



Bezirksamt
Pankow

BERLIN



2022/23

Pankow für Senioren

Einrichtungen | Angebote | Veranstaltungen



Telefon 030 / 4 86 27-0

Pflegewohnheim »Dr. Günter Hesse«



familiäre Atmosphäre



Garten & Terrasse zum Erholen



viele Freizeitangebote

Pankower Straße 14 | 13156 Berlin

www.unionhilfswerk.de/pflege

www.werde-wegbegleiter.de



Unionhilfswerk

SICHER UNTER PALMEN WOHNEN



Wir bieten Ihnen:

- Dauerpflege
- Vollstationäre Pflege
- Verhinderungspflege
- Palliative Pflege



Schulzestraße 10 | 13187 Berlin

Tel.: 030/49 40 04-720

rlpankow@fuersorge-im-alter.de

www.fuersorge-im-alter.de

Fürsorge im Alter
Seniorenresidenz Haus Pankow



Liebe Pankowerinnen und Pankower,

„Das Erlebte weiß jeder zu schätzen, am meisten der Denkende und Nachsinnende im Alter; er fühlt mit Zuversicht und Behaglichkeit, dass ihm das niemand rauben kann.“

Johann Wolfgang von Goethe

Mit großer Freude möchte ich Ihnen hiermit den Seniorenratgeber für das Jahr 2022 vorstellen. Als älteste und damit vielleicht erfahrenste Generation haben Sie einen ganz besonderen Stellenwert in unserer Gesellschaft. Sie sind aber auch diejenigen, von denen in den letzten Jahren besonders viel abverlangt wurde. Eine Pandemie, in der uns Ihr Schutz besonders am Herzen lag. Als Bezirksstadträtin bin ich bemüht, die Coronakrise mit all ihren virologischen, sozialen, politischen und kulturellen Fragen zu begreifen und weiterhin für die Bewältigung dieser und damit für Ihre Sicherheit einzustehen. Zu der aktuell herausfordernden Lage kommen zusätzlich die Kriegsbilder aus der Ukraine, die uns täglich über die Medien in den Wohnzimmern erreichen. Es ist eine Zeit, in der gegenseitige Unterstützung immer wieder in unser Zentrum des Handelns rückt und damit umso mehr an Bedeutung gewinnt.

Alle und alles im Blick zu haben, ist mir wichtig. Deshalb wende ich mich heute an Sie. Pankow ist ein bunter Bezirk. Ebenso vielfältig sind seine Angebote. Es ist mir eine Herzensangelegenheit, Ihnen mit unserem Seniorenratgeber für 2022 wieder ein kleines Nachschlagewerk zur Orientierung in die Hand zu geben. Meine Mitarbeitenden haben für Sie eine aktuelle Palette an nützlichen Adressen und wertvollen Tipps zusammengetragen. Dafür gebührt ihnen mein herzlicher Dank.

Es sollen Ihnen Fragen beantwortet werden wie: Wo finde ich die Ansprechpartner, die ich brauche? Die breite Palette der Informationen reicht von Hilfsangeboten in verschiedenen Lebenslagen, über Gesundheitsvorsorge, finanzielle Hilfen, diversen Dienstleistungen und Angeboten zum Thema Sport treiben, Wohnen im Alter bis hin zum bedeutsamen Thema der Pflege.



An dieser Stelle gelten mein Dank und meine Anerkennung allen, die sich ehrenamtlich und hauptamtlich in der Seniorenarbeit engagieren. Ich hatte vor einiger Zeit die Gelegenheit, die Seniorenvertretung neu zu berufen. Der Anteil an Seniorinnen und Senioren in unserer Gesellschaft wächst. Die Seniorenvertretung vertritt damit die Interessen erheblicher Bevölkerungsteile. Ihre Interessen! Ich freue mich sehr auf die Zusammenarbeit aller Beteiligter. Doch, was macht die Seniorenvertretung eigentlich? Mitglieder der Seniorenvertretung genießen Rederecht in den Ausschüssen, sind im Vorstand von Pankower Pflegeeinrichtungen und ganz allgemein für alle älteren Menschen ansprechbar. So erarbeiten sie Vorschläge zu Maßnahmen des Bezirks, die von Bedeutung für Seniorinnen und Senioren sind, z. B. im Verkehr, beim Wohnen oder in der Gesundheit.

Zuletzt möchte ich Sie gerne dazu ermuntern, sich in Pankow für den Bereich Senioren ehrenamtlich zu engagieren. Wir benötigen jede helfende Hand, um als Gemeinschaft noch dichter zusammenzuwachsen. Es gibt viele spannende Felder, in denen Ihr Engagement und Ihre Expertise gefragt sind. Haben Sie beispielsweise besondere Sprachkenntnisse oder Freude an der Arbeit mit älteren Mitmenschen, dann melden Sie sich gerne für ein Ehrenamt. Die Kontaktdaten finden Sie auf den Seiten 10 - 13.

Ich wünsche Ihnen viel Gesundheit und alles Gute!

Cordelia Koch
Bezirksstadträtin für Soziales und Gesundheit

Bezirksamt Pankow von Berlin

- Bezirksverordnete, BVV, Fraktionen 29
- **Seniorenvertretung Pankow neu gewählt:**
Motivierter Einsatz für die Älteren 4 - 5
- **Seniorenservice und soziale Angebote:**
Fachbereich mit Ansprechpartner*innen 6
Fachbereichsleiterin Jana Kruspe 7
- **Beratung, Service, Hilfe im Bezirksamt:**
Amt für Bürgerdienste / Rechtsamt 8
Beauftragte für Behinderte, Migranten
und Gleichstellung / Gesundheitsamt 8
Sozialhilfe / Allgemeiner Sozialdienst 9
Integrationsamt Pankow 9
Betreuungsbehörde / Betreuungsverein 10

Ehrenamt

- FreiwilligenAgentur Pankow 10
- Gratulationen und Ehrungen im Bezirk 11
- Aufruf: Wir suchen Ehrenamtliche! / Sokos .. 12 - 13

Begegnungsstätten & Treffpunkte

- **Kommunale Begegnungsstätten:**
Begegnungsstätte Tollerstraße 5 15
Begegnungsstätte Am Friedrichshain 15 16
Begegnungsstätte Grellstraße 14 17
Begegnungsstätte Paul-Robeson-Str. 15 18
Begegnungsstätte Husemannstr. 12 19
Begegnungsstätte An der Panke 20 - 21
- Treffpunkte freier Träger 22 - 24
- Stadtteilzentren 26 - 27

Lesen und Rätseln

- Bibliotheken 28
- Berliner Kreuzworträtsel 30 - 31

Politik

- Bezirksverordnete, Fraktionen 29

Bezirkskarte

- mit wichtigen Standorten im Bezirk 32 - 33

Tierfeu(n)de

- Blindenführhund Rudi im Alltag 34
- Buchtipp: Pfoten vom Tisch! 35

Wohnen & Leben

- Betreutes Service-Wohnen 36
- Immobilie: Verkaufen oder behalten? 37
- Neues aus der Seniorenstiftung Prenzl. Berg 38

Gesundheit & Pflege

- Kliniken und Krankenhäuser 40
- Geistig und seelisch fit im Alter 41
- Interdisziplinäres Gefäßzentrum
mit neuer Doppelspitze in Berlin-Buch 42
- Bewegungsatlas für Senioren 44
- Ambulante Pflege (Hauskrankenpflege) 46
- Senioren-Wohngemeinschaften 48
- Teilstationäre Pflege (Tages-/Kurzzeitpflege) 49
- Vollstationäre Pflege (Pflegewohnheime) 52

Beratung & Hilfe

- Vereine, Verbände, Projekte 54 - 57
- Pflegestützpunkte 58
- Vereine und Verbände für Menschen
mit Migrationshintergrund 59 - 61

Abschied

- Friedhöfe / Abschied von der Oma 62 - 63
- Stichwortverzeichnis / Impressum 64

BUCHTIPP: Was manche im Ruhestand tun - endlich mal die Welt bereisen - hat Helge Timmerberg schon Jahrzehnte lang betrieben. Mit knapp Siebzig erkundet der Bestseller-Autor, durch Corona gestoppt, keine exotischen Länder, sondern den eigenen Körper. Ob der ewige Hippie seine erschlafften Bauchmuskeln trainiert, in drei Ländern nach dem besten Zahnarzt sucht oder vergeblich mit der Gleitsichtbrille kämpft - das ist ziemlich egozentrisch, aber auch ziemlich unterhaltsam. Daneben sinniert der Vegetarier und Kiffer Timmerberg auch über das Leben, erinnert sich an die Abschiede von seinen Eltern und fragt sich, ob er mit Siebzig noch einen Zehn-Jahres-Plan aufstellen sollte.

□ **Helge Timmerberg: Lecko Mio. Siebzig werden.**

Verlag Piper | 20,- € | ISBN 9783492058230





PARITÄTISCHES Seniorenwohnen

- Vollstationäre Pflege
- Verhinderungspflege
- Betreutes Wohnen
- Geschützte Wohnbereiche für demenziell Erkrankte in Lichtenberg



Unsere Sozialdienstmitarbeiterinnen beraten Sie gerne.

LICHTENBERG

Dr. Victor Aronstein	Frau Brosseit	030 8320 86440
Am Heckelberger Ring	Frau Fröse	030 9819 5044
Vincent van Gogh	Frau Kessel	030 9606 67240

PANKOW

Am Rosengarten	Frau Geck	030 9409 4404
Am Schloßpark	Frau Klein	030 20848 2423

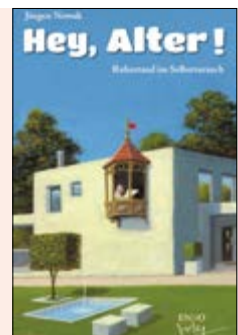
PARITÄTISCHES Seniorenwohnen
gemeinnützige GmbH
Storkower Straße 111 · 10407 Berlin
info@pswohnen.de · www.pswohnen.de

DER PARITÄTISCHE VOLKSSOLIDARITÄT
BERLIN



BUCHTIPP: Kurzgeschichten schreibt Jürgen Nowak, ehemaliger Eulenspiegel-Chefredakteur, in seinem Büchlein „Hey, Alter! - Ruhestand im Selbstversuch“. Mit dem Wissen um seine frühere Profession weiß man nicht, was hier ernst genommen und für wahr gehalten werden sollte. Hat seine Frau auf Reisen wirklich eine Wechselhose dabei, weil er immer kleckert? Egal. Schwamm drüber. Oder: Ab in die Hotelwäscherei. Hier gibt's bei den Geschichten zwischen geschenktem Urlaubstauchkurs („einmalig“) und weltverändernden Skatrunden im vorgerückten Zeit- und Promillebereich viel zu schmunzeln und am Ende auch die Erkenntnis, dass Alter nicht immer lustig ist.

□ **Jürgen Nowak: Hey, Alter! Ruhestand im Selbstversuch**
Enno-Verlag | 15,90 € | ISBN 9783981910438



Seniorenvertretung Pankow neu gewählt

Motivierter Einsatz für die Älteren

Im Frühling 2022 wurde die neue Seniorenvertretung Pankow gewählt. Siebzehn Frauen und Männer ab 60 Jahren setzen sich motiviert für die Belange der älteren Bürgerinnen und Bürger im Bezirk ein und fungieren als Mittler zwischen ihnen und den Behörden. Hier stellen sich die neuen und wiedergewählten Mitglieder mit ihren Schwerpunkten und Zielen für die kommenden fünf Jahre vor.

