

PROGRAMM
Februar bis August 2024

**Stadtteil-
und
Familien-
zentrum**

Fabrik Osloer Straße

Liebe Nachbar*innen,



Unser Träger ist



Wir sind Mitglied bei



Wir werden gefördert von



schön, dass ihr euch für die Angebote im Stadtteil- und Familienzentrum Fabrik Osloer Straße interessiert! Auch 2024 finden bei uns wieder Beratungen, Veranstaltungen und Freizeitangebote statt. Im Mai laden wir euch wieder herzlich zum Fest der Nachbarschaft ein (Seite 55)!

Außerdem gibt es auch wieder unseren Baby- und Kindertrödel und Kindertheater (Seite 56).

Im Treffpunkt NachbarschaftsEtage könnt ihr Menschen aus der Nachbarschaft kennenlernen und euch in der kalten Jahreszeit aufwärmen. Für Kinder gibt es eine Spielecke und von Januar bis März einen Winterspielplatz (Seite 16).

Falls ihr unsere Räume nutzen möchtet, findet ihr alle Infos dazu auf Seite 62–63.

Bei uns könnt ihr den Berliner Familienpass, der ein günstiges Freizeit- und Kulturangebot für Familien ermöglicht, kaufen.

Wir freuen uns sehr auf euch!

Euer Team der NachbarschaftsEtage

Inhalts

verzeichnis

Begegnung & Austausch 8

Angebote für Erwachsene 9

Nachbarschaftscafé	9
Frühstückstreff für Frauen*	10
Spieleabend	10
Starke Eltern – Starke Kinder	11
Treffpunkt NachbarschaftsEtage	12

Angebote für Familien und Kinder 13

Fabrik Girls	13
Offener Babytreff	13
Familienfrühstück	14
Bunter Familiennachmittag	14–15
Das feuerrote Spielmobil	15
Winterspielplatz	16

Rund um die Geburt 17

Babymassage	18
Rückbildungsgymnastik ohne Kind	18–19
Geburtsvorbereitung für Paare	19
Rückbildungsgymnastik mit Kind	20
Von Anfang an	20
EntdeckungsRaum	21
Frag die Familienhebamme	21
Erste Hilfe am Kind	22

Hilfestellung & Beratung 23

Angebote für Erwachsene 24

Rechtsberatung	24
Sozialberatung auf Deutsch und Arabisch	24
Sozialberatung (auf Deutsch, Englisch,	

Türkisch, Russisch)	25
---------------------	----

Allgemeine unabhängige Sozialberatung – „Clearing A.u.S. Mitte“	26
--	----

Beratung zum Asylrecht	26
------------------------	----

ComputerCafé mit individueller Beratung	27
---	----

Selbsthilfegruppe für Frauen* mit Depressionen	27
---	----

Selbsthilfegruppe Psychose–Erfahrene	28
--------------------------------------	----

Aktiv im Alter – mit Tablet	28
-----------------------------	----

Wedding hilft, AG Behördengänge	29
---------------------------------	----

Familienberatung (auf Deutsch und Türkisch)	29
---	----

Angebote für Familien und Kinder 30

Offene Sprechstunde des Familienservicebüros	30
---	----

SchreiBabyAmbulanz	31
--------------------	----

Offenes Treffen von ArbeiterKind.de	32
-------------------------------------	----

Familienmediation	32
-------------------	----

Hausaufgabenhilfe	33
-------------------	----

Familienrat	33
-------------	----

Sprache 34

Angebote für Erwachsene 35

Deutschkurse bei der VHS Mitte	35
--------------------------------	----

Sprachcafé	
------------	--

Angebote für Familien und Kinder 36

Mutter–Kind–Sprachlerngruppe	36
------------------------------	----

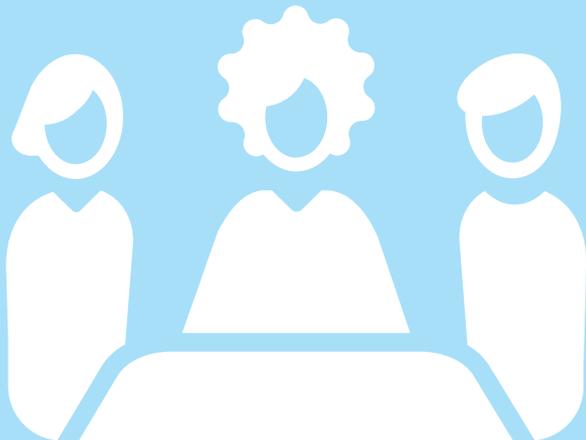
Bewegung & Gesundheit 37

Angebote für Erwachsene 38

FELDENKRAIS® Samstagsthema: „Die	
----------------------------------	--

Klarheit des gegenwärtigen Moments“	38	Philosophisches Café in der Fabrik: Auf dem Weg zum Übermenschen?	54
Fitnessboxen	39		
Frauen*yoga ab 50 Jahren	39	Angebote für Familien und Kinder	55
Yoga für alle	40	
Zumba®	40	Fest der Nachbarschaft	55
Historische Tänze	41	Baby- und Kindertrödel	56
Historische Kontratänze	42	Kindertheater	56–57
Indonesisches Kung-Fu (Rote Pandas)	42		
Wir gehen spazieren! Kommst du mit?	43		
Angebote für Familien und Kinder	44		
.....			
Kindertanzkurse für Kinder ab 3 Jahren	44		
Kreatives	45		
Angebote für Erwachsene	46		
.....			
Alltagshelden	46		
NähCafé	46		
NachbarschaftsChor	47		
Strickgruppe	47		
Nähen am Abend	48		
Angebote für Familien und Kinder	49		
.....			
Nähkurs für Kids	49		
Musikalische Früherziehung Mini und Maxi	49		
Veranstaltungen	50		
Angebote für Erwachsene	51		
.....			
Kochen und Kultur	51		
Geschichtswerkstatt „Erinnern und Gedenken an die NS-Zwangsarbeit in der Fabrik Osloer Straße“	51–52		
Netzwerktreffen „Aktiv im Alter in Gesundbrunnen“	52–53		
Kiezgespräch mit Bezirksstadtrat und Stadt- teilkoordination	53		
		Verschenken Verleihen Reparieren	58
		VerschenkeRegal	59
		Zusammen reparieren – Repair Café	
		Soldiner	59
		BücherboXX	60
		Lastenrad Prinz Oslo	60
		Wir für Euch	61
		
		Stadtteilzentrum NachbarschaftsEtagé	62
		Räume für euch	63–65
		Wir sind die Nachbarschaft	66
		FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße	67–68
		PaSch – Patenschaften für Schulkinder	69
		FreiwilligenAgentur Mitte	70
		Stadtteilkoordination (STK) Osloer Straße	71
		Demokratie in der Mitte – Fachstelle für Antidiskriminierungs- und Demokratiarbeit Berlin-Mitte	72–73
		Selbsthilfe	75
		
		Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungs- stelle Mitte	76–77
		Kontaktstelle PflegeEngagement Mitte	78
		LouLou Begegnungsort + LeNa – Lebendige Nachbarschaft	78
		Projekt Jung und depressiv	79
		Impressum	81

BEGEGNUNG UND AUS- TAUSCH



Angebote für Erwachsene

Nachbarschaftscafé

Alle sind herzlich eingeladen, ihre Nachbar*innen kennenzulernen beim offenen Nachbarschaftstreff mit Kaffee, Tee, Snacks und Gesprächen. Wir kochen zusammen, machen kleine Ausflüge und verschiedene kreative Aktionen. Unser aktuelles Programm seht ihr auf der Webseite der NachbarschaftsEtage.



Wann

Mittwochs, 9.30–12.30 Uhr

7. Februar 2024: International Kochen

14. Februar 2024: Tablet und Smartphone besser kennenlernen

21. Februar 2024: Vegetarisches Mitbring-Frühstück

28. Februar 2024: Montagsmaler und andere Spiele



Wo

2. Hof, Ausgang B, 1. Etage,
Treffpunkt NachbarschaftsEtage



Kontakt

Stefanie Tragl

030 497 66 041

st@nachbarschaftsetage.de

Aynur Pinarbasi

030 37 30 17 59

ap@nachbarschaftsetage.de

Maike Janssen

030 38 10 93 29

stk-osloer-strasse@berlin.de

Frühstückstreff für Frauen*

Im Treffpunkt NachbarschaftsEtage kommen jeden Donnerstag Frauen* zusammen, um gemeinsam zu frühstücken, zu reden und zu tanzen. In gemütlicher Frühstücksrunde werden selbst mitgebrachte Spezialitäten aus unseren Herkunftsländern geteilt. Tee und Kaffee stellen wir zur Verfügung.



Wann
Dienstags,
11.30–14.30 Uhr

Wo
2. Hof, Aufgang B,
1. Etage, Treffpunkt NachbarschaftsEtage

Kontakt
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de

Spieleabend

Ein Spieleabend für Taube, Schwerhörige, CI und Leute, die gerne Gebärdensprache nutzen. Es gibt Getränke und Spiele vor Ort. Eigene Spiele sind immer willkommen.



Wann
Jeden zweiten
Freitag im
Monat,
17–20 Uhr
(Ausnahme:
7. Juni 2024)

Wo
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage,
Treffpunkt NachbarschaftsEtage

Anmeldung
post@nachbarschaftsetage.de

Starke Eltern – Starke Kinder

„Starke Eltern – Starke Kinder“ ist ein Kursangebot für alle Eltern und Bezugspersonen, die sich mehr Leichtigkeit und Sicherheit in der Erziehung ihrer Kinder wünschen. Der Kurs hilft, den Familienalltag gelassener zu gestalten und Wege zu finden, Konflikte zu bewältigen. Das Selbstbewusstsein von Müttern, Vätern und Kindern soll gestärkt und das Miteinander in der Familie verbessert werden.

Wir bieten Raum zum Nachdenken und Austauschen und informieren über allgemeine Erziehungsthemen und Kinderrechte. Wir geben Raum, um Kraft zu tanken und möchten den Teilnehmenden zeigen, wie sie einen liebevollen und respektvollen Umgang in der Erziehung finden.

Wann
Termine bitte beim FamilienZentrum erfragen

Info
Wir freuen uns über eine kleine Spende für Material und Kopien

Wo
1. Hof, Aufgang A, 4.OG, Seminarraum

Anmeldung
030 49 90 23 35
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Treffpunkt NachbarschaftsEtage

Unser Treffpunkt NachbarschaftsEtage hat an fünf Tagen in der Woche geöffnet. Es gibt Kaffee und Tee auf Spendenbasis. Im Treffpunkt kann man sich in der kalten Jahreszeit aufwärmen und das ganze Jahr über austauschen und begegnen. Für Kinder gibt es eine Spielecke.



