



Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.

PROGRAMM IV. 26

OKTOBER • NOVEMBER • DEZEMBER



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

in diesem Jahr mussten wir unser Sommerfest Ende Juni absagen, Temperaturen über 40°C waren angekündigt (und wurden am Tag selbst tatsächlich auch erreicht) und wir wussten, dass das weder unseren Mitarbeitenden noch den Besucher*innen zumutbar ist. Rückblickend war es die richtige Entscheidung, aber sie zu treffen und die Absage zu verkünden, ist uns sehr schwergefallen. Monatelang hatten wir alles vorbereitet, viele Menschen hatten auf das Fest hin gefiebert. In den Wochen zuvor hatte es oft geheißen – „Wir sehen uns auf dem Sommerfest!“. Und dann fand es einfach nicht statt. Der Klimawandel lässt uns überlegen, inwieweit ein Fest am Rande des Sommers künftig eher passend sein könnte.

Ansonsten aber waren die Sommermonate wieder gefüllt mit zahlreichen Veranstaltungen und Festen. Die Ikarus-Premiere Ende Juni, das Sommerfest Ü60 bei uns im Garten des NHU - organisiert vom Netzwerk „Für mehr Teilhabe älterer Menschen“ - Anfang September, die große Informationsveranstaltung im Graefe-Kiez zur neuen Aufnahmeeinrichtung Hasenheide sowie der Tag des offenen Denkmals im Nachbarschaftshaus, die Ferienreisen und das Sommerprogramm unserer Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen.

Seit Juni setzen wir „Rechte und Wege“ um, ein über die Bundeszentrale für politische Bildung finanziertes Modellprojekt. Wir sind stolz darauf, unter 200 Bewerbungen ausgewählt worden zu sein und zu den bundesweit insgesamt 10 Modellprojekten zu gehören (siehe S. 12/13).



In den Monaten bis zum Jahresende halten wir wieder zahlreiche Veranstaltungen für Sie und Euch bereit:

Wir freuen uns auf den dritten KiezKlima-Markt, der am 9. Oktober - erstmals im Nachbarschaftshaus-Garten - gemeinsam mit vielen Initiativen stattfinden wird.

Weitere Highlights im November sind ganz sicherlich das Kulturwochenende im NHU und die Veranstaltung des Projektes StoP mit dem Titel „Partnergewalt ist untragbar“ – eine künstlerische Performance mit feministischer Modenschau.

Am 4. Dezember planen wir unseren „Winterbasar“ und laden Sie schon heute herzlich dazu ins Nachbarschaftshaus ein.

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

Wie es im nächsten Jahr in der Nachbarschaftsarbeit weitergehen wird, ist angesichts der anstehenden Wahlen und ihres ungewissen Ausgangs leider äußerst unklar. Bitte bleiben Sie uns gewogen und machen Sie möglichst an vielen Stellen deutlich: Wir brauchen eine lebenswerte und gerechte Stadt für alle (#berlinbessermachen; #unkürzbar).

Kommen Sie gut durch Herbst und Winter.
Herzliche Grüße

Mark Runge und Sarah Rosenhammer

Gerne möchten wir Sie auf unsere Schließzeiten im Nachbarschaftshaus Urbanstraße aufmerksam machen:

19. Oktober 2026 – 30. Oktober 2026
23. Dezember 2026 – 08. Januar 2027

INHALT



VORWORT	2
WEIL MITWIRKEN WIRKT	8
SPENDEN	10
PROJEKTVORSTELLUNG	12
REGELMÄSSIGE ANGEBOTE	
BEGEGNUNG	14
Kiez Café im Kreuzberger Stadtteilzentrum	14
dabei.sein Tandems	14
Kieztreffen „Barrierefreiheit in Kreuzberg“	15
BürgerGenossenschaft Südsterne e. V.	15
Nachbarschaftsgarten Kreuzberg	15
UkraMobil - Fahrräder für Geflüchtete	16
Fröhlich nähnen...	16
Krabbelgruppe	16
Interkulturelles Frauencafé	17
Familiengarten	17
Verein Yiaki. Freiheit für Eritrea!	17
Geschichten suchen Ohren	18
Küchentischgespräche bei Tee & Snacks	18

Lebensmittel für die Nachbarschaft	18
Kochen mit Freunden	19
Kitchen+	19
Nachbarschaftsfrühstück	19
Solicalfé Limón	20
Café des Offenen Bereichs im Nachbarschaftshaus	20
Soli-Frühstück	20
Familienbrunch im RuDi	21
Café RuDi	21
Dumpling Dienstag	21
Kiez-Treff - Stadtteile ohne Partnergewalt	22
Gedenkaktion gegen Feminizide	22
Gärtnern gegen Gewalt	22
StoP Mobil	23
Lebensheldin Sisterhood	23
Ü60 Treffen Erfahrung & Begegnung auf Spanisch	23
Kleiderkammer	24
Kreuzberger Tauschring	24
Co-Working RuDi Nachbarschaftshaus	24
Co-Working im Nachbarschaftshaus Urbanstraße	25
Strickgruppe	25
Freundschaftsgarten mit Nachbarn aus aller Welt	25

Allgemeine unabhängige Sozialberatung	26
Sozialberatung	26
Allgemeine Rechtsberatung	27
Rechtsberatung Sozialrecht	27
Schuldnerberatung & Krisenberatung	27
Beratung für Betroffene von Zwangsräumungen	28
Beratung und Coaching bei Arbeitslosigkeit	28
asum Mieterberatung	28
Digital-Café im RuDi	29
Einstieg in die Welt der Künstlichen Intelligenz (KI)	29
Digital Kompass	29
Freiwilligenberatung	30
Beratung zu Mediensucht in Familien	30
Lerntherapie für Kinder	30
Traumapädagogische Fachberatung	31
Kiez inklusiv! leben	31
Stadtteilkoordination in FH-XB	31
SchreiBabyAmbulanz	32
Offenes Lese- und Schreibcafé	32
Schreib-Café im RuDi	33
KL – Körperliche Lebendigkeit	33



KREATIVANGEBOTE	33
Feministischer Stickkreis	33
Kreativdienstag	34
Mach mit beim StoP-Fundbuch	34
Werkstatt Schreiben	34
Repaircafé	35
Reparatur Stammtisch	35
Heiteres Gedächtnis- und Konzentrationstraining	35
MalZeit Malen, Zeichnen und Gestalten	36

MUSIK, TANZ, BEWEGUNG	36
Mittwochs-Gymnastik	36
Balance & Fitness	36
Krafttraining - Machen Sie sich stark!	37
Vitaltraining für Körper und Kopf	37
Yoga auf dem Stuhl	37
Kiezsport für Frauen	38
Gymnastik und Tanz 60 plus	38
Qigong für Anfänger	38
Der erfahrbare Atem (Middendorf)	39
Lindy Hop Swingtanz Kurse	39

Tanz für Every.Body	40
Stadtwanderungen	40
Capoeira im Mehrgenerationenhaus	40
Singkreis	41
Berliner Ukulele Stammtisch	41
Berliner Liedertafel 1884 e.V.	41
Kreistänze	42
Rhythmussen - Frauenchor	42
Yoga - Slow Vinyasa für Anfänger*innen	42

MOBILITÄT	43
Verleih von Lastenrädern	43
OFFENE KINDERANGEBOTE	43
M*UFOS- Kinderfreizeit	43
Kochclub	44
Mobil im Kiez 2.0	44
Kiez Funkeln	44
Offener Treff mit wechselnden Angeboten	45

OFFENE JUGENDANGEBOTE	45
Basketball AG	45
Fahrrad-Werkstatt	45
Jugendtreff drehpunkt	46
(Ideen)-Werkstatt	46
TrueSkool	46
Berufsberatung	47
Mädchentag / Jungentag	47

SELBSTHILFE	47
SCA – Meetings für sexsüchtige Männer	47
Gemeinsame Wohnungssuche für Geflüchtete	48
Jugend gegen Rassismus	48
NA - Narcotics Anonymous ®	48
NA – Narcotics Anonymous ®	49
Montagschance	49
ReCycle - Offene Selbsthilfe-Fahrradwerkstatt	49

SPIELE	
Spieltreff Kreuzberg-Süd	50
Spieletreff im Kreuzberger Stadtteilzentrum	50

**SPRACHE**

Sprachcafé im RuDi	50
Integrationskurse für Migrantinnen	51
Persischkurs	51
Sprachcafé - Sprechen für Neugierige	51

THEATER

Inklusion bühnenreif	52
StoP-Forumtheatergruppe für Frauen	52
Improtheater im RuDi	52
Ikarus Theatergruppe	53

UMWELT

Offener Imkertreff	53
EM - Effektive Mikroorganismen	53

VERANSTALTUNGEN**OKTOBER**

Mitsingkonzert der Berliner Liedertafel	54
Kleidertausch im RuDi - Für Kinder	54
KiezKlimaMarkt - Markt für Klima und Umwelt	55
Kinder-Kleidertausch im NHU	55
Familienbrunch	55

NOVEMBER

Solicafé Mittagskonzert	56
Kulturwochenende im NHU	56
Partnergewalt ist untragbar	56
Sercan Öztürk – Eine akustische Begegnung mit Bağlama und Cura	57

DEZEMBER

Winterbasar	57
-------------	----

AUSSTELLUNGEN**IMPRESSUM & VEREIN
KONTAKTE & LAGEPLAN**

58

62

64



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.



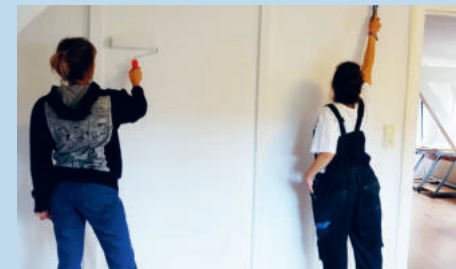
Mitarbeit

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@nhu-ev.org



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@nhu-ev.org



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

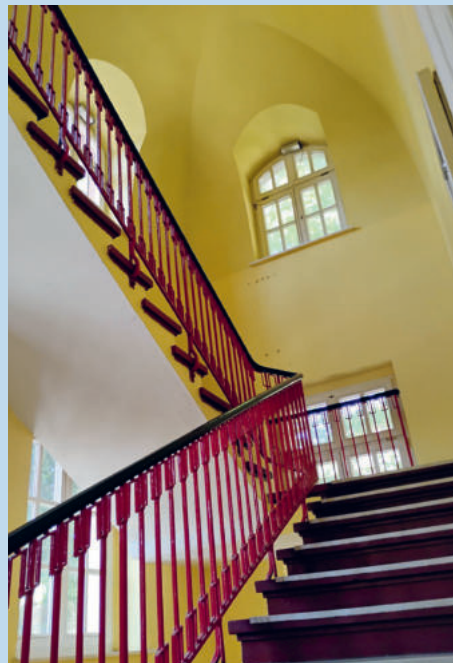


RENOVIERUNG DES TREPPENHAUSES IM RUDI

Das RuDi Nachbarschaftshaus ist ein offener Ort der Begegnung, des Austauschs und der gegenseitigen Unterstützung im Rudolfskiez in Berlin-Friedrichshain. Täglich kommen Menschen aus der Nachbarschaft zu unseren vielfältigen sozial-kulturellen Angeboten und Veranstaltungen ins Haus. Damit sich alle Besucher*innen bei uns wohlfühlen, möchten wir auch die Räumlichkeiten freundlich und einladend gestalten.

Besonders unser Treppenhaus ist inzwischen deutlich in die Jahre gekommen: Die Wände über drei Etagen weisen zahlreiche Gebrauchsspuren auf und benötigen dringend einen neuen Anstrich. Mit Ihrer Spende tragen Sie dazu bei, das Treppenhaus wieder hell, sauber und einladend zu gestalten – und damit diesen Raum aufzuwerten, den täglich viele Menschen auf ihrem Weg durch das RuDi nutzen. Jede Unterstützung hilft uns, unser Nachbarschaftshaus als lebendigen und angenehmen Ort für alle zu erhalten.

Verwendungszweck: Renovierung RuDi Treppenhaus



SPENDEN

UNSERE SCHREIBABYAMUBLANZ

Mit der SchreiBabyAmbulanz (SBA) als Angebot der Krisenintervention für Eltern mit Kindern bietet das Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V. an vier Orten in Friedrichshain-Kreuzberg Beratung und Hilfe an. Außer Schreiproblematiken sind Regulationsstörungen, wie schlechter Schlaf oder Probleme beim Stillen, oft Thema in der Beratung. Aber auch Probleme wie postnatale Depression, Ängste oder Ablehnung des Kindes seitens der Eltern oder eines Elternteils, werden behandelt. Die Eltern sind oft erleichtert, dass in der SBA jemand sie versteht, ernst nimmt und praktische Hilfe anbietet, ohne sie zu bevormunden. Mit wenigen Sitzungen kann bereits viel erreicht werden: Bindungsstörungen und gewalttätige Übergriffe aus Überforderung können verhindert, ein gesundes Aufwachsen des Kindes unterstützt werden. Die SBA verzeichnet nach wie vor eine sehr hohe Nachfrage, die mit der bestehenden öffentlichen Finanzierung nicht vollständig abgedeckt werden kann. Mit Ihrer Spende können Sie uns dabei helfen, weitere Familien in der Bewältigung ihrer Krisen zu unterstützen.

