK, TANZ, BEWEGUNG</b>	<b>25</b>
Offener Singkreis	25
Berliner Liedertafel 1884 e.V.	26
Rhythmusen - Frauenchor	26
Berliner Ukulele Stammtisch	26
Angola Capoeira	27
Capoeira im Mehrgenerationenhaus	27
Kiezsport für Frauen	27
Gymnastik und Tanz 60 plus	28
Vitaltraining für Körper und Kopf	28
Krafttraining - Machen Sie sich stark!	28
Mittwochs-Gymnastik	29
Balance & Fitness	29
Yoga auf dem Stuhl	29
Kreistänze	30
Qigong und Taijiquan für Alle	30



Der erfahrbare Atem (Middendorf)	30
Stadtwanderungen	31
<b>MOBILITÄT</b>	<b>31</b>
Verleih von Lastenrädern	31
Fahrradrikscha-Fahrten	31
<b>OFFENE KINDERANGEBOTE</b>	<b>32</b>
M*UF05- Kinderfreizeit	32
Offener Treff mit	32
wechselnden Angeboten	32
Kochclub	33
Kiez Funkeln	33
Mobil im Kiez 2.0	33
<b>OFFENE JUGENDANGEBOTE</b>	<b>34</b>
Jugendtreff drehpunkt	34
(Ideen)-Werkstatt	34
TrueSkool	34
Berufsberatung	35
Basketball AG	35
Mädchentag / Jungentag	35
Fahrrad-Werkstatt	36

<b>SELBSTHILFE</b>	<b>36</b>
Gemeinsame Wohnungssuche für	36
wohnungslose Geflüchtete	36
Jugend gegen Rassismus	37
NA - Narcotics Anonymous ®	37
NA - Narcotics Anonymous ®	37
ReCycle - Offene Selbsthilfe-Fahrradwerkstatt	38
SCA - Meetings für sexsüchtige Männer	38
Montagschance	38
Mindfulness Group	39
<b>SPIELE</b>	<b>39</b>
Spieltreff Kreuzberg-Süd	39
<b>SPRACHE</b>	<b>39</b>
Sprachcafé Sprechen für Neugierige	39
Sprachtreffpunkt „KIEZstart“ für Geflüchtete	40
Integrationskurse für Migrantinnen	40
Persischkurs	41
<b>THEATER</b>	<b>41</b>
Inklusion bühnenreif	41
Theatergruppe UrbanEnsemble	42
Ikarus Theatergruppe	42

Improtheater im RuDi	43
<b>UMWELT</b>	<b>43</b>
Offener Imkertreff	43
KlikKS - Klimaschutz in kleinen	43
Kommunen und Stadtteilen	43
<b>VERANSTALTUNGEN</b>	
Gespräche zur Sprachlosigkeit	44
Filmvorführung „Zuflucht nehmen“	45
JOKESI Club - Lesung mit Tayo Awosusi- Onutor	45
Kleidertauschparty	46
Familienbrunch	46
Digitale Souveränität älterer	46
Menschen mit KI-Technologien fördern	46
Kinder-Kleidertauschparty	47
Kleidertauschparty	47
Newroz	47
<b>AUSSTELLUNGEN</b>	<b>48</b>
<b>IMPRESSUM   VEREIN</b>	<b>50</b>
<b>KONTAKTE &amp; LAGEPLAN</b>	<b>52</b>

## DABEI SEIN IM NACHBARSCHAFTSHAUS URBANSTRASSE E.V.

WEIL MITWIRKEN  
WIRKT



### Mitwirken

Der Verein Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V. lebt vom vielfältigen Engagement unterschiedlicher Menschen und von ihrer Mitwirkung auf verschiedenen Ebenen. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, sich im Träger zu engagieren und die Arbeit in unseren Einrichtungen und im Stadtteil mitzugestalten und zu prägen.



### Mitarbeit

Sie möchten Teil des Teams werden? Dann sind Sie hier richtig! Wir freuen uns auf Sie als **angestellte Mitarbeitende** (auch in Ausbildung) oder **Honorarkraft**, im Rahmen eines **Praktikums** oder im Rahmen eines **Freiwilligen Sozialen Jahres** oder eines **Bundesfreiwilligendienstes**. Aktuelle offene Stellenausschreibungen finden Sie auf unserer Träger-Webseite. Schicken Sie gerne Ihre (Initiativ-) Bewerbung an: [bewerbung@nachbarschaftshaus.de](mailto:bewerbung@nachbarschaftshaus.de)



### Freiwilliges Engagment

Möchten Sie sich als Freiwillige\*r / als Ehrenamtliche\*r in einem unserer Bereiche einbringen, die Arbeit aktiv mitgestalten und mit Ihren Ideen bereichern? Einige konkrete Möglichkeiten dafür finden Sie ebenfalls auf unserer Webseite. Wenden Sie sich bitte für weitere Informationen und bei Fragen gerne an: Bettina Bofinger, [b.bofinger@nachbarschaftshaus.de](mailto:b.bofinger@nachbarschaftshaus.de)



### Spenden

Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit auch gerne mit einer Geldspende! Jede Spende ist für uns eine große Hilfe, vielen Dank! Geben Sie bitte für projektungebundene Spenden als Verwendungszweck an: „Spende NHU“. Im Programmheft und auf unserer Webseite stellen wir Ihnen auch wechselnd konkrete Projekte vor, über deren Unterstützung wir uns freuen. Bei Bedarf schicken wir Ihnen gerne eine Spendenquittung zu, bitte geben Sie bei der Überweisung Ihre Adresse an.

**Spendenkonto:** Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.  
IBAN: DE44 1007 0848 0526 7646 04 BIC: DEUTDEB110



### Interessiert?

Haben Sie Fragen oder sind Sie interessiert, dann sprechen Sie uns gern an: [www.nhu-ev.org/mitmachen](http://www.nhu-ev.org/mitmachen)



## NACHBARSCHAFTSGARTEN KREUZBERG

Der Nachbarschaftsgarten in der Kolonie am Flughafen ist ein inklusiver Lernort. Hier werden kulturelle, soziale und generationenübergreifende Vielfalt und nachbarschaftliches Miteinander gelebt. Mit Ihrer Unterstützung möchten wir weiterhin regelmäßig Workshops und Bildungsprogramme anbieten, um unser Wissen über nachhaltige Landwirtschaft, ökologisches Gärtnern und Umweltschutz mit der Nachbarschaft zu teilen. Die Spenden ermöglichen es uns, Expert\*innen einzuladen und Ressourcen bereitzustellen. Wir können die Vielfalt in unserem Garten erweitern, indem wir Blumen, Sträucher und Gemüse pflanzen und planen die Einführung nachhaltiger Elemente, wie z. B. Regenwassersammelsysteme und energiesparende Beleuchtung, um unseren ökologischen Fußabdruck zu minimieren. Wir benötigen weiterhin Spenden für die Pacht, Strom und Wasserkosten. Ihre Unterstützung stärkt unsere Bemühungen für eine umweltfreundliche und nachhaltige Entwicklung des Nachbarschaftsgartens Kreuzberg.

Verwendungszweck: Nachbarschaftsgarten



Foto: Holger Groß / Paritätischer Wohlfahrtsverband LV Berlin e.V.