„Ich bin seit 2017 Mitglied der Seniorenvertretung. Meine Schwerpunkte sind u.a.: Unterstützung und Hilfe hin zur selbstständigen Lebensführung, aktive Teilnahme am politischen und gesellschaftlichen Leben unterstützen, die Zusammenarbeit mit Bürgerhäusern und Begegnungsstätten.“

Manfred Anderson (72)

„Mein Schwerpunkt liegt in der Verbesserung und Schaffung von Plätzen in Pflegeheimen und betreutem Wohnen, die den Betroffenen Möglichkeit bieten, ihre mentalen und körperlichen Möglichkeiten auszunutzen und zu halten.“

Horst Hermann Friedrich Beckmann (68)

„Die Seniorenvertretungen müssen bei der Gestaltung des Lebensumfeldes in vielen Bereichen mitwirken. Dazu gehören z.B. der bedarfsgerechte Ausbau der Angebote im Gesundheitswesen und in der Altenpflege genauso wie der Bau bezahlbarer altersgerechter Wohnungen und die barrierefreie Gestaltung der Wohnquartiere.“

Wilfried Brexel (70)

„Mehr Seniorenarbeit im Norden Pankows! Ich möchte mich dafür einsetzen, das im neu zu bauenden BIZ in Buch Platz für Seniorenbegegnungen geschaffen wird.“

Ute Dähnel (64)

„Ich möchte mich für die vollinhaltliche Umsetzung des Seniorenmitwirkungs-gesetzes einsetzen, außerdem für die optimale Lebensgestaltung für Senior*innen und Menschen mit Behinderung.“

Gert Förster (77)

„Mein Ziel ist es, die Mitwirkung von Senior*innen am gesellschaftlichen Leben zu stärken!“

Rotraut Göber (85)

„Ich setze mich ein für mehr Rücksicht auf Menschen mit Mobilitätseinschränkungen im öffentlichen Raum, möchte die Begegnungsstätten und Unterstützungsangebote bekannter machen und die Rechte der Seniorenvertretungen im Land Berlin verbessern.“

Gisela Grunwald (69)

„Ich setze mich für die Rechte der Senior*innen ein.“

Ulrich Höcke (66)

„Meine Schwerpunkte liegen in der Arbeit in den Freizeitstätten für Senior*innen und deren Erhalt sowie Wohnen im Alter.“

Angela Jelen (74)

„Ich möchte unbedingt etwas tun gegen die kommunikative Armut, die viele unserer Senior*innen erleben, sowie Voraussetzungen und Möglichkeiten schaffen, damit Senior*innen am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Anlässe für Hausbesuche wahrnehmen, ...“

Martina Knabe (66)

„Eines meiner Ziele ist die Sichtbarmachung und Einbeziehung älterer deutscher und ausländischer Künstler*innen, da sie oft nicht (mehr) wahrgenommen werden.“

Monica Luisa Luza Elias-Windolph (68)



© Bezirksamt Pankow

Die neue bezirkliche Seniorenvertretung vor dem Stadtteilzentrum Pankow

„Ich will unseren älteren Mitbürger*innen eine Stimme geben.“

Gisela Meuche (68)

„Da die Bevölkerungsstruktur in Pankow einen immer größeren Anteil an über 60-Jährigen aufweist, möchte ich mit dafür eintreten, dass die ‚Älteren‘ im Bezirk von der Politik nicht vergessen werden!“

Michael Musall (67)

„Konkret will ich dafür sorgen, dass auf dem Rangierbahnhof eine Begegnungsstätte mitgeplant und eingerichtet wird. Denn dieser neu entstehende Kiez sollte auch sozial abgedeckt sein.“

Klaus Quander (72)

„Ich möchte mich dafür einsetzen, dass Senior*innen bezahlbaren Wohnraum in ihrem gewohnten Umfeld behalten können. Es müssen Möglichkeiten erschlossen werden, damit ältere Bürger*innen in ihrer Mobilität nicht eingeschränkt werden, um die Selbstversorgung so lange wie möglich zu gewährleisten.“

Gabriele Seidel (68)

„Mein Leitmotiv: Zuhören, Aufnehmen, Engagieren und Lösungen finden!“

Ursula Stolpe (68)

„Ich will als Senior mithelfen, die Situation alleinlebender und auf Pflege angewiesener Menschen zu verbessern. Damit möchte ich meine Erfahrung in der Seniorenarbeit weitergeben.“

Dieter Wucherpfnig (86)

Kontakt:

Seniorenvertretung Bezirksamt Pankow
Postfach 730113, 13062 Berlin
Tel. 90295-5216

✉ E-Mail: seniorenvertretung@ba-pankow.berlin.de

🌐 www.berlin.de/ba-pankow/politik-und-verwaltung/gremien/seniorenvertretung

Aufgabenbereiche:

Vorsitzende: Gisela Grunwald
Stellv. Vorsitzende: Gert Förster, Wilfried Brexel
Finanzen: Angela Jelen
Schriftführung: Gabriele Seidel

Fachbereich Seniorenservice und soziale Angebote

 www.berlin.de/ba-pankow/politik-und-verwaltung/aemter/amt-fuer-soziales/seniorenservice

Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner

Anschrift:

Fröbelstraße 17, 10405 Berlin, Haus 2 (barrierefrei)
Tel. 90295-0, Fax 90295-6843

□ Fachbereichsleitung

(Haus 2, Zimmer 328)

Frau Kruspe, Tel. 90295-6822

✉ jana.kruspe@ba-pankow.berlin.de

□ Sachbearbeiterin Fachbereichsleitung

Haus 2 Zimmer 307

Frau Strauß - Tel. 90295-6812

✉ iljana.strauss@ba-pankow.berlin.de

□ Kommunale Begegnungsstätten

(Haus 2, Zimmer 311)

Frau Koch, Tel. 90295-6861

✉ baerbel.koch@ba-pankow.berlin.de

□ Ehrenamtlicher Dienst und Sozialkommission

(Haus 2, Zimmer 329)

Frau Hein, Tel. 90295-6830

✉ kerstin.hein@ba-pankow.berlin.de

Frau Klass, Tel. 90295-6836

✉ paulina.klass@ba-pankow.berlin.de

Sprechstunde im Bezirksamt:

Dienstag und Donnerstag von 9.00 - 12.00 Uhr
(bitte telefonisch erfragen)

□ Kulturelle Angebote für Seniorinnen und Senioren

(Haus 2, Zimmer 311)

Frau Stollhoff, Tel. 90295-6872

✉ kathrin.stollhoff@ba-pankow.berlin.de

Sprechstunde im Bezirksamt:

Dienstag und Donnerstag von 9.00 - 12.00 Uhr

□ Projektkoordination und Zuwendungen freie Träger

(Haus 2, 3. Etage)

→ Frau Angres, Tel. 90295-5331

✉ jacquelin.angres@ba-pankow.berlin.de

→ Frau Wicher, Tel. 90295-5705

✉ claudia.wicher@ba-pankow.berlin.de

→ Herr Winkler, Tel. 90295-5367

✉ felix.winkler@ba-pankow.berlin.de

→ Frau Henkert, Tel. 90295-5189

✉ anna.henkert@ba-pankow.berlin.de

Ihre Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner der Begegnungsstätten

□ Begegnungsstätte Tollerstraße 5

Tollerstraße 5, 13158 Berlin

Seite 15

Leitung: Frau Schreier, Tel. 916 60 50

✉ beate.schreier@ba-pankow.berlin.de

□ Begegnungsstätte Am Friedrichshain 15

Am Friedrichshain 15, 10407 Berlin

Seite 16

Leitung: Herr Lissner, Tel. 425 48 21

✉ bernd.lissner@ba-pankow.berlin.de

□ Begegnungsstätte Grellstraße 14

Grellstraße 14, 10409 Berlin

Seite 17

Frau Zimmermann, Tel. 41 93 41 23

✉ kathrin-zimmermann@ba-pankow.berlin.de

□ Begegnungsstätte Paul-Robeson-Straße 15

Paul-Robeson-Str. 15, 10439 Berlin

Seite 18

Leitung: Frau Zimmermann, Tel. 44 71 99 55

✉ kathrin.zimmermann@ba-pankow.berlin.de

□ Begegnungsstätte Husemannstraße 12

Frau Lenk-Ilte, Tel. 442 25 14

Seite 19

✉ susan.Lenk-Ilte@ba-pankow.berlin.de

□ Begegnungsstätte an der Panke im Stadtteilzentrum

Seiten 20-21

Schönholzer Str. 10A, 13187 Berlin

Frau Liedtke, Tel. 47 41 12 34

✉ daniela.liedtke@ba-pankow.berlin.de

Wir sind für Sie da!

Liebe Pankowerinnen und Pankower,

sicherlich warten Sie schon auf die Neuauflage des beliebten Ratgebers für Seniorinnen und Senioren aus Pankow. Endlich ist es soweit und der Ratgeber erscheint für die 2. Halbjahr 2022 und das Jahr 2023. Die letzten zwei Jahre waren wegen der Pandemie mit großen Hürden verbunden. Die Pandemie hat Ihnen liebe Leserinnen und Leser viel abverlangt. Die Begegnungsstätten, Stadtteilzentren, Ehrenamtlich Helfende und Projekte haben vieles neu gedacht, um immer für Sie ansprechbar zu sein. Aber die Angebote sind noch nicht wie vor der Pandemie und viele Angebote müssen wieder neu aufgebaut werden.

Was uns die Pandemie gezeigt hat, wie wichtig die Begegnungsstätten für die Menschen sind. Hier können Sie sich treffen und austauschen, Freizeitangebote nutzen, Sport machen, sich für Wanderungen und Tanzveranstaltungen und vieles mehr verabreden. Die Begegnungsstätten sind ein unerlässlicher Anker im Kiez und wichtig.

Liebe Leserinnen und Leser, bitte beachten Sie, dass wir nicht alle tagesaktuellen Angebote im Ratgeber aufgenommen haben. Rufen Sie uns doch an oder wenn es Ihnen möglich ist, gehen Sie auf unsere Homepage mit den aktuellen Terminen. Die aktuellen Kontaktdaten von den Begegnungsstätten stehen im Ratgeber.



Jana Kruspe, Fachbereichsleitung Seniorenservice und soziale Angebote im Bezirksamt Pankow

Ich möchte an dieser Stelle auch von Herzen all unseren Ehrenamtlichen in den Begegnungsstätten und dem Gratulationsdienst danken! Ohne Ihre unermüdete ehrenamtliche Hilfe wäre der Kontakt zu den älteren Menschen in Pankow nicht möglich.

Leider liegt eine schwere Zeit vor uns. Es ist wieder Krieg in Europa. Wir können noch nicht abschätzen wie sich die Lage entwickelt. Wenn Sie Hilfe oder Unterstützung benötigen, dann rufen Sie uns an. Manchmal hilft es darüber zu reden.

Das ganze Team Seniorenservice und soziale Angebote vom Bezirk Pankow ist für Sie da. Wir freuen uns auf wunderbare gemeinsame Momente mit Ihnen.

Ihre Jana Kruspe



screenshot
passion for film!

2x für Sie in **Berlin** vor Ort:
Sredzkistraße 24
10435 Berlin **Prenzlauer Berg**
Tel. 030-40 50 59 82

**Professionelle Digitalisierung von
N8/Super8 . 9,5mm Pathé
16mm . 35mm**

Zillestraße 9
10585 Berlin **Charlottenburg**
Tel. 030-89 61 07 16
www.screenshot-berlin.de

Rechtsamt

Leitung: Frau Engel, Rathaus Pankow
Breite Str. 24a – 26, 13187 Berlin
Tel. 90295-2207, Fax 90295-2258

Bürgerdienste und Wohnen

Leitung: Frau Rufflett
Breite Str. 24a – 26, 13189 Berlin, Tel. 90295-2710

Amt für Bürgerdienste

Mo 8.00 – 16.00 Uhr, Di 10.00 – 18.00 Uhr,
Mi 8.00 – 14.00 Uhr, Do 10.00 – 18.00 Uhr,
Fr 8.00 – 13.00 Uhr (nur mit Termin)
Callcenter: Tel. 9030-115
→ Bürgeramt Pankow: Tel. 90295-2526
Breite Str. 24a – 26, 13187 Berlin
→ Bürgeramt Prenzlauer Berg: Tel. 90295-6449
Fröbelstr. 17, H 6, 10405 Berlin
→ Bürgeramt Weißensee: Tel. 90295-7409
Berliner Allee 252 – 260, 13088 Berlin
→ Bürgeramt im Bürgerhaus Buch:
Tel. 90295-8881
Franz-Schmidt-Str. 8 – 10, 13125 Berlin

Behindertenbeauftragter

Frau Struck, Rathaus Pankow, Zi. 2.141
Breite Str. 24a – 26, 13187 Berlin, Tel. 90295-2740

Integrationsbeauftragte

Nina Tsonkidis, Rathaus Pankow
Breite Str. 24a – 26, 13187 Berlin, Tel. 90295-2524

Gleichstellungsbeauftragte

Frau Wittenburg, Rathaus Pankow, Zi. 1.47
Breite Str. 24a – 26, Tel. 90295-2305, Fax -2318
✉ stephanie.wittenburg@ba-pankow.berlin.de

