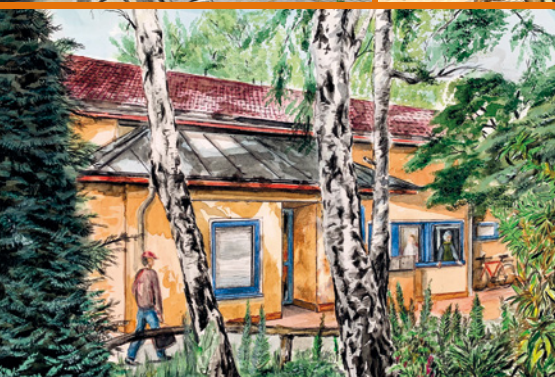




Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf
Abteilung Bürgerdienste und Soziales
Amt für Soziales

BERLIN



2024

Bei uns in

Steglitz-Zehlendorf

Programm, Informationen und Beratungsangebote
für Seniorinnen und Senioren





BIOSPHERE POTSDAM

VIEL MEHR ALS DU DENKST!



GEHEIMNISVOLLE TROPENWELT

EIN ERLEBNIS FÜR
ALLE SINNE

www.biosphaere-potsdam.de

Schenken Sie mit uns mehr Mobilität und Lebensfreude!

„Ein Blindenführhund ist mehr als ein ‚Hilfsmittel‘: Er ist ein Kamerad, ein Freund, ein Lebensgefährte und ein Brückenbauer, der unsichtbare, aber stabile Fäden spinnt zwischen Sehbehinderten und ihrer Umwelt. Beide, Mensch und Hund, sind zu bewundern: ihnen gebührt unser ganzer Respekt und größte Hochachtung.“

Leitgedanke unserer Stiftung

Informationen unter: fuehrhundschule.de

Seit 1995 als gemeinnützig anerkannt.
Mitglied im Bundesverband Deutscher
Stiftungen, sowie der International
Guide Dog Federation.



Stiftung Deutsche
Schule für
Blindenführhunde

Ihre Spende hilft!

IBAN: DE60 1005 0000 1653 5247 03
Verwendungszweck:
Blindenführhundausbildung

Müggellandstr. 12 | 12559 Berlin | Tel. 030 / 555 761 170 | mail@fuehrhundschule.de



© Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf

Bezirksbürgermeisterin Maren Schellenberg



© Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf

Bezirksstadtrat Tim Richter

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

der demografische Wandel ist ein wichtiges Thema in unserer heutigen Zeit. Ein jeder von uns wird älter. Aber älter zu werden oder alt zu sein, heißt eben nicht, inaktiv zu sein – im Gegenteil! Denn bestenfalls hat man gerade als älterer Mensch wieder die Zeit, sich mit den schönen Dingen des Lebens zu befassen. Um Sie dabei zu unterstützen, finden Sie in dieser Broschüre Tipps und Anregungen.

Ohne die Mitwirkung ehrenamtlicher Helferinnen und Helfer wäre das gar nicht möglich. Als solidarische Gesellschaft sind wir auf die Tatkraft der „Ehrenamtler“ angewiesen, um Freizeitstätten, Kieztreffpunkte aller Art, lebendige Kirchengemeinden, Sportvereine und vieles mehr am Laufen zu halten. Viele Menschen verspüren nach dem Ausscheiden aus dem Erwerbsleben den Wunsch, sich noch einmal völlig neu zu erfinden oder der Allgemeinheit etwas zurückzugeben. Wer ein Ehrenamt bekleidet, merkt sehr schnell, wieviel Dankbarkeit man zurückbekommt.

Wenn auch Sie sich im Besuchs- und Gratulationsdienst engagieren möchten, nehmen Sie gerne Kontakt mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Seniorenbetreuung im Amt für Soziales auf. Die Möglichkeiten, sich darüber hinaus für das Gemeinwesen zu engagieren, sind so zahlreich wie die individuellen Interessenlagen selbst. Während der Corona-Krise wurde der Gedanke nachbarschaftlicher Solidarität wiederbelebt: Die Jüngeren halfen den

Älteren uneigennützig bei Einkäufen oder beim Ausführen des Hundes. Dieses zarte Pflänzchen gilt es zu hegen und zu pflegen. Deshalb sind die Initiativen unserer Nachbarschaftshilfen und Stadtteilzentren so unverzichtbar. Sie müssen erhalten bleiben.

Hier halten Sie nun die neue Broschüre in der Hand mit Hinweisen und Adressen von Beratungsstellen ebenso wie zahlreiche Verbände und freien Träger. Ergänzend geben wir einen Überblick über Veranstaltungen unserer sieben Freizeitstätten, informieren über Ausflüge und Tagesfahrten. Selbstverständlich schließen sämtliche Angebote Menschen mit eingeschränkter Mobilität ein.

Lassen Sie sich von den Angeboten der vorliegenden Broschüre inspirieren. Ein herzlicher Dank gilt dem Verlag und den Werbepartnern für die Unterstützung beim Erstellen des Heftes. Und nun lehnen Sie sich zurück, blättern und stöbern Sie nach Herzenslust darin. Ganz sicher ist auch etwas für Sie dabei.

Herzlichst

Ihre / Ihr

Maren Schellenberg
Bezirksbürgermeisterin

Tim Richter
Bezirksstadtrat

- Grußwort..... 1
- Allgemeine Hinweise: Amt für Soziales 6

Freizeitstätten und Treffpunkte

- Kulturelle Angebote der Freizeitstätten..... 7
- Bürgertreffpunkt Bhf. Lichterfelde West..... 8
- Hans-Söhnker-Haus..... 12
- Maria-Rimkus-Haus 14
- Hertha-Müller-Haus 18
- Kommunikationszentrum am Ostpreußendamm..... 21
- Hans-Rosenthal-Haus..... 22
- Freizeitstätte Süd..... 24
- Treffpunkte in anderer Trägerschaft 28
- Nachbarschaftseinrichtungen..... 30
- Analog und digital:
Der Nachbarschaftsladen in Steglitz..... 32

Kultur, Reisen, Rätsel

- Busreisen..... 5
- Kirchenkreis Steglitz: Aktiv in jedem Alter..... 33
- Kulturtyp: Museen in Potsdam 36
- Zeit für Musik: Leo-Borchard-Musikschule 39
- Weitere Kultur- und Bildungsangebote 38
- Kino für das beste Alter 40
- (Wochen)Märkte 41
- Buchtipps 44
- Berliner Kreuzworträtsel 35

Aktiv im Bezirk

- **Bezirkskarte**..... 42 - 43
- Ruhestand? Ehrenamt!..... 46
- Gut älter werden in Steglitz-Zehlendorf..... 47
- Freiwilligenagentur 33
- Seniorenvertretung 48
- 50 Jahre Dachverband: Rück- & Ausblick 50
- Beirat für Menschen mit Behinderung..... 51
- Seniorensicherheit: Polizei Berlin informiert..... 56

Das Bezirksamt

- Bürgerämter 52
- Amt für Soziales 52 - 55
 - Soziale Wohnhilfe
 - Miet- und Energieschuldenberatung
 - Allgemeine und besondere Hilfen
 - Hilfe zu Pflege in und außerhalb von Einrichtungen
 - Seniorentelefon
 - Seniorenbetreuung/ Bürgerengagement
 - Geburtstags- und Jubiläumsehrungen

Wohnen

- Seniorenwohnanlagen 59
- Wohnpartnerschaften von Jung & Alt..... 60

Fitness & Gesundheit

- Sportstudio 62
- Die Schwimmerinnen 63
- Krankenhäuser / Kliniken 65
- Tagesklinik als Alternative zum Krankenhaus... 67

Pflege

- Sozialstationen und Pflegedienste..... 68
- Qualitätsicherung in der ambulanten Pflege... 69
- Tagespflege..... 71
- Pflegeheime..... 72

Beratung & Hilfe

- Pflege-, Sozial-, Rechts-, Renten- und Mietberatung..... 74 - 78
- Pflegestützpunkte 79
- Verbände und Vereine..... 80
- **Stichwortverzeichnis & Impressum** 82

KARDIOLOGISCH-INTERNISTISCHES ZENTRUM SCHLACHTENSEE



Ihre Fachärzte für Kardiologie und Innere Medizin in Zehlendorf

Dr. Engin Osmanoglu und seine Kollegen stehen Ihnen kompetent zur Seite: »Bluthochdruck, Diabetes und Cholesterin sind Indikatoren für Ihr individuelles Risikoprofil. Mit modernster Technik und unserer langjährigen Erfahrung im Bereich der Herz-Kreislauf-Erkrankungen können wir Ihnen helfen. Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.«

Dr. med. Engin Osmanoglu

Dr. med. Sonja Diekmann

Privatkassen · Beihilfe · Selbstzahler

Breisgauer Straße 1a · 14129 Berlin

Telefon: 030 **80 10 53 05**

info@kardiologie-schlachtensee.de

www.kardiologie-schlachtensee.de





Busreisen & Tagesfahrten

Inh. Melanie Pohl Rubensstr. 17 12159 Berlin

Infos & Buchungen: Tel: **030/ 855 55 64**

Wir bieten Ihnen seniorengerechte Reisen und Tagesfahrten
Alle Tagesfahrten u.Reisen werden von qualifizierten Reiseleitern begleitet,

Ab 6 Reisetage Taxi - Service
bei An- und Abreise incl.

Ein kleiner Auszug aus unseren Reise Angeboten 2024

6 Fröhliche Ostertage im **Avalon Hotel in Königslutter am Elm/ Lappwald**
28.3. - 2.04.24 HP. Alle Ausflüge, Oster-Programm, Reiseleitung. DZ: 699,00 €

6 Tage Ein Frühling aus dem Bilderbuch. Das Salzkammergut Österreich...
28.04. - 03.05.24 HP. Alle Ausflüge, Programm, Reiseleitung. DZ: 695,00 €

11 Tage Wohlfühlzeit auf der Trauminsel Sylt
02. - 12.06.24 ****Hotelappartem./HP. Spabereich, Überf. Hindenburgd. DZ: 1395,00 €

8 Tage Sommerzone zum Festspielort Erl im Kaisergebirge beim Bergdoktor
16. - 23.06.24 ****Hotel/HP. Alle Ausflüge, Reisel. Bergdoktor-Tour, DZ: 965,00 €

3 Tage Hamburg und Helgoland
17. - 19.07.24 HP, Tagesfahrt Helgoland mit Katamaran, Reiseleit. DZ: 385,00 €

6 Tage Auf Sissis Spuren in Wien und Marillenernte in der Wachau
21. - 26.07.24 HP. Alle Ausflüge, Programm, Reiseleitung. DZ: 779,00 €

15/8 Tage RELEXA HOTEL Kurlaub im Frankenland „Bad Steben“ incl. Hin/Rück Transf.
8 Tage 21- 28.07 u. 28.07. - 4.8.24 810,00 €/ 15 Tage 21.7- 4.8.24 1380,00 € i.DZ

8 Tage Zauberhafter Schwarzwald
01. - 08.09.2024 HP. Alle Ausflüge, Programm, Reisel. DZ/EZ: 835,00 €

9 Tage Toskanische Bilderbuchlandschaft und die Trauminsel Elba
28.9-6.10.24 ZÜ, Hotel, HP. Alle Ausflüge, Programm, Reiseleitung. DZ: 965,00 €

6 Tage Die Vögel des Glücks kommen nach Rügen
13. - 18.10.24 ****Hotel, HP. Ausflüge Reiseleitung DZ: 735,00 €

6 Tage Goldener Oktober an der Mosel
28.10 - 02.11.24 HP. Alle Ausflüge, Programm, Reiseleitung. DZ: 695,00 €

8/15 Tage Kururlaub in Kolberg inkl. Kuranwendung 3x p. Werktag, HP
8 Tage 20.- 27.10.24 u. 27.10. - 3.11.24 460,00 € im DZ
15 Tage 20.10.-3.11.24 790,00 € im DZ

8 Tage Adventzauber im Wallis in der Schweiz
01. - 08.12.24 HP, Glacier-Express, Ausflüge, Programm, Reisel. DZ: 1099,00 €

Ein kleiner Auszug aus unseren Tagesfahrten Angeboten 2024

Fr, 22.03.24 Forellenfreitag in Groß Schauen bei Storkow
Busfahrt,Mittagessen mit gebratener Forelle und Bratkartoffeln, Reisebegleitung. Preis: 64,00 €

Mo,25.03.24 Osterlammessen in der Schlemmerstube Goßmar und kuschelige Alpakafarm
Busfahrt, Lambraten, Alpakahof., Plinsen Kaffeegedeck,Reiseleitung Preis: 80,00 €

Di,09.04.24 Kleines „Meerchen“ der Müritz und der Affenwald Malchow
Mittagessen, Schiffahrt von Röbel nach Waren,Kaffeegedeck Preis: 69,00 €

Di, 16.04.24 Ready for Takeoff - mit unserem Bus über die Startbahn vom Flughafen Leipzig
Bus-Imbiss, Flughafenführung, Stadtrundgang, ThoVer-Reiseleitung Preis: 62,00 €

So, 12.05.24 Muttertagskonzert im Wallpavillon des Dresdner Zwingers
Busfahrt, Piccolo im Bus, Mittagessen, 90 min. Konzert, Kaffeegedeck, Reiseleitung Preis: 115,00 €

Mi, 29.05.24 Mit der ältesten Schaufelraddampferflotte der Welt zwischen Pirna und Bad Schandau
Busfahrt, Fahrt mit dem Raddampfer, Kaffee und Kuchen, Reiseleitung. Preis: 79,00 €

Di, 04.06.24 Erdschweinessen und Apfelbahn in Jessen
Busfahrt, Erdschweinessen, Apfelbahnfahrt mit Verkostung, Kaffeegedeck, Reisel. Preis: 88,00 €

Mi, 31.07.24 Lavendelträume und geheime Essenzen in der Uckermark
Busfahrt, Lavendelhoff., Mittagessen, Verkostung/ Erkl. Likörmanuf. Kaffeeg.Reisel. Preis: 78,00 €

02.08.2024 Großes Sommerfest im Brandenburger Land
mit leckerem Grillbuffet, unterhaltsamer Musik, Kaffeegedeck. Seien Sie mit dabei
und genießen den herrlichen Tag zum Sonderpreis, mit dem gesamten ThoVer-Team!! Preis nur 70,00 €

Bestellen Sie sich kostenlos unsere aktuellen Reiseangebote

Seniorenservice im Amt für Soziales

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin, Postanschrift: 14160 Berlin

- **Planung und Koordinierung von Veranstaltungen in Freizeitstätten:**
Frau Pürtas, Zimmer 16, Telefon: 90299-6537, ✉ soz-veranstaltungsdienst@ba-sz.berlin.de
- **Planung und Organisation von Veranstaltungen für Pflegeheimbewohner/innen und Menschen mit Beeinträchtigungen, Planung Seniorenfahrtenprogramm für Senioren/innen mit geringem Einkommen:**
Frau Bocionek, Zimmer 30, Telefon: 90299-6546, ✉ soz-veranstaltungsdienst@ba-sz.berlin.de
- **Vergabe von Räumen in Freizeitstätten für Versammlungen, Seminare, private Feierlichkeiten:**
Frau Liebchen, Zimmer 30, Telefon 90299-6531, ✉ soz-raumvermietung@ba-sz.berlin.de.
- **Sprechzeiten:** Dienstag und Donnerstag 9.00 - 12.00 Uhr im Rathaus Lankwitz
Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin ✉ soz-veranstaltungsdienst@ba-sz.berlin.de

Teilnahme- und Rücktrittsbedingungen für die in der Broschüre veröffentlichten Veranstaltungen:

- Seniorinnen und Senioren, die im Besitz eines Nachweises über den Bezug von Leistungen der Grundversicherung im Alter (Berlin-Ticket S oder Berlin-Pass) oder Empfänger eines Barbetrages im Pflegeheim sind, erhalten für bestimmte Veranstaltungen beim Kauf einer Karte 50 Prozent Ermäßigung.
- Bereits erworbene Teilnahmekarten können nur auf Kommissionsbasis zurückgenommen werden. Weitergehende Erstattungsmöglichkeiten sind ausgeschlossen!
- Tiere dürfen zu den Veranstaltungen nicht mitgebracht werden (Blindenhunde ausgenommen).
- Die Teilnahme von Rollstuhlfahrern an Veranstaltungen im Bürgersaal des Rathauses Zehlendorf ist nur nach Voranmeldung und in begrenzter Anzahl (maximal 4 Rollstühle) möglich.
- Bei Veranstaltungen und in Einrichtungen des Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf von Berlin, Amt für Soziales, wird eine Haftung für Schäden und Verluste, die nicht auf einer Verletzung von Leben, Körper oder Gesundheit beruhen, auf solche Schäden beschränkt, die auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung seiner Mitarbeiter oder seiner Erfüllungsgehilfen beruhen. Eine weitergehende Ersatzpflicht des Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf wird hiermit ausgeschlossen.
- Programm-, Preis- und Terminänderungen vorbehalten! Bitte beachten Sie auch unsere Aushänge in den Freizeitstätten.
- Die Veranstaltungsangebote richten sich an lebensältere Bürgerinnen und Bürger aus Steglitz-Zehlendorf!
- Für alle Veranstaltungen, die nicht in Kooperation mit dem Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin angeboten und durchgeführt werden, sind ausschließlich die jeweiligen Anbieter verantwortlich.

GARYS ENTERTAINMENT



Best Music

- **Top Partydisco & Moderation** (speziell für Geburtstage, Hochzeiten, Vereinsfeste, Betriebsevents aller Art, etc.)
- **Live-Gesangs-Shows** (als „Schlager- oder „Oldie-Show“, mit „Great Evergreens“ oder im Mix: „Let’s Have A Party“!)

Tel. 0175 1804784 (auch SMS/WhatsApp) www.gary-bestmusic.de



Kulturelle Angebote in den Freizeitstätten

Die Freizeiteinrichtungen haben für dieses Jahr wieder ein facettenreiches Programm erstellt. Alle Gäste sind herzlich eingeladen zu einem vielfältigen Angebot mit Kulturveranstaltungen, Freizeit- und Sportaktivitäten. Bei einem geplanten Veranstaltungsbesuch empfehlen wir Ihnen eine vorherige Anmeldung.

Auf den nächsten Seiten finden Sie wieder Auszüge aus dem Veranstaltungsprogramm der sieben Freizeitstätten des Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf. Das komplette Veranstaltungsangebot jeder Einrichtung erhalten Sie zweimal jährlich als Hausprogramm in unseren Freizeitstätten sowie im Eingangsbereich der Rathäuser Steglitz und Zehlendorf, im Rathaus Lankwitz und in den Bürgerämtern, so dass Sie sich rechtzeitig und umfassend informieren können.

Wir hoffen, dass bei dem breiten Spektrum unserer kulturellen Veranstaltungen für jeden Geschmack etwas dabei ist und Sie – unsere Besucherinnen und Besucher – uns weiterhin treu bleiben und uns weiterempfehlen. Alle unsere Freizeitstätten - bis auf den Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West - sind Rollstuhlgeeignet! Wenn Sie Fragen oder Anregungen haben, Sie uns Ihre Meinung mitteilen oder auch Kritik anbringen möchten, rufen Sie einfach an oder senden eine E-Mail. Gerne können Sie auch einen persönlichen Termin während der Sprechzeiten Dienstag und Donnerstag von 9 bis 12 Uhr vereinbaren.


- **Sie erreichen uns im:** Rathaus Lankwitz, Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin Zimmer 016 oder auch telefonisch: Tel. 90299-6537
✉ soz-veranstaltungsdienst@ba-sz.berlin.de

Wir wünschen Ihnen viel Freude bei unseren Veranstaltungen.

WISSENSWERT

Bürgersprechstunde des Bezirksstadtrats Tim Richter:

Auch im Jahr 2024 finden regelmäßig Sprechstunden mit dem **Bezirksstadtrat für Bürgerdienste und Soziales, Herrn Tim Richter** statt. Eine rechtzeitige Bekanntgabe der jeweiligen Termine erfolgt über die Presse, die Schaukästen des Bezirksamtes sowie im Internet unter

 www.berlin.de/ba-steglitz-zehlendorf/politik-und-verwaltung/bezirksamt/buergersprechstunden

Das Büro des Bezirksstadtrates gibt Ihnen unter der Telefonnummer 90299-5300 ebenfalls gern Auskunft.

Des Weiteren haben Sie die Möglichkeit, Herrn Bezirksstadtrat Richter Ihre Sorgen und Nöte, aber durchaus gerne auch Anregungen und Lob, per Fax: 90299-1443 oder per

✉ tim.richter@ba-sz.berlin.de mitzuteilen.



**ACHTSAM
MORDEN**

*mit Dieter Hallervorden,
Ines Nieri & Mario Ramos*

23. März -
5. Mai

SCHLOSSPARK THEATER
030-789 56 67 – 100 / schlossparktheater.de



Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West


in Kooperation mit dem Förderverein Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West e. V.

Hans-Sachs-Str. 4 d, 12205 Berlin, Telefon 84 31 31 14

✉ bahnhof-lichterfelde-west@ba-sz.berlin.de

f www.facebook.com/buergertreffpunktbahnhoflichterfeldewest

Leitung: Herr Ohrt

Verkehrsverbindungen:  M11 und 188 bis Drakestraße/Ecke Gardeschützenweg

 101 und M48 bis Habelschwerdter Allee/Ecke Unter den Eichen

 Lichterfelde West

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 10:30 - 17:30 Uhr.

Unser Bürgertreffpunkt im historischen Bahnhofsgebäude ist verkehrsgünstig gelegen. Wir verfügen gegenwärtig nur über einen größeren Veranstaltungssaal im Erdgeschoss sowie über einen Außenbereich, der als „Kaffeegarten“ auch für Gruppenaktivitäten genutzt werden kann. Die Räumlichkeiten sind für Rollstuhlfahrerinnen und Rollstuhlfahrer nur bedingt geeignet.

Auf Ihren Besuch freuen sich Herr Ohrt und sein ehrenamtliches Team! Die wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte der Broschüre „Wir treffen uns! - Gruppenaktivitäten für Steglitz-Zehlendorfer Seniorinnen u. Senioren“ sowie dem Hausprogramm. Diese sind in unseren Freizeitstätten erhältlich. Tiere sind leider nicht erlaubt, mit Ausnahme von Blindenhunden oder Tiere für therapeutische Zwecke.

Veranstaltungen 1. Halbjahr 2024

Änderungen vorbehalten!

März 2024

Mittwoch, 6. März

Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr

Kinder im Kulturbahnhof

Die benachbarte Clemens-Brentano-Grundschule wird 125 Jahre alt. Zum Jubiläum gibt es die Schulrevue „Wer hat Angst vorm Schulgespenst?“. Freuen wir uns auf flotte Songs und spritzige Tanzchoreografien der Jungen und Mädchen. Die zaubern Leben in die Bude bzw. in unseren Bahnhof. Leitung: Elisabeth Arend mit Klaus Schäfer am Klavier. Choreographie: Florian Bücking.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Mittwoch, 13. März

Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr

Der Shanty-Chor Berlin

Die Sänger lassen uns die Weite des Meeres, den Wind und die Wellen spüren. Wir hören vom rauen Leben der Matrosen auf Windjammern, von fernen Küsten sowie von der Liebe im Hafen. Seemannslieder begeistern und vermitteln einen Hauch nostalgischer Seefahrerromantik. Ahoi - und Leinen los!

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Mittwoch, 20. März

Beginn: 14.30 Uhr, Kaffeetafel ab 13.30 Uhr

Auf nach Irland!

Der Weltenradler Hans Neumann hat Irland schon mehrfach mit dem Fahrrad bereist. Er berichtet von der 2.200-km-Tour auf dem Wild Atlantic Way und zeigt Fotos von 1967, 1982, 2016 und heutzutage. Das Trio „Triur Pinseneri“ bringt musikalisch die Wildheit und Frische des Irischen Lebensgefühls in den Bahnhof. Ein knapp zweistündiges Programm.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Mittwoch, 27. März

Beginn: 16.00 Uhr, Einlass: 15.30 Uhr

Der Gofenberg-Chor im Kulturbahnhof

Ein Nachmittag mit jiddischen und hebräischen Liedern, die der Gofenberg-Chor unter der Leitung von Konstantin Nazarov präsentiert. Heitere Texte des israelischen Autors und Humoristen Ephraim Kishon bewirken ein Schmunzeln und machen das Konzert zu einem besonderen Erlebnis.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.

April 2024

Mittwoch, 3. April

Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr

Musikalische Liebesbriefe

Berühmte Musiker der Weltgeschichte, wie Mozart und Beethoven, Chopin und John Lennon - sie alle geschrieben glühende Liebesbriefe. Konstantin Nazarov zeigt uns, wie sie die Liebe sowohl in Worte als auch durch Musik am Klavier in all ihren Schattierungen ausdrückten. Lassen Sie sich entführen in eine Welt voller Liebe und Musik.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Mittwoch, 10. April

Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr

„Kommste mit nach Honolulu“

In 60 Minuten einmal um die Erde, unter diesem Motto präsentiert das Trio Ohrenfreut eine Revue mit lustigen Liedern und launigen Texten über beliebte Reiseziele auf fünf Kontinenten.

Michaela Rettkowski & Peter Siche singen und tanzen, Maître de Piano Klaus Schäfer sorgt für Stimmung und den guten Ton innerhalb der Reisegruppe.

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Mittwoch, 17. April**Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr****Italienische Schlager**

Adriano Celentano, Eros Ramazotti, Rocco Granata, Rita Pavone sowie Andrea Bocelli oder Al Bano & Romina Power – wer hört sie nicht gern, diese stimmungswaltigen Musiker und Sängerinnen aus Italien? Cinzia und Danilo Rogoli singen für uns, auf dass wir uns an bekannten Schlagern und alten, großen Hits aus Italien erfreuen.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.**Mittwoch, 24. April****Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr****Caterina Valente lebt!**

Wer liebt sie nicht, diese italienische Ausnahmekünstlerin? Cornelia Schönwald präsentiert bekannte Film-Melodien von Caterina Valente, die als großartige Sängerin und fantastische Tänzerin das Kino der Wirtschaftswunder-Zeit bereicherte. Am Klavier: Nikolai Miller.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.**Mai 2024****Mittwoch, 8. Mai****Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr****Der 8. Mai 1945 – Kriegsende, Kapitulation, Wiederaufbau**

Mit der bedingungslosen Kapitulation der deutschen Wehrmacht am 8. Mai 1945 endete der zweite Weltkrieg in Europa. Es folgten die Teilung Deutschlands, schließlich der Wiederaufbau und das Wirtschaftswunder. Erst mit der Wiedervereinigung am 3. Oktober 1990 ging die Nachkriegszeit zu Ende.

Der Berliner Fotograf Gottfried Schenk spürt mit historischen und aktuellen Bildern dieser Zäsur und ihren bis heute sichtbaren Folgen nach.

Kostenbeitrag: 2,50 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Eine Anmeldung ist erforderlich.**Mittwoch, 15. Mai****Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr****Lichterfelder Gewächse II**

Der große, alte Baum – was für ein Gedicht! Gezeigt werden Lichtbilder von besonderen, imposanten Bäumen der Gartenstadt Lichterfelde. Baumpfleger Hanno Hartwich liest aus seinem Versband „Baumgedichte“ und Harald Hensel stellt einige kiezgeschichtliche Bezüge her. Die „Bahnhofsserenaden“ spielen auf.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.**Mittwoch, 22. Mai****Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr****Swing mit Klarinette**

Adi Reiningger, ein Klarinetist der Extraklasse, der in vielen Jazzbands und natürlich auch in der legendären „Eierschale“ gespielt hat, stellt uns dieses wohlklingende Instrument vor. So zeigt er uns, wie die Klarinette den Swing in den 30er und 40er Jahren geprägt hat. Es wird ein Ohrenschauspiel sein, Adi Reiningger auch live an seiner Klarinette zu erleben.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.**Mittwoch, 29. Mai****Beginn: 18.00 Uhr, Einlass: 17.30 Uhr****Berliner Liedertafel im Kulturbahnhof**

Wir begrüßen einen traditionsreichen und stimmungswaltigen Männerchor. Das Konzertrepertoire der Berliner Liedertafel erstreckt sich unter der Leitung von Klaus Lehmann von der Klassik über die Romantik bis hin zur Moderne. Der im Jahr 1809 gegründete Männerchor zeigt, dass und wie Musik die Menschen verbindet.

Kostenbeitrag: 4,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt bereit.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Junii 2024

Mittwoch, 5. Juni

Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr

Georg-Kreisler - Leben und Lieder

Mit schwarzem, tiefsinnigem Humor und Liedern wie „Gehen wir Tauben vergiften im Park“ wurde der Wiener populär. Mit seinen Liedern geht Elisabeth Arend auf die Lebensgeschichte eines großen musikalischen Talents, seine Flucht vor den Nazis und die Suche nach einer Heimat ein. Victor Nicoara begleitet die Sängerin am Klavier.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Mittwoch, 12. Juni 2024

Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr

BAHNHOFSSERENADEN

An diesem Nachmittag stellen sich unterschiedliche Musiker und Ensembles vor, die seit Herbst 2022 ihre musikalische (Wieder)Auferstehung erlebt und das Zusammen-spiel im von Karl-Josef Lenz initiierten Projekt „Instrumente entstauben“ erfolgreich geübt und als beglückend empfunden haben.

Bei gutem Wetter ggf. Open-Air im „Kaffeegarten“.

Der Eintritt ist frei

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Mittwoch, 19. Juni

Beginn: 14.30 Uhr, Einlass: 13.30 Uhr

Mit dem Fahrrad durch Costa Rica

Zwei Stunden radelt Hans Neumann mit uns durch Costa Rica, ein bergiges und von Regenwäldern durchzogenes Land in Zentralamerika, mit Küstenabschnitten am Karibischen Meer und am Pazifik. Seine Fahrradtour war geprägt von Hitze und schweren Berg-Etappen, doch die herrliche Landschaft und eine Vielfalt von Tieren begeisterten ihn.

Kostenbeitrag: 4,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Mittwoch, 26. Juni

Beginn: 15.00 Uhr, Kaffeetafel ab 14.00 Uhr

Die Dixties aus dem Bahnhof - Dixieland for fun!

Seit 2017 proben im Bürgertreffpunkt die Dixties, ein paar Freizeitmusiker in den „Sixties“, die ihre Liebe zum Dixieland wiederentdeckt haben. Dixieland-Jazz als freudiges, spontanes und harmonisches Zusammenspiel von Solisten!