Verwendungszweck: Spende SchreiBabyAmbulanz



Wir freuen uns über **projektungebundene Spenden** für unsere Arbeit, geben Sie bitte in diesem Falle an: Verwendungszweck: **Spende NHU**

Spendenkonto Deutsche Bank:
Nachbarschaftshaus Urbanstraße e.V.
IBAN: DE44100708480526764604
BIC: DEUTDE33110

Als gemeinnütziger Träger stellen wir Ihnen selbstverständlich eine Spendenquittung aus, bitte geben Sie bei der Überweisung Ihre Adresse für die Zusendung an.

RECHTE & WEGE POLITISCHE BILDUNG IM KIEZ

Seit Mitte Juni gibt es das Projekt „Rechte & Wege“ in Kreuzberg. Es dockt an bestehende Strukturen der Beratungs- und Gemeinwesenarbeit an. Das Projekt richtet sich insbesondere an Erwachsene, die von Armut, sozialem Ausschluss oder unsicheren Lebenslagen betroffen sind.

Viele Menschen kennen ihre sozialen und politischen Rechte nicht. Oder sie erleben Hürden, wenn sie Unterstützung suchen. Scham, komplizierte Zugänge und Behördenlogiken können den Weg zu Beratung und gesellschaftlicher Teilhabe erschweren. Auch die Erfahrung, nicht gehört zu werden, kann eine Hürde sein.

„Rechte & Wege“ setzt genau dort an: im Umfeld von Beratung, im Anschluss an Beratungsgespräche und aufsuchend im Kiez. Beratung bleibt dabei Beratung. Das Projekt schafft ergänzende Räume für Orientierung, Gespräch und politische Bildung. Die Angebote sind niedrigschwellig, alltagsnah und auf Augenhöhe.

Im Mittelpunkt steht die Beziehungsarbeit. Gemeinsam mit bestehenden Sozialberatungsstellen und Einrichtungen im Kiez werden neue Zugänge erprobt und entwickelt. Dazu gehören zum Beispiel das Kiezcafé mobil, Pop-up Orientierungspunkte an Beratungstagen und weitere partizipative Formate.

Diese Angebote bieten Raum für Austausch, Orientierung und Fragen: Welche Rechte habe ich? Wo bekomme ich Unterstützung? Wie kann ich mich in meinem Umfeld einbringen? Und welche Möglichkeiten gibt es, gemeinsam über soziale Rechte, Wohnen, Armut und Teilhabe ins Gespräch zu kommen?

„Rechte & Wege“ richtet sich besonders an Menschen mit Sozialleistungsbezug, Wohnrisiken und anderen Armutserfahrungen. Dazu gehören auch Menschen, die Zugangsbarrieren, Scham oder Ausschluss erleben. Ebenso richtet sich das Projekt an Menschen in Erwerbsarmut oder mit brüchigen Lebensbiografien.

Das Projekt wird von Salka Wetzig koordiniert. Unterstützt wird sie von Iris Palasser als Projektmitarbeiterin.

Gefördert wird „Rechte & Wege“ von der Bundeszentrale für politische Bildung. Die Förderung erfolgt im Rahmen der Ausschreibung „Mitten im Alltag“.



Kontakt: Iris Palasser
i.palasser@nhu-ev.org, 01556 7566156

Salka Wetzig
s.wetzig@nhu-ev.org, 01556 7741785



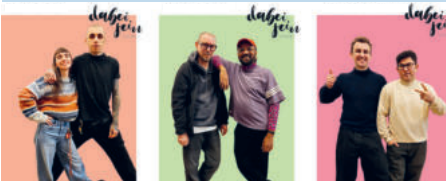
Kiez Café im Kreuzberger Stadtteilzentrum



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, Soli-Frühstück 10.00-13.00 Uhr**
- Kreuzberger Stadtteilzentrum ☞**

dabei.sein Tandems



Mit den dabei.sein Tandems möchte die Freiwilligen-Agentur Begegnungen und gemeinsame Erlebnisse zwischen Freiwilligen und Menschen mit Flucht- oder Migrationsgeschichte ermöglichen. In einem kurzfristigen Engagement von zunächst drei Treffen begegnet ihr euch, gestaltet Freizeit gemeinsam und habt Teil an der Lebenswelt eures Gegenübers. Ein Austausch auf Augenhöhe und gegenseitige Wertschätzung stehen dabei im Vordergrund.

- i Termine nach Vereinbarung**
- Willma FreiwilligenAgentur ☞**
- Laura Ciomperlik, 0176 427 730 31
- Tim Ünsal, 0162 952 5702 oder 030 285 084 42
- dabei.sein@nhu-ev.org

Kieztreffen „Barrierefreiheit in Kreuzberg“



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

- i Termine bitte erfragen**
- Gemeinwesenarbeit (GWA) Graefe-Kiez ☞**
- Bahar Sanli, gwa-graefekiez@nhu-ev.org

BürgerGenossenschaft Südstern e. V. Solidarisch leben im Kiez



Die BürgerGenossenschaft ermöglicht ein gutes Zusammenleben rund um den Südstern. Wir bieten Nachbar*innen gegenseitige Unterstützung im Alltag und ein offenes Ohr. Öffentlich präsent sind wir durch unseren Kiez-Kiosk am Südstern. Wir kümmern uns um die Aufenthaltsqualität am Platz, halten ihn sauber und betreiben Urban Gardening. Es gibt mehrere BG-Gruppen, die z.B. Boule spielen, gemeinsam laufen oder sich über Literatur austauschen. Es gibt gemeinsame Abendessen an verschiedenen Orten. Der Kiez-Kiosk ist an fast jedem Wochentag besetzt, freitags gibt es ein offenes Nachmittags-Café. Vom Kiosk aus unterstützen wir auch Aktionen anderer Initiativen, wie die Essensausgabe für wohnungslose Menschen oder die Mieter*inneninitiative Rund um die Hasenheide.

- i Kiezkiosk am Südstern oder**
- Jeden 2. Dienstag ab 18 Uhr**
- Mehrgenerationenhaus Gneisenastraße**
- Aktuelle Termine: www.bg-suedstern.de
- info@bg-suedstern.de

Nachbarschaftsgarten Kreuzberg

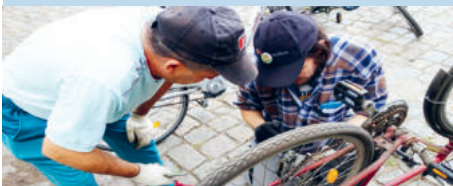


Der Nachbarschaftsgarten ist ein inklusiver Lernort, der von der Kreativität und dem Engagement der Nachbarschaft geprägt ist. Als Ort der Begegnung spiegelt der Garten die bunte Vielfalt unserer Gemeinschaft wider. Hier gärtnern und feiern Menschen unterschiedlichen Alters, mit verschiedenen kulturellen Hintergründen und Erfahrungen zusammen.

Diese Vielfalt 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, 0162 952 5702 oder 030 285 084 42
- t.uensal@nhu-ev.org
- www.nachbarschaftsgarten-kreuzberg.de

UkraMobil - Fahrräder für Geflüchtete



Der gemeinnützige Verein mog61 Miteinander ohne Grenzen e.V. sammelt gebrauchte Fahrräder und verschenkt sie anschließend an geflüchtete Menschen aus der Ukraine und aus anderen Ländern. Aber erst einmal müssen die Räder sorgfältig durchgesehen, repariert und verkehrssicher gemacht werden. Wer hat Lust, uns dabei zu unterstützen? Bremsen nachsehen, Licht kontrollieren, Sattelrohre gängig machen, Reifen aufpumpen - all das ist gefragt. Kennst Du Dich gut mit Fahrrädern aus? Macht es Dir Spaß, an Rädern herumzuschrauben? Bist Du vielleicht selbst vor Krieg und Gewalt nach Berlin geflohen? Wir freuen uns über alle, die mithelfen!

- i** **Mittwoch, 14.00 - 18.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Marie Hoepfner, 0176 99 74 36 24
 kontakt@mog61ev.de

Fröhlich nähen...



In der Nähwerkstatt von mog61 Miteinander ohne Grenzen e.V. nähen, stricken und häkeln wir jeden Dienstag 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. 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, 14.00 - 17.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Marie Hoepfner, 0176 99743624
 kontakt@mog61ev.de

Krabbelgruppe



Wir bieten jeden Freitag eine Krabbelgruppe für Eltern und ihre Kinder (0-1,5 Jahre) an.

Hier findet ihr tolle Räumlichkeiten, Matten und verschiedenes Spielzeug. Die Kinder können krabbeln und spielen, die Eltern sich austauschen und vernetzen. Bei schönem Wetter können wir wahlweise in den Garten des Nachbarschaftshauses gehen. Anmeldung ist nicht nötig.

Es gibt eine WhatsApp Gruppe für Austausch und Infos, bei Interesse melden unter 0159 06 44 10 89

- i** **Freitag, 10.00 - 12.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Sophie Schäfer, 030 690497 20
 s.schaefer@nhu-ev.org

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.

- i** **Mittwoch, 16.00 - 18.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Laura Ciomperlik, 0176 427 730 31 oder
 030 311 66 00 77, dabei.sein@nhu-ev.org

Familiengarten



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

- i** **Mittwoch, 13.00 - 19.00 Uhr**
Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids ☎
 030 680 75 375, graefe-kids@nhu-ev.org

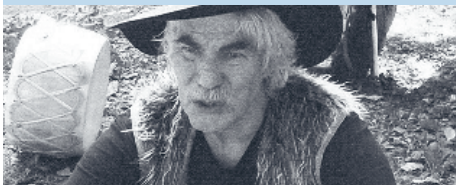
Verein Yiakl. Freiheit für Eritrea!



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

- i** **1. Samstag im Monat, 15.00 - 19.00 Uhr**
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
 Yiakl.bbr@gmail.com

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 Kretschmar, 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!

i **Jeden 2. Mittwoch, 16.00 - 18.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 JueKretschmar@gmx.de

Küchentischgespräche bei Tee & Snacks



Wir diskutieren in einfachem und langsamem Deutsch interessante Themen.

Zielgruppe: Menschen, die besser Deutsch lernen, nette Leute kennenlernen und spannende Themen diskutieren wollen.

Leitung: Marita Leßny + Peter Dennebaum (Flüchtlingspfarrer)

i **Dienstag, 15.00 - 17.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Marita Leßny, 0162 9498223
 marita-lessny@gmx.net

Lebensmittel für die Nachbarschaft



Im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße 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, 10.00 - 18.00 Uhr**
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
 Annika Schauer, 030 285 084 42
 mgh-gneisenau@nhu-ev.org
 Tim Ünsal, 0162 952 5702, t.uensal@nhu-ev.org

Kochen mit Freunden



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 - 19.00 Uhr**
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
 Tim Ünsal, 0162 952 5702 oder 030 285 08442
 t.uensal@nhu-ev.org

Kitchen+



Kitchen+ ist mehr als nur ein Kochtreff – es ist ein Ort der Begegnung, des Austauschs und der Kreativität.

Wir laden Euch ein, miteinander ins Gespräch zu kommen, neue Menschen kennenzulernen und gemeinsam aktiv zu werden. Zusammen bereiten wir leckere Gerichte aus verschiedenen Kulturen zu und teilen Rezepte, Geschichten und Erfahrungen. Wir nähen, reparieren Kleidung und entdecken kreative Möglichkeiten. Kitchen+ schafft Raum für Begegnung, Austausch und Gemeinschaft.

Hier entstehen neue Kontakte, Freundschaften und kreative Impulse – ganz ohne Anmeldung, einfach vorbeikommen und mitmachen!

i **Mittwoch, 18.00 - 20.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Tim Ünsal, 0162 952 5702 oder 030 285 084 42
 t.uensal@nhu-ev.org

Nachbarschaftsfrühstück



Herzliche Einladung zum Frühstück im Nachbarschaftshaus. Auf unserer Veranda mit Blick in den Garten wollen wir in geselliger Runde gemeinsam frühstücken.

Wir bereiten eine Auswahl an Brot, Aufstrich, Obst, Gemüse und Müsli für euch vor. Kaffee, Tee und Wasser stehen zur Verfügung. Wir freuen uns auch über mitgebrachte Speisen.

