PROGRAMM

August 2025 bis Februar 2026

Stadtteil- und Familien-zentrum

Fabrik Osloer Straße

Unser Träger ist

FABRIK OSLOER STRASSE
Zentrum für soziale und kulturelle Arbeit

Wir sind Mitglied bei

Verband für sozial-kulturelle Arbeit

DER PARITÄTISCHE BERLIN

selko

Wir werden gefördert von

BERLIN
Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung

BERLIN
Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie

Herzlich Willkommen

Liebe Nachbar*innen,

wie schön, dass ihr einen Blick in unser Programmheft werft! Auf den nächsten Seiten stellen wir euch unsere vielfältigen Angebote vor: Von Freizeitaktivitäten für Kinder und Erwachsene über Beratungsangebote bis hin zu Veranstaltungen.

Bitte denkt daran, dass sich bei Angeboten kurzfristig etwas ändern kann und schaut auf unsere Social-Media-Kanäle oder ruft kurz an, um sicherzugehen, dass alles wie geplant stattfindet.

Im Dezember laden wir euch wieder herzlich zum Winterfest ein (Seite 48)!
Das komplette Programm des FamilienZentrums findet ihr auf familienzentrum-fabrik.de.

Falls ihr unsere Räume nutzen möchtet, findet ihr alle Infos dazu auf Seite 54. Mit Ausnahme der vierten Etage sind unsere Räume barrierearm zugänglich und mit rollstuhlgerechten WCs ausgestattet. 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 NachbarschaftEtage

Inhalts verzeichnis

Begegnung & Austausch 8

Angebote für Erwachsene 9

- Nachbarschaftscafé 9
- Frühstückstreff für Frauen* 10
- Treffpunkt NachbarschaftsEtage 10–11
- Schachklub International 2010 e.V. – Schach im Wedding 11
- Spieleabend für Taube 12
- Senior*innentreff für Taube 12

Angebote für Familien und Kinder 13

- Familienfrühstück 13
- Fabrik Girls 14
- Bunter FamilienNachmittag 14
- Winterspielplatz 15
- Das feuerrote Spielmobil 15

Rund um die Geburt 16

- Babykurse „Von Anfang an“ und „Entdeckungsraum“ 17
- Erste Hilfe am Kind 18

Hilfestellung & Beratung 19

Angebote für Erwachsene 20

- Familienrechtsberatung 20
- Sozialberatung (auf Deutsch und Arabisch) 20
- Sozialberatung (auf Deutsch, Englisch, Türkisch, Russisch) 21
- Sozialberatung (auf Deutsch, Türkisch und Russisch) 22
- Allgemeine unabhängige Sozialberatung – „Clearing A.u.S. Mitte“ 22
- Asylrechtsberatung 23
- Wedding hilft, AG Behördengänge 23
- Aktiv im Alter – mit Tablet oder Smartphone 24
- Selbsthilfegruppe für Frauen* mit Depressionen 24
- Wohnungssuchcafé für Frauen* 23
- ComputerCafé mit individueller Beratung 25

Angebote für Familien und Kinder 26

- SchreiBabyAmbulanz 26–27
- Offene Sprechstunde des Familienservicebüros 28
- Hausaufgabenhilfe für Grundschulkinder 28

Sprache 29

Angebote für Erwachsene 30

- Deutschkurse bei der VHS Mitte 30
- Sprachcafé 30

Angebote für Familien und Kinder 31

- Mutter-Kind-Sprachlerngruppe 31

Bewegung & Gesundheit 32

Angebote für Erwachsene 33

- Breathwork – bewusste Atmenarbeit 33
- Frauen*yoga ab 50 Jahren 33
- FELDENKRAIS® & Beckenboden 34
- Indonesisches Kung-Fu (Rote Pandas) 35
- Historische Tänze 35
- Yoga für alle 36

Wir gehen spazieren! Kommst du mit? 36–37
Historische Kontratänze 37

Angebote für Familien und Kinder 38
Kindertanzkurse für Kinder ab 3 Jahren 3

Kreatives 39

Angebote für Erwachsene 40
Alltagshelden 40
NähCafé 40
NachbarschaftsChor 41
Strickgruppe „Nadelspiel“ 41
Nähen am Abend 42
Nähabend in Deutscher Gebärden-sprache 42–43

Angebote für Familien und Kinder 43
Musikalische Früherziehung Mini und Maxi 43
Trommeln für Kids 44

Veranstaltungen 45

Angebote für Erwachsene 46
Kochen und Kultur 46
Kiezspaziergang mit Bezirksstadtrat & Stadtteilkoordination 46
Philosophisches Café in der Fabrik: Der angekratzte Glaube an die Religiosität 47
Netzwerktreffen „Aktiv im Alter in Gesundbrunnen“ 47–48