Karl-Josef Lenz koordiniert die Spielfreude von Trompete, Klarinette, Tenorsaxophon, Baritonhorn, Gitarre, Banjo sowie Schlagzeug und lädt zur sommerlichen „Mucke“ ein.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

jeweils inkl. Kaffeegedeck

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Bitte vormerken:

Samstag, 21. September 2024

11 bis 15 Uhr

Tag der Offenen Tür

Was ist da los im Bahnhof? Die Freizeitstätte ist ein Ort der Begegnung und unser Kulturbahnhof im Kiez. Heute stellen sich die im Bürgertreffpunkt beheimateten Gruppen vor und das ZOLL-Orchester spielt auf. Ein Hoch auf den nachbarschaftlichen Austausch!

Bitte beachten Sie: Bei den Veranstaltungen findet in der Regel eine Stunde vor Programmbeginn eine Kaffeetafel statt.

Wir bitten um Voranmeldung.

Reservierungen verfallen, wenn die Karten nicht spätestens 15 Minuten vor Veranstaltungsbeginn abgeholt werden!

Weitere Infos erhalten Sie unter Telefon 90299-6537



© Axel Boy

Hans-Söhnker-Haus (Ehem. Club Steglitz)

Selerweg 18 - 22, 12169 Berlin, Telefon 39 50 14 18, Fax 39 50 14 20

✉ hans-soehner-haus@ba-sz.berlin.de

f www.facebook.com/hanssoehnerhaus

Leitung: Frau Knobloch Ehrenamtliche Ansprechpartnerin: Frau Seydler

Verkehrsverbindungen:  181 bis Selerweg

 282, 284, 380 und M82 bis Albrecht-/Ecke Filandastraße

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 10.30 - 17.30 Uhr



Sie finden unser Haus im Herzen von Steglitz - zentral und dennoch ruhig gelegen. Wir verfügen über einen Garten, der in den Frühlings- und Sommermonaten zum Verweilen „im Grünen“ einlädt, über ein Pool-Billard-Zimmer, zwei Gruppenräume und unseren Veranstaltungssaal. Rollstuhlfahrende sind herzlich willkommen! Frau Knobloch und ihr Team freuen sich auf Ihren Besuch! Suchen Sie Abwechslung und anspruchsvolle Freizeitgestaltung?

In unserem Haus finden Sie dafür alle Voraussetzungen. Wir bieten den Besucherinnen und Besuchern ein vielfältiges kulturelles Angebot und am 1. und am 3. Freitag im Monat Tanznachmittage mit Live-Musik an sowie Sprachkurse, Yoga, Gymnastik, Gedächtnistraining, verschiedene Tanzgruppen, Singen, Qigong, Literaturkreis, Canasta, Malen, Pool-Billard und vor allem ein offenes Ohr für Ihre Wünsche und Vorschläge für ein aktives Leben in der Gemeinschaft. Oder entspannen Sie einfach bei einer Tasse Kaffee auf unserer Gartenterrasse.

Die wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte der Broschüre „Wir treffen uns! - Gruppenaktivitäten für Steglitz-Zehlendorfer Seniorinnen und Senioren“ sowie unserem Hausprogramm. Diese sind in unseren Freizeistätten erhältlich.

Wir bitten um Voranmeldung.

Reservierungen verfallen, wenn die Karten nicht spätestens 15 Minuten vor Veranstaltungsbeginn abgeholt werden!

Weitere Infos erhalten Sie unter Telefon 90299-6537

Am 1. und 3. Freitag im Monat

Beginn: 14.00 Uhr, Einlass: 13.00 Uhr

„Tanznachmittag im Selerweg“

Kostenbeitrag: 3,00 €
zzgl. Kaffeegetränk: 3,00 €

Veranstaltungen 1. Halbjahr 2024

Änderungen vorbehalten!

März 2024

Mittwoch, 6. März**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Liebeslieder mit Seele“**

In den „Liebesliedern mit Seele!“ singt Gerald Wolf Songs über die verschiedenen Facetten der Liebe: Leidenschaft, Sehnsucht, Trauer, Vergänglichkeit. Und über die Liebe in einer kalten Gesellschaft. Bekannte und weniger bekannte, berührende Lieder von Rio Reiser, Ton Steine Scherben, Hans-Eckhard Wenzel, Ina Deter, Thomas Brasch, Theodor Kramer, Pannach und Kunert, City..., aber auch Volksweisen. Diese Lieder werden intensiv von Gerald Wolf interpretiert. Natürlich kommt aber auch der Humor nicht zu kurz: „Der Mann, das ist ein Lustobjekt – und sonst nicht zu gebrauchen!“ sang einst Angi Domdey. Kommen Sie vorbei und schmachten mit.

Kostenbeitrag: 3,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Eine Anmeldung wird empfohlen.

April 2024

Mittwoch, 10. April**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Vortrag Vorsorgevollmacht“**

Frau Michalak, Amt für Soziales, Betreuungsbehörde informiert Sie heute über Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung.

Kostenbeitrag: kostenfrei

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Eine Anmeldung wird empfohlen.**Mittwoch, 24. April****Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Himmliche Evergreens“**

Claudia Himmel: Deutsche Schlager ... mitreißende Rhythmen und bekannte Melodien, natürlich live gesungen. Claudia Himmel präsentiert mit Charme, Esprit und Herz die größten Hits von Helene Fischer, Andrea Berg, Maite Kelly, Beatrice Egli und vielen anderen. Genau das Richtige für einen bunten Nachmittag! Lassen Sie sich von Claudias Stimme, ihrem Temperament und Können verzaubern. Ein unvergessliches Erlebnis.

Kostenbeitrag: 4,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Eine Anmeldung wird empfohlen.

Mai 2024

Mittwoch, 22. Mai**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Mit der Sonne kommt der Maien“**

Der Seniorenchor Steglitz unter der Leitung von Frau Maria Grimm möchte Sie mit besinnlichen und fröhlichen Volks- und Kunstliedern durch den Frühling begleiten. Lassen Sie sich verführen von bunten Klängen, die vom Frühbarock über die Romantik bis ins 20. Jahrhundert reichen.

Kostenbeitrag: 2,50 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Eine Anmeldung wird empfohlen.

Juni 2024

Mittwoch, 12. Juni**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****Diavortrag „Berlin gestern und heute – fotografische Bildpaare zur Stadtgeschichte“**

Ob am Potsdamer Platz, wo ein ganzes Stadtquartier neu entstanden ist, oder in den Kiezen, deren letzte Baulücken gerade geschlossen werden – das Gesicht der Stadt verändert sich in einem schier atemberaubenden Tempo. Herausforderung und Passion für den aus Österreich stammenden Fotografen Gottfried Schenk (freier Autor und Fotograf, Berlin), den Wandel in Bildpaaren zu dokumentieren, für die er immer wieder dieselben Standorte und Blickwinkel aufsucht. Nostalgischer Rückblick und optimistische Zukunftsschau zugleich, den der L&H Verlag mit dem Bildband „Berliner Verwandlungen/Changing Berlin“ gewürdigt hat.

Kostenbeitrag: 2,50 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Eine Anmeldung wird empfohlen.**Mittwoch, 26. Juni****Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Fröhliche Stücke aus New Orleans“**

Dixieland-Musiker aus Berlin spielen heute für Sie in der Triobesetzung. Vesko Valentino am Saxophon, Oliver Küntzel am Banjo und Achim König an der Trompete begeistern mit swingenden und fröhlichen Stücken aus New Orleans.

Kostenbeitrag: 6,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Eine Anmeldung wird empfohlen.



Maria-Rimkus-Haus

Gallwitzallee 53, 12249 Berlin, Telefon 76 68 38 62, Fax 76 68 59 88

✉ maria-rimkus-haus@ba-sz.berlin.de

f www.fb.com/mariarimkushaus

Leitung: Frau Reinfeld, **Ehrenamtliche Ansprechpartnerin:** Frau Röder

Verkehrsverbindungen:  M82 bis Havensteinstraße

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 10.30 - 17.30 Uhr



Unser ansprechendes, schön am Gemeindepark Lankwitz gelegene Haus mit großer, gemütlicher Terrasse ist barrierefrei zugänglich. Unter dem Motto „Nicht daheim und doch zuhause“ erwartet Sie dort ein Hauch von Wiener Café mit einem vielfältigen kulturellen Angebot wie Konzerte, Theatervorführungen, Tanz, Informationsveranstaltungen und Ausstellungen. Die Freizeitstätte verfügt über einen größeren Saal, zwei Gruppenräume und ein Töpferstudio.

Das Maria-Rimkus-Haus bietet Raum für viele Gruppen und Gesprächskreise, einen queeren Stammtisch, Selbsthilfegruppen etc. Es wird Bingo gespielt, Schach, Gesellschaftsspiele, Skat und Canasta. Man kann dort das Gedächtnis trainieren sowie Yoga, Gymnastik, Qi Gong, Linedance u.v.m. praktizieren; zudem haben Sie die Möglichkeit, beim Malen, Singen oder Musizieren Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen.

Wir haben ein offenes Ohr für Ihre Wünsche und Vorschläge für ein aktives Leben in der Gemeinschaft.

Sehr herzlich willkommen sind Sie aber auch einfach nur auf eine Tasse Kaffee, Tee oder ein Stück Kuchen. Frau Reinfeld und ihr ehrenamtliches Team freuen sich auf Ihren Besuch!

Die wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte der Broschüre „Wir treffen uns“ und die Veranstaltungen dem Hausprogramm, die beide in den Einrichtungen des Bezirkes ausliegen.

Veranstaltungen 1. Halbjahr 2024

Änderungen vorbehalten!

Zweimal im Monat findet donnerstags ein**Tanznachmittag statt.****Beginn 14.00 Uhr, Einlass: 13.00 Uhr**

Kostenbeitrag: 3,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Jeden 3. Donnerstag im Monat versuchen wir unser Glück beim BINGO**Beginn: 14.00 Uhr, Einlass 13.00 Uhr**

kostenfrei

Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

März 2024**Dienstag, 5. März****Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Himmliche Evergreens“**

Claudia Himmel führt sie mit Witz und Charme (im Petticoat-Kleid) musikalisch durch die Wirtschaftswunderzeit der 50er und 60er Jahre des letzten Jahrhunderts. Die schönsten Schlagerperlen und die Zeit des Swing und Rock'n'Roll werden zum Leben erweckt. Ein Musikprogramm, bei dem mitgesungen und getanzt werden darf.

Kostenbeitrag: 4,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Dienstag, 12. März**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Von Swing bis Latin“**

Annette Wizisla hat ein breites Repertoire. Sie spielt und singt mit Vorliebe Jazzsongs und lateinamerikanische Musik, kennt sich aber auch mit Weltmusik, Pop und Folk aus und komponiert selbst. Jedem Titel verleiht sie eine eigene Farbe, macht ihn quasi zu ihrem eigenen. Das Konzert wird mit Moderation abgerundet. Annette Wizisla (Gesang und Klavier) und Denis Jabusch (Kontrabass).

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Donnerstag, 26. März**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****Sir Henry de Winter**

Mit seinem unvergleichlichen Stil und seinem eleganten Auftreten hat sich Sir Henry de Winter, Sänger und Gesamtkunstwerk aus Berlin, komplett den 20er, 30er und 40er Jahren verschrieben. Kein anderer schafft es, so unvergleichlich authentisch, charmant und herrlich witzig durch das Programm zu führen. Herr de Winter wird begleitet von seinem Pianisten.

Kostenbeitrag: 4,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

April 2024**Donnerstag, 16. April****Beginn: 18.00 Uhr, Einlass: 17.00 Uhr****Donato Plögert**

Der Sänger, Texter, Moderator, Schauspieler und Autor wird heute, auf seine unnachahmliche Art, ganz individuell auf sein Publikum eingehen - witzig, ein bisschen schnodderig, jazzig-beschwingt und mit ganz viel Herz.

Kostenbeitrag: 4,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Mai 2024**Dienstag, 7. Mai****Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Kaffeeklatsch mit Norbi und Cindy Berger“**

Ein wunderbarer Nachmittag mit Talk und Musik, bei dem natürlich die großen Hits von Cindy & Bert nicht fehlen dürfen. Gute Laune ist garantiert.

Kostenbeitrag: 6,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Donnerstag, 14. Mai**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„heute Nacht oder nie“ - Liederkabarett**

Der Berliner Kabarettist Arnold Krohne wird in diesem Programm mit seiner Musikbegleitung vorwiegend deutsche aber auch internationale Songs und Chansons präsentieren. Eine Melange unter anderem von Mireille Mathieu, Dean Martin oder Hildegard Knef wird Sie in eine Hochstimmung versetzen! Lassen Sie sich von dieser abwechslungsreichen Reise durch verschiedenste musikalische Welten verwöhnen! Seit 2005 ist Arnold Krohne Leiter der „Chansonschule Berlin“. Seit 1997 gastiert Arnold Krohne mit unterschiedlichen Chansonprogrammen an Berliner Bühnen so wie in anderen deutschen Städten. Er war in Berlin u.a. zur Gast in der „Bar Jeder Vernunft“, dem „Chamäleon-Variete“ und dem „Roten Salon“ der Freien Volksbühne. Die Berliner Zeitung schrieb: „... Arnold Krohne zieht mit seiner irrwitzigen Vorstellung das Publikum in seinen Bann...“ und die Berliner Morgenpost: „...mal rauchig, mal samtig-erotisch, mal aber auch herzerreißend schrill.“

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Donnerstag, 28. Mai**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Heitere Arien aus Oper und Operette mit A. Steinbrecher“**

Der Sänger Alexander Steinbrecher (Tenor) ist der Gewinner von mehreren internationalen Gesangswettbewerben, er ist in mehreren zahlreichen Konzerten in verschiedenen Ländern der Welt und in zahlreichen Rundfunk- und Fernsehproduktionen aufgetreten. Auch in einer Episode des Kinofilms „The last Station“ (2009), in dem weltbekannte Kinostars wie der Oskar-Preisträger Christopher Plummer und die Oskar-Preisträgerin Hellen Mirren wirkten, war er als Sänger und Schauspieler zu erleben.

Wir laden Sie herzlich ein zum Konzert mit heiteren Arien aus Oper und Operetten u.a., die Ihnen von Alexander Steinbrecher mit Instrumentalbegleitung von Dmitry Faller präsentiert werden.

Kostenbeitrag: 4,00 €

zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

 Juni 2024**Dienstag, 11. Juni****Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Swing mit Sahne“**

Das Ensemble um den Geiger Bernd Huber spielt für Sie Jazz-Hits der 30er und 40er-Jahre im Stil des Gypsy-Swing.

Kostenbeitrag: 6,00 €

zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Dienstag, 18. Juni**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Lieder der Völker der Welt“**

Natasha Tarasova (Gesang) und Alexej Wagner (Gitarre) interpretieren Volkslieder aus Mexico, Kuba, Deutschland, Ukraine, England, Weißrussland und... lassen Sie sich einfach überraschen.

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Bitte vormerken: **Juli 2024****Donnerstag, 25. Juli****Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****SOMMERFEST**

Mit Livemusik vom Oranke-Duo und Bauchtanzanlage.

Kostenbeitrag: 3,00 €

zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Bowle, Bouletten, Würstchen etc. stehen gegen ein kleines Entgelt für Sie bereit.

 Oktober 2024**Dienstag, 8. Oktober****Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****OKTOBERFEST**

Für ausgelassene Stimmung sorgt die sehr beliebte Claudia Himmel - es darf mitgesungen und geschunkelt werden.

Kostenbeitrag: 4,00 €

zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Leberkäse, Weißwürstchen etc. stehen gegen ein kleines Entgelt für Sie bereit.

Weitere Infos erhalten Sie unter Telefon 90299-6537

WEIHNACHTSSTERNE 2024

im Hertha-Müller-Haus, Argentinische Allee 89, 14163 Berlin

Mittwoch

4. Dezember 2024

13.00 – 16.30 Uhr

Einlass: 12.30 Uhr



Donnerstag

5. Dezember 2024

13.00 – 16.30 Uhr

Einlass: 12.30 Uhr

Freitag

6. Dezember 2024

13.00 – 16.30 Uhr

Einlass: 12.30 Uhr



Ein festlich geschmückter Bühnensaal und der Duft von Weihnachtsgebäck und Tannengrün sind ein Indiz für die alljährlich sehr beliebte Veranstaltungsreihe mit dem Titel „Die Weihnachtssterne“. Auch in diesem Jahr werden Sie die Weihnachtssterne mit stimmungsvoller Livemusik und einem köstlichen Mittagsbuffet auf die bevorstehenden Festtage einstimmen. Mit weihnachtlichem Gebäck und einer Tasse Kaffee lassen wir die Weihnachtssterne in gemütlicher Atmosphäre ausklingen.

Die Karten zum Preis von 18,00 € (ermäßigt 7,00 €) beinhalten das Mittagsbuffet, ein Getränk (ein Glas Wein oder ein alkoholfreies Getränk) sowie das Kaffeegedeck. **Die Teilnahme ist nur nach vorheriger telefonischer Anmeldung ab dem 15. Oktober 2024, 9:00 Uhr unter der 030 90299-6546 möglich. Die Karten können Sie nach der telefonischen Kartenreservierung im Hertha-Müller-Haus oder im Rathaus Lankwitz, Zimmer 30 abholen.** Bitte beachten Sie, dass aufgrund der hohen Nachfrage die Telefonleitung zwischenzeitlich belegt sein kann, versuchen Sie es bitte in diesem Fall später erneut.



Nur mit Kartenvorverkauf. Aufgrund der hohen Nachfrage werden höchstens 2 Karten pro Person verkauft. Die Karten sind tischweise nummeriert.

Diese Veranstaltung des Amtes für Soziales wird ermöglicht durch eine Zuwendung der Stiftung Deutsche Klassenlotterie Berlin.





© Axel Boy

Hertha-Müller-Haus

Argentinische Allee 89, 14163 Berlin, Telefon 814 999 53


✉ hertha-mueller-haus@ba-sz.berlin.de


📘 [www.fb.com/herthamuellerhaus](https://www.facebook.com/herthamuellerhaus)

Leitung: Herr Lehmann

Ehrenamtliche Ansprechpartnerin: Frau Knackstedt

1. Vorsitzende des Fördervereins: Frau Maluche, Telefon 88 66 99 23

Verkehrsverbindungen:  118 bis Siebenendenweg, direkt vor der Tür

 Bahnhof Onkel Toms Hütte, ca. 200 m Fußweg

Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10.30 - 17.30 Uhr



Suchen Sie Unterhaltung, Bildung, Gesellschaft, und Kommunikation? Dann sind Sie bei uns richtig im Begegnungs- und Freizeitzentrum, dem Hertha-Müller-Haus. Aus dem Nachlass einer Zehlendorfer Bürgerin wurde der Umbau der Freizeitzentrale ermöglicht. So ist ein funktionelles Haus in der Argentinischen Allee entstanden, in dem Sie Ihre Freizeit in gastlicher Atmosphäre gestalten können. Das Angebot erfolgt in Zusammenarbeit mit dem Förderverein des Hauses.

In diesem Jahr feiert das Hertha-Müller-Haus sein 20-jähriges Jubiläum.

Wir alle freuen uns auf Ihren Besuch!

Die wöchentlichen Aktivitäten entnehmen Sie bitte der Broschüre „Wir treffen uns! - Gruppenaktivitäten für Zehlendorfer u. Steglitzer Seniorinnen u. Senioren“. Sie ist in unseren Freizeitzentren erhältlich.

Im breiten Angebot an Gruppenaktivitäten finden Sie:

Sprachkurse für Englisch, Französisch, Spanisch und Italienisch • Computer- und Smartphonekurse • gesundheitsfördernde Aktivitäten wie altersgerechte Wohlfühlgymnastik, Nordic Walking, Seniorentanz, Standard und Lateinamerikanische Tänze, bewusstes Atmen, Lungensport, Tischtennis, Qigong, Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene, Feldenkrais, Pilates, Autogenes Training, Taiji mit Schwerform • kulturelle Gruppen für Literatur, Singen, sowie allgemeiner Gesprächskreis • Kunstgruppen wie Porzellanmalerei, Töpfern, kreatives Gestalten, bildnerisches Gestalten und experimentelles Malen sowie Arbeiten mit Speckstein • Spielgruppen (Schach, Bridge, Doppelkopf) sowie Gruppen für geistige Fitness. Eine Gartengruppe beschäftigt sich mit der Gestaltung von Garten und Terrasse. Darüber hinaus treffen sich in unserer Einrichtung speziell eine Gehörlosengruppe, zwei Blindengesprächsgruppen, sowie weitere Selbsthilfegruppen mit unterschiedlichen Interessen. In den Abendstunden steht das Haus verschiedenen Vereinen und Verbänden zur Verfügung.

Das ausführliche Angebot entnehmen Sie bitte unserem Hausprogramm oder Sie besuchen uns einfach in unserem Haus und wir können Sie bei einer Tasse Kaffee ausführlich beraten.

Veranstaltungen 1. Halbjahr 2024

Änderungen vorbehalten!

März 2024

Dienstag, 19. März

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

Dixieland, swing und blues aus Berlin Jatz vor fun

Musik für freudige Gesichter und wippenden Beinen. Die VIERER JATZ BANDE spielt eine sehr lebendige und vielseitige Dixieland-Musik, wobei auch bluesige Themen, von der E-Gitarre vorgetragen, zum breit gefächerten Repertoire der Band gehören.

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Dienstag, 26. März

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

Der Tag der Vorsorge

Vortrag über das Erstellen einer Patientenverfügung und einer Vorsorgevollmacht.

Infomaterial wird ebenfalls zur Verfügung gestellt. Helfen sie sich und ihren Angehörigen.

Kostenbeitrag: kostenfrei

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

April/Mai 2024

Freitag, 12. April

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

Kommste mit nach Honolulu

Wir machen uns auf einen Flug um die Welt. Vom Flughafen Hertha-Müller-Haus geht es in die Lüfte. Unsere erfahrene und stimmungsvolle Crew - „das Trio Ohrenfreut“ Michaela Rettkowski, Peter Siche (Gesang und Tanz) und Klaus Schäfer (Klavier) - nimmt uns mit in den bunten Flieger und sorgt für sichere Starts und Landungen. Auf der Reise über fünf Kontinente begleiten uns humorvolle Lieder mit Texten zum Schmunzeln über viele beliebte Reiseziele. Also los geht's und anschnallen nicht vergessen!

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Dienstag, 14. Mai

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

Im wunderschönen Monat Mai - Poesie mit Musik

Der Mai ist gekommen! Er zeigt sich in überbordender Blüten- und Farbenpracht. Endlich geht es wieder hinaus in Flur und Garten, wo die Obstbäume blühen, Flieder und Holunder betörenden Duft verströmen und Amor seinen Bogen spannt. Rosa und Jonathan Tenenbaum überreichen einen Strauß, gebunden aus den schönsten Frühlingsgedichten von Heine, Goethe, Uhland, Mörike, Kästner, Kaléko u.a., dazu erklingt Klaviermusik der Klassik und Romantik

Kostenbeitrag: 3,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Wir bitten um Voranmeldung.

**Anmeldung telefonisch bei Herrn Lehmann
unter 030 814 999 53.**

Weitere Infos erhalten Sie unter Telefon 90299-6537



Kommunikationszentrum am Ostpreußendamm

Ostpreußendamm 52, 12207 Berlin, Telefon 772 60 55

✉ kommunikationszentrum-am-od@ba-sz.berlin.de

f www.facebook.com/kommunikationszentrumamostpreussendamm

Leitung: Frau Müller, **Ehrenamtlicher Ansprechpartner:** Herr Büscher

Verkehrsverbindungen:  184 und 186 bis Bogenstraße

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 10.30 - 17.30 Uhr



„Vielfalt Leben“ ist das Motto des Kommunikationszentrums am Ostpreußendamm.

In diesem Jahr werfen wir einen Blick auf das vielfältige Leben in unserer bunten Stadt und freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit mit KIEZconnect. Neben Vorträgen und musikalischen Darbietungen steht die Begegnung und der Austausch von Menschen mit und ohne Flucht- und Migrationserfahrung im Mittelpunkt. Die wöchentlichen kulturellen Veranstaltungen halten auch in diesem Jahr wieder ein weites Spektrum an Genres bereit. Um eine Anmeldung wird gebeten, da wir leider nur eine begrenzte Platzkapazität haben. Die luftig gestalteten Räume der Villa am Ostpreußendamm laden auch zu einem großen Angebot an Gruppenaktivitäten ein. Ob sportliche Aktivitäten, Singen, Malen, Tanzen oder Sprachkurse um nur einen kleinen Ausschnitt aus unserem Angebot zu erwähnen. Alles Weitere können Sie der Broschüre „Wir treffen uns“ entnehmen. Das Erdgeschoss ist für Rollstuhlfahrende sehr gut erreichbar. Genießen Sie in den Sommermonaten den neu angelegten Garten mit einer großzügigen Terrasse zum Kaffeetrinken und vielleicht sogar für eine Runde Tischtennis oder entspannen Sie ganz einfach in der freundlichen Atmosphäre des Hauses. Schauen Sie bei uns doch mal vorbei! Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Veranstaltungen 1. Halbjahr 2024

Änderungen vorbehalten!

April 2024

Dienstag, 9. April**Beginn: 14.30 Uhr, Einlass: 13.30 Uhr****Der Chor des Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf**

Unter der Leitung von Vivian Lüdorf lädt der Mitarbeiterchor des Bezirksamtes Steglitz-Zehlendorf zu einem kleinen Konzert. Zu hören sind beliebte Schlager und Evergreens, alle mit Mitsing-Charakter.

Kostenbeitrag: kostenfrei
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Dienstag, 16. April**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****Von antiken Arien bis modernen Melodien**

Beliebte und von Jedem geliebte Stücke alter Meister, sowie Stücke der weltweiten Opernklassik, Neapolitanische Lieder, russische Romanzen, lateinamerikanische Melodien... Die breite Palette unterschiedlicher vokalischer Stile und das meisterhafte Singen Andrej Rostows lassen bei seinen Konzerten eine einzigartige und unbeschreibliche Atmosphäre entstehen.

Kostenbeitrag: 4,00 €
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Dienstag, 23. April**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****Faszination Handpan**

Handpan-Klänge, atmosphärische Gitarrensounds und eingängige Grooves sind die Grundfarben, aus denen die Musiker von KlangArt, Wolfgang Ohmer (Handpan/Flöte/Gitarre) und Peter Stein (Handpan/Akkordeon/Gitarre) ihre Klanglandschaften und Soundcollagen entwickeln. Rhythmus und Melodie in nahezu unerschöpflicher Vielfalt.

Kostenbeitrag: 5,00 €
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Dienstag, 30. April**Beginn: 14.00 Uhr, Einlass: 13.30 Uhr****Spiel mir eine alte Melodie**

Wir freuen uns auf mindestens 90 Minuten Singen und Fröhlichkeit mit Falk Kulawik.

Kostenbeitrag: 2,50 €
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Mai / Juni 2024

Bei gutem Wetter finden die Veranstaltungen
im Freien statt!

Dienstag, 14. Mai + Dienstag, 11. Juni

Vielfalt Leben - Über diese Veranstaltung werden Sie gesondert informiert.

Dienstag, 21. Mai**Beginn: 14.00 Uhr, Einlass: 13.00 Uhr****Tanzlust mit Joe Morris**

Wir freuen uns auf 2 h gute Laune und Tanzmusik.

Kostenbeitrag: 3,00 €
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Dienstag, 28. Mai**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****Bella Italia**

Marco Martino aus Apulien singt Lieder aus Bella Italia mit Hits aus den 60er, 70er und 80er Jahren...

Kostenbeitrag: 4,00 €
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Dienstag, 4. Juni**Beginn: 14.30 Uhr, Einlass: 13.30 Uhr****Ich glaub es geht schon wieder los**

Jürgen Perl bringt uns den Kaiser, den Roland ins Haus und wir freuen uns auf Sie und Ihre Tanzlust.

Kostenbeitrag: 4,00 €
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Dienstag, 18. Juni**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****Shanty Chor**

Moin moin und herzlich willkommen im Hafen am Ostpreußendamm. Der Shanty-Chor Berlin legt wieder an und erfreut uns mit den schönen Klängen, die von Heimat, Sehnsucht und Liebe erzählen.

Kostenbeitrag: 2,50 €
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Dienstag, 25. Juni**Beginn: 13.00 Uhr, Einlass: 12.30 Uhr****Sommerfest**

Wir laden Sie herzlich ein zum Tanzen bei Live-Musik mit Kiry, Leckereien vom Grill und erfrischenden Getränken. Wir freuen uns auf Sie und einen fröhlichen Nachmittag bei guter Laune und Sonnenschein...

Kostenbeitrag: 5,00 €
zzgl. Kaffeedeck: 3,00 €

Wir bitten um Voranmeldung.

Reservierungen verfallen, wenn die Karten nicht spätestens 15 Minuten vor Veranstaltungsbeginn abgeholt werden!

Weitere Infos erhalten Sie unter Telefon 90299-6537



Hans-Rosenthal-Haus

in Kooperation mit dem Förderverein Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West e. V.

Bolchener Str. 5, 14167 Berlin, Telefon 811 91 96, Fax 812 978 38

✉ hans-rosenthal-haus@ba-sz.berlin.de

📘 [www.fb.com/hansrosenthalhaus](https://www.facebook.com/hansrosenthalhaus)

Leitung: Frau Starke **Ehrenamtlicher Ansprechpartnerin:** Frau Schulz

Verkehrsverbindungen: 🚌 X11 bis Bolchener Straße, 🚶 Bahnhof Sundgauer Straße, ca. 200 m Fußweg

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 10.30 - 17.30 Uhr



Das Hans-Rosenthal-Haus ist ein offenes Haus für ältere Menschen mit und ohne Behinderung, die ihr Leben aktiv und in der Gemeinschaft gestalten möchten. Es gehört zu den beliebtesten Kieztreffpunkten Zehlendorfs mit einem vielfältigen und facettenreichen Veranstaltungs- und Musikprogramm. Bei den vielseitigen Aktivitäten von Porzellanmalerei über kreatives Kochen bis hin zu Literaturnachmittagen steht die Geselligkeit stets im Mittelpunkt. Weitere inspirierende Aktivitäten finden Sie in der Broschüre „Wir treffen uns! - Gruppenaktivitäten für Steglitz-Zehlendorfer Seniorinnen und Senioren“ sowie im Hausprogramm. Diese sind in unserer Freizeitstätte erhältlich.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Veranstaltungen 1. Halbjahr 2024

Änderungen vorbehalten!

März 2024

Donnerstag, 7. März

Beginn: 14.00 Uhr, Kaffeetafel ab 13:30 Uhr

Polizeiprävention mit anschließendem Konzert der Polizeicombo

Unser Präventionsbeauftragter der Polizei, Heiko Jacob, wird einen Vortrag über die neuesten Betrugsmaschinen halten.

Herr Jacob wird anschließend ein offenes Ohr für Ihre Belange haben. Um uns auch nach den vielen Informationen entspannen zu können, wird uns die Polizeicombo mit einem Konzert verwöhnen.