## SCHREIBABYAMBULANZ

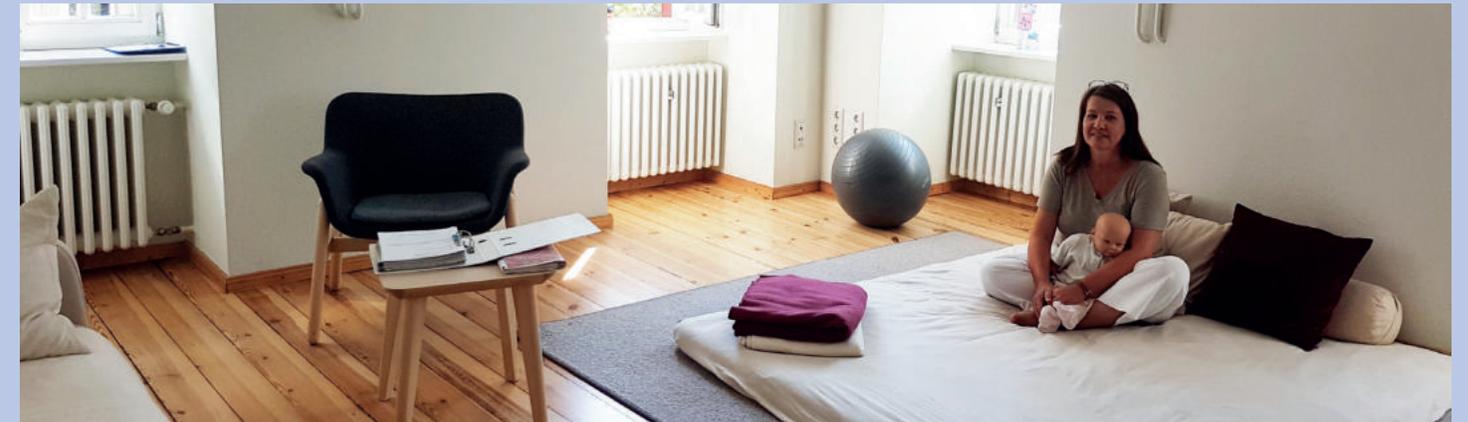
*Wir freuen uns über projektungebundene Spenden für unsere Arbeit, geben Sie bitte in diesem Falle an: Verwendungszweck: „Spende NHU“. Als gemeinnütziger Träger stellen wir Ihnen selbstverständlich eine Spendenquittung aus, bitte geben Sie bei der Überweisung Ihre Adresse für die Zusendung an: Deutsche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

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, Ängs-

te 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



### 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!

- i 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**
- Kreuzberger Stadtteilzentrum ☞**

### 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.

- i Montag-Mittwoch & Freitag 10.00 - 15.00 Uhr**
- Donnerstag, 12.00 - 18.00 Uhr**
- Willma FreiwilligenAgentur ☞**
- Laura Ciomperlik, Katrin Altmann
- Tel. 311 66 00 77 oder 0176 427 730 31
- patenschaften@die-freiwilligenagentur.de

### 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.

- i Mittwoch, 18.00 - 20.00 Uhr**
- Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞**
- Tim Ünsal, Tel. 0178 311 28 03
- t.uensal@nachbarschaftshaus.de

### 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!

- i Donnerstag 13.00-15.00 Uhr**
- An der PlanBude ☞**
- (Bauwagen am Urbanhafen), vor dem Restaurantschiff van Loon am Carl-Herz-Ufer
- Ayla Römer, Tel. 0157 5242 4790
- gwa-urbanhafen@nhu-ev.org

### 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!

- i Freitag, 16.00 - 20.00 Uhr**
- Mehrgenerationenhaus Gneisenastraße**
- Tim Ünsal, Tel. 0178 3112 803 oder 030 285 08442
- t.uensal@nachbarschaftshaus.de

### 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](http://www.nachbarschaftshaus.de) oder erfragen Sie bitte telefonisch.

- Termine bitte erfragen**  
**Gemeinwesenarbeit (GWA) Graefe-Kiez** ☞  
Bahar Sanli, Tel. 0176 4679 8314  
[gwa-graefekiez@nhu-ev.org](mailto:gwa-graefekiez@nhu-ev.org)

### 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](http://www.bg-suedstern.de)

- Montag, 10.00 - 12.00 Uhr**  
**Donnerstag, 18.00 - 20.00 Uhr (Bürozeiten)**  
**In der Willma FreiwilligenAgentur** ☞  
BürgerGenossenschaft Südstern e.V.  
Tel. 030 311 66 00 70 (Bitte ggfls. eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen)

### 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!

- 1 x monatlich Donnerstag, 16.00 - 18.00 Uhr**  
**Termine: 11.01. | 08.02. | 14.03.**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
[JueKretzschmar@gmx.de](mailto:JueKretzschmar@gmx.de)

### 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.

- Mittwoch, 16.00 - 19.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
Laura Ciomperlik, Katrin Altmann  
Tel. 030 311 66 00 77 oder 0176 427 730 31  
[patentschaften@die-freiwilligenagentur.de](mailto:patentschaften@die-freiwilligenagentur.de)

### Familiengarten



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

- Mittwoch, 13.00 - 19.00 Uhr**  
**Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids** ☞  
Tel. 030680 75 375  
[graefe-kids@nachbarschaftshaus.de](mailto:graefe-kids@nachbarschaftshaus.de)

### 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.

- 1. Samstag im Monat, 15.00 - 19.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
[Yiakl.bbr@gmail.com](mailto:Yiakl.bbr@gmail.com)

### Nachbarschaftsstammtisch 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.

- i** **1. Donnerstag im Monat, ab 18.00 Uhr**  
**Dütti-Treff, Urbanstr. 48e, 10967 Berlin** ☞  
Angelika Greis, Tel. 0159 067 086 53  
stk-tempelh-vorstadt@nhu-ev.org  
Emine Yilmaz, Tel. 030 55956110  
wds.nachbarschaft@via-in-berlin.de

### Lebensmittel für die Nachbarschaft



Im Mehrgenerationenhaus Gneisenastraße organisieren wir mit den Menschen der Umgebung regelmäßige Angebote und Aktionen zum Thema Lebensmittel – nachbarschaftlich und unkommerziell. Wir bieten vielfältige Aktivitäten an, von wöchentlichen Ausgaben regionaler Gemüseboxen aus solidarischer Landwirtschaft (Solawi) bis hin zu Verteilungen von geretteten Lebensmitteln durch unseren „Fair-Teiler“. Zudem stehen bei uns gemeinsames Kochen und Essen im Fokus, z.B. durch regelmäßige nachbarschaftliche Kochaktionen (Küfa) mit frischen Gemüsezutaten oder Workshops zum Haltbarmachen von Lebensmitteln. Unsere Aktivitäten sind offen für alle, solidarisch und inklusiv und bieten Gelegenheiten für Engagement und Begegnung!

- i** **Montag bis Freitag, 12.00 - 18.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenastraße**  
Sarah Albert, Tel. 030 285 084 42  
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de  
Tim Ünsal, t.uensal@nachbarschaftshaus.de

### 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.

- i** **Jeden letzten Sonntag im Monat**  
**14.00 - 17.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
www.kreuzberger-tauschring.jimdo.com

### Nachbarschaftsfrühstück



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. Für (Klein-) Kinder gibt es einen Spielbereich. Wir freuen uns auf Euch!

- i** **Donnerstag, 10.00 - 11.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
Bitte um verbindliche Anmeldung bei:  
Sophie Schäfer, 0159 06 44 10 89  
s.schaefer@nhu-ev.org

### 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 Kleidertauschpartys und dienstags im Rahmen des Solicafés.

- i** **Dienstag, 14.00 - 17.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20  
s.schaefer@nhu-ev.org

### 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!

- i** **Donnerstag, 17.00 - 19.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
Jonathan Hansch und Josephine Hoff  
kreuzkoelln@bdp-bbb.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/>

**i** **Dienstag, 14.00 - 17.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Marie Hoepfner, Tel. 0176 99 74 36 24  
[kontakt@mog61ev.de](mailto:kontakt@mog61ev.de)

### Fröhlich nähen... stricken und häkeln!



In der Nähwerkstatt von mog61 Miteinander ohne Grenzen e.V. nähen, stricken und häkeln wir zweimal in der Woche unter fachkundiger Anleitung! Alle können mitmachen, Kenntnisse auffrischen, neue Tricks lernen und schöne Stücke aus Stoff oder Wolle anfertigen - für sich selbst, als Geschenk für andere oder vielleicht sogar als Spende für Obdachlose und Bedürftige. Denn der Winter ist da, und draußen ist es kalt! Bei Kaffee, Tee und manchmal auch Kuchen treffen wir uns in der Nähwerkstatt, plaudern und lernen uns kennen. Die Teilnahme ist kostenlos, Geflüchtete aus aller Welt sind herzlich willkommen!