Abt. Soziales, Gesundheit und QPK

**Qualitätsentwicklung, Planung und Koordinierung
des öffentlichen Gesundheitsdienstes**

Gesundheitsamt



Grunowstr. 8 – 11, 13187 Berlin
Tel. 90295-2802, Zi. 214

Di 9.00 – 12.00 Uhr, Do 15.00 – 18.00 Uhr
weitere Termine nach Vereinbarung
→ Beratungsstelle für behinderte Menschen
Tel. 90295-2802 oder 90295-2832, Zi. 214
✉ bfb@ba-pankow.berlin.de
→ Sozialpsychiatrischer Dienst für erwachsene Menschen mit psychischen Erkrankungen (Depressionen, Psychosen etc.), geistig behinderte Menschen, verwirrte ältere Menschen und Menschen mit Drogen- und/oder Suchtstörungen sowie für deren Angehörige/Helfer, aber auch für Professionelle in der sozialpsychiatrischen Versorgung
Tel. 90295 -2863,
✉ spd.pankow@ba-pankow.berlin.de
→ Psychiatriekoordination und Leitung:
Frau Berg, Tel. 90295-5011
→ Psychiatrie- und Suchthilfekoordination:
Frau Tenner-Paustian, Tel. 90295-5017
→ Gesundheitsförderung/Gesunde Städte-Netzwerk: Frau Bederke, Tel. 90295-5027
→ Sekretariat/Koordination der Patientenführsprecher*innen: Frau Streng
Tel. 90295-5881

Abt. Soziales und Gesundheitsamt für Soziales

Fröbelstr. 17, 10405 Berlin
Leitung: Herr Gaebel, Tel. 90295-5110
Sekretariat: Frau Sydow, Tel. 90295-5121

Der Behindertenbeauftragte



Der Behindertenbeauftragte ist nach dem Gesetz (Landesgleichberechtigungsgesetz §§ 5 und 7) Ansprechpartner für die Bürger bei Problemen, die sich aufgrund einer häufig altersbedingten Behinderung einstellen. Er informiert über vorhandene Beratungs- und Hilfeangebote in und außerhalb der Verwaltung. Insbesondere bei Problemen mit der Infrastruktur (z. B. bei den Themen Wohnen, Einkauf, Straße, Verkehr, öffentliche Verkehrsmittel, persönliche Mobilität) kann er möglicherweise helfen und unterstützen.

Sozialhilfe

Hier werden persönliche und materielle Hilfen auf der Grundlage des Sozialgesetzbuches XII (SGB XII) gewährt. Dazu zählen auch die Grundsicherungsleistungen, Hilfe zum Lebensunterhalt, Hilfe zur Pflege.

→ Fachbereichsleiter: Frau Benkenstein
Tel. 90295-5155

□ AG Asyl- und Wohnungslose

Materielle Leistungen für Wohnungslose und von Wohnungslosigkeit Bedrohte, soweit Anspruch auf Leistungen (SGB XII) besteht, Übernahme von Mietrückständen gemäß § 34 SGB XII, Wohnraumversorgung über das geschützte Marktsegment

→ Gruppenleiterin: Frau Kubicek
Tel. 90295-5389

□ AG Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung, Bestattungskosten u. Landespflegegeld

Leistungen nach Kapitel 3, 4, und 9 des Sozialgesetzbuches XII (SGB XII).

→ Gruppenleiterin:
Frau Grunwald, Tel. 90295 5129
Herr Jäkel, Tel. 90295 5126

□ AG Hilfe zur Pflege

→ Gruppenleiter: Herr Kuzia, Tel. 90295 5658
Frau Puhl Tel. 90295-5759

□ FB Teilhabe

Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderung (Teilhabe)

→ Fachbereichsleiter: Herr Alisch
→ Gruppenleiterin Leistungskoordination
Frau Garbe, Tel. 90295-5378
Frau Kalb, Tel. 90295-5366
→ Gruppenleiterin Teilhabepanung
Herr Lehnert Tel. 90295-5766
Frau Guddat, Tel. 90295-5152
Frau Hoffmann, Tel. 90295-5771

Öffentliche Sprechzeiten des Amtes für Soziales
Di, Do 9.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung
Sprechzeiten der Betreuungsbehörde und des Amtes für Ausbildungsförderung unverändert:
Di 9.00 – 12.00 Uhr, Do 14.00 – 18.00 Uhr
u.n. Vereinbarung

Bitte beachten Sie das bestehende Rauch-, Alkohol- und Hundeverbot im Dienstgebäude.

Allgemeiner Sozialdienst

Der Allgemeine Sozialdienst ist ein Beratungs- und Betreuungsangebot der Abt. Jugend, Wirtschaft und Soziales für volljährige Hilfe- und Ratsuchende. Sozialarbeiter bieten Hilfestellungen bei der Lösung von Alltagsproblemen und informieren in Fragen des Sozialhilferechts. Sie führen durch den Behördendurchgang und erklären Zuständigkeiten und Aufgaben von Ämtern, sagen Ihnen, wer was beanspruchen kann. Sie beraten bei der Einleitung und Durchführung der ambulanten und stationären Versorgung Pflegebedürftiger und helfen bei der Organisation. Die Angebote stützen sich auf Zusammenarbeit mit anderen Abteilungen des Bezirksamtes, mit niedergelassenen Ärzten, Wohlfahrtsverbänden und verschiedenen anderen sozialen Institutionen. Die Beratung erfolgt individuell in den Sprechstunden oder bei Bedarf im Rahmen eines Hausbesuches.

□ Sozialhilferecht

□ Praktische Lebenshilfe und Pflegeversicherung

□ Versorgung Pflegebedürftiger

□ Wohnen im Alter, Vermittlung von Angeboten

□ Einrichtungen, Hausbesuche, Sprechstunden

□ Klärung von Zuständigkeiten und Ansprüchen auf soziale Vergünstigungen

→ Ansprechpartnerin: Frau Buhrke-Schrubbe
Fröbelstr. 17, 10405 Berlin, Tel. 90295-5160

Integrationsbüro Pankow

Integrationsbeauftragte Nina Tsonkidis
Rathaus Pankow, Breite Straße 24a – 26
13187 Berlin, Tel. 90295-2524

✉ nina.tsonkidis@ba-pankow.berlin.de

📱 Neu in Pankow

🌐 www.berlin.de/ba-pankow/politik-und-verwaltung/beauftragte/integration/

→ Das Integrationsbüro kümmert sich um die Belange von Migrant*innen in Pankow. Im Mittelpunkt steht die politische, gesellschaftliche, soziale und kulturelle Teilhabe ALLER im Bezirk lebenden Menschen mit Migrationsgeschichte.

→ Es pflegt Kontakte zu Migrant*innen-Organisationen und anderen zivilgesellschaftlichen Organisationen und informiert über Deutsch- und Integrationskurse sowie spezifische Angebote.

Die Betreuungsbehörde

Wenn ein älterer Mensch aufgrund einer psychischen Krankheit oder körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung seine Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht mehr selber für sich erledigen kann, ist es möglich, dass über das zuständige Amtsgericht (Betreuungsgericht) für diesen Menschen ein Betreuer (gesetzlicher Vertreter) für bestimmte Aufgabenkreise über richterlichen Beschluss bestellt wird. Dieser bestellte gesetzliche Vertreter unterstützt den Betroffenen bei der Regelung seiner Angelegenheiten. Anregungen zur Prüfung der Notwendigkeit einer Betreuung können von jedem beim zuständigen Amtsgericht in schriftlicher oder mündlicher Form vorgebracht werden. Der Gesetzgeber hat vorgegeben, dass das zuständige Amtsgericht nach eröffneten Verfahren die Betreuungsbehörde mit der Prüfung des Sachverhaltes beauftragt. Sofern erforderlich, gehört es zu den Aufgaben der Behörde, dem Gericht einen geeigneten Betreuer vorzuschlagen. Sind Angehörige bekannt, ist die Behörde verpflichtet zu klären, ob diese geeignet und bereit sind, die Betreuungsaufgaben möglicherweise zu übernehmen. Stehen keine geeigneten Angehörigen zur Verfügung, sucht die Behörde nach einem anderen geeigneten, z. B. professionell tätigen Betreuer, welcher die notwendigen Aufgabenkreise vom Gericht übertragen bekommt.

Neben diesen Aufgaben wird die Betreuungsbehörde vom Betreuungsgericht auch mit der Prüfung und Klärung von verschiedenen anderen betreuungsrechtlich relevanten Angelegenheiten beauftragt. Weiterhin informiert die Betreuungsbehörde interessierte Bürger und Bürgerinnen über Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen und Patientenvollmachten und vollzieht auf Antrag, unter Berechnung einer Verwaltungsgebühr, Unterschriftsbeglaubigungen auf diesen Vollmachten und Verfügungen.

Ansprechpartner in diesen Fragen sind:

Frau Kliemann	Tel. 90295-5595
Frau Lenz	Tel. 90295-5323
Frau Neumann	Tel. 90295-6850
Frau Wurtzel	Tel. 90295-6438
Frau Pickert	Tel. 90295-5334
Herr Slawik	
(Fachbereichsleitung)	Tel. 90295-5335

Der Betreuungsverein Pankow

Zu diesem Thema werden auch regelmäßig Informationsveranstaltungen durch den im Bezirk ansässigen Betreuungsverein angeboten. Die Termine sind aus der Presse oder unter der folgenden Telefonnummer zu erfahren:

□ **Betreuungsverein Pankow**

Humanistischer Verband Deutschland
Tel. 49 50 09 36

Pankow für Senioren – Ehrenamt

Sie können sich ein ehrenamtliches Engagement vorstellen, wissen aber nicht so recht wo und wie? Sie haben Fragen zum Thema bürgerschaftliches Engagement? Dann sind Sie bei uns goldrichtig. Für Menschen jeden Alters und mit unterschiedlichen Interessen gibt es viele Möglichkeiten für ein freiwilliges Engagement. Wir beraten Sie gern! Oder möchten Sie als Institution, Verein oder Projekt gern mit Freiwilligen arbeiten? Dann können auch Sie sich bei uns beraten lassen, Ihre Angebote veröffentlichen und auf diese Weise Ehrenamtliche suchen und finden.

□ **FreiwilligenAgentur Pankow**

Ansprechpartnerinnen: Heidi Graf
Berliner Allee 124, 13088 Berlin, Tel. 25 09 10 01

✉ info@ehrenamt-pankow.berlin

🌐 www.ehrenamt-pankow.berlin

Sprechzeiten: Di 10.00 - 14.00 Uhr,

Do 14.00 - 18.00 Uhr und nach Vereinbarung

Gefördert über Bezirksamt Pankow,

Senat von Berlin, GESOBAU AG

Gratulationen & Ehrungen für Hochaltrige im Bezirk

Schon in den vergangenen Jahren haben wir mit diesen Zahlen etwas ganz Besonderes herausgefunden – nämlich, dass man gern, aber auch lange in diesem Bezirk lebt. Im Jahr 2017 allerdings stand ein bisher ganz einzigartiger Geburtstag, der 110., an. So unterschiedlich wie der Bezirk Pankow in seiner Siedlungsstruktur ist (ländlich, gleichzeitig auch dichte Bebauung mit ausgeprägtem Innenstadtkarakter), so verschieden ist er auch in seiner Zusammensetzung der Einwohnerschaft. Einerseits verjüngt er sich zunehmend, andererseits ist es aber ebenso schön, dass auch das Alter nach Platz greift.

Anzahl der Bevölkerung in Pankow zum 31.12.2021: 413.168 Einwohner*innen und Berlin gesamt 3.775.480 Einwohner*innen.



Der Bezirk Pankow, Abt. Soziales führt Gratulationen mit dem 80. Geburtstag beginnend, zum 85. Geburtstag, zum 90. Geburtstag und dann zu jedem weiteren Geburtstag aus, d.h. ab dem 90. Lebensjahr erhalten unsere hochbetagten Bewohnerinnen und Bewohner jährlich eine Ehrung anlässlich ihres Geburtstages.

Anzahl der Gratulationen (seit 2010) bei den (über) 100-Jährigen im Bezirk Pankow:

Alter	2017	2018	2019	2020	2021
100	11	20	28	26	40
101	14	7	11	14	14
102	10	7	3	8	11
103	6	6	3	2	6
104	7	4	5	1	1
105	2	2	1	3	2
106	5	1	1	1	-
107	2	3	1	1	-
108	-	1	1	-	1
Gesamt	58	51	54	56	75



Anzahl der Hochzeiten im Bezirk

	2020	2021
Goldene Hochzeit (50 Ehejahre)	2	-
Diamantene Hochzeit (60 Ehejahre)	106	120
Eiserne Hochzeit (65 Ehejahre)	57	68
Gnadenhochzeit (70 Ehejahre)	15	10





Ehrenamt im Bezirk Pankow – dringend gesucht!