- Wann**
Montag bis Donnerstag, 11–17 Uhr,
freitags 11–14 Uhr
- Wo**
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage,
Treffpunkt NachbarschaftsEtage
- Kontakt**
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de

Angebote für Familien und Kinder

Fabrik Girls

Quatschen, tanzen, Freund*innen treffen. Unser Mädchen*treff „Fabrik Girls“ bietet die Gelegenheit, sich zu treffen und Spaß zu haben. Hier könnt ihr spielen, basteln, gemeinsam tanzen oder singen.

- Wann**
Freitags, 16–18 Uhr
- Wo**
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B
- Info**
Für Mädchen zwischen 7 und 15 Jahren. Das Angebot ist kostenlos und findet vor Ort mit begrenzten Plätzen statt. Eine Anmeldung per E-Mail ist erforderlich.
- Anmeldung**
Katharina Resch: katharina_resch@web.de

Offener Babytreff

Für Eltern mit Babys von 0 bis 18 Monaten stellen wir jeden Freitagvormittag unseren Babyraum zur freien Verfügung. Hier können sich Eltern kennenlernen, austauschen und alle im Raum vorhandenen Utensilien und Spielsachen nutzen, damit sie und ihre Babys sich wohlfühlen.

- Wann**
Freitags, 10–12 Uhr
- Info**
Wir bitten um eine Spende für die Nutzung des Raumes und der Spielmaterialien
- Wo**
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage,
Baby- und Bewegungsraum
- Kontakt**
Isabell Wiehler, Sabine Röseler
030 49 90 23 35, 0152 290 73 534
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Familienfrühstück

An ausgewählten Samstagen laden wir zum gemeinsamen Frühstück ein. Es gibt Brötchen, Kaffee, Tee und Obst. Eltern, Großeltern und ihre (Enkel-)kinder sind herzlich willkommen und eingeladen, etwas für das Buffet mitzubringen. Für die Kinder stehen unsere Spielecke und Bewegungselemente im Saal zur Verfügung.



Wann
10. Februar,
13. April,
8. Juni,
14. September,
9. November 2024

Info
Das Familienfrühstück ist ein kostenloses Angebot ohne Anmeldung. Wir bitten um eine Spende für die Nutzung des Raumes und der Spielmaterialien

Wo
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Treffpunkt NachbarschaftsEtage und Veranstaltungssaal

Kontakt
Sabine Röseler, Isabell Wiehler
030 49 90 23 35, 0152 290 73 534
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Bunter Familiennachmittag

Familien mit Kindern im Alter von 0 bis 7 Jahren sind hier willkommen. Es gibt Bastelangebote, gemeinsames Kochen, Bücher lesen in verschiedenen Sprachen und Spielangebote. Bringt gerne eigene Ideen ein. Der Familiennachmittag bietet Gelegenheit zu Begegnung, Austausch und Gespräch.



Wann
Donnerstags,
15.30–17.30 Uhr

Info
Wir bitten um eine Spende für die Nutzung des Raumes und der Spielmaterialien

Wo
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Treffpunkt NachbarschaftsEtage und Veranstaltungssaal

Kontakt
Sabine Röseler, Isabell Wiehler,
030 49 90 23 35, 0152 290 73 534
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Das feuerrote Spielmobil

In den wärmeren Monaten von April bis Oktober kommt das feuerrote Spielmobil einmal pro Woche auf die Grünfläche in der Wollankstraße 53/54. Ein Spaß für die ganze Familie! Die Kinder toben sich an den Spielgeräten aus, Eltern und Nachbar*innen kommen bei Tee oder Kaffee ins Gespräch.

Wann
Dienstags, 16–19 Uhr
(April bis Oktober)

Wo
Grünanlage
Wollankstr. 53/54

Info
In Kooperation mit dem Landesjugendwerk AWO

Kontakt
NachbarschaftMobil
Sabine Röseler
0152 290 73 534
sabine.roeseler@nachbarschaftsetage.de



Winterspielplatz

In den kälteren Monaten von Januar bis März (und voraussichtlich auch wieder ab Herbst) öffnen wir unseren Saal als "Winterspielplatz". Es stehen Bewegungselemente zum Spielen für die Kinder zur Verfügung sowie die Spiel- und Bücherecke im Treffpunkt, wo sich die Eltern bei Kaffee und Tee austauschen können.



Wann

Dienstags, 16–18 Uhr
(Januar bis Ende März)



Info

In Kooperation mit dem Landesjugendwerk der AWO



Wo

2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Treffpunkt
NachbarschaftsEtage und Veranstaltungssaal



Kontakt

Sabine Röseler, Isabell Wiehler
030 49 90 23 35, 0152 290 73 534
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

RUND UM DIE GEBURT



Babymassage

Mit der Babymassage soll das Wohlbefinden des Babys unterstützt werden. Dazu zeigt die Hebamme eine behutsame Methode, um Babys bei Entspannung zu unterstützen. Die Übungen werden an einer Puppe gezeigt und die Eltern üben die Massage an ihren Babys. Auch Väter sind bei der Babymassage willkommen. Die Babys sollten zwischen 6 Wochen und 6 Monaten alt sein.

Wann

Montags (3 Termine):

12., 19., 26. Februar 2024, 13.30–14.30 Uhr

4., 11., 18. März 2024, 13.30–14.30 Uhr

22., 29. April, 6. Mai 2024, 14–15 Uhr

10., 17., 24. Juni 2024, 14–15 Uhr

Donnerstags, 11.30–12.30 (3 Termine):

15., 22., 29. Februar 2024

7., 14., 21. März 2024

Über Änderungen von Terminen und Kurszeiten informiert Sie die Kursleitung rechtzeitig.

Wo

2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal

Info

30€ für 3 Termine, für Paare 50€ für 3 Termine

Anmeldung

Justine A. Boguslawski

030 609 86 40 50

mama.delali@yahoo.de

Rückbildungsgymnastik ohne Kind

In diesem Kurs werden mit gezielten Übungen die wichtigsten Muskelgruppen gekräftigt, gedehnt und dabei auch der Beckenboden gestärkt. Dieser Kurs ist ohne Baby konzipiert, damit sich die Mütter auf ihren Körper konzentrieren können (Single Elternteile ohne Betreuungsperson für ihr Baby schreiben bitte direkt an die Kursleiterin).

In this course, we will strengthen and stretch the most important muscle groups with targeted exercises, while also strengthening the pelvic floor. So that you can concentrate fully on yourself and your body, this course is designed without a baby (if you are a single parent and cannot find someone to look after your baby, please write directly to the course leader).

Wann

Kurs auf Deutsch: Mittwochs, 18.30-19.45 (8 Termine)

Kurs auf Englisch: Mittwochs, 20-21.15 Uhr (8 Termine)

31. Januar, 7., 14. Februar, 6., 13., 27. März, 3., 10. April 2024

Wo

1. Hof, Aufgang A, 1. Etage,
Baby- und Bewegungsraum

Info

Kostenübernahme durch Krankenkasse, für Frauen* ab frühestens 8 Wochen nach der Geburt (nach Kaiserschnitt ab 12 Wochen)

Anmeldung

Justine A. Boguslawski

mama.delali@yahoo.de

Rückbildungsgymnastik mit Kind

Nach der Geburt eines Kindes ist das Training der Muskeln in Bauch und Beckenboden wichtig. Hebamme Justine A. Boguslawski vermittelt den Teilnehmer*innen bei der Rückbildungsgymnastik Atemtechniken sowie Kraft- und Dehnungsübungen. Massage und Entspannung gehören ebenfalls dazu. Der Kurs richtet sich an Frauen* ab sechs bis acht Wochen nach der Geburt. Babys können zur Rückbildungsgymnastik mitgebracht werden. Babypausen sind möglich.

Wann

Montags, 11.30-13.10 (je 6 Termine)

08., 15., 22., 29. April, 6., 13. Mai 2024

03., 10., 17., 24. Juni, 1., 8. Juli 2024

Wo

1. Hof, Aufgang A, 1. Etage,
Baby- und Bewegungsraum

Info

Kostenübernahme durch Krankenkasse

Anmeldung

Justine A. Boguslawski

mama.delali@yahoo.de

Geburtsvorbereitung für Paare

Durch Körperwahrnehmung, Atemübungen und spezifische Übungen wird im Kurs schon vor der Geburt die Bindung zwischen Mutter und Kind gestärkt. Darüber hinaus werden Aufgaben von Partner*innen, Schmerzverarbeitung, Geburtsablauf sowie Fragen und Anregungen rund um Schwangerschaft, Geburt und die ersten Wochen mit Baby besprochen. Werdende Eltern bekommen Sicherheit, um dem freudigen Ereignis zuversichtlich und gut vorbereitet entgegen zu sehen.

 **Wann**
Samstags und sonntags, 12-17 Uhr
13. und 14. April 2024
6. und 7. Juli 2024
12. und 13. Oktober 2024

 **Wo**
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage,
Baby- und Bewegungsraum

 **Info**
Kostenübernahme durch die Krankenkasse für die Schwangere, Beitrag der Begleitperson: 100 €

 **Anmeldung**
Justine A. Boguslawski
mama.delali@yahoo.de

Von Anfang an

Jeden Freitag ist bei uns für frisch gebackene Eltern Zeit, andere Eltern zu treffen. Hebamme Anett Fruck lädt ein zum „Von Anfang an“-Kurs. Es geht um den Austausch mit anderen Eltern und gleichzeitig um eine schöne Zeit mit dem Baby. Der Raum ist an den Entwicklungsstand der Kinder angepasst und enthält angemessene Materialien zum Entdecken. Der Kurs richtet sich an alle Eltern mit Babys von 0 bis 12 Monaten. Im Gespräch entstehen Fragen rund ums Stillen, die Beikost, ums Schlafen, die Bewegungsentwicklung oder den Tagesablauf mit Kind.

 **Wann**
Freitags, 11.45–13 Uhr
Termine bitte bei Anmeldung erfragen

 **Wo**
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal

 **Kontakt**
030 49 90 23 35
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

EntdeckungsRaum

Kinder von 12 bis 30 Monaten bekommen bei diesem Angebot die Möglichkeit, in einer für sie vorbereiteten Umgebung mit anregenden Materialien zu spielen und in ihrem Tempo den Raum zu erkunden. Ihre Eltern erhalten Unterstützung beim Beobachten und Begleiten der Kinder. Im EntdeckungsRaum gibt es Gelegenheit, sich auszutauschen und über viele Themen ins Gespräch zu kommen. Beispielsweise über Bewegungsentwicklung, kindliche Bedürfnisse, Alltagsgestaltung, Spielen, Stillen, Beikost, Tagesablauf und Schlaf.

 **Wann**
Freitags, 10–11.15 Uhr
Termine bitte bei Anmeldung erfragen

 **Wo**
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal

 **Info**
Das Angebot findet mit Anmeldung statt

 **Anmeldung**
030 49 90 23 35
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Frag die Familienhebamme

Justine A. Boguslawski kennen die Besucher*innen des FamilienZentrums schon länger. Nun ist die Familienhebamme mit einem neuen Angebot präsent: Frag die Familienhebamme. Sie berät dabei zu allen Fragen der kindlichen Entwicklung, Förderung und Begleitung.