**i** **Dienstag und Donnerstag, 14.00 - 17.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Marie Hoepfner, Tel. 0176 99743624  
[kontakt@mog61ev.de](mailto:kontakt@mog61ev.de)

### 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!

**i** **1. Samstag im Monat, 9.00 - 12.00 Uhr**  
**RuDi Nachbarschaftszentrum** ☞  
 Anmeldung: Lena Mischke, Tel. 0157 835 136 42  
[l.mischke@nhu-ev.org](mailto:l.mischke@nhu-ev.org)

### Café des Offenen Bereichs im Nachbarschaftshaus



Im Café des Offenen Bereichs habt Ihr täglich die Möglichkeit in unserer gemütlichen Sitzcke oder im Garten zu verweilen. Kaffee, Tee und Kuchen können beim Treuen erworben werden. Kommt gerne vorbei!

**i** **Montag bis Freitag, 9.00 - 17.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Ayla Römer & Team des Offenen Bereichs  
 Tel. 030 690 497 0  
[offener-bereich@nhu-ev.org](mailto:offener-bereich@nhu-ev.org)

### Waffeln & Outdoorspiele-Verleih im RuDi Nachbarschaftscafé



Jeden Montag findet im RuDi von 13.00 bis 16.00 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.

**i** **3. Montag im Monat, 13.00 - 16.00 Uhr**  
**RuDi Nachbarschaftszentrum** ☞  
 Lena Mischke, Tel. 0157 835 136 42  
[l.mischke@nhu-ev.org](mailto:l.mischke@nhu-ev.org)  
[www.rudizentrum.de](http://www.rudizentrum.de)

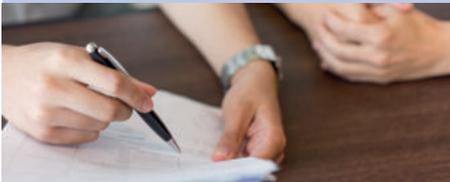
### Nachbarschaftsgarten Kreuzberg



Der Nachbarschaftsgarten ist ein inklusiver Lernort, der von der Kreativität und dem Engagement der Nachbarschaft geprägt ist. Als Ort der Begegnung spiegelt der Garten die bunte Vielfalt unserer Gemeinschaft wider. Hier gärtnern und feiern Menschen unterschiedlichen Alters, mit verschiedenen kulturellen Hintergründen und Erfahrungen zusammen. Diese Vielfalt macht unseren Garten nicht nur zu einem farbenfrohen Ort, sondern fördert auch den interkulturellen Austausch und das gemeinsame Lernen. Durch die gemeinsame Pflege der Beete und das Teilen von Ernten entsteht ein Gefühl der Gemeinschaft und des Miteinanders. Regelmäßig finden Veranstaltungen und Workshops statt - Pflanzaktionen, Arbeitseinsätze, Kräuterseminare, saisonale Feste. Sie bieten die Möglichkeit, neues Wissen zu erlangen und zugleich auch die Nachbarschaft besser kennenzulernen.

**i** **Nachbarschaftsgarten Kreuzberg** ☞  
 Tim Ünsal, Tel. 0178 311 2803  
[t.uensal@nachbarschaftshaus.de](mailto:t.uensal@nachbarschaftshaus.de)  
[www.nachbarschaftsgarten-kreuzberg.de](http://www.nachbarschaftsgarten-kreuzberg.de)

### Allgemeine Rechtsberatung



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

**i Termine nach Vereinbarung  
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. 030 612 66 66

**1. und 3. Mittwoch/Monat, 16.00 - 18.00 Uhr  
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞**

Sicherer Termin nur mit Anmeldung!  
Sozial- und Zivilrecht. Bitte die notwendigen Unterlagen mitbringen.  
Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20  
s.schaefer@nhu-ev.org

### 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. **Nur mit Anmeldung!**

**i Freitag, 14-tägig, 15.00 - 17.00 Uhr  
RuDi Nachbarschaftszentrum ☞**

Anmeldung: Lena Mischke, Tel. 0157 835 136 42  
l.mischke@nhu-ev.org

### Schuldnerberatung & 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 Regangebot integriert ist – bspw. Sozialberatung mit Klärung von Leistungsansprüchen bei JobCenter und Sozialamt.

**i Termine nach Vereinbarung  
Kreuzberger Stadtteilzentrum ☞**

Petra Wojciechowski  
Tel. 030 612 66 66 oder 01590 6771290

### 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.

**i Mittwoch, 11.00 - 17.00 Uhr  
RuDi Nachbarschaftszentrum ☞**

Anmeldung: Lena Mischke, Tel. 0157 835 136 42  
l.mischke@nhu-ev.org

### Allgemeine unabhängige Sozialberatung



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

**i Termine nach Vereinbarung  
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞**

Montag 13.00 - 16.00 Uhr, Freitag 10.00 - 15.00 Uhr  
Sophie Schäfer, Tel. 690 497 20  
s.schaefer@nhu-ev.org

**Termine nach Vereinbarung  
Kreuzberger Stadtteilzentrum ☞**

Mo 10.00 - 12.00 Uhr  
Samira Maarouf, Tel. 030 612 66 66 oder  
0179 4375720, taarouf@nhu-ev.org

Montag 10.00 - 12.00 Uhr  
Mittwoch 14.00 - 16.30 Uhr  
Donnerstag 13.00 - 16:30 Uhr  
Petra Wojciechowski  
Tel. 030 612 66 66 oder 01590 6771290  
sozialberatung-stz@nhu-ev.org

### 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/](http://www.asum-berlin.de/mieterberatung/)

**i Termine nach Vereinbarung  
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**

Bitte für die Beratung im Voraus bei asum telefonisch anmelden unter Tel. 030 29 34 31 0 oder per E-mail: [info@asum-berlin.de](mailto:info@asum-berlin.de)

### 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.

- Termine nach Vereinbarung**  
**Kreuzberger Stadtteilzentrum** ☒  
Petra Wojciechowski  
Tel. 612 66 66 oder 01590 677 12 90  
stadtteilzentrum@nhu-ev.org

### 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 Gutscheineverfahren vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit berlinweit übernommen werden.

- Termine nach Vereinbarung**  
**Beschäftigung & Qualifizierung** ☒  
Birgit Sunder Pläßmann, Tel. 030 62735701  
beschaeftigung@nhu-ev.org

### 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 werden angekündigt auf:** [www.mgh-gneisenau.de](http://www.mgh-gneisenau.de)  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
Tim Ünsal, Tel. 0178 311 28 03  
t.uensal@nachbarschaftshaus.de

### 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

- Freitag, 16.30 - 18.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
Kontakt: Hussein Alabdo, Tel. 0176 41219141  
Informationen: Sarah Albert, Tel. 030 285 084 42,  
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de

### 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!“

- Dienstag, 16.00 - 18.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
Tim Ünsal, Hussein Alabdo, Tel. 285 084 42  
t.uensal@nachbarschaftshaus.de

### 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.

- Montag, 14-tägig, 16.00 - 18.00 Uhr**  
**RuDi Nachbarschaftszentrum** ☒  
Lena Mischke, Tel. 0157 835 136 42  
l.mischke@nhu-ev.org  
Tim Ünsal, Tel. 0178 311 2803  
t.uensal@nachbarschaftshaus.de  
[www.rudizentrum.de](http://www.rudizentrum.de)

### Stadtteilkoordination plus



Die Stadtteilkoordination informiert über Planungsvorhaben 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.