In den Sozialkommissionen sind Bürgerinnen und Bürger der bezirklichen Selbstverwaltung ehrenamtlich tätig. Unter fachlicher Anleitung wird das ehrenamtliche Engagement so zur Ergänzung professioneller, hauptamtlicher Arbeit.

Als ehrenamtliche Tätige in einer Sozialkommission vertreten Sie das Bezirksamt Pankow in Wohnortnähe. Sie werden von der Bezirksverordnetenversammlung (BVV) gewählt.

Die ehrenamtliche Tätigkeit umfasst:

Gratulationen und Ehrungen bei hohen Geburtstagen (85., 90. und jeder weitere Geburtstag) und zu besonderen Hochzeitstagen (Diamantene, Eiserne Hochzeit, Gnaden- und Kronjuwelenhochzeit)

Individuelle Hilfen unter anderem mit Informationen über soziale Leistungen und bei der Förderung der Teilnahme am öffentlichen Leben

„Gutes tun und darüber reden“

Das Amt für Soziales sucht Ihre Unterstützung. Menschen, die sich freiwillig engagieren, leisten einen wichtigen Beitrag für die Gesellschaft.

Was bieten wir den Ehrenamtlichen in den Sozialkommissionen?

- **Fortbildungen:** Für die ehrenamtlichen Mitarbeitenden bieten wir ein ausgewogenes Schulungs- und Fortbildungsprogramm an.
- **Haftpflichtversicherungsschutz:** Versichert sind ehrenamtlich/freiwillig Tätige, die ihre Tätigkeit in Berlin ausüben oder deren Engagement von Berlin ausgeht. Die Tätigkeit muss in rechtlich unselbständigen Strukturen stattfinden.
- **Unfallversicherungsschutz:** Versichert sind Ehrenamtliche/freiwillig Tätige, die Ihre Tätigkeit in Berlin ausüben oder deren Engagement von Berlin ausgeht. Im Bereich der Unfallversicherung besteht Versicherungsschutz auch für Ehrenamtliche in rechtlich selbständigen Strukturen.
- **Aufwandsentschädigung:** Die ehrenamtliche Tätigkeit wird monatlich mit einer kleinen Aufwandspauschale vergütet.

Wer an sozialen Aufgaben interessiert ist, ob berufstätig oder schon im Ruhestand, den beraten wir sehr gern persönlich oder telefonisch über Einsatzmöglichkeiten im Ehrenamtlichen Dienst in einer Sozialkommission.

Ansprechpartnerinnen für den ehrenamtlichen Dienst und die Sozialkommissionen:

Frau Hein, Tel. 030-90295 6830

Frau Klass, Tel. 030-90295 6836

Sozialkommissionen

Ortsteil Pankow

Ansprechpartnerin für diese
Sozialkommissionen (Soko): Frau Klass
Tel. 90295-6836

- Sozialkommission 1 / 2 / 3 / 4 / 5 / 6:**
Frau Klass
- Sozialkommission 10:**
Frau Kroll (Ehrenamtliche)
- Sozialkommissionen 13 und 11:**
Frau Hoffmann (Ehrenamtliche)
- Sozialkommission 23:**
Herr Schumann (Ehrenamtlicher)
- Sozialkommission 24:**
Frau Hanke (Ehrenamtliche)
Sprechstunde am letzten Di des Monats im Klub
„Der Alte“, Wiltbergstr. 27, 13125 Berlin

Ansprechpartnerin für diese
Sozialkommissionen (Soko): Frau Hein
Tel. 90295-6830

- Sozialkommissionen 7 / 8 / 9 / 12 / 14 / 19 / 20:**
Frau Hein
- Sozialkommissionen 15:**
Frau Breitschu (Ehrenamtliche)
- Sozialkommission 16:**
Frau Paetzold (Ehrenamtliche)
- Sozialkommission 17:**
Herr Lönnig (Ehrenamtlicher)
- Sozialkommission 18:**
Frau Körting (Ehrenamtliche)
- Sozialkommission 21 / 22:**
Frau Birnbaum

Sozialkommissionen

Ortsteil Weißensee

Ansprechpartnerin für diese
Sozialkommissionen (Soko): Frau Klass
Tel. 90295-6836

- Sozialkommissionen 1 / 7 / 9 / 10:**
Frau Klass
- Sozialkommissionen 2 / 3 / 5 / 6:**
Frau Rapmund (Ehrenamtliche)
- Sozialkommission 8:**
Frau Lange (Ehrenamtliche)
- Sozialkommissionen 11 / 12:**
Frau Wozniak (Ehrenamtliche)
- Sozialkommission 13 / 14:**
Frau Fritsche (Ehrenamtliche)

Sozialkommissionen

Ortsteil Prenzlauer Berg

Ansprechpartnerin für diese
Sozialkommissionen (Soko): Frau Hein
Tel. 90295-6830

- Sozialkommissionen 1 / 3 / 4 / 6 / 10 / 13 / 14 / 16 / 17 / 18 / 19 / 20 / 21 / 22 / 23 / 24 / 25:**
Frau Hein
- Sozialkommission 2:**
Frau Potreck (Ehrenamtliche)
- Sozialkommissionen 5 / 11**
Frau Punzel (Ehrenamtliche)
- Sozialkommission 7 / 8 / 9 / 15:**
Frau Janz (Ehrenamtliche)
- Sozialkommission 12:**
Frau Arlitt (Ehrenamtliche)

EINSTEIGERKURS Smartphone für Senior*innen



Wann: jeden 1. Montag im Monat
in der Zeit von 14 bis 17 Uhr
Wo: Geschäftsstelle Linke Spitze,
Wisbyer Straße 37, 13189 Berlin

Anmeldung erforderlich:
bis eine Woche vor dem Kurstermin
mit E-Mailadresse oder Telefonnummer
an tina.pfaff@die-linke-pankow.de
oder unter Telefon 030 4401 7780
www.die-linke-pankow.de

DIE LINKE.
Bezirksverband Pankow

Viele Angebote für unternehmungsfreudige Seniorinnen und Senioren

Willkommen in unseren Begegnungsstätten



© AdobeStock/Africa Studio

Begegnungsstätten sind Anlaufstellen zur gemeinsamen Freizeitgestaltung zumeist älterer Bürgerinnen und Bürger. Hier pflegt man Kontakte untereinander und Hobbys miteinander. Kompetenzen werden gefördert um Isolation und Einsamkeit und deren negative Folgen entgegenzuwirken.

Ehrenamtliche Mitarbeit ist sehr erwünscht.

Unsere Begegnungsstätten sind Montag bis Donnerstag 9.00 - 17.00 Uhr und Freitag 9.00 - 16.00 Uhr geöffnet.

Auch wenn keine Veranstaltung angekündigt ist, können Sie einfach nur zum Plausch bei Kaffee und Kuchen hereinschauen - eine Gelegenheit, neue Bekanntschaften zu schließen und vielleicht finden auch Sie etwas im vielfältigen Programm, das Ihren Interessen gerecht wird.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ansprechpartnerin im Bezirk:

Frau Koch,
Telefon 90295-6861



Buchtipps: Zwei Adas gegen Einsamkeit



Einsamkeit ist in der Großstadt und insbesondere im Alter. Elke Schilling hat es vor Jahren betroffen gemacht, dass ihr Nachbar in seiner Wohnung verstorben war - lange unbemerkt im Haus. Die damalige Vorsitzende der Seniorinnenvertretung Mitte hat daraufhin mit viel Engagement „Silbernetz“, die Hotline gegen Einsamkeit ins Leben gerufen. Zwei aktuelle Bücher erzählen Geschichten, beide von einer Ada, die ihre Lösungen suchen und finden.

Vorspann + Rezensionen: BIRGIT NÖSSLER

„Solange sie tanzen“ versetzt Ada in eine Traumwelt: In der Villa gegenüber, die sie mit ihrem Mann gerne erworben und bezogen hätte, ist ein Paar eingezogen, das tanzt. Mit dem Fernglas sitzt Ada allabendlich in ihrer dunklen Wohnung und schaut dem Paar dabei zu. Tanzen, das war auch ihrer beider Leidenschaft gewesen. Sie wählt die Traumwelt für sich. Ein Buch der leisen Töne.

Barbara Leciejewski: Solange sie tanzen. Ullstein | ISBN 978-3-548-066308-9 | 10,- €



In „Warten auf Eliza“ gründet die Dichterin Ada einen Großmutter-Verleihservice - und ist fortan beschäftigt. Sie sittet Babys, bietet Begleitungen und Spaziergänge an, geht mit galanten Herren aus oder bringt jungen Männern das Kochen bei. Aus der kleinen Idee könnte ein erfolgreiches Start-up werden. Die Einsamkeit verdrängt es nicht. Das schafft eher Nachbarin Eliza. Ein spannendes Buch der noch leiseren Zwischentöne.

Leaf Arbuthnot: Warten auf Eliza. Diana | ISBN 978-3-453-366081-5 | 17,50 €



Adresse:

Tollerstraße 5
13158 Berlin

geöffnet:

Mo – Do 9.00 – 17.00 Uhr
Fr 9.00 – 16.00 Uhr



Leitung: Frau Schreier

Telefon: 916 60 50

✉ beate.schreier@
ba-pankow.berlin.de

Begegnungsstätte Tollerstraße 5



Aus unseren Freizeitangeboten:

Montag: 9.30 Uhr Stuhlgymnastik; 10.45 Uhr Gedächtnistraining;
12.30 Uhr Skat & Kartenspiele

Dienstag: 14.00 Uhr Musikalischer Kaffeemittag

Mittwoch: 9.30 Uhr Gymnastik; 13.00 Uhr Karten & Würfelspiele;
17.45 Uhr Chorprobe „Frohe Spatzen“

Donnerstag: 13.00 Uhr Hobby-Malgruppe; Bastel-u. Kreativ-Gruppe
jeden 1. im Monat

Freitag: 10.00 Uhr Tanzkreis

Samstag: jeden letzten im Monat Wandergruppe
(Treffpunkt & Uhrzeit zielabhängig n.V.)

Einladung zum:

Gesang der Spatzen

Die Mitglieder des gemischten Chores „Die frohen Spatzen“ treffen sich jeden Mittwoch Abend um 17.45 Uhr zur Chorprobe in der Begegnungsstätte in der Tollerstraße 5 in Wilhelmsruh. Das Repertoire ist breitgefächert von Volksliedern über Schlager, Melodien aus Opern und Operetten bis hin zu Musicals. Mit einem jeweils angepassten Programm werden alte Menschen in Pflegeheimen in Pankow etwa 3- bis 4-mal im Jahr mit dem Gesang erfreut. Interessierte Sänger sind herzlich willkommen, gern auch männliche. Die Begegnungsstätte in der Tollerstraße 5 in Wilhelmsruh hat noch freie Kapazitäten für den jeweiligen Donnerstagvormittag in der Zeit von 9.00 – 12.00 Uhr. Hobby-Interessierte für z. B. Schachspielen, Sprachen oder anderer Kreativgruppen hätten hier die Möglichkeit tätig zu werden.



**Adresse:**

Am Friedrichshain 15
10407 Berlin

geöffnet:

Mo – Do 9.00 – 17.00 Uhr
Fr 9.00 – 16.00 Uhr

**Leitung:** Herr Lissner**Telefon:** 425 48 21

✉ bernd.lissner@

ba-pankow.berlin.de

Begegnungsstätte Am Friedrichshain 15

**Aus unseren Freizeitangeboten:**

Montag: 10.00 Uhr Seniorengymnastik; 14.00 Uhr Volkssolidarität /
2. Mo im Monat

Dienstag: 10.00 Uhr Englisch für Anfänger; 10.00 Uhr
Singegruppe / 1. + 3. Di im Monat; 12.30 Uhr Skat und Schach

Mittwoch: 10.00 und 11.00 Uhr Seniorengymnastik;
13.00 Uhr Klöppeln, Handarbeit

Donnerstag: 9.30 Uhr Qi Gong; 14.00 Uhr Tanznachmittag /
Kaffeeklatsch

Freitag: 10.00 Uhr Gedächtnistraining

Außerdem trifft sich die Seniorenuniversität der Charité in unserer
Einrichtung. Siehe Programmvorschau von pro seniore e.V.