 **Wann**
Termine nach Vereinbarung

 **Wo**
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Baby- und Bewegungsraum

 **Info**
Es handelt sich um ein Kooperationsangebot mit dem Familienzentrum Zukunftshaus Wedding und dem Familienzentrum Wattstraße. Auch dort findet das Angebot einmal im Monat statt.

 **Anmeldung**
030 49 90 23 35
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Erste Hilfe am Kind

Dieser Erste-Hilfe-Kurs ist für Eltern, Großeltern und Familienangehörige. Werden Sie Lebensretter*in, fühlen Sie sich sicherer und lassen Sie sich Ängste nehmen. Erste Hilfe können alle leisten. Kursinhalte: Atemnot, Fremdkörper in den Atemwegen, Herz-Lungen-Wiederbelebung (am Säugling/Kleinkind/Kind), Bienenstich, Hitzschlag, Sonnenstich, Verbrennungen, Verbrühungen, Schock, Bewusstlosigkeit, Wundversorgung, Knochenbrüche und vieles mehr.



Wann

Samstag, 10. Februar 2024, 10–13 Uhr
Dienstag, 7. Mai 2024, 14–17 Uhr
Sonntag, 21. Juli 2024, 10–13 Uhr
Samstag, 12. Oktober 2024, 10–13 Uhr



Wo

Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B



Info

Barzahlung vor Ort: 55 € pro Person/ 95 € pro Elternpaar



Anmeldung

Kursleiter: Birger Holz,
Anmeldung: www.bilderkraft-fortbildung.de

HILFE- STELLUNG UND BERATUNG



Rechtsberatung

Die Rechtsanwältin berät zu Fragen des allgemeinen Familienrechts.



- Wann**
Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 12–13:30 Uhr
- Wo**
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B
- Info**
Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin
- Kontakt**
Beratung: Rechtsanwältin Nezahat Temel
Anmeldung: 030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de

Sozialberatung auf Deutsch und Arabisch



- Wann**
Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 18–20 Uhr
- Wo**
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B
- Anmeldung**
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de
Beratung: Mohamed El-Younsi

Sozialberatung (auf Deutsch, Englisch, Türkisch, Russisch)

Beratung zu den Themen: Kindergeld, Elterngeld, Elternzeit, JobCenter, Schulden und Weiteres. Nach telefonischer Anmeldung können sich Familien in der Sozialberatung von Expertinnen beraten lassen.



- Wann**
Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 9.30-14.30 Uhr mit Stadtteilmüttern (türkische Sprachmittlung möglich)
- Wo**
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum A
- Wann**
Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat, 12–15 Uhr auf Deutsch, Englisch, Türkisch und Russisch
- Wo**
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage, Beratungsraum
- Info**
Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin
- Kontakt**
Beratung: dienstags Dagmar Böhm, mittwochs Alma Evert
Anmeldung: 030 493 90 42, post@nachbarschaftsetage.de

Allgemeine unabhängige Sozialberatung – „Clearing A.u.S. Mitte“

Zu allen Fragen aus dem persönlichen und sozialen Bereich erhalten Sie eine Erstberatung, Unterstützung und bei Bedarf eine Vermittlung an spezielle Fachberatungen. Wir helfen Ihnen, einen Weg zu finden. Die Beratung findet auf Deutsch oder Englisch statt. Auf Anfrage auch auf Türkisch, Kurdisch, Arabisch, Farsi.

Wann
Freitags,
9.30–14.30 Uhr

Wo
Alte Werkstatt,
Erdgeschoss,
Eingang 1, Raum B

Info
Bitte vereinbaren Sie
telefonisch einen Termin

Anmeldung
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de
Beratung: Mariam Logua



Beratung zum Asylrecht

Die Rechtsanwältin berät zu folgenden Themen: Allgemeine Fragen zu Asyl- und Aufenthaltsrecht, Familiennachzug, Dublin-Verfahren, Aufenthaltsrechtlicher Status, Verfahrensberatung.

Wann
Jeden 3. Dienstag im
Monat, 15.30–17.30 Uhr

Wo
Alte Werkstatt,
Erdgeschoss,
Eingang 1, Raum B

Kontakt
Beratung: Rechtsanwältin Inken Stern
Anmeldung: 030 493 90 42
willkommen@nachbarschaftsetage.de



ComputerCafé mit individueller Beratung

- Hilfe bei Nutzung von Smartphone, Laptop und Tablet
- Mit netten Menschen in entspannter Atmosphäre Tee und Kaffee trinken
- Bei Bedarf kostenlos Computer und Drucker nutzen

Wann
Montags, 14–17 Uhr

Wo
2. Hof, Ausgang B, 1. Etage, Treffpunkt NachbarschaftsEtage

Kontakt
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de

Selbsthilfegruppe für Frauen* mit Depressionen

Viele Menschen leiden unter Depressionen und fühlen sich mit dieser Krankheit allein und isoliert. In dieser Gruppe wollen wir unsere Erfahrungen und insbesondere heilungsfördernde Methoden teilen, denn die Betroffenen sind die Expertinnen ihrer Krankheit - oder können es werden ... Lasst uns voneinander lernen, die gemeinsame Zeit gestalten und Spaß haben!

Wann
Freitags, 11–12.30 Uhr

Wo
1. Hof, Ausgang A, 4. Etage, Seminarraum

Info
Für Frauen* ab 20 Jahren. Bitte vorher anmelden.

Anmeldung
Therese Wiedenhöft
0176 200 709 90

Selbsthilfegruppe Psychose-Erfahrene

Psychose-Erfahrung ist oft ein Einschnitt im Leben, den es sich lohnt, mit anderen Betroffenen aufzuarbeiten. Jede*r hat die Möglichkeit, Themen einzubringen, das kann neben Krankheit und Behandlung, Beruf, Berentung, Beziehungen oder Freizeit sein. Auch Menschen mit längerer Krankheitsgeschichte sind willkommen. Die Gruppe hat keine formelle Leitung und steht nur Betroffenen offen. Eine vorherige Kontaktaufnahme ist nicht zwingend, wird aber empfohlen. Bitte pünktlich kommen.



Wann

Jeden 3. Donnerstag im Monat, 18–19.30 Uhr



Wo

1. Hof, Aufgang A, 4. Etage, Seminarraum



Kontakt

Thomas Kilian
030 494 06 31
thomas.kilian66@gmail.com

Aktiv im Alter – mit Tablet

Einfach den Umgang mit dem Tablet (oder Smartphone) lernen. Freiwillige erklären, was ältere Menschen wissen möchten. Inhalte und Zeiten nach individueller Absprache. Treffen sind in Räumen mit WLAN in der Fabrik Osloer Straße möglich. Tablets können zum Ausprobieren geliehen werden.



Wann

Termine werden individuell vereinbart



Info

Kostenlos



Anmeldung

Maike Janssen / Stadtteilkoordination Osloer Straße
030 38 10 93 29 / 0162 792 4864
stk-osloer-strasse@berlin.de

Wedding hilft, AG Behördengänge

Wedding hilft bietet Unterstützung für geflüchtete Menschen und arbeitet dazu mit Ehrenamtlichen. Wer aktiv werden möchte, oder geflüchtet ist und Unterstützung braucht, ist bei uns richtig. Wir sprechen Deutsch, Englisch und Französisch. Sprachmittlung kann organisiert werden.



Info

Zeit und Ort nach Absprache



Kontakt

0157 33 31 14 75, möglichst WhatsApp
(kurze Nachrichten in Arabisch und Persisch werden übersetzt)
behoerden@wedding-hilft.de

Familienberatung (auf Deutsch und Türkisch)

Beratung für Familien zu den Themen Gesundheit, Erziehung, Unterstützung im Umgang mit Kita, Schule, Gesundheitseinrichtungen und Behörden. Wenn Sie zu anderen Fragen Beratung brauchen, vermitteln wir Sie dorthin, wo Ihnen geholfen werden kann.



Wann

Termine nach Absprache



Wo

1. Hof, Aufgang A, 1. Etage, Beratungsraum



Info

Bitte Termine im Voraus vereinbaren



Anmeldung

Aynur Pinarbasi
030 373 017 59 (9–15 Uhr)
aynur.pinarbasi@nachbarschaftsetage.de

Offene Sprechstunde des Familienservicebüros

Einmal im Monat kommt das Familienservicebüro des Jugendamtes Mitte ins FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße. Ohne Anmeldung und kostenlos berät das Familienservicebüro bei Fragen zu Kita- und Kinderbetreuung, Hortbetreuung, Kita-Gutschein, Unterhaltsvorschuss und Elterngeld oder zu allgemeinen Themen rund um das Familienleben.



Wann
Jeden 3. Dienstag im Monat, 10-12 Uhr

Wo
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B

Kontakt
030 49 90 23 35
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

SchreiBabyAmbulanz

Die SchreiBabyAmbulanz (SBA) in der Nachbarschaftsetage ist eine Anlaufstelle für Eltern mit Babys und Kleinkindern von 0-3 Jahren, die anhaltend weinen, untröstbar schreien, starke Unruhe zeigen oder Schlaf-, Still- und Fütterprobleme haben. Das Angebot richtet sich auch an Eltern mit Themen wie belastende Schwangerschaften, Geburtstraumatisierung, Erschöpfung, Überforderung und Stimmungsschwankungen. In der SBA wird eine körper- und ressourcenorientierte Krisenbegleitung angeboten. Dies beinhaltet u.a. entlastende Gespräche und Entspannungsübungen, die sich an den Bedürfnissen der Kinder und Eltern orientieren. Gemeinsam wird so ein Weg aus dem Stress und in die gemeinsame Ruhe gefunden.

Wann
Montags und mittwochs, 9–18 Uhr, dienstags 9–14 Uhr

Wo
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage, Baby- und Bewegungsraum



Info
Gefördert durch: Charlotte-Steppuhn-Stiftung, Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung, Bezirksamt Mitte Abteilung Gesundheit, Qualitätsentwicklung, Planung u. Koordination (QPK)

Kontakt
Telefonische Anmeldung erforderlich, Hausbesuche möglich:
Montags Claudia Theil:
0157 39 32 73 49, sba.theil@nachbarschaftsetage.de
Dienstags Theresa Fuchs:
0176 47 31 43 04, post@theresa-fuchs.eu
Mittwochs Paula Diederichs:
0174 169 2841, info@pauladiederichs.de
und Margit Emesz:
0177 69 19 377, emeszm@gmail.com

Offenes Treffen von ArbeiterKind.de

ArbeiterKind.de ermutigt und unterstützt alle, die als Erste in ihrer Familie studieren. Überlegst du, was du studieren sollst? Studierst du bereits und hast Fragen zur Studienorganisation oder dem Berufseinstieg? Möchtest du andere unterstützen und dich ehrenamtlich engagieren? Das offene Treffen ist für alle Interessierten und Ratsuchenden, die sich rund um die Themen Studium, Berufseinstieg und Engagement austauschen möchten.