#### **i Sprechzeiten / Termine nach Vereinbarung Tempelhofer Vorstadt**

Jahnstraße 4, 10967 Berlin  
Do 14.00 - 17.00 und Fr 10.00 - 13.00 Uhr  
Angelika Greis, Tel. 0159 067 086 53  
Veit Hannemann, Tel. 0176 143 751 88  
stk-tempelh-vorstadt@nhu-ev.org

#### **Nördliche Luisenstadt**

Naunyastraße 73, 10997 Berlin  
Di 14.00 - 17.00 und Mi 10.00 - 13.00 Uhr  
Brigitte Reheis, Tel. 0176 143 764 07  
Veit Hannemann, Tel. 0176 143 751 88  
stk-noerdl-luisenstadt@nhu-ev.org

### 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.

#### **i Dienstag, 14.00 - 15.30 Uhr Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße** Tim Ünsal, Tel. 0178 3112803 und 030 285 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.

#### **i Termine nach Vereinbarung PlanTage** Rahel Kiunke-Eke, Martha Kröner, Hannah Berns Tel. 030 691 8521 plantage@nhu-ev.org

### 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.

#### **i Mo-Mi, Fr 10.00-15.00Uhr/Do 12.00-18.00Uhr Willma FreiwilligenAgentur** ☞ Andrea Brandt, Tel. 030 311 66 00 77 info@die-freiwilligenagentur.de www.die-freiwilligenagentur.de

### 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.

#### **i Dienstag und Freitag 9.00 - 14.00 Uhr Kreuzberger Stadtteilzentrum** ☞ Lausitzer Straße 8, 10999 Berlin (Seitenflügel links) Anja Hable, Alexandra Tuxhorn-Eichler Tel. 0151 420 292 08 oder 030 61 62 99 82

#### **i Montag und Mittwoch, 9.00 - 13.00 Uhr RuDi Nachbarschaftszentrum** ☞ Modersohnstraße 55, 10245 Berlin Alexandra Tuxhorn-Eichler, Tel. 0151 420 292 08 oder 030 292 96 03

#### **i Dienstag, 11.00 - 15.00 Uhr Familienzentrum Menschenskinder** ☞ Fürstenwalder Straße 30, 10243 Berlin Alexandra Tuxhorn-Eichler, Tel. 0151 420 292 08 Anmeldung unter Tel. 030 235 999 650

#### **i Nur nach Terminvereinbarung Praxis Einklang** ☞ Mehringdamm 66, 10961 Berlin (Hinterhaus rechts, Hochparterre) Claudia Theil, Tel. 0157 393 273 49 Dipl. Psychologin, Entwicklungspsychologische Beraterin, Krisenbegleiterin

### 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

- i Montag, 14-tägig, 12.00 - 13.00 Uhr**  
**Termine:** 15.01. | 29.01. | 12.02. | 26.02. | 11.03. | 25.03.  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Rosa Neumüller, r.neumueller@nhu-ev.org

### 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

- i Montag, 14-tägig, 12.00 - 14.00 Uhr**  
**Termine:** 22.01. | 05.02. | 19.02. | 04.03. | 18.03.  
**Samstag, 1 x monatlich von 11.00 - 14.00 Uhr**  
**Termine:** 13.01. | 03.02. | 02.03.  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Rosa Neumüller, r.neumueller@nhu-ev.org

### 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 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.

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

- i Dienstag, 10:00 - 12:30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Regina Wigand, Tel. 030 342 83 79 / 0177 781 8748  
 wigand@snafu.de

### 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.

- i Jeden 1. und 3. Mittwoch, 11.00 - 15.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Thomas Rausch und Adam Rebot, 0176 519 586 66 oder Sarah Albert, Tel. 030 285 084 42  
 mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de

### 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.

- i 1. Sonntag im Monat, 12.00 - 15.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Thomas Rausch, 0176 519 586 66  
 repaircafe.kreuzberg@yahoo.de  
 Infos: Offener Bereich NHU oder bei  
 Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20  
 offener-bereich@nhu-ev.org

### 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!

- i Mittwoch, 13.00 - 15.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Anmeldung: Bärbel Selge, Tel. 030 346 549 66 oder  
 offener-bereich@nhu-ev.org

### 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! Kommen Sie direkt zu einem der Probenabende!

**i** **Donnerstag, 19.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Matthias Funk, Tel. 0176 2281 5296  
 schriftfuehrer@berliner-liedertafel.de  
 info@berliner-liedertafel.de

### Rhythmusen - 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. 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 €

**i** **Montag, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße**  
 Anmeldung und Infos: Tel. 030 216 77 46 oder  
 030 612 7463, info@rhythmusen.de  
 www.rhythmusen.de

### 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!

**i** **Jeden zweiten und letzten Donnerstag**  
**im Monat ab 19.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** (Gelber Salon)  
 Martin Maier, ukulele.session.berlin@gmail.com

### 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!

**i** **Mittwoch, 19.00 bis 21.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Elena Ferrari, elli.ferrari@gmail.com und  
 filhosdeangola@yahoo.de

### 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.

**i** **Donnerstag, 18.30 - 20.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Leitung: Melanie Hernandez Sanchez  
 Tel. 0163 208 43 31, ngomaberlin@posteo.de

### 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.

**i** **Dienstag, 12.00 - 13.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Sirin Günel, Tel. 030 690 497 0

### 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

**i** **Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße 3**  
 Helle Niesytka, Tel. 0178 699 3558

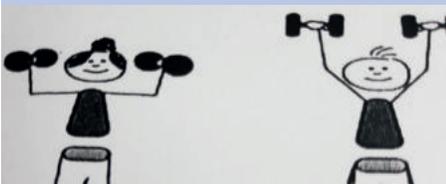
### Vitaltraining für Körper und Kopf



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.

**i** **Donnerstag, 13.00 - 14.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Elzbieta Lalasz, Kiezsportübungsleiterin  
 Tel. 030 505 854 57  
 Sarah Albert, Tel. 030 285 084 42  
 mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de

### 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.

**i** **Donnerstag, 14.00 - 15.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Elzbieta Lalasz, Kiezsportübungsleiterin  
 Tel. 030 505 854 57  
 Sarah Albert, Tel. 030 285 084 42  
 mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de

### 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.

**i** **Mittwoch, 10.00 - 11.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Elzbieta Lalasz, Kiezsportübungsleiterin  
 Tel. 030 505 854 57  
 Sarah Albert, Tel. 030 285 084 42  
 mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de

### Balance & Fitness



Für ältere Menschen aus der Nachbarschaft, die Spaß und Freude an schwungvoller 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.

**i** **Donnerstag, 10.00 - 11.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Elzbieta Lalasz, Kiezsportübungsleiterin  
 Tel. 030 505 854 57  
 Sarah Albert, Tel. 030 285 084 42  
 mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de

### 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.

**i** **Donnerstag, ab 16.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Kursleitung: Regina Pröckl, Tel. 030 788 17 55

## 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. Bei nassem Wetter bitte ein trockenes Paar Schuhe mitbringen. Bitte vor der ersten Teilnahme Kontakt aufnehmen.

*Beginn:* 04.01.2024

*Kosten:* 5,- € pro Termin (einzeln belegbar)

**i** **Donnerstag, 17.30 - 18.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
 Leitung: Christine Nimtsch  
 raumnutzung@nhu-ev.org

## 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 Übungen entwickeln innere Ruhe und Gelassenheit. Teilnahme auf Spendenbasis! Teilnahme an den Terminen nur mit vorheriger Anmeldung!