Wir bitten euch um eine Spende von 3,50 - 5,00 €, je nach Ermessen.

Es gibt eine Spielecke für Babys und Kleinkinder. Wir freuen uns für die bessere Planung über eine Anmeldung, über spontanes Vorbeikommen freuen wir uns natürlich auch!

i **Donnerstag, 10.00 - 11.30 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Bitte um verbindliche Anmeldung bei:
 Sophie Schäfer, 0159 06 44 10 89

Solicafé Limón



Das Solicafé Limón ist ein Ort für Begegnung und Zusammenkommen. Gespräche, Austausch oder Diskussion – alles ist willkommen. Begleitet von Tee, Kaffee, Kuchen und Suppen oder Salaten laden wir alle Menschen aus der Nachbarschaft ein, mit uns den Nachmittag zu verbringen. Ihr könnt auch vorbeikommen, um nur zu verweilen, ohne etwas zu konsumieren. Bei schönem Wetter findet das Solicafé im Garten statt, sonst auf der Veranda des Hauses. Beides ist barrierearm zugänglich.

Das Solicafé lebt von Spenden und ehrenamtlicher Unterstützung! Alle Besucher*innen sollen das geben, was sie können – jeder Mensch nach seinen/ihren Möglichkeiten. Freiwillige Helfer*innen sind im Solicafé gerne gesehen, meldet euch bei Interesse gerne bei uns! Kommt vorbei, allein oder mit Kindern, mit Freund*innen oder Nachbar*innen. Wir freuen uns auf Euren Besuch!

- i Dienstag, 14.00 - 17.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
 Ayla Römer, 030 690 497 20
 offener-bereich@nhu-ev.org

Café des Offenen Bereichs im Nachbarschaftshaus



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

- i Montag, 9.00 - 15.30 Uhr**
 (Eingeschränkter Tresendienst: Kaffee & Tee gibt es zur Selbstbedienung)
Dienstag, 9.00 - 15.00 Uhr
Mittwoch, 10.00 - 16.00 Uhr
Donnerstag, 11.00 - 17.00 Uhr
Freitag, 12.00 - 17.30 Uhr
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
 Ayla Römer & Sophie Schäfer
 030 690 497 0, offener-bereich@nhu-ev.org

Soli-Frühstück



Jeden Freitag gibt es im Kreuzberger Stadtteilzentrum ein leckeres Frühstück mit wechselndem Angebot für die Nachbarschaft. Kommt gerne zum Kaffee und Plaudern vorbei, tauscht euch aus, lernt euch kennen und wenn ihr Hilfe zur Sozialberatung braucht, sind wir für euch da. Sprecht uns an.

Spenden sind willkommen.

- i Freitag, 10.00 - 13.00 Uhr**
Kreuzberger Stadtteilzentrum ☞
 Samira Maarouf, 030 61 26 66 6
 taarouf@nhu-ev.org

Familienbrunch im RuDi



Am ersten Samstag im Monat findet der Familien-Brunch statt.

Gemeinsam essen, spielen und ins Gespräch kommen. Ein offener Treff zum Kennenlernen, Wohlfühlen und sich austauschen – für Familien aus der Nachbarschaft.

Über eine kleine Spende von 1-3 Euro pro Familie freuen wir uns.

Bitte meldet euch vorab an!

- i Jeden 1. Samstag, 10.00 - 12.00 Uhr**
RuDi Nachbarschaftshaus ☞
 Anmeldung: Lena Mischke, 0157 835 136 42
 l.mischke@nhu-ev.org

Café RuDi



Das Café RuDi ist ein Ort zum Austauschen, Kennenlernen, Kreativ sein und Essen. Das Nachbarschaftscafé ist offen für alle, ohne Anmeldung und kostenfrei.

Montag, 14-17 Uhr
 Frisch gebackener Kuchen
 Kreativer Nachmittag

Donnerstag, 13-17 Uhr
 Vegetarisches Mittagessen
 Sprachcafé, 14-15:30 Uhr

Zudem könnt ihr am Montag im Café kreativ werden und am Donnerstag im Sprach-Café euer Deutsch üben.

Wir freuen uns auf euren Besuch im Café RuDi!

- i Montag, 14.00 - 17.00 Uhr**
Donnerstag, 13.00 - 16.00 Uhr
RuDi Nachbarschaftshaus ☞
 Justine Weidemann, Katrin Altmann
 030 2929603, info@rudi-nachbarschaftshaus.de

Dumpling Dienstag



Kommt vorbei, um gemeinsam im RuDi vegetarische Teigtaschen aus aller Welt zu kochen und essen. Jedes Mal probieren wir eine neue Teigtasche.

Wir starten um 17 Uhr mit dem Kochen – bis 18 Uhr ist der Einstieg möglich.

Das Angebot ist ohne Anmeldung und kostenfrei – über eine kleine Spende freuen wir uns.

- i Jeden 3. Dienstag, 17.00 - 20.00 Uhr**
Termine: 20.10. | 10.11. | 15.12.
RuDi Nachbarschaftshaus ☞
 Justine Weidemann, 030 2929 603
 j.weidemann@nhu-ev.org

Kiez-Treff Stadtteile ohne Partnergewalt



Wir sind Nachbar*innen aus Kreuzberg und wir organisieren Aktionen im Kiez, zum Beispiel zum Thema Feminizid, machen Informationsstände zum Thema Gewalt gegen Frauen und geben Menschen im Stadtteil praktische Tipps, wie wir handeln können, wenn Partnergewalt in unseren Nachbarschaften vorkommt. Hast du weitere Ideen oder möchtest dich engagieren? Dann mach gern mit, kommt vorbei oder sprich uns an – zusammen sind wir stärker! Offen für alle!

- i 1 x monatlich**
Dienstag, 20.10. 10.00 - 12.00 Uhr
 Kiezfrühstück im GWA Büro
Mittwoch, 25.11. (Uhrzeit noch offen)
 Kieztreff bei der Demo Internationaler Tag gegen Gewalt an Frauen und Mädchen
Dienstag, 15.12. 18.00 - 20.00 Uhr
 GWA Büro
 Angelika Greis, 0159 01963239
 Melanie Lenk, 0155 60242278
 stop-partnergewalt@nhu-ev.org

Gedenkaktion gegen Feminizide



Feminizide sind keine privaten Tragödien, sondern Ausdruck struktureller, geschlechtsspezifischer Gewalt. Wir fragen uns: Wie viele noch?

Gemeinsam mit den Omas gegen Rechts und dem Netzwerk gegen Feminizide setzen wir ein Zeichen. Partnergewalt ist keine Privatsache!

Kommt zahlreich zu unserem kollektiven Trauern. Wir gedenken aller Opfer von Feminiziden in Deutschland.

Bringt gerne Kerzen mit.

- i Donnerstag, 22.10. 15.00 Uhr**
Admiralbrücke
 Melanie Lenk, 0155 60242278
 stop-partnergewalt@nhu-ev.org

Gärtnern gegen Gewalt



Hast du Spaß am Gärtnern und Lust dich für eine gewaltfreie Nachbarschaft einzusetzen? In der Jahnstraße im Graefe-Kiez soll eine kleine Oase entstehen, das Kiez-Parklet gegenüber des Gemeinwesenbüros wird neu bepflanzt von Nachbar*innen und dem StoP-Frauentreff. Mit dem Projekt „Gärtnern gegen Gewalt“ möchten wir auf das Thema häusliche Gewalt/geschlechtsspezifische Gewalt aufmerksam machen, um uns durch das Zusammenkommen aller Generationen und Geschlechter gemeinsam für eine gewaltfreie und solidarische Nachbarschaft einzusetzen. Alle Menschen aus dem Stadtteil sind herzlich zum „Gärtnern gegen Gewalt“ eingeladen. Die Gruppe trifft sich regelmäßig zum Pflanzen, Gießen und Plaudern.

- i Termine bitte erfragen**
Parklet GWA-Büro Jahnstraße
 Melanie Lenk, 0155 60242278
 stop-partnergewalt@nhu-ev.org

StoP Mobil



Mit unserem Lastenfahrrad sind wir an öffentlichen Orten in Kreuzberg unterwegs und bringen Partnergewalt ins Gespräch. Mit Fragen zu Rollenbildern, Demokratie und Zivilcourage, Quizformaten und Aktionen sensibilisieren wir für Gleichberechtigung und ein gewaltfreies Miteinander.

- i Aktuelle Termine bitte erfragen**
 Angelika Greis, 0159 01963239
 Melanie Lenk, 0155 60242278
 stop-partnergewalt@nhu-ev.org

Lebensheldin Sisterhood

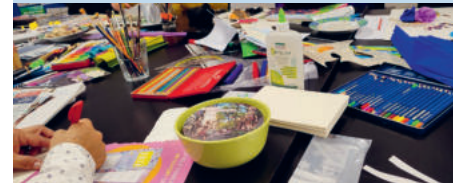


Die neue „Lebensheldin-Sisterhood“ (lebensheldin.de) ist eine „Krafttankstelle“ für alle Frauen, die direkt oder indirekt Erfahrungen mit Brustkrebs machen/gemacht haben, für alle Frauen, die sich Lebensfreude, Entwicklung und ein unterstützendes Umfeld wünschen. Gemeinsam und sanft holen wir uns die Angebundenheit an uns selbst zurück: Manchmal mit Tanzen oder Schütteln, jedes Mal mit einer tiefgehenden Meditation des Monats, einer „Heldinnen-Frage des Monats“ und Austausch. Es geht um die liebevolle, behutsame, ehrliche Neuausrichtung. So schaffen wir einen Raum von Verbundenheit und Selbstannahme und dadurch immer wieder auch Heilung.

Die Gruppe wird von einer zertifizierten Lebensheldin-Mentorin und Couple Care Coachin, examinierte Lehrerin und Pädagogin, geleitet.

- i Jeden 1. Montag im Monat, 18.45 - 21.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Bitte melde dich vorab bei: Mara Lena von Matthey coaching.vonmatthey@gmail.com

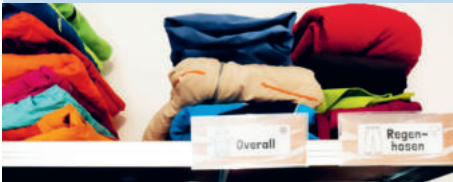
Ü60 Treffen - Erfahrung und Begegnung auf Spanisch



Für alle spanischsprachigen Migranten: wir wenden uns an Sie, die Sie viele Wege zurückgelegt und Erfahrungen und Geschichten voller Weisheit gesammelt haben. Heute, in dieser Phase Ihres Lebens, möchten wir Sie einladen, Teil eines speziell für Sie geschaffenen Raums zu werden: einem Ort der Begegnung, der Begleitung und des Dialogs, an dem wir gemeinsam Erfahrungen, Gedanken und Träume austauschen können. Bei unseren Treffen werden wir einen Kreis des Vertrauens aufbauen, um Ideen vorzuschlagen und die Themen auszuwählen, die uns am meisten inspirieren und uns helfen, kreativ zu wachsen. Eure Stimme und Eure Anwesenheit sind unverzichtbar.

- i Termine bitte erfragen**
Stadtteilkoordination Kreuzberg-Ost
 Carmen Barrenechea
 acompanamiento.60berlin@gmail.com

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 ☎
 Ayla Römer & Sophie Schäfer, 030 690 497 20
 offener-bereich@nhu-ev.org

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

Co-Working RuDi Nachbarschaftshaus



Keine Lust mehr auf Arbeiten am Küchentisch oder in lauten Cafés? Du willst in Ruhe produktiv sein, doch die Möglichkeit haben, mit netten Personen aus deiner Nachbarschaft ins Gespräch zu kommen? Egal ob am Studieren, im Home-Office oder gerade auf Jobsuche – komm ins RuDi und arbeite hier!

- » WLAN
- » Kaffee und Tee non stop – aber ohne Konsumzwang
- » Nette Leute aus der Nachbarschaft

Das Angebot ist offen für alle, ohne Anmeldung und kostenfrei.

- i** **Montag, 9.00 - 14.00 Uhr**
Donnerstag, 10.00 - 14.00 Uhr
RuDi Nachbarschaftshaus ☎
Raum 1.5, 1. OG
 Justine Weidemann, 030 2929603
 info@rudi-nachbarschaftshaus.de

Co-Working im Nachbarschaftshaus



Unser Coworking-Event bietet einen Raum für alle, die gerne gemeinsam und produktiv arbeiten möchten – ob bei der Jobsuche, an Uni-Projekten oder kreativen Vorhaben. Alle sind willkommen, unabhängig von Projekt oder Hintergrund.