Kostenbeitrag: 3,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Donnerstag, 14. März

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

„Old-Time-Jazz“

Die Dixties haben ihre Liebe zum Old-Time-Jazz nach langer beruflicher Schaffenszeit (wieder-)entdeckt. Auch für Swing und Dixieland wollen sie ihr Publikum begeistern und meinen:

Freudige Gesichter und wippende Beine, das ist es!

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

Eine Veranstaltung des Fördervereins

April 2024

Donnerstag, 25. April

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

„Tanz in den Mai“

Gabi's Mini-Band, das erfolgreiche Duo mit der ausgewogenen Mischung aus Live-Musik und Playback, vom Wiener Walzer bis zur aktuellen Popmusik, sorgt für gute Laune.

Kostenbeitrag für Gäste: 7,00 €

Kostenbeitrag für Fördermitglieder: 5,00 €

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Mai 2024

Donnerstag, 23. Mai

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

„Klänge der Karibik“

Das Ensemble SonMex entführt uns in die Lebensfreude und Leichtigkeit der Karibik. Natasha Tarasova singt mit Gitarrenbegleitung kubanische und mexikanische Boleros, Bossa Nova und ... Lassen Sie sich überraschen!

Kostenbeitrag: 7,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Eine Veranstaltung des Fördervereins

Donnerstag, 30. Mai

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

Konzert mit der Band „Checkpoint five“

Wieder einmal befinden sich in ihrem Programm die Ohrwürmer der 50 er und 60 er Jahre. Eine kleine zusätzliche Leckerei erwartet Sie gegen Entgelt.

Kostenbeitrag: 7,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Juni 2024

Donnerstag, 27. Juni

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

Sommerparty mit Angela Weidner

Wir laden ein zu unserer Sommerparty...Für ein lustiges Stimmungsprogramm sorgt D Jane Angela Weidner. Lassen Sie uns den Sommer begrüßen bei Tanz, guten Getränken und kleinen Leckereien.

Kostenbeitrag: 6,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Wir bitten um Voranmeldung.

Reservierungen verfallen, wenn die Karten nicht spätestens 15 Minuten vor Veranstaltungsbeginn abgeholt werden!

Weitere Infos erhalten Sie unter Telefon 90299-6537

Diese Veranstaltung richtet sich insbesondere an Seniorinnen und Senioren mit Behinderungen

GRILLFEST „BELLA ITALIA“

Donnerstag

8. August 2024

Beginn: 14.30 Uhr

Einlass: 14.00 Uhr



In diesem Jahr wird mit italienischer Livemusik das traditionelle Grillfest im wunderschönen Garten des Hans-Rosenthal-Hauses gefeiert. Genießen Sie eine Tasse Kaffee, ein Stück Kuchen sowie einen schmackhaften Grillteller und ein kühles Getränk in netter Gesellschaft und mit stimmungsvoller Livemusik.

Das Hans-Rosenthal-Haus ist als barrierefreie Freizeitstätte ein offenes Haus für Menschen mit und ohne Behinderung.

Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

Die Teilnahme ist nur nach telefonischer Anmeldung unter der 030 90299-6546 möglich. Karten erhalten Sie ab dem 2. Juli 2024 immer dienstags und donnerstags im Rathaus Lankwitz, Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin, Zimmer 30, von 9.00 bis 12.00 Uhr.

Kostenbeitrag: 7,50 €, ermäßigt 4,00 € inkl. Grillwurst, Salat, ein Getränk und ein kleines Kaffeegedeck



© Axel Boy


Freizeitstätte Süd

Teltower Damm 226, 14167 Berlin, Telefon 84 50 77 60

✉ freizeitstaettesued@ba-sz.berlin.de

f www.facebook.com/freizeitstaettesued

Leitung: Frau Stahl, **Ehrenamtliche Ansprechpartnerin:** Frau Stand

Verkehrsverbindungen:  X10 und 285 bis Am Birkenknick

Öffnungszeiten: Montag-Freitag 10.30 – 17.30 Uhr



Unsere kleine Villa im Südwesten von Berlin mit ihrem wundervoll ruhigem Garten mit Blick auf die bekannte Elfiwiese, lädt Sie herzlich ein aktiv am Leben in der Gemeinschaft teilzunehmen. Unser umfangreiches Gruppenangebot dreht sich rund um das Profil des Hauses mit dem Motto: „Gesund Leben“ und bietet viele Angebote, wie z. B. Feldenkrais, Pilates, Yoga, Tanz, Gymnastik, Kartenspielen, Gedächtnistraining, bewusstes Atmen und Meditation. Neuerdings ist es sogar möglich, einen der begehrten Plätze für gesundheitsorientiertes Trampolinschwingen zu belegen, um z. B. Osteoporose entgegenzuwirken. Sie sind auch herzlich eingeladen, freitags unsere kulturellen Veranstaltungen mit Konzerten, Kabarett, Theater und vielem mehr zu besuchen. Frau Stahl, die Leiterin des Hauses, und ihr ehrenamtliches Team freuen sich darauf, Sie in der angenehmen Atmosphäre unserer Freizeitstätte willkommen zu heißen. Unser Haus ist rollstuhlgerecht ausgestattet. Unsere wöchentlichen Aktivitäten finden Sie in der Broschüre „Wir treffen uns“ und im Hausprogramm. Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Haus und sind gerne für Sie da.

Veranstaltungen 1. Halbjahr 2024

Änderungen vorbehalten!

März 2024

Freitag, 1. März und Freitag, 15. März**Beginn und Einlass: 13.00 Uhr****Offenes Café Thema „Stricken“**

In unserem neuen Café kommen wir zusammen, trinken gemeinsam Tee oder Kaffee und genießen ein Stück Kuchen. Die Gäste sind herzlich eingeladen ihre Strickutensilien mitzubringen und gemeinsam mit uns zu stricken. Wir tauschen uns aus, helfen uns bei den Projekten und genießen die Zeit miteinander.

Kostenbeitrag: kostenfrei
 zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €
 Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Freitag, 22. März**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„PianLOLA-Musikkabarett von und mit Lola Bolze“**

In ihrem Solo präsentiert Lola Bolze Berliner Chanson, Tango und alte Gassenhauer. Frech-kecke Einlagen, original Berliner Schnauze und ein butterweiches Herz. Diese Dame muss man einfach kennenlernen... ein Berliner Original!

Kostenbeitrag: 5,00 €
 zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €
 Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

April 2024

Freitag, 5. April**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****„Spione, Erfinder, Unternehmer Preußens Industrialisierung in Lebensbildern“**

Vortrag und Lesung aus dem Buch von Andreas Bödecker / Helga Tödt. Frau Tödt bietet spannende Biographien und verblüffende Einblicke: Von August Borsig bis zu Sophie Henschel, von einem Spion aus Neuruppin und einer ermordeten Berliner Erfinderin: 19 Lebensbilder berühmter und weniger bekannter Männer und Frauen veranschaulichen die Zeit der Industrialisierung im langen 19. Jahrhundert. Viele der technischen Errungenschaften, die heute alltäglich sind, entstanden in dieser Epoche, die mit dem Ersten Weltkrieg endete: Eisenbahn, elektrische Straßenbahnen und Straßenbeleuchtung, etc.

Über die Autorin: Helga Tödt, geboren 1946 in Braunschweig, arbeitete nach dem Medizinstudium und der Promotion an der FU Berlin in verschiedenen Funktionen als Fachärztin und Amtsärztin im öffentlichen Gesundheitsdienst.

Sie hat bereits mehrere historische Biographien veröffentlicht.

Kostenbeitrag: 2,50 €
 zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €
 Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Freitag, 12. April**Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr****Das Flotte Duo mit Simone & Holger**

Eine Reise ins Glück, mit den schönsten Wirtschaftswunder-Schlagern, Oldies und Rock'n'Roll Hits, die jeder noch kennt! (Caterina Valente, Elvis, Conny Froboess, Peter Kraus, Bill Haley, Trude Herr, Bill Ramsey, Wanda Jackson und viele mehr).

Kostenbeitrag: 6,00 €
 zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €
 Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Freitag, 19. April**Beginn: 13.00 Uhr, Einlass: 12.30 Uhr****„Frühjahrsputz für Herz und Seele“**

Wenn die Tage im Frühling wieder länger werden, die ersten Blumen erblühen, beginnt die Zeit des Erwachsenens, des Aktivseins und des Neubeginns. Es gibt kaum einen besseren Moment, um alten Ballast loszulassen und seinen Körper, den Geist und die Seele zu reinigen. Achtsamkeitsübungen mal ruhig, mal kraftvoll ausgeführt können dabei helfen, sich bestmöglich auf das Frühlingserwachen auszurichten, manch trüben Gedanken abzuschütteln, um mit Freude im Herzen, erfrischt und gestärkt neu durchzustarten. Ivetta Nitsche stellt schwingvoll ganzheitliche Methoden in Theorie und Praxis für einen gelungenen Start in die blühende Jahreszeit vor. Mitmachen ausdrücklich erwünscht! Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen sie sich etwas zum Schreiben mit.

Im Anschluss an die Veranstaltung besteht die Möglichkeit, ein Kaffeegedeck zu genießen.

Kostenbeitrag: kostenfrei
 zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €
 Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Freitag, 26. April

Beginn und Einlass: 13.00 Uhr

Offenes Café Thema „Liebesbriefe“

In unserem neuen Café kommen wir zusammen, trinken gemeinsam Tee oder Kaffee und genießen ein Stück Kuchen. Die Gäste sind herzlich eingeladen, ihre Liebesbriefe und Liebesgeschichten mitzubringen, um uns vielleicht sogar ein paar Passagen vorzulesen, und mit uns die schönen Geschichten der Liebeleien zu teilen.

Wir tauschen uns aus und genießen Zeit miteinander.

Kostenbeitrag: kostenfrei

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Mai 2024

Freitag, 3. Mai

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

„Bingo“

Die weltbekannte Leiterin einer Freizeitstätte in Berlin Zehlendorf, Frau Stahl dreht am Rad und führt Sie charmant durch den Bingo-Nachmittag. Es darf gelacht werden...

Kostenbeitrag: kostenfrei

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Freitag, 10. Mai

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

„Klassik am Nachmittag“



© Imme und Thomas Kolkmeier

Mit dem Duo Imme und Thomas Kolkmeier (Geige und Klavier) wird unseren Gästen ein abwechslungsreiches Programm mit Musik von Mozart, Mendelssohn, Schumann und anderen Komponisten geboten.

Kostenbeitrag: 3,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Freitag, 31. Mai

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

„Handpan und Obertongesang“



© Sandra Nera Martens

Zu einem besonderen Konzert der Extraklasse lädt die Freizeitstätte an diesem Nachmittag ein. Die Künstlerin Cora Krötz spielt auf der Handpan und begeistert mit Klängen im Obertongesang, die so nicht üblich sind und selten unsere Ohren so verwöhnen. Es entsteht eine Stimmung und Energie, die so nur selten in einem Konzert zu erleben ist. Lassen Sie sich auf ein wundervolles Klangerlebnis ein...

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Juni 2024

Freitag, 7. Juni

Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.00 Uhr

„Cash und Candy“

...spielen Gitarre, Fidel und Kontrabass. Sie sind Spurensucher im amerikanischen Liederbuch, finden dort viel Johnny Cash und Andere, Bekanntes und die kleinen Süßigkeiten für Kenner. Matthias Kay bringt hier den funkelnden Gitarrenton und Samt in der Stimme, Anja Clarissa Gilles die temperamentvolle Fidel und große Liebe zur zweiten Stimme und Andy Sier den fundamentalen Basston mit Blues und Rauheit in seinem Gesang. Ein Country Abend wie ein Dessert zum Tag...

Kostenbeitrag: 5,00 €

zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €

Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.

Open-Air-Veranstaltung im Garten unserer Freizeiteinrichtung.

Freitag, 28. Juni

Beginn und Einlass 13.00 Uhr

Offenes Café Thema „Kindheit“



In unserem neuen Café kommen wir zusammen, trinken gemeinsam Tee oder Kaffee und genießen ein Stück Kuchen. Die Gäste sind herzlich eingeladen, Erinnerungsstücke über ihre Kindheit mitzubringen und gemeinsam in Erinnerungen zu schwelgen.

Wir tauschen uns aus und genießen Zeit miteinander.
 Kostenbeitrag: kostenfrei
 zzgl. Kaffeegedeck: 3,00 €
 Getränke stehen gegen Entgelt für Sie bereit.
 Open-Air-Veranstaltung im Garten unserer Freizeitanlage.

Wir bitten um Voranmeldung.

Anmeldung telefonisch bei Frau Stahl unter
 030 84 50 77 60.

**Reservierungen verfallen, wenn die Karten nicht
 spätestens 15 Minuten vor Veranstaltungsbeginn
 abgeholt werden!**

Weitere Infos erhalten Sie unter Telefon 90299-6537

Diese Veranstaltung richtet sich insbesondere an Seniorinnen und Senioren mit Behinderungen

„TRÄUME UNTERM CHRISTBAUM“

Donnerstag

12. Dezember 2024

Beginn: 14.30 Uhr

Einlass: 14.00 Uhr



Weihnachtliche Musik und heitere weihnachtliche Plaudereien zum Fest von Stimme und Fagott von den Berliner Lufts erwartet Sie in dem von den Ehrenamtlichen liebevoll geschmückten Hans-Rosenthal-Haus. Ein festlich geschmückter Tannenbaum, der Duft von Kaffee und Weihnachtsgebäck und ein Gläschen Wein bringen Sie ganz bestimmt in Weihnachtsstimmung. Lassen Sie uns gemeinsam in dem schönen und festlichen Ambiente die bevorstehenden Weihnachtsfeierabend einstimmen.

Das Hans-Rosenthal-Haus ist als barrierefreie Freizeitanlage ein offenes Haus für Menschen mit und ohne Behinderung. Wir freuen uns, Sie bei uns begrüßen zu dürfen.

Die Teilnahme ist nur nach telefonischer Anmeldung unter der 030 90299-6546 möglich. Die Karten erhalten Sie ab dem 29. Oktober 2024 immer dienstags und donnerstags im Rathaus Lankwitz, Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin, Zimmer 30, von 9.00 bis 12.00 Uhr.

Kostenbeitrag: 7,50 €, ermäßigt 4,00 € inkl. ein Kaffeegedeck und ein Getränk.

Diese Veranstaltung des Amtes für Soziales wird ermöglicht durch eine Zuwendung der Stiftung Deutsche Klassenlotterie Berlin.

Treffpunkte in anderer Trägerschaft

- **Arbeiterwohlfahrt** (Regionalbüro Steglitz)
Osdorfer Str. 121, 12207 Berlin, Tel. 71 38 70 90/50
Sprechstunden Mo - Fr 11.00 - 13.00 Uhr,
„Frag die AWO“ - Informationen und Orientierung für Hilfesuchende jeden 1. Mo im Monat 16.00 - 18.00 Uhr, Bingo jeden Di 13.30 - 16.00 Uhr, Skat jeden Fr 13.00 - 17.00 Uhr
Zehlendorf: Mörchinger Str. 116, 14169 Berlin
Tel. 84 59 21 14 oder 71387090/50
- **DRK Berlin Süd-West SABB gGmbH**
Düppelstr. 36, 12167 Berlin, Tel. 804 82 10
Seniorenfreizeitstätte: Kiezoase, 12165 Berlin, Schützenstr. 10, Öffnungszeiten: je nach Gruppenangebot Mo, Fr, Sa zwischen 10.00 - 16.30 Uhr
- **Ev. Paulus-Kirchengemeinde**
Teltower Damm 6, 14169 Berlin, Tel. 80 98 30
Seniorentreff: Di im Gemeindehaus
- **Ev. Kirchengemeinde Petrus-Giesendorf**
Ostpreußendamm 64, 12207 Berlin
Informationen zu den Seniorentreffs:
Tel. 75 51 92 85 oder 0152-24 77 16 34 (Küsterei),
Sprechzeiten: Mo, Di, Fr 10 - 12 Uhr, Do 17 - 19 Uhr
- **Kirchengemeinde Schönow-Buschgraben**
Andréezeile 23, 14165 Berlin, Tel. 815 45 54
Seniorenbetreuung: Tel. 84 59 26 98
Sprechstunde: Mi 12-13 Uhr im Gemeindehaus
- **Kirchengemeinde Wannsee
Seniorentreff „Altes Schulhaus“**
Wilhelmplatz 1, 14109 Berlin, Tel. 805 16 50
- **Nachbarschaftsheim Schöneberg e. V.
Treffpunkt Nachbarschaft**
Holsteinische Str. 30, 12161 Berlin
Tel. 85 99 51-363, Sprechzeiten: Do 10 - 12 Uhr
✉ treffpunkt-nachbarschaft@nbhs.de
🌐 www.nbhs.de
- **Mittelhof e. V., Villa Folke Bernadotte**
Jungfernstieg 19, 12207 Berlin, Tel. 77 05 99 75
✉ folke.bernadotte@mittelhof.org
Nachbarschaftscafé Mo - Do 13.00 - 18.00 Uhr
Fr 13.00 - 17.00 Uhr
- **Mittelhof e. V., Stadtteilzentrum für Zehlendorf**
Königstr. 42 - 43, 14163 Berlin, Tel. 80 19 75 11
✉ kontakt@mittelhof.org 🌐 www.mittelhof.org
- **Reha Steglitz gGmbH, Seniorengruppe
„Spätlese“**
Kamenzer Damm 1a, 12249 Berlin, Tel. 221 91 60-0
Albrechtstr. 15, 12167 Berlin, Tel. 225 05 46 0
🌐 www.reha-steglitz.de
- **Diakonieverein Lankwitz Café Sammeltasse**
Kaiser-Wilhelm-Str. 75 - 79, 12247 Berlin
Tel. 770 00 00
Begegnung, Beratung, konkrete Hilfe, Musikveranstaltungen, Ausstellungen, Lesungen
- **Stadtteilzentrum Steglitz e. V.
Verein für soziale Arbeit**
Holsteinische Str. 39 - 40, 12161 Berlin
Tel. 854011710
✉ info@stadtteilzentrum-steglitz.de
🌐 www.stadtteilzentrum-steglitz.de
- **Hellenische Gemeinde zu Berlin e. V.
Griechisches Kulturzentrum**
Mittelstr. 33, 12165 Berlin, Tel. 792 95 87
✉ info@gr-gemeinde.de 🌐 www.gr-gemeinde.de
Die Seniorengruppe trifft sich jeden ersten Dienstag im Monat ab 17.00 Uhr.
- **Treffpunkt Im-besten-Alter
für Menschen in der zweiten Lebenshälfte**
Königstr. 25 - 27, 14109 Berlin, Tel. 801 058 515
✉ wannsee@treffpunkt-im-besten-alter.de
🌐 www.treffpunkt-im-besten-alter.de

Veranstungstipp: 50. Berliner Seniorenwoche vom 22.-29. Juni 2024

Bereits zum 50. Mal findet in diesem Jahr die Berliner Seniorenwoche statt. Organisiert von der Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung, wird in allen Berliner Bezirken ein **buntes Programm** geboten: **von sportlichen Aktivitäten über Sprachkurse und Nachbarschaftstreffen bis zu Computerkursen, Lesungen, kreativem Gestalten und Infoveranstaltungen** ist für jeden etwas dabei. Traditionell wird die Seniorenwoche mit einer Auftaktveranstaltung und einem großen **„Markt der Möglichkeiten“** eröffnet. Diese findet am 22. Juni 2024 in der in der **Amerika Gedenkbibliothek** in Kreuzberg (Blücherplatz 1) statt. Viele Infostände präsentieren dort Angebote für Seniorinnen und Senioren. Der Eintritt ist frei.

🌐 www.berlin.de/seniorenwoche

Biosphäre Potsdam - Viel mehr als Du denkst!

Erlebnisreise durch die Tropen

Mitten in Potsdam gibt es einen Ort, an dem das ganze Jahr lang Sommer und Urlaubsstimmung herrscht: die Biosphäre Potsdam. Die Naturerlebniswelt mit mehr als 20.000 prächtigen Tropenpflanzen und rund 140 exotischen Tierarten versetzen Sie in eine ferne Welt. Die Reise führt Sie durch die Kronen der bis zu 14 Meter hohen Dschungelbäume, an einem Urwaldsee vorbei und tief in die Unterwasserwelt Aquasphäre. Danach geht es weiter über verschlungene Urwaldpfade zum Schmetterlingshaus und abschließend zum tosenden Wasserfall. Während Ihrer Erlebnisreise durch den Tropengarten können Sie sich im Café und Restaurant der Biosphäre Potsdam kulinarisch verwöhnen lassen.

Das Café „Tropencamp“ bietet heiße und kalte Getränke, Kuchen und Snacks. Im Restaurant „Urwaldblick“ genießen Sie international und saisonal inspirierte Gerichte für jeden Geschmack mit Blick auf den Dschungel.

Jeden Montag erhalten alle Gäste ab 60 Jahren ganztägig ein Heißgetränk und ein Stück Kuchen für nur 4,80 €. Außerdem kann ein Tagesticket zum ermäßigten Eintrittspreis erworben werden. Events wie der Regionalmarkt, das Klassik-Konzert & Dinner und wechselnde Ausstellungen wie die Orchideenblüte im Frühling und Farbwunder Tropen im Herbst lassen den Besuch in der Biosphäre Potsdam noch erlebnisreicher werden.

Biosphäre Potsdam | Georg-Hermann-Allee 99 | 14469 Potsdam | www.biosphaere-potsdam.de



© Marc-Lehnhardt

Tagesfahrten für Seniorinnen und Senioren mit geringem Einkommen 2024

„TAGESFAHRTEN MIT URLAUBSFLAIR“

Das Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin, Amt für Soziales, organisiert jährlich drei Tagesfahrten für Seniorinnen und Senioren mit geringem Einkommen. Von Dampferausflügen über Touren in die naheliegenden Bundesländer mit Besuchen verschiedener Kulturstätten bis zu weihnachtlichen Lichterfahrten wird stets ein kurzweiliges und individuell gestaltetes Tagesprogramm geboten. Die Tagesfahrten werden durch die Martha-Lemke-Stiftung finanziert und sind für die Teilnehmer*innen kostenlos.



Zulassungsvoraussetzungen:

- Wohnsitz in Steglitz-Zehlendorf
- Lebensalter ab 60 Jahre und älter
- Finanzielle Bedürftigkeit: Monatseinkommen auf Niveau der Grundsicherung nach SGB XII bzw. ALG II, Grundsicherungsbezug, Bezug ALG II, Bezug Wohngeld (entsprechende Nachweise/Bescheide müssen vorgelegt werden)

Sie erfüllen die Zulassungsvoraussetzungen und haben Interesse an einer Tagesfahrt?
Dann melden Sie sich telefonisch unter 90299-6546 für den Einladungsverteiler an.

Nachbarschaftseinrichtungen

- **Stadtteilzentrum Steglitz e.V. Kieztreff**
Celsiusstr. 60, 12207 Berlin, Tel. 0173 5837273
Di, Mi, Do 10.00 - 16.00 Uhr
Nachbarschaftseinrichtung, Café, Beratung,
Kurs- und Gruppenangebote, Flüchtlingsarbeit
- **Gutshaus Lichterfelde**
Hindenburgdamm 28, 12203 Berlin
Tel. 84411040/0172 5343875,
Mo 9.30 - 15.00 Uhr, Di, Do 10 - 16.30 Uhr,
Mi 10.00 - 16.00, Fr 11.00 - 15.30 Uhr
Nachbarschaftstreffpunkt, Café, Kita, Gruppen-
und Kursangebote, Ausstellungen, Beratung
- **Kinder-, Jugend- und Nachbarschaftszentrum
Osdorfer Straße (KiJuNa)**
Scheelestr. 145, 12209 Berlin
Tel. 75516739/0172 7933670
Gruppen, Kurse, diverse Freizeitaktivitäten
- **Seniorenzentrum Scheelestraße**
Scheelestr. 109/111, 12209 Berlin
Tel. 0173 5837273, Di - Do 12.00 - 16.00 Uhr
Freizeitaktivitäten, Kaffeemittage,
Pflegerberatung, Sport
- **Mittelhof e.V. Stadtteilzentrum**
Königstr. 42 - 43, 14163 Berlin, Tel. 80197511
✉ kontakt@mittelhof.org
🌐 www.mittelhof.org
Nachbarschaftscafé, Selbsthilfekontaktstelle,
Kurse/Seminare, Hilfs- und Beratungsangebote
- **Nachbarschaftshaus Lilienthal**
Schütte-Lanz-Str. 43, 12209 Berlin
Tel. 49805647, ✉ lilienthal@mittelhof.org
Nachbarschaftshaus mit Kindertagesstätte, inter-
kulturelles Familien- und Nachbarschaftszentrum
mit dem Café Lilienthal, Beratung
- **Villa Folke Bernadotte**
Jungfernstieg 19, 12207 Berlin, Tel. 77059975
✉ folke.bernadotte@mittelhof.org
Nachbarschaftscafé, Veranstaltungen,
Kurse, Beratung
- **Mehrgenerationenhaus Phoenix**
Teltower Damm 228, 14167 Berlin, Tel. 84509247
✉ mgh@mittelhof.org
Angebote für Jung und Alt und Familien,
Sport, Beratung
- **Nachbarschaftsheim Schöneberg**
Holsteinische Str. 30, 12161 Berlin
Tel. 859951-100
Selbsthilfekontaktstelle, Sozialstation,
Tagespflege, Nachbarschaftscafé, ehren-
amtlicher Besuchsdienst, Hospizdienst u.a.
- **Nachbarschaftshilfe Steglitz-Zehlendorf
„füreinander nah“**
Berlinickestr. 9, 12165 Berlin, Tel. 27979727
- **Theater der Erfahrungen**
Vorarlberger Damm 1, 12157 Berlin, Tel. 8554206
🌐 www.theater-der-erfahrungen.nbhs.de
Mobiles Laientheater, Theaterarbeit von und
mit Senioren, Unterhaltung für Jung und Alt,
Workshops für Senior*innen und Schulklassen
- **Freizeitstätte „DRK Kiezoase Steglitz“**
Schützenstraße 10, 12165 Berlin
Tel. 0172 4011672, ✉ schmuckm@drk-berlin.net
Beratung, Kochen, Kreativgruppe, Gedächtnis-
training, Vorträge, Kurse und Workshops zu The-
men wie „Entspannungstechniken“, „Sicherheit
im Alter“, Computer- oder Handykurse, sowie
einen Selbstverteidigungs- und Englischkurs für
Senioren, Ausflüge, Feste

Friseursalon Michaela

IHRE PERSÖNLICHE HAAREXPERTIN

Morgensternstr. 27 · 12207 Berlin


Tel. 030 - 772 14 01

Öffnungszeiten:

Mo. geschlossen

Di - Fr 9.00 - 17.30 Uhr

Sa 8.00 - 13.00 Uhr



Heinz
Sielmann
Stiftung

Was bleibt? Mein Erbe. Für unsere Natur.



Ein tierreiches Wald-Idyll, grüne Auen oder das natürliche Plätschern eines reinen Bachlaufes – Gedanken und Bilder nur von früher?

Helfen Sie mit, bedrohte Tierarten und Lebensräume unserer Heimat auch für nachfolgende Generationen zu schützen und den Verlust der Artenvielfalt zu stoppen.

Geben Sie eigene Werte weiter: mit einem Testament zu Gunsten der gemeinnützigen Heinz Sielmann Stiftung. Wir fördern Natur- und Umweltschutz sowie das Naturerleben – ganz besonders für Kinder. Deshalb setzt sich die Stiftung, ganz im Sinne ihres Gründerpaares (dem legendären Tierfilmer Heinz Sielmann und seiner Frau Inge Sielmann), mit viel Leidenschaft und aller Kraft für die Vielfalt der Natur und ihrer Erhaltung ein.

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter 05527 914 419
www.sielmann-stiftung.de/testament**

**Ein kostenfreier Ratgeber zum Thema Testament
und Engagement liegt für Sie bereit.**



Analog und digital: Nachbarschaftsladen in Steglitz heißt alle willkommen

„Gute Freunde kann niemand trennen“ sang der kürzlich verstorbene Fußballkaiser einst so treffend. Dass aus Nachbarn Freunde werden, dafür kann keine Nachbarschaftshilfe der Welt garantieren. Aber eine dem Mitmenschen zugewandte Nachbarschaftshilfe kann zumindest den Weg dafür ebnen, dass Menschen einander begegnen, einander helfen, füreinander eintreten können. Über allem steht das Ziel, Menschen aus der Einsamkeit und Anonymität der Großstadt herauszuholen, um ihnen die Möglichkeit nachbarschaftlicher Vernetzung zu bieten. Genau das hat auch die 2019 eröffnete Einrichtung in der Berlinickestraße im Sinn, die verkehrsgünstig am S-Bahn-Knotenpunkt Rathaus Steglitz liegt.

Einem kleinen Geschäft gleich, gewährt das „Schau-fenster“ von außen einen Einblick in die hellen, freundlichen Räume. Vielleicht hat der Betreiber Mittelhof e.V. deshalb den Namen „Nachbarschaftsladen“ (www.mittelhof.org/orte/nachbarschaftsladen-berlinickestrasse/) gewählt. Schon bevor man selbigen betritt, hat man sich vielleicht schon ein Heißgetränk gegönnt, das draußen auf dem Kaffee- und Teetisch bereitsteht. Oder ein wenig im Tauschschrank geschmökert, der gleich daneben zum Büchertausch einlädt. Nicht wenige der Menschen, die täglich hier vorbeikommen, haben diese niedrigschwelligen Angebote dazu animiert, ihren Fuß über die Türschwelle zu setzen. Vielleicht sind

sie beim Verlassen des Ladens nicht nur um die Erfahrung guter Gespräche reicher, sondern Teil eines engagierten Teams ehrenamtlicher Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geworden.

Ehrenamtlicher Nachwuchs wird auf ganz unterschiedliche Weise gewonnen. Dazu gehören Feste und Informationsveranstaltungen im Bezirk. „Aber auch ganz banal Aushänge im Supermarkt“, lacht Nina Karbe, die zusammen mit ihrer Kollegin Selma Weigelt hauptamtliche Mitarbeiterin des Nachbarschaftsladens ist. Bedarf gibt es immer, und zwar in allen Generationen: Da ist zum Beispiel die Familie mit Migrationshintergrund, die für ihre Kinder Hausaufgabenbetreuung benötigt. Oder die Seniorin, die für kleine handwerkliche Handgriffe, wie das Auswechseln einer Glühbirne, nicht extra einen Handwerker kommen lassen kann. Oder der ältere Mensch, für den der Umgang mit digitalen Medien sprichwörtliches Neuland ist. Nicht zu vergessen der pflegende Angehörige, der mal ein Stündchen für sich selbst zum Abschalten und Auftanken braucht. Betroffenen Angehörigen bietet die dritte Mitarbeiterin Susanne Baschinski gerne eine Beratung in der Kontaktstelle Pflege-Engagement an.