**i** **Freitag, 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Sonntag, 10.00 - 12.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
 Anmeldung und Infos: mynonas@gmail.com

## 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, Atempädagoge/Therapeut nach Middendorf

**i** **Montag, 9.30 - 11.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
 Thomas Abee, Tel. 030 845 912 11, t-abee@gmx.de

## Stadtwanderungen



Das Angebot ist für Menschen, die gut zu Fuß und ohne Gehhilfen unterwegs sind. Wir erwandern uns Stadt- und Erholungsparks und finden dabei oftmals versteckte Kleinode oder 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  
*Treffpunkt:* 10.00 Uhr, Foyer Nachbarschaftshaus  
*Leiterinnen:* Rosa Neumüller, Eveline Schlichting

**i** **Freitag, 14-tägig, 10.00 - 14.00 Uhr**  
**Termine:** 09.02. | 23.02. | 15.03. | 22.03.  
 Rosa Neumüller, r.neumueller@nhu-ev.org

## Verleih von Lastenrädern



Über unsere Mobilstation besteht die Möglichkeit, Lastenräder auszuleihen. Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße erfolgt der Verleih der beiden Lastenräder „Schnelle Uschi“ und „Ulle“ in Kooperation mit dem ADFC über die fLotte Berlin. Eine Buchung ist möglich unter: [www.flotte-berlin.de](http://www.flotte-berlin.de). Auch im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße steht ein Lastenrad zum Verleih zur Verfügung.

**i** **Montag bis Freitag, 10.00 - 17.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
 Offener Bereich, Tel. 030 690 497 20  
 offener-bereich@nhu-ev.org

**Montag bis Freitag, 11.00 - 17.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Anfragen und Buchungen: Uli Kergel  
 Tel. 0178 347 69 31, mobil@mgh-gneisenau.de

## Fahrradrikscha-Fahrten



Unsere 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. Fahrten mit unserer Fahrradrikscha – in Kooperation mit „Radeln ohne Alter“ – können gebucht werden bei und über Uli Kergel oder persönlich im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße.

**i** **Montag bis Freitag, 11.00 - 17.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Anfragen und Buchungen: Uli Kergel  
 Tel. 0178 347 69 31, mobil@mgh-gneisenau.de

## 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.. Gern können interessierte Kinder & Eltern sich auch in unseren Mail-Verteiler aufnehmen lassen.

**i** **Dienstag bis Samstag, 13.00 - 19.00 Uhr**  
**M\*UF05 Kinderfreizeiteinrichtung** ☞  
 Steffi Bahrs, Rada Pescarus, Jérôme Spors  
 Tel. 030 920 32 308 oder 0179 43 14 639  
 mufo5@nachbarschaftshaus.de  
 Instagram: kfe\_im\_moeckernkiez  
 www.mufo5.de

## 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.

**i** **Sonntag, 12.00 - 18.00 Uhr**  
**Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids** ☞  
 Tel. 030 680 753 75  
 graefe-kids@nachbarschaftshaus.de

## 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.

**i** **Montag, 16.00 - 18.00 Uhr**  
**Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids** ☞  
 Tel. 030 680 753 75  
 graefe-kids@nachbarschaftshaus.de

## 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.

**i** **Mittwoch, 16.00 - 17.30 Uhr**  
**Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids** ☞  
 Weitere Infos und Termine: [www.koduku.de](http://www.koduku.de) oder [corinna@weiner@gmail.com](mailto:corinna@weiner@gmail.com)

## 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.

**i** **Jeweils von 14.00 - 18.00 Uhr**  
**Dienstag: Werner-Düttmann-Platz** ☞  
**Mittwoch: Spielstraße in der Böckhstraße** ☞  
**Donnerstag: Werner-Düttmann-Platz** ☞  
 Leila Ibrahim und Kay Kramer, Tel. 0155 10824633  
[k.kramer@nachbarschaftshaus.de](mailto:k.kramer@nachbarschaftshaus.de)  
[l.ibrahim@nachbarschaftshaus.de](mailto:l.ibrahim@nachbarschaftshaus.de)

### 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!

- i** **Dienstag bis Samstag, 14.00 - 20.00 Uhr**  
**Jugendtreff drehpunkt** 📍  
Jugendtreff drehpunkt, Tel. 01590 6494423  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

### (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.

- i** **Donnerstag, 15.00 - 18.00 Uhr**  
**Jugendtreff drehpunkt** 📍  
Tel. 01590 6494423  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

### 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.SKOO!

- i** **Donnerstag & Freitag, 16.00 - 20.00 Uhr**  
**Jugendtreff drehpunkt** 📍  
Tel. 01590 6494423  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de  
facebook.com/trueskoolberlin/

### 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

- i** **Dienstag & Donnerstag, 16.00 - 18.00 Uhr**  
**Jugendtreff drehpunkt** 📍  
Tel. 01590 6494423  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

### 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.

- i** **Donnerstag, 16.00 bis 18.00 Uhr**  
**Jugendtreff drehpunkt** 📍  
Tel. 01590 6494423  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

### 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!

- i** **Dienstag / Mittwoch, ab 14.00 Uhr**  
**Jugendtreff drehpunkt** 📍  
Tel. 01590 6494423  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

### 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.

- i** **Dienstag & Donnerstag, 15.00 - 18.00 Uhr**  
**Jugendtreff drehpunkt** ☒  
Tel. 01590 6494423  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

### Gemeinsame Wohnungssuche für wohnungslose Geflüchtete



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)

- i** **Termine nach Vereinbarung**  
Melanie Lenk, Mara Höfs & Denia Rodriguez  
0176 758 694 42 oder 0174 549 159 7  
info@wohnscouting.de, www.wohnscouting.de

### Jugend gegen Rassismus



Die Selbsthilfegruppe trifft sich immer im KiezCafé des Kreuzberger Stadtteilzentrums.

- i** **Dienstag, 19.00 - 21.00 Uhr**  
**Kreuzberger Stadtteilzentrum** ☒  
Thomas Heilmann, Tel. 0151 204 431 41  
Petra Wojciechowski, Tel. 030 612 66 66  
stadtteilzentrum@nhu-ev.org

### 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.

- i** **Donnerstag, 20.30 - 21.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
Hotline: 0800 44533 62 / 0800 HILFE NA  
www.na-berlin.de

### 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“

- i** **Mittwoch, 19.30 - 21.00 Uhr**  
**Samstag, 14.00 - 15.45 Uhr**  
**Kreuzberger Stadtteilzentrum** ☒  
Hotline: 0800 44533 62 / 0800 HILFE NA  
www.na-berlin.de

### 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.

- Dienstag, 15.00 - 18.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
Infos: Offener Bereich NHU oder bei  
Ayla Römer & Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20  
offener-bereich@nhu-ev.org

### 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.

- Donnerstag, 11.30 - 12.30 Uhr**  
**Kreuzberger Stadtteilzentrum** ☒  
scaberlin@gmx.net  
www.sca-berlin.org

### Montagschance



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

- Montag, 18.15 - 19.45 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
Alex, Tel. 030 403 66 60, info@montagschance.de

### Mindfulness Group



Learn practices of presence and relaxation. During this hourly Tuesday meeting, we will explore the practice of mindfulness and relaxation as well as reflect on the personal benefits of the practice.

Group language is English, others per request. Our services are free, drop ins welcome. Supported by: Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales

- Dienstag, 11.00 - 12.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
Maria Moukhina, Tel. 0 175 537 2903  
maria.moukhina@ib.de, welcome-support.de

### 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, auch auf [www.eventbrite.de](http://www.eventbrite.de). Ab 20 Jahre, bitte um freiwilligen Kostenbeitrag.