- i** **Mittwoch, 10.00 – 13.30 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Ayla Römer & Sophie Schäfer, 030 690 497 20
 offener-bereich@nhu-ev.org

Strickgruppe



Wer hat Lust auf Stricken in der Gemeinschaft mit anderen Strickbegeisterten??

Die Wolle und Stricknadeln bitte selbst mitbringen. Das Angebot ist kostenlos! Kaffee und Tee könnt ihr hier im NHU auch preiswert erwerben.

- i** **Freitag, 15.00 - 17.30 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Offener Bereich, 030 69049720
 offener-bereich@nhu-ev.org

Freundschaftsgarten mit Nachbarn aus aller Welt



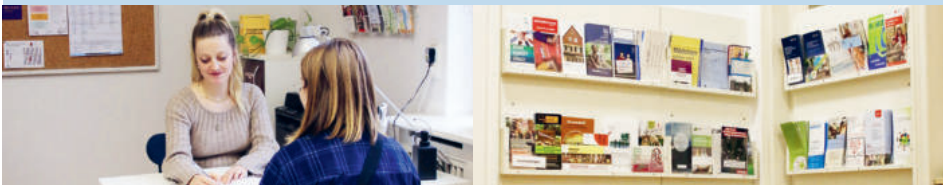
Wir feiern gemeinsam bei Essen und Trinken unsere Vielfalt und Menschlichkeit.

Beratung (Asylfragen, Kirchenasyl, Partizipation etc.)

Leitung: Marita Leßny + Abier Kakeh

- i** **Mittwoch, 16.00 - 19.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Marita Leßny, 0162 9498223,
 marita-lessny@gmx.net

Allgemeine unabhängige Sozialberatung



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

i Termine nach Vereinbarung

Montag, 13.00 - 16.00 Uhr

Freitag, 10.00 - 15.00 Uhr

(Beratung nur mit Termin garantiert, Terminvergabe bevorzugt per E-Mail)

Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎

Sophie Schäfer & Leo Hübler, 030 690 497 24
sozialberatung-nhu@nhu-ev.org

Jeden 2. & 4. Dienstag, 9.00 - 11.00 Uhr

Juristische Beratung Swenne Karnath

Ausfüllhilfe bei Anträgen

Nur mit Anmeldung bei Sophie Schäfer:

030 690 497 24, sozialberatung-nhu@nhu-ev.org

Termine nach Vereinbarung

Montag, 10.00 - 12.00 Uhr

Kreuzberger Stadtteilzentrum

Samira Maarouf, 030 612 66 66

taarouf@nhu-ev.org

Montag, 10.00 - 12.00 Uhr

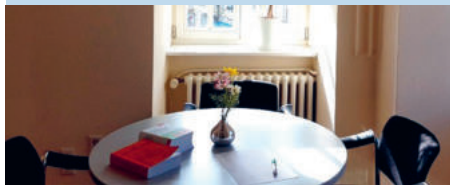
Mittwoch, 14.00 - 16.30 Uhr

Donnerstag, 13.00 - 16.30 Uhr

Petra Wojciechowski, 030 612 66 66

sozialberatung-stz@nhu-ev.org

Sozialberatung



Im RuDi Nachbarschaftshaus 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.

Anmeldungen sind unter den angegebenen Kontaktdaten möglich.

In den Sommerferien findet keine Sozialberatung statt.

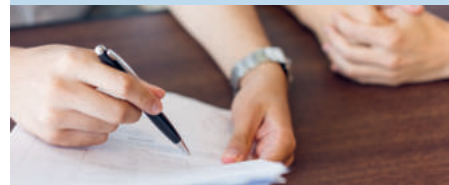
i Termine nach Vereinbarung

RuDi Nachbarschaftshaus ☎

Anmeldung: Lena Mischke, 0157 835 136 42

l.mischke@nhu-ev.org

Allgemeine Rechtsberatung



Durch das Engagement der Rechtsanwälte Martin G. Zimdars, Sven Schlüter und den 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, 030 612 66 66

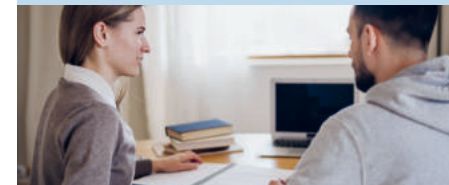
1. und 3. Mittwoch/Monat, 9.00 - 11.00 Uhr

Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎

Sicherer Termin nur mit Anmeldung! Sozial- und Zivilrecht. Bitte die notwendigen Unterlagen mitbringen.

Anmeldung bei Sophie Schäfer, 030 690 497 20
sozialberatung-nhu@nhu-ev.org

Rechtsberatung Sozialrecht



Zwei Mal 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.

In den Sommerferien findet keine Rechtsberatung statt.

i Termine nach Vereinbarung

RuDi Nachbarschaftshaus ☎

Lena Mischke, 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 Regelangebot integriert ist – bspw. Sozialberatung mit Klärung von Leistungsansprüchen bei JobCenter und Sozialamt.

i Termine nach Vereinbarung

Kreuzberger Stadtteilzentrum ☎

Petra Wojciechowski, 030 612 66 66 oder

01590 6771290

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.

i Termine nach Vereinbarung
Kreuzberger Stadtteilzentrum ☎
 Petra Wojciechowski, 030 612 66 66 oder
 01590 677 1290, 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 Gutscheineinverfahren vom Jobcenter oder der Agentur für Arbeit berlinweit übernommen werden.

i Termine nach Vereinbarung
Beschäftigung & Qualifizierung ☎
 Anneliese Erdogmus, 0176 346 754 24,
 a.erdogmus@nhu-ev.org
 Eyüp Mert Birdal, 0176 346 754 24,
 m.birdal@nhu-ev.org
 oder 030 627 357 01, beschaeftigung@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.

i Termine nach Vereinbarung
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
 Bitte anmelden unter: 030 2934 31 0
 info@asum-berlin.de
 www.asum-berlin.de/mieterberatung

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.

i Montag, 14-tägig, 16.00 - 18.00 Uhr
RuDi Nachbarschaftshaus ☎
 Tim Ünsal, 0162 952 5702 oder 030 285 084 42
 t.uensal@nhu-ev.org

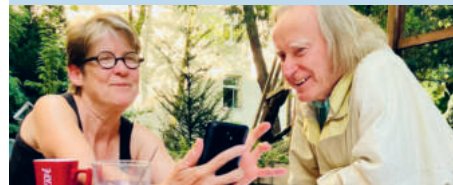
Einstieg in die Welt der Künstlichen Intelligenz (KI)



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.

i Termine und Veranstaltungen werden angekündigt auf: www.mgh-gneisenau.de
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
 Tim Ünsal, 0162 952 5702 oder 030 285 084 42
 t.uensal@nhu-ev.org

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!“

i Dienstag, 16.00 - 18.00 Uhr
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
 Tim Ünsal, 0162 952 5702 oder 030 285 084 42
 t.uensal@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. Die FreiwilligenAgentur informiert, berät und unterstützt Organisationen und Initiativen, die freiwillige Unterstützer*innen suchen. Sie bietet Austausch und Weiterbildung zu Themen des Freiwilligen Engagements an und führt eigene Projekte durch.

- i Montag - Mittwoch, Freitag 10.00 - 15.00 Uhr**
Donnerstag, 12.00 - 18.00 Uhr
Willma FreiwilligenAgentur ☎
 Andrea Brandt, 030 311 66 00 77
 info@die-freiwilligenagentur.de
Montag, 13.00 - 15.00 Uhr
Donnerstag, 10.00 - 13.00 Uhr
RuDi Nachbarschaftshaus ☎
 Katrin Altmann, k.altmann@nhu-ev.org
 www.die-freiwilligenagentur.de

Beratung zu Mediensucht in Familien



Wenn Ihr Kind kaum noch vom Handy oder der Spielkonsole loskommt, Konflikte rund um Medien zu nehmen und Schule oder Hobbys leiden, kann eine problematische Mediennutzung oder Mediensucht dahinterstecken.

In meiner kostenlosen Beratungsstunde nehme ich mir Zeit für Ihre Situation, kläre mögliche Warnsignale und zeige Ihnen konkrete, alltagstaugliche Schritte für klare Regeln und einen gesunden Umgang mit Medien in Ihrer Familie.

- i Montag, 17.00 - 20.00 Uhr**
Termine nach Vereinbarung
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Victoria Bonn-Meuser, 0152 31912077
 victoriabonnmeuser@protonmail.com

Lerntherapie für Kinder



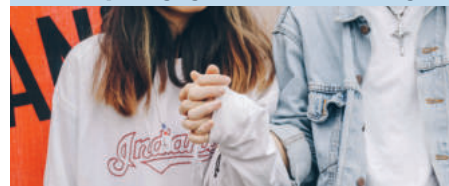
Wenn Ihr Kind trotz Übens große Schwierigkeiten beim Lesen, Schreiben oder Rechnen hat, sich schnell entmutigen lässt oder Angst vor der Schule entwickelt, kann eine gezielte Lerntherapie helfen.

In meiner Lerntherapie schaue ich genau hin: Ich analysiere die Ursachen der Lernschwierigkeiten und arbeite individuell, strukturiert und in kleinen Schritten mit Ihrem Kind. Dabei stärke ich nicht nur die fachlichen Grundlagen, sondern auch Selbstvertrauen, Motivation und Lernstrategien.

Einfühlsam, wertschätzend und auf Ihr Kind abgestimmt.

- i Montag, 17.00 - 20.00 Uhr**
Termine nach Vereinbarung
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Victoria Bonn-Meuser, 0152 31912077
 victoriabonnmeuser@protonmail.com

Traumapädagogische Fachberatung



Für Kinder und Jugendliche

Wenn Kinder oder Jugendliche belastende oder traumatische Erfahrungen gemacht haben, zeigen sich die Folgen oft im Verhalten, in der Schule oder im sozialen Miteinander. Fachkräfte und Bezugspersonen geraten dabei nicht selten an ihre Grenzen.

In meiner kostenlosen traumapädagogischen Fachberatung unterstütze ich Sie dabei, Verhaltensweisen besser zu verstehen, Sicherheit und Stabilität zu fördern und traumasensible Handlungsstrategien für Ihren Arbeitsalltag zu entwickeln. Gemeinsam erarbeiten wir konkrete, umsetzbare Schritte für mehr Handlungssicherheit.

- i Montag, 17.00 - 20.00 Uhr**
Termine nach Vereinbarung
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Victoria Bonn-Meuser, 0152 31912077
 victoriabonnmeuser@protonmail.com

Kiez inklusiv! leben



Beratung zu Teilhabe und Inklusion im Kiez.

Haben Sie eine Behinderung? Kennen Sie jemanden mit Behinderungen? Möchten Sie über Behinderungen oder Barrieren im Kiez sprechen?

Wir vom Projekt „Teilhabeorientiertes Sozialraummanagement“ beraten und begleiten Menschen mit Behinderungen. Wir gestalten gemeinsam mit den Nachbar*innen einen lebenswerten Kiez für alle.

Melden Sie sich bei uns. Das Angebot ist kostenlos.

- i Termine nach Vereinbarung**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Ieva Berzina-Hersel:
 i.berzina-hersel@vska.de, 0155 60 09 74 97
RuDi Nachbarschaftshaus ☎
 Fynn Hullmeine:
 f.hullmeine@vska.de, 0176 52 70 86 38
 www.kiez-inklusiv-leben.de

Stadtteilkoordination in Friedrichshain und Kreuzberg



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 zu fördern.

- i Stadtteilkoordination Kreuzberg Ost**
Sprechzeiten: Dienstag, 14.00 - 16.00 Uhr
Mittwoch, 10.00 - 12.00 Uhr
 Cristina Samper-Mejia, 0155 6355 9020
 stk.kreuzberg-ost@nhu-ev.org
 Insta: stk_kreuzberg_ost

- Stadtteilkoodination Friedrichshain Ost**
Bitte einen Termin vereinbaren
 Miriam Sperlich, 0174 5491579
 stk.friedrichshain-ost@nhu-ev.org
 Insta: stk_friedrichshain_ost

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.

- Termine nach Vereinbarung**
Montag, Mittwoch und Donnerstag
RuDi Nachbarschaftshaus ☎
Modersohnstraße 55, 10245 Berlin
Alexandra Tuxhorn-Eichler, 0151 42029208

- Termine nach Vereinbarung, Dienstag**
Familienzentrum Menschenkinder ☎
Fürstenwalder Straße 30, 10243 Berlin
Alexandra Tuxhorn-Eichler, 0151 42029208
Anmeldung unter 030 235 999 650

- Termine nach Vereinbarung**
Familienzentrum Urbanstraße ☎
Urbanstr. 48k, 10967 Berlin
May Saroufim, 0152 01 08 65 44

- Termine nach Vereinbarung**
in den Räumen im Ströme Institut
Gneisenaustraße 44-45, 10961 Berlin
Anja Hable, 030 61629982

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.