A propos Digitalisierung: Ein aktueller Schwerpunkt der Nachbarschaftsarbeit ist es, die ältere Generation an die digitale Welt heranzuführen. Wie funktionieren Apps, wie lade ich sie herunter? Wie versende ich eine WhatsApp-Nachricht? – Solche und ähnliche Fragen tauchen immer wieder auf. Unter dem Stichwort „digital und nah“ sind es nicht selten ehrenamtlich tätige Studierende, die Senioren auf dem Weg ins Neuland begleiten. Von insgesamt rund 120 Personen im Ehrenamts-Pool ist etwa ein Sechstel im digitalen Bereich aktiv. So sieht generationsübergreifende nachbarschaftliche Solidarität aus! Bis Ende März 2025 ist die Schwerpunktförderung gesichert.

Im Kern geht es immer darum, Menschen, die sich ehrenamtlich im Bezirk einbringen wollen, und Menschen mit Unterstützungsbedarf zusammenzubringen. Jede/r Ehrenamtliche macht das, was er/sie am besten kann und was ihm guttut: eine klassische Win-win-Situation für beide Seiten. „Wir haben alles von 18 bis 80“, antwortet Selma Weigelt auf die Frage nach der Altersstruktur.



© Christian Untaub

Nina Karbe und Selma Weigelt sind hauptamtliche Mitarbeiterinnen im Nachbarschaftsladen

Jeden Sonntag ist offenes Nachbarschaftscafé, wo es gegen eine Spende Kaffee, Tee und Gebäck gibt. Und natürlich gut nachbarschaftlichen Austausch. Niemand kann alles wissen, aber wer den Nachbarschaftsladen betritt, darf sich sicher sein: Es wird ihm oder ihr weitergeholfen. „Verweisberatung“ heißt das Zauberwort, mit dem die Nachbarin, der Nachbar in ihrem/seinem Anliegen an die zuständige Behörde verwiesen wird.

Nachbarn, Freunde und Ehrenamtliche: alle dürfen sich im Nachbarschaftsladen wohlfühlen. Die drei Mitarbeiterinnen haben immer offene Ohren und Herzen. Wer an der Übernahme eines Ehrenamtes interessiert ist, kann gerne anrufen (Tel. 030 - 27 97 97 27) oder eine E-Mail (nachbarschaftshilfe@mittelhof.org) senden. Natürlich steht der Laden in der Berlinckestr. 9, 12165 Berlin, allen Interessenten immer für einen spontanen Besuch offen.

CHRISTIAN URLAUB, BEZIRKSAMT STEGLITZ-ZEHLENDORF

Kultur & Bewegung für Menschen ab 50 Aktiv in jedem Alter



Wandern, Tanzen oder Kultur erleben. Dabei Menschen aus dem näheren und weiteren Wohnumfeld kennenlernen. Oder lieber Familienbande stärken und mit den Enkeln kochen oder Zeit in der Natur verbringen. Gesellschaftsspiele spielen, Schwedisch lernen oder für das eigene Ehrenamt fortbilden.

Die Broschüre „Aktiv in jedem Alter“, mit Terminen und Gruppen für Menschen ab 50 Jahren, herausgegeben von der Arbeit mit Älteren im Evangelischen Kirchenkreis Steglitz können Sie sich von der Website des Kirchenkreises herunterladen:

🌐 www.kirchenkreis-steglitz.de/aeltere

Kontakt: Sabine Plümer, Tel. 83 90 92 229

✉ aeltere@kirchenkreis-steglitz.de

Freiwilligenagentur Steglitz-Zehlendorf →

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren?

Die Freiwilligenagentur Steglitz-Zehlendorf unterstützt Sie dabei, ein passendes Engagement für Sie zu finden. Das Angebot richtet sich an Menschen jeden Alters unabhängig ihrer beruflichen, finanziellen und persönlichen Situation. Wir sind davon überzeugt, dass es für jeden Menschen eine geeignete und passende Möglichkeit des Engagements gibt. Wir unterstützen Sie, das passende Projekt für Sie und Ihre Situation zu finden. In unserer Datenbank befinden sich zahlreiche Einsatzstellen im Bezirk Steglitz-Zehlendorf, die Unterstützung in Form von freiwilligem Engagement suchen.

Sie könnten zum Beispiel:

- **Geflüchtete beim Deutsch lernen unterstützen,**
- **mit Senior*innen sprechen, ihnen vorlesen, mit ihnen Spazieren gehen,**
- **Social Media Aktionen gemeinnütziger Projekte unterstützen,**
- **sich gegen die Verschmutzung unserer Parkanlagen einsetzen.**

Rufen Sie uns an (Tel. 224459679) oder besuchen Sie unsere Homepage für mehr Infos:

🌐 www.freiwilligenagentur.info

✉ info@freiwilligenagentur.info

Wir beraten an drei Standorten im Bezirk:

■ Standort Steglitz

Johanna-Stegen-Str. 8, 12167 Berlin
Montag: 10.00 – 12.00 Uhr
und 16.00 – 18.00 Uhr

■ Standort Zehlendorf

Königstr. 42 – 43, 14163 Berlin
Dienstag: 14.00 – 18.00 Uhr

■ Standort Südwest

Düppelstr. 36, 12163 Berlin
Mittwoch: 12.00 – 14.00 Uhr
Donnerstag: 16.00 – 18.00 Uhr

Gesucht wird der Name einer Berliner Senioren-Theatergruppe:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Der*Die drei Gewinner*innen des Kreuzworträtsels erhalten je einen Büchergutschein im Wert von 20,- EUR

Einsendungen (per Mail oder Post) bis 31. August 2024 an: ✉ info@verlag-apercu.de

aperçu Verlagsgesellschaft mbH, Gubener Str. 47, 10243 Berlin

Kennwort: Rätsel Bei uns in Steglitz-Zehlendorf

(Keine Bargeldgewinne. Rechtsweg ist ausgeschlossen.)

Zukunft stiften per Testament!

Seit über 25 Jahren machen wir die Welt zu einem besseren Ort für Familien mit schwerst- und lebensverkürzend erkrankten Kindern.



Im Sonnenhof – Hospiz für Kinder Jugendliche und junge Erwachsene, © BSS

Unser Netzwerk der Hilfe

- **Sonnenhof** – Hospiz für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene in Berlin-Pankow
- **Irmengard-Hof** - Nachsorge- und Familien-erholungshaus am Chiemsee
- Stiftungseigene **ambulante Dienste**, die jährlich rund 600 Familien mit schwerstkranken Kindern begleiten, entlasten und unterstützen

Gutes tun und Bleibendes schaffen

Stifterinnen und Stiftern, die die Kinderhospizarbeit der Björn Schulz Stiftung per Testament fördern, gebührt unser Dank und unsere Unterstützung.

Kompetent und erfahren in den Bereichen Nachlassregelung und Nachlassabwicklung ist uns die Erfüllung des Stifterwillens ein Herzensanliegen.

Denken auch Sie darüber nach, eigene Werte sinnstiftend weiterzugeben?

Silke Schander

T: 030 39 89 98 22

E: s.schander@bjoern-schulz-stiftung.de

www.bjoern-schulz-stiftung.de

Stationäre und ambulante Kinderhospizarbeit seit 1996



Filmmuseum Potsdam



© JK Leopold

Das **FILMMUSEUM POTSDAM** residiert seit 1981 in Potsdams historischer Mitte. Die **ständige Ausstellung zur über 100-jährigen Geschichte des Medienstandortes Babelsberg** zeigt erlebnisorientiert und unterhaltsam den Vorgang der Filmstehung von der ersten Idee bis zur Premiere. Sonder- und Familienausstellungen zu verschiedensten Medienthemen ziehen Besucher aus nah und fern an.

Das **Kino** lädt zu Filmreihen mit internationalen Gästen oder Stummfilmvorführungen mit Live-Begleitung an der Welte-Kinoorgel ein. Die Sammlungen beherbergen über eine Million Requisiten, Kostüme, Filmtechnik, Dokumente zur Babelsberger Filmgeschichte. Das Museum ist barrierefrei zugänglich.

Die **Genusswerkstatt im Marstall** sorgt mit köstlicher mediterraner Küche für das leibliche Wohl.

Ausstellungen: Di - So 10 - 18 Uhr

Kino: Di - So 17, 19 Uhr, Do - Sa 21 Uhr

Kinderkino: Sa + So 15 Uhr

FILMMUSEUM POTSDAM



© Filmmuseum Potsdam

Naturkundemuseum Potsdam



© Robert Janiszewsky

Im **NATURKUNDEMUSEUM** lässt sich auf vier Etagen die Tierwelt Brandenburgs entdecken. Hervorragend präparierte Tiere wie Seeadler, Wolf, Elch oder Wildkatze faszinieren kleine und große Gäste. Das Highlight des Hauses, das beliebte Aquarium im Keller, hat nach einer Umbauphase nun auch wieder geöffnet und zeigt fast 40 heimische Fischarten. In naturnah gestalteten Becken lassen sich farbenfrohe Stichlinge, Flussbarsche oder ein Wels beobachten. Besondere Formate wie die **Grüne Stunde für Erwachsene** vermitteln naturkundliche Themen bei Kaffee und Keksen.

Auch barrierearme Veranstaltungen sind Teil des Programms.

Ob allein oder mit den Enkelkindern, das Museum lädt zu jeder Jahreszeit auf eine Entdeckungsreise durch die Tierwelt Brandenburgs ein.

Öffnungszeiten:

Jeden 1. Montag im Monat 9 - 17 Uhr (ermäßigter Eintritt), Dienstag - Sonntag 9 - 17 Uhr



Naturkundemuseum
Potsdam



© David Marschalsky

Potsdam Museum



© Stephan Gleede

Am Alten Markt - dem historischen Zentrum Potsdams - beherbergt das älteste Haus des Platzes das moderne **POTSDAM MUSEUM**. Bei freiem Eintritt erzählt die Ständige Ausstellung „**Potsdam. Eine Stadt macht Geschichte**“ abwechslungsreich 1.000 Jahre Stadtgeschichte(n). Ein Audioguide (2 €) vertieft das Gezeigte.

2024/25 widmet sich das Museum in verschiedenen Sonderausstellungen Persönlichkeiten von überregionaler Bedeutung: Vom 09.03. bis 18.08.24: „**Karl Foerster. Neue Wege - Neue Gärten**“, anlässlich des 150. Geburtstages des Potsdamer Gartenkünstlers und Ehrenbürgers. Vom 23.03. bis 28.07.24: „**Karl Hagemeister. 'Die Natur ist groß' - jahreszeitliche Impressionen**“. Der bekannte havelländische Künstler ist einer der ersten impressionistischen Freilichtmaler Deutschlands. Vom 02.11.24 bis 27.04.2025: „**Wolfgang Joop. Widerspruch!**“ Eine Retrospektive des Potsdamer Modedesigners und Künstlers. Besuchen Sie unsere öffentlichen Führungen, **Familien- und Senior:innen-Programme** sowie das **Café**.

Öffnungszeiten: Dienstag - Sonntag 12 - 18 Uhr



POTSDAM
MUSEUM

FORUM
FÜR KUNST UND
GESCHICHTE



© Stephan Gleede

MUSEUM KOMBIKARTE

4 MUSEEN 1 TICKET

Das Ticket ist für 12 €
in den einzelnen Museen und
Touristeninformationen erhältlich.

Filmmuseum Potsdam

Marshall, Breite Str. 1A

14467 Potsdam

Tel. 0331 2718112

🌐 www.filmmuseum-potsdam.de

Naturkundemuseum Potsdam

Breite Straße 13

14467 Potsdam

Museumsservice: Tel. 0331 2896707

🌐 www.naturkundemuseum-potsdam.de

Potsdam Museum

- Forum für Kunst und Geschichte

Am Alten Markt 9

14467 Potsdam

Tel. 0331 2896868

🌐 www.potsdam-museum.de

Haus der Brandenburgisch- Preußischen Geschichte

Am Neuen Markt 9

14467 Potsdam


Tel. 0331 6208550

🌐 www.hbpg.de

10.000 Ausstellungsobjekte

Ringvorlesungen, Seminare und Vorträge

Seit vielen Jahren bieten die Berliner Fakultäten mit Vorlesungen, Seminaren etc. einem breiten Publikum die Möglichkeit, teilzuhaben an wissenschaftlich fundierten Analysen aktueller Probleme, allgemeinverständlich dargebotenen neuen Forschungsergebnissen aus allen Wissenschaftsgebieten. Die aktuellen Veranstaltungshinweise werden jeweils zum Semesterstart bekannt gegeben. Der Besuch der öffentlichen Vortragsreihen ist kostenfrei, eine Voranmeldung meist nicht erforderlich.

- **Freie Universität Berlin „Offener Hörsaal“**
 www.fu-berlin.de/offenerhoersaal
- **Techn. Universität Berlin „Universität für alle“**
 www.tu-berlin.de
- **Humboldt-Universität**
 www.hu-berlin.de

Theater der Erfahrungen – Werkstatt der alten Talente

Das Theater der Erfahrungen ist eine Einrichtung des Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V. und wird durch die Senatsverwaltung gefördert. Das Projekt wurde 1980 von Eva Bittner und Prof. Johanna Kaiser gegründet und ist ein Altenkulturprojekt mit gesamtstädtischem Charakter. Unter seinem Dach spielen die verschiedene Schauspielgruppen wie die Spätzünder, der RostSchwung und die Bunten Zellen. Im Juli 2023 hat Grit Höseler-Irmak die Projektleitung übernommen.

- ✉ theater-der-erfahrungen@nbhs.de
- 🌐 www.theater-der-erfahrungen.de

www.wissensdurstig.de

Veranstaltungsportal für bildungshungrige Menschen ab 55. Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. (BAGSO) ermöglicht mit dieser Datenbank, sich kostenlos, schnell und unkompliziert über örtliche, regionale und bundesweite Bildungsangebote zu informieren.

FREIZEIT | KULTUR | BILDUNG

www.seniorennetz.berlin

- für digitale Teilhabe im Alter
- für aktive Menschen
- übersichtliche Sammlung kostengünstiger Angebote und Veranstaltungen
- einfach zu bedienen, barrierefrei, mehrsprachig
- mit Angeboten der Volkshochschulen und Informationen der Berliner Polizei



**seniorennetz
berlin**

Ein Projekt des AWO Landesverband Berlin e. V., umgesetzt vom Designbüro place/making bis 2023 gefördert von der LOTTO Stiftung Berlin, ab 2024 durch den Berliner Senat.

wissen. **pro seniores**
 entspannt. Verein zur Förderung
 der Seniorenuniversität Berlin e.V.
 erleben.

**Monatliche / wöchentliche Vorlesungen
 und Kurse aus verschiedenen Fachbereichen**



pro seniores e.V. · Georgenstraße 35 · 10117 Berlin

Telefon 030 20 67 84 15
Dienstag / Donnerstag 9-12 Uhr

E-Mail: info@proseniores-berlin.de
www.proseniores-berlin.de



Zeit für Musik!

Angebote für Erwachsene



Kursangebote

Instrumentenkarussell

Drei Instrumente in einem Jahr ausprobieren.

Arconauten

Ein Kurs für fortgeschrittene Cellistinnen und Cellisten

Blockflötenkurs für Fortgeschrittene

Mehrstimmig musizieren von Barock bis jazzig angehauchter Unterhaltungsmusik.

Fit für den Chor

Ein Einstieg in die Chorarbeit: Stimme, Körper, Rhythmik.

Rhythm & Groove

Körper und Stimme als Musikinstrumente erleben.

Musik und Tanz plus/minus 60

Tänzerische Improvisation, Rückenschulung, Choreographien: für alle, die Freude an Musik und Bewegung haben.

Aktuelle Zeiten und Preise entnehmen Sie bitte der Musikschulbrochüre

Kontakt

Leo-Borchard-Musikschule
Steglitz-Zehlendorf
Martin-Buber-Straße 21
14163 Berlin
Telefon (030) 90 299 64 94
musikschule@ba-sz.berlin.de

Sprechzeiten der Geschäftsstelle
Mo und Di 10–14 Uhr
Do 16–18 Uhr
In den Berliner Schulferien
Mo 10–14 Uhr

Jeden Mittwoch: Film Café

Kino für das beste Alter



Der **Cineplex Titania Palast** hat sich etwas ganz Besonderes für einen schönen Filmnachmittag ausgedacht: **Jeden Mittwoch** lädt das Kino zum „**Film Café**“.

Um 15 Uhr beginnt der speziell ausgewählte Film. Oft kommen die Gäste aber bereits viel eher, um in netter Atmosphäre und bei Kuchen und frischem Kaffee das Kinotreiben zu beobachten. Gespielt werden meist humorvolle und unterhaltsame Filme aus dem aktuellen Programm und gern auch mal ein Klassiker – alles was eben zu einem wunderbaren Kinobesuch dazugehört. Die Filme stehen schon weit im Voraus fest und sollten reserviert werden. **Das Kinoticket kostet inklusive Kaffee und Kuchen nur 9,50 Euro (online 9,00 Euro)**

Kinotickets können Sie schon im Vorverkauf erwerben.



Der Cineplex Titania Palast bietet zudem montags immer einen Seniorentarif an. Schon ab 8,- € kann man hier in den Genuss aktueller Filme kommen.



FILM CAFÉ

Kino, Kaffee, Kuchen

Alles für nur
9,50 €
(online 9,00 €)
Filmbeginn
15 Uhr



Jeden Mittwoch im **CINEPLEX** Titania ab 14 Uhr

Wochenmärkte im Bezirk

Steglitz

- Hermann-Ehlers-Platz
am U-/S-Bahnhof Rathaus Steglitz
Di/Sa 8.00 - 14.00 Uhr, Do 8.00 - 18.00 Uhr
- Kranoldplatz am S-Bahnhof Lichterfelde Ost
Mi/Sa 8.00 - 14.00 Uhr
- Ludwig-Beck-Platz
Moltkestraße, Lichterfelde West
Sa 8.00 - 14.00 Uhr
- Hanna-Renate-Laurien-Platz
am S-Bahnhof Lankwitz (Leonorenstraße)
Mo/Fr 8.00 - 13.00 Uhr
- Ferdinandmarkt am Kranoldplatz
am S-Bhf. Lichterfelde Ost
Mi/Sa 8.00 - 14.00 Uhr
- Trödelmarkt auf dem Hermann-Ehlers-Platz
am S-/U-Bahnhof Rathaus Steglitz
So 8.00 - 16.00 Uhr

Zehlendorf

- Andréezeile (Ladiusmarkt)
Sa 8.00 - 13.00 Uhr
- Zehlendorfer Frischemarkt
am S-Bahnhof Zehlendorf zwischen
Teltower Damm und Postplatz
Sa 9.00 - 16.00 Uhr
- Wilhelmsplatz, Wannsee
Fr 14.00 - 18.00 Uhr
- Ladenstraße Onkel Toms Hütte
direkt am U-Bahnhof Onkel Toms Hütte
Do 12.00 - 18.30 Uhr
Onkel-Tom-Straße 99, 14169 Berlin
- Markt Schlachtensee
Di/Fr 8.00 - 14.00 Uhr
Matterhornstr. 52/54, 14129 Berlin
- Öko-Markt auf der Domäne Dahlem
(direkt am Bhf. Dahlem Dorf)
Sa 8.00 - 13.00 Uhr
Königin-Luise-Straße 49, 14195 Berlin

GENUSS MIT BESTEN AUSSICHTEN beim Essen, Feiern und Tagen

Unweit der Pfaueninsel | Tel. 030 200031-400 | blockhaus-nikolskoe.de





Kommunale Freizeittätten

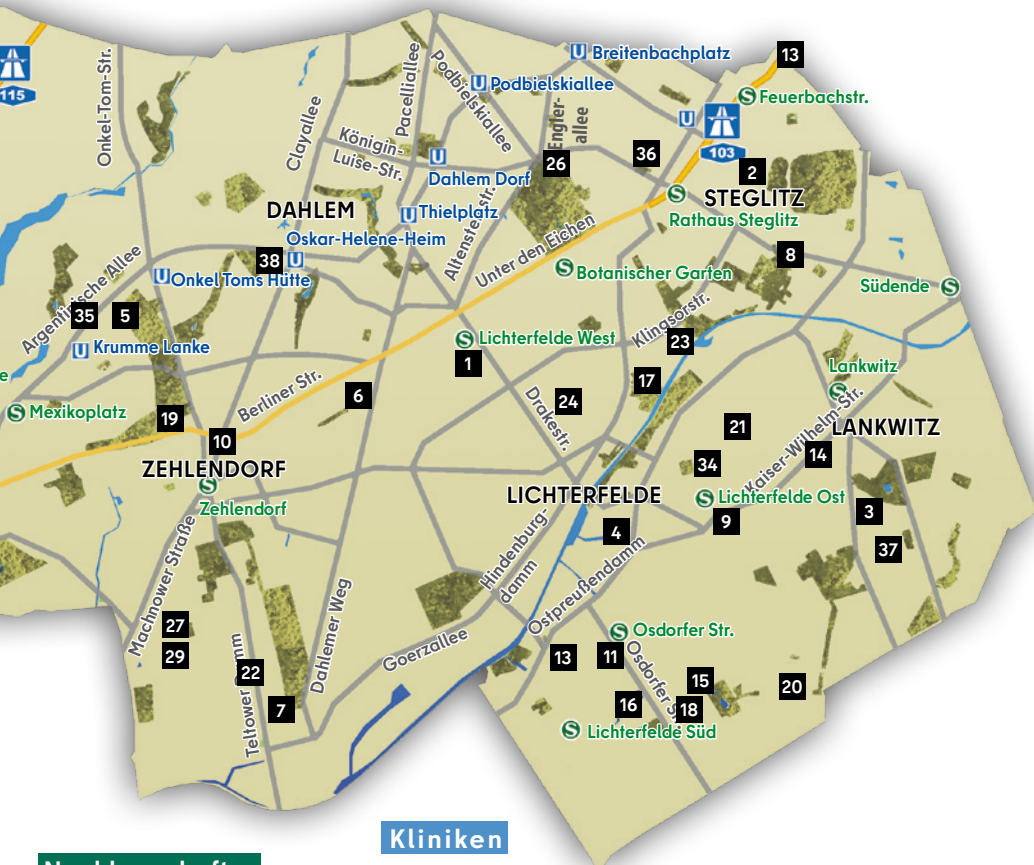
- 1 Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West**
Hans-Sachs-Str. 4 D,
12205 Berlin, Tel. 84 31 31 14
- 2 Hans-Söhnker-Haus (ehem. Club Steglitz)**
Selerweg 18 - 22, 12169 Berlin,
Tel. 39 50 14 18
- 3 Maria-Rimkus-Haus**
Gallwitzallee 53, 12249 Berlin,
Tel. 76 68 38 62
- 4 Kommunikationszentrum am Ostpreußendamm**
Ostpreußendamm 52,
12207 Berlin, Tel. 772 60 55
- 5 Hertha-Müller-Haus**
Argentinische Allee 89,
14163 Berlin, Tel. 814 999 53
- 6 Hans-Rosenthal-Haus**
Bolchener Str. 5, 14167 Berlin
Tel. 811 91 96
- 7 Freizeittätte Süd**
Teltower Damm 226,
14167 Berlin, Tel. 84 50 77 60

Pflegestützpunkte

- 8 Albrechtstr. 81A**, 12167 Berlin,
Tel. 76 90 26-00
- 9 Ferdinandstr. 35**, 12209 Berlin,
Tel. 33 85 364 80
- 10 Teltower Damm 35**, 14169 Berlin,
Tel. 0800 265 080 26 550
(kostenfrei)

weitere Treffpunkte

- 11 Arbeiterwohlfahrt**
Osdorfer Str. 121, 12207 Berlin,
Tel. 71 38 70 90
- 12 Kirchengemeinde Wannsee
Seniorentreff „Altes Schulhaus“**
Wilhelmplatz 1, 14109 Berlin,
Tel. 805 16 50
- 13 Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.
Treffpunkt Nachbarschaft**
Holsteinische Str. 30, 12161 Berlin,
Tel. 85 99 51 363
- 14 Diakonieverein Lankwitz
Café Sammelmasse**
Kaiser-Wilhelm-Str. 75 - 79, 12247 Berlin,
Tel. 774 20 29
- 15 Stadtteilzentrum Steglitz e.V.
Seniorenzentrum Scheelestraße**
Scheelestr. 109/111, 12209 Berlin,
Tel. 0173 58 37 27 3



Nachbarschafts-einrichtungen

- 16 Kieztreff**
Celsiusstr. 60, 12207 Berlin,
Tel. 0173 58 37 27 3
- 17 Gutshaus Lichterfelde**
Hindenburgdamm 28, 12203 Berlin,
Tel. 84 41 10 40
- 18 KiJuNa Osdorfer Straße**
Scheelestr. 145, 12209 Berlin,
Tel. 0173 73 82 169
- 19 Stadtteilzentrum Villa Mittelhof**
Königstr. 42 - 43, 14163 Berlin,
Tel. 80 19 75 11
- 20 Nachbarschaftshaus Lilienthal**
Schütte-Lanz-Str. 43, 12209 Berlin,
Tel. 49 80 56 47
- 21 Villa Folke Bernadotte**
Jungfernstieg 19, 12207 Berlin,
Tel. 77 05 99 75
- 22 Mehrgenerationshaus Phoenix**
Teltower Damm 228, 14167 Berlin,
Tel. 84 50 92 47

Kliniken

- 23 Charité - Universitätsmedizin Berlin, Campus Benjamin Franklin**
Hindenburgdamm 30, 12203 Berlin,
Tel. 4505-0
- 24 Casa Dentalis GmbH (Zahnklinik)**
Ringstraße 81, 12203 Berlin,
Tel. 531 41 91 40
- 25 Evangelisches Krankenhaus Hubertus**
Spanische Allee 10 - 14, 14129 Berlin,
Tel. 810 08-0
- 26 MEDECO Berlin-Dahlem (Zahnklinik)**
Königin-Luise-Platz 1, 14195 Berlin,
Tel. 84 19 10-0
- 27 HELIOS Privatkliniken**
Walterhöferstraße 11, 14165 Berlin,
Tel. 31 16 81-15 00
- 28 Immanuel-Krankenhaus**
Königstr. 63, 14109 Berlin,
Tel. 805 05-0
- 29 HELIOS Klinikum Emil von Behring**
Walterhöferstraße 11, 14165 Berlin,
Tel. 81 020
- 30 Klinik für Minimal Invasive Chirurgie**
Kurstraße 11, 14129 Berlin,
Tel. 80 98 81 55
- 31 Privatklinik Nikolasse**
Von-Luck-Straße 3, 14129 Berlin,
Tel. 80 30 91-0
- 32 Kliniken im Theodor-Wenzel-Werk**
Potsdamer Chaussee 69, 14129 Berlin,
Tel. 81 09-0
- 33 Psychiatrische Tagesklinik Lankwitz**
Kamenzer Damm 1 E, 12249 Berlin,
Tel. 76 69 07-0
- 34 Krankenhaus Bethel Berlin**
Promenadenstraße 3 - 5, 12207 Berlin,
Tel. 77 91-0
- 35 Krankenhaus Waldfriede**
Argentinische Allee 40, 14163 Berlin,
Tel. 818 10-0
- 36 Privatklinik Schloßstraße**
Schloßstr. 40, 12165 Berlin,
Tel. 74 77 08 40
- 37 St. Marien-Krankenhaus Berlin**
Gallwitzallee 123 - 143, 12249 Berlin,
Tel. 767 83-0
- 38 Westklinik Dahlem**
Clayallee 225 B, 14195 Berlin,
Tel. 83 00 00 11

Pflegealltag zum Amüsieren

Das muss man erstmal schaffen: Sybille Bullatschek schreibt über sich und ihre Arbeit im Pflegeheim „Haus Sonnenuntergang“ und wir Leser haben so richtig viel zu lachen dabei. Niemals macht sie sich dabei über die Älteren lustig, schildert vielmehr, wie absurde, komische Situationen entstehen, etwa wenn die Pflegerin zum Speed Dating gehen möchte und mal wieder nicht frei bekommt (und die Seniorinnen und Senioren zum Ausflug kurzerhand dorthin mitnimmt), wenn der Chef die Pflege optimieren und mit seiner Business Company im Health-and-Care-Sektor die Auszeichnung als „Heim des Jahres“ anstrebt, wenn die Hüpfburg nicht im Kindergarten, sondern im Garten des Seniorenheimes aufgebaut wird.



Mit dieser Sybille, die ihren Beruf so liebt, möchte man zusammenarbeiten und den Stationsbetrieb meistern. Hinter dem Pseudonym steht die Comedienne und Autorin Ramona Schukraft. Sie hat ein Freiwilliges Soziales Jahr im Pflegebereich absolviert und wurde bereits mehrfach für ihre Comedybeiträge zum Thema Pflege ausgezeichnet. „Sie haben Ihr Gebiss auf der Hüpfburg verloren“ ist ihr erster Roman.

Sybille Bullatschek

Sie haben Ihr Gebiss auf der Hüpfburg verloren

HarperCollins Verlag | 336 Seiten
ISBN: 978-3-365-00267-4 | 12,- €

(BN)

Wenn sich Buch- liebhaber verlieben

Als erfolgreiche Literaturagentin kennt Nora das Cliché von gängigen Liebesgeschichten nur zu gut: Ein Karrieremensch aus der City landet durch Umstände in einer verschlafenen Kleinstadt, wo er sich in einen Einheimischen verliebt und sein Leben verändert. Auch auf Noras Leben trifft dies zu, doch ihre Partner sind diejenigen, die Nora für eine Andere in einer Kleinstadt verlassen. Als ihre schwangere Schwester Libby sie bittet, mit ihr an den Schauplatz ihres Lieblingsromans zu reisen, lässt sie sich ihr zu Liebe darauf ein. So landen sie in der idyllischen Kleinstadt Sunshine Falls, wo W-LAN eine Rarität ist, sie dafür ständig denselben Leuten begegnen – so auch Charlie, ebenfalls in der Literaturszene



tätig, mit dem Nora vor zwei Jahren ein unangenehmes Geschäftsessen hatte. Es knistert gewaltig zwischen den beiden. Während Nora halbherzig versucht, professionell zu bleiben, bemerkt sie, dass Libby etwas verheimlicht... Die humorvollen Wortgefechte zwischen Nora und Charlie, der Kleinstadt-Charme gepaart mit einem lockeren Schreibstil gönnen in diesem Gute-Laune-Liebesroman auch dem Lesenden eine kleine Auszeit in Sunshine Falls.