- Freitag, 18.00 - 23.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
Björn Edler, Tel. 0157 746 300 78  
spieifest-berlin@web.de  
www.gesellschaftsspieler-gesucht.de  
www.meetup.com/de-DE/berlin-board-gamers/

### 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

- Montag, 14.00 - 17.30 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
Sarah Albert, Tel. 030 285 084 42  
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de

### 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.

**i** **Mittwoch, 16:00 - 18:00 Uhr**  
**RuDi Nachbarschaftszentrum** ☒  
Bitte um Anmeldung:  
Lena Mischke, Tel. 0157 83513642  
l.mischke@nhu-ev.org

### Integrationskurse für Migrantinnen



Eliši 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.

**i** **Montag bis Donnerstag, 9.30 - 13.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
info@elisi-evi.de

### Persischkurs



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

**i** **Donnerstag, 17.00 - 18.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
Florance Hamdard, 0176 317 607 43  
hamdardflorance1@yahoo.com

### Inklusion bühnenreif Improvisations- und Playbacktheater Workshops



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.

Wir bieten monatliche Begegnungsworkshops an im Nachbarschaftshaus Urbanstraße. Mit Hilfe von Theatermethoden des Improvisations- und Playbacktheaters möchten wir, durch das Auf-die-Bühne-bringen von Erlebtem und Erträumtem emotionale Bewegung und Integration, Selbstmitgefühl und die Schaffung innerer und äußerer Spielräume fördern. Verbundenheit und bejahendes Miteinander ist das Ziel unserer Workshops für Menschen, die durch ihre Sehbehinderung, ihr Stottern, ihre Krebserkrankung, ihre soziale Angst, oder sonstigen Einschränkungen zu oft, trotz des Rechts auf Teilhabe, ausgeschlossen werden. Egal, ob du Spielerfahrung hast oder nicht, wir ebnen Dir den Weg auf die Bühne.

Neue Teilnehmer:innen für die Workshopstage, sowie Interessent:innen für die Mitarbeit im Leitungsteam, sind herzlich willkommen.

**i** **Workshopstage, 11.30 bis 16.30 Uhr**  
**Termine: 14.1. | 18.2. | 10.3.**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☒  
Linda Steuernagel, Tel. 0176 631 532 29  
inklusion.buehnenreif@gmx.de  
www.inklusion-buehnenreif.de  
Facebook: Inklusion bühnenreif  
Instagram: @inklusion.buehnenreif

### 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.



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

Leitung:Ulrike Wolf

Beitrag: 60 € pro Monat / ermäßigt: 30 €pro Monat

- i Montag, 17.00 - 19.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße**   
Anmeldungen bei Kristine Luther-Goldmann  
Tel. 661 52 00 (AB), k.lugo@t-online.de

### Ikarus Theatergruppe



Laiendarsteller\*innen verschiedener Lebensalter treffen sich jeden Freitag 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.

- i Freitag, 15.30 bis 18.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße**   
Jens Clausen, Tel. 0178 563 34 92  
ikarus@nachbarschaftshaus.de

### 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 ...

- i Mittwoch, 19.00 - 21.00 Uhr**  
**RuDi Nachbarschaftszentrum**   
Anmeldung: Jens Clausen, 0178 5633 492 oder  
mail@jens-clausen.de

### 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](http://www.imkerverein-kreuzberg.de) informieren, ob der Treff online oder im NHU stattfindet.

- i 1 x monatlich Montag 19.00 - 21.30 Uhr**  
**Termine: 15.01. | 19.02. | 18.03.**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße**   
Benedikt Stockmayer, Tel. 0179 488 0873  
info@imkerverein-kreuzberg.de  
[www.imkerverein-kreuzberg.de](http://www.imkerverein-kreuzberg.de)

### 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!

- i Nach Vereinbarung**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße**   
Ayla Römer, Tel. 0157 5242 4790  
a.roemer@nachbarschaftshaus.de

## Gespräche zur Sprachlosigkeit mit Mareice Kaiser &amp; Bahar Sanli



Nachdem Mareice Kaiser und Bahar Sanli im November den Raum für Gespräche zur Sprachlosigkeit eröffnet haben, setzen sie die Gesprächsreihe am 16. Januar im Nachbarschaftshaus fort.

Wir leben in einer Krise der Menschlichkeit, in der rechtsextreme, menschenverachtende Weltanschauungen und Haltungen zunehmen und gesellschaftsfähig werden.

Wie gehen wir damit um? Was können wir tun - als Einzelne oder als Kollektiv? Darüber möchten wir mit den Menschen aus der Nachbarschaft in einer offenen, achtsamen und wertschätzenden Atmosphäre sprechen. Gemeinsam mit den Besucher\*innen möchten wir nach möglichen Antworten und Strategien suchen.

Bitte um vorherige Anmeldung unter:  
gwa-graefekiez@nhu-ev.org

**i** **Dienstag, 16. Januar 18.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
Bahar Sanli, gwa-graefekiez@nhu-ev.org  
Instagram: gwagraefekiez  
www.graefe-kiez.de

## Filmvorführung „Zuflucht nehmen“



Im Projekt StoP „Stadtteile ohne Partnergewalt“ zeigen wir den Dokumentarfilm „Zuflucht nehmen“. Der Film will auf die Situation von gewaltbetroffenen Frauen aufmerksam machen und auf strukturelle Probleme hinweisen, die es erschweren, Gewaltsituationen überhaupt verlassen zu können. Anschließend an die Filmvorführung findet eine Fragerunde mit der Regisseurin Selina Höfner statt.

**i** **Mittwoch, 17. Januar 18 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
Carla Miranda Contreras und Melanie Lenk  
stop-partnergewalt@nhu-ev.org

## JOKESI Club - Lesung mit Tayo Awosusi-Onutor



Jovanka, Kemi und Sina sind die besten Freundinnen und zufälligerweise auch die Gründerinnen vom JOKESI Club. Außer ihrer Freundschaft haben die drei Freundinnen noch etwas gemeinsam. Jovanka und Kemis Familie sind Roma. Sinas Familie sind Sinti. Der Club hat schon so einige knifflige Rätsel und Fälle gelöst. Die 3 Freundinnen gehen in die 4. Klasse einer Grundschule in Berlin. Eigentlich läuft alles ganz normal, wie immer eben. Bis nach den Herbstferien Lukas neu in ihre Klasse kommt. Eines Tages sehen die 3 Freundinnen Lukas hinter der Turnhalle weinend auf dem Boden sitzen. Was ist da nur passiert? Wieso weint Lukas? Und wo ist seine grüne Mütze? Jovanka, Kemi und Sina wissen sofort: Das ist ein Fall für den JOKESI Club.

Tayo Awosusi-Onutor ist Sängerin, Autorin, Regisseurin, Politische Aktivistin, Mutter und lebt in Berlin. Aufgrund der Erfahrung in der Bildungsarbeit mit Kindern und Jugendlichen war für die Autorin klar, dass es für BiPOC Kinder sehr wenig Identifikationsmöglichkeiten in Büchern und weiteren Medien gibt. Mit dem JOKESI Club möchte Tayo Awosusi-Onutor eine Buchreihe schaffen, in der BiPoc Kinder im Mittelpunkt stehen und die Held\*innen der Geschichte sind.

www.jokesiclub.de

**i** **Sonntag, 21. Januar 14.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
Bahar Sanli, gwa-graefekiez@nhu-ev.org  
Instagram: gwagraefekiez  
www.graefe-kiez.de

## 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 du möchtest – Kleidung (gewaschen, bitte max. 15 Teil pro Person mitbringen!), 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.

**i** **Freitag, 26. Januar 15.30 - 18.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20  
 offener-bereich@nachbarschaftshaus.de

## Familienbrunch



Das Team aus dem Offenen Bereich des Nachbarschaftshaus Urbanstraße lädt alle Familien zu einem Mit-Bring-Brunch ein. Wir bitten alle darum, etwas zum Brunch bei zu tragen. Es wird eine Müsli Station und Waffeln geben. Kaffee und Tee auf Spendenbasis. Der Saal verwandelt sich in ein buntes Spieleparadies: Bewegungsparcours, Hoola Hop Reifen, Kleinkindbereich, Holzseisenbahn, Leszelt und vieles mehr. Altersempfehlung: Familien mit Kleinkindern und älteren Geschwistern.