-  **Wann**
Jeden 3. Mittwoch im Monat, 19 Uhr
-  **Wo**
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B
-  **Kontakt**
berlin-mitte@arbeiterkind.de
www.arbeiterkind.de

Familienmediation

Jede Familie erlebt belastende und schwierige Situationen. Veränderungen wie Pubertät, Umzug, Trennung, Verlust eines Verwandten oder ein neues Familienmitglied, Pflege von Angehörigen oder Arbeitslosigkeit können zu Konflikten führen. Wie kann eine Familie mit schwierigen Situationen umgehen? Wir bieten dazu Familienmediation an. Die Beraterin unterstützt Familien dabei, in schwierigen Situationen zu kommunizieren und Lösungen zu erarbeiten. Hierzu trifft sie sich mit allen Beteiligten. Diese erläutern ihre Situation und kommen mit Unterstützung miteinander ins Gespräch. So kann die Situation gemeinsam geklärt werden.

-  **Wann**
Nach Absprache
-  **Wo**
Nach Absprache
-  **Anmeldung**
Estelik Scheck-Gallus
0177 64 33 963
esg@raum-fuer-verstaendigung.de

Hausaufgabenhilfe

Lernen heißt wiederholen. Im ruhigen Seminarraum können Grundschul Kinder bei der Hausaufgabenhilfe ungestört Hausaufgaben machen oder sich alles noch einmal erklären lassen. Unter fachlicher Anleitung werden die Kinder in einer festen Gruppe bei den Schulaufgaben begleitet und unterstützt.

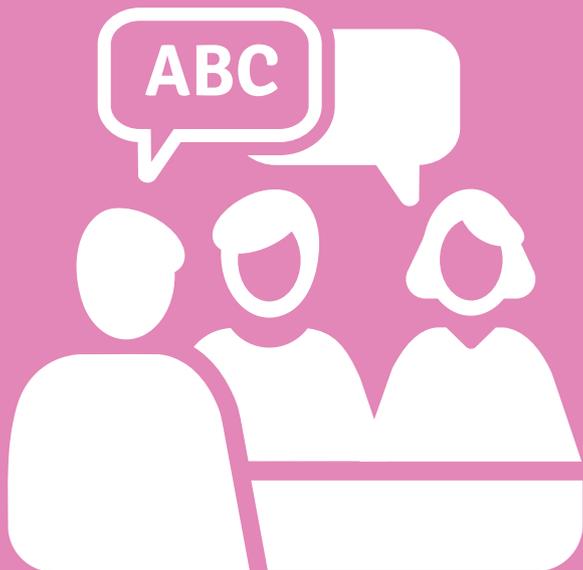
-  **Wann**
Dienstags, 15.30–17.30 Uhr
-  **Wo**
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum A
-  **Info**
Das Angebot ist kostenlos, eine Anmeldung und regelmäßige Teilnahme sind erforderlich. Wir freuen uns über eine kleine Spende für Material und Kopien.
-  **Kontakt**
Kursleiterin: Rüy a Celik
Anmeldung:
030 49 90 23 35
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de

Familienrat

Haben Sie Sorge um ihr Kind? Haben Sie Stress in der Partnerschaft? Wissen Sie nicht mehr, wo Ihnen der Kopf steht, suchen Sie Entlastung? Wir unterstützen Sie dabei, ein Problem oder Konflikte in Ihrer Familie zu lösen. Hierfür organisieren wir ein Zusammentreffen von allen für sie wichtigen Personen. Gemeinsam besprechen Sie dann eine Lösung für das Problem oder den Konflikt. Durch den Familienrat finden Familien für sie passende Lösungen, stärken ihre Beziehungen und erleben Betroffene, dass sie nicht allein sind.

-  **Wann**
Termine nach Vereinbarung
-  **Info**
Wie der Familienrat funktioniert, wird in einem Video auf der Seite des Familienratsbüro Berlin Mitte erklärt.
-  **Wo**
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B
-  **Anmeldung**
Persönlich im FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße oder unter 0162 11 34 79 / familienrat@kjhv.de

SPRACHE



Angebote für Erwachsene

Deutschkurse bei der VHS Mitte

Es finden wieder Deutschkurse in Kooperation mit der Volkshochschule Berlin Mitte bei uns statt.

Informationen zur Anmeldung findet ihr unter:
www.berlin.de/vhs/volkshochschulen/mitte/kurse/deutsch

Sprachcafé

Deutsch sprechen mit netten Menschen in entspannter Atmosphäre bei Tee und Kaffee. Kommt einfach vorbei!

**Wann**

Montags,
14–17 Uhr

**Wo**

2. Hof,
Aufgang B,
1. Etage,
Treffpunkt

**Anmeldung**

Stefanie Tragl
030 497 66 041

st@nachbarschaftsetage.de
www.nachbarschaftsetage.de



Mutter-Kind-Sprachlerngruppe

Die Sprachlern-Kurse für Mütter und ihre Kinder zwischen 3 Monaten und 3 Jahren finden vor Ort statt. In der Mutter-Kind-Sprachlerngruppe werden spielerisch deutsche Sprachkenntnisse vermittelt. Die Mütter lernen viel Wissenswertes rund um den Alltag mit ihrem Kind. Themen wie Entwicklung des Kindes, Ernährung, Gesundheit und Alltagsbewältigung werden besprochen.

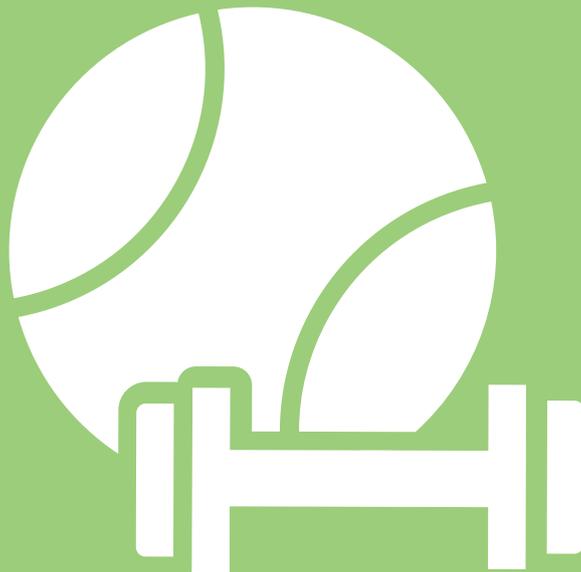
Wann
Donnerstags,
Termin 1: 10–12 Uhr
Termin 2: 12.30–14.30 Uhr

Wo
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B

Info
Der Kurs wird von der Volkshochschule City-VHS und der Elternakademie Berlin angeboten. Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

Dozent*innen
Frauke Jürgens und Britta Eberlee,
Anmeldung direkt im Kurs oder in der
Deutschberatung der VHS-Mitte.

BEWEGUNG UND GESUND- HEIT



FELDENKRAIS® Samstagsthema: „Die Klarheit des gegenwärtigen Moments“

Auch, wenn das Gedankenkarussell immer wieder Fahrt aufnimmt, wird Ihre Aufmerksamkeit zum jetzigen Augenblick zurückfinden, denn er ist interessant genug! Sie beobachten, durch meine Anleitung begleitet, Ihre Bewegungsabläufe im Hier und Jetzt, ohne Bewertungsmaßstäbe anzulegen. Angenehmes, Unangenehmes und scheinbar Bedeutungsloses stehen gleichrangig nebeneinander. Diese Akzeptanz öffnet Tür und Tor für Entwicklung und Veränderung. Von Mal zu Mal wird ein wiederholter Ablauf einfacher und stimmiger, aber nie langweilig. Die Klarheit des jeweils neuen gegenwärtigen Moments ermöglicht dieses Lernen.



Wann
Samstag, 2. März 2024,
10–12.30 Uhr

Wo
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage,
Baby- und
Bewegungsraum

Info
Die Teilnahme ist unabhängig von Vorkenntnissen,
Alter und Bewegungserfahrung.
Anmeldeschluss: 23. Februar 2024, Kursgebühr: 35€

Anmeldung
Feldenkrais-Lehrerin: Ariane Wessel
030 754 594 28, info@feldenkrais-arianewessel.de

Fitnessboxen

Abwechslungsreiches, sportliches Fitnessangebot, angeleitet durch einen erfahrenen Box-Trainer. Hier können Neu- und Altberliner*innen zusammenkommen und sich gemeinsam ausprobieren. Die Übungen sind an das Box-ABC angelehnt und so aufgebaut, dass viele unterschiedliche Muskelgruppen angesprochen und Ausdauer und Kraft gesteigert werden. In Kooperation mit Roter Stern Berlin 2012 e.V..

Wann
Dienstags, 20.30–22 Uhr

Wo
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal

Info
Bitte Boxhandschuhe mitbringen

Anmeldung
Aaron Müller
0176 616 512 24
Infos: 030 493 90 42

Frauen*yoga ab 50 Jahren

Yoga bietet Übungen für Körper, Geist und Seele, die entspannen, die Bewusstheit stärken und dich innere Stärke erfahren lassen. Es gibt Gelenklockerungen, Dehnung und Kräftigung der Muskulatur, Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditationsübungen. Der Kurs beinhaltet ein sanftes Yoga und ist auch für Frauen* mit körperlichen Einschränkungen sehr gut geeignet. Fortlaufender Kurs, späterer Einstieg ist möglich.

Wann
Donnerstags, 15–16.30 Uhr

Wo
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage,
Baby- und Bewegungsraum

Info
Kosten: 8€ (ermäßigt 7€) pro Termin,
4er-Karte: 30€ (ermäßigt 26€)
Bitte mit vorheriger Anmeldung

Anmeldung
Kursleiterin: Claudia Peil
0173 437 73 53

Yoga für alle

Eine gemischte Gruppe für alle, die etwas für ihren Körper und ihren Geist tun wollen. Fortlaufender Kurs, ein späterer Einstieg ist möglich.



Wann

Donnerstags,
17–18.30 Uhr



Wo

1. Hof, Ausgang A, 1. Etage,
Baby- und Bewegungsraum



Info

Kosten: 8€ (ermäßigt 7€) pro Termin,
4er-Karte: 30€ (ermäßigt 26€)
Bitte mit vorheriger Anmeldung



Anmeldung

Kursleiterin: Claudia Peil
0173 437 73 53

Zumba®

Zumba® ist ein energiegeladenes, dynamisches Fitness-training zu lateinamerikanischer und internationaler Musik. Wer Lust hat, sich zu Musik zu bewegen ist hier genau richtig. Tanz und Spaß stehen im Vordergrund. Einstieg ist jederzeit möglich.