(SL)

Emily Henry

Book Lovers - Die Liebe steckt zwischen den Zeilen

Knauer Taschenbuch Verlag | 448 Seiten
ISBN: 978-3-426-52940-9 | 12,99 €

Der Berlin-Roman der Nullerjahre

Er wollte einfach weg aus der Provinz: Ziemlich planlos kommt der 20-jährige Westfale Wolfgang Schneider 2003 in Berlin an. Wir schauen ihm zu, wie er sich, irgendwas studierend, in der großen Stadt treiben lässt, durch sie getrieben wird und sich mitunter verliert: Wolfgang „Wolfo“ Schneider wird Statist auf der Bühne, obwohl er doch nur an der Theaterkasse sitzen wollte. Er gerät zufällig in die revolutionäre Hochschulgruppe und entwirft deren absurde Texte, wird auf wundersame Art als Performance-Künstler gebucht: alles ungeplant, alles scheint möglich, alle sind ein bisschen verrückt. Zwischen Kiezkneipe und Theaterbühne nimmt der Roman die Schwingungen der Stadt der Nullerjahre



auf: das ist komisch bis absurd, oberflächlich wie tiefgründig. „Wie sind Sie hier reingekommen“ ist ein Berlin-Roman der Nullerjahre mit Anfang und offenem Ende, direkt und verschoben, wie die Stadt und ihre Milieus, ein Roman übers Erwachsenwerden, über Lebenszufälle und glückliche Fügungen. Es wäre

unmöglich, die Frage: „Wo sehen Sie sich in fünf Jahren?“ für Wolfgang „Wolfo“ Schneider zu beantworten. Hoffen wir, dass es uns Satiriker Tilman Birr in der Fortsetzung erzählt.

Tilman Birr

Wie sind Sie hier reingekommen?

SATYR Verlag | 250 Seiten
ISBN: 978-3910775008 | 22,- €

Familienleben im Patriarchat

Ist das vermeintliche Übergewicht der Mutter wirklich der Grund dafür, dass der Vater nicht befördert wird? Oder ist er in Wahrheit ein Tyrann, der seine Ehepartnerin täglich erniedrigt?

In diesem autobiografisch angehauchten Roman erzählt das kindliche Alter Ego der Autorin Daniela Dröscher von ihren Familienleben im Hunsrück der 1980er. Während der Vater sein verdientes Geld für eigene Hobbies oder Reisen ausgibt, finanziert die Mutter die Haushaltskasse, unterwirft die eigenen Bedürfnisse dem Wohlergehen der Familie und versucht sich für ihren Mann an verschiedenen Diäten, denn selbst für den Urlaub ist sie seiner Meinung nach zu dick.



Tochter Ela steht zwischen den Elternteilen, ihr Blick auf die Mutter wird jedoch zunehmend beeinflusst von den Aussagen des Vaters. Die Autorin reflektiert mit diesem Buch über die tatsächlichen Geschehnisse in ihrer Familie und setzt der Mutter ein gefühlsvolles Denkmal. Trotz der Schilderung dieser schwierigen Ehe-

situation gelingt Daniela Dröscher eine tragik-komische Erzählweise, die es schwermacht, das Buch aus der Hand zu legen.

„Lügen über meine Mutter“ ist Daniela Dröschers vierter Roman und wurde für den Deutschen Buchpreis 2022 nominiert. Die Autorin lebt in Berlin.

(SL)

Daniela Dröscher

Lügen über meine Mutter

Kiepenheuer&Witsch | 448 Seiten
ISBN: 978-3462001990 | 24,- €

(BN)

Ruhestand? Ehrenamt!

Miteinander Kultur, Bildung und Sport erleben

In unseren sieben bezirklichen Freizeitstätten bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich ehrenamtlich zu engagieren und gleichzeitig neue Menschen kennenzulernen. Unterstützen Sie uns bei der Veranstaltungsorganisation, im Gästeservice oder werden Sie Gruppenleiter*in für eines Ihrer Hobbys. Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihr Wissen und Können und besonders Ihre Freude ehrenamtlich weiterzugeben. So wird Ihr Ehrenamt ein Gewinn für alle Beteiligten.

Schenken Sie Zeit

Besuchen Sie regelmäßig ältere und einsame Menschen in Ihrem Kiez. Leisten Sie Ihnen Gesellschaft beim Spazierengehen und kommen Sie miteinander ins Gespräch. Nachbarschaftliche Beziehungen in Ihrem Wohnumfeld können Sie auch durch Mitwirkung im Gratulationsdienst stärken. Überbringen Sie Glückwünsche zu Geburtstagen und Ehejubiläen, tauschen Sie Informationen aus und erhalten Sie Dankbarkeit zurück. Hierbei können gute Bekanntschaften oder echte Freundschaften entstehen, die auch Ihr Leben bereichern.

Sie Telefonieren gerne?

Ältere Mitbürger*innen wünschen sich einfach mal jemanden zum Reden. Als Ehrenamtliche/r am Seniorentelefon hören Sie ihnen zu, spenden bei Bedarf etwas Trost oder beraten bei persönlichen



Anliegen. Wo es möglich ist, unterstützen Sie und vermitteln ggf. Kontakte zu anderen Einrichtungen des Bezirksamtes. Ein offenes Ohr für andere zu haben, schafft Nähe und verbindet.

Haben wir Ihre Neugierde geweckt?

Gerne beraten wir Sie zu den Einsatzmöglichkeiten. Starten Sie mit einer unverbindlichen Probearbeit und schnuppern Sie erst einmal rein ins Ehrenamt. Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen erhalten neben einer Einarbeitung und einer Aufwandsentschädigung das gute Gefühl, andere glücklich zu machen.

Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf

Frau Weidner, Tel. 90299-2843 oder

✉ soz-ehrenamt@ba-sz.berlin.de

Bahnagentur Schöneberg



Internationale
Bahnagentur

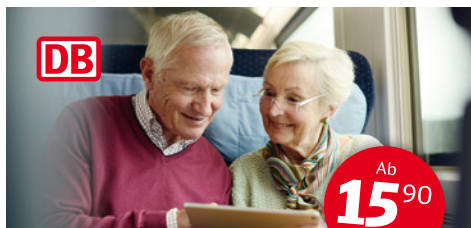
Bahntickets
mit persönlicher Beratung



Koller und Kopetschke GbR
Crellestraße 7 | 10827 Berlin

Mo, Do 10.00-18.00 Uhr
Di, Mi, Fr 12.00-18.00 Uhr

info@bahnagentur-schoeneberg.de
www.bahnagentur-schoeneberg.de



Ab
15⁹⁰
Euro*

**Entspannt und günstig
reisen. Mit dem
Super Sparpreis Senioren.**

* Ab 65 Jahren. Solange der Vorrat reicht.



Info-Messe

GUT ÄLTER WERDEN IN STEGLITZ-ZEHLENDORF

Donnerstag, 13. Juni 2024, 14 – 17 Uhr, Kommunikationszentrum am Ostpreußendamm,
Ostpreußendamm 52, 12207 Berlin (Bus 184 und 186 bis „Bogenstraße“)

Sehr geehrte Damen und Herren,

der Runde Tisch der Runde Tisch „Gut älter werden in Steglitz-Zehlendorf“ lädt Sie ganz herzlich am Donnerstag, 13. Juni 2024, 14 - 17 Uhr in das Kommunikationszentrum am Ostpreußendamm ein!

Wir möchten mit Ihnen über das Thema Älterwerden in Steglitz-Zehlendorf ins Gespräch kommen. Sie erhalten an verschiedenen Marktständen Informationen über Freizeit, Begegnung, Kultur, Bewegung, Gesundheit, Freiwilliges Engagement, Nachbarschaftshilfe, Sicherheit und Wohnen im Alter.

Bei Kaffee und Kuchen stehen Mitarbeitende verschiedener Organisationen für Fragen und Austausch zur Verfügung.

Information

Tel. 030 772 60 55

www.gut-aelter-werden-in-sz.de

Wir freuen uns auf Sie!

Carolina Böhm,
Bezirksstadträtin für
Jugend und Gesundheit

Tim Richter,
Bezirksstadtrat für
Bürgerdienste und Soziales



FDP Steglitz-Zehlendorf Barrierefreiheit für alle.

Steglitz-Zehlendorf ist ein Mehrgenerationenbezirk, der Maßstäbe für ganz Berlin setzen und in dem man gut leben und älter werden kann.

Dabei ist Barrierefreiheit, auch die digitale, die Voraussetzung für gesellschaftliche Teilhabe. Die Freien Demokraten fordern deshalb, dass die öffentliche Infrastruktur, öffentliche Kultureinrichtungen und öffentliche Gebäude barrierefrei gestaltet werden. Außerdem soll auch der ÖPNV so betrieben werden, damit er von allen, insbesondere Älteren und Menschen mit Behinderung, uneingeschränkt genutzt werden kann.

Freie
Demokraten
FDP

fdp-steglitz-zehlendorf.de



Mitglieder der Seniorenschulung Steglitz-Zehlendorf

© Wolfgang Mohns

Seniorenschulung Steglitz-Zehlendorf

Die Seniorenschulung (SV) ist die engagierte, parteipolitisch und konfessionell neutrale, ehrenamtliche Interessensvertretung aller Seniorinnen und Senioren [60+], die in unserem großen, grünen Bezirk leben und ein Drittel der Einwohner:innen von Steglitz-Zehlendorf repräsentieren. Die 17 Mitglieder kümmern sich in den Ausschüssen der Bezirksverordnetenversammlung um die Belange der Generation 60+ gegenüber dem Bezirksamt, Organisationen, Verbänden und Institutionen. Die SV begleitet bei seniorenspezifischen Planungen und Entscheidungen der Gremien und Verwaltungen im Bezirk sowie über die Landesseniorenvertretung [LSV] und den Landesseniorenbeirat Berlin [LSBB] im Land Berlin und in Deutschland. Seit April 2022 ist die neue Seniorenschulung für die Anliegen aller älteren Bürgerinnen und Bürger da. Das Berliner Seniorenmitsprachengesetz hat den Seniorenschulungen im Land Berlin und seinen Bezirken mehr Mitsprache gebracht. Die 17 Mitglieder der Seniorenschulung, – 8 Frauen und 9 Männer – repräsentieren den Querschnitt der Ortsteile des Bezirks. Wir sind zwischen Anfang 60 bis über 80 Jahre jung und freuen uns über Kontakte und Gespräche mit Senior:innen und deren Angehörigen auf den SV-Veranstaltungen und in den telefonischen Sprechstunden. Die Mitglieder der Seniorenschulung nehmen sich für die Nöte und Anliegen der Bürger:innen Zeit. Sie hören zu, sind empathisch und, wenn gewünscht oder erforderlich, natürlich auch verschwiegen. Wenn Anliegen und Nöte der älteren Bürger:innen gelöst werden sollen, wird die SV diese Probleme bis in die Berliner Landesebene verfolgen.

In Berlin leben mehr als 900.000 Seniorinnen und Senioren, deren Lebensqualität gilt es zu verbessern, sowie um mehr Teilhabe am kulturellen, sportlichen und gesellschaftlichen Leben. Besonders wünschenswert ist es, dass Senior:innen Zuhause wohnen bleiben können und fußläufig einkaufen, hausärztlich versorgt und die notwendigen Dienstleistungen erhalten können.

Die Seniorenschulung ist an das Sozialamt des Bezirks angedockt. Der Stadtrat und/oder eine Vertretung des Sozialamtes nimmt am SV-Plenum teil und berichtet über aktuelle senior:innenrelevante Vorhaben. Die Seniorenschulung arbeitet eng mit der Beauftragten und dem Beirat der Menschen mit Behinderung zusammen. Im Verbund für Altenhilfe und Gerontopsychiatrie e.V. ist die SV aktiv. Die SV pflegt enge Kontakte zu den Altenhilfekoorinatoren im Sozialamt und im Gesundheitsamt, Heimbeiräten und Pflegediensten. Präsent ist die SV in den Stadtteilinitiativen und an den Runden Tischen, im Kiez in den Freizeittätten, bei Bürgertreffen und offenen Türen.



© Seniorenschulung

Seniorenschulung*innen Vorstand nach der Wahl v.l.n.r. Martina Wapler, Antonia Schwarz, Dr. Lutz Hannebauer, Bezirksstadtrat Tim Richter und Mathilde Kannenberg

Seniorenpolitische Aktivitäten und Anliegen:

- die Weiterentwicklung des seniorenfreundlichen Bezirks Steglitz-Zehlendorf mit lebendigen Kiezen,
- die Mitarbeit an der Umsetzung des Altenplans des Bezirksamtes,
- mehr altengerechte und barrierefreie Wohnungen,
- die Förderung der aktiven Beteiligung von Senior*innen in der Gesellschaft,
- Austausch zwischen den Generationen verbessern,
- Angebote für queere Menschen im Alter
- Verkehrsberuhigung vor Freizeitstätten und Heimen,
- Zugang zu Sport und Bewegungsangeboten verbessern,
- die seniorenfreundliche Weiterentwicklung des ÖPNV,
- mehr Sitzbänke in Grünanlagen,
- die Verbesserung der Ausleuchtung der Gehwege,
- altersgerechte Gesundheits- und Pflegeversorgung,
- Unterstützung für mobilitätseingeschränkte ältere Menschen ausweiten,
- Stärkung der digitalen Nutzung und Teilhabe,
- Altersgerechte Planung von Verkehrsinfrastrukturen,
- die Armut und Arbeit im Alter,
- die speziellen Wünsche und Anliegen der Senior:innen mit Migrationshintergrund,
- senioren- und behindertengerechte Angebote.

Die Seniorenvertretung kümmert sich um alle Fragen und Anliegen rund ums Alter!

Mitglieder der Seniorenvertretung mit Ortsteil

- **Dahlem:** Lutz Hannebauer
- **Lankwitz:** Dorothea Lengert, Reinhard Tischler, Nora Eckert
- **Lichterfelde:** Liane Rybczyk, Armin Emrich
- **Nikolassee:** Mathilde Kannenberg
- **Steglitz:** Dethlev Schampera, Wolfgang Mohns
- **Südende:** Antonia Schwarz
- **Wannsee:** Dr. Elmar Krause, Christa Markl-Vieto,
- **Zehlendorf:** Klaus Eisenreich, Detlef Meyer zu Heringdorf, Hans-Walter Krause, Martina Wapler
- **Zehlendorf-Nord:** Hannelore Schmolke-Asdonk

Vorstand der Seniorenvertretung

- **Mathilde Kannenberg**, Vorsitzende
Tel. 0162 1003699,
✉ kannenberg.berlin@t-online.de

- **Antonia Schwarz**, Stellvertretende Vorsitzende
Tel. 0179 475 7427, ✉ antonia.schwarz@web.de
- **Martina Wapler**, Schriftführerin, Tel. 8153173
- **Lutz Hannebauer**, Finanzen, Tel. 0171 2760898

Öffentl. Sitzungen der Seniorenvertretung

- **finden am 4. Dienstag im Monat 14.00 - 16.00 Uhr an wechselnden Standorten statt.**

Änderungen des Termins und andere Sitzungsorte sind möglich, Auskunft auf der Website und unter Telefon 90299-3040 oder 0162 2171741

- ✉ seniorenvertretung@steglitz-zehlendorf.de
- 🌐 www.steglitz-zehlendorf.de/seniorenvertretung sowie in den Pressemitteilungen und im Veranstaltungskalender des Bezirks.

Sprechstunden der Seniorenvertretung

- **in Steglitz:** jeden Montag, 11.00 - 12.30 Uhr telefonisch Tel. 90299-3040 (AB) oder 0162 2171741 und jeden ersten Montag im Monat, 11.00 - 13.00 Uhr, im Büro der Seniorenvertretung, Unter den Eichen 1, 12203 Berlin, Gebäude des Ordnungsamtes, Raum 014, Bus M48, Haltestelle Unter den Eichen/Botanischer Garten, 5 min Fußweg.

In den Ortsteilen des Bezirks:

- **in Steglitz:** Hans-Söhnker-Haus, Selerweg 18 - 22, 12169 Berlin, Tel. 39 50 14 18
- **in Steglitz:** Ingeborg-Drewitz-Bibliothek im Schloss, Grunewaldstraße. 3, 12165 Berlin, Tel. 90299-2410
- **in Lankwitz:** Maria-Rimkus-Haus, Gallwitzallee 53, 12249 Berlin, Tel. 76 68 38 62
- **in Lichterfelde:** Kommunikationszentrum Ostpreußendamm 52, 12207 Berlin, Tel. 772 60 55
- **in Lichterfelde:** Bürgertreffpunkt Bahnhof Lichterfelde West, Hans-Sachs-Str. 4 d, 12205 Berlin, Tel. 84 31 31 14
- **in Zehlendorf:** Hans-Rosenthal-Haus, Bolchener Str. 5, 14167 Berlin, Tel. 811 91 96
- **in Zehlendorf:** Freizeitstätte Süd, Teltower Damm 226, 14167 Berlin, Tel. 84 50 77 60
- **in Wannsee:** Vitanas Senioren Centrum Schäferberg, Lala Gercke Stiftung, Königstraße 25 - 27, 14109 Berlin, Tel. 80 10 58-515

Die aktuellen Sprechstunden finden Sie in den Schaukästen der Rathäuser und unter

- 🌐 www.steglitz-zehlendorf.de/seniorenvertretung

50 Jahre Dachverband Steglitz-Zehlendorfer Seniorenvereinigungen

Ein Rückblick, aber auch ein Ausblick

Anfang der 70er Jahre kamen in Steglitz die ersten Seniorengruppen zusammen, um ihre Freizeit zu gestalten. **Unter dem Motto: „Miteinander - Füreinander“** gründeten sie am 5. September 1973 den Dachverband Steglitzer Seniorenvereinigungen unter der Leitung von H.J. Behrendt. Bis 1991 war der Dachverband auch gleichzeitig Seniorenbeirat im Bezirk und nahm Aufgaben wahr, die heute von der Seniorenvertretung übernommen worden sind. Mit der Verschmelzung der Bezirke Steglitz und Zehlendorf fand die Anpassung des Dachverbandes statt, so dass es heute den Dachverband Steglitz-Zehlendorfer Seniorenvereinigungen gibt.

Das Interesse der älteren Bevölkerung an aktiver Freizeitgestaltung hat im Laufe der Jahre stetig zugenommen. Heute sind 50 Mitgliedsgruppen in 8 Sparten organisiert. Die Bandbreite ist groß und vielfältig: Es gibt 6 Gruppen im Bereich Gymnastik und Yoga, 17 Gruppen, die sich Musik und Tanz beschäftigen, 11 Gruppen für Kartenspiele und Schach, 4 Gruppen sind im kreativen Bereich aktiv, 2 bei Foto, Film und Video. Aber auch Reisen und Wandern kommen nicht zu kurz (2 Gruppen).

Ein Highlight ist unser Repair Café, das Unterstützung bei Reparaturen anbietet und so einen wichtigen Nachhaltigkeitsbeitrag liefert. Die Gruppen haben alle eine ehrenamtliche Leitung, die Interessenten und Neueinsteigern zur Verfügung steht. Interessierte sind jederzeit willkommen und werden von uns gerne beraten. Wir vermitteln sie an eine unserer Gruppen oder helfen mit bei der Neugründung einer Gruppe.

Der Dachverband besteht seit nunmehr 50 Jahren. Der Dachverband ist überparteilich, unabhängig, gemeinnützig und wird vom Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf und vielen Spendern unterstützt und gefördert.

Was ist Aufgabe des Dachverbandes in der Zukunft?

Nicht nur gestern, sondern auch heute und morgen gilt es, Menschen eine Plattform zur Verfügung zu stellen, die ihrem Leben einen schöneren Sinn geben kann, die fördert und zusammenführt.

Unser zeitlos aktuelles Motto lautet deshalb:

„Aktiv im Alter - Gemeinsam statt einsam“.

Es steht für unsere Zielsetzung, Abwechslung und motivierende Gruppenerlebnisse zu organisieren und wegzukommen von Langerweile.

Die Existenz des Dachverbandes wird auch in Zukunft als Sprachrohr für und Bindeglied zwischen Senioren und Bezirk auf ehrenamtlicher Basis zu verstehen sein und daher ein nicht weg zu denkender Faktor bleiben.

☐ Kontakt

Michael Mielke, Tel. 0176 - 34 66 58 27

✉ michaelmielke1000@t-online.de

Zusätzliche Informationen finden Sie unter:

🌐 www.seniorenmitpower.com

Immer ein offenes Ohr

Für Sie vor Ort in Steglitz-Zehlendorf!



SPD-Fraktion Steglitz-Zehlendorf

Kirchstraße 1/3, 14163 Berlin · Telefon (030) 90 299 53 17

www.spd-fraktion-steglitz-zehlendorf.de

STEGLITZ-
ZEHLENDORF

SPD

FRAKTION

Beirat für Menschen mit Behinderungen in Steglitz-Zehlendorf

Inklusion im Bezirk voranbringen!

Der bezirkliche Beirat vertritt die Interessen von Menschen mit Behinderungen in allen Lebensbereichen, setzt sich für gleiche Rechte für Menschen mit Behinderungen ein und macht sich für Barrierefreiheit, Selbstbestimmung und Inklusion stark.

Dieses Gremium setzt sich aus 15 stimmberechtigten und 15 stellvertretenden Mitgliedern zusammen. Im Beirat engagieren sich sowohl Bürgerinnen und Bürger, die im Bezirk und selbst mit Behinderungen leben, als auch Vertreterinnen und Vertreter von Organisationen und Anbietern der Behinderten- und Selbsthilfe. Dies spiegelt die bezirkliche Vielfalt von Menschen mit Behinderungen im Bezirk wieder.

Der Beirat arbeitet ehrenamtlich auf der Grundlage des § 30 des Landesgleichberechtigungsgesetzes (LGBG).

Der Beirat arbeitet eng mit der bezirklichen Beauftragten für Menschen mit Behinderungen zusammen und gibt dieser sowie dem Bezirksamt und der BVV Empfehlungen zu Fragen des Lebens von Menschen mit Behinderungen im Bezirk (siehe auch LGBG § 30).

Ziel der Arbeit ist es, die gleichberechtigte gesellschaftliche Teilhabe von Menschen mit Behinderungen in Steglitz-Zehlendorf zu erreichen.

Der Beirat hat sich im April 2022 konstituiert und wird für die Dauer der Wahlperiode der BVV eingesetzt.

Die nachstehenden Personen wurden in den Vorstand des Beirates gewählt:

- André Lefeber, Vorsitzender
- Franziska Swars (stellvertretende Vorsitzende)
- Cerstin Pfeifer (Schriftführerin)
- Daniel Weber (stellvertretender Schriftführer)

Termine der Sitzungen des Beirates für Menschen mit Behinderungen

Do 29.02.2024, Do 25.04.2024, Do 20.06.2024,
Do 05.09.2024, Do 17.10.2024, Do 05.12.2024
jeweils ab 17.00 Uhr

Die Sitzungen des Beirates sind öffentlich. Bei Interesse melden Sie sich bitte per E-Mail an.

Beirat für Menschen mit Behinderungen

Vorsitzender: André Lefeber
Tel. 83 86 36 60, Mobil 0152 0246 7735
✉ kontakt@lefeber-online.de

Geschäftsstelle: Büro der Beauftragten für Menschen mit Behinderungen

Tel. 90299-6309
✉ behindertenbeauftragte@ba-sz.berlin.de

Bündnis 90 / Die Grünen Steglitz-Zehlendorf

Ein lebenswerter Bezirk für alle Generationen

Politik ist, sich zusammensetzen und für eine bessere Zukunft einzustehen. Wir wollen Steglitz-Zehlendorf grün und gerecht für alle Menschen gestalten. Dafür sind auch Sie gefragt, Ihre Ideen, Ihr Wissen und Ihr Engagement einzubringen.

Sprechen Sie uns an - wir freuen uns auf den Austausch mit Ihnen!

Teilhabe, Bildung, Klimaschutz, Verkehr, Wohnen oder Gesundheit:
Welche Themen sind Ihnen wichtig?



Tel.: 030 - 85074153 • www.gruene-suedwest.de • kreisverband@gruene-suedwest.de • [@gruenesuedwest](https://www.instagram.com/gruenesuedwest)

Abteilung Bürgerdienste und Soziales im Bezirksamt



Behördennummer 115

Zentraler Zugang zur Verwaltung: Mo - Fr 8.00 - 18.00 Uhr

Bürgerämter mit viel Service

Im Bürgeramt erhalten Sie Auskünfte über das Bezirksamt und andere Behörden; Antragsformulare; Infomaterialien zu Themen wie Freizeit, Sport, Gesundheit, Pflege, Rente, Verbraucherschutz und Finanzen. Der Service umfasst u. a. An-, Um- und Abmeldung von Wohnungen; Anzeigen von Ausweisverlust; Beglaubigungen von Kopien; Ersterteilung einer Fahrerlaubnis; Beantragung eines Führungszeugnisses, eines Personalausweises oder eines Reisepasses; Annahme und Weiterleitung von Anträgen.

□ Bürgeramt Steglitz

Rathaus Steglitz (3. OG), Schloßstr. 37
12163 Berlin

□ Bürgeramt Zehlendorf

Kirchstr. 1/3, 14163 Berlin
Eingang Teltower Damm, Ecke Kirchstr.

□ Bürgeramt Lankwitz

Gallwitzallee 87, 12249 Berlin
(1. OG der Polizeiwache)

Servicecenter der Bürgerämter unter:

✉ buergeramt@ba-sz.berlin.de

□ Öffnungszeiten

Montag: 8.00 - 15.00 Uhr

Dienstag: 10.00 - 18.00 Uhr

Mittwoch: 7.30 - 14.30 Uhr

Donnerstag: 10.00 - 18.00 Uhr

Freitag: 8.00 - 13.00 Uhr

Die Standorte bieten ausschließlich Terminsprechstunden an.

An Dienstagen und Donnerstagen vor Feiertagen, Heiligabend und Silvester findet die Sprechstunde von 8.00 - 16.00 Uhr statt.

Bitte vereinbaren Sie Ihren Termin frühzeitig im Internet, über die Tel. 115

oder per

✉ buergeramt@ba-sz.berlin.de.

Amt für Soziales

Miet- und Energieschuldenberatung

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin

Sprechstunde: Di und Do 9.00 - 12.30 Uhr

Anmeldung im Erdgeschoss

Tel. 90299-1771

✉ soz-wohnen@ba-sz.berlin.de

Beratung/Unterstützung bei Miet-/Energieschulden

Fachstelle Soziale Wohnhilfe

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin,

Sprechstunde: Di und Do 9.00 - 12.30 Uhr

Anmeldung im Erdgeschoss

Tel. 90299-1771

✉ soz-wohnen@ba-sz.berlin.de

Beratung/Unterstützung bei drohendem Wohnungsverlust und bei bestehender Obdachlosigkeit

Allgemeiner Sozialdienst

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin

1. Etage, Sprechstunde: Di und Do 9.00 - 13.00 Uhr

Tel. 90299-4936

✉ soz-sozialdienst@ba-sz.berlin.de

Der Allgemeine Sozialdienst ist für alle erwachsenen Bürgerinnen und Bürger des Bezirks zuständig, die nicht mit minderjährigen Kindern in einem Haushalt leben.

Die Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter bieten:

□ Beratung und Hilfestellung bei

finanzielle Schwierigkeiten

→ Grundsicherung im Alter

→ Hilfe zur Pflege und zum Lebensunterhalt

→ Wohngeldantrag

→ Vermittlung zu anderen Beratungsstellen

→ Beantragung von Stiftungsmitteln

- **Beratung und Hilfestellung bei der häuslichen Versorgung im Alter**
 - Informationen zu Pflege- oder Haushaltshilfen, zur Pflegeversicherung
 - Vermittlung von Besuchs-/Begleitdiensten
 - Unterstützung bei der Einrichtung einer rechtlichen Betreuung
 - Beratung und Antragstellung im Rahmen des Schwerbehindertenrechts (über 65 Jahre)

Während der üblichen Bürodienstzeiten beraten wir Sie gern telefonisch. Persönlich erreichen Sie den Allgemeinen Sozialdienst während der öffentlichen Sprechzeiten Di und Do von 9.00 - 13.00 Uhr. Nach Vereinbarung besuchen wir Sie auch gern zu Hause, wenn Ihnen der Weg zu uns zu schwerfällt.

Betreuungsbehörde

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin
Sprechstunden nach telefonischer Vereinbarung
Die öffentliche Beglaubigung von Unterschriften und Handzeichen auf Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen erfolgt ausschließlich nach vorheriger tel. Vereinbarung:
Tel. 90299-5011/-5013/-5015/-5244/-5543/
-5194/-6253/-5024/-5847
✉ soz-betreuung@ba-sz.berlin.de
🌐 www.berlin.de/ba-steglitz-zehlendorf/politik-und-verwaltung/aemter/amt-fuer-soziales/betreuungsbehoerde

Allgemeine materielle Hilfen

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin
Tel. 90299-4686 oder 3455,
Sprechstunde Di/Do 9.00 - 13.00 Uhr
Anmeldung bis 12.30 Uhr, Raum 101
✉ soz-lebensunterhalt@ba-sz.berlin.de
Allgemeine Hilfen, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung außerhalb von Einrichtungen, Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz, Leistungen zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten

Bestattungskosten

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin
Tel. 90299-3460 oder 1657,
Sprechstunde Di/Do 9.00 - 13.00 Uhr
✉ soz-bestattungskosten@ba-sz.berlin.de
Die erforderlichen Kosten einer Bestattung werden übernommen, soweit den hierzu Verpflichteten nicht zugemutet werden kann, die Kosten zu tragen (§ 74 Zwölftes Buch Sozialgesetzbuch - SGB XII -).
🌐 www.berlin.de/ba-steglitz-zehlendorf/politik-und-verwaltung/aemter/amt-fuer-soziales/durchsetzung-von-anspruechen-und-prozessfuehrung/artikel.1020077.php

Besondere materielle Hilfen

Hilfe zur Pflege außerhalb von Einrichtungen, Landespflegegeld
Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin,
Tel. 90299-1257/-1536, Di und Do 9.00 - 13.00 Uhr
✉ soz-pflege@ba-sz.berlin.de
Gewährung von Leistungen nach dem Pflegegeldgesetz für Blinde, hochgradig Sehbehinderte und Gehörlose; Hilfe zur Pflege außerhalb von Einrichtungen einschl. Grundsicherung

SENIOREN TELEFON




 **90299-3030**

WIR HÖREN IHNEN ZU...

Sie haben etwas auf dem Herzen? Sie fühlen sich allein? Sie wünschen sich Informationen? Sie vermissen eine gute Gesprächspartnerin oder einen guten Gesprächspartner?

Rufen Sie uns an!