Barrierefreier Zugang über unseren Fahrstuhl, Platz für Buggys im Haus, eine ruhige Ecke zum Stillen und Wickelmöglichkeiten sind vorhanden.

**i** **Sonntag, 4. Februar 9.30 - 12.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Sophie Schäfer, Tel. 0159 06 44 10 89  
 s.schaefer@nhu-ev.org  
 www.nachbarschaftshaus.de

## Digitale Souveränität älterer Menschen mit KI-Technologien fördern



Kann Künstliche Intelligenz zur Lebensqualität beitragen und wenn ja, in welcher Weise? Ältere Menschen gehören zu der gesellschaftlichen Gruppe in Deutschland, die vom Nutzen von KI-Anwendungen bisher wenig profitieren, obwohl entsprechende Technologien einen Beitrag zu ihrer Lebensqualität leisten können. Dabei kann es sich um Sprachassistenten handeln, die den Alltag vereinfachen, um Haushaltsgeräte, die körperlich anstrengende Arbeit abnehmen oder um Apps, die bei Sehbeeinträchtigungen helfen, die Umgebung besser wahrzunehmen. KI kann aber auch Spaß machen, etwa mit Spielen oder im Umgang mit KI-Robotern. Kommt mit uns ins Gespräch und lernst interessante Technologien und smarte Geräte vor Ort kennen.

**i** **Dienstag, 6. Februar 16.00 - 18.00 Uhr**  
**Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße**  
 Tim Ünsal, Tel. 0178 311 2803  
 t.uensal@nachbarschaftshaus.de

## Kinder-Kleidertauschparty



## Aussortieren - tauschen - freuen!

Bringe gut erhaltene (gewaschene) Kinderkleidung zum Tauschen mit und schaue bei den gespendeten Sachen nach passenden Teilen für dein(e) Kind(er). Bitte max. 1 große Tüte pro Kind mitbringen! Wenn du keine Kleidung übrig hast, kannst du natürlich dennoch am Kleidertausch teilnehmen und Kleidungsstücke mitnehmen.

**i** **Freitag, 23. Februar 14.30 - 17.00 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Sophie Schäfer, Tel. 0159 06 44 10 89  
 s.schaefer@nhu-ev.org  
 www.nachbarschaftshaus.de

## 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 du möchtest – Kleidung (gewaschen, bitte max. 15 Teil pro Person mitbringen!), 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.

**i** **Freitag, 22. März 15.30 - 18.30 Uhr**  
**Nachbarschaftshaus Urbanstraße** ☞  
 Sophie Schäfer, Tel. 030 690 497 20  
 offener-bereich@nhu-ev.org

## Newroz



## Familienfest mit dem LebensmittelPunkt Bündnis-Küfa Friedrichshain-Kreuzberg

„Newroz“ ist das kurdische Neujahrsfest und der Frühlingsbeginn. Um das Neujahrsfest und den Frühlingsanfang gemeinsam zu feiern, laden der Nachbarschaftsgarten Kreuzberg und die LMP-Bündnis Küfa Friedrichshain-Kreuzberg alle Familien zum jährlichen Newroz-Kinder- und Familienfest ein. Serpil und ihr Team „Küche für Alle“ backen Şam-Börek für die Nachbarschaft.

**i** **Freitag, 22. März 18.00 - 22.00 Uhr**  
**Nachbarschaftsgarten Kreuzberg** ☞  
 Tim Ünsal, Tel. 0178 311 2803  
 t.uensal@nachbarschaftshaus.de

## WIE ES UNS GEFÄLLT - Zeichnung, Aquarell, Acryl, Mischtechnik und Collage

Die Dienstagsmalgruppe MalZeit des Nachbarschaftshaus Urbanstraße unter Anleitung von Regina Wigand zeigt ihre experimentierfreudigen Arbeiten in unterschiedlichen Techniken. Die Malgruppe findet jeden Dienstag von 10:00-12:30 Uhr in der Veranda des NHU statt und nimmt noch neue Teilnehmer\*innen auf.



**Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße**  
**Dauer der Ausstellung:** 11. Januar bis 21. Februar  
 Montag bis Freitag von 10.00 - 17.00 Uhr

**Vernissage:** 12. Januar, 19.00 Uhr



## FARBEN LINIEN FORMEN

Die Exponate der Ausstellung von Regina Schuster sind abstrakt oder gegenständlich gewählt, farbfreudig in der Darstellung. Gefühle und Stimmungen finden ihren Ausdruck über Farben, wobei die Werke beim Betrachten Raum für Interpretation lassen...



**Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße**  
**Dauer der Ausstellung:** 22. Februar bis 03. April  
 Montag bis Freitag von 10.00 - 17.00 Uhr

**Vernissage:** 27. Februar, 17.00 - 18.30 Uhr



## MARISA LAUTSCH Bilderausstellung

Florales, Landschaften, Portraits, Akt... Das Repertoire ist groß, bunt und vielfältig.



**Im Kreuzberger Stadtteilzentrum**  
**Dauer der Ausstellung:** bis 29. Februar  
 Montag und Donnerstag von 10.00 - 17.00 Uhr  
 Dienstag und Freitag von 10.00 - 13.00 Uhr  
 Mittwoch 10.00 - 12.00 Uhr | 14.00 - 17.00 Uhr





### Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.

Urbanstraße 21 · 10961 Berlin

Tel. 030 - 690 49 70 · Fax 030 - 693 73 09

info@nhu-ev.org · www.nhu-ev.org



**Herausgeber:** Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.

**Redaktion:** Bettina Bofinger, Markus Runge

**Verantwortlich:** Markus Runge

**Gestaltung:** Brigitte Reheis

**Stand:** Dezember 2023

**Auflage:** 1.500 Stück

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

### 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, von Ihren Ideen und Impulsen.

### Mitglieder

Der Verein Nachbarschaftshaus Urbanstraße hat gegenwärtig 51 Mitglieder.

### Vorstand

1. Vorsitzende Sabine Trautwein
2. Vorsitzende Jeanette Henne-Kollhammer
1. Schatzmeister Wilfried Retka
2. Schatzmeister Ilse Böge

### Arbeitsausschuss

1. Srour Alsrour
2. Ilse Böge
3. Wolfgang Hahn
4. Jeanette Henne-Kollhammer
5. Juliette Kahlert
6. Wilfried Retka
8. Sabine Trautwein

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 Trägers mit Ihrer 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](http://www.nhu-ev.org) Wir danken Ihnen für Ihr Interesse.