Einladung zur: Spitzen-Klöppelei

Jeden Mittwoch um 13.00 Uhr trifft sich die Klöppelgruppe in unserer Begegnungsstätte. Etwa 20 Frauen widmen sich bei uns der alten Handarbeitstechnik aus dem 15. Jahrhundert. Ursprünglich in Italien und Belgien entstanden, kam diese Technik im 16. Jahrhundert auch nach Deutschland. Früher als Bröterwerb ist das Klöppeln heute ein phantasievolles, kreatives Hobby. Unsere Klöppelgruppe hat schon viel zur Ausgestaltung unserer Einrichtung beigetragen. Beispielsweise stellt sie ständig in einem Schaukasten ihre neuen Spitzen-Klöppeleien aus oder schmücken zur Weihnachtszeit einen Weihnachtsbaum mit ihren Arbeiten. Unsere Klöpplerinnen freuen sich über jede/n, die/der neu dazu kommen möchte.





Adresse:

Grellstraße 14
10409 Berlin

geöffnet:

Mo – Do 9.00 – 17.00 Uhr
Fr 9.00 – 16.00 Uhr



Leitung: Frau Zimmermann

Telefon: 41 93 41 23

✉ kathrin-zimmermann
@ba-pankow.berlin.de

© Bezirksamt

Begegnungsstätte Grellstraße 14



Aus unseren Freizeitangeboten:

Montag: 10.30 Uhr Englisch – Kurs für Fortgeschrittene; 13.00 Uhr Spielenachmittag- div. Karten-, Brett- & Würfelspiele

Dienstag: 10.00 Uhr Qigong; 13.00 Uhr Selbsthilfegruppe „SILVER-PIXEL“ Seniorencomputerclub jeden 1. + 3. Di im Monat; 14.00 Uhr Treffen der Volkssolidarität OG 44 – Helfersitzung 2. Di im Monat; 14.00 Uhr Verschiedene Veranstaltungen 4. Di im Monat

Mittwoch: 10.30 Uhr Englisch – Kurs für Anfänger mit Vorkenntnissen; 13.30 Uhr Handarbeit & kreatives Gestalten 2. + 4. Mi im Monat; 14.00 Uhr Beiratssitzung 1. Mi im Monat; 14.00 Uhr Veranstaltung der VVN 3. Mi im Monat

Donnerstag: 10.00 Uhr Stuhlgymnastik; 11.00 Uhr Stadtpaziergang 1. Do im Monat; 14.00 Uhr Treffen der Volkssolidarität OG 42 – 1. Do im Monat; 14.00 Uhr Singegruppe mit Marianne 2. Do im Monat; 14.00 Uhr Treffen der Volkssolidarität OG 44 – 3. Do im Monat; 14.00 Uhr Feiern, Tanz & musikalisch – literarische Vorträge 4. Do im Monat

Freitag: 10.00 Uhr Rätsel, Quizz und Denkspiele; 14.00 Uhr Verschiedene Veranstaltungen 1. Fr im Monat; 14.00 Uhr BINGO 2. + 4. Fr im Monat; 14.00 Uhr Lesecafé 3. Fr im Monat

Weitere Angebote:

Virtuelle Stadtpaziergänge, Frühstück etc. laut Monatsprogramm.
Änderungen vorbehalten!

Um Voranmeldung wird gebeten, da die Platzkapazität begrenzt ist. Vielen Dank!



© Bezirksamt

Qigong

Jeden Dienstag von 10.00 – 11.00 Uhr treffen sich Interessierte zum Qigong.

Qigong ist eine Kombination aus Atem-, Bewegungs- und Meditationsübungen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Adresse:**

Paul-Robeson-Str. 15
10439 Berlin

geöffnet:

Mo - Do 9.00 - 17.00 Uhr
Fr 9.00 - 16.00 Uhr



Leitung: Frau Zimmermann

Telefon: 44 71 99 55

✉ kathrin.zimmermann@ba-pankow.berlin.de

Begegnungsstätte Paul-Robeson-Straße 15

**Aus unseren Freizeitangeboten:**

Montag: 9.15 Uhr Gymnastik I; 10.30 Uhr Gymnastik II; 13.00 Uhr Spielenachmittag; 14.00 Uhr Treffen der Volkssolidarität OG 1 - Kartenspiel

Dienstag: 9.00 Uhr Französisch ohne Vorkenntnisse; 10.00 Uhr Kreatives Schreiben; 10.00 Uhr „Chor frohes Lied“; 13.30 Uhr Dienstmaler; 14.30 Uhr Feste, Feiern, Filme, musikalisch-literarische Vorträge

Mittwoch: 9.00 Uhr Rätsel, Quizz und Denkspele; 10.00 Uhr Nordic Walking 2. + 4. Mi im Monat; 10.30 Uhr Singegruppe mit Marianne 1. + 3. Mi im Monat; 14.00 Uhr BINGO 1. Mi im Monat; 14.00 Uhr Treffen der Volkssolidarität OG 23 3. Mi im Monat; 14.30 Uhr FG Numismatik 1. Mi im Monat; 14.30 Uhr Tanznachmittag 2. + 4. Mi im Monat; 15.00 Uhr ISOR 3. Mi im Monat

Donnerstag: 9.15 Uhr Gymnastik I; 10.00 Uhr Foto/Videogruppe; 10.30 Uhr Gymnastik II; 13.00 Uhr Skat; 14.00 Uhr Ruhestand e.V. 2. + 4. Do im Monat; 14.00 Uhr Treffen der Volkssolidarität OG 6 3. Do im Monat; 14.30 Uhr FG Philatelie 2. Do im Monat

Freitag: 8.45 Uhr Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen; 10.30 Uhr Englisch für Fortgeschrittene; 13.30 Uhr Radioclub 3. Fr im Monat; 14.30 Uhr Treffen der Volkssolidarität OG 3 1. + 3. Fr im Monat

Weitere Angebote:

Kreatives Gestalten, Frühstück etc. laut Monatsprogramm
Änderungen vorbehalten!

Um Voranmeldung wird gebeten, da die Platzkapazität begrenzt ist.
Vielen Dank!

**Singegruppe**

Die Singegruppe mit Marianne und ihrer Gitarre trifft sich jeden 1. + 3. Mittwoch im Monat um 10.30 Uhr. „Wo man singt, da lass dich ruhig nieder...“

Vielleicht bei uns?
Jeder ist willkommen und wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Adresse:

Husemannstraße 12
10435 Berlin

geöffnet:

Mo-Do 9.00 - 17.00 Uhr,
Fr 9.00 - 16.00 Uhr



Leitung: Frau Lenk-Ilte

Telefon: 442 25 14

✉ susan.Lenk-Ilte

@ba-pankow.berlin.de

Begegnungsstätte Husemannstraße 12



Aus unseren Freizeitangeboten:

Montag: 8.30 und 9.00 Uhr Kindertanz (außer in den Ferien); 10.00 Uhr Qi Gong; 10.30 Uhr Kabarett (derzeit extern); 15.00 Uhr Begegnung e.V.; 16.30 Uhr Kinderschach (außer in den Ferien)

Dienstag: 10.00 Uhr Stuhlgymnastik; 14.00 Uhr Ruhestandsgruppe (alle 14 Tage, gerade KW) 13.00 Uhr Computer-Treffen (2.+4. Di im Monat mit Voranmeldung)

Die Begegnungsstätte in der Husemannstraße, mitten im Kollwitz-Kiez, entwickelt sich soziodemographisch zu einem Ort für Jung und Alt.

Hier entstand in den letzten Jahren eine bunte Vielfalt an Kursen, die jedem gerecht werden.

Angefangen von Kursen für die Kleinsten, dem morgendlichen Kindertanz, noch vor der Kita und dem Kinderschach nach der Schule. Besonders am Vormittag oder in den frühen Nachmittagsstunden sind hauptsächlich Senioren in der Begegnungsstätte anzutreffen. Diese erfreuen sich an den verschiedensten Gesundheitskursen, vom Qigong bis hin zur Stuhlgymnastik. Auch die Kreativität kommt hier nicht zu kurz. Es gibt eine neu gegründete Schreibgruppe, eine Lesegruppe, ein Malkurs, einen Chor und einmal im Monat die lustige Singegruppe mit Marianne. Neben vielen weiteren Programmpunkten ist die Leiterin der Begegnungsstätte immer bemüht ein monatliches „Highlight“ zu organisieren. Hierzu zählen Themen-Nachmittage, wie z.B. ein in Planung befindlicher ungarischer Tag, an dem wir neben

Mittwoch: 11.00 Uhr Schreibgruppe; 10.15 Uhr Deutsch Konversation (nach Vereinbarung); 14.00 Uhr Seniorenschach; 15.00 Uhr Chor; 15.00 Uhr Lesekreis

Donnerstag: 11.00 Uhr Gesellschaftsspiele; 14.00 Uhr Singen mit Marianne (jeden 4. Do im Monat); 14.00 Uhr Jahresringe (1x im Monat nach Vereinbarung); 15.00 Uhr Begegnung e.V.

Freitag: 9.30 Uhr Frühstück mit Voranmeldung (2.+4. im Monat); 10.00 Uhr Wandergruppe (Treffpunkt erfragen); 11.00 Uhr Malgruppe

Gulaschsuppe auch viel über das Land und seine Kultur erfahren. Weitere Sonderveranstaltungen sind unter anderem das Oster- und Weihnachtsbasteln und der Kreativmarkt.

Die Gäste der Begegnungsstätte erfreuen sich an der durch die Senioren neu angeschaffte Tischtennisplatte. Diese ist ein Magnet und zieht damit jedes Alter an. Ob es nun der Vater mit seinen Kindern ist, der hier spielt oder die Senioren mit den Mitarbeitern der Begegnungsstätte. Jeder kann hier zeigen, wie treffsicher er noch im Umgang mit der Tischtennistabelle ist. Besonders beliebt ist das 2x im Monat stattfindende gemeinsame Frühstück. Hier kommen nach Voranmeldung all jene zusammen, die es genießen, in Gesellschaft und mit interessanten Gesprächen in den Tag zu starten.

Die am 1. März 2022 eröffnete Dauer-Ausstellung „Corona regiert! Corona regier? Wir reagieren!“ und die Galerie sind täglich zu den Öffnungszeiten für jedermann offen.

Wir freuen uns auf ihren Besuch.

Hier spielt die Musik: Kommunale Begegnungsstätten

Opernlieder und Gesellschaftstänze



In der Begegnungsstätte an der Panke wird unter der Anleitung von Claudia Schier getanzt

Ein breites Spektrum an Aktivitäten bieten sie, die sechs kommunalen Begegnungsstätten in Pankow: Von Malgruppen, über Qi Gong, bis hin zu PC- und Englischkurse. Doch eins verbindet sie alle: die Musik! „Sie verbindet Menschen“, heißt es ja so schön. Und warum sollte das im Alter anders sein? Musikalische Kaffeenachmittage, Chor, musikalisch-literarische Vorträge, Tanz, Singegruppe – in den Begegnungsstätten kommen Musikliebhaber auf ihre Kosten.

Im Folgenden stellen wir Ihnen zwei dieser musikalischen Angebote genauer vor.

Chorsingen am Flügel

Klassisch geht es in der Begegnungsstätte Husemannstraße zu: Am Flügel und in Begleitung des Leiters Gerardo Colella singen elf Personen zwischen 65 und 75 Jahren im Chor „in-canto ensemble“ am Mittwochnachmittag zu Opernmusik, klassischen Musikstücken, aber auch Evergreens oder Filmmusik. Im Sommer 2022 trat das „in-canto ensemble“ im Rahmen der „Fete de la Musique“

in der Magdalenenkirche in Neukölln auf. Gepröbt wird immer mittwochs von 15.00 bis 17.00 Uhr. Interessierte können jederzeit zum „Schnuppern“ dazukommen. In der Zukunft sind Kiezkonzerte in der Begegnungsstätte geplant.

Fitness für Körper und Geist

„Das ist die nahezu beste Möglichkeit, Gedächtnistraining und Bewegung zu verbinden und somit eine sehr gute Altersvorsorge“, sagt die Leiterin der Begegnungsstätte an der Panke, Daniela Liedtke. Gemeint sind die Seniorentänze, welche hier mittwochs und donnerstags stattfinden. Choreographien werden mit der professionellen Tanzlehrerin der „InTaKT“-Kultur- und Tanzschule, Claudia Schier, eingeübt. Diese richten sich speziell nach der Mobilität von Menschen ab 60 Jahren – es wird auf schnelle Drehungen und Hüftschritte verzichtet. Getanzt wird eine Mischung aus Gesellschaftstanz (Standard/Latein) und internationalen Folkloretänzen, wie z. B. englische Kontratänze, Squares, Kreistänze verschiedener Länder, Paartänze und Line Dance.