Engagierte ehrenamtliche Mitarbeiter*innen stehen Ihnen jeden Dienstag und Donnerstag in der Zeit von 10 Uhr bis 12 Uhr am Telefon zur Verfügung.

-  Wir hören Ihnen zu und nehmen uns Zeit für Ihr Anliegen.
-  Wir unterstützen Sie gerne und vermitteln Kontakte zu anderen Einrichtungen des Bezirksamtes.
-  Wir handeln vertraulich und anonym.

Ihr Anruf ist willkommen!

Hilfe zur Pflege in Einrichtungen

(Pflegeheime, Kurzzeitpflege)

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin

Tel. 90299-3516/-1536

Sprechstunde Di, Do 9.00 – 13.00 Uhr

✉ soz-pflege@ba-sz.berlin.de

Bearbeitung von Anträgen auf Übernahme von Kosten zur Unterbringung in Senioren-, Kranken- und Behinderteneinrichtungen einschl. Grundsicherung

Teilhabe (SGB IX) und materielle Hilfen (SGB XII) für Menschen mit Behinderung

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin

Tel. 90299-3356

Sprechstunde Di/Do 9.00 – 13.00 Uhr

✉ soz-teilhabe@ba-sz.berlin.de

Laufende und einmalige Sozialleistungen für Menschen mit körperlicher, geistiger oder psychischer/seelischer Behinderung

Seniorenbetreuung, Veranstaltungsdienst

Hanna-Renate-Laurien-Platz 1, 12247 Berlin

Tel. 90299-6530/-6537

Sprechstunde: Di und Do 9.00 – 12.00 Uhr

✉ soz-veranstaltungsdienst@ba-sz.berlin.de

Planung und Durchführung von Veranstaltungen, kulturelle Angebote für Seniorinnen und Senioren, Jubiläums-/Geburtstage Ehrungen, Einsatz ehrenamtlich Mitarbeitender oder Mitwirkender, Angebote in Freizeitstätten

Bürgerschaftliches Engagement

Für sich selbst eine sinnvolle Aufgabe finden, neue Erfahrungen machen, viele interessante Menschen kennenlernen, anderen helfen und sich dabei aktiv für das Gemeinwohl einsetzen – es gibt viele gute Gründe, ehrenamtlich tätig zu werden. Sie möchten sich in Ihrem Kiez sozial engagieren, bringen Einfühlungsvermögen und Verständnis für die Bedürfnisse besonders älterer Menschen mit und können etwas Zeit schenken?

☐ Wir suchen Bürgerinnen und Bürger, die sich sozial engagieren möchten

→ bei Gratulationen zu Geburtstagen und Ehejubiläen

→ im Besuchsdienst

→ als Leiter/innen von aktiven Freizeitgruppen

→ als ehrenamtliche Mitarbeiter/innen in unseren Freizeitstätten.

Weitere Auskünfte über die ehrenamtliche Mitarbeit im sozialen Bereich erhalten Sie im Rathaus Lankwitz (Hanna-Renate-Laurien-Platz 1). Bitte vereinbaren Sie vorher einen Gesprächstermin. Tel. 90299-2843

✉ soz-ehrenamt@ba-sz.berlin.de

Geburtstags- und Jubiläumsehrungen

Einen herzlichen Glückwunsch übermitteln wir sehr gern allen Ehepaaren, die das Fest der Goldenen, Diamantenen oder Eisernen Hochzeit feiern.

Unsere Bitte: Geben Sie uns das Datum dieses Festtages mindestens acht Wochen vorher im Rathaus Lankwitz Zi. 014 bei Frau Kossatz, Tel. 90299-6550 oder Herrn Mohr, Tel. 90299-6528, bekannt.

✉ soz-ehrenamt@ba-sz.berlin.de

BITTE AUSSCHNEIDEN UND EINSENDEN



Wir feiern am unsere

- Goldene Hochzeit (50 Jahre)
- Diamantene Hochzeit (60 Jahre)
- Eiserne Hochzeit (65 Jahre)
- Gnadenhochzeit (70 Jahre)
- Kronjuwelnhochzeit (75 Jahre)
- und würden uns über eine Gratulation des Bezirksamtes freuen.
- Ich interessiere mich für eine ehrenamtliche Tätigkeit und bitte um weitere Informationen.

Ehrenamtlicher Dienst

Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin
 Amt für Soziales
 Ehrenamtlicher Dienst
 14160 Berlin

**Absender
 (gerne mit Telefonnummer):**

.....

.....

.....

.....



Polizei Berlin berät: Einbruchstaten

Aktuell - durch Anfertigung von Nachschlüssel

Derzeit bearbeitet die Polizeidirektion 4 (Süd) ein Verfahren zu Einbruchstaten, die mittels Nachschlüssel begangen wurden. Dabei gelangten die Täter durch Täuschung und Ablenkung ihrer potenziellen Opfer an deren Originalschlüssel zur Wohnung und fertigen unbemerkt Abdrücke um später Nachschlüssel anzufertigen.

Durch Täter bearbeiteter Schlüsselrohling



...und das läuft in der Regel wie folgt oder ähnlich ab: Die Täterinnen und Täter manipulieren zunächst an Hauseingangstüren oder Wohnungseingangstüren und vermitteln durch ihre Bekleidung und mitgeführtes Material den Eindruck Handwerker zu sein.

Es werden Gegenstände in die Profilzylinder (Schlösser) gesteckt. Dadurch wird der Anschein

Durch Täter hergestellter Kunststoffschlüssel von der Abformung



erweckt, dass die Tür nicht mehr geöffnet werden kann. Nähert sich ein potenzielles Opfer wird dieses angesprochen und gebeten den Schlüssel kurzfristig zu übergeben, um eine Schließprobe durchführen zu können. Hierbei wird unbemerkt ein Abdruck des Schlüssels hergestellt. Zu einem späteren Zeitpunkt wird bei der Abwesenheit der Betroffenen mit einem zwischenzeitlich angefertigten Nachschlüssel die Wohnung betreten, um Wertgegenstände (z. B. Schmuck, Bargeld) zu entwenden. Häufig wird die Wohnung nach der Tat unbemerkt wieder verlassen, sodass die Geschädigten zunächst keinen Einbruch vermuten. In einigen Fällen konnte es vor, dass die genutzten Nachschlüssel abbrechen und dadurch ein Schließen der Schlösser nicht mehr möglich ist.

Bitte beachten Sie daher:

- Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen
- Fragen Sie im Zweifel bei Ihrer Hausverwaltung nach, ob von dort jemand beauftragt wurde
- Übergeben Sie niemals Ihre Originalschlüssel an Ihnen unbekannte Menschen
- Lassen Sie keine unbekannten Personen in Ihre Wohnung
- Informieren Sie sofort die Polizei, wenn Ihnen etwas verdächtig vorkommt
- **Im Notfall 110!**

Wir wollen, dass Sie sicher leben!



- **Polizei Berlin Landespolizeidirektion**
Polizeidirektion 4 (Süd) Präventionsbeauftragter
Jörg Henniger Polizeihauptkommissar
Tel. 4664-404200
✉ joerg.henniger@polizei.berlin.de

Polizei Berlin berät: Seniorensicherheit

Wie kann man sich vor Taschendiebstahl schützen?

Herr Wölke, Sie sind im Landeskriminalamt Berlin im Bereich Taschendiebstahl tätig. Sie führen Präventionsmaßnahmen durch und geben den Menschen wichtige Tipps, wie sie sich vor einem Taschendiebstahl schützen können.

□ Gibt es Situationen, in denen ältere Menschen besonders vom Taschendiebstahl betroffen sind?

Ja, die gibt es. Grundsätzlich sind vom Taschendiebstahl alle Menschen betroffen, wenn sie unaufmerksam oder abgelenkt sind. Ältere Menschen allerdings sind besonders im täglichen Leben wie z.B. beim Einkauf im Supermarkt oder der Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel betroffen, weil Taschendiebe dort gezielt die Unachtsamkeit von älteren Menschen auszunutzen. Taschendiebe suchen hier gezielt Situationen, in denen Seniorinnen und Senioren z.B. ihre Taschen mit Wertgegenständen an den Einkaufswagen oder den Rollator hängen. In einem günstigen Moment werden diese dann aus der Tasche entwendet.

Bei der Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel wird die Ablenkung durch das Gedränge gerne ausgenutzt, um Geldbörsen und Mobiltelefone aus Rucksäcken oder Handtaschen zu stehlen.



© AdobeStock

□ Was sind die wichtigsten Verhaltensregeln, um einen Taschendiebstahl zu verhindern?

- Nehmen Sie nur die Wertgegenstände und Barmittel mit, die Sie wirklich gerade benötigen.
- Deponieren Sie diese Gegenstände am besten in verschließbaren Taschen möglichst nahe am Körper.
- Lassen Sie keine Wertgegenstände wie z.B. die Handtasche am Einkaufswagen oder dem Rollator unbeaufsichtigt zurück.
- Wertgegenstände sollten nicht in Außentaschen von Rucksäcken, Handtaschen oder der Kleidung aufbewahrt werden.
- Seien Sie achtsam, wenn Sie durch fremde Menschen angesprochen werden.
- Werden Sie aufmerksam, wenn Sie plötzlich abgelenkt oder bedrängt werden.
- Vermerken Sie Ihre Pin-Nummern nicht in der Geldbörse.

□ Wie soll man sich verhalten, wenn man bestohlen wurde?

Bitte informieren Sie auf jeden Fall zeitnah die Polizei, die Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen wird. Geld- und Kreditkarten können unter der Servicenummer 116116 sofort gesperrt werden. Die Sperrung einer SIM-Karte erfolgt immer über Ihren Provider (Internetdienstanbieter).

Herr Wölke ich bedanke mich für das Gespräch.



Das Gespräch führte Frau Schiefer, Ansprechperson für Seniorensicherheit in der Zentralstelle für Prävention im Landeskriminalamt Berlin.

Tel. 4664-979222 (AB)

✉ lkapraev2@polizei.berlin.de

✉ seniorensicherheit@polizei.berlin.de



Mit Begleitung in Bus und Bahn



Für Fahrgäste, die Hilfe bei der Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs benötigen, bietet der Verkehrsverbund Berlin-Brandenburg einen kostenlosen Bus- und Bahn-Begleitservice an. Dazu gehört auch die persönliche Begleitung bei notwendigen Erledigungen. Beides richtet sich vor allem an Betroffene, die z.B. nicht alleine ein-, aus- oder umsteigen können, die sich alleine unsicher fühlen, die ein Hilfsmittel benutzen müssen oder die Schwierigkeiten haben, sich im Nahverkehrssystem zurecht zu finden. Die Begleitung beginnt vor der Wohnungstür: Man wird zu Hause abgeholt, zum gewünschten Fahrtziel gebracht und wieder zurück. Bei Bedarf erhält man Hilfe am Fahrkartenautomat. Grundsätzlich muss man in der Lage sein, den geplanten Weg zu bewältigen.

Um den angebotenen Service zu nutzen, wird telefonisch ein Termin vereinbart. Fahrten sind täglich von 7.00 bis 22.00 Uhr möglich. Einsatzgebiet ist Berlin inklusive des Flughafens BER.

Die Anmeldung erfolgt telefonisch über das Servicebüro unter **030/34 64 99 40** oder über ein On-

line-Formular auf www.vbb.de/begleitservice. Sie ist frühestens eine Woche vorher möglich und spätestens am Vorabend. Vor der Begleifahrt erhält man eine Bestätigung des Termins und Informationen über die/den begleitende/n Mitarbeiter/in. Diese wurden in Mobilitätstrainings geschult. Je nach Verlauf der Pandemie kann es zu Einschränkungen des Angebots kommen bzw. ein Mund-Nasen-Schutz für beide Seiten während der Begleitung Pflicht sein.

Den Begleitservice gab es erstmalig im Oktober 2008. Durch ihn erhalten mobilitätseingeschränkte Menschen mehr Bewegungsfreiheit und Teilhabe am öffentlichen Leben. Die Finanzierung erfolgt primär durch die Senatsverwaltung für Mobilität, Verkehr, Klimaschutz und Umwelt, die EU, sowie durch die Berliner Jobcenter.

Mobilitätstraining

Für mobilitätseingeschränkte Menschen sind Bus- und Bahnfahrten keine Selbstverständlichkeit. Gerade wer erst seit kurzer Zeit auf Rollstuhl oder Rollator angewiesen oder erblindet ist, scheut oft öffentliche Fahrten. Um Hemmungen abzubauen und Sicherheit im öffentlichen Verkehr zu bekommen, haben sich die regelmäßig stattfindenden Mobilitätstrainings der BVG bewährt. Hier können Menschen, die sich in ihrer Mobilität im Nahverkehr eingeschränkt fühlen, üben, wie man mit Rollstuhl oder Rollator in das Fahrzeug gelangt, sich während der Fahrt sichert und orientiert. Das Training findet fernab jeder Hektik in einem leeren Fahrzeug statt. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der BVG helfen dabei, geben Tipps und beantworten Fragen. Manchmal wird hier auch gleich für den Besuch des Lieblingssparks oder des bevorzugten

Einkaufsmarktes gemeinsam der günstigste Weg ausgesucht. Dank dieser „Schnupperkurse“ haben schon viele in ihrer Mobilität behinderte Menschen ihre Bewegungsfreiheit (wieder-)gewonnen.

An den kostenlosen Terminen können alle Menschen mit Mobilitäts- oder Sinnesbehinderungen und ihre Begleiter/innen teilnehmen. Eine Anmeldung ist nur für Gruppen nötig, per E-Mail unter info@BVG.de.

☐ **Mobilitätstraining**

Termine und Orte unter BVG.de/Barrierefrei oder Tel. 25634567

Seniorenwohnungen und Service-Wohnen

Wohnen im Alter ist vielschichtig. Es steht für einen immer länger werdenden Lebensabschnitt und die Möglichkeiten, sich in ihm einzurichten. Nachfolgend ein Überblick über mögliche Wohnformen im Alter - ohne Anspruch auf Vollständigkeit und festgeschriebene Definitionen.

- **Senioren-Residenz „Lichterfelder Ring“** siehe S. 74
 Betreutes Wohnen + stationäre Pflege
 Lichterfelder Ring 197, 12209 Berlin
 Tel. 71095-0
 🌐 www.alloheim.de
- **Rosenhof Berlin-Zehlendorf** siehe 4. USS
 (Betreutes Wohnen + Pflegewohnen)
 Winfriedstraße 6, 14169 Berlin
 Tel. 705505950
 🌐 www.rosenhof.de



© AdobeStock

- **Johanniter-Stift Berlin-Lichterfelde** siehe 3. USS
 Betreutes Wohnen + stationäre Pflege
 Finckensteinallee 123/125, 12205 Berlin
 Tel. 8479100
 🌐 www.johanniter.de/johanniter-seniorenhaeuser/standorte/johanniter-stift-berlin-lichterfelde



Ullrich Franke



Marcel Franke


DIPL. ING. ULRICH FRANKE
IMMOBILIEN • BERLIN

**Was ist Ihre Immobilie wert?
Fragen Sie uns?**

030 80487424

Ihr Makler in Zehlendorf
 Verkauf • Vermietung • Bewertung



Kirchweg 27B | 14129 Berlin
www.frankeimmobilien.estate



Wohnpartnerschaften zwischen Jung & Alt

Du wohnst bei mir, dafür hilfst du mir

Haben Sie schon von „Wohnen für Hilfe“ gehört? Dieses Wohnmodell wird bereits in vielen deutschen Universitätsstädten wie München, Düsseldorf oder Potsdam umgesetzt: Studierende oder Auszubildende wohnen bei älteren Menschen, beide Seiten profitieren. Die Studentinnen oder Studenten umgehen die Wohnungssuche, Studenten-WGs, hohe Mieten und verdienen sich vielleicht sogar noch etwas dazu. Die Seniorinnen oder Senioren sparen sich die Kosten für einen teuren Hilfsdienst und erhalten Unterstützung sowie Gesellschaft im Alltag. Wenn der Partner verstorben ist und die Kinder und Enkel nicht in der Nähe wohnen, kann dieses Modell eine willkommene Hilfe für ältere Menschen sein, besonders wenn die Wohnung oder das Haus im Alter viel zu groß für sie alleine ist. Die Hilfe durch die Studentin oder den Studenten kann je nach Absprache ganz unterschiedlich und individuell ausfallen.

Hilfeleistungen können sein:

- Einkaufen, Müll rausbringen
- Gartenarbeit, Versorgung der Haustiere
- Wäsche waschen, Glühbirnen wechseln, putzen
- Begleitung und Unterstützung bei Behördengängen oder Arztbesuchen
- gemeinsame Unternehmungen

Hinzu kommt, dass diese Alltagsunterstützung Seniorinnen und Senioren ein selbstbestimmtes Leben erhalten kann, sie nicht vereinsamen und beide Generationen sich austauschen können.



© pillestock/AdobeStock

Was ist zu beachten?

Für den Wohnraum, den der Studierende bei der älteren Person bezieht, sollte auf herkömmlichen Wege eine Miete (z. B. mit einem Untermietvertrag oder einer Wohnraumüberlassungsvertrag) vereinbart werden. Die Alltagshilfe, welche der Studierende leistet, kann als Minijob angemeldet werden. So ist alles offiziell abgeklärt und der Studierende ist zudem unfallversichert, sollte etwas beim Aushelfen passieren. Pflegetätigkeiten gehören allerdings nicht zu seinen Aufgaben. Zu beachten ist auch, dass der Studierende mindestens 18 Jahre alt sein sollte. Bei einem ersten Kennenlernen sollte geschaut werden, ob die Menschen auch gut miteinander auskommen.

Wie funktioniert das?

In Berlin gibt es online Plattformen oder Börsen für Wohnpartnerschaften, die über „Wohnen für Hilfe“, „Wohnen gegen Hilfe“ oder „Wohnen für Mithilfe“ im Web zu finden sind. Auch über Aushänge in Universitäten kann eine Kontaktaufnahme erfolgen.

SELINA LUX



© Luciano/AdobeStock

Ältere Menschen verfügen oft über mehr Wohnraum als junge

Laut dem Statistischen Bundesamt haben ältere Menschen in Deutschland im Schnitt einen deutlich größeren Wohnraum zur Verfügung als jüngere. Menschen ab 65 Jahren leben am häufigsten allein und haben unter den Alleinlebenden im Schnitt mit 83,0 qm den größten Wohnraum zur Verfügung. 27 % der Alleinlebenden im Alter 65+ wohnen auf mindestens 100 qm. 61% der Haushalte in der Altersgruppe 65+ leben seit mehr als 23 Jahren in der derselben Wohnung.

 www.destatis.de

Neue Broschüre zum Wohnen & Leben im Alter

Über 300 Berliner Wohn- und Pflegeeinrichtungen in Wort & Bild

In der Broschüre „**Wohnen und Leben im Alter**“ für das **Land Berlin** und das **Land Brandenburg** werden über 300 Wohnanlagen vorgestellt - vom Mehrgenerationen-Wohnprojekt bis zur Seniorenresidenz, vom Seniorenwohnhaus über Pflegeheime mit unterschiedlicher Spezialisierung bis zum Betreuten Wohnen in der eigenen Wohnung oder in einer Wohngemeinschaft.

Die Publikation ist für 3,- EUR bei der aperçu Verlagsgesellschaft mbH erhältlich, Gubener Str. 47, 10243 Berlin, Tel. 293 71 509 (AB)

www.verlag-apercu.de/online-shop



LEWICKI TEPPICHE

ANZEIGE

Ihr Spezialist für Teppiche und Auslegware aus Naturfasern

Wir sind ein familiengeführtes, modernes Unternehmen und haben mit Herrn Lauer ausgewiesene Experten an unserer Seite, um Ihnen die zauberhafte Welt der Teppiche zu Füßen zu legen. Unser Fokus ist Ihnen nachhaltige und aus Naturfasern bestehende Produkte, in allen Größen und Farbvariationen von großen und vielen kleinen, teils unbekanntenen Herstellern, anbieten zu können. Ihr Boden ist unsere Passion. Wir für Sie: Ob telefonisch, per Mail oder direkt bei uns im Geschäft - Uns geht es darum unsere Leistungen und Produkte optimal auf Ihren Bedarf abzustimmen.

Qualität trifft Nachhaltigkeit: Sie finden bei uns ein großes Spektrum verschiedenster Produkte aus natürlichen Fasern und wiederverwerteten Kunststoffen, wie z.B. Teppiche aus PET-Flaschen.

Nutzen Sie z.B. unseren Musterservice und treffen Sie Ihre finale Auswahl bei sich zu Hause - mit Ihren Lichtverhältnissen.

Teppiche & Auslegware aus Naturfasern – natürlich & nachhaltig

- ✓ Beratung
- ✓ Aufmaß
- ✓ Verlegung



Lewicki Teppiche
 Machnower Str.13
 14165 Berlin-Zehlendorf
 Tel. 030 - 84 50 79 87
www.lewicki-teppiche.de
 Mo-Fr 10.00-18.30 Uhr
 Sa 10.00-13.30 Uhr



LEWICKI



Vor dem Training im Nippon-Sportstudio steht ein Eingangs- oder Gesundheits-Check. Speziell geschulte Trainer erstellen ein ausführliches Fitness-Profil, auf dessen Grundlage Sie ein optimales Trainingsprogramm erhalten: Chipkarte rein - und die Geräte stellen sich automatisch ein. Modernste Exzentrik-Technik schon die Gelenke, pulsgesteuerte Übungen garantieren Herzkreislauftraining, Muskelstraffung und Fettabbau in kürzester Zeit.

Nippon-Sportstudio

Fit machen – ohne Risiken und Nebenwirkungen!

„Jeder Sport ist besser als keiner“, ist am Sportstudio Nippon zu lesen. Ein Satz, den wohl jeder unterschreiben würde. Aber damit Sporttreiben Spaß macht, bedarf es nicht nur der Überzeugung, dass die Bewegung dem müden, schlappen, auch geschädigten Körper gut tut. Dazu gehört eine angenehme Atmosphäre – und besonderen Spaß macht das gemeinsame Sporttreiben mit Freunden oder Familie. Aber nicht immer passen die bevorzugten Sportarten, Ausdauer und Tempo zueinander. Das ist hier kein Problem: Während die Oma an den Geräten ihre Muskeln kräftigt, kann die

Tochter beim Spinningkurs auf dem Rad den Alltagsstress vergessen, die Enkelkinder trainieren inzwischen mit Begeisterung im Karate-Dojo. Am Ende treffen sich alle mit geröteten Wangen, um einen Kaffee oder Apfelsaft zu trinken, im Sommer sitzen sie gerne draußen noch ein bisschen zusammen.

Das Studio bietet auch Gesundheitssport auf Verordnung bis hin zum Herzsport an. Zudem gibt's eine „Zufriedenheitsgarantie“ – wer sich hier nicht wohl fühlen sollte, kann innerhalb des ersten Monats problemlos seinen Vertrag kündigen.

ab 50 geht's los



55
JAHRE
1960-2015

Gesundheit, Fitness &
Kampfkunst für 3-99 jährige
Tel 791 28 84

Mittelstr. 34 P U+S Rathaus Steglitz
www.sportstudio-nippon.com



Gesundheitsportzertifikat
n.d. Richtlinien der Berliner Ärztekammer

Gymnastik 50+
Karate 50+
Tai Chi
Rücken-Fitness
Reha-Sport
Pilates
Yoga
Herzsport
Judo ab 3
Jiu Jitsu ab 7
Karate ab 8
Sauna
Solarium
Café



© Andrii Zastrozhnov/stock.adobe.com

Wenn sich die Bahnen kreuzen

Die Schwimmerinnen

Im Sommer gehe ich gerne an die Berliner Seen, um lange und ausgiebig zu schwimmen. Das tolle Körpergefühl nach so einem Bad wollte ich irgendwann auch im Winter nicht mehr missen. Seit einigen Jahren packe ich also jeden Dienstagmorgen meine Tasche mit Schwimmsachen und gönne meinem Körper eine Stunde Bewegung.

Es dauerte nicht lange, bis nach ein paar Gesprächen mit Freundinnen über mein kleines Hobby unsere Frauen-Schwimmgruppe entstand.

Im SSE, dem einzigen Schwimmbad mit einer 50-Meter-Bahn in meinem Bezirk, kennen wir mittlerweile alle Mitarbeitenden. An der Kasse wird ein kleines Schwätzchen gehalten, nachgefragt, ob wir ein Zwei-Euro-Stück für den Spind hätten und auch beim Abschied ein schöner Tag gewünscht. Das sind die Momente, in denen ich an all die Leute denken muss, die immer sagen, Berlin sei ihnen zu anonym. Ich für meinen Teil merke in meinem Alltag wenig von dieser Anonymität. Mittlerweile kennen wir nicht nur die Mitarbeiter, sondern auch die Badegäste. Natürlich nicht alle, aber immerhin die Schwimmgruppe, die ebenfalls dienstags morgens ins SSE geht. Es ist eine Gruppe aus vier Frauen um die 70. Sie schwimmen, anders als wir, den Kopf über Wasser, wodurch sie sich praktischerweise auch während des Schwimmens miteinander unter-

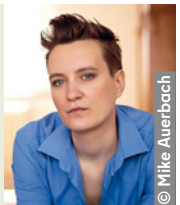
halten können. Zudem können sie sehen, wenn wir die Halle betreten. Auch beim Schwimmen begegnet man sich, wenn die Bahnen sich kreuzen.

Und so ergab es sich, wie es unter Sportlerinnen üblich ist, dass wir uns begannen zu grüßen. Erst mit einem zaghaften Nicken, dann mit einem freundlichen Winken, mittlerweile auch mit anschließenden Gesprächen in der Umkleide.

Dieser Generationen-Treff hat sich zu einer lockeren Bekanntschaft entwickelt. So erfuhren wir zum Beispiel, dass sie sogar länger schwimmen als wir. Anderthalb statt nur eine Stunde. Wir sind beeindruckt! Nun sind unsere flüchtigen Bekannten für uns zu echten Vorbildern geworden. Wir hoffen, dass wir es auch schaffen, unser kleines Schwimmteam so lange zu erhalten, bis wir von den Jüngeren überholt werden. Aber: Anderthalb Stunden lang! So, wie die sportlichen Rentnerinnen vom SSE.

Marlen Pelny,
Autorin, Musikerin und freie
Redakteurin beim aperçu Verlag.

Sie ist Mitglied
der Band Zuckerklub.
Zuletzt erschien ihr Roman
„Warum wir noch hier sind“
im Haymon Verlag



© Mike Auerbach



Gesundwerden in traumhafter Lage

Wir sind spezialisiert auf Ihre Anschlussheilbehandlung (AHB), Rehabilitation und Prävention in den Bereichen Neurologie und Orthopädie. Mit Kompetenz und Herzlichkeit setzt sich unsere Reha-Klinik dafür ein, dass Sie sich wohlfühlen und schnellstmöglich wieder gesund werden.

Unser Haus zeichnet eine hochmoderne Ausstattung im medizinisch-therapeutischen Bereich sowie eine fachübergreifende Zusammenarbeit aus. So gewährleisten wir eine patientenorientierte Diagnostik, Therapie und Pflege.