- Dienstag, 14.00 - 15.30 Uhr**
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
Tim Ünsal, 0162 952 5702 oder 030 285 08443
t.uensal@nhu-ev.org

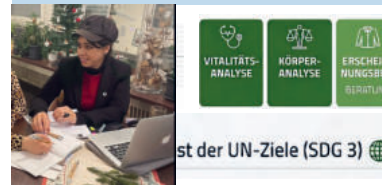
Schreib-Café im RuDi



Du brauchst Hilfe bei Amts-Briefen? Oder Unterstützung bei Anträgen? Dann komm vorbei! Laptops können auf Anfrage genutzt werden.

- Dienstag, 11.00 - 14.30 Uhr**
RuDi Nachbarschaftshaus ☎
Lena Mischke, 0157 83513642
l.mischke@nhu-ev.org

KL – Körperliche Lebendigkeit



Das Nachhaltigkeitsprogramm AvP (Berlin 2020) bietet zum ersten Mal im Nachbarschaftshaus Urbanstraße (NHU) einen Kurs „KL – Körperliche Lebendigkeit“ an. Bei diesem Angebot geht es um die Gesundheit und das Wohlbefinden des Körpers.

Sie können dabei mehr über Ihren Körper, Ihre Vitalität und Ihr äußeres Erscheinungsbild erfahren. Das Angebot ist für Menschen jeden Alters und kostenlos.

Das Angebot kann in folgenden Sprachen stattfinden: Deutsch, Englisch und Arabisch.

- Donnerstag, 11.00 - 16.30 Uhr**
Termine: 8.10. | 12.11. | 10.12.
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
Fatina Jaber
Anmeldung per Mail: AvPBerliner@gmail.com
oder per WhatsApp: 0157 37333624

Feministischer Stickkreis



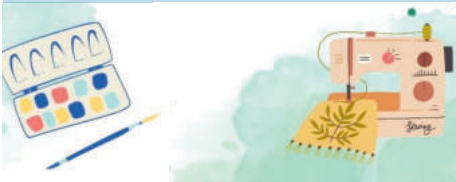
Der Feministische Stickkreis lädt Frauen jeden Alters ein, das Sticken als eine künstlerische und politische Praxis zu entdecken. Gemeinsam schaffen wir einen Raum für Austausch, Unterstützung und Solidarität – eine Gelegenheit, Erfahrungen zu teilen, voneinander zu lernen und Verbindungen zu knüpfen.

Unser kollektives Sticken wird als Kunstform genutzt, um geschlechtsspezifische Gewalt sichtbar zu machen. Egal, ob du schon Erfahrung hast oder das Sticken erst lernen möchtest – alle sind willkommen!

Materialien stehen zur Verfügung, du kannst auch gerne eigenes Stickgarn und Nadeln mitbringen.

- Nächste Termine, jeweils 18.30 - 20.30 Uhr**
07.10. (im Rahmen von Kitchen+)
Nachbarschaftshaus Urbanstraße (Nähstube)
14.10. | 21.10. | 28.10. | 04.11. | 11.11.
GWA Büro
Melanie Lenk, 0155 60242278
stop-partnergewalt@nhu-ev.org

Kreativdienstag



Wir können malen, nähen, basteln und uns einen gemütlichen Vormittag machen! Bring dich ein, bring was mit!

Kostenloses Angebot.

i Dienstag, 10.00 - 13.00 Uhr
Kreuzberger Stadtteilzentrum ☒
 Samira Maarouf, 030 6126 666
 taarouf@nhu-ev.org

Mach mit beim StoP-Fundbuch



Mit dem Fundbuch reflektieren wir unsere Erfahrungen auf kreative Art und halten fest, was uns bewegt. Wir gestalten mit Bildern, Fotos, Sätzen, Wörtern – mit Dingen, die uns etwas bedeuten. Danach teilen wir unsere Geschichten. Wir lernen voneinander und stärken uns gegenseitig.

In den letzten Treffen sind bereits erste Seiten entstanden – jetzt bist du eingeladen, weiter mitzugestalten und gemeinsam das Fundbuch wachsen zu lassen. Es besteht auch die Möglichkeit, mit eurer eigenen Gruppe eine neue Runde zu starten und Teil des Fundbuchs zu werden. Bringt je nach Thema gerne Materialien mit, die euch beim Gestalten der Collagen unterstützen, vieles haben wir auch für Euch da (Scheren, Farbe, Kleber...)

Das Fundbuch ist ein Konzept von Anke Mühlig.

i Termine bitte erfragen
GWA-Büro in der Jahnstraße
 Angelika Greis, 01590 1963 239
 stop-partnergewalt@nhu-ev.org

Werkstatt Schreiben



In der Schreibwerkstatt steht die Freude am Schreiben im Mittelpunkt. Wir schreiben ausgedachte, kreative Geschichten, kurze Texte oder einfache Gedichte. Manchmal schreiben wir zu Bildern einer Ausstellung im NHU.

Rechtschreibung und Grammatik sind nicht so wichtig. Alle Texte sind ein erster Entwurf. Wichtig ist die Freude am Schreiben in einer lockeren, geschützten Atmosphäre. Die Gruppe ist nur für Frauen. Bitte vorher anmelden.

Kosten: Montag 4,00€ / Samstag 7,00€
Leitung: Rosa Neumüller, Pädagogin und ausgebildet zur Anleiterin für kreative Schreibgruppen

i Jeden 2. und 4. Montag, 12.00 - 14.00 Uhr
 Termine: 12.10. | 26.10. | 09.11. | 23.11. | 14.12.
Samstag, 1 x im Monat, 11.00 - 14.00 Uhr
 Termine: 10.10. | 07.11. | 05.12.
 (Schreiben im Museum)
 Kurs findet ab 5 Teilnehmenden statt.
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☒
 Rosa Neumüller, r.neumueller@nhu-ev.org

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 Jeden 1. Sonntag, 12.00 - 15.00 Uhr
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☒
 Thomas Rausch, 0176 519 586 66
 repaircafe.kreuzberg@yahoo.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 Gneisenastraße
 Thomas Rausch & Adam Rebot, 0176 519 586 66
 Annika Schauer, 030 285 084 42
 mgh-gneisena@nhu-ev.org

Heiteres Gedächtnis- und Konzentrationstraining



In dieser Gruppe machen wir verschiedene Übungen und Spiele für das Gehirn, um geistig fit und gesund zu bleiben. Es sollen auch diejenigen Hirnzellen in Schwung kommen, die normalerweise wenig gefordert werden.

Die Übungen machen wir alleine, zu zweit oder mit der ganzen Gruppe. Die Übungen sind einfach und machen Spaß. Es darf gelacht werden.

Wer Interesse hat, sollte sich bitte vorher anmelden.

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

i Jeden 1. und 3. Montag, 12.00 - 13.00 Uhr
 Termine: 05.10. | 19.10. | 02.11. | 16.11. | 07.12.
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 Sie Ihre Kenntnisse erweitern und vertiefen können?

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

Kosten: 40,- € monatlich | *Leitung:* Regina Wigand (Kunstdozentin, Kunsttherapeutin, Künstlerin)

Derzeit ist die Gruppe voll, es gibt eine Warteliste.

i Dienstag, 10:00 - 12:30 Uhr
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☒
 Regina Wigand, 030 342 83 79 oder 0177 781 8748
 wigand@snaufu.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
 030 505 854 57
 Annika Schauer, 030 285 084 42
 mgh-gneisenau@nhu-ev.org

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
 030 505 854 57
 Annika Schauer, 030 285 084 42
 mgh-gneisenau@nhu-ev.org

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
 030 505 854 57
 Annika Schauer, 030 285 084 42
 mgh-gneisenau@nhu-ev.org

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
 030 505 854 57
 Annika Schauer, 030 285 084 42
 mgh-gneisenau@nhu-ev.org

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 Schlussentspannung wirkt erholsam und fördert allgemeines Loslassen.

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

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, Kiezsportübungsleiterin, 030 690 4970

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. Gymnastik-lehrerin, Kostenbeitrag: 25,- € pro Monat

i **Dienstag, 10.00 - 11.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☒
 Hella Niesytka, 030 694 8105

Qigong für Anfänger



Fortlaufende Gruppe, der Einstieg ist jederzeit möglich. Vor jeder Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich, bei zu wenig Anmeldungen fällt der Kurs aus!

- Aufwärm-, Lockerungs- und Dehnungsübungen
- Verschiedene Qigong-Übungen
- Baduanjin Qigong (Acht Stücke Brokat)
- Meditationsübungen
- Zhan Zhuang Gong

Werden die verschiedenen Übungen regelmäßig und in ausreichendem Maß praktiziert, fördern sie die Gesundheit und der / die Übende entwickelt innere Ruhe und Gelassenheit.

Teilnahme auf Spendenbasis.

i **Freitag, 19.00 - 20.15 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, 030 845 912 11, t-abee@gmx.de

Lindy Hop Swingtanz Kurse



SWING TANZ: Keine andere Musik ist so abwechslungsreich und frei damit zu tun und lassen was mensch will, wie der Swing: Spaßhaben & Musik vertanzen – witzig, mondän, cool oder verspielt – in diesem Tanz geht fast alles. Wir tanzen zu Swing Musik der 20er bis 40er Jahre und zu modernem Swing. Tanzt und lernt mit uns Swing Lindy Hop!

Wir bieten Kurse in 3 verschiedenen Levels an. Einstieg und Probestunden sind jederzeit möglich!

Die Kurse gehen meist über 6 bis 8 Termine!
 1 Termin à 75 min kostet regulär 15,- € / ermäßigt 10,- €

Ihr könnt euch allein oder mit Tanzpartner*in anmelden. Alle, die solo kommen, finden sich zu Paaren zusammen.

i **Sonntag, ab 17.15 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☒
17.15 Uhr Intermediates
 (ab ca. 2 - 3 Jahre und länger Tanzerfahrung)
19.00 Uhr Beginner-Intermediate-Mix
 (ca. 1,5 - 2 Jahre Tanzerfahrung)
20.30 Uhr Beginner
 (seit ca. 1 Jahr: Erfahrung mit Basics im 8 und 6-Count und Lindy Charleston)
 Anmeldung und Infos: Dagmar Höper,
 0179 4595657, taktlos.swing@posteo.de

Tanz für Every.Body



Tanz für Every.Body ist ein Tanztraining des Vereins IntoDance, das sich insbesondere an Menschen mit chronischen Erkrankungen, wie Multiple Sklerose und/oder Parkinson richtet. Gleichzeitig sind alle Menschen willkommen, die Freude am Tanz erleben möchten. Das Ziel des Trainings ist es, einen Raum für körperliche Vielfalt im Tanz zu schaffen, in dem Menschen die Schönheit und Freude von Tanz erleben können:

Every.Body (jeder Körper) ist willkommen! Die Trainings finden einmal im Monat statt. Vorerfahrungen sind nicht notwendig.

Kosten: 5 Euro pro Termin (Bitte vor Ort zahlen.)

- i 1 x im Monat, Montag, 11.30 - 14.30 Uhr**
 Termine: 12.10. | 09.11. | 14.12.
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
 Anmeldung: intodanceberlin@gmail.co ☞
 oder telefonisch (bitte nur, wenn per Mail nicht möglich) 0179 433 35 32

Stadtwanderungen



Das Angebot ist für Menschen, die gut sehen und körperlich fit sind und gut längere Strecken laufen können. Wir wandern durch Parks und grüne Orte in der Stadt. Aber auch durch Wald und Flur mit oft schmalen Wegen, auch außerhalb Berlins. Je nach Witterung gehen wir Alternativ in eine Ausstellung oder in ein Museum.

Wichtig für die Wanderung: festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, kleine Brotzeit, z.B. Brot und Wasser. Jede Person passt selbst auf sich auf. Jede Person übernimmt bei Unfällen und allen anderen Geschehnissen die Haftung für sich selbst. Manchmal fällt die Wanderung aus: wenn es zu warm/kalt ist oder zu doll regnet. Leitung: Rosa Neumüller und Eveline Schlichting

- i Jeden 2. und 4. Freitag, 9.45 - 14.00 Uhr**
 Termine: 09.10. | 23.10. | 13.11. | 27.11. | 11.12.
Treffpunkt: Foyer Nachbarschaftshaus
Start: 9.45 Uhr (Nov-Dez 10.00 - 14.00 Uhr)
 Anmeldung: Offener Bereich, 030 690 497 20
offener-bereich@nhu.ev.org oder
Rosa.Neumueller@nhu-ev.org

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
 0163 208 43 31, ngomaberlin@posteo.de

Singkreis



Wir singen Volks-, Heimat- und Wanderlieder, Evergreens, Schlager „von damals“ und alles, was uns gefällt. Leider können derzeit keine neuen Interessierten im Singkreis aufgenommen werden.

