

PROGRAMM

Februar 2025 bis August 2025

Stadtteil- und Familien- zentrum

Fabrik Osloer Straße

Herzlich Willkommen

Liebe Nachbar*innen,

schön, dass ihr euch für unser Programm interessiert. Auf den folgenden Seiten findet ihr Freizeitangebote für Klein und Groß, Beratungen und Veranstaltungen. Da es immer kurzfristig Änderungen geben kann und wir dieses Jahr unsere Küche renovieren, informiert euch bitte vorab telefonisch oder auf unseren Social-Media-Kanälen, ob unsere Angebote planmäßig stattfinden. Im Mai laden wir euch wieder herzlich zum Fest der Nachbarschaft ein (Seite 47)! Bei Festen und auch sonst freuen wir uns immer über ehrenamtliche Unterstützung, meldet euch dafür gerne jederzeit! 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



Unser Träger ist



Wir sind Mitglied bei



Wir werden gefördert von



Inhalts

verzeichnis

Begegnung & Austausch 8

Angebote für Erwachsene 9

Nachbarschaftscafé 9

Frühstückstreff für Frauen* 10

Treffpunkt NachbarschaftsEtage 10

Schachklub International 2010 e.V. –

Schach im Wedding 11

Spieleabend 12

Angebote für Familien und Kinder 13

Familienfrühstück 13

Fabrik Girls 14

Bunter FamilienNachmittag 14

Rund um die Geburt 15

Babykurse „Von Anfang an“ und
„Entdeckungsraum“ 16

Erste Hilfe am Kind 17

Hilfestellung & Beratung 18

Angebote für Erwachsene 19

Familienrechtsberatung 19

Sozialberatung (auf Deutsch und Arabisch) 19

Sozialberatung (auf Deutsch, Englisch,
Türkisch, Russisch) 20

Sozialberatung (auf Deutsch, Türkisch
und Russisch) 20

Allgemeine unabhängige Sozialberatung –
„Clearing A.u.S. Mitte“ 21

Asylrechtsberatung 21

Wohnungssuchcafé für Frauen* 22

Wedding hilft, AG Behördengänge 22

Selbsthilfegruppe für Frauen*
mit Depressionen 23

Aktiv im Alter – mit Tablet 23

ComputerCafé mit individueller Beratung 24

Angebote für Familien und Kinder 25

Offenes Treffen von ArbeiterKind.de 25

SchreiBabyAmbulanz 25

Offene Sprechstunde des
Familienservicebüros 27

Sprache 28

Angebote für Erwachsene 29

Deutschkurse bei der VHS Mitte 29

Sprachcafé 29

Angebote für Familien und Kinder 30

Mutter-Kind-Sprachlerngruppe 30

Bewegung & Gesundheit 31

Angebote für Erwachsene 32

FELDENKRAIS® Samstagsthema 32

Indonesisches Kung-Fu (Rote Pandas) 33

Frauen*yoga ab 50 Jahren 33

Yoga für alle 34

Historische Tänze 35

Historische Kontratänze 35

Wir gehen spazieren! Kommst du mit? 36

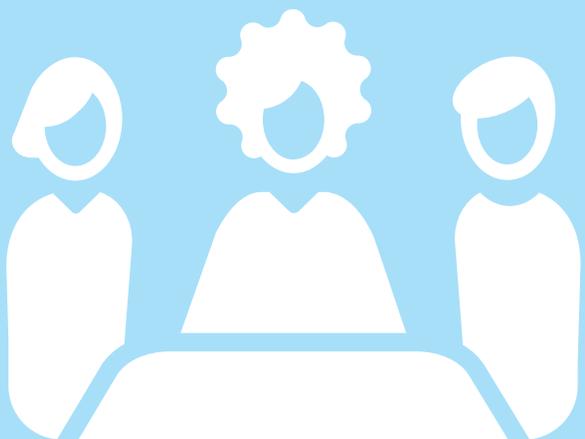
Angebote für Familien und Kinder 36

Boxtraining für Kids von 9 – 14 Jahren 36

Kindertanzkurse für Kinder ab 3 Jahren	37
Kreatives	38
Angebote für Erwachsene	39
.....
Alltagshelden	39
NachbarschaftsChor	39
NähCafé	40
Strickgruppe "Nadelspiel"	40
Nähen am Abend	41
Nähabend in Deutscher Gebärdensprache	41
Angebote für Familien und Kinder	42
.....
Musikalische Früherziehung Mini und Maxi	42
Trommeln für Kids	43
Veranstaltungen	44
Angebote für Erwachsene	45
.....
Kochen und Kultur	45
Philosophisches Café in der Fabrik: Die Quellen gesellschaftlicher Macht	46
Netzwerktreffen „Aktiv im Alter in Gesundbrunnen“	46
Angebote für Familien und Kinder	47
.....
Fest der Nachbarschaft	47
Verschenken Verleihen Reparieren	48
VerschenkeRegal	49
Zusammen reparieren im Repair Café	49
Soldiner	49
BücherboXX	50
Lastenrad Prinz Oslo	50