Adresse:

Schönholzer Str. 10A
13187 Berlin

geöffnet:

Mo – Do 9.00 – 17.00
Fr 9.00 – 16.00 Uhr



Leitung: Frau Liedtke

Telefon: 47 41 12 34

Fax 43 77 12 22

✉ daniela.liedtke

@ba-pankow.berlin.de

Begegnungsstätte an der Panke im Stadtteilzentrum

Aus unseren Freizeitangeboten:

Montag: 9.30 Uhr Schachgruppe; 10.30 Uhr Englisch 1; 11.00 Uhr Englisch 3; 13.30 Uhr Französisch A1, 14.00 Uhr Seniorengruppe für Schwerhörige-Spielenachmittag (jeden 1. Montag im Monat); 14.30 Uhr Französischgruppe 1; 14.45 Uhr Französisch A2; 16.00 Uhr Französisch Konversation

Dienstag: 9.30 Uhr Volkssolidarität OG 33, Vorstandssitzung (jeden 3. Di); 10.00 Uhr Lateingruppe, 13.00 Uhr Bridgegruppe 3; 14.00 Uhr Festivitäten (z.B. Tanzveranstaltungen, Vorträge, Feiern); 14.00 Uhr Englisch 2 (14-tägig)

Mittwoch: 9.30 Uhr Tanzgruppe 1; 12.30 Uhr Canastagruppe; 13.00 Skatgruppe; 14.00 Uhr Spielenachmittag mit u.a. Rummikup; 14.00 Uhr Handarbeitsgruppe; 14.00 Bürger*innensprechstunde der Polizei

Donnerstag: 9.30 Uhr Volkstanzgruppe 3; 10.00 Uhr Gedächtnistraining (jeden 4. Donnerstag im Monat); 11.30 Uhr Seniorensport 1; 12.00 Uhr Abschalten mit Malen (auch für pflegende Angehörige); 13.00 Uhr Bridgegruppe 2; 13.00 Uhr Doppelkopfgruppe; 14.00 Uhr Spielenachmittag mit u.a. Rummikup; 14.00 Uhr Seniorengruppe für Schwerhörige (jeden 3. Do im Monat); 14.00 Uhr Volkssolidarität OG 27 (jeden 3. Do im Monat); 14.00 Uhr Volkssolidarität OG 27 (jeden 3. Do im Monat); 14.30 Uhr Abschalten mit Malen (auch für pflegende Angehörige)

Freitag: 9.30 Uhr Schach; 9.30 Uhr Seniorensport 2; 11.30 Uhr Bridgegruppe 1; 13.00 Uhr Freitags-treff- Kreativkreis für Jeden/Gesprächs-, Spiele- und Kaffeenaachmittag (jeden 3. Freitag im Monat)

BUCHTIPP: Das Survival-Handbuch für Rentner wird vermutlich in so manchem Präsentkorb zur Verabschiedung liegen. Es hat jede Menge Gute-Laune-Tipps parat. Nach dem Motto: Jetzt ist die Zeit, packen Sie es an. Das wollten Sie schon immer machen, na los, raus aus den Pantoffeln! Dass alles ein bisschen länger dauert als früher, geschenkt. Und am Ende gib'ts auch noch ein paar Tipps für Testament und Todesanzeige. Falls jemand diesen optimistisch-fröhlichen Anstoß für neue Unternehmungen braucht - na bitte.

□ **Marlena Fischer: Das Survival-Handbuch für Rentner**
riva Verlag | 10,- € | ISBN 978-3-7423-1836-7



Begegnungsstätten freier Träger, Nachbarschafts- und Stadtteilzentren

□ Stadtteilzentrum Weißensee

Frei-Zeit-Haus e.V.

Pistoriusstr. 23, 13086 Berlin, Tel. 92 79 94 63

Kontakt: Frau Lemme, Frau Barselak

✉ info@frei-zeit-haus.de

🌐 www.frei-zeit-haus.de

Alle Angebote finden unter den aktuell vorgegebenen Hygienerichtlinien statt.

Veranstaltungen/Gruppenangebote:

Mo 10 - 12 Uhr Singekreis „Trallalla“ im Gartensaal, Qi Gong 10.30 - 11.30 Uhr (mit Anmeldung), Karten- und Brettspiele 13.00 - 18.00 Uhr, Hobbymalen 14.00 - 16.00 Uhr im Gartensaal, Gemischter Chor „LiedGut“ e.V. 18.30 - 20.30 Uhr, Miteinander tanzen ab 50 9.45 - 11.15 Uhr/14.30 - 16.00 Uhr, **Mi** Hatha Yoga 9.00 - 10.15 Uhr, Pilates für Seniorinnen und Senioren 11.30 - 12.30 Uhr, Multiple Sklerose Treff **1. Mi/Monat** 15.30 - 18 Uhr, **Do und Mo** Zumba 10 - 10.50 Uhr, 55plus-Mitten im Leben jeden **3. Do** ab 10 Uhr, **Fr** Tai Chi 10 - 11.30 Uhr, **So** zwei Mal monatlich Tanztee 15.30 Uhr, Wassergymnastik für Seniorinnen und Senioren: Übungen zum Gesund- und Jungbleiben in der Park-Klinik, Handy Schulung - Einzelberatung für Interessierte (bitte im Büro erfragen) und vieles mehr, z.B. Rechts- und Sozialberatungen, kulturelle Nachmittage, Vorträge zu gesundheit-lichen Themen, Konzerte, Stadtteilstefte, Selbsthilfegruppen. KiezCafé findet **jeden Di** von 16.00 - 18.00 Uhr statt.

□ Altes Waschhaus

Jacobsohnstr. 51 H, 13086 Berlin

Tel. 92 79 94 63

Gruppenangebote:

jeden Do Kiezcafé von 16.00 - 18.00 Uhr

□ Stadtteiltreff „Kissingenviertel“



Lauterbachstr. 3B, 13189 Berlin, Tel. 47 30 11 34

Binzstraße 26A, 13189 Berlin, Tel. 472 50 34

Träger: Volkssolidarität Landesverband Berlin e.V.

Ansprechpartnerin: Frau Probst

Gruppenangebote: Malen und Zeichnen,

Englisch, Dekoratives Gestalten, Gymnastik, Skat und andere Spiele, Ausflüge

□ AWO Senioren*innen- und

Nachbarschaftstreff „Amtsstube“

Berliner Straße 24, 13127 Berlin, Tel. 47 44 839

✉ amtsstube@awo-nordost.de

🌐 www.awo-mitte.de

Regelmäßige Veranstaltungen:

Romree 55+ **Mo + Mi** 13.00 - 17.00 Uhr; Stricken und Handarbeit **Di** 16.00 - 19.00 Uhr; Skat 55+ **Do** 14.00 - 18.00 Uhr; Seniorenkaffee/Mitgliedertreff **Mi** 15.00 - 17.00 Uhr; Musikgruppe **Fr** 17.00 - 20.00 Uhr; Rentenberatung: Tel. 0177-6377733 (Kontoklä- rung, Hilfestellung bei Rentenunterlagen, Ren- tenantrag, Aufnahme von Änderungen) Bürozeiten zu allen Fragen rund um die Angebote und Leistungen der AWO sind jeweils **Mi** von 14.00 - 17.00 Uhr.

□ Begegnungs- und Beratungsstätten für behinderte und nichtbehinderte Menschen

→ Alt-Karow 55, 13125 Berlin

Tel. 94 79 57 21 (Mo 10.00 - 12.00 Uhr)

→ Achillesstr. 53, 13125 Berlin

Tel. 94 11 34 39 (Do 10.00 - 12.00 Uhr)

Gruppenangebote: für beide Treffpunkte zu finden unter 🌐 www.kirche-karow.de

□ „Herbstlaube“ - Begegnungsstätte für Vorruheständler und Senioren

Träger: Miteinander-Füreinander

Selbsthilfebegegnungsstätten e.V.

Dunckerstr. 76/77, 10437 Berlin, Telefon 445 23 21

✉ info@mitundfuereinander.de

Gruppenangebote: Singekreis, Handarbeiten, Minigolf, Selbsthilfegruppen, Fit im Kopf, Wii, Lese- stunde, jeden 2. Do Singen mit einem Gitarristen

□ Kontakt- und „Beratungszentrum in Französisch Buchholz“

Träger: AWO KV Nordwest e.V.

Arnouxstr. 10, 13127 Berlin, Tel. 47 55 91 68

Ansprechpartnerin: Frau Lorenz

Gruppenangebote: Rolli-Treff, Kochgruppe, krea- tives Gestalten, Bingo, Video- und Kaffeenachmit- tage, Karten, Tanzen, Frühstück, Sozial-/Rechts- beratung, Nordic Walking, Wandern, Schach

□ **Nachbarschaftszentrum „Amtshaus Buchholz“**

Berliner Str. 24, 13127 Berlin, Tel. 475 84 72

✉ info@amthsaus-buchholz.de

Wir bieten Raum für Jung und Alt, Begegnung, Experimente, Erfahrungen, Austausch, Entwicklung, bürgerschaftliches Engagement, Feiern, Selbsthilfe, Beratung und das Umsetzen von Ideen.

Angebote: Sprechstunde „Wohnen im Alter“, angeboten von der Kontaktstelle PflegeEngagement KPE Pankow; Gesprächsgruppe für pflegende und sorgende Angehörige, angeboten von der Kontaktstelle PflegeEngagement KPE Pankow; offene Kunstgruppe, Handarbeitskreis, Schach, angeboten vom Freien SchachClub Französisch Buchholz; Gesprächsrunde „Kaffee und Kultur“, angeboten von der Volkssolidarität; Duft Qi Gong für Frauen ab 50 plus, Qi Gong und Tai Chi für Senior*innen, Stuhlgymnastik, Spaziergangsgruppe, angeboten von der Kontaktstelle PflegeEngagement KPE Pankow; Beratung für digitale Technik. Außerdem haben wir im Nachbarschaftszentrum Sprachkurse, Pilateskurse, Line Dance, Tanzkurse, Musikurse (Klavier, Trommel, Schlagzeug, Gitarre, Ukulele), einen Chor u.v.m.

□ **NaiMo - Nachbarschaftstreff im Moselviertel**

Brodembacher Weg 34/Ecke Wittlicher Straße 13088 Berlin, Tel. 33772734 / 01573 1757029

🌐 www.frei-zeit-haus.de

✉ info@frei-zeit-haus.de

Veranstaltungen/Gruppenangebote: Kulturelle Nachmittage, Vorträge zu gesundheitlichen Themen, Konzerte, Stadtteilstefte, Beratungen, Selbsthilfegruppen, Wanderungen und Busfahrten, Miteinander tanzen ab 50, Seniorenanz, Gymnastik, Entspannung und Yoga, Tai Chi, Zumba, Wassergymnastik, Singekreis, Chor, Karten- und Brettspiele, Hobbymalen, Englisch, Schach, Gedächnistraining

□ **Nachbarschaftshaus „Alte Apotheke“**

Romain-Rolland-Str. 112, 13089 Berlin

Träger: Bürgerverein Zukunftswerkstatt

Heinersdorf e.V., Tel. 21 98 29 70

Angebote: Nachbarschaftstreff und Mittwochscafé, Bibliothek, Pilates- und Gymnastikkurs, Englisch- und Spanischkurs, Malkurs, Handarbeitsgruppe, Berliner Spaziergänge, Paartanz

□ **Begegnungsstätte für Jung und Alt in Selbstverwaltung**

Träger: Volkssolidarität LV Berlin e.V.

Betreiber: Förderverein Stille Straße 10 e.V.