Angebote für Familien und Kinder 48
Winterfest 47

Verschenken Verleihen Reparieren 49
VerschenkeRegal 50
Zusammen reparieren im Repair Café Soldiner 50
BücherboXX 51
Lastenrad Prinz Oslo 51

Wir für Euch 52
Stadtteilzentrum NachbarschaftsEtage 53–54
Räume für Euch 55–56
Nachbarschaft mobil – gemeinsam den Kiez gestalten 57
FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße 58–59
PaSch – Patenschaften für Schulkinder 60
FreiwilligenAgentur Mitte 61
Stadtteilkoordination (STK) Osloer Straße 62
Demokratie in der Mitte – Fachstelle für Antidiskriminierungs- und Demokratiearbeit Berlin-Mitte 63–64

Selbsthilfe 65
Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungs-stelle Mitte 66–68
Kontaktstelle PflegeEngagement Mitte 68
LouLou Begegnungsort + LeNa – Lebendige Nachbarschaft 69
Projekt Jung und depressiv 70
Offener Treff für junge Menschen mit Depressionen 70
Peerberatung 70
Workshops 71

Impressum 72

BEGEGNUNG UND AUS-TAUSCH

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 Website der NachbarschaftsEtage.

Wann
Mittwochs, 9.30–12.30 Uhr

Wo
2. Hof, Aufgang 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

Alla Pouryjinskaia
030 37 30 17 59
allap@nachbarschaftsetage.de

Frühstückstreff für Frauen*

Im Treffpunkt NachbarschaftsEtage kommen jeden Dienstag Frauen* zusammen, um gemeinsam zu frühstücken, zu reden und auch mal 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

Treffpunkt NachbarschaftsEtage

Unser Treffpunkt NachbarschaftsEtage hat an vier 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
Montags und dienstags 14–17 Uhr,
mittwochs und donnerstags 10–17 Uhr
(in den Schulferien ist der Treffpunkt nur
während der stattfindenden Angebote geöffnet)

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

Kontakt
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de

Schachklub International 2010 e.V. - Schach im Wedding

Der Schachklub trifft sich jeden Montag in der Fabrik Osloer Straße zum Training, Spiel und Diskurs. Als Team nehmen wir an der Berliner Feierabendliga teil und besuchen gemeinsam Schachturniere. Wer Interesse an Schach hat und vorbeikommen möchte, kann sich gerne vorher per E-Mail oder Telefon anmelden.

Wann
Montags, 18:30–22 Uhr

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

Anmeldung
0152 0620 7743
info@schachklub-wedding.international

Spieleabend für Taube

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

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

Anmeldung
post@nachbarschaftsetage.de

Senior*innentreff für Taube

Gemeinsam aktiv, kreativ und verbunden – mit Spieleabend, kochen, Spaziergängen, Workshops und vielem mehr. Kommt vorbei und erlebt schöne Momente!

Wann
Jeden
ersten Montag
im Monat,
12–15 Uhr

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

Anmeldung
030 493 90 42,
post@nachbarschaftsetage.de

Familienfrühstück

An ausgewählten Samstagen laden wir zum gemeinsamen Frühstücken 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
Samstags, 9.30–12.30 Uhr
Aktuelle Termine unter: familienzentrum-fabrik.de

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

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

Info
Für Mädchen* zwischen 7 und 12 Jahren.
Das Angebot ist kostenlos und findet vor Ort mit begrenzten Plätzen statt. Eine Anmeldung per E-Mail ist erforderlich.

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

Winterspielplatz

In den kälteren Monaten von Oktober bis März 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
Für wann und wo schaut bitte auf familienzentrum-fabrik.de

Info
kostenlos

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

Kontakt
Isabell Winter, Isabell Wiehler
030 49 90 23 35,
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. Eltern und Nachbar*innen kommen bei Tee oder Kaffee ins Gespräch, während die Kinder sich an den Spielgeräten austoben.

Wann
Dienstags, 16–19 Uhr

Wo
Grünanlage
Wollankstr. 53/54

Info
In Kooperation mit dem Landesjugendwerk AWO

Kontakt
NachbarschaftMobil
Stefanie Tragl
0152 290 73 534
stefanie.tragl@nachbarschaftsetage.de

RUND UM DIE GEBURT

Im FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße gibt es Kurse für Eltern von Babys und Kleinkindern, zum Beispiel:

- **Babymassage**
- **Rückbildungsgymnastik**
- **Krabbelgruppen / offene Babytreffs**

Schaut gerne auf unsere Webseite:
familienzentrum-fabrik.de.