Wann

Montags, 19.45–20.45 Uhr



Wo

2. Hof, Ausgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal



Info

Kosten: 8€ (ermäßigt 7€) pro Termin,
4er-Karte: 30€ (ermäßigt 26€)



Kontakt

Kursleiterin: Griselda Enciso
0177 293 82 09
enciso@hotmail.de

Historische Tänze

Gesellschaftstanz ist so alt wie die Menschheit. Im Kurs werden Tänze aus den fassbaren letzten neun Jahrhunderten und aller Welt vermittelt. Hierbei liegt der Schwerpunkt auf dem west- und mitteleuropäischen Raum in Renaissance und Frühbarock.



Wann

Montags, 17.30–19.30 Uhr



Wo

1. Hof, Ausgang A, 4. Etage, Seminarraum



Kontakt

Kursleiter: Oliver H. Herde
030 45 49 32 97
herold@ohher.de
<http://ohher.de/Tanz.htm>

Historische Kontratänze

Alle, die Laune und Interesse an historischen Kontratänzen haben, sind willkommen. Die Tänze selbst sind leicht zu verinnerlichen, eine spezielle Kleidung ist nicht erforderlich. Es muss auch nicht unbedingt ein Partner mitgebracht werden, die Paare für den Gassentanz finden sich stets vor Ort. Wir lernen historische Kontratänze der Zeit der 1650er bis 1820er Jahre, mit Schwerpunkt der zweiten Hälfte des 18. Jh (1750er bis 1790er Jahre).

Wann
Dienstags, 18–20 Uhr

Wo
1. Hof, Aufgang A, 4. Etage, Seminarraum

Kontakt
Kursleiter: Roland Suhr
0176 52 06 68 73 / 030 394 2857
rolandsuhr1@gmx.de

Indonesisches Kung-Fu (Rote Pandas)

Bei uns könnt ihr indonesisches Kungfu trainieren. Unser Stil dient vor allem der Körperbeherrschung und Selbstverteidigung und besteht aus Basisübungen für Hand-, Fuß- und Wurftechniken sowie aus Partnerdrills und Formentraining. Wir bieten Unterricht für Erwachsene und Jugendliche (12+) an. Jede*r ist willkommen, ob mit oder ohne Vorwissen.

Wann
Training für Erwachsene:
Mittwochs und freitags, 18.30–20.30
Training für Jugendliche (12+):
Mittwochs und freitags, 17-18.30

Info
Kosten: 10€ im Monat

Wo
1. Hof, Aufgang A, 4. Etage, Seminarraum

Anmeldung
<https://rotepandas.de>

Wir gehen spazieren! Kommst du mit?

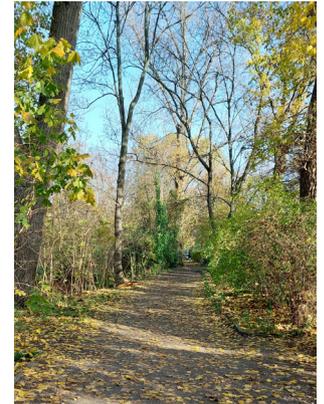
Die offene Spaziergangsgruppe trifft sich jede Woche und geht bei jedem Wetter eine Runde durch den Kiez. Danach besteht die Möglichkeit, sich bei einem Kaffee oder Tee im Treffpunkt NachbarschaftsEtage auszutauschen.

Wann
Montags, 11–12.30 Uhr

Wo
Treffpunkt Eingang
zur Fabrik Osloer Straße

Info
Bitte auf passende
Kleidung achten.
Das Angebot ist
kostenlos und ohne
Anmeldung zu nutzen.
In Kooperation mit
bwgt e.V.

Kontakt
Maike Janssen: 030 381 09 329
Stk-osloer-strasse@berlin.de



Kindertanzkurse für Kinder ab 3 Jahren, in Kooperation mit der Musikschule Fanny Hensel

In den Kursstunden werden Tänze aus Spiel und Improvisation entwickelt. So werden die Bewegungsintelligenz und Fantasie gefördert. In Kooperation mit der Musikschule „Fanny Hensel“ / Fachbereich Tanz.



Wann
Gruppe 1: Mittwochs, 15.15–16 Uhr, für 3-Jährige
Gruppe 2: Mittwochs, 16–17 Uhr, für 4-Jährige
Gruppe 3: Mittwochs, 17–18 Uhr, für 5-Jährige

Wo
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal

Info
Kosten:
15€ monatlich für Gruppe 1
20€ monatlich für Gruppe 2 und 3

Kontakt
Kursleiterinnen: Bettina Tornau und Katharina Resch
Anmeldung: Jozef Madar
030 90 18 37 515
jozef.madar@ba-mitte.berlin.de

KREATIVES



Alltagshelden

In unserem Improvisationstheater „Alltagshelden“ erleben wir die Schönheit des Augenblicks und die Kraft der Spontanität. Als Gemeinschaft bieten wir Verständnis, Akzeptanz und ein warmes Umfeld für Menschen mit sozialen Ängsten. Unsere Mitglieder erfahren, wie das Leben sich entfalten kann, wenn man sich auf den Moment einlässt und sich darauf verlässt, dass das Unbekannte etwas Wundervolles birgt. Wir wissen nie, was als Nächstes kommt, aber wir sind zuversichtlich, dass es etwas Gutes sein wird. Es sind keine Vorerfahrungen nötig. Schließe dich uns an und werde ein Teil dieser inspirierenden Reise!

Wann
Mittwochs, 18.15–21 Uhr

Wo
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal

Info
Bitte bring ab dem 2. Termin 2€ für die Raummiete mit

Kontakt
Maja Kuhn:
0176 442 766 48

NähCafé

Hier könnt ihr alte Kleidung kreativ umgestalten oder euch bei ersten Versuchen an der Nähmaschine begleiten lassen. Grundkenntnisse sind erforderlich. Dazu gibt es nette Gespräche und leckeren Kaffee. Wer lieber strickt und häkelt, ist natürlich auch willkommen.

Wann
Donnerstags,
10.30–13 Uhr

Wo
2. Hof, Aufgang B,
1. Etage, Treffpunkt
NachbarschaftsEtage

Kontakt
Kursleiterin:
Vita Maiwald
030 493 90 42
maiwaldv@gmail.com



NachbarschaftsChor

Menschen, die Spaß am Singen haben oder die Freude am gemeinsamen Singen entdecken möchten, sind herzlich willkommen. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich.

Wann
Freitags, 18.30–20 Uhr

Wo
1. Hof, Alte Werkstatt, Erdgeschoss,
Eingang 1, Raum B

Info
Kosten: 10€ monatlich

Kontakt
Leitung: Ruth Ahlert
0157 30 43 47 18
ruth.ahlert@web.de

Strickgruppe

Die generationenübergreifende Strickgruppe ist offen für Geübte und Anfänger*innen.

Wann
Dienstags,
18–20.30 Uhr

Wo
1. Hof, Alte Werkstatt, Erdgeschoss,
Eingang 1, Raum A

Anmeldung
030 493 90 42
Leitung: Zeynep Sahin, Marlies Felkel



Nähen am Abend

Ein Atelier für Menschen, die Nähen lieben und Lust haben, sich regelmäßig zu treffen. Alle können an ihren Projekten arbeiten, oder wir finden gemeinsam Projekte, abhängig von Niveau und Wünschen. Gerne tauschen wir uns über Techniken und Ideen aus. Stoffe und Material stehen für den Anfang zur Verfügung.



Wann
Montags,
18.30–20.30 Uhr

Wo
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage,
Treffpunkt NachbarschaftsEtage

Info
Alle Niveaus willkommen – vorherige Anmeldung erwünscht

Anmeldung
Kursbegleitung: Louise Lecerf
louiselecerf@hotmail.fr

Angebote für Familien und Kinder

Nähkurs für Kids

Kinder mit und ohne Näh-Erfahrung sind herzlich eingeladen. Es gibt Material, aber eigene Stoffe oder Kleidungsstücke können gerne mitgebracht werden. Kaputte Kleidung kann repariert oder neue Sachen entworfen werden.

Wann
Freitags,
15–16.30 Uhr

Wo
1. Hof,
Alte Werkstatt,
Erdgeschoss,
Eingang 1,
Raum A

Info
Kostenlos, für Kinder von 7 bis 12 Jahren

Kontakt
Kursleiterin: Sanja Krizmanic
030 49 39 042, post@nachbarschaftsetage.de



Musikalische Früherziehung Mini und Maxi

In diesem Kurs tauchen Kinder in die Welt der Töne und Rhythmen ein. „Mini“ von 1,5 bis 3 Jahren mit Eltern, „Maxi“ von 3-6 Jahren ohne Eltern. Auf der musikalischen Entdeckungsreise begegnen ihnen Lieder und Verse, es wird gesungen und erzählt. Benutzt werden unter anderem Klanghölzer und Trommeln. In der Musikalischen Früherziehung bewegen sich die Kinder natürlich auch zur Musik. Dies ist ein fortlaufender Kurs, der Einstieg ist jederzeit möglich.

Wann
Mini: Dienstags, 16.20–16.50 Uhr
Maxi: Dienstags, 17–17.40 Uhr

Wo
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage, Baby- und Bewegungsraum

Info
Kosten Mini: 36€ pro Monat
Kosten Maxi: 40€ pro Monat

Anmeldung
Kursleiterin: Eva Kowalski
030 28 50 95 13, info@evakowalski.de

VERANSTALTUNGEN



Angebote für Erwachsene

Kochen und Kultur

Wir laden alle Nachbar*innen zum gemeinsamen Kochen und Essen mit Kulturprogramm ein! Ab 17.30 Uhr kochen wir, ab ca. 18.30 essen wir zusammen. Im Anschluss gibt es Musik, Lesungen oder ein anderes kulturelles Event.

8. Februar 2024 Lesung Jakob Springfeld „Unter Nazis“

7. März 2024 Tanz in den Frauen*tag



Wann

Wechselnde Termine

donnerstags,
17.30–22 Uhr,

Infos unter:

www.nachbarschaftsetage.de/angebote/feste-und-kulturveranstaltungen/kochen-und-kultur



Wo

2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Treffpunkt NachbarschaftsEtage



Kontakt

Sabine Röseler, 0152 29073534

sabine.roeseler@nachbarschaftsetage.de

Geschichtswerkstatt „Erinnern und Gedenken an die NS-Zwangsarbeit in der Fabrik Osloer Straße“

Wer gedenkt welchen geschichtlichen Ereignissen und aus welchen Blickwinkeln wird an sie erinnert? Wie könnte plurales Erinnern an die NS-Zwangsarbeit in einer vielfältigen Gesellschaft aussehen? Wir laden alle Nachbar*innen, Mitarbeiter*innen der Fabrik und alle Interessierten ein, gemeinsam in einem offenen Prozess Formen des Gedenkens der NS-Zwangsarbeit in der Fabrik Osloer Straße zu finden. Diese Auseinandersetzung findet im Rahmen des Projektes der aufsuchenden politischen Bildung im Quartier „Mal laut gedacht! Politische Bildung im Kiez“ statt.