Mit freundlichen Grüßen  
Sabine Trautwein, Vorstandsvorsitzende  
Markus Runge, Geschäftsführer



### Nachbarschaft & Kultur



#### Offener Bereich im Nachbarschaftshaus

Urbanstraße 21, 10961 Berlin · Tel. 030 690 497 20  
offener-bereich@nhu-ev.org

#### Kreuzberger Stadtteilzentrum

Lausitzer Straße 8, 10999 Berlin · Tel. 030 612 66 66  
stadtteilzentrum@nhu-ev.org

#### Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

Gneisenaustraße 12, 10961 Berlin · Tel. 030 285 084 42  
mgh-gneisenau@nachbarschaftshaus.de

#### Nachbarschaftszentrum RuDi

Modersohnstraße 55, 10245 Berlin · Tel. 030 292 96 03  
leitung.rudizentrum@nhu-ev.org

#### Nachbarschaftsgarten Kreuzberg

Zülichauer / Ecke Golßener Straße, 10965 Berlin  
Kolonie am Flughafen · Mobil 0178 311 2803  
t.uensal@nachbarschaftshaus.de

#### Theater

Urbanstraße 21, 10961 Berlin · Mobil 0178 563 34 92  
ikarus@nachbarschaftshaus.de



### Stadtteilarbeit & Freiwilliges Engagement



#### Gemeinwesenarbeit (GWA) Graefe-Kiez

Jahnstraße 4, 10967 Berlin · Mobil 0176 467 98 314  
gwa-graefekiez@nhu-ev.org

#### Gemeinwesenarbeit (GWA) Urbanhafen

Jahnstraße 4, 10967 Berlin · Mobil 0157 524 247 90  
gwa-urbanhafen@nhu-ev.org

#### Gemeinwesenarbeit (GWA) RuDi

Modersohnstraße 55, 10245 Berlin · Mobil 0176 977 265 34  
j.tipke@nhu-ev.org

#### StoP Kreuzberg - Stadtteile ohne Partnergewalt

Jahnstraße 4, 10967 Berlin  
stop-partnergewalt@nhu-ev.org

#### Stadtteilkoordination plus Tempelhofer Vorstadt

Jahnstraße 4, 10967 Berlin · Mobil 01590 670 8653  
stk-tempelh-vorstadt@nhu-ev.org

#### Stadtteilkoordination plus Nördliche Luisenstadt

Naunynstraße 73, 10997 Berlin  
Mobil 0176 143 764 07 / 0176 143 751 88  
stk-noerdl-luisenstadt@nhu-ev.org

#### WILLMA FreiwilligenAgentur FHXB

Grimmstraße 16, 10967 Berlin · Tel. 030 311 66 00 77  
info@die-freiwilligenagentur.de



### Bildung & Erziehung



#### Kindertagesstätte Spielhaus

Urbanstraße 21, 10961 Berlin · Tel. 030 690 497 14  
spielhaus@nhu-ev.org

#### Kindertagesstätte TausendFühler

Friesenstraße 4, 10961 Berlin · Tel. 030 694 68 90  
tausendf@nachbarschaftshaus.de

#### Ergänzende Förderung und Betreuung

##### Bürgermeister-Herz-Grundschule

Wilmsstraße 10, 10961 Berlin  
hort@nhu-ev.org

#### Schulsozialarbeit

##### Bürgermeister-Herz-Grundschule

Wilmsstraße 10, 10961 Berlin  
schulsozialarbeit@bmh-schule.de

#### Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids

Hasenheide 44, 10967 Berlin · Tel. 030 680 753 75  
graefe-kids@nachbarschaftshaus.de

#### M\*UF05 – Kinderfreizeit

Möckernkiez 5, 10963 Berlin  
Tel. 030 920 32 308 / Mobil 0179 431 4639  
mufo@nachbarschaftshaus.de



### Beschäftigung & Qualifizierung



#### Aktivierungsmaßnahmen, TaAM nach

**§16iSGBII, MAE-AGH**  
Grimmstraße 16, 10967 Berlin · Tel. 030 627 357 01  
beschaeftigung@nhu-ev.org

#### Jugendfreizeiteinrichtung drehpunkt

Urbanstraße 44, 10967 Berlin · Mobil 01590 649 44 23  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

#### Jugendhilfeeinrichtung PlanTage

Ohlauer Straße 41, 10999 Berlin · Tel. 030 691 85 21  
plantage@nhu-ev.org

#### Zukunftskiez Werner-Düttmann-Siedlung

Hasenheide 44, 10967 Berlin · Tel. 030 680 753 75  
c.sutter@nachbarschaftshaus.de

#### Mobil im Kiez 2.0

Hasenheide 44, 10967 Berlin · Mobil 0155 108 246 33  
l.librahim@nachbarschaftshaus.de  
k.kramer@nachbarschaftshaus.de

#### Mobil im Kiez 3.0 - GraefeBoys

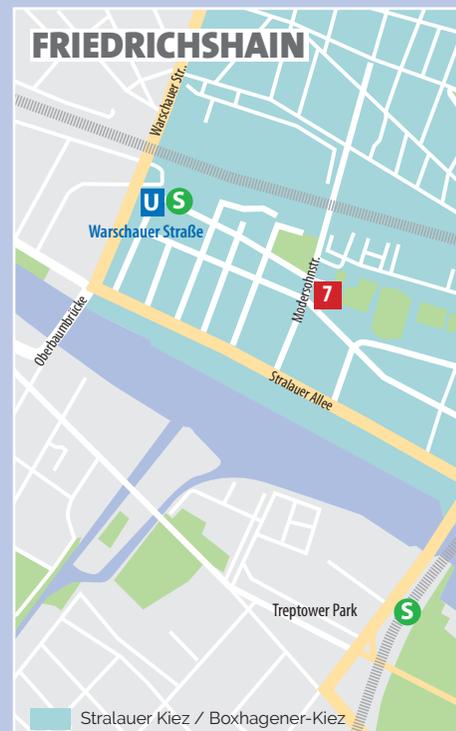
Urbanstraße 44, 10967 Berlin · Mobil 0178 732 6420  
drehpunkt@nachbarschaftshaus.de

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

In diesen Einrichtungen können Sie solche Fälle melden:

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

## LAGEPLAN &amp; STANDORTE



- 1** Offener Bereich im Nachbarschaftshaus  
Kindertagesstätte Spielhaus  
Theater
- 2** Ergänzende Förderung und Betreuung  
Schulsozialarbeit Bürgermeister-Herz-Grundschule
- 3** Kindertagesstätte TausendFühler
- 4** WILLMA FreiwilligenAgentur Friedrichshain-Kreuzberg  
Beschäftigung & Qualifizierung
- 5** Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids  
Mobil im Kiez 2.0
- 6** Jugendfreizeiteinrichtung drehpunkt  
Mobil im Kiez 3.0  
Zukunftskiez Werner-Düttmann-Siedlung
- 7** Nachbarschaftszentrum RuDi  
Gemeinwesenarbeit (GWA) RuDi
- 8** Jugendhilfeeinrichtung PlanTage
- 9** Kreuzberger Stadtteilzentrum
- 10** Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
- 11** M\*UFOS – Kinderfreizeit
- 12** Nachbarschaftsgarten Kreuzberg
- 13** Gemeinwesenarbeit (GWA) Graefe-Kiez  
Gemeinwesenarbeit (GWA) Urbanhafen  
StoP Kreuzberg - Stadtteile ohne Partnergewalt  
Stadtteilkoordination plus Tempelhofer Vorstadt
- 14** Stadtteilkoordination plus Nördliche Luisenstadt



# Solicafés

**Montags, 13 - 16 Uhr**  
Nachbarschaftscafé im RuDi  
Das Kultur- und Nachbarschaftszentrum  
Modersohnstraße 55  
10245 Berlin



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



**Freitags, 10 - 13 Uhr**  
Solicafé im  
Kreuzberger Stadtteilzentrum  
Lausitzer Straße 8  
10999 Berlin



**Freitags, 16 - 20 Uhr**  
Solicafé im MGH  
„Gemeinsam kochen und essen“  
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustr. 12  
10961 Berlin



Die Solicafés sind Orte, um zusammenzukommen, zu plaudern oder sich einfach in der kalten Jahreszeit aufzuwärmen. 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 in den Solicafés verweilen, ohne etwas zu konsumieren.

Und wer Lust hat, kann auch freitags im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße bei den solidarischen Kochabenden mit gemeinsamen Essen mitmachen. Geplante Kulturangebote sind kostenlos. Die Cafés finanzieren sich teilweise über Spenden.

Kommt gerne vorbei, alleine oder mit Kindern, Freund\*innen, Nachbar\*innen...  
Wir freuen uns über Euren Besuch.

Kontakt: Bahar Sanli, [b.sanli@nhu-ev.org](mailto:b.sanli@nhu-ev.org)  
[www.nhu-ev.org](http://www.nhu-ev.org)