Tel.: +49 30 300240-0 | humboldtmuehle@medicalpark.de | www.medicalpark.de/berlin

CURATIO & CARE® Wundmanagement



WUNDEXPERTEN-TEAM Berlin-Brandenburg

- TÜV-zertifiziertes Wundmanagement
- Therapieabstimmung mit dem behandelnden Arzt
- Phasen- und patientengerechte Wundversorgung
- Kurative und palliative Wundbehandlung
- Kompetenz durch langjährige Erfahrung
- Praxis- & Hausbesuche
- Abrechnung aller Kassen & Privat
- Versandkostenfreie Lieferung der Verbandmaterialien
- Herstellerunabhängig

Beratung & Kontakt
(030) 684 07 65-01
www.curatio-care.de



Management System
ISO 9001:2015
www.tuv.com
ID: 9108836191

Mitglied in der DGP
DEUTSCHE GESELLSCHAFT
FÜR PALLIATIVMEDIZIN



Kliniken / Krankenhäuser

- **Charité - Universitätsmedizin Berlin Campus Benjamin Franklin**
 Hindenburgdamm 30, 12203 Berlin, Tel. 4505-0
 🌐 www.charite.de
Fachabteilungen: Augenheilkunde; Chirurgie; Frauenheilkunde; Hals-, Nasen-, Ohrenheilkunde; Haut-, Geschlechtskrankheiten; Innere Medizin; Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie; Neurochirurgie; Neurologie; Psychiatrie und Psychotherapie; Psychotherapeutische Medizin; Strahlentherapie; Urologie
- **Casa Dentalis GmbH**
 Ringstraße 81, 12203 Berlin, Tel. 531419140
 🌐 www.casa-dentalis.de
Fachabteilungen: Mund-, Kiefer-, Gesichtschirurgie
- **Evangelisches Krankenhaus Hubertus**
 Spanische Allee 10 - 14, 14129 Berlin, Tel. 81008-0
 🌐 www.pgdiakonie.de/
 evangelisches-krankenhaus-hubertus
Fachabteilungen: Chirurgie; Geriatrie; Innere Medizin
- **Immanuel-Krankenhaus**
 Königstraße 63, 14109 Berlin, Tel. 80505-0
 🌐 www.berlin.immanuel.de
Fachabteilungen: Innere Medizin; Orthopädie (Rheumatologie), Naturheilkunde
- **Klinik für Minimal Invasive Chirurgie am Evangelischen Krankenhaus Hubertus**
 Kurstraße 11, 14129 Berlin, Tel. 80988155
 🌐 www.mic-berlin.de
Fachabteilungen: Chirurgie; Frauenheilkunde



HAUSÄRZTLICHE PRIVATPRAXIS AM SCHLACHTENSEE

Dr. med. Andreas Müller
 Facharzt für Allgemeinmedizin

Präventiv-
medizin
Akupunktur

SPRECHSTUNDEN

Montag	08:00 – 13:00 Uhr · 14:00 – 18:00 Uhr
Dienstag	08:00 – 13:00 Uhr · 14:00 – 18:00 Uhr
Mittwoch	geschlossen
Donnerstag	08:00 – 18:00 Uhr
Freitag	08:00 – 14:00 Uhr

Am Schlachtensee 4 · 14163 Berlin
 T.: 030 / 801 58 49 · info@privatpraxis-schlachtensee.de
www.privatpraxis-schlachtensee.de

- **HELIOS Klinikum Emil von Behring**
 Walterhöferstr. 11, 14165 Berlin, Tel. 8102-1000
 🌐 www.helios-gesundheit.de/kliniken/berlin-klinikum-emil-von-behring
Fachabteilungen: Chirurgie; Innere Medizin; Kinder- und Jugendheilkunde; Orthopädie; Plastische Chirurgie; Psychotherapeutische Medizin, Strahlentherapie
- **Kliniken im Theodor-Wenzel-Werk**
 Potsdamer Chaussee 69, 14129 Berlin
 Tel. 8109-0 🌐 www.tww-berlin.de
Fachabteilungen: Neurologie; Psychiatrie und Psychotherapie; Psychotherapeutische Medizin
- **Kliniken im Theodor-Wenzel-Werk, Psychiatrische Tagesklinik Lankwitz**
 Kamenzer Damm 1 E, 12249 Berlin, Tel. 766907-0
 🌐 www.tww-berlin.de
Fachabteilungen: Psychiatrie und Psychotherapie



RehaSteglitz

GEMEINNÜTZIGE GMBH

Teutonenstr. 11 · 14129 Berlin
 Tel. 32 50 31 26
 kontakt@reha-steglitz.de

www.reha-steglitz.de

PRAXIS für ERGOTHERAPIE

Alltag bewältigen –
 Selbstständigkeit fördern

- Neurofeedback
- Spiegeltherapie
- Kognitiv-therapeutische Übungen nach Perfetti
- Alltagstraining
- Hausbesuche



- **Krankenhaus Bethel Berlin**
 Promenadenstr. 3-5, 12207 Berlin, Tel. 7791-0
 🌐 www.krankenhaus-bethel-berlin.de
Fachabteilungen: Chirurgie; Hals-, Nasen-,
 Ohrenheilkunde; Geriatrie; Innere Medizin;
 Gastroenterologie, Pneumologie,
 Plastische Chirurgie; Urologie
- **Krankenhaus Waldfriede**
 Argentinische Allee 40, 14163 Berlin, Tel. 81810-0
 🌐 www.waldfriede.de
Fachabteilungen: Chirurgie; Frauenheilkunde;
 Innere Medizin, Handchirurgie, Brustzentrum
- **MEDECO Berlin-Dahlem (Zahnklinik)**
 Königin-Luise-Platz 1, 14195 Berlin, Tel. 841910-0
 🌐 www.medeco.de
Fachabteilungen: Mund-, Kiefer- und
 Gesichtschirurgie; Plastische Chirurgie
- **Privatlinik Nikolassee**
 Von-Luck-Straße 3, 14129 Berlin, Tel. 803091-0
 🌐 www.klinik-nikolassee.de
Fachabteilungen: Innere Medizin; Psychiatrie
 und Psychotherapie

- **Privatklinik Schloßstraße**
 Schloßstraße 40, 12165 Berlin, Tel. 74770840
 🌐 www.privatklinik-schlossstrasse.de
- **St. Marien-Krankenhaus Berlin**
 Gallwitzallee 123-143, 12249 Berlin
 Tel. 76783-0, Fax 76783-442
 🌐 www.marienkrankenhaus-berlin.de
Fachabteilungen: Chirurgie (Gefäßchirurgie,
 Unfallchirurgie, sonst. u. allgem. Chirurgie);
 Geriatrie; Innere Medizin (sonst. u. allgem.
 Innere Medizin); plastische Chirurgie
- **Westklinik Dahlem**
 Schweinfurthstr. 43-47, 14195 Berlin
 Tel. 830000-0
 🌐 www.westklinik-dahlem.de
Fachabteilungen: Orthopädie



APOTHEKE IN NIKOLASSEE

Apothekerin Kristin Fusan

Prinz-Friedrich-Leopold-Str. 3
14129 Berlin-Nikolassee

Am S-Bahnhof Nikolassee

Tel. 030 80 37 44 - 0

Fax 030 80 58 87 34

www.aponik.de

Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Fr 9.00 - 18.30 Uhr

Di, Do 9.00 - 19.00 Uhr

Sa 9.00 - 13.00 Uhr

Physiotherapie **OSTEOPHYS**
Sylvia Columbus

Ihre Spezialisten



Heilen, Lindern, Vorbeugen

Eine ruhige, familiäre Atmosphäre zeichnet „Osteophys“, die Praxis in der Bergstraße, aus. Ganzheitlich, fachkompetent behandelt und persönlich betreut werden hier die Patienten mit Physiotherapie oder Osteopathie

für Gesundheit und Wohlbefinden

Bergstr. 4 | 12169 Berlin

Tel. 994 09 259

www.osteophys.de





Auf dem Campus: ambulante und teilstationäre pflegerische, diagnostische, therapeutische Versorgung.



Das erfahrene Team leistet eine geriatrische, frührehabilitative Komplexbehandlung für Patient*innen.



Durch regelmäßiges Trainieren von Alltagssituationen helfen wir, ihre physischen Fertigkeiten wieder zu verbessern.

Tagsüber fast wie ein Krankenhaus, abends wieder zu Hause

Für viele Patientinnen und Patienten stellt die Tagesklinik eine attraktive Alternative zum Krankenhausaufenthalt dar. Während sie tagsüber von Ärzt*innen, Pflegekräften und Therapeut*innen unseres Fachkrankenhauses für Altersmedizin in den Räumen der Tagesklinik umfassend behandelt werden, kehren sie abends wieder in ihre eigenen vier Wände zurück. Die Tagesklinik befindet sich im historischen Haus St. Josef auf dem Alexianer-Campus an der Allee nach Sanssouci.

Moderne Komplexbehandlung

Die medizinischen Leistungen in der Tagesklinik erfolgen nach den gleichen Regeln wie im Krankenhaus. Nach neuesten Erkenntnissen moderner Altersmedizin leistet das Team von erfahrenen Gesundheitspfleger*innen, Therapeut*innen, Psycholog*innen und Ärzt*innen unter anderem eine geriatrische, frührehabilitative Komplexbehandlung für Patientinnen und Patienten mit akuten oder chronischen Einschränkungen und Fähigkeitsstörungen (Selbstversorgung, Mobilität, Verhalten, Kontinenz).

Zu unserem Behandlungsspektrum zählen unter anderem Erkrankungen des Bewegungsapparates, z.B. Osteoporose, operativ versorgte Frakturen (Oberschenkelhalsbruch, Oberarmbrüche, hüftnahe Brüche), Neurologische Erkrankungen, z.B. Schlaganfall, Demenz oder Morbus Parkinson, Herz-Kreislaufkrankungen, z.B. Durchblutungsstörungen, Bluthochdruck, Hormon- und Stoffwechselerkrankungen, z.B. Diabetes mellitus, Seelische Erkrankungen des Alters, z.B. Depression, Angststörungen, neu entstandene und chronische Wunden, insbesondere im Bereich von Beinen und Füßen oder die Behandlung nach Amputationen.

Alltagspraktische Fähigkeiten

Wir fördern Sie gezielt bei Ihren alltagspraktischen Fähigkeiten. Neben der ergo- und physiotherapeutischen Diagnostik bieten wir Ihnen ein breites Behandlungsspektrum an. Dabei arbeiten wir handlungs- und ressourcenorientiert: In der Ergotherapie beziehen wir handwerkliche und gestalterische Prozesse sowie realitätsbezogene Aktivitäten ein. Unsere Physiothe-

rapeuten bieten Ihnen zum Beispiel die Gangschule, das Treppen- und Gleichgewichtstraining an.

Ganzheitlich versorgt

Die ganzheitliche Betrachtung und Behandlung unserer Patientinnen und Patienten steht bei uns im Vordergrund. Neben der Therapie körperlicher Beschwerden zählt vor allem auch die Beratung, Erprobung und Rezeptierung sinnvoller, alltagserleichternder Hilfsmittel sowie die Einbeziehung der Angehörigen in den Behandlungsprozess und die anschließende Nachversorgung. Das Training der Aktivitäten des täglichen Lebens gehört zu unserem Behandlungskonzept. Dazu gehören Anziehtaining, Ablklärung der Handlungskompetenz im Haushalt, motorisch-funktionelle Therapie, Hilfsmittelberatung, Gedächtnistraining, Angehörigenberatung. Durch das regelmäßige Trainieren von Alltagssituationen helfen wir unseren Patientinnen und Patienten, ihre Fertigkeiten wieder zu verbessern. So gewinnen sie nach und nach ihre Sicherheit zurück und können ihr Leben wieder selbstständig meistern. Das ist unser gemeinsames Ziel!



HIER FINDEN SIE UNS



Evangelisches Zentrum für Altersmedizin, Tagesklinik
im Haus St. Josef, Allee nach Sanssouci 7, 14471 Potsdam

Aufnahmeterrin: Tel. 0331 2777-430

Öffnungszeiten: Mo - Fr 8.30 - 15.00 Uhr

Anmeldung: Aufgenommen werden Patient*innen ab dem 70. Lebensjahr, in Ausnahmefällen in vorheriger Rücksprache ab dem 65. Lebensjahr ein medizinischer Grund für eine tagesklinische Behandlung muss vorliegen eine Einweisung vom Haus-, Fach- oder behandelnden Arzt wird dringend benötigt den notwendigen Aufnahmeterrin vorab bitte telefonisch unter 0331 2777-430 vereinbaren

Kosten: Die Kosten für den Aufenthalt übernimmt die Krankenkasse. Die Kosten für den Fahrdienst übernimmt - bis auf einen geringen Eigenanteil - ebenfalls die Krankenkasse.



© AdobeStock

Ambulante Pflege

Sozialstationen und Pflegedienste bieten in ihrem jeweiligen Einzugsgebiet vor allem häusliche Krankenpflege an, beraten aber auch und vermitteln – sofern sie diese Leistung nicht selbst anbieten – weitere Hilfe, z. B.: Hauspflege, stationärer und fahrbarer Mittagstisch, hauswirtschaftliche Dienste, Familienpflege, Hilfe für Behinderte, nachbarschaftliche bzw. ehrenamtliche Hilfen, Pflegehilfsmittel, Beratung und Hilfe bei Anträgen nach der Pflegeversicherung. Die Sozialstationen, die mit Fachpersonal arbeiten und durch Ehrenamtliche unterstützt werden, arbeiten eng mit niedergelassenen Ärzten und Krankenhäusern zusammen. Weitere Anbieter finden Sie im Branchenbuch unter den Stichworten „Alten- und Behindertenpflege“ und „Krankenpflege“.

- Ambulante Pflege**
Reha-Steglitz gGmbH siehe S. 68
 Bergstr. 1, 12169 Berlin, Tel. 319805050
 🌐 www.reha-steglitz.de

- HISB Betreuungsdienste**
Berlin-Süd siehe S. 68
 Teltower Damm 33, 14169 Berlin,
 Tel. 5871324-0
 🌐 www.homeinstead.de/berlin-sued



Egal, wann Sie uns brauchen, wir sind für Sie da.

- Betreuung zuhause
- Begleitung außer Haus
- Hilfen im Haushalt
- Grundpflege
- Demenzbetreuung
- Entlastung pflegender Angehöriger

Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich.

Den Zeitumfang bestimmen Sie.

Kostenfreie unverbindliche Beratung.

Rufen Sie uns an! Tel. 030 5871324-0

berlin-sued@homeinstead.de

HISB Betreuungsdienste Berlin-Süd GmbH

Teltower Damm 33, 14169 Berlin

www.homeinstead.de/berlin-sued

Jeder Betrieb von Home Instead ist unabhängig sowie selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben.

© 2018 Home Instead GmbH & Co. KG



RehaSteglitz

GEMEINNÜTZIGE GMBH

Bergstraße 1 · 12169 Berlin

Tel. 319 80 50 50

kontakt@reha-steglitz.de

www.reha-steglitz.de

AMBULANTE PFLEGE

Zuhause gut versorgt

- Medizinische Behandlungspflege
- Psychiatrische Hauskrankenpflege
- Leistungen der Pflegeversicherung/
Beratung

Wir bieten qualifizierte Pflege, die Ihnen ein selbstbestimmtes Leben in Ihren eigenen vier Wänden ermöglicht.



Qualitätssicherung in der ambulanten Pflege: Ein wichtiger Beitrag für Steglitz-Zehlendorf

In Berlin leisten professionelle Pflegedienste täglich wertvolle Hilfe für Menschen, die Unterstützung benötigen. Ihr Ziel ist es, die Lebensqualität zu erhalten und die Gesundheit zu fördern, indem sie Krankheiten und Pflegebedürftigkeit verhindern oder deren Ausmaß verringern. Besonders in der ambulanten Pflege spielen sie eine entscheidende Rolle bei der Unterstützung pflegebedürftiger Menschen in ihrer häuslichen Umgebung.

Um sicherzustellen, dass die Pflegeleistungen den Qualitätsstandards entsprechen, wurden berlinweit in den Abteilungen „Hilfe zur Pflege“ Maßnahmen zur Qualitätssicherung eingeführt. Die Qualitätssicherung in der ambulanten Pflege zielt darauf ab, die Versorgungsqualität zu überwachen und kontinuierlich zu verbessern. Dazu gehören regelmäßige Qualitätskontrollen und die Einhaltung gesetzlicher Vorschriften.

Ambulante Pflegedienste müssen bestimmte Richtlinien und Standards einhalten, um die Sicherheit und das Wohlergehen der Patienten zu gewährleisten. Dies beinhaltet unter anderem die Dokumentation von Pflegeleistungen. Ein wesentlicher Bestandteil der Qualitätssicherung ist die regelmäßige Überprüfung der Pflegedienste. Dabei werden verschiedene Aspekte wie die fachliche Kompetenz des Personals, die Einhaltung von abgerechneten Leistungen und die Zufriedenheit der Patienten bewertet.

Durch diese Überprüfungen wird sichergestellt, dass die Pflegedienste ihre Leistungen auf einem hohen Niveau erbringen und somit einen wichtigen Beitrag für eine funktionierende Gesellschaft in Steglitz-Zehlendorf leisten.

Pflege ist eine Frage des Vertrauens, und jeder Mensch hat das Recht auf qualitativ hochwertige Pflege - und diese Qualität muss erkennbar sein. Die überwiegende Mehrheit der Pflegeanbieter arbeitet korrekt und ehrlich. Leider gibt es jedoch auch einige wenige, die dies nicht tun. Insbesondere das öffentliche Interesse an den zahlreichen Fällen von Pflegebetrug dürfte dazu beigetragen haben, dass Familienangehörige sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Pflegedienste verstärkt auf Unregelmäßigkeiten bei der häuslichen Krankenpflege achten und darauf hinweisen möchten.



Die Institutionen zur Bekämpfung von Fehlverhalten im Gesundheitswesen der Kranken- und Pflegekassen (§47a SGB XI / §197a Abs. 1 SGB V) sowie die Sozialämter untersuchen Sachverhalte, die auf Unregelmäßigkeiten oder rechtswidrige bzw. zweckwidrige Verwendungen von Finanzmitteln hinweisen. Diese Stellen sind verpflichtet, den Hinweisen nachzugehen, wenn sie aufgrund der einzelnen Angaben oder der Gesamtumstände glaubhaft erscheinen. Jede Person kann sich - auch anonym - an diese Stellen wenden, um Hinweise zu geben.

Es sei darauf hingewiesen: Durch unbedachtes Unterzeichnen von Leistungsnachweisen können möglicherweise auch Pflegebedürftige oder ihre Angehörigen gesetzlich belangt werden. Machen Sie sich nicht strafbar! Bei Problemen, die Sie nicht im direkten Gespräch mit dem Pflegedienst lösen können, wenden Sie sich bitte an Ihre zuständige Kranken- oder Pflegekasse, Ihren zuständigen Sozialhilfeträger oder die Polizei. Bitte melden Sie sich auch dann, wenn Sie den Eindruck haben, dass etwas nicht korrekt läuft. Auf diese Weise tragen Sie dazu bei, Sachverhalte aufzuklären und eventuelle Straftaten zu verhindern.

Insgesamt ist die Qualitätssicherung in der ambulanten Pflege ein wichtiger Schritt zur Verbesserung der Versorgung pflegebedürftiger Menschen in Steglitz-Zehlendorf und zur gerechten Berücksichtigung individueller Bedürfnisse der Patienten. Sie möchten noch mehr zu diesem Thema wissen? Wenden Sie sich bitte an das

☐ **Amt für Soziales - Hilfe zur Pflege -**

Tel. (030) 90 099-3649 oder 1876

✉ soz-pflege@ba-sz.berlin.de

Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf von Berlin
Amt für Soziales Qualitätssicherung Hilfe zur Pflege

🌐 www.berlin.de/ba-steglitz-zehlendorf



© Alexander Rathis/Fotolia

Teilstationäre Pflege

Tagespflege entlastet pflegende Angehörige. Mit dem Besuch der Pflegebedürftigen können stationäre Aufnahmen oft vermieden oder hinausgezögert werden, da die Tagesgäste individuell betreut werden. Tagespflegen verknüpfen mit ihrer Möblierung und Einrichtung die aus dem häuslichen Umfeld vertraute Wohnatmosphäre mit gleichzeitiger rollstuhlgerechter- und barrierefreier Ausstattung. Eine feste Tagesstrukturierung (gemeinsame Mahlzeiten und Betreuungsangebote) ermöglicht speziell demenziell erkrankten Menschen Orientierung und damit Sicherheit im gesamten Tagesablauf.

- **Tagespflege Reha-Steglitz** siehe S. 70
 Selerweg 37 - 39, 12169 Berlin
 Tel. 81827107
 🌐 www.reha-steglitz.de

- **Tagespflegen pro Comitas** siehe S. 71
 Tel. 79302979
Steglitz:
 Plantanenstr. 5, 12169 Berlin
Lichterfelde:
 Worbacher Weg 16, 12207 Berlin
 🌐 www.pro-comitas.de

- **AGAPLESION BETHANIE** Tagesstätte
 Paulsenstr. 5 - 6, 12163 Berlin
 Tel. 89791238
 🌐 www.bethanien-diakonie.de

- **Seniorentagespflegestätte Hildegard Gräfin von Koenigsmarck-Stiftung**
 Limastr. 32, 14163 Berlin
 Tel. 825796
 🌐 www.seniorentagespflegestaette.de

- **Aurum Ambulanz Tagespflege**
 Gritzner Str. 70, 12163 Berlin
 Tel. 82001388
 🌐 www.aurum-ambulanz.de

- **Tagespflege im Ev. Pflegeheim Lutherstift**
 Lutherstr. 7 A, 12167 Berlin
 Tel. 76687890
 🌐 www.pflegeheim-lutherstift.de



RehaSteglitz

GEMEINNÜTZIGE GMBH

Selerweg 37-39 · 12169 Berlin
 Tel. 81 82 71 07
 kontakt@reha-steglitz.de

www.reha-steglitz.de

TAGESPFLEGE

**Zuhause wohnen – den Tag
in Gemeinschaft verbringen**

In unserer Tagespflege bieten wir
wochentags von 9.00 - 16.00 Uhr:

- Professionelle Pflege
- Fürsorgliche Betreuung
- Anregende Beschäftigung
- Fahrdienst
- gemeinsame Mahlzeiten



Gemeinsam den Tag gestalten



- **Betreuung von 8 – 16 Uhr**
- **eigener Fahrdienst**
- **abwechslungsreiches Tagesangebot**
- **qualifizierte Pflege**
- **große Gartenterrassen**
- **gemeinsame Mahlzeiten**

Gemeinsam statt einsam!

Die Tagespflege ist ein Angebot für ältere Menschen, die das selbstständige Wohnen zu Hause unterstützen und erleichtern möchte. In familiärer Atmosphäre erleben Sie bei uns tagsüber Gemeinschaft und Unterhaltung.

Tagespflege **Steglitz**

Plantagenstr. 5
12169 Berlin

Tagespflege **Lichterfelde**

Wormbacher Weg 16
12207 Berlin

pro **Comitas**

Rundum gut versorgt

- **Ambulanter Pflegedienst**
- **Senioren-Tagesstätten**
- **Senioren-Wohngemeinschaften**
- **Beratungsbesuche**

Tel. 79 30 29 79



Zentrale · Steglitzer Damm 3 · 12169 Berlin

www.pro-comitas.de



Vollstationäre Pflege

Seniorenheime bieten älteren Menschen ein Zuhause, denen eine eigene Haushaltsführung auf Grund von Krankheit oder Behinderung nicht mehr möglich ist. Grundsätzlich können Menschen ab dem 60. Lebensjahr mit einer durch die Pflegekasse bestätigten Pflegegrad, Aufnahme in einem Seniorenheim finden. Sie können alle Einrichtungen unverbindlich besichtigen.

- Seniorenheim König** siehe S. 72
 Libellenstr. 15/16, 14129 Berlin
 Tel. 804898-10
 🌐 www.seniorenheim-koenig.de
- Senioren-Residenz Lichterfelder Ring** siehe S. 74
 Betreutes Wohnen + stationäre Pflege
 Lichterfelder Ring 197, 12209 Berlin, Tel. 71095-0
 🌐 www.alloheim.de
- Johanniter-Stift Berlin-Lichterfelde** siehe 3. USS
 Finckensteinallee 123/125, 12205 Berlin
 Tel. 8479100
 🌐 www.johanniter.de/
johanniter-seniorenhaeuser/standorte/
johanniter-stift-berlin-lichterfelde/
- Rosenhof Berlin-Zehlendorf** siehe 4. USS
 (Betreutes Wohnen + Pflegewohnen)
 Winfriedstr. 6, 14169 Berlin, Tel. 705505950
 🌐 www.rosenhof.de
- Vivantes Hauptstadtpflege Haus Leonore** siehe S. 73
 Leonorenstr. 17 - 33, 12247 Berlin
 Information/Beratung: Tel. 130111809
 🌐 www.vivantes-hauptstadtpflege.de

USS = Umschlagseite



- Familiengeführte Einrichtung
- Fachpflege nach neuesten Standards
- Betreuung von Menschen mit Demenz
- Wohngruppenkonzept
- Palliativpflege und Zusammenarbeit mit ambulanten Hospizen
- Verhinderungspflege
- Hauseigene Küche

**Achtung
Würde
Fürsorge**



Seniorenheim König · Libellenstr. 15/16 · 14129 Berlin · Tel. 804898-10 · www.seniorenheim-koenig.de



Haus Leonore

Wohnortnah und individuell Gut leben im Alter



© Reiner Freese

Wer auf Hilfe im Alter angewiesen ist, möchte bei einem Umzug in eine Pflegeeinrichtung in seinem Kiez bleiben. Mit der Vivantes Hauptstadtpflege ist das möglich. Denn mit 18 Hauptstadtpflege Häusern ist Vivantes in Berlin immer in der Nähe.

Das **Vivantes Hauptstadtpflege Haus Leonore** im Steglitzer Ortsteil Lankwitz bietet für 178 Senior*innen ab Pflegegrad 2 ein neues Zuhause. Das siebenstöckige Pflegeheim in unmittelbarer Nähe zum Teltowkanal und dem Stadtbad Lankwitz hat einen schönen Panorama-Ausblick über Steglitz-Zehlendorf. Auch der Rosengarten am Bernkasteler Platz – ein Berliner Gartendenkmal – liegt nur einen kleinen Spaziergang entfernt.

Das Pflegekonzept im Haus Leonore und allen anderen Hauptstadtpflege Häusern basiert auf der Aktivierung der Bewohner*innen: Vorhandene Fähigkeiten sollen erhalten und unterstützt, verloren gegangene reaktiviert und verbessert werden. Neben der 24-Stunden-Betreuung durch erfahrenes und qualifiziertes Pflegepersonal gehören kreative Aktivitäten, kulturelle Veranstaltungen oder auch Gedächtnistraining zum Angebot.

Die Vivantes Hauptstadtpflege in Steglitz-Zehlendorf ist auf die Betreuung von demenzkranken Senior*innen spezialisiert. Das Team des Pflegeheims engagiert sich daher im gerontopsychiatrischen Verbund Steglitz-Zehlendorf und im Geriatriisch-Gerontopsychiatrischer Verbund Schöneberg.

Weiterhin stehen im Haus Leonore auch Pflegeplätze für Verhinderungspflege zur Verfügung. Gerne können Sie unser Haus Leonore ausprobieren: durch einen Monat „Wohnen auf Probe“.

PFLEGEPLATZANFRAGE

Information & Beratung: Tel. 030 130111809

Vivantes Forum für Senioren GmbH
hauptstadtpflege@vivantes.de

www.vivantes-hauptstadtpflege.de

Vivantes

HAUPTSTADTPFLEGE

- 1 Charlottenburg-Wilmersdorf
- 2 Friedrichshain
- 3 Spandau
- 4 Reinickendorf
- 5 Steglitz
- 6 Tempelhof
- 7 Lichtenberg
- 8 Neukölln
- 9 Prenzlauer Berg
- 10 Marzahn-Hellersdorf



Vivantes Hauptstadtpflege (vollstationäre Pflege)

- **Haus Jungfernheide**
Schweiggerweg 2–12 (Charlottenburg)
- **Haus Wilmersdorf**
Berkaer Straße 31–35 (Wilmersdorf)
- **Haus Weidenweg**
Weidenweg 42 (Friedrichshain)
- **Haus Jahreszeiten**
Büschingstraße 29 (Friedrichshain)
- **Haus Dr. Hermann Kantorowicz**
Schönwalder Straße 50–52 (Spandau)
- **Haus Ernst Hoppe**
Lanzendorfer Weg 30 (Spandau)
- **Haus Seebücke**
Am Maselakepark 20 (Spandau)
- **Haus Sommerstraße** inkl. Kurzzeitpflege
Sommerstraße 25c (Reinickendorf)
- **Haus Teichstraße**
Teichstraße 44 (Reinickendorf)
- **Haus John F. Kennedy**
Alt-Wittenau 90–90a (Reinickendorf)
- **Haus Leonore**
Leonorenstr. 17–33 (Steglitz)
- **Haus Franckepark**
Götzstraße 20a (Tempelhof)
- **Haus Rhinstraße** inkl. Kurzzeitpflege
Rhinstraße 105 (Lichtenberg)
- **Haus Ida Wolff** inkl. Kurzzeitpflege
Zadekstr. 46 (Neukölln)
- **Haus Britz**
Buschkrugallee 139 (Neukölln)
- **Haus St. Richard**
Schudomastraße 16 (Neukölln)
- **Haus Danziger Straße**
Danziger Str. 245 (Prenzlauer Berg)
- **Haus Kaulsdorf**
Münsterberger Weg 96 (Kaulsdorf)

Vivantes Hauptstadtpflege (Kurzzeitpflege)

- **Wenckebach Kurzzeitpflege**
Wenckebachstraße 23 (Tempelhof)

Bewerben Sie sich bei uns. Jetzt!

**Komm ins Team
Altenpflege!**

www.hier-geht-das.de



Woche der pflegenden Angehörigen

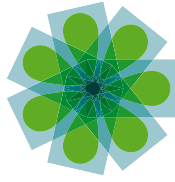
Sie pflegen und begleiten einen nahestehenden Menschen im Alltag? Dann gehören Sie zum Fundament der pflegerischen Versorgung in Berlin. Weit über 200.000 Angehörige, Freunde und Nachbarn unterstützen

einen nahestehenden Menschen in der Stadt bei der Körperpflege, beim Einkauf, sie organisieren Arzt- und Therapietermine, helfen im Alltag und sind im Notfall zur Stelle - oft 24 Stunden am Tag, ohne Wochenende und Urlaub. Das ist anstrengend und übersteigt nicht selten die körperlichen, psychischen und finanziellen Belastungsgrenzen.

Wertschätzung und Auszeit

Die Woche der pflegenden Angehörigen rückt Sie und alle pflegenden Angehörigen in den Mittelpunkt. Denn Ihre Arbeit ist gelebte Solidarität für einen Menschen mit Pflegebedarf. Das ist für uns alle, für die Gesellschaft von unschätzbarem Wert. Dafür verdienen Sie Entlastung und Wertschätzung.

Vom 25. Mai bis 1. Juni 2024 findet die Woche der pflegenden Angehörigen zum siebten Mal statt. Wir laden Sie und alle pflegenden Angehörigen herzlich dazu ein! Es erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm: Ob kulturelle oder Infoveranstaltungen, Dampferfahrt, Young Carer Festival oder Pflegepolitischer Dialog - hier ist für Jede:n etwas dabei.



Woche
der
pflegenden
Angehörigen

25.5. – 01.6.2024

Ehrung mit Berliner Pflegebären

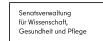
Ein besonderes Highlight ist die Ehren-gala im Roten Rathaus. Im feierlichen Ambiente wird der Berliner Pflegebär an einzelne pflegende Angehörige überreicht, stellvertretend für die wertvolle Arbeit aller pflegenden Angehörigen in Berlin.

Auch Sie können Wertschätzung verschenken! Nominieren Sie ab Februar 2024 einen pflegenden Angehörigen über die Webseite der Woche der pflegenden Angehörigen. Dort finden Sie auch das Programm und alle wichtigen Informationen:

www.woche-der-pflegenden-angehoerigen.de

Veranstaltet wird die Woche der pflegenden Angehörigen von der Fachstelle für pflegende Angehörige gemeinsam mit verschiedenen Beratungsstellen und Organisationen aus den Bereichen Pflege und Selbsthilfe. Unterstützt wird die Woche der pflegenden Angehörigen von der Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege.

info@woche-der-pflegenden-angehoerigen.de
oder per Telefon unter 69 59 88 97.



BERLIN



Fachstelle für
pflegende Angehörige

Senioren-Residenz "Lichterfelder Ring"

www.alloheim.de



- Betreutes Wohnen in 87 komfortablen 1- und 2-Zimmer-Wohnungen
- Hausdamen-Service, 24-Stunden-Wohnungsnotruf
- wöchentliche Einkaufsfahrten, zahlreiche Veranstaltungen
- Liebevolle und professionelle vollstationäre Pflege mit 138 Pflegeplätzen



Lichterfelder Ring 197 • 12209 Berlin • Tel. 710 95-0 • berlin-lichterfelde@alloheim.de



© Gabriele Tammen-Parr

Was macht mich so wütend?

„Konflikte und Spannungen in der häuslichen Pflege“ lautet der Titel einer monatlichen Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige im Rahmen der Angehörigen Akademie der AGAPLESION BETHANIEN DIAKONIE. Warum sollte ich mir eine solche Gruppe zumuten?

Natürlich habe ich auch öfters aggressive Gedanken und Gefühle. Aber warum mit anderen darüber offen sprechen? Unangenehm, diese Vorstellung. Natürlich schäme ich mich auch! Seit etlichen Jahren trifft sich diese spezielle Gesprächsgruppe in Steglitz, um über Konflikte und Spannungen in der Pflege ihrer Angehörigen zu sprechen. In den sehr angenehm gestalteten Räumen der Einrichtung kommen heikle bis schwierige Themen offen zur Sprache.

Trotz liebevoller Pflege und großer Fürsorge kann es passieren, dass Pflegende an ihre Grenzen stoßen, sowohl körperlich als auch emotional. Und dass neben Überforderung und Verzweiflung, Wut und Groll den Pflegealltag schwermachen.