Wir für Euch	51
Stadtteilzentrum NachbarschaftsEtage	52
Räume für Euch	54
Nachbarschaft mobil – gemeinsam den Kiez gestalten	56
FamilienZentrum Fabrik Osloer Straße	57
PaSch – Patenschaften für Schulkinder	58
FreiwilligenAgentur Mitte	59
Stadtteilkoordination (STK) Osloer Straße	60
Demokratie in der Mitte – Fachstelle für Antidiskriminierungs- und Demokratietarbeit Berlin-Mitte	61
Selbsthilfe	63
Selbsthilfe-Kontakt- und Beratungs- stelle Mitte	64
Kontaktstelle PflegeEngagement Mitte	66
LouLou Begegnungsort + LeNa – Lebendige Nachbarschaft	67
Projekt Jung und depressiv	68
Offener Treff für junge Menschen mit Depressionen	68
Peerberatung	68
Workshops	69
Impressum	70

BEGEGNUNG UND AUSTAUSCH



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 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, 19–22 Uhr



Wo

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



Anmeldung

0152 0620 7743
info@schachklub-wedding.international

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

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

📧 Anmeldung
post@nachbarschaftsetage.de



Angebote für Familien und Kinder

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



RUND UM DIE GEBURT

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

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



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.

Babycurse „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, 2. März 2025, 10–13 Uhr
Samstag, 21. Juni 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



Angebote für Erwachsene

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: Mariam Logua



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



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

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

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

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

Angebote für Familien und Kinder

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.

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

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.



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



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

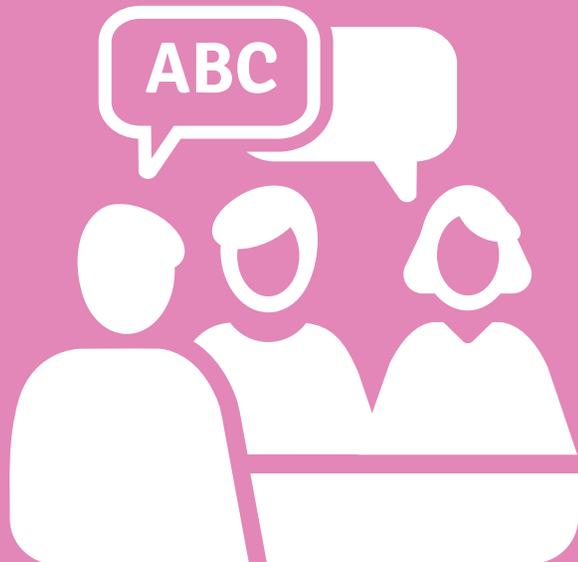
Wo
1. Hof, Aufgang A, 1. Etage,
Baby- und Bewegungsraum

Info
Gefördert durch: Charlotte-Steppuhn-Stiftung,
Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleich-
stellung, 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 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



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

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



Sprache



Wann

Montags, 14–17 Uhr



Wo

2. Hof, Ausgang 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

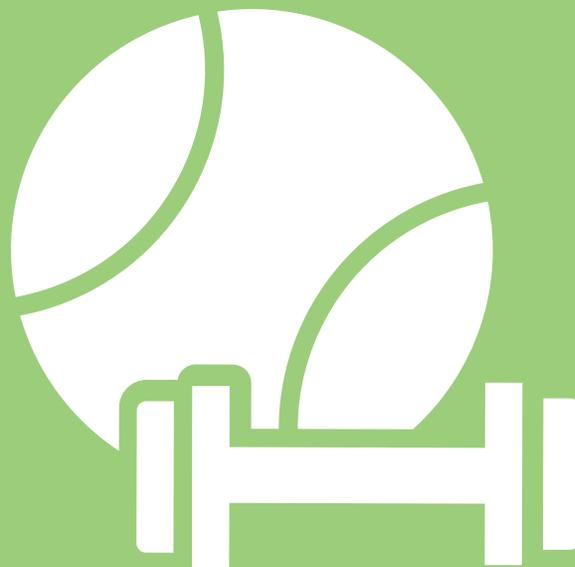
**Info**

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



FELDENKRAIS® Samstagsthema: „Gut sortiert in den Frühling“ mit der Feldenkrais-Methode

Sitzen Sie auch manchmal vor einem überhäuften Schreibtisch oder einer zu langen To-Do-Liste? Wo soll man bloß anfangen? In diesem Kurs beginnen Sie in den eigenen Bewegungen mit dem „Aufräumen“: Wenn Sie sich innerlich erfrischend gut sortiert fühlen, können Sie die Wirren des Alltags souveräner angehen. Ich leite die leichten Bewegungen an, während Sie auf einer Matte liegen. Sie werden mehr spüren, sich besser verstehen und in den nächsten Schritten etwas verändern können.



Wann

Samstag, 29. März 2025, 10–12.30 Uhr
Anmeldeschluss: 21. März 2025



Wo

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



Info

Kosten pro Samstags-Workshop: 35 €
Die Teilnahme ist unabhängig von Vorkenntnissen,
Alter und Bewegungserfahrung.