Babykurse „Von Anfang an“ und „Entdeckungsraum“

Freitags ist bei uns Baby- und Kleinkindzeit! Hebamme und Heilpädagogin Anett Fruck lädt ein zu den Kursen „Von Anfang an“ (0 bis ca. 10 Monate) und „Entdeckungsraum“ (10 bis ca. 30 Monate). Der Raum ist an den Entwicklungsstand der Kinder angepasst und enthält angemessene Materialien zum Entdecken. Es gibt Gelegenheit zum Austausch mit den anderen Eltern oder der Kursleiterin, beispielsweise zu Fragen rund ums Stillen, Beikost, Schlaf, Bewegungsentwicklung oder den Tagesablauf mit Kind.

Wann
Freitags an ausgewählten Terminen
(bei Anmeldung bitte erfragen)
10–11.15 Uhr: Entdeckungsraum
11.45–13 Uhr: Von Anfang an

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

Info
Das Angebot findet mit Anmeldung statt
und ist kostenlos.

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

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. Kinder können gerne mitgebracht werden.

Wann
Sonntag, 28. September 2025, 10–13 Uhr
Samstag, 13. Dezember 2025, 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

Familienrechtsberatung

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

Anmeldung
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de
Beratung: Rechtsanwältin Nezahat Temel

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

Anmeldung
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de
Beratung: dienstags Dagmar Böhm, mittwochs Alma Evert

Sozialberatung (auf Deutsch, Türkisch und Russisch)

Antragshilfe und Beratung zu alltäglichen Themen.

Wann
Termine nach Absprache

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

Info
Bitte Termine im Voraus vereinbaren

Anmeldung
Alla Pouryjinskaia
0152 294 517 53
allap@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: Lena Wunderlich

Asylrechtsberatung

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

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 bei der Arzt- oder Rechtsanwält*innensuche, bei Behördenterminen oder Problemen (außer Wohnungssuche) braucht, ist bei uns richtig. Wir sprechen Deutsch, Englisch und Französisch. Sprachmittlung kann organisiert werden.

Info
Zeit und Ort nach Absprache

Kontakt
0157 5711 7297, möglichst WhatsApp
(kurze Nachrichten in Arabisch und Persisch werden übersetzt)
behoerden@wedding-hilft.de

Aktiv im Alter – mit Tablet oder Smartphone

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

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, Aufgang A, 4. Etage, Seminarraum

Info
Für Frauen* ab 20 Jahren,
bitte vorher anmelden

Anmeldung
Therese Wiedenhöft
0176 200 709 90

Wohnungssuchcafé für Frauen*

Wir tauschen uns bei Kaffee und Snacks zur Wohnungssuche in Berlin aus, beantworten eure Fragen und helfen beim Anlegen von Bewerbungsunterlagen. Es gibt Laptops, die ihr zur Wohnungssuche nutzen könnt, bringt aber gerne eure eigenen Geräte mit (Laptop/Handy/Tablet).

Wann
Jeden 4. Montag im Monat, 10–13 Uhr

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

Info
Wir sprechen Deutsch, Englisch, Bulgarisch, Rumänisch, Russisch, Spanisch, Polnisch.
Es ist keine Anmeldung nötig.

Kontakt
Projekt BEFF
0151 70574433, beff@awo-mitte.de

ComputerCafé mit individueller Beratung

Haben Sie Fragen zur Nutzung von Smartphone, Laptop oder Tablet? Hier gibt es individuelle Beratung und Hilfestellung. Bei Bedarf kann auch ein Laptop und Drucker vor Ort genutzt werden.

Wann
Montags, 13–16 Uhr

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

Kontakt
030 493 90 42
post@nachbarschaftsetage.de

Im FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße gibt es Unterstützungs- und Beratungsangebote für Eltern, Familien und Kinder, zum Beispiel:

- **Hausaufgabenhilfe**
- **Familienmediation**
- **Familienrat**
- **Kurs “Starke Eltern - Starke Kinder”**

Schaut gerne auf unsere Webseite:
familienzentrum-fabrik.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 – 15 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)

Anmeldung
Telefonische Anmeldung erforderlich,
Hausbesuche möglich:

Montags Claudia Theil:
0157 39 32 73 49, sba.theil@nachbarschaftsetage.de

Dienstags Margit Emesz: :
0178 337 86 51, sba.margit@gmail.com

Mittwochs Paula Diederichs:
0174 169 2841, info@pauladiederichs.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
Die Termine finden Sie auf den Aushängen im Haus und unter familienzentrum-fabrik.de/beratungen

Wo
Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1, Raum B

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

Hausaufgabenhilfe für Grundschulkinder

Lernen heißt wiederholen. Im ruhigen Seminarraum können Grundschulkinder 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.