- i Mittwoch, 13.00 - 15.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
 Bärbel Selge, 01556 0472567

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 2. und letzten Donnerstag, 19.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße (Gelber Salon)
 Martin Maier, ukulele.session.berlin@gmail.com

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, 0176 2281 5296
schriftfuehrer@berliner-liedertafel.de
info@berliner-liedertafel.de

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.

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

Findet statt am 15. 10. und dann ab 05.11. bis 17.12.

Vor einem ersten Mittanzen bitte anmelden!

Im Rahmen des Kultur-Wochenendes am 8.11. findet Kreis-Tanzen statt:

15.00 - 16.00 Uhr zum Kennenlernen
16.00 - 17.00 Uhr mit Vorkenntnissen

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

Rhythmussen - Frauenchor



Je nach Stück oder nach Komposition singen wir Sopran, Mezzo und Alt auch mal 4-stimmig, 5-stimmig, 6-stimmig... . Unsere Chorleiterin ist seit Mai 2025 Rebekka Zastrow, eine ausgebildete Musikpädagogin. Sie hat viel Erfahrung mit der Leitung von Chören in Köln und Umgebung und ist nun für ein Masterstudium an der UdK nach Berlin gekommen. 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 €

Montag, 19.30 - 21.00 Uhr
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☒
Anmeldung 030 216 77 46 oder 030 612 7463
info@rhythmussen.de, www.rhythmussen.de

Yoga auf Englisch Slow Vinyasa für Anfänger*innen



Die Praxis basiert auf langsamen und sanften Vinyasa-Bewegungen, begleitet von bewusster Atmung und achtsamer Bewegung. Dieser inklusive Kurs bietet einen offenen Raum, um den eigenen Körper wahrzunehmen, Achtsamkeit zu entwickeln und zu entspannen. Geeignet für Anfänger*innen und alle, die Yoga in einer freundlichen und entspannten Atmosphäre praktizieren möchten. Das Angebot ist kostenlos, bzw. auf Spendenbasis. Eine Anmeldung vorab über E-Mail oder Whatsapp ist notwendig. Bitte eine eigene Yogamatte mitbringen.

Jeden 1. & 3. Donnerstag, 19.15 - 20.15 Uhr
Termine: 01.10. | 15.10. | 05.11. | 19.11. | 03.12. | 17.12.
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☒
Alexandra Delannoy, +33 646843214
alexandra.delannoy@neuf.fr

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. Auch im Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße steht ein Lastenrad zum Verleih zur Verfügung.

Stefan von der BG Südsterne kann für Fahrten mit der Fahrradrucksche angefragt werden, wenn bei Arztterminen, Einkäufen etc... Hilfe benötigt wird.

Montag bis Freitag, 10.00 - 17.00 Uhr
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☒
Stefan BG Südsterne, 01772053192
stefan.rikscha@gmail.com

Montag bis Freitag, 10.00 - 18.00 Uhr
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
Anfragen und Buchungen: 030 285 084 42
mobil@mg-hneisenau.de

M*UF05- Kinderfreizeit



Bei uns im M*UF05- gleich in der Nähe des Park am Gleisdreieck- bieten sich riesig viele Möglichkeiten für spaßige, aktionsreiche und entspannte Nachmittage.

An fünf Tagen in der Woche können alle Schulkinder zwischen 6-13 Jahre bei uns vorbeischauen, (neue) Freund:innen treffen, gemeinsam spielen, entspannen, in Bewegung kommen, kreativ werden und sich aktiv mit einbringen. Unser Programm gestalten wir immer wieder neu und zudem kunterbunt.

Ob beim Spielen, Sporteln, Zocken, Tanzen, Toben, Kochen, Nähen, Filmschauen, Basteln, Gestalten, Bauen, Tüfteln, Gärtnern, Diskutieren, Demonstrieren oder einfach nur Chillen- bei uns ist jeden Tag was los. Einmal im Monat machen wir samstags einen Ausflug, in den Schulferien erwartet euch ein abwechslungsreiches Programm voller Überraschungen und mindestens einmal im Jahr verlassen wir Berlin und machen eine kleine Reise.

Kommt also einfach mal vorbei, habt Spaß, macht's euch gemütlich, entscheidet mit! Wir freuen uns auf euch!

Während der Schulzeit:
Dienstag bis Samstag, 13.00 - 19.00 Uhr
In den Schulferien:
Montag bis Freitag, 12.00 - 18.00 Uhr
M*UF05 Kinderfreizeit ☒
Steffi Bahrs, Thaïs Queiroz, Jérôme Spors
030 920 32 308 oder 0179 43 14 639
mufo5@nhu-ev.org, www.mufo5.de
[instagram.com/mufo5_kinderfreizeit](https://www.instagram.com/mufo5_kinderfreizeit)

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 ☎
 030 680 753 75, graefe-kids@nhu-ev.org

Mobil im Kiez 2.0



Von April bis Oktober bietet das Projekt „MOBI 2.0“ an drei Tagen der Woche offene, mobile Spielangebote für Kinder im Alter von 6 bis 13 Jahren an. Mit zirkus- und sportpädagogischen sowie kreativen und kunstpädagogischen Ansätzen empower „MOBI“ Kinder und Familien und bietet Raum für Spaß, Abwechslung und Begegnung.

Gemeinsam mit Netzwerkpartner*innen, Eltern und Kindern nutzt „MOBI“ den öffentlichen Raum, um mit niedrigschwelligen und informellen pädagogischen Angeboten ein positives und nachbarschaftliches Miteinander im Sozialraum zu stärken.

- i Dienstag: Werner-Düttmann-Platz**
Mittwoch: Spielstraße in der Böckhstraße
Donnerstag: Werner-Düttmann-Platz
jeweils 14.00 - 18.00 Uhr
 Hamza Chehade, h.chehade@nhu-ev.org

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 oder corinnamweiner@gmail.com

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 ☎
 030 680 753 75, graefe-kids@nhu-ev.org

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 ☎
 01590 649 4423, drehpunkt@nhu-ev.org

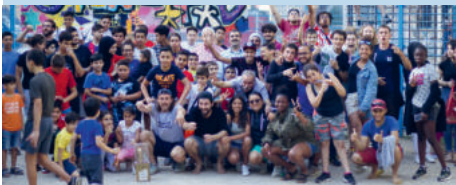
Fahrrad-Werkstatt



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 und Donnerstag, 15.00 - 18.00 Uhr**
Jugendtreff drehpunkt ☎
 01590 649 4423, drehpunkt@nhu-ev.org

Jugendtreff drehpunkt



Im Jugendtreff drehpunkt finden Jugendliche ab 12 Jahren einen offenen Raum, um ihre Freizeit gemeinsam zu gestalten, eigene Ideen einzubringen und Unterstützung im Alltag zu erhalten. Neben offenen Angeboten in der Einrichtung sind wir auch im Kiez ansprechbar und begleiten Jugendliche bei Projekten, Bildung und Aktivitäten im Sozialraum.

Folgt uns auf Instagram: @drehpunkt361

i **Dienstag bis Samstag, 14.00 - 20.00 Uhr**
KJFE Jugendtreff drehpunkt 📍
 01590 649 4423, drehpunkt@nhu-ev.org

(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 📍
 01590 649 4423, drehpunkt@nhu-ev.org

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.SKOOOL!

i **Donnerstag und Freitag, 16.00 - 20.00 Uhr**
Jugendtreff drehpunkt 📍
 01590 649 4423, drehpunkt@nhu-ev.org
 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 und Donnerstag, 16.00 - 18.00 Uhr**
Jugendtreff drehpunkt 📍
 01590 649 4423, drehpunkt@nhu-ev.org

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 📍
 01590 649 4423, drehpunkt@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.

i **Donnerstag, 12.00 - 14.00 Uhr**
Kreuzberger Stadtteilzentrum 📍
 scaberlin@gmx.net, www.sca-berlin.org

Gemeinsame Wohnungssuche für wohnungslose Geflüchtete



Das Wohnscouting bietet Einzelberatungen, Workshops und aufsuchende Beratung in Unterkünften an. Wir sprechen Deutsch, Englisch, Spanisch und bei Bedarf ist weitere Sprachmittlung möglich.

Wir arbeiten nach dem Prinzip Hilfe zur Selbsthilfe. Das bedeutet, wir haben keine Wohnungen, die wir vergeben können. Wir unterstützen dabei, selbstständig nach einer Wohnung zu suchen und den Prozess besser zu verstehen.

Wir helfen bei Anträgen, Bewerbungen, Informationen über Wohnraum, Begleitung des Umzugs und Unterstützung nach Einzug.

i Termine nach Vereinbarung per Mail oder WhatsApp

Denia Rodríguez, 0176 467 678 85

Lena-Yasemin Lack, 0155 606 245 46

Melanie Lenk, 0155 602 422 78

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, 0151 204 431 41

Petra Wojciechowski, 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, 20.00 - 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 Freitag, 14.00 - 17.00 Uhr Samstag, 14.00 - 15.45 Uhr Kreuzberger Stadtteilzentrum

Hotline: 0800 44533 62 / 0800 HILFE NA

www.na-berlin.de

Montagschance

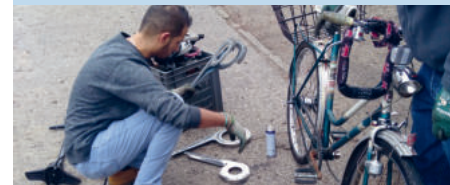


Die „Montagschance“ ist eine anonyme Selbsthilfegruppe zum Thema Spielsucht. Der Schwerpunkt der Gruppe sind Gespräche und Erfahrungsaustausch. Bitte meldet euch vorher an.

i Montag, 18.15 - 19.45 Uhr Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße

Alex, 030 403 66 60, info@montagschance.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. Auf Spendenbasis.

i Dienstag, 15.00 - 18.00 Uhr Nachbarschaftshaus Urbanstraße

Infos: Offener Bereich NHU oder bei

Ayla Römer & Sophie Schäfer, 030 690 497 20

offener-bereich@nhu-ev.org

Spieltreff Kreuzberg-Süd



Erwachsene spielen topaktuelle Brettspiele. Auch Du bist eingeladen, mit uns zu spielen! Brettspiele wie z.B. „Carcassonne“ und „RussianRailRoad“, „Quirkle“, „Dominion“, „Brücke“ und „Las Vegas“, oder auch TfM, TM und Scythe, Arche Nova, Dune und Nucleum. 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. Bitte um freiwilligen Kostenbeitrag.

i Freitag, 18.00 - 23.30 Uhr
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☎
 Björn Edler, 0157 746 300 78,
spilfest-berlin@web.de
www.meetup.com/de-DE/berlin-board-gamers
<https://community.gemeinsamerleben.com/community/spiele/groups/PA41YvvCpCp>

Spieltreff im Kreuzberger Stadtteilzentrum



Du suchst Gesellschaft für Gesellschaftsspiele? Dann melde Dich gerne bei uns im Stadtteilzentrum! Von „Mensch Ärgere-Dich-Nicht“ bis „Siedler von Catan“ ist alles möglich, gerne kannst Du auch eigene Spiele oder Ideen mitbringen.

i Kreuzberger Stadtteilzentrum ☎
 030 6126 666, stadtteilzentrum@nhu-ev.org

Sprachcafé im RuDi



Das „Sprach-Café zum Deutsch üben“ findet jeden Donnerstag im RuDi statt.

Das Sprach-Café ist ein Angebot für alle Menschen, die deutsch sprechen üben wollen.

Freiwillige bieten Kleingruppen an, so dass zwischen 3-7 Leute eine Gruppe bilden.

Du kannst mitentscheiden worüber gesprochen und diskutiert wird.

Offen für Alle, ohne Anmeldung & kostenfrei.

i Donnerstag 14.30 - 16.00 Uhr
RuDi Nachbarschaftshaus ☎
 Katrin Altmann, k.altmann@nhu-ev.org

Integrationskurse für Migrantinnen



Eliš 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, Altwandererinnen, 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

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

i Montag, 14.00 - 17.00 Uhr
Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
 Annika Schauer, 030 285 084 42
mgh-gneisenau@nhu-ev.org

Inklusion bühnenreif Improvisations- und Playbacktheater Workshops



Unsere Workshops sind für Menschen mit sichtbaren und unsichtbaren Einschränkungen sowie für Menschen, die Spaß und Spielfreude am Impro-Playbacktheater haben. An den Workshoptagen gibt es viel Raum zum Ausprobieren, das Team und die Teilnehmer*innen versuchen einander zu inspirieren und zu unterstützen. Werte wie Achtsamkeit, Respekt, Mitgefühl, Verständnis, Offenheit und Wertschätzung sind uns wichtig. In diesem geschützten Rahmen können wir uns ausprobieren, eigene Hürden überwinden, sodass auch die Freude am Scheitern zu einer positiven Erfahrung werden kann und wir diese wiederum auch in unseren Alltag mitnehmen können.

i i.d.R jeden 4. Sonntag, 11.30 - 16.30 Uhr
Termine: 25.10. | 07.11. (im Rahmen des NHU-Kulturwochenendes) | 15.11.
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
Linda Steuernagel, 0176 63153229
inklusion.buehnenreif@gmx.de
www.inklusion-buehnenreif.de

StoP-Partnergewalt! Forumtheatergruppe für Frauen



Hast du Erfahrungen oder Geschichten zu erzählen? Komm und mach mit! Gemeinsam mit anderen Frauen entwickeln wir ein Forumtheaterstück nach Augusto Boal zum Thema Partnergewalt und Zivilcourage. Das Forumtheater gibt uns die Möglichkeit, unsere Erfahrungen einzubringen und gemeinsam neue Perspektiven und Handlungsmöglichkeiten zu finden.