Stille Straße 10, 13156 Berlin, Tel. 47367970

✉ stillestrasse@gmail.com

🌐 www.stillestrasse.de

□ **Stadtteilzentrum Pankow mit Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe und Kontaktstelle PflegeEngagement**

Träger: Bürgerhaus BüHa gGmbH mit HVD Berlin-Brandenburg KdÖR

Leitung: Claudia Hering, Tel. 499 87 09 00
Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin

✉ info@stz-pankow.de 🌐 www.stz-pankow.de

📘 www.facebook.com/stzpankow/

📷 www.instagram.com/stadtteilzentrum_pankow

Angebote: Rechts- und Mieterberatung, Sozialberatung, Bildungsberatung, Sprachkurse, SprachCafé, Nachbarschafts-Café, Kochabende, Frauen-Frühstück, Vater-Kind-Brunch, Repair-Café, Raumvermietung, Verleih von Lastenrädern, Spielen, Werkzeug u.a., Kleidertausch, Bücherstube, Trödel, Sportkurse, Kindertanz, Malkurse, Näh-Workshops, Schreibgruppen, Spiele-Abende, Chor, Arbeitsgruppe Inklusion, Selbsthilfe-Gruppen, Seniorencomputer- und Handykurse, Seniorengymnastik, Theatergruppe „Silberwiebeln“, „schlaue Kaffeerunde“, Spaziergangsgruppe, u.v.m.

□ **Stadtteilzentrum Prenzlauer Berg**

Träger: Pfefferwerk Stadtkultur gGmbH

Fehrbelliner Str. 92, 10119 Berlin, Tel. 4437178

✉ stadtteilzentrum@pfefferwerk.de

🌐 www.stz-prenzlauerberg.de

Beratung: Mo 10.00 – 13.00 Uhr,

Di 11.00 – 13.00 Uhr, Mi 15.00 – 18.00 Uhr,

Fr 10.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Angebote:

→ **Die Theatergruppe 50+ „Die Pfefferstreuer“** sucht wieder Mitspieler*innen unter dem Motto: (Theater-)SPIELEN kann jede*! Alle Interessierten ab 50 sind herzlich willkommen. Immer Do 12.00 – 14.00 Uhr im STZ Prenzlauer Berg. Kontakt: Conny Weiland, Tel. 443 71 78

✉ weiland@pfefferwerk.de

🌐 www.stz-prenzlauerberg.de/angebot/

die-pfefferstreuer

- **Der Kiezchor „Fisch im Wasser“** bietet allen an – jung wie alt – musikalisch aktiv zu werden. Jeden Montag, 19.30 – 21.30 Uhr. Aktuelle Informationen zu den Proben finden Sie unter:
 🌐 www.stz-prenzlauerberg.de/angebot/kiezchor
- **Rentenberatung:** Die Versichertenälteste Alma Evert erteilt Auskunft in allen Fragen der Rentenversicherung (z.B. Rentenbeantragung, Kontenklärung, Kindererziehungszeiten, Versorgungsausgleich), hilft beim Ausfüllen von Anträgen auf Leistungen und nimmt diese entgegen. Mo 15.00 – 17.00 Uhr mit vorheriger Anmeldung, Tel. 0163 6359153 ✉ alma.evert@gmail.com
 🌐 www.stz-prenzlauerberg.de/angebot/rentenberatung
- **Unser Garten** ist täglich von 9.00 – 18.00 Uhr geöffnet und lädt zum Verweilen ein, es gibt die Möglichkeit, sich jederzeit mit Ideen im Haus einzubringen. **Für unseren Garten suchen wir Menschen, die Freude an der Gartenarbeit haben und unseren Hausgarten mitgestalten möchten. Informationen unter:**
 🌐 www.stz-prenzlauerberg.de/angebot/garten-ag/
- **Kurse:** Qi Gong Kurs: traditionelle chinesische Bewegungs- und Konzentrationsübungen. Immer Di von 13.00 – 14.00 Uhr. Anmeldung: Marie Cornelius, Tel. 61 39 04 15
 ✉ marie@micromovements.de
 🌐 www.stz-prenzlauerberg.de/angebot/ab-2-november-neu-im-stadtteilzentrum-qi-gong-kurs
Sanftes Yoga für alle/Senior*innen: Jeden Mi 12.30 – 13.30 Uhr. Der Kurs mit Sabine gibt Ruhe und Kraft für Körper und Seele.
 Anmeldung unter: Tel. 179 12 14 960
 ✉ info@openflowyoga.com
 🌐 www.stz-prenzlauerberg.de/angebot/neu-sanftes-yoga-fuer-alle
- **Katholische Pfarrei Heilige Familie**
 Seniorenbegegnungsstätte, Wichertstr. 22 (am Humannplatz, neben der kath. Kirche Hl. Familie), 10439 Berlin, Tel. 44 71 79 06
 Kontakt: Horst Purkart, Hildegard Kliem
 ✉ kath.pfarramt@heiligefamilie-berlin.de
 Angebote: Gedächtnistraining, Handarbeiten, Sprachkurse, Malzirkel u. v. m.
- **Selbsthilfe und Stadtteilzentrum im Bucher Bürgerhaus**
Angebot der Albatros gGmbH
 Franz-Schmidt-Straße 8 – 10, 13125 Berlin
 Tel. 0162-5293458
 ✉ selbsthilfeinbuch@albatros-ggmbh.de
- **Gruppen mit gesundheitsbezogenen Themen:**
 Anonyme Alkoholiker*Innen, Alzheimer, Angehörige psychisch kranker Menschen, Ängste und Depressionen, Cochlea, Einsamkeit, Kreuzbund – Selbsthilfegruppe für Alkohol- und Medikamentenabhängige und Angehörige
 Buch, Leben mit Diabetes, Leben mit Krebs – offene Selbsthilfegruppe, Lungenemphysem-COPD Deutschland – Selbsthilfegruppe Berlin-Buch, offene Trauergruppe, Pflegenden Angehörige, Schlaganfallbetroffene und Angehörige
- **„Stadtteilzentrum im Turm“**
Träger: Albatros gGmbH
 Busonistr. 136, 13125 Berlin, Tel. 94380097
 ✉ derturm@albatros-ggmbh.de
 ✉ willkommen-in-karow@albatros-ggmbh.de
 Ansprechpartnerin: Elke Heller
 Der Turm ist ein klassisches Stadtteilzentrum mit Schwerpunkt auf Seniorenarbeit und sozialer Beratung sowie dem Projekt „Willkommen in Karow“ mit Anlaufstelle für Migranten, das eine gedeihliche Nachbarschaft aller Karower angesichts der zunehmenden Vielfalt der Bevölkerung zum Ziel hat.
 Angebote: Fremdsprachenunterricht (Englisch, Französisch, Deutsch, Spanisch), Kiezzrunden, Handarbeiten, Kreativkurse, Jung- & Alt-Projekte, Tagesfahrten, Schach, Skat, Rentenberatung, Internetnutzung für Senior*innen, Spielvormittag, Treffpunkt der Volkssolidaritätsgruppe, Seniorentanz, Tanz im Sitzen, Gymnastik, Yoga, Ausflüge, Vorträge, Ausstellungen, Nähkurse, Gartenklub, Schreibgruppe, Radwandergruppen, Sonntagscafé, Kulturnachmittage, Zumba Gold, Lesungen in der Stadtteilbibliothek, Tablet- und Smartphoneschulung
- **KulturMarktHalle,**
 Hans-Eisler-Str. 93, 10409 Berlin, Tel. 35053122
 🌐 www.kmhberlin.de
 Seniorentanz - Kaffee, Kuchen, Wein und Musik.
 Jeden dritten Sonntag im Monat von 15.00 – 18.00 Uhr wird das Tanzbein geschwungen.
 Eintritt 4 Euro



Es muss nicht immer Rommé oder Skat sein.

SPIELETIPPS: „Spielen ist international, es steht für Toleranz und friedliches Miteinander“, sagte Harald Schrapers, Vorsitzender des Vereins Spiel des Jahres zur diesjährigen Preisverleihung. „Alle können mitmachen, alle spielen nach denselben Regeln, egal wo auf der Welt“, betonte er, bevor das Spiel des Jahres 2022 gewählt wurde. Wir empfehlen und verlosen das Partyspiel „Top Ten“, das unter den drei nominierten Spielen war und den Preisträger, das Legespiel „Cascadia“. Viel Spaß beim gemeinsamen Spiel - ob mit Freunden oder in der Familie, mit Kindern oder Erwachsenen.

Äpfel sind doch wie Aprikosen, oder?

Wenn man Äpfel nicht mit Birnen vergleichen darf, dann kann man sie vergleichen mit... Melonen..., Bällen..., Bananen..., Aprikosen..., Kürbissen? Entsprechend ihrer gezogenen Zahl von 1 bis 10 präsentieren die Spieler mehr oder weniger abseitige Ideen von „völlig absurd“ bis „quasi das gleiche“. Je größer die Runde, umso mehr witzige bis abstruse Begriffe fallen und umso kniffliger wird es für den „Käpten“, die Antworten passend in der Reihenfolge zu sortieren. Gelingt das mal nicht, sammelt das Team gemeinsam Sch...häufchen ein. Lustig ist es allemal. Sind am Ende nicht alle Häufchen im Einsatz, haben alle gewonnen. Falls alle Plättchen schon in der Häufchenzone liegen, startet das Verliererteam rasch die nächste Runde - und macht Schlafpositionen nach - mit süßen oder schrecklichen Träumen. Viel Spaß!

- **Top 10 von Aurelien Picolet, Cocktail Games,**
Vertrieb: Asmodee Germany, für 4 bis 9 Spieler ab 12 Jahren,
Spieldauer: ca. 30 min, Preis: ca. 19 €



Cascadia entsteht - immer ein bisschen anders

Nach den am besten passenden Plättchen suchen die Erbauer von „Cascadia“. Im „Spiel des Jahres 2022“ legt jeder für sich Plättchen mit ein oder zwei Landschaften aneinander und siedelt dort Tiere auf farbigen Holzscheiben an - aber nicht jedes Tier fühlt sich überall wohl. Punkte gibt es für berücksichtigte tierische Wünsche: Bären wollen als Paar angesiedelt werden, die Bussarde alleine, der Fuchs mit anderen Tieren rundum. Neben den Einsteigeraufgaben gibt es abwechslungsreiche Variationen, es kann also immer ein bisschen anders gebaut und gelegt und trotzdem schnell losgespielt werden. Obwohl mit ganz unterschiedlichen Taktiken gepuzzelt wird, schaffen alle ähnlich schöne und wertvolle Landschaften, was ungemein zufrieden macht und für ein sehr austariertes Spiel spricht. Beim nächsten Mal wird trotzdem eine andere Taktik probiert. Falls die gewünschten Teile gezogen werden....

Birgit Nößler

- **Cascadia von Randy Flynn und Beth Sobel,**
Verlag: Kosmos, für 1 bis 4 Spieler ab 10 Jahren,
Spieldauer: ca. 60 min., Preis: ca. 35 €



Die Stadtteilzentren in Pankow - offen, aktiv, respektvoll

Hier trifft sich die Nachbarschaft. Hier ist immer Begegnung.

Wir freuen uns auf Sie. Miteinander und Gemeinschaft, spannende Freizeitaktivitäten, vielerlei Kurse, immer etwas Interessantes und vor allem: Begegnung. Bei uns ist es nie langweilig. Wie wir das machen? Nur zusammen mit Ihnen. Unsere Stadtteilzentren sind ein Aktivposten für Ihren Kiez. Lebendig, hilfreich und gut.

Was uns wichtig ist.

Wir sind für alle Menschen offen, alle Menschen sind willkommen und können sich in unsere gemeinschaftlichen Projekte und Aktivitäten einbringen. Wir gestalten Gesellschaft. Parteipolitisch und konfessionell unabhängig; inklusiv und immer auf Augenhöhe im Miteinander. Und wir bieten in unseren Stadtteilzentren die passenden Räumlichkeiten für Begegnung und Aktivität.

Was wir machen.

Gemeinsam mit Ihnen bringen wir Lebendigkeit in den Kiez. Kreativ-Kurse, Sport-Gruppen, Tauschtreffs, soziale Beratung, Familienaktivitäten, Stadtteilstunde und vieles andere mehr. Einfach Gemeinschaft vor Ort. Wir ermöglichen gemeinsam mit Ihnen, dass Menschen unterschiedlicher Generationen, Kulturen und Milieus zusammenkommen, voneinander erfahren und dabei lernen, sich gegenseitig zu unterstützen. Hier gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten, sich zu engagieren.

Sie haben Ideen und wollen Impulse einbringen? Bei uns ist der Ort dafür. Für sich, Ihre Nachbar*innen, Neubürger*innen, Freund*innen und, und, und. Ohne Sie läuft hier nichts. Sprechen Sie uns einfach an.

Hier passiert es.