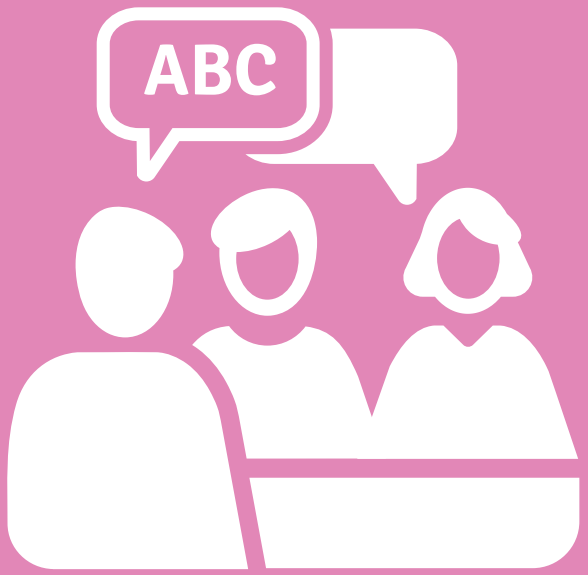
Wann
Dienstags, 15.30–17.30 Uhr

Info
Das Angebot ist kostenlos, eine Anmeldung und regelmäßige Teilnahme sind erforderlich. Wir freuen uns über eine kleine Spende für Material und Kopien.

Wo
1. Hof, Alte Werkstatt I, Erdgeschoß, Raum A

Anmeldung
Kursleiterin Rüya Celik: 0176 62563951
(auch WhatsApp möglich)

SPRACHE



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

Wir sprechen Deutsch 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 NachbarschaftsEtage

Kontakt
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.

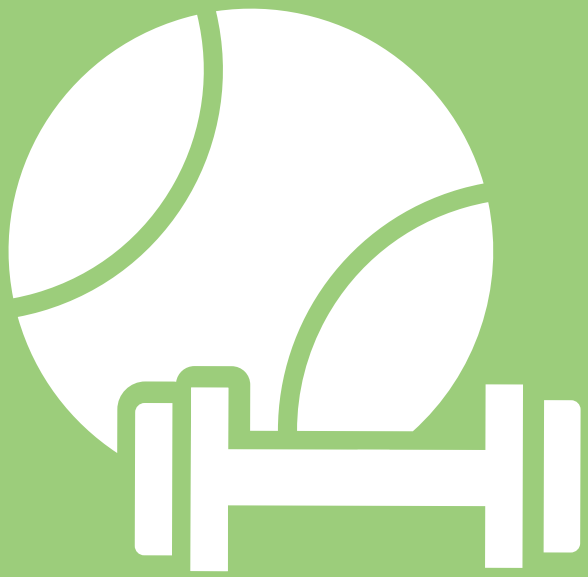
Wann
Donnerstags,
Termin 1: 10–12 Uhr,
Termin 2: 12–14 Uhr

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

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



Breathwork – bewusste Atemarbeit

Diese technikfreie, transformierende Atempraxis ist eine tiefe somatische Erfahrung zu rhythmischer Musik in einem sicheren Raum, die dir einen Weg bietet, wieder bei dir selbst anzukommen, die Selbstheilungskräfte deines Körpers zu aktivieren, deine innere Balance wiederherzustellen, und loszulassen, was dir nicht mehr dient.

Wann
Jeden 1. Freitag im Monat, 16-18 Uhr

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

Info
Dieses Angebot ist kostenlos. Mehr über Breathwork: https://www.theslowspace.com/de/breathwork/

Anmeldung
Atemtherapeutin Ioana Ruxandra Cailean:
0151 5058 2022,
kontakt@theslowspace.com

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

FELDENKRAIS® & Beckenboden – ein Seminar für Frauen* jeden Alters

Den Beckenboden spüren, bewegen und kräftigen mit der Feldenkrais-Methode. Für ein verfeinertes Körpergefühl und mehr Unbefangenheit in Ihren alltäglichen Bewegungsabläufen, präventiv sowie bei Beckenbodenschwäche. Kursinhalte: anatomische und funktionale Zusammenhänge, alltagstaugliche Übungseinheiten für den Beckenboden, FELDENKRAIS® Bewegungslektionen, Tipps für den Alltag, Austausch untereinander.

© Robert Golden

Wann
7 Termine samstags, 27. September bis 29. November 2025, 10–11.30 Uhr
(außer am 4. und 25. Oktober und 1. November)
Anmeldeschluss: 12. September 2025

Info
Kosten: 140 € für 7 x 90 Minuten
Die Teilnahme ist unabhängig von Vorkenntnissen, Alter und Bewegungserfahrung.