**Wann**

Donnerstag, 22. Februar 2024, 18–21 Uhr

**Wo**

2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal und Treffpunkt NachbarschaftsEtage

**Info**

Wir bitten um Anmeldung unter katja.korshikova@fabrik-osloer-straBe.de bis zum 15. Februar 2024. Die Teilnahme ist kostenlos.

Eine Kooperation zwischen dem Dokumentationszentrum NS-Zwangsarbeit, dem Mitte Museum, Demokratie in der Mitte und dem Projekt "Mal laut gedacht! Politische Bildung im Kiez". Gefördert durch die Berliner Landeszentrale für politische Bildung.

**Kontakt**

Bettina Pinzl und Katja Korshikova

030 495 00526

bettina.pinzl@demokratie-in-der-mitte.de

katja.korshikova@fabrik-osloer-strasse.de

Netzwerktreffen „Aktiv im Alter in Gesundbrunnen“

„Aktiv im Alter in Gesundbrunnen“ ist ein Zusammenschluss von Einrichtungen und Initiativen aus den Bezirksregionen Osloer Straße und Brunnenstraße Nord. Das Netzwerk setzt sich für eine Verbesserung der Lebenssituation älterer Menschen ein. Wesentlich ist dabei das Streuen von Informationen über Beratungs- und Freizeitangebote für Ältere oder die Schaffung von Gelegenheiten zur Begegnung und Bildung. Interessierte Einrichtungen oder Anwohner*innen sind herzlich willkommen.

**Wann**

26. Februar 2024, 10–12 Uhr (Videokonferenz)

29. Mai 2024, 10–12 Uhr (Kiezspaziergang)

**Info**

Treffpunkt für den Kiezspaziergang bitte kurzfristig erfragen

**Kontakt**

Maike Janssen - Stadtteilkoordination Osloer Straße

030 381 093 29

stk-osloer-strasse@berlin.de

Kiezesgespräch mit Bezirksstadtrat und Stadtteilkoordination

Der Stadtrat für Stadtentwicklung und Facility Management, Ephraim Gothe lädt gemeinsam mit der Stadtteilkoordination Osloer Straße alle interessierten Nachbar*innen und Initiativen rund um die Osloer Straße herzlich dazu ein, sich gemeinsam bei einer Tasse Tee zu aktuellen Themen im Kiez auszutauschen.

**Wann**

Mittwoch, 29. Februar 2024, 17–18.30 Uhr

**Wo**

Treffpunkt: Osloer Straße 12

**Info**

Anmeldung erwünscht

**Kontakt**

Maike Janssen – Stadtteilkoordination Osloer Straße

030 381 093 29

stk-osloer-strasse@berlin.de

Philosophisches Café in der Fabrik: Auf dem Weg zum Übermenschen?

Gentechnik, Computer und Doping befeuern den Traum von der technologischen Verbesserung des Menschen. Als Transhumanismus geriert sich dieser Wunsch als Philosophie. Manche*r wünscht sich nicht nur optimierte Menschen, sondern den Abschied vom homo sapiens. Folgenden Fragen geht das Einführungsreferat nach:

- Wie lässt sich dieser Transhumanismus skizzieren? Welche Interessen verfolgt er?
- Welche Verbesserungen des Menschen sind beabsichtigt und welche Fehlentwicklungen sind wahrscheinlich?
- Welche ökonomischen, politischen und kulturellen Regulierungen sind für die wissenschaftliche Gestaltung des Übermenschen sinnvoll?



Wann

Mittwoch, 20. März 2024, 19 Uhr



Wo

1. Hof, Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B



Kontakt

Thomas Kilian für den Soldiner Kiez e.V.
mit Unterstützung der Fabrik Osloer Straße
thomas.kilian66@googlemail.com

Angebote für Familien und Kinder

Fest der Nachbarschaft

Auch dieses Jahr möchten wir euch zum Fest der Nachbarschaft zu uns in den Hof der Fabrik Osloer Straße einladen. Über das bunte Programm für die ganze Familie informieren wir euch rechtzeitig auf unseren Social-Media-Kanälen, unserer Website und natürlich vor Ort. Wir freuen uns auf euch!



Wann

Freitag,
24. Mai 2024,
15–18 Uhr



Wo

1. Hof der Fabrik Osloer Straße



Kontakt

030 493 9042
post@nachbarschaftsetage.de

Baby- und Kindertrödel

Hier können Spielzeug, Kinderwagen, Babykleidung und vieles mehr verkauft und günstig erworben werden.

Wann
Sonntag,
12. Mai 2024,
9. Juni 2024,
13–16 Uhr

Wo
Höfe der Fabrik
Osloer Straße

Info
Wir stellen Tische (200 x 40 cm) und Bänke. Die Standgebühr beträgt 10€. Sollte es am jeweiligen Sonntag um 11.30 Uhr dauerhaft regnen, fällt der Trödel aus.

Anmeldung
030 493 9042
post@nachbarschaftsetage.de



Kindertheater

Im Februar und April findet bei uns Kindertheater statt. Sonntags ohne Anmeldung für Familien, montags für Kita-Gruppen mit Anmeldung unter 030 493 9042 / post@nachbarschaftsetage.de.

Termine und Stücke:

Theater Vagabunt spielt: „Der kleine Rabe im Schnee“

Es ist Winter und alle Tiere machen es sich in ihren Höhlen gemütlich. Nur der freche, kleine Rabe hat immer noch Flausen im Kopf. Der kleine Angeber hat nämlich gewettet, er könne ganz alleine einen Schneemann bauen. Dabei hat er doch nur Flügel und keine Hände! Nun muss er versuchen, sich von den anderen Tieren helfen zu lassen – ohne dass jemand etwas merkt. Wird er es schaffen? Ein buntes Puppenspiel für Groß und Klein.

Wann
Sonntag,
11. Februar 2024, 15 Uhr
Montag,
12. Februar 2024, 10 Uhr
(für angemeldete
Kita-Gruppen)



Teatro Baraonda spielt: „Pinocchio will nicht“

Pinocchio hat es nicht leicht! All die Abenteuer und Gefahren, denen er sich gestellt hat, vom Feuer des Direktor Feuerfresser bis zu den Betrügereien von Fuchs und Katze. Er war gefangen in der Gestalt eines Esels und sogar schon in einem echten Gefängnis! Nicht nur das. Auch der Holzschnitzer Geppetto und die blaue Fee wollen etwas von ihm: er soll immer brav sein, immer die Wahrheit sagen (andernfalls wird seine Nase länger!), immer zur Schule gehen ... einfach so wie die anderen Kinder sein. Doch Pinocchio kann und will nicht wie die anderen sein. Aber was will er sein? Wer will er sein? Und wie ist er wirklich? Ein Theaterstück voller charmantem Schabernack über den Kampf von Pinocchio, anders zu sein, wo ansonsten alle gleich sein wollen und sollen.

Wann
Sonntag,
14. April 2024,
15 Uhr
Montag,
15. April 2024,
10 Uhr
(für angemeldete Kita-Gruppen)

Wo
Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal

Info
Wenn nicht anders angegeben, sind die Stücke für Kinder ab 3 Jahren. Eintritt sonntags: 1€ pro Person
Preise für Kita-Gruppen bitte telefonisch erfragen.



VER- SCHENKEN VERLEIHEN REPARIEREN



VerschenkeRegal

In unserem VerschenkeRegal in der Alten Werkstatt findet ihr Kleidung, Kindersachen, Deko, Geschirr und Spiele. Kommt vorbei zum Stöbern oder bringt aussortierte, gut erhaltene Dinge vorbei zum Verschenken!



Wann

Montag bis Freitag, 10–14 Uhr



Wo

1. Hof, Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 2



Kontakt

post@nachbarschaftsetage.de

Zusammen reparieren im Repair Café Soldiner

In angenehmer Atmosphäre erwartet dich:

- Expertise: Unsere erfahrenen Reparatur*innen teilen ihr Wissen gerne mit dir
- Werkzeug: Nutze unser vielfältiges Sortiment an Werkzeugen für deine Reparatur
- Gemeinschaft: Triff Gleichgesinnte, tausche Erfahrungen aus und arbeite gemeinsam an Lösungen
- Nachhaltigkeit: Sei Teil einer Bewegung, die auf umweltfreundliche Reparatur statt Neukauf setzt



Wann

Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat, 17–20 Uhr



Wo

1. Hof, Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B



Info

Wir unterhalten Kontakte zu anderen Organisationen und Initiativen, um Nachhaltigkeit zu fördern.



Kontakt

repaircafe-soldiner@online.de
<https://rc-soldiner.de>

BücherboXX

In die ehemalige Telefonzelle vor dem Labyrinth Kindermuseum können gut erhaltene Bücher gebracht und kostenfrei mitgenommen werden.



Wo

Osloer Straße 12,
Grünstreifen vor dem
Eingang zum Hof der
Fabrik Osloer Straße



Kontakt

030 38 10 93 29



Lastenrad Prinz Oslo

Bei uns könnt ihr das Lastenrad Prinz Oslo der fLotte Berlin kostenlos ausleihen. Es handelt sich um ein flinkes zweirädriges Bakfiets CargoBike Classic Long. Dank 8-Gang Nabenschaltung mit Freilauf und hydraulischen Bremsen ist es trotz seiner 2,53 m Länge und 63 cm Breite wendig und sicher zu fahren.



Wann

Abhol-
und Rückgabezeiten:
Montag bis Mittwoch 10–14 Uhr (außer an Feiertagen)



Wo

1. Hof, Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Infobüro



Kontakt

Der Verleih erfolgt unter:
<https://flotte-berlin.de/cb-items/prinz-oslo>
Bitte ruft spätestens am Tag vor der Abholung im
Infobüro unter 030 493 90 42 an.

WIR FÜR EUCH



Stadtteilzentrum NachbarschaftsEtage

Die NachbarschaftsEtage ist ein offener Treffpunkt für alle, an dem sich Menschen kennenlernen und einbringen können. Wir sind Teil der Fabrik Osloer Straße e.V. und seit 1986 Anlaufpunkt für die Nachbarschaft. Bei uns gibt es Angebote für Kinder, Familien und Erwachsene in den Bereichen Bildung, Bewegung und Kreatives. Zudem finden bei uns das gesamte Jahr über Veranstaltungen und Feste statt. Wir bieten Beratungen in unterschiedlichen Bereichen an und unterstützen nachbarschaftliche Initiativen, Stadtteilgruppen und Vereine.