Unsere Stadtteilzentren sind auch die Orte, an denen sich Netzwerke koordinieren. So sind wir Motor für Kultur, Gesellschaft, Engagement, Bildung. Im Kiez und sogar in der Region Berlin. Hier findet Gesellschaft statt. Hier treffen sich Menschen, die bewegen und etwas verändern wollen. Deshalb sind wir lebendiger und aktiver Ort in Ihrem Kiez. Zugleich sind unsere Stadtteilzentren Ankerpunkte im Quartier für den Austausch mit Politik und Verwaltung auf Bezirks- und Landesebene, Wirtschaft und Kultur.

Wo, wenn nicht hier und miteinander?

Seien Sie herzlich Willkommen und lernen Sie das jeweilige Stadtteilzentrum und seine Angebote in Ihrer Nähe kennen.

Region Alt-Pankow:

□ Stadtteilzentrum Pankow

Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin

🌐 www.stz-pankow.de

📘 www.facebook.com/stzpankow

→ Nachbarschafts- und Familienzentrum

Träger: Bürgerhaus BüHa gGmbH

Tel. 499 87 09-00, Fax 499 87 09-09

✉ familienzentrum@stz-pankow.de

→ KIS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow

Träger: Humanistischer Verband

Berlin Brandenburg

Tel. 499 87 09-10

✉ kis@hvd-bb.de

→ Kontaktstelle PflegeEngagement Pankow

Träger: Humanistischer Verband

Berlin-Brandenburg.

Tel. 499 87 09-11

✉ kpe-pankow@hvd-bb.de

Region Prenzlauer Berg:

□ Stadtteilzentrum Prenzlauer Berg

Träger: Pfefferwerk Stadtkultur gGmbH

Fehrbelliner Str. 92, 10119 Berlin

Tel. 443 71 78

✉ stadtteilzentrum@pfefferwerk.de

🌐 www.stz-prenzlauerberg.de

📘 www.facebook.com/stzprenzlauerberg

Region Karow:

□ Stadtteilzentrum im Turm

Träger: ALBATROS gemeinnützige

Gesellschaft für soziale und gesundheitliche Dienstleistungen mbH

Busonistr. 136, 13125 Berlin

Tel. 943 800 97, Fax 943 800 99

✉ derturm@albatrosggmbh.de

🌐 www.albatrosggmbh.de



© albatros gGmbH

Stadtteilzentrum-Treff im Bucher Garten

Region Buch:

- **Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum im Bucher Bürgerhaus**
 Träger: ALBATROS gGmbH für soziale und gesundheitliche Dienstleistungen mbH
 Franz-Schmidt Str. 8 - 10, 13125 Berlin
 Tel. 941 54 26
 ✉ shz.buch@albatros-gmbh.de
 🌐 www.albatros-gmbh.de

Region Französisch Buchholz:

- **Nachbarschaftszentrum Amtshaus Buchholz**
 Träger: Bürgerhaus BüHa gGmbH
 Berliner Str. 24, 13127 Berlin
 Tel. 475 84 72, Fax 381 013 84
 ✉ info@amtshaus-buchholz.de
 🌐 www.amtshaus-buchholz.de

Region Weißensee:

- **Stadtteilzentrum Weißensee - Frei-Zeit-Haus**
 Träger: Frei-Zeit-Haus e.V.
 Pistoriusstr. 23, 13086 Berlin
 Tel. 92 79 94 63, Fax 927 994 64
 ✉ info@frei-zeit-haus.de
 🌐 www.frei-zeit-haus.de
 📌 www.facebook.com/Frei-Zeit-Haus-eV
- **Freiwilligenagentur Pankow**
 Träger: Frei-Zeit-Haus e.V.
 Berliner Allee 124, 13088 Berlin
 Tel. 030-250 910 01
 ✉ info@ehrenamt-pankow.berlin
 🌐 www.ehrenamt-pankow.berlin
 📌 FreiwilligenAgentur Pankow
- **Zukunftswerkstatt Heinersdorf**
 Träger: Bürgerverein Berlin-Heinersdorf e.V.
 Romain-Rolland-Str. 112, 13089 Berlin
 Tel. 030-21 98 29 70
 ✉ info@zukunftswerkstatt-heinersdorf.de
 🌐 www.zukunftswerkstatt-heinersdorf.de

ANZEIGE

Tanzschule Am Bürgerpark
Tanzen ist auch Gesundheitsvorsorge

Mit zunehmendem Alter lassen Mobilität, Koordinationsvermögen und Kraft nach. Ab 50 geht die Muskelmasse mit vierfachem Tempo verloren. Folge können Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems und des Skeletts sein. In vielen wissenschaftlichen Untersuchungen hat sich gezeigt, dass Tanzen dagegen wie ein „Jungbrunnen“ wirken kann. Das erkennen auch viele Krankenkassen im Rahmen Ihrer Bonusprogramme an.



Beim Schweben übers Parkett werden die Gelenke geschmeidig gehalten. Durch Körperspannung und Bewegung kräftigen sich Muskeln und Knochen, eine gute Vorbeugung gegen Osteoporose. Tanzen stärkt das Herz-Kreislaufsystem. Vor allem aber: Es gibt keine wirksamere Möglichkeit, der Demenz entgegen zu wirken als Tanzen! Unbewusst trainiert man beim Tanzen beide Gehirnhälften, die logisch denkende und die kreative. Das Lernen von Schritt- und Figurenfolgen im rhythmischen Zusammenhang schult das Gedächtnis intensiv. So ist Tanzen Gehirnjogging.

Die Tanzschule Am Bürgerpark befindet sich in der Kreuzstraße 3-4 in Berlin-Pankow. Tel. 4858428
 🌐 www.tanzschule-am-buergerpark.de



Tanzschule
Am Bürgerpark



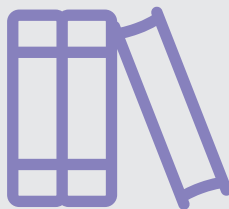
**Das schönste
Hobby
zu zweit.**



Tanzen!

www.tanzschule-am-buergerpark.de

Stadtbibliothek Pankow



- **Zentraler Service**
 ✉ heinrich-boell-bibliothek@ba-pankow.berlin.de
 🌐 www.berlin.de/stadtbibliothek-pankow
- **Heinrich-Böll-Bibliothek**
Bezirkszentralbibliothek Pankow
 Greifswalder Str. 87, 10409 Berlin
 Tel. 90295-3979
 ✉ heinrich-boell-bibliothek@ba-pankow.berlin.de
 Mo, Di, Do, Fr 10.00 – 19.00 Uhr
 Mi 13.00 – 19.00 Uhr; Sa 10.00 – 13.00 Uhr
- **Janusz-Korczak-Bibliothek**
 Berliner Str. 120 – 121, 13187 Berlin
 Tel. 90295-6965
 ✉ janusz-korczak-bibliothek@ba-pankow.berlin.de
 Mo, Di, Do, Fr 10.00 – 19.00 Uhr
 Mi 13.00 – 19.00 Uhr; Sa 10.00 – 13.00 Uhr
- **Wolfdietrich-Schnurre-Bibliothek**
 Bizetstr. 41, 13088 Berlin
 Tel. 90295-3867
 ✉ wolfdietrich-schnurre-bibliothek@ba-pankow.berlin.de
 Mo, Di, Do, Fr 10.00 – 19.00 Uhr
 Mi 13.00 – 19.00 Uhr
- **Bettina-von-Arnim-Bibliothek**
 Schönhauser Allee 75, 10437 Berlin
 Tel. 90295-6933
 ✉ bettina-von-arnim-bibliothek@ba-pankow.berlin.de
 Mo – Fr 13.00 – 19.00 Uhr
- **Bibliothek am Wasserturm**
 Prenzlauer Allee 227 – 228, 10405 Berlin
 Tel. 90295-3921
 ✉ bibliothek-am-wasserturm@ba-pankow.berlin.de
 Mo, Di, Do, 13.00 – 19.00 Uhr
 Mi, Fr 11.00 – 17.00 Uhr
- **Kurt-Tucholsky-Bibliothek**
 Esmachstr. 18, 10407 Berlin
 Tel. 90295-3963
 ✉ kurt-tucholsky-bibliothek@ba-pankow.berlin.de
 Mo, Mi, Do, Fr 13.00 – 18.00 Uhr
 Di 10.00 – 15.00 Uhr
- **Stadtteilbibliothek Karow**
 Achillesstraße 77, 13125 Berlin
 Tel. 90295-6949
 ✉ ieva.ketzer@ba-pankow.berlin.de
 Mo, Do, 13.00 – 19.00 Uhr; Di, 13.00 – 17.00 Uhr
 Fr 13.00 – 17.00 Uhr
- **Stadtteilbibliothek Buch**
 Schlosspark-Passage
 Wiltbergstr. 19 – 23, 13125 Berlin
 Tel. 90295-6941
 ✉ stadteilbibliothek-buch@ba-pankow.berlin.de
 Mo, Do 13.00 – 19.00 Uhr; Mi, Fr 13.00 – 17.00 Uhr
 Di 10.00 – 16.00 Uhr
- **Bibliothek Wilhelmsruh (ehrenamtlich)**
 Hauptstr. 32, 13158 Berlin
 Tel. 4072-4848
 ✉ info@leben-in-wilhelmsruh.de
 Mo, Di, Do 14.00 – 19.00 Uhr
 Mi, Fr, Sa 10.00 – 13.00 Uhr
- **Nachbarschaftsbibliothek**
Französisch Buchholz e. V. (ehrenamtlich)
 Cunistraße 7, 13127 Berlin
 Tel. 49783279
 ✉ nabi-buchholz@gmx.de
 Di – Fr 15.00 – 18.00 Uhr

Bezirksverordnete der BVV Pankow von Berlin

Bezirksverordnetenvorsteher

Fröbelstraße 17, Haus 7, Raum 104
Tel. 90295-5002/-5003, Fax 90295-6515

Fraktionsbüros

- **Linksfraktion**
Fröbelstr. 17, Haus 7, Raum 109, Tel. 4202-0873
- **Fraktion Bündnis 90 / Die Grünen**
Fröbelstraße 17, Haus 7, Raum 202/203
Tel. 90295-5007
- **Fraktion der SPD**
Fröbelstr. 17, Haus 7, Raum 100/101
Tel. 90295-5005
- **Fraktion der CDU**
Fröbelstr. 17, Haus 7, Raum 124, Tel. 90295-5009
- **Fraktion der FDP**
Fröbelstr. 17, Haus 7, ✉ info@fdp-bvv-pankow.de
- **Fraktion der AfD**
Fröbelstr. 17, Haus 7, Raum 128, Tel. 90295 5010

Fraktion Bündnis 90 / Die Grünen 16 Sitze

Tharan, Almuth (Fraktionsvorsitzende)
Dr. Jütting, Oliver (Bezirksverordnetenvorsteher)
Aru, Can Diego / Bond, Helene / Drewitz, Jan / Flores Rivera, Patrizia / Gänger, Silke / Gloger, Karsten Dirk / Göring, Christoph Ludwig / Dr. Groba, Felix / Heuke, Reemt / Koufen, Katharina / Lam, Anne / Lüssow, Axel / Schmidt, Heike / Wettig, Hannah-Caroline

Linksfraktion 12 Sitze

Wechsberger, Kirsten (Fraktionsvorsitzende)
Zarbock, Matthias (Fraktionsvorsitzender)
Bigos, Maria (Stellv. Fraktionsvorsitzende)
Landeró Alvarado, Astrid (Stellv. Fraktionsvorsitzende)
Schirmer, Maximilian (Stellv. Fraktionsvorsitzende)
Schlüter, Paul (Stellv. Bezirksverordnetenvorsteher)
Dr. Babian, Stella / Bordfeld, Frederik / Kempe, Wolfram / Maillefert, Katrin / Seidenstücker, Marion / Dr. Stiller, Jaana

Fraktion der SPD 11 Sitze

Schröder, Roland (Fraktionsvorsitzender)
Mickley, Birgit (Stellv. Fraktionsvorsitzende)
Bohla, Thomas (Stellv. Fraktionsvorsitzender)
Giannone, Diana (Beisitzerin)
Ahrens, Katja / Hornecker, Henrik / Lenkeit, Marc / Meisgeier, Maximilian / Rosensky, Ulrike / Szidat, Mike / Wölk, Stephanie

Fraktion der CDU 8 Sitze

Bittner, Denise (Fraktionsvorsitzende)
Bocian, Lars (Stellv. Fraktionsvorsitzender)
Pasternack, Jörn (Stellv. Fraktionsvorsitzende)
Steinke, Claudia (Beisitzerin)
Groß, Sascha / Hauer, Daniel / Paul