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

Anmeldung
Zertifizierte FELDENKRAIS®Lehrerin FVD:
Ariane Wessel, 030 754 594 28
info@feldenkrais-arianewessel.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,
montags 18.30-21 Uhr
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

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
Dienstags,
17.30–18.30 Uhr

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

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

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

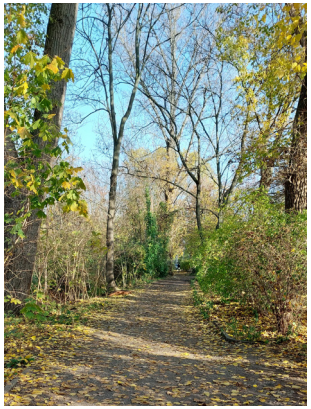
Wo
1. Hof,
Aufgang A,
1. Etage,
Baby- und
Bewegungsraum

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

Anmeldung
Kursleiterin: Claudia Peil
0173 437 73 53

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

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, 18.30–20.30 Uhr

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

Kontakt
Kursleiter: Roland Suhr
0176 52 06 68 73 / 030 394 2857
rolandsuhr1@gmx.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: 20€ monatlich

Kontakt
Kursleiterinnen: Bettina Tornau und Katharina Resch
Anmeldung:
Jozef Madar
030 901 837 515

https://www.berlin.de/musikschule-mitte/anmeldung-service/anmeldung/formular.1410720.php

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:
0176 442 766 48 (per SMS/WhatsApp)

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

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 „Nadelspiel“

Die generationenübergreifende Strickgruppe ist offen für Geübte und Anfänger*innen. Wir freuen uns über neue Teilnehmende.

Wann
Dienstags,
18–20 Uhr

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

Anmeldung
030 493 90 42
Leitung: 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: Maria Wolf
naehenamabend@gmx.de

Nähabend in Deutscher Gebärdensprache

Ein Angebot für alle, die gerne in Deutscher Gebärdensprache kommunizieren, Freude am Nähen haben und Lust auf kreatives Arbeiten verspüren. Jede*r ist willkommen – egal ob Anfänger*in oder Profi. Hier kannst du an deinen eigenen Projekten arbeiten. Eine Gebärdendolmetschung steht bei Bedarf zur Verfügung und wir freuen uns auf den Austausch über Techniken und Ideen. Für den Einstieg stellen wir Stoffe und Material bereit. Darüber hinaus bitten wir, einige Stoffe mitzubringen. Komm vorbei und lass deiner Kreativität freien Lauf!

Wann
Jeden 4. Freitag im Monat, 17–20 Uhr

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

Info
Vorherige Anmeldung erwünscht,
Spenden sind willkommen.

Anmeldung
post@nachbarschaftsetage.de
Kursbegleitung: Kerstin Sona, Gabriela Fleischer, Sema von Bremen-Kühne

Angebote für Familien und Kinder

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, „Maxi“ von 3-6 Jahren. Eltern können gerne mitmachen.
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
Die aktuellen Kosten finden Sie auf familienzentrum-fabrik.de unter Musikalische Früherziehung mini / maxi.

Anmeldung
Kursleiterin: Marie Therrien
0173 92 709 84, marie_therrien@posteo.de

Trommeln für Kids

Kinder zwischen 7 und 13 Jahren lernen beim Trommlen mit Mahmoud, sich gegenseitig zuzuhören, Konzentration und Respekt sowie Orientierung und Zusammenarbeit im Team. Außerdem macht es Spaß und tut gut, Energie beim Trommeln abzureagieren und dabei rhythmische Musik zu erschaffen!

Wann
Mittwochs, 16–18 Uhr
Gruppe 1: 16–17 Uhr
Gruppe 2: 17–18 Uhr

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

Info
Für Kinder zwischen 7 und 13 Jahren.
Das Angebot ist kostenlos und ohne Anmeldung.
Kursleitung: Mahmoud Fayoumi

VERANSTAL-TUNGEN

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.

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
Karola Karras, ks@nachbarschaftsetage.de

Kiezspaziergang mit Bezirksstadtrat & 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 zum Kiezspaziergang ein.

Wann
11. September 2025, 15.30–17.30 Uhr

Wo
DRK Kliniken Mitte, Drontheimer Straße 39

Info
Anmeldung erwünscht

Kontakt
Maike Janssen – Stadtteilkoordination Osloer Straße
030 381 093 29 / 0162 792 48 64
stk-osloer-strasse@berlin.de

Philosophisches Café in der Fabrik: Der angekratzte Glaube an die Religiosität

Macht Religion moralisch? Nicht unbedingt, sagen aktuell viele internationale Studien. Einfühlsamkeit und Toleranz scheinen in religiösen Familien eher zu leiden; Hilfsbereitschaft und Großzügigkeit zu gedeihen. Aber der Glaube an den Segen der Religiosität ist (erneut) angekratzt. Dabei hatte doch erst vor wenigen Jahren Jürgen Habermas die Notwendigkeit der religiösen Überlieferung für den Fortschritt betont. Oder geraten in modernen Zeiten die alten Überlieferungen in einer neuen Weise durcheinander?

Wann
Mittwoch, 29. Oktober 2025, 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

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
Montag, 15. September 2025, 10–12 Uhr
(Kiezspaziergang)
Mittwoch, 19. November 2025, 10–12 Uhr
(Videokonferenz)

Info
Treffpunkt für den Kiezspaziergang in der Region Brunnenstraße bitte kurzfristig erfragen

Kontakt
Maike Janssen - Stadtteilkoordination Osloer Straße
030 381 093 29
stk-osloer-strasse@berlin.de

Angebote für Familien und Kinder

Winterfest

Wir laden alle Nachbar*innen herzlich zum gemütlichen Beisammensein für die ganze Familie und zum anschließenden Konzert ein! Erst genießen wir im Hof am Feuer unseren traditionellen Weihnachtspunsch und feiern danach im Saal beim Konzert weiter. Über das genaue Programm informieren wir euch rechtzeitig auf Social Media, unserer Website und vor Ort. Wir freuen uns auf euch!

Wann
Freitag, 5. Dezember 2025 ab 15 Uhr im 1. Hof mit anschließendem Konzert im Saal

Wo
1. Hof der Fabrik Osloer Straße und 2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Saal

Kontakt
030 493 9042, post@nachbarschaftsetage.de

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 II

Kontakt
post@nachbarschaftsetage.de

Zusammen reparieren im Repair Café Soldiner

In angenehmer Atmosphäre erwartet dich:

- **Expertise:** Unsere erfahrenen Reparateur*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

Wichtig: Bitte recherchiert, bevor ihr kommt, wie man euer Gerät öffnet und welche Beschreibung zu dem Fehler existiert! Das ist für uns alle sehr hilfreich.

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.

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.

Hier könnt ihr direkt per PayPal spenden:

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.

NachbarschaftsEtage
FABRIK OSLOER STRASSE

Wo
Osloer Straße 12, 13359 Berlin,
1. Hof, Alte Werkstatt, Erdgeschoss, Eingang 1

U Pankstraße,
S Bornholmer Straße,
Tram Osloer Straße / Prinzenallee

Kontakt
Lars Schween, Lisiane Harten, Aleksandra Schwestka, Karola Karras, Emebet Tilahun, Melina Sifnaiou (in Elternzeit)

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

Treffpunkt NachbarschaftsEtage

Etwa 70 qm 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.

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.

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

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

Nachbarschaft mobil – gemeinsam den Kiez gestalten

Seit 2021 belebt mobile Stadtteilarbeit nachbarschaftliche Beziehungen, fördert Gemeinschaft und bietet Unterstützung bei Konflikten an. Bei uns im Stadtteilzentrum NachbarschaftsEtage besteht das Team aus den Kolleginnen Alla Pouryjinskaia, Stefanie Tragl und Karola Karras. Das Team „Nachbarschaft Mobil“ ist für euch an folgenden Orten fest zu treffen: Dienstags 16-19 Uhr am Spielmobil (April bis Oktober) auf dem Grünstreifen zwischen der Panke und der Wollankstraße 53/54.
Unsere mobile Sozialberatung auf Deutsch, Englisch, Russisch und Türkisch findet dienstags von 13-15 Uhr in der Andersen Grundschule (Kattegatstr. 26) und donnerstags von 9-11 Uhr in der Gesundbrunnen-Grundschule (Prinzenallee 8) statt.
Mittwochvormittags erwarten wir euch 9.30-12.30 Uhr im NachbarschaftsCafé im Treffpunkt NachbarschaftsEtage, Osloer Straße 12. Einmal im Monat gibt es ebenfalls in der Osloer Straße 12 donnerstagabends gemeinsames Kochen, Essen und ein buntes Kulturprogramm bei unserer Veranstaltungsreihe Kochen und Kultur. Aktuelle Veranstaltungsdetails findet ihr bei Instagram oder Facebook.
Infos zu Einzelveranstaltungen wie Kochen im Kiez oder Kiezfeste findet ihr auch auf unseren Social Media-Kanälen. Gerne könnt ihr euch auch mit eigenen Ideen einbringen. Wir freuen uns! Kommt einfach zu den Veranstaltungen oder vereinbart einen Termin mit uns.

Mit dem Projekt sind wir Teil einer Initiative des Verbands für sozial-kulturelle Arbeit (VskA), die aus Mitteln des Landes Berlin Mobile Stadtteilarbeit berlinweit an 37 Standorten initiiert.

Kontakt
Stefanie Tragl: 030 497 660 41,
stefanie.tragl@nachbarschaftsetage.de
Alla Pouryjinskaia: 030 37 30 17 59,
allap@nachbarschaftsetage.de
Karola Karras: 030 497 660 42,
ks@nachbarschaftsetage.de
www.facebook.com/nachbarschaftsetage
www.instagram.com/nachbarschaftsetage_fos

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. Kommt gern 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. Ihr möchtet diesen auch bekommen? Dann schreibt 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.

FamilienZentrum
FABRIK OSLOER STRASSE

Wo
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage

Infos
Bei uns erhalten Sie den Berliner FamilienPass 2025 des JugendKulturService für 6 €. Das kompakte Freizeit- und Kulturtaschenbuch 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 53).

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

GEFÖRDERT DURCH
Senatsverwaltung für Bildung, Jugend und Familie
BERLIN
Berliner Familien Zentren

PaSch – Patenschaften für Schulkinder

Schon seit 2010 vermitteln wir Patenschaften für Vor- und Grundschulkinder im Wedding, um Kindern aus dem Kiez bestmögliche Bildungschancen und Entwicklungsmöglichkeiten zu bieten. Ganz nebenbei leistet das Projekt auch einen Beitrag gegen Alltagsrassismus und Diskriminierung und für den gesellschaftlichen Zusammenhalt. 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 trifft sich der/die Pat*in mit dem Patenkind. Dann erkunden sie gemeinsam Berlin, erledigen Hausaufgaben, sind kreativ, machen Sport oder Musik. So lernen beide eine neue Lebenswelt 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

PASCH Patenschaften für Schulkinder
Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung BERLIN
Stiftung

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.

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

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

Wir setzen uns im Bezirk Mitte positioniert für die Themen:
- Demokratie und Beteiligung,
- Antidiskriminierung und Abbau struktureller Diskriminierung
- Pluralität, Vielfalt und Zugehörigkeit von verschiedenen Perspektiven, Stimmen und Lebensweisen ein.

Wir begreifen uns als Schnittstelle zwischen Zivilgesellschaft, Verwaltung und Bezirkspolitik und werden durch das Bundesprogramm „Demokratie leben!“ und die Berliner Landeszentrale für politische Bildung gefördert. Demokratie in der Mitte macht verschiedene Projekte:
Bei uns sind 2025 zwei „Partnerschaften für Demokratie“ Moabit und Zentrum angesiedelt. Über die Partnerschaften werden Demokratiebildungs- und Antidiskriminierungsprojekte in Berlin-Mitte gefördert. Dazu gibt es einen Aktionsfonds für Projektideen. Wir bieten Antragsberatung an und vernetzen lokale Akteur*innen.

Seit 2017 gibt es den bezirksweiten Runden Tisch – geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen* für Fachkräfte. Wir bieten Informationen, Beratung und Fortbildung zu geschlechterreflektierter Jugend*arbeit an.

Ein weiterer inhaltlicher Schwerpunkt ist die Arbeit gegen Antisemitismus. Ziel ist eine intensive Auseinandersetzung mit aktuellen Erscheinungsformen von Antisemitismus, das Schaffen von Reflexionsräumen und Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit Antisemitismus zu entwickeln. Informieren Sie sich auf unserer Webseite.
Das von Demokratie in der Mitte koordinierte Bündnis ZUSAMMEN GEGEN RASSISMUS ist ein Zusammenschluss von bisher über 35 Bündnismitgliedern und Kooperationspartner*innen aus Mitte, die seit 2017 ein Zeichen gegen Rassismus setzen. Informationen unter: https://zusammen-gegen-rassismus.de/ und www.instagram.com/zusammengegenrassismus/

Das Ziel unseres Projekts „Mal laut gedacht! Politische Bildung im Kiez“ ist es, politische Bildung neu zu denken. Wir wollen Bildungsangebote für Menschen aus dem Stadtteil Gesundbrunnen machen, die sich bislang wenig von den bestehenden Bildungsangeboten angesprochen fühlen. Dafür entwickeln wir ganz unterschiedliche Bildungsformate und planen Veranstaltungen.
Weitere Informationen und Termine gibt es auf unserer Website.

Kontakt
Demokratie in der Mitte
Vor-Ort-Büro Fabrik Osloer Straße e.V.
030 495 005 26

Tuğba Kıratlı-Spriewald: 0163 915 7428
Katja Korshikova: 0163 915 7443
Sherin Striewe: 0151 5050 5783

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

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
Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
im Rahmen des Bundesprogramms
Demokratie leben!
Demokratie in der Mitte
Moabit – Wedding – Zentrum
FABRIK OSLOER STRASSE
Zentrum für soziale und kulturelle Arbeit
Bezirksamt Mitte BERLIN
Berliner Landeszentrale für politische Bildung BERLIN
BERLIN DEMOKRATIE. VIELFALT. RESPEKT.

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

Sprechzeiten
Montag 10–14 Uhr,
Dienstag 10–14 Uhr,
Donnerstag 15–18 Uhr,
sowie nach Vereinbarung

Zweigstelle Fischerinsel
Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte
StadtRand gGmbH im Kreativhaus
Fischerinsel 3, 10179 Berlin
kontakt@stadtrand-berlin.de
0176–578 55 494
www.stadtrand-berlin.de

Sprechzeiten
Dienstag 10–12 Uhr,
Mittwoch 16–18 Uhr,
sowie nach Vereinbarung

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

- Absolute Beginner – Menschen ohne Beziehungserfahrung
- Alkoholfrei leben
- Alltagshelden: Improtheater für Menschen mit Sozialen Ängsten
- Angehörige psychisch kranker Menschen
- Angehörige von Opfern sexueller Gewalt
- Angst, Panik, Agoraphobie
- Anonyme Alkoholiker (AA)
- (Asperger) Autismus
- AS rockt – Autismus Frauengruppe
- BDO – Leben mit Organspende
- Biographisches Schreiben
- Deutsche Gesellschaft für Muskelerkrankungen (DGM)
- Depressionen
- Depressionen U35 (unterschiedliche Gruppen)
- Emotions Anonymous
- Eltern helfen Eltern (russisch)
- Frauen-Suchtgruppe
- Kinderwunsch
- K-PTBS
- Medien- und Internetabhängigkeit
- Messies
- Messie-Angehörigengruppe
- Morbus Crohn
- Myasthenie
- Narzissmus
- Partner:innen aus narzisstischen Beziehungen
- PCOS
- Präsentieren üben
- Psychose-Erfahrung
- Rheuma
- Schreibaby – Elterngruppe
- Selbstwert
- Sexuelle Gewalterfahrung im Erwachsenenalter
- Soziale Ängste
- Soziale Ängste Übungsgruppe
- Soziale und emotionale Isolation
- TIN Transinberlin
- Vaginismus
- Verwaiste Eltern
- Verwaiste Geschwister
- Zwänge U35

Gruppen in Vorbereitung:

- Selbsthilfegruppe Geteiltes Sorgerecht mit dem Narzisstischen Partner*in
- Englischsprache Selbsthilfegruppe OCD
- Selbsthilfegruppe „Our Cup of Tea“ – Gesprächsgruppe für Menschen mit mystischen, psychotischen Erfahrungen und Stimmenhörer*innen
- Selbsthilfegruppe Neurodermitis
- Selbsthilfegruppe DP /DR

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.

Selbst Berlin Hilfe Mitte

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
Dienstag 15–18 Uhr,
Mittwoch 10–13 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 und 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
lena@stadtrand-berlin.de

Sprechzeiten
Montag 16–18 Uhr,
Mittwoch 12–15 Uhr,
sowie nach Vereinbarung

GKV Spitzenverband

BERLIN Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales

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. und 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

Anmeldung
Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte
030 - 394 63 64
kontakt@stadtrand-berlin.de

AOK Die Gesundheitskasse.

Workshops

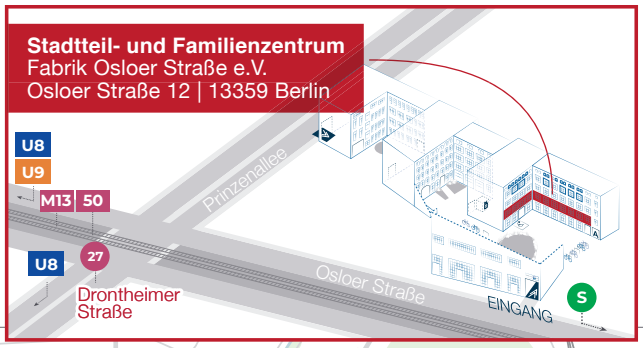
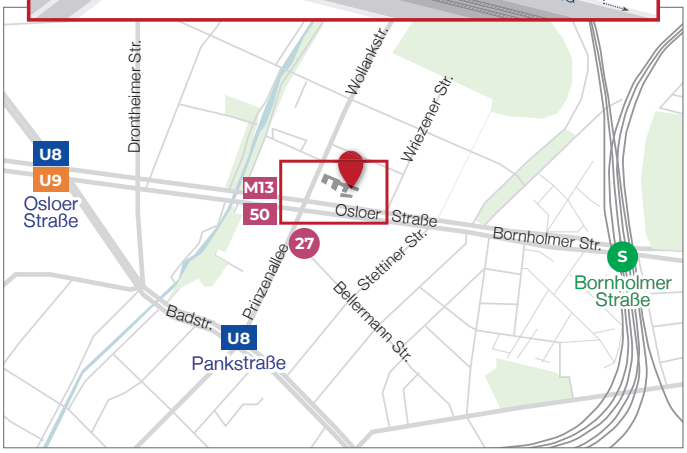
Viele Methoden können in einem Leben mit Depressionen unterstützend sein. Jeden Monat gibt es Angebote, die sowohl für junge Menschen aus den laufenden Gruppen, als auch für andere Interessierte U35 offen sind. Die Workshops sind kostenfrei.

Wann
Termine unter www.stadtrand-berlin.de

Anmeldung
Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte
030 394 63 64
kontakt@stadtrand-berlin.de

IMPRESSUM

Herausgeber:	**NachbarschaftsEtage, 2025**
Auflage:	700 Exemplare, kostenfrei
V.i.S.d.P.:	Lars Schween, 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)

Notizen

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