Die Gruppe wird geleitet von den Theaterpädagoginnen Hülya Karci und Eva Bittner.

Das Angebot ist kostenlos. Aufführungen in verschiedenen Stadtteilzentren sind geplant.

i zweiwöchentlich, jeweils 18.00 - 20.00 Uhr
Nächste Probestermine: 05.10. | 20.10. | 03.11. | 17.11. | 01.12. | 15.12.
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
Angelika Greis, 0159 0196 3239
stop-partnergewalt@nhu-ev.org

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 Nachbarschaftshaus ☞
Anmeldung: Jens Clausen, 0178 5633 492
mail@jens-clausen.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.

IKARUS sucht neue Mitspieler*innen.
Voraussetzung: Lust und Spaß am Theater mit anderen Generationen. Improvisation und Eigenproduktionen unter professioneller Leitung. Unverbindliches Schnuppern jederzeit möglich.

i **Freitag, 15.30 bis 18.30 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
Jens Clausen, 0178 563 34 92, ikarus@nhu-ev.org

Offener Imkertreff



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

i **1 x Monat, Montag, 19.00 - 21.30 Uhr**
Termine: 19.10. | 16.11.
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
Benedikt Stockmayer, 0179 488 0873 ☞
info@imkerverein-kreuzberg.de
www.imkerverein-kreuzberg.de

EM - Effektive Mikroorganismen



Im Rahmen dieses Angebotes bietet Ludwig Wetzel Interessierten Basisinformationen über die Materie Effektive Mikroorganismen (EM). Was bedeutet EM / EMa, was bewirken diese Mikroorganismen, in welchen alltäglichen Lebensbereichen können sie ganz praktisch angewendet und genutzt werden? Das sogenannte EM1 wurde 1982 von Prof. Teruo Higa als Bodenhilfsstoff entwickelt. Es aktiviert lokal vorhandene Mikroorganismen, die im Boden und im Wasser leben, und maximiert umweltschonend ihre natürliche Kraft.

Nachbar*innen, die bereits Erfahrungen mit EM haben und sich dazu austauschen möchten, sind ebenfalls herzlich eingeladen.

Gegen Spende wird auch EMa-Lösung abgegeben, bitte ein Gefäß (Flasche, Schraubglas) dafür mitbringen!

i **Donnerstag, 15.00 - 16.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
Ludwig Wetzel, 0176 798 45 303

Kleidertausch im RuDi - Für Kinder



Am Samstag, 3. Oktober 11-13 Uhr findet ein Kleider-
tausch für Kinder statt. Die Veranstaltung ist kostenlos.

Ihr könnt bis zu maximal 6 Kleidungsstücke zum Tau-
schen mitbringen oder ihr lasst euch beschenken. Das
Motto lautet: Alles, was du an Freund*innen oder Fa-
milie weitergeben würdest, ist perfekt für den Tausch.

i **Samstag, 3. Oktober 11.00 bis 13.00 Uhr**
RuDi Nachbarschaftshaus ☞
Katrin Altmann, k.altmann@nhu-ev.org

Mitsingkonzert der Berliner Liedertafel



Die Berliner Liedertafel veranstaltet zum 3. Oktober
wieder ein Mitsingkonzert.

An diesem Feiertag wird deutschlandweit in zahlreichen
Städten und Gemeinden gesungen und wir sind dabei
und singen mit: Volkslieder, Pop-Songs, Gospel, ...

Komm vorbei: Um 18.00 Uhr geht es los!

Essen und Trinken gibt es vor Ort.
Der Eintritt ist frei, Spende willkommen!

i **Samstag, 3. Oktober 18.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞

KiezKlimaMarkt
Markt für Klima und Umwelt

Wir möchten Initiativen in Friedrichshain-Kreuzberg
sichtbar machen, die sich im Bereich des Umwelt- und
Klimaschutzes engagieren. Sie setzen sich z.B. dafür ein,
mit Tauschmärkten oder Repair-Cafés Ressourcen zu
sparen, Gebrauchsgüter durch Upcycling einem neuen
Nutzen zuzuführen oder sind aktiv gegen Verschwen-
dung und verringern zugleich das Müllaufkommen,
indem sie Lebensmittel retten. Andere kümmern sich
um einen Co2-freien Kiez, teilen ihr „grünes“ Wissen mit
Interessierten, möchten Flächen im Stadtteil entsiegeln,
bepflanzen und im urbanen Umfeld gärtnern, engagie-
ren sich für Tierschutz, Wasserversorgung, erneuerbare
Energiewirtschaft oder eine Verkehrswende.
Deshalb laden wir – die Willma FreiwilligenAgentur, das
NHU und die GWA Graefe-Kiez wieder herzlich ein zum
„KiezKlima-Markt“, erstmals im Garten des Nachbar-
schaftshauses Urbanstraße!

i **Freitag, 9. Oktober, 14.00 - 17.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
Stella Bierhorst, info@die-freiwilligenagentur.de
www.die-freiwilligenagentur.de

Kinder-Kleidertausch im NHU



Unser Kinder Kleidertausch findet diesmal im Rahmen
des KiezKlimaMarktes statt!

Bringe gut erhaltene (gewaschene) Kinderkleidung
zum Tauschen mit und schau 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 mitneh-
men.

i **Freitag, 9. Oktober, 14.00 - 17.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
Sophie Schäfer, 030 690 497 20
offener-bereich@nhu-ev.org

Familienbrunch



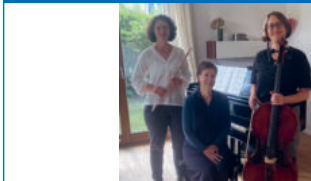
Das Team aus dem Offenen Bereich des Nachbarschafts-
haus Urbanstraße lädt alle Familien zu einem Mit-Bring-
Brunch ein. Wir bitten alle darum, etwas zum Brunch
beizutragen. Es wird eine Müsli Station und Waffeln ge-
ben. Kaffee und Tee auf Spendenbasis.

Der Saal verwandelt sich in ein buntes Spieleparadies:
Bewegungsparcours, Hula Hoop Reifen, Kleinkindbe-
reich, Holzeisenbahn, Lesezelt und vieles mehr. Alters-
empfehlung: Familien mit Kleinkindern und älteren
Geschwistern

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

i **Sonntag, 11. Oktober 10.00 bis 13.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße ☞
Sophie Schäfer, 030 285 084 41
s.schaefer@nhu-ev.org

Solicafé Mittagskonzert



Wir freuen uns, Lilli Albrecht (Querflöte), Veronika Beimesche (Klavier), und Cornelia Winter-Barnstedt (Violoncello) wieder im Nachbarschaftshaus Urbanstraße für ein Mittagskonzert begrüßen zu dürfen!

Während des Konzerts wird das Solicafé Limón für das leibliche Wohl sorgen. Das Konzert ist kostenlos, über eine Spende freuen sich die Musikerinnen.

i **Dienstag, 3. November 15.30 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
 Ayla Römer, 030 690 497 20
 offener-bereich@nhu-ev.org

Kulturwochenende im NHU



Wir laden euch herzlich zu unserem Kulturwochenende voller Kreativität und Begegnung ein!

Alle geplanten Veranstaltungen sind offene Angebote und finden auf Spendenbasis statt!

Auf folgende Highlights dürft ihr euch freuen:
 » Kleidertauschparty für Erwachsene
 » Konzert „Klavierkosmos“
 » Theaterabend mit Inklusion Bühnenreif
 » Familienbrunch
 » Zenobia Theater für die ganze Familie mit dem Stück „Yellow Marshmallow“
 » Kreistanz

Weitere Infos und das genaue Programm unter www.nachbarschaftshaus.de

i **Freitag, 6. November bis**
Sonntag, 8. November
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
 offener-bereich@nhu-ev.org

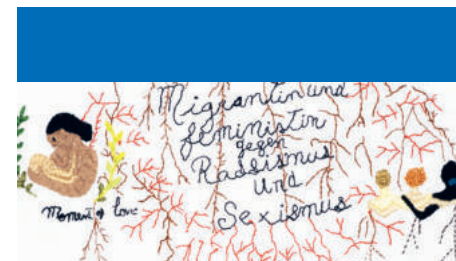
Partnergewalt ist untragbar



Feministische Modenschau & Performance gegen Gewalt an Frauen

Sticken, Häkeln, Stricken und Nähen werden zum politischen Statement: Im feministischen Kunstprojekt „Partnergewalt ist untragbar“ haben Frauen und FLINTA textile Kunstwerke und Kleidungsstücke geschaffen, die sich mit Partnergewalt, Feminiziden, Solidarität und Widerstand auseinandersetzen.

Zum Abschluss werden die Arbeiten in einer künstlerischen Performance mit Modenschaucharakter präsentiert – ohne klassischen Laufsteg, dafür aus nächster Nähe. Eine begleitende Fotoausstellung gibt Einblicke in den kreativen Entstehungsprozess. Hintergrundinformationen zur politischen Bedeutung feministischer Stick- und Handarbeitspraktiken sowie kreative Mitmachangebote laden dazu ein, sich mit dem Thema auseinanderzusetzen und selbst aktiv zu werden.



Die Veranstaltung findet anlässlich des Internationalen Tages gegen Gewalt an Frauen und Mädchen am 25. November statt.

i **Freitag, 20. November 17.00 - 20.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
 Melanie Lenk & Angelika Greis
 stop-partnergewalt@nhu-ev.org

Sercan Öztürk – Eine akustische Begegnung mit Bağlama und Cura



Sercan Öztürk ist Musiker und Komponist aus Istanbul. Im Zentrum seiner künstlerischen Arbeit stehen Bağlama und Cura.

In seinen Konzerten verbindet er eigene Kompositionen, improvisatorische Elemente und Klänge aus der anatolischen Musiktradition zu einer schlichten, intensiven und aufrichtigen musikalischen Sprache.

Dieses Konzert lädt das Publikum zu einem ruhigen, tiefen und aufmerksamen Hörerlebnis ein. Statt einer großen Bühnenshow entsteht eine intime musikalische Begegnung, in der Klang, Melodie und Stille unmittelbar spürbar werden.

Eintritt auf Spendenbasis.

i **Freitag, 27. November 19.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
 Ayla Römer, offener-bereich@nhu-ev.org

Winterbasar



Wir laden euch herzlich ein zum Winterbasar – unserem gemütlichen Nachmittag voller Stimmung, Lichter und guter Laune! Wir freuen uns auf jede Menge Selbstgemachtes an unseren Marktständen: Von Handgestricktem über Marmelade und Seifen bis hin zu Schmuck und kleinen Geschenkeideen – hier ist für alle was dabei.

Freut euch auf ein buntes Musikprogramm, Mitmach-Angebote für Alle, wärmenden Punsch und Stockbrot im Garten, süße Leckereien und ein liebevoll gestaltetes Kinderangebot.

Anmeldungen für einen Stand nehmen wir ab 09. November entgegen. Es gibt keine Standgebühr, bitte Plätzchen oder einen Kuchen für den Verkauf mitbringen.

i **Freitag, 4. Dezember 15.00 - 18.00 Uhr**
Nachbarschaftshaus Urbanstraße
 Stand-Anmeldung nur per Mail an:
 offener-bereich@nhu-ev.org

Stein des Anstoßes - Vom schwierigen Umgang mit dem Erinnern

1913 begann der Bau des heutigen Nachbarschaftshauses - als Offizierskasino des Kaiser Franz Garde Grenadier Regiments Nr. 2. Einige Jahre zuvor war auf dem Kasernengelände der „Afrika-Stein“ errichtet worden, gewidmet gefallenen Freiwilligen des Regiments der kolonialen Schutztruppen in Deutsch-Südwestafrika. Bei den Kämpfen starben vermutlich mehr als 60.000 Herero und Nama. Ein umstrittener Gedenkstein, der an das düstere Kapitel deutscher Kolonialzeit erinnert.



Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

Dauer der Ausstellung: 08. September - 18. Oktober

Für Anfragen zu Ausstellungen: e.kuhne@nhu-ev.org

Unser Nachbarschaftsgarten

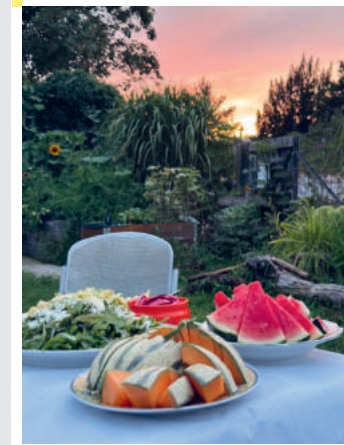
Der Nachbarschaftsgarten in der Kolonie am Flughafen e.V. ist ein lebendiger Ort der Begegnung. Hier kommen Menschen mit unterschiedlichen Erfahrungen und Lebensgeschichten zusammen, um gemeinsam zu gärtnern, sich auszutauschen, voneinander zu lernen. Als inklusiver Garten bietet er Raum für Solidarität, nach-

barschaftlichen Zusammenhalt und gegenseitige Unterstützung. Unter Bäumen, zwischen Blumen und Beeten ist der Nachbarschaftsgarten seit 2019 ein Lern- und Begegnungsort, an dem Teilhabe für alle möglich ist.



Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

Dauer der Ausstellung: 03. November - 23. November 2026



Vernissage: Mittwoch, 11. November, 18.00 Uhr

Exlibris aus der Ukraine

Wie immer am ersten Samstag im November, findet das Berliner Exlibris Treffen statt. Zum 37. Mal laden die Organisatoren ins RuDi Nachbarschaftshaus ein. Am Samstag, den 7. November wird von 12 Uhr bis 19 Uhr im RuDi getauscht, geplauscht und eine Exlibris-Ausstellung von fünf jungen ukrainischen Künstler*innen aus Lviv eröffnet.



Im RuDi Nachbarschaftshaus

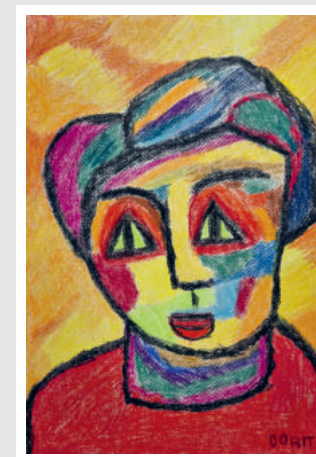
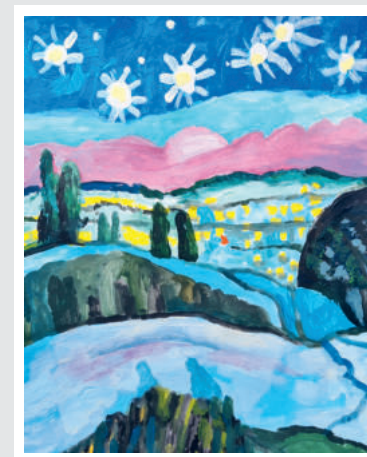
Dauer der Ausstellung: 7. November - 19. Dezember

Vernissage: 7. November 2026 12.00 - 19.00 Uhr

Kunstsprünge - Künstlergruppe Koppelweg

Zu ihrem 40jährigen Jubiläum zeigt die Künstlergruppe Koppelweg der Lebenshilfe Berlin nachträglich in diesem Jahr eine Auswahl an Bildern aus ihrer Schaffenszeit. Es handelt sich um eine feste Gruppe, die einmal wöchentlich unter professioneller Anleitung in der Wohnstätte 1 der Lebenshilfe stattfindet. Viele Künstler*innen sind

über sehr lange Zeiträume dabei und es gibt nur eine geringe Fluktuation. So vielfältig wie die unterschiedlichen Persönlichkeiten der Künstler*innen ist auch die jeweilige individuelle Handschrift und die Vorliebe für bestimmte künstlerische Techniken.



Im Nachbarschaftshaus Urbanstraße

Dauer der Ausstellung: 25. November 2026 - 08. Januar 2027

Vernissage: 8. Dezember 2026 18.00 - 20.00 Uhr in Anwesenheit einiger Künstler*innen

IMPRESSUM



VEREIN

IMPRESSUM
VEREIN**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:** September 2026**Auflage:** 1.250 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 60 Mitglieder.

Vorstand

1. Vorsitzende: Sabine Trautwein
2. Vorsitzende: Jeanette Henne-Kollhammer
1. Schatzmeisterin: Elke Kuhne
2. Schatzmeisterin: Ilse Böge

Arbeitsausschuss

1. Srou Alsrour
2. Ilse Böge
3. Anette Dietzmann
4. Markus Domsch
5. Wolfgang Hahn
6. Jeanette Henne-Kollhammer
7. Juliette Kahlert
8. Elke Kuhne
9. 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 nhu-ev.org. Wir danken Ihnen für Ihr Interesse.

Mit freundlichen Grüßen

Sabine Trautwein, Vorstandsvorsitzende

Markus Runge, Geschäftsführer



Nachbarschaft & Kultur



Offener Bereich Nachbarschaftshaus
Urbanstr. 21, 10961 Berlin · 030 690 497 20
offener-bereich@nhu-ev.org

Kreuzberger Stadtteilzentrum
Lausitzer Str. 8, 10999 Berlin · 030 612 66 66
stadtteilzentrum@nhu-ev.org

**Mehrgenerationenhaus
Gneisenaustraße**
Gneisenastr. 12, 10961 Berlin · 030 285 084 42
mgh-gneisenaust@nhu-ev.org

RuDi Nachbarschaftshaus
Modersohnstr. 55, 10245 Berlin · 030 292 9603
leitung.rudizentrum@nhu-ev.org

Nachbarschaftsgarten Kreuzberg
Züllichauer Ecke Golßener Straße, 10965 Berlin
Kolonie am Flughafen · 0162 952 5702
t.uensal@nhu-ev.org

Theater
Urbanstr. 21, 10961 Berlin · 0178 563 34 92
ikarus@nhu-ev.org



Stadtteilarbeit & Freiwilliges Engagement

Gemeinwesenarbeit Graefe-Kiez
Jahnstr. 4, 10967 Berlin
gwa-graefekiez@nhu-ev.org

**Gemeinwesenarbeit
Reichenberger Kiez**
Lausitzer Str. 8, 10999 Berlin · 030 612 66 66
j.popp@nhu-ev.org

Gemeinwesenarbeit RuDi
Modersohnstr. 55, 10245 Berlin · 0176 977265 34
e.dahms@nhu-ev.org, l.strauch@nhu-ev.org

Gemeinwesenarbeit für UfO Berlin
Jahnstr. 4, 10967 Berlin · 0176 4629 5877
b.vojtonovszki@nhu-ev.org

**StoP Kreuzberg
Stadtteile ohne Partnergewalt**
Jahnstr. 4, 10967 Berlin
stop-partnergewalt@nhu-ev.org

Rechte & Wege
Jahnstr. 4, 10967 Berlin
s.wetzig@nhu-ev.org, i.palasser@nhu-ev.org



Bildung & Erziehung



WILLMA FreiwilligenAgentur FHXB
Grimmstr. 16, 10967 Berlin · 030 311 66 00 77
info@die-freiwilligenagentur.de

**Stadtteilkoordination
Kreuzberg-Ost**
Naunynstr. 73, 10997 Berlin · 0155 6355 9020
stk.kreuzberg-ost@nhu-ev.org

**Stadtteilkoordination
Friedrichshain-Ost**
Wühlischstr. 40, 10245 Berlin · 0174 5491597
stk.friedrichshain-ost@nhu-ev.org

Kindertagesstätte Spielhaus
Urbanstr. 21, 10961 Berlin · 030 690 497 14
spielhaus@nhu-ev.org

Kindertagesstätte Tausendfühler
Friesenstr. 4, 10961 Berlin · 030 694 68 90
tausendf@nhu-ev.org

**Bildung, Erziehung und Betreuung
Bürgermeister-Herz-Grundschule**
Wilmsstr. 10, 10961 Berlin
hort@nhu-ev.org

**Schulsozialarbeit
Bürgermeister-Herz-Grundschule**
Wilmsstr. 10, 10961 Berlin
schulsozialarbeit@bmh-schule.de

**Kinderfreizeiteinrichtung
GraefeKids**
Hasenheide 44, 10967 Berlin · 030 680 753 75
graefe-kids@nhu-ev.org

M*UF05 – Kinderfreizeit
Möckernkiez 5, 10963 Berlin · 030 920 32308
0179 431 4639 · mufo@nhu-ev.org



Beschäftigung & Qualifizierung



Jugendtreff drehpunkt
Urbanstr. 44, 10967 Berlin · 01590 649 44 23
drehpunkt@nhu-ev.org

**Zukunftskiez
Werner-Düttmann-Siedlung**
Ohlauer Str. 41, 10999 Berlin
c.semado@nhu-ev.org, c.sutter@nhu-ev.org

Mobil im Kiez - Mobi 2.0
Hasenheide 44, 10967 Berlin
c.sutter@nhu-ev.org

Mobil im Kiez 3.0 „GraefeBoys“
Urbanstr. 44, 10967 Berlin · 0178 732 6420
drehpunkt@nhu-ev.org

**Aktivierungsmaßnahmen, TaAM nach
§16iSGBII, MAE-AGH**
Grimmstr. 16, 10967 Berlin · 030 627 357 01
beschaeftigung@nhu-ev.org

Stadtteilmütter Berlin-Kreuzberg
Grimmstr. 16, 10967 Berlin · 030 627 357 01
beschaeftigung@nhu-ev.org

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

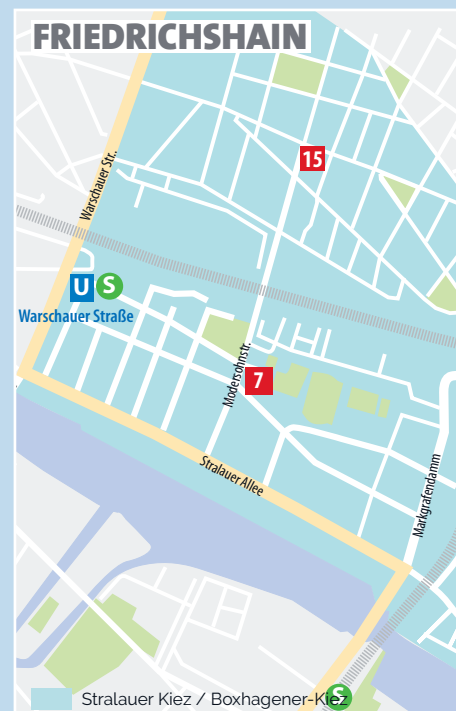
In diesen Einrichtungen können Sie solche Fälle melden:

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

LAGEPLAN & STANDORTE



- 1** Offener Bereich im Nachbarschaftshaus Kindertagesstätte Spielhaus Theater
- 2** Bildung, Erziehung und Betreuung Schulsozialarbeit Bürgermeister-Herz-Grundschule
- 3** Kindertagesstätte Tausendfühler
- 4** WILLMA FreiwilligenAgentur Friedrichshain-Kreuzberg Beschäftigung & Qualifizierung Stadtteilmütter Berlin-Kreuzberg
- 5** Kinderfreizeiteinrichtung GraefeKids Mobil im Kiez - Mobi 2.0
- 6** Jugendtreff drehpunkt Mobil im Kiez 3.0 „GraefeBoys“
- 7** RuDi Nachbarschaftshaus Gemeinwesenarbeit (GWA) RuDi
- 8** Kreuzberger Stadtteilzentrum Gemeinwesenarbeit (GWA) Reichenberger Kiez
- 9** Mehrgenerationenhaus Gneisenaustraße
- 10** M*UF05 – Kinderfreizeit
- 11** Nachbarschaftsgarten Kreuzberg
- 12** Gemeinwesenarbeit (GWA) Graefe-Kiez StoP Kreuzberg - Stadtteile ohne Partnergewalt Gemeinwesenarbeit für die Union für Obdachlosenrechte Berlin (Ufo Berlin) Rechte & Wege
- 13** Zukunftskiez Werner-Düttmann-Siedlung
- 14** Stadtteilkoordination Kreuzberg Ost
- 15** Stadtteilkoordination Friedrichshain-Ost





Winterbasar

HANDGEMACHT & HERZENSWARM

Freitag, 4. Dezember 15.00 - 18.00 Uhr

Nachbarschaftshaus Urbanstraße

Urbanstraße 21, 10961 Berlin

Weitere Infos Seite 57