Seit Januar 2024 ist unser Team „Nachbarschaft Mobil“ oft im Kiez unterwegs. Gerne könnt ihr euch mit eigenen Ideen und Wünschen an die Kolleginnen wenden.

In der NachbarschaftsEtage könnt ihr euch sozial, kreativ, sportlich oder kulturell engagieren. Ihr habt Lust, aktiv zu werden? Wir freuen uns über Ideen und stehen mit Räumen und Rat zur Verfügung! Wenn ihr noch unsicher seid, in welchem Bereich ihr euch freiwillig engagieren möchtet, werdet ihr in der Freiwilligen-Agentur Mitte ausführlich dazu beraten.

Ihr könnt unsere Arbeit mit einer Spende unterstützen. Gerne stellen wir eine Spendenbescheinigung aus. Bitte teilt uns dafür auf der Überweisung eure Anschrift mit. Spendenkonto: Fabrik Osloer Straße e.V., SozialBank. IBAN DE85 3702 0500 0003 0865 00. BIC BFSWDE33XXX. Beim Online-Shopping kann über den Bildungsspender kostenlos für die NachbarschaftsEtage gespendet werden. Dazu vor dem Online-Einkauf folgenden Link besuchen und von dort zum gewünschten Onlineshop gehen: www.bildungsspender.de/nachbarschaftsetage.



Wo

Osloer Straße 12, 13359 Berlin,
1. Hof, Alte Werkstatt I, Erdgeschoss
U Pankstraße, S Bornholmer Straße,
Tram Osloer Straße / Prinzenallee



Kontakt

Melina Sifnaiou, Lisiane Harten, Aleksandra Schweska,
Karola Karras, Emebet Tilahun

Unser Infobüro ist Montag bis Freitag von 9.30–15 Uhr
für euch da

030 493 90 42

post@nachbarschaftsetage.de

www.nachbarschaftsetage.de

www.facebook.com/nachbarschaftsetage

www.instagram.com/nachbarschaftsetage_fos

Räume für Euch

Die NachbarschaftsEtage bietet Räume, die für eigene Veranstaltungen, Gruppen, Kurse, Seminare, Lesungen und private Feiern angefragt werden können.

Veranstaltungssaal

Etwa 90qm groß, Parkettboden. Ideal für Theater, Tanz und Bewegung.

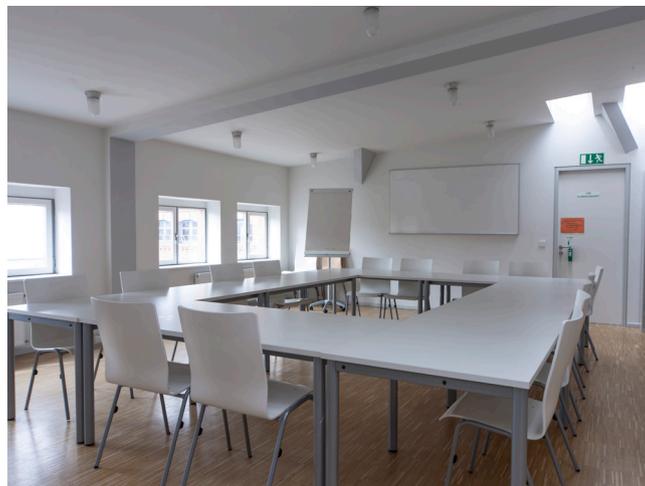


Treffpunkt NachbarschaftsEtage

Etwa 70qm groß, 8 Marmortische, 45 Holzstühle. Tresen, voll ausgestattete Küche (3 Kühlschränke, Herd, Spülmaschine) sowie eine Spielecke für Kinder. Veranstaltungssaal und Treffpunkt NachbarschaftsEtage sind mit einer Tür verbunden. Am Wochenende werden diese Räume in der Regel zusammen zur Verfügung gestellt. Sie sind barrierefrei über einen Aufzug (Aufgang B) zu erreichen.



Seminarraum in der 4. Etage (nicht barrierefrei) mit moderner Seminartechnik und Teeküche.



Seminar- und Kursräume im Erdgeschoss und 4. Etage

Zwei barrierefreie Seminarräume in der Alten Werkstatt I (Erdgeschoss) mit klappbaren Tischen und stapelbaren Stühlen. Der kleinere Raum kann auch für kleine private Feiern genutzt werden.



Infos

Verfügbarkeit und Nutzungsbedingungen hängen von den aktuellen Hygiene- und Sicherheitsbestimmungen ab.



Kontakt

Aleksandra Schwestka: 030 493 90 42
aleksandra.schwestka@nachbarschaftsetage.de

Wir sind die Nachbarschaft

Das Projektteam ist im Kiez rund um die Wollankstraße unterwegs, um die Nachbar*innen kennenzulernen und sie zu verschiedenen Aktivitäten einzuladen. Bis Ende 2024 wird es in diesem Rahmen ein Spielmobil und mehrmals im Jahr Kochaktionen und andere Mitmach-Angebote an verschiedenen Plätzen im Kiez geben. Das Projekt wird von der Fabrik Osloer Straße und Mensch im Mittelpunkt e.V. in Kooperation umgesetzt.



Wo

1. Hof, Aufgang A, 1. Etage
und verschiedene Orte im Kiez



Kontakt

Stefanie Tragl: 030 497 660 41

FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße

Das FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße e.V. bietet seit 2014 Angebote für Familien, Kinder und Eltern. Wir sind Anlauf- und Vermittlungsstelle für alle Eltern aus der Nachbarschaft und Umgebung. Hier können ab Beginn der Schwangerschaft Beratungen, Bildungs- und Freizeitangebote genutzt werden. Im FamilienZentrum wird zusammen gekocht, getanzt, gespielt und vieles mehr. Hier sind (Groß-) Eltern und Kinder jederzeit eingeladen, sich mit eigenen Ideen, Fähigkeiten und Engagement mit einzubringen. Kommen Sie gerne auf uns zu! Gemeinsam können wir uns für gute Lebensbedingungen von Familien einsetzen! Regelmäßig versenden wir einen Newsletter mit Informationen rund um das FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße. Sie möchten diesen auch bekommen? Dann schreiben Sie uns einfach eine E-Mail.

Die Kita Putte ist ein enger Kooperationspartner des FamilienZentrums. Sie befindet sich im 3. Hof des Geländes. Die Kindertagesstätte des Vereins PUTTE e.V. zählt zu den kleineren Einrichtungen auf unserem Gelände. Sie betreut 30 Kinder im Alter zwischen ca. 2 Jahren bis zum Schulanfang.





Wo

1. Hof, Aufgang A,
1. Etage



Infos

Bei uns erhalten Sie den Berliner FamilienPass 2024 des JugendKulturService für 6€. Das kompakte Freizeit- und Kultur Taschenbuch bietet rund 300 familienfreundliche Preisvorteile und über 200 attraktive Verlosungen für alle Familien in Berlin mit Kindern bis zu 17 Jahren. Der Verkauf erfolgt während der Sprechzeiten im Infobüro (siehe Seite 60).



Kontakt

Sabine Röseler und Isabell Wiehler:
030 49 90 23 35, 0152 290 735 34
familienzentrum@fabrik-osloer-strasse.de
<http://familienzentrum.fabrik-osloer-strasse.de>

PaSch – Patenschaften für Schulkinder

Schon seit 2010 vermitteln wir Patenschaften für Vor- und Grundschul Kinder im Wedding, um allen Kindern gleiche Bildungschancen und Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten. Ehrenamtliche Pat*innen setzen sich für ihre Patenkinder ein, schenken Zeit und Aufmerksamkeit und stehen ihnen als erwachsene Freund*innen zur Seite. Einmal in der Woche treffen sich Pat*innen und Patenkinder. Dann erkunden sie gemeinsam Berlin, erledigen Hausaufgaben, sind kreativ, machen Sport oder Musik ... So lernen sie die Welt des Anderen und viel Neues kennen.



Wo

1. Hof, Aufgang A,
1. Etage



Infos

Wir suchen ehrenamtliche Pat*innen, die:

- im Wedding oder umliegenden Bezirken wohnen
- Deutsch als Muttersprache oder fließend sprechen
- aktiv sind und bereit, sich auf kleine Abenteuer mit einem Grundschulkind einzulassen (Spiel, Spaß, Lesen, Lernen, Ausflüge, quatschen und einfach da sein)
- sich zuverlässig für mindestens 1 Jahr einmal pro Woche für 2-3 Stunden mit ihrem Patenkind treffen können



Kontakt/Anmeldung

Viola Hoppe, Aynur Pinarbasi, Stefanie Tragl
0176 81945562, 01520 7497565, 030 37 30 17 59
post@pasch-paten.de
www.pasch-paten.de
www.facebook.com/pasch.paten
www.instagram.com/paschpaten



FreiwilligenAgentur Mitte

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren, neue Erfahrungen sammeln oder Ihr Wissen an Dritte weitergeben? Wir helfen Ihnen das Richtige zu finden! Wir beraten Sie gerne zum Thema bürgerschaftliches Engagement in Berlin Mitte und geben einen Überblick wie, wo und wann Sie sich engagieren können. Darüber hinaus unterstützen wir gemeinnützige Einrichtungen und Projekte bei der Suche von ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen und deren erfolgreicher Einbindung.



FREIWILLIGENAGENTUR
MITTE



Wann

Dienstags 16–19 Uhr
mittwochs 10–13 Uhr
donnerstags 13–15 Uhr



Wo

1. Hof, Erdgeschoss, Alte Werkstatt, Eingang 2



Info

Beratung nur mit vorheriger Anmeldung



Kontakt

030 49 90 23 34
info@freiwilligenagentur-mitte.de
www.freiwilligenagentur-mitte.de

Stadtteilkoordination (STK) Osloer Straße

Die STK ist Brücke und Vermittlerin zwischen den Bewohner*innen eines Stadtteils und dem Bezirksamt. Sie sorgt dafür, dass die Themen, die in den Stadtteilen diskutiert werden, in die Verwaltung weitergetragen werden und umgekehrt. Gerne können Sie sich mit Ihren Fragen oder Anregungen an die STK wenden.



Wir für Euch



Wo

1. Hof, Alte Werkstatt,
Erdgeschoss, Eingang 2



Kontakt

Maike Janssen: 030 38 10 93 29 oder 0162 79 24 864
stk-osloer-strasse@berlin.de
www.berlin.de/stk-mitte/unsere-stadtteilkoordinationen/stk-osloer-strasse

Bezirksamt
Mitte

BERLIN



Sozialraumorientierte
Planungskoordination



analysiert · informiert · aktiviert · Mitte

Demokratie in der Mitte – Fachstelle für Antidiskriminierungs- und Demokratiearbeit Berlin-Mitte

Bei Demokratie in der Mitte arbeiten Lena Rahn, Tuğba Kıratlı-Spriewald, Katja Korshikova, Hanno Witte und Bettina Pinzl. Wir setzen uns im Bezirk Mitte positioniert für die Themen Demokratie und Beteiligung, Antidiskriminierung und Abbau struktureller Diskriminierung sowie Pluralität, Vielfalt und Zugehörigkeit von verschiedenen Perspektiven, Stimmen und Lebensweisen ein. Besondere Arbeitsschwerpunkte sind das Bündnis Zusammen gegen Rassismus, aufsuchende politische Bildung im Kiez, geschlechterreflektierte Jungen*arbeit sowie die Vernetzung gegen Antisemitismus.

Wir wirken und verändern auf Haltungs- und Struktur-Ebene, nach Innen und Außen. Wir stoßen Lern-, Bildungs- und (Selbst)reflexionsprozesse an. Wir treten ein für strukturelle Veränderung in Verwaltung und Politik. Wir unterstützen besonders marginalisierte Gruppen, die wenig im Fokus von Förderung sind. Dazu gibt es einen Initiativefonds (für Kleinstförderung bis zu 500 €) sowie einen Aktionsfonds für größere Projekte. Wir bieten Antragsberatung an und vernetzen lokale Akteur*innen.

Dazu organisieren wir Weiterbildungen und Veranstaltungen, vernetzen die Akteur*innen in Mitte, betreiben Öffentlichkeitsarbeit, koordinieren Gremiensitzungen, begleiten Projekte, veröffentlichen Fachartikel und beraten zu allen relevanten Themen, die eine demokratische Gesellschaft stärken können.

**Zusammen
GEGEN
RASSISMUS**
Wedding & Moabit



Kontakt

Demokratie in der Mitte

Vor-Ort-Büro Fabrik Osloer Straße e.V.

Bettina Pinzl: 0163 964 1681

Tuğba Kıratlı-Spriewald: 0163 915 7428

Katja Korshikova: 0163 915 7443

Hanno Witte: 0152 281 707 14

Lena Rahn: 0176 767 786 50 (Büro: Alte Münze)
030 495 005 26

Osloer Str. 12, 13359 Berlin, 1. Hof, Alte Werkstatt,
Erdgeschoss, Eingang 2

Vor-Ort-Büro-Zentrum

Lena Rahn

030 536 467 43, 0176 76 77 86 50

Alte Münze, Am Krögel 2, 10179 Berlin

info@demokratie-in-der-mitte.de

www.demokratie-in-der-mitte.de

www.facebook.com/demokratie.in.der.mitte

www.twitter.com/DemokratieMitte

www.instagram.com/demokratie_in_der_mitte

www.zusammen-gegen-rassismus.de



Demokratie in der Mitte

Gefördert vom



Demokratie in der Mitte
Moabit – Wedding – Zentrum



im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie **leben!**

FABRIK OSLOER STRASSE
Zentrum für soziale und kulturelle Arbeit



Runder Tisch für geschlechterreflektierte Jungen*arbeit Mitte

Alle zwei Monate treffen sich hier Akteur*innen aus der Kinder- und Jugendhilfe, der Schulsozialarbeit, von Bildungsträgern sowie aus dem Jugendamt. Ziel ist es, neben dem gemeinsamen Austausch die Multiplikator*innen zu befähigen geschlechterreflektierte Perspektiven in ihre Arbeit einfließen zu lassen und somit auf aktuelle Herausforderungen in der Jungen*arbeit adäquat reagieren zu können.



Wann

Mittwoch, 15. Februar 2024, 10–13 Uhr mit einem fachlichen Input vom Institut für genderreflektierte Gewaltprävention zum Thema „Rollenanforderungen an Jungen* in der Familie und Ansätze der Gewaltprävention“

Mittwoch, 17. April 2024, 10–13 Uhr

Aktuelle Infos unter <https://demokratie-in-der-mitte.de>



Wo

1. Hof, Erdgeschoss, Geburtstagsraum vom Labyrinth Kindermuseum



Kontakt

Hanno Witte

0152 2817 0714

hanno.witte@demokratie-in-der-mitte.de

SELBST- HILFE



Selbsthilfe hat viele Gesichter

Die Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungsstelle Mitte ist ein Ort um Selbsthilfegruppen zu finden, zu besuchen, zu gründen, oder um sich über sie informieren zu lassen.



Kontakt

Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte
StadtRand gGmbH
Perleberger Str. 44, 10559 Berlin
kontakt@stadtrand-berlin.de
030 394 63 64
www.stadtrand-berlin.de

Aktuell treffen sich über 50 Gruppen in der Perleberger Straße mit den folgenden Themen:

- Absolute Beginner – Menschen ohne Beziehungserfahrung
- AD(H)S im Erwachsenenalter
- Alkoholfrei leben
- Alltagshelden: Improtheater für Menschen mit Sozialen Ängsten
- Angehörige psychisch kranker Menschen
- Angehörige von Opfern sexueller Gewalt
- Anonyme Alkoholiker (AA)
- (Asperger) Autismus
- Autismus Frauengruppe
- BDO – Leben mit Organspende
- Biographisches Schreiben
- Deutsche Gesellschaft für Muskelerkrankungen (DGM)
- Depressionen
- Depressionen U35 (unterschiedliche Gruppen)
- Emotions Anonymous
- Eltern helfen Eltern (russisch)
- Essstörungen (ANA Dismissed Gruppen)
- Frauen-Suchtgruppe
- K-PTBS
- Lust am Leben
- Messies
- Messie-Angehörigengruppe
- Morbus Crohn
- Myasthenie
- Narzissmus
- Partner:innen aus narzisstischen Beziehungen
- PCOS
- Präsentieren üben
- Psychose-Erfahrung
- Rheuma
- Schreibbaby - Elterngruppe

- Sexueller Missbrauch in der Kindheit
- Soziale Ängste
- Soziale Ängste Übungsgruppe
- Umgang mit narzisstischen Eltern
- Vaginismus
- Verwaiste Eltern
- Verwaiste Geschwister
- Zwänge U35

Gruppen in Vorbereitung:

- Selbsthilfegruppe „Auf dem Weg zum Wunschkind“
- Selbsthilfegruppe Neurodermitis
- Borderline Betroffene ab 45 mit DBT-Erfahrung
- Betroffene aus narzisstischen Familiensystemen
- Betroffene von sexualisierter Belästigung
- Selbsthilfegruppe Transinberlin

Ihr Thema ist nicht dabei? Wir beraten Sie gerne zu weiteren Angeboten im Großbezirk Mitte oder auch in ganz Berlin. Findet sich auch dort nichts, helfen wir Ihnen bei der Gründung im Rahmen eines neuen Themas.



Ein Ort – drei Standbeine

In und um die Selbsthilfe- Kontaktstelle finden sich zwei weitere Selbsthilfe- Spezialisten:

Kontaktstelle PflegeEngagement Mitte

Selbsthilfe pflegender Angehöriger
Stärkung von pflegebegleitendem Ehrenamt und Selbsthilfe durch:

- Angehörigengruppen für Menschen, die zu Hause in der Pflege sehr eingespannt sind
- Ehrenamts-Vermittlung zur Entlastung pflegender Angehöriger
- Teilhabe an Kultur und am öffentlichen Leben durch gemeinsame Entwicklung von sozialen Aktivitäten
- Begegnung mit anderen
- Gruppen zur Alltags- und Nachbarschaftshilfe
- Vermittlung von Wissen und Begleitung für Engagierte
- Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit

Kommen Sie gerne vorbei, um mehr zu erfahren:



Kontakt

Lübecker Str. 19, 10559 Berlin
030 221 948 58

Sprechzeiten:

Montag 10–13 Uhr

Dienstag 15–18 Uhr

sowie nach Vereinbarung

pflegeengagement@stadtrand-berlin.de

www.stadtrand-berlin.de

LouLou Begegnungsort + LeNa – Lebendige Nachbarschaft

Selbsthilfe bei Migrations- und Fluchterfahrung
Ein Ort für geflüchtete Menschen zum Begegnen, Lernen, Fragen oder einfach da sein.

Muttersprachliche Selbsthilfegruppen – Gespräche in der Gruppe über alles, was wichtig ist (auf Arabisch / Persisch / Englisch).

Infoveranstaltungen zu Gesundheitsthemen
Sprachcafé jeden Montag, 18–20 Uhr



Kontakt

Lübecker Str. 21, 10559 Berlin
0176 96 84 77 61

begegnungsort@stadtrand-berlin.de

lenna@stadtrand-berlin.de

Projekt Jung und depressiv

Über eine Projektförderung der AOK Nordost ist es uns möglich, neben den Selbsthilfegruppen Angebote bereit zu halten, die junge Menschen mit Depressionen in und außerhalb der Gruppen unterstützen:

Offener Treff für junge Menschen mit Depressionen

Menschen aus bestehenden jungen Depressionsgruppen (U 35) laden ein, in Kontakt zu kommen, schon mal ein Stück „Selbsthilfegruppe“ zu erleben, einfach mal zu reden oder mehr über das Format „Selbsthilfe“ zu erfahren.



Wann

Jeden 2.
Mittwoch
im Monat,
10–12 Uhr,

jeden 4. Donnerstag im Monat, 18–20 Uhr
Einfach ohne Anmeldung vorbeikommen –
Wir freuen uns!

Peerberatung

Mal mit jemandem reden, die ein Leben mit Depressionen aus eigener Erfahrung kennt. Verstanden werden, Fragen stellen, gute Erfahrungen zu Netzwerken in Berlin erhalten.



Wann

Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat,
15 Uhr oder 16.30 Uhr

Workshops

Viele Methoden können in einem Leben mit Depressionen unterstützend sein. Jeden Monat gibt es Angebote, die sowohl für junge Menschen aus den laufenden Gruppen, als auch für andere Interessierte U35 offen sind. Die Workshops sind kostenfrei.



Wann

Termine unter www.stadtrand-berlin.de



Anmeldung

Selbsthilfe- Kontaktstelle Mitte

030 394 63 64

kontakt@stadtrand-berlin.de

IMPRESSUM

Herausgeber: **NachbarschaftsEtage, 2024**

Auflage: 1000 Exemplare, kostenfrei

V.i.S.d.P.: Melina Sifnaiou, Karola Karras

Layout: Sarah-Sophie Heißner, OMNIS Agentur
für Kommunikation GmbH, Verband für
sozial-kulturelle Arbeit e.V.

Satz: Stella Friedenberger

Fotos: Stadtteil- und Familienzentrum
Fabrik Osloer Straße

Schrift: Montserrat (Regular, Extrabold)

Druck: U.S.E., Genter Straße 8, 13353 Berlin

Infobüro: 030 493 90 42
Montag bis Freitag, 9.30–15 Uhr

Stadtteil- und Familienzentrum
Fabrik Osloer Straße e.V.
Osloer Straße 12 | 13359 Berlin



U8
U9
M13 50
U8 27
Drontheimer Straße
Prinzenallee
Osloer Straße
EINGANG
S