Trotzdem möchte ich betonen, dass aggressive Gedanken und Gefühle wichtig sind und sein dürfen! Auch in der Pflege eines nahen Menschen. Oft schämen sich die Pflegenden, dass sie so starke Empfindungen haben und verdrängen diese intensiven Gefühle und beunruhigenden Gedanken. Aber sie können ein wichtiger Anstoß und eine Chance sein, um der Ursache von Wut und Groll nachzugehen. „Was macht mich so sauer? Gibt es, alte Geschichten zwischen uns? Bin ich überfordert? Lassen meine Kräfte nach? Habe ich Angst vor der Zukunft? Will ich diese Pflege noch?“ Wichtige Fragen, denen man mit anderen Betroffenen nachgehen kann.

„Trotz aller kritischen Situationen möchte ich nochmal ausdrücklich betonen, dass in der häuslichen Pflege täglich Enormes geleistet wird. Das können wir nicht genug wertschätzen.“



Ich möchte Sie als Pflegende ermuntern, trauen Sie sich, sich Unterstützung in einem vertrauensvollen Gespräch zu suchen. Das kann in einem Einzelgespräch oder einer Gesprächsgruppe sein. Oft verhindern aggressive Gedanken, Gefühle und Scham, dass wertvolle Hilfe in Anspruch genommen wird.“

GRUPPENLEITERIN GABRIELE TAMMEN-PARR,
SOZIALPÄDAGOGIN UND MEDIATORIN

Selbsthilfegruppe:

Konflikte und Spannungen
in der häuslichen Pflege

Leitung: Gabriele Tammen-Parr

Ort: AGAPLESION BETHANIEN
SOPHIENHAUS

Paulsenstraße 5 - 6, 12163 Berlin

Telefon:

030 89 79 12 724, Andreas Wolff,
Leiter Angehörigen Akademie

Zeit: Jeden 2. Dienstag im Monat
von 16:00 bis 17.30 Uhr

Termine 2024: 12.3., 9.4., 14.5., 11.6.,
9.7., 13.8., 10.9., 8.10., 12.11., 10.12.

(keine Anmeldung erforderlich).

Was führt die Teilnehmer*innen in diese Gruppe?

- „Ich spreche in der Gruppe Dinge an, die ich anderen Menschen nicht erzählen kann.“
- „Es ist so befreiend zu merken, dass die anderen mich verstehen.“
- „Ich fühle mich aufgehoben und angenommen, so wie ich bin.“
- „Alle hören zu und verstehen. Ich muss nicht viel erklären.“
- „Es hilft, dass es anderen genauso oder ähnlich ergeht.“
- „Hier gibt es Verständnis für Wut, Groll, Verzweiflung.“
- „Man lernt den Umgang mit Aggressionen auch durch die anderen Teilnehmer*innen.“
- „Wir haben Raum und Zeit die Aggressionen zu benennen und zu beschreiben.“
- „Es ist wie ein Ventil, nur darüber zu sprechen.“
- „Durch das Nachfragen und Interesse der anderen, verändert sich schon was, das bringt einen runter.“

Sozial-, Rechts-, Renten-, Pflege- und Mietberatung

Agentur für Arbeit Berlin Süd

Geschäftsstelle Steglitz-Zehlendorf
Händelplatz 1, 12203 Berlin, Service für
Vermittlung und Leistung, Tel. 0800-455 550 0
Familienkasse, Berlin Süd
Sonnenallee 282, 12057 Berlin, Tel. 0800-455 55 30
→ Arbeitsvermittlung, Leistungsabteilung, Stellen-
informationsservice (SIS)

JobCenter Steglitz-Zehlendorf

Birkbuschstr. 10, 12167 Berlin, Tel. 55 55 76 22 22
→ Arbeitslosengeld II, Arbeitsvermittlung

Allgemeine Sozialberatung

Diakonisches Werk Steglitz

Johanna-Stegen-Str. 8, 12167 Berlin, Tel. 771 09 72
✉ sozialeberatung@dwstz.de 🌐 www.dwstz.de
Termine nach telefonischer Vereinbarung

Allgemeiner Blinden- und Sehbehindertenverein Berlin e. V.

Tel. 89588-0, ✉ steglitz-zehlendorf@absv.de
→ Beratung von blinden/sehbehinderten Menschen
sowie deren Angehörigen bei der Bewältigung
von Problemen im Alltag; regelmäßige Gruppen-
angebote, Veranstaltungen, z. B. Tagesfahrten,
Reisen, Sommerfeste und Weihnachtsfeiern

Berliner Krisendienst

Schloßstr. 128, 12163 Berlin, Tel. 390 63 60
täglich 16.00 – 24.00 Uhr geöffnet
→ Telefonberatung 24 h. Hilfe durch Gespräche in
schwierigen, verzweifelten u. einsamen Lebens-
situationen, bei psych. Erkrankung, Beratung
auch von Angehörigen (kostenlos, anonym, ohne
Anmeldung, Arzt in Rufbereitschaft)

Berliner Seniorentelefon ☎ 279 64 44

Mo, Mi 12.00 – 14.00 Uhr; Fr, So 14.00 – 16.00 Uhr
– Auch, wenn diese Tage auf Feiertage fallen –
✉ info@berliner-seniorentelefon.de
🌐 www.berliner-seniorentelefon.de
→ Vertrauliches, anonymes Info-/Gesprächsange-
bot für ältere Menschen und deren Angehörige,
Vermittlung von Hilfe, Beratung. Wir suchen eh-
renamtliche Mitarbeiter.

Caritasverband Berlin e. V.,

Integrative Suchtberatung

Alkohol, Medikamente, Nikotin, Drogen

Königsberger Str. 11, 12207 Berlin, Tel. 66 63 39-0
✉ sucht-koenigsberger@caritas-berlin.de
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do 9.00 – 17.00 Uhr
Di 9.00 – 18.00 Uhr, Fr 9.00 – 16.00 Uhr
offene Sprechstunde: Di 16.00 – 18.00 Uhr

Cura-Betreuungsverein Steglitz-Zehlendorf

Der Betreuungsverein Cura wird Sie beraten
und durch Fortbildungen zur Wahrnehmung
des Betreueramtes qualifizieren.
Bei Interesse zur Übernahme ehrenamtlicher
Betreuungen wenden Sie sich bitte an den:
→ Cura-Betreuungsverein Steglitz-Zehlendorf
Fregestraße 53, 12161 Berlin, Tel. 859866-10
🌐 www.cura.nbhs.de/betreuungsverein
✉ cura@nbhs.de

Lesbenberatung Berlin e. V.

Kulmer Str. 20 A, 10783 Berlin, Tel. 215 20 00
Mo, Mi, 14.00 – 17.00 Uhr, Di 10.00 – 16.00 Uhr
Do 15.00 – 18.00 Uhr
✉ info@lesbenberatung-berlin.de
🌐 www.lesbenberatung-berlin.de

Schwulenberatung Berlin

Niebuhrstr. 59 – 60, 10629 Berlin, Tel. 446 688-111
🌐 www.schwulenberatungberlin.de
✉ info@schwulenberatungberlin.de

Schuldner- und Insolvenzberatung

→ Deutscher Familienverband,
Landesverband Berlin e. V.
Berlinickestr. 13, 12165 Berlin, Tel. 7009-6290
✉ sib.sz@dfr-berlin

Sozial- und Rechtsberatung

Sozialverband VdK Berlin-Brandenburg e. V.

Linienstraße 131, 10115 Berlin
Tel. 86 49 10 607-608
✉ sr.berlin.brandenburg@vdk.de
→ Beratung zum Sozialrecht und zu Rentenansprü-
chen (tel. Anmeldung erforderlich)

Landesamt für Gesundheit und Soziales

Postanschrift (für alle Dienstgebäude)

Postfach 31 09 29, 10639 Berlin

Alles zum Schwerbehindertenrecht (Schwerbehindertenausweis, Beiblatt, SonderFahrDienst, usw.)

KundenCenter im Versorgungsamt: Tel. 115

Sächsische Str. 28, 10709 Berlin

Schwerbehindertensachen: Tel. 115

SonderFahrDienst/Wertmarken: Tel. 115

(nur gebuchte Termine)

✉ infoservice@lageso.berlin.de

🌐 www.berlin.de/lageso/behinderung

Soziales Entschädigungsrecht/Hauptfürsorgestelle

Sächsische Str. 28, 10707 Berlin

Mo, Di, Fr 9.00 - 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

✉ post@lageso.berlin.de 🌐 www.berlin.de

lageso/versorgung/hauptfuersorgestelle

Integrationsamt: Darwinstr. 15, 10589 Berlin

Tel. 90229-3304, Fax 90229-3399

integrationsamt@lageso.berlin.de

Pflege in Not

Beratung bei Konflikt und Gewalt in der Pflege

Bergmannstr. 44, 10961 Berlin, Tel. 69 59 89 89

Sprechzeiten: Mo, Mi, Fr 10 - 12 Uhr, Di 14 - 16 Uhr,

Do 16 - 18 Uhr u. n. V., ✉ pflege-in-not@diakoniestadtmitte.de, 🌐 www.pflege-in-not.de

→ **Zielgruppe:** Jede/r, der Konflikte und Gewalt in

der Pflege erlebt, wie z. B. pflegende Angehörige, Pflegebedürftige oder Beschäftigte in der Pflege

→ **Angebote:** telefon. und psycholog. Beratung,

Hausbesuche und Vor-Ort-Beratung, Vermittlungsgespräche (Mediation) und Fortbildungen

Reha Steglitz: Kontakt-/Beratungsstellen für psychisch beeinträchtigte Erwachsene

🌐 www.reha-steglitz.de

Tageszentrum Albrechtstr. 15

12167 Berlin, Tel. 22 50 54 60, Fax 225 05 46 24

Mo/Di/Fr 12.00 - 15.00 Uhr, Mi 12.00 - 16.30 Uhr

Tageszentrum Kamenzer Damm 1A

12249 Berlin, Tel. 22 19 16 00

Mo, Fr 10 - 15 Uhr, Di 12 - 15 Uhr, Do 12 - 16 Uhr

→ Beratung und Unterstützung für psychisch beeinträchtigte Menschen und in Lebenskrisen. Cafeteria, Gruppenangebote, Veranstaltungen

Verbraucherzentrale Berlin e. V.

Ordensmeisterstraße 15 - 16, 12099 Berlin

Tel. 21 48 50 (Telefonansage mit Angaben zum Beratungsangebot und den entsprechenden Rufnummern) 🌐 www.verbraucherzentrale-berlin.de

→ tel. Beratung zu Lebensmittel und Ernährung, Rundfunkbeiträgen, Energieberatung

→ kostenpflichtige Beratung zu Patientenrecht, Versicherungsrecht

Hilfsmittel- /Wohnraumanpassung

Sozialverband VdK Berlin-Brandenburg e. V.

Tel. 4976 96 71 ✉ hilfsmittelberatung.bb@vdk.de

→ Beratung zu alters- und behindertengerechtem Wohnen (tel. Anmeldung erforderlich; bei Bedarf auch Hausbesuche)

Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg

Standort Berlin: Knobelsdorffstr. 92, 14059 Berlin

Kostenloses Servicetelefon: 0800 1000 480 25

🌐 www.deutsche-rentenversicherung.de/

BerlinBrandenburg/de

→ Das Rentenrecht ändert sich häufig. Die Deutsche Rentenversicherung informiert bei Fragen zur Rente, Rehabilitation und zusätzlichen Altersvorsorge.



Andreas Kerkmann

STEUERBERATER

Ludwigsfelder Str. 14
14165 Berlin-Zehlendorf

Tel. 030-8 01 73 35

Fax 030-8 02 24 94

E-Mail: a.kerkmann@buero-kerkmann.de

www.buero-kerkmann.de

Mandatenportal

<https://buero-kerkmann.portalbereich.de>

Mobilitätshilfedienst

Ein besonderes Angebot des Diakonievereines Steglitz für alle älteren und behinderten Menschen:

Qualifizierte Mobilitätshelfer begleiten Sie von Ihrer Wohnung zu jedem gewünschten Ziel, z.B. zum Einkaufen, zu Ämtern, zum Friseur und Arzt oder auf einen Besuch bei Bekannten und Verwandten.

Weitere Leistungen des Mobilitätshilfedienstes

Tagesfahrten in die Berliner Umgebung, Rollstuhlschiebedienste und Blindenführung.

Albrechtstr. 80, 12167 Berlin, Tel. 79473130

Sprechzeiten: Mo - Fr 8.00 - 14.00 Uhr

✉ mobidienst.steglitz@diakonie-mobil.de

🌐 www.diakonie-mobil.de

Hinweis: Der VBB - Verkehrsverbund Berlin-Brandenburg GmbH - unterhält in Kooperation mit anderen Institutionen einen **Bus und Bahn-Begleiterservice** für mobilitätseingeschränkte Personen, die die öffentlichen Verkehrsmittel benutzen möchten (kein Ersatz für den Sonderfahrdienst). Der Service steht täglich von 8 - 18 Uhr zur Verfügung, Begleitwünsche sind Mo bis Fr 9 - 14 Uhr (Tel. 79473130) anzumelden.

Kontaktstelle PflegeEngagement

pflegeflankierendes Ehrenamt und Selbsthilfe

Königsstraße 42 - 43, 14163 Berlin, Tel. 80 19 75 38
Mittelhof e.V., gefördert vom Land Berlin

Mo 10.00 - 12.00 Uhr, Do 15.00 - 17.00 Uhr

✉ kpe@mittelhof.org, 🌐 www.mittelhof.org

→ Wir unterstützen freiwilliges Engagement und Selbsthilfeinitiativen im Umfeld von häuslicher Pflege zur Entlastung pflegender Angehöriger. Selbsthilfe, ehrenamtlicher Besuchsdienst, Information, Nachbarschaftshilfe.

echt unersetzlich

Bergmannstr. 44, 10961 Berlin, Tel. 61202482

Onlineberatung, telefonisch und persönlich

✉ echt-unersetzlich@diakonie-stadtmitte.de

🌐 www.echt-unersetzlich.de

→ Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene, die sich um kranke oder behinderte Familienmitglieder kümmern

DUNA-Abrechnungen

Inh. Thomas Sven Hitz

Pflegefall und wer erledigt den ganzen Schriftverkehr??

Verschenken Sie kein Geld und entlasten Sie sich und Ihre Angehörigen!

Wir kümmern uns um sämtlichen Schriftwechsel und

Abrechnungsangelegenheiten mit

Kranken-, Pflegeversicherung und Beihilfe.



Thomas und Nathalie Hitz
Windenweg 34a
12357 Berlin

Sie haben keine Zeit, kein Fachwissen oder einfach nur keine Lust? Dann sind wir für Sie da. Interessant für Selbständige, Beamte, Soldaten, Betreuer, Angehörige und auch für Patienten, die kein Pflegefall sind. Sie brauchen Hilfe? Bitte rufen Sie uns an.

030 - 60 97 31 36
0171 - 368 51 24

info@duna-abrechnungen.de
www.duna-abrechnungen.de



Pflegestützpunkte Steglitz-Zehlendorf

Die Mitarbeiterinnen der **Pflegestützpunkte in Steglitz-Zehlendorf** informieren, beraten und unterstützen Sie kostenfrei und neutral zum Thema Pflege und zu möglichen Hilfs- und Unterstützungsangeboten im Bezirk. Hierzu zählt auch die Hilfe bei der Antragstellung zu den verschiedenen Sozialleistungen, die Recherche von geeigneten Wohnformen und die Auskunft über die Leistungen der Pflegeversicherung. Wir unterstützen Sie bei der Auswahl und Inanspruchnahme der Leistungen der Pflege- und Krankenversicherung sowie weiterer bundes- und landesrechtlich vorgesehenen Sozialleistungen. Wir geben Ihnen einen Überblick über sämtliche Unterstützungsleistungen, damit Sie bei Krankheit und Behinderung so lange wie möglich selbstbestimmt in Ihren eigenen vier Wänden bleiben können. Auch Eltern von behinderten, pflegebedürftigen Kindern und Jugendlichen erhalten Beratung und Unterstützung bei der Organisation ihres oft schwierigen Alltags. Wir bieten Ihnen an mit Ihnen gemeinsam nach individuellen Lösungswegen zu suchen, die in Ihrer Situation hilfreich sind. Wenn Sie es wünschen, begleiten wir Sie auch unterstützend bei der Organisation des Pflegealltags. Auf Wunsch und bei Bedarf besuchen wir Sie auch in Ihrer Wohnung oder in einer Einrichtung.

■ Pflegestützpunkt

Albrechtstr. 81a, 12167 Berlin-Steglitz
Tel. 769026-00
✉ steglitz@pspberlin.de

■ Pflegestützpunkt

Ferdinandstr. 35, 12209 Berlin-Lichterfelde
Tel. 338536480
✉ lichterfelde@pspberlin.de

■ Pflegestützpunkt

Teltower Damm 35, 14169 Berlin-Zehlendorf
(im „Forum Zehlendorf“)
Tel. 0800 26508026550 (kostenfrei)
✉ zehendorf@pspberlin.de

■ Pflegestützpunkt

(Außenstelle Wannsee-Königstraße)
Königstraße 25 - 27, 14109 Berlin
(im Treffpunkt Im-besten-Alter)
Tel. 0800 26508026550 (kostenfrei)
✉ zehendorf@pspberlin.de

Sprechstunden: Di 9.00–15.00 Uhr, Do 12.00–18.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

🌐 www.pflegestuetzpunkteberlin.de

PFLEGESTÜTZPUNKTE
BERLIN
Informieren · Beraten · Unterstützen



Björn Schulz Stiftung

Wirksam helfen

In Deutschland leben rund 50.000 Kinder und Jugendliche mit lebensverkürzenden Erkrankungen. Seit mehr als 25 Jahren begleitet, stärkt und entlastet die Björn Schulz Stiftung betroffene Familien: im Sonnenhof – Hospiz für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, im Nachsorge- und Erholungshaus Irmengard-Hof sowie durch stiftungseigene ambulante Dienste.

„Im Jahr 2023 begleiteten wir 583 Familien in Berlin und im Land Brandenburg. Darüber hinaus sind unsere Ehrenamtlichen in der Familien- und Trauerbegleitung tätig. Über 200 weitere Unterstützer*innen engagieren sich in verschiedenen Bereichen ebenfalls ehrenamtlich. Geldzuwendungen ermöglichen unsere spendenfinanzierten Angebote. Testamentarische Verfügungen zugunsten der Björn Schulz Stiftung sind erbschaftsteuerbefreit und helfen schwerstkranken Kindern wirksam, direkt und unmittelbar! Dafür sagen wir von Herzen DANKE.“

Ihre Silke Schander, Björn Schulz Stiftung

Erben & Vererben

Nachlassangelegenheiten

🌐 www.bjoern-schulz-stiftung.de

Tel.: 030 398 998 22

Partner der sozialen Arbeit

Vereine und Verbände


□ AWO Berlin, Kreisverband Südwest e. V.

→ Kreisbüro:

Mörchinger Str. 116, 14169 Berlin, Tel. 84592114

→ Regionalbüro Steglitz:

Osdorfer Str. 121, 12207 Berlin, Tel. 713870-90/-50

 www.awo-suedwest.de

Angebote: Soziale Beratung, Arbeitskreis Sucht/Alkohol, Renten- und Mieterberatung, kostenlose Erst-Rechtsberatung, Kleiderkammer, Bücherbasar, Seniorenbegegnungsstätten, betreutes Einzelwohnen, WGs für Menschen mit geistiger Behinderung. Vermittlung: ehrenamtlicher Besuchsdienst, Putzmobil, Pflegeheime, Computerkurse für Menschen 50plus

□ Der Paritätische Wohlfahrtsverband LV Berlin e. V.

Brandenburgische Str. 80, 10731 Berlin

Tel. 86001-0  info@paritaet-berlin.de
 www.paritaet-berlin.de

□ Diakonisches Werk Steglitz und Teltow-Zehlendorf e. V.

Hindenburgdamm 101 B, 12203 Berlin

Tel. 83 90 92 40,  www.dwstz.de



Beratung für sozial Schwache, Migranten sowie für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen, Trägerschaft von Ambulanten Hilfen

□ Diakonie-Hospiz Wannsee GmbH

Königstraße 62 B, 14109 Berlin



Hospizleiterin: Angelika Behm

Tel. 805 05-702/-723

 a.froeb@diakonie-hospiz-wannsee.de
 www.diakonie-hospiz-wannsee.de

□ DRK Berlin Süd-West gGmbH

Info-Center: Düppelstraße 36, 12163 Berlin



Tel. 790 11 30  info-center@drk-berlin.net
 www.drk-sz.de

Wir beraten Sie kostenlos über die vielfältigen Angebote und Dienstleistungen des Berliner DRK für Seniorinnen und Senioren, u.a. zu Seniorenfreizeitstätten und -pflegeheimen, Hausnotruf, Mobilitätshilfen, Blutspende, Erste Hilfe, Familienberatung, Sozialrechtsberatung, Vorsorge- und Erbrechtsberatung und Kleiderspenden

□ DRK, Kreisverband Steglitz-Zehlendorf e. V.

Düppelstraße 36, 12163 Berlin

Tel. 793 02 39-0, Fax 79 30 02 39-11

 info@drk-sz.de,  www.drk-sz.de

Zu den Angeboten gehören insbesondere ehrenamtliche Dienste, Seniorenfreizeitstätten, Kleiderspenden, Kurse für Erste Hilfe, Blutspendedienst und Schwimmkurse für alle Altersklassen sowie die wegweisende Beratung

□ Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., RV Berlin

Berner Str. 2 - 3, 12205 Berlin, Tel. 81 69 01-0

 info@johanniter.de

Rettungsdienst, Krankentransport, Behindertenfahrdienst, Erste-Hilfe-Ausbildung, Ausbildung im Pflegehilfsdienst, Rettungs-Assistenten-Ausbildung, Menüservice, Jugendarbeit, Hausnotruf

□ Unionhilfswerk e. V. Berlin-Zehlendorf

Machnower Straße 68, 14165 Berlin,

Tel. 817 68 29

Seniorenbetreuung, Freizeitgruppen, Kita

Rat und Hilfe bei Sehverlust

Sie haben eine Augenerkrankung, zum Beispiel Makula-Degeneration oder Glaukom (Grüner Star)? Wir informieren und beraten Sie und Ihre Angehörigen, wie Sie Ihr Leben trotz Seheinschränkung weitgehend selbstständig gestalten können. Wir sagen Ihnen, welche Hilfsmittel es gibt, wo Sie diese erhalten und wer sie finanziert. Wir bieten außerdem Schulungen zur besseren Orientierung und zur Bedienung von technischen Geräten an. www.absv.de



© DBSV/Frisee

Allgemeiner Blinden- und Sehbehindertenverein Berlin (ABSV)

Bezirksgruppe Steglitz-Zehlendorf

Tel. 89588-0

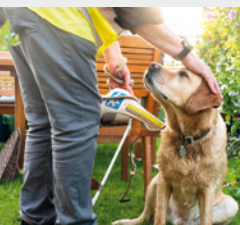
 steglitz-zehlendorf@absv.de

Aufwändige Arbeit der Stiftung Deutsche Schule für Blindenführhunde

Blindenführhunde erfolgreich übergeben

Mehr als zwei Jahre dauert es, bis aus einem Welpen ein zuverlässiger Blindenführhund wird und seinem neuen sehbehinderten oder blinden Partner übergeben werden kann. Für viele ein unbeschreiblich glücklicher Moment, der zu einem völlig neuen Lebensgefühl führt.

Ein intensives Kennenlernen zwischen Mensch und Hund und ein mehrwöchiger Einarbeitungslehrgang sind Grundstein dafür, dass Führhundhalter und Blindenführhund zu einem guten Team zusammenwachsen und Freunde fürs Leben werden. Schon während der



ersten Lebenswochen wird unter fachlicher Anleitung, der junge Welp auf seine künftige Aufgabe vorbereitet. Ein großer Dank gebührt den ehrenamtlichen

Als Blindenführhund begleiten die Tiere blinde oder sehbehinderte Menschen im Alltag.

Patenfamilien, welche unter enger Begleitung der Trainer aus den Welpen zuverlässige und umweltsichere Begleiter machen. Nach circa anderthalb Jahren kommen die zukünftigen Führhunde zu ihren Trainern und werden dort liebevoll und mit viel Herzblut und Sachverstand zu treuen Helfern fürs Leben ausgebildet. Dabei ist es wichtig, dass die Hunde weiterhin als Familienhunde leben können und ihnen eine Zwingerhaltung erspart bleibt. Auch dank der Unterstützung zahlreicher Sponser konnten 2023 von der Stiftung wieder glückliche Teams aus Führhundhaltern und Blindenführhunden zusammengeführt werden.



© Stiftung (2)

Geboren in der Stiftung, wachsen die Welpen in Patenfamilien auf.

HELFEN macht tierisch GLÜCKLICH



Das Tierheim Berlin versorgt täglich mehr als 1.300 Tiere.

So können Sie helfen:

- 🐾 mit einer Spende
- 🐾 mit einer Patenschaft
- 🐾 werden Sie Mitglied im Tierschutzverein für Berlin
- 🐾 bedenken Sie das Tierheim Berlin in Ihrem Nachlass



Tierheim Berlin · Hausvaterweg 39 · 13057 Berlin
Tel. 030 76888-270 · www.tierschutz-berlin.de/spenden
Spendenkonto: Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE72 3702 0500 0001 0379 00



Stichwortverzeichnis

<input type="checkbox"/>	Beratung & Hilfe	
	Allg. Blinden- und Sehbehindertenverein	80
	Schriftverkehr bei Pflegefällen	78
	Steuerberatung.....	77
<input type="checkbox"/>	Spenden/Testamente für einen guten Zweck	
	bedrohte Tierarten / Haustiere	31, 81
	Kinderhospiz	34, 79
	Stiftung Dt. Schule für Blindenführhunde	2. USS
<input type="checkbox"/>	Dienstleistungen	
	Krankenkostenabrechnung.....	78
	Mobiler Mittagstisch.....	35
<input type="checkbox"/>	Beauty & Wellness	
	Friseursalon.....	30
<input type="checkbox"/>	Gesundheit & Fitness	
	Apotheke	66
	Curatio & Care Wundmanagement	64
	Ergotherapie	65
	Fachärzte für Kardiologie + Innere Medizin ...	4, 65
	Kliniken, Krankenhäuser	64-66
	Tagesklinik.....	67, 3. USS
	Physiotherapie	66
	Sportstudio.....	62
<input type="checkbox"/>	Freizeit, Kultur, Reisen, Gastronomie	
	Berliner Seniorenwoche.....	28
	Blockhaus Nikolskoe	41
	Busfahrten, Tagesfahrten	5
	Bahntickets mit persönlicher Beratung	46
	Kino.....	40
	Museen in Potsdam.....	36-37
	Theater	7
	Biosphäre Potsdam.....	2. USS
	Musikschule.....	39
	Garys Entertainment	6
	Seniorennetz Berlin	38
	Seniorenuniversität pro seniores.....	38

Impressum



Herausgeber:

Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf
Abteilung Bürgerdienste und Soziales
🌐 www.steglitz-zehlendorf.de

Redaktion:

Andrea Liedmann (Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf)
Tel. 90299-6530

Realisierung und Anzeigen:

aperçu® Verlagsgesellschaft mbH
Gubener Straße 47, 10243 Berlin
Tel. 29371400
🌐 www.berlin-broschueren.de

Redaktionsschluss: 20.02.2024

Titelbild: © Zeichnungen von Axel Boy

Nachdruck - auch auszugsweise - oder Fotokopien dürfen nur mit Quellenangaben und ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers erfolgen. Für den Inhalt der Anzeigen sind die Auftraggeber bzw. Unternehmen verantwortlich.

<input type="checkbox"/>	Politik	
	Parteien/Fraktionen	47, 50-51
<input type="checkbox"/>	Wohnen	
	Immobilienberatung	59
	Teppiche	61
	Seniorenwohnungen/Residenzen	59, 4. USS
<input type="checkbox"/>	Pflege & Betreuung	
	Ambulante Pflege	68
	Pflegewohnheime.....	72-73, 3. USS
	Tagespflege.....	70-71

USS = Umschlagseite

Moderne Altersmedizin mitten in Potsdam

Als Geriatriisches Akutkrankenhaus mit Tageskliniken orientiert sich unser Behandlungskonzept an den körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Bedürfnissen unserer älteren Patientinnen und Patienten. Unser Ziel ist es, die Lebensqualität und Selbstständigkeit so weit wie möglich zu mobilisieren und zu erhalten.

Mehr unter www.altersmedizin-potsdam.de

Evangelisches Zentrum für Altersmedizin
Fachkrankenhaus und Tagesklinik



Evangelisches Zentrum für Altersmedizin GmbH

Geriatriisches Akutkrankenhaus
Geriatriische Tageskliniken

Weinbergstraße 18-19
14469 Potsdam

Tel. 0331.2777.0

info@altersmedizin-potsdam.de

Unter dem Dach der



Alexianer

Im Verbund der
Diakonie

Aus Liebe zum Leben

Johanniter-Stift
Berlin-Lichterfelde

Stationäre Pflege

Auf höchstem Niveau mit
vielen Annehmlichkeiten

Spezialisierte Palliativversorgung

Für eine individuelle Begleitung am Lebensende

Altersgerechtes Wohnen

In idyllischer Umgebung, Sicherheit und Komfort
in den eigenen vier Wänden



JOHANNITER

Johanniter-Stift Berlin-Lichterfelde

Aus Liebe zum Leben

Finckensteinallee 123/125 · 12205 Berlin · Tel. 03084 7910-0 · info@johanniterstift-berlin.de


Rosenhof Berlin?

Davon hört man ja nur Gutes.

Stimmt! Schließlich sind wir seit über 50 Jahren ein verlässlicher Partner für Senioren, die ihr Leben selbstbestimmt und komfortabel gestalten möchten. In unseren Häusern erwarten Sie individuelle Apartments gepaart mit einem umfangreichen Dienstleistungsangebot. Auch in der pflegerischen Versorgung stehen wir für Qualität und Kompetenz.

Schon **ab monatl. € 1.797,-*** (inkl. umfangreicher Grundleistungen) können Sie Ihr Leben bei uns genießen. Sind Sie neugierig geworden? Ausführliche Informationen zum Leben und der Betreuung im Rosenhof erhalten Sie in Berlin-Mariendorf unter **030/50 177770** und in Berlin-Zehlendorf unter **030/705 50 59 50**.


50 Jahre



Mit einer
Rosenhof-Anwartschaft
für die Zukunft vorsorgen.
Wir beraten Sie gern!

*Stand 01/2024, Rosenhof Berlin-Mariendorf