Anmeldung

Zertifizierte FELDENKRAIS®Lehrerin FVD:
Ariane Wessel, 030 754 594 28
info@feldenkrais-arianewessel.de



© Ulla C. Binder

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>

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, 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 7353



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>



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

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

Angebote für Familien und Kinder

Boxtraining für Kids von 9–14 Jahren

Unser Boxkurs richtet sich an Kinder und Jugendliche, die die Grundlagen des Boxens erlernen möchten. Das Training vermittelt nicht nur die grundlegenden Techniken und Bewegungsabläufe, sondern fördert auch die allgemeine Koordination und Fitness. In einer unterstützenden und sicheren Umgebung erlangen die jungen Teilnehmenden die Fähigkeiten, die sie für ein weiterführendes Training benötigen. In Kooperation mit Roter Stern Berlin 2012 e.V.

- 🕒 Wann**
Montags, 16.30–17.30 Uhr
- 📍 Wo**
2. Hof, Aufgang B, 1. Etage, Veranstaltungssaal
- 📍 Info**
Das Training ist kostenlos.
- 📞 Anmeldung**
Christos Ntirlis
0159 016 389 93
Infos: 030 493 90 42

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



Angebote für Erwachsene

Alltagshelden

In unserem Improvisationstheater „Alltagshelden“ erleben wir die Schönheit des Augenblicks und die Kraft der Spontaneität. 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 (per SMS/WhatsApp)

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

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



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, 17.00–20.00 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 Trommeln 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



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.



Veranstaltungen



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

Philosophisches Café in der Fabrik: Die Quellen gesellschaftlicher Macht

Das Wort von der Macht schillert. Kommt die Macht aus den Gewehrläufen? Oder ist Geld die entscheidende Macht? Oder ist Wissen Macht? Und ist nicht vielen die Macht des Opus Dei, des Vatikans oder vielleicht auch des Dalai Lama unheimlich? Beim Einzelnen müssen körperliches Vermögen, Ressourcen, Know-how und eine Zielsetzung zum guten Leben zusammenkommen, um machtvoll zu handeln. Treten diese Machtquellen auf der Ebene der Gesellschaft auseinander? Können wir von einem Machtkomplex reden, oder eher von einer Differenzierung? Die Diskussion zu diesem spannenden Thema hat sich das letzte Philosophische Café im Oktober 2024 gewünscht.



Wann

Mittwoch, 26. März 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

17. Februar 2025, 10–12 Uhr (Videokonferenz)
21. Mai 2025, 10–12 Uhr Kiezspaziergang in
der Bezirksregion Osloer Straße



Info

Treffpunkt für den Kiezspaziergang
bitte kurzfristig erfragen



Kontakt

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



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, 23. Mai 2025, 15-18 Uhr



Wo

1. Hof der Fabrik Osloer Straße



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 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

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 3810 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.
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, 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 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 (Ausgang 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.



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

📞 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 Sabine Röseler. 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
Sabine Röseler: 0152 290 735 34,
Sabine.Roeseler@nachbarschaftsetage.de
Alla Pouryjinskaia: 030 37 30 17 59,
allap@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. 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 2025 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 53).



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 Grundschulkindern 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 Patenkinde 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

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.

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 Demokratietarbeit 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/



Sozialraumorientierte
Planungskoordination
analysiert · informiert · aktiviert · Mitte

SELBST- HILFE

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-Spiewald: 0163 915 7428
Katja Korshikova: 0163 915 7443
Hanno Witte: 0152 281 707 14

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

Geleitet vom



Demokratie in der Mitte
Moabit – Wedding – Zentrum



im Rahmen des Bundesprogramms

FABRIK OSLOER STRASSE
Zentrum für soziale und politische Arbeit



Demokratie **leben!**



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

Mittwoch 16 – 18 Uhr,
Donnerstag 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
- Anonyme Alkoholiker (AA)
- (Asperger) Autismus
- Autismus Frauengruppe
- BDO – Leben mit Organspende
- Biographisches Schreiben
- Deutsche Gesellschaft für Muskelerkrankungen (DGM)
- Depressionen

- Depressionen U35 (unterschiedliche Gruppen)
- Einsamkeit
- Emotions Anonymous
- Eltern helfen Eltern (russisch)
- Essstörungen (ANA Dismissed Gruppen)
- 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
- Selbstwert
- Soziale Ängste
- Soziale Ängste Übungsgruppe
- TIN Transinberlin
- Umgang mit narzisstischen Eltern
- Vaginismus
- Verwaiste Eltern
- Verwaiste Geschwister
- Zwänge U35

Gruppen in Vorbereitung:

- Angst, Panik, Agoraphobie
- Selbsthilfegruppe Neurodermitis
- Sexuelle Gewalterfahrung
- 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.





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

Mittwoch 12 – 15 Uhr,
Freitag 15 – 18 Uhr,
sowie nach Vereinbarung

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

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



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:	500 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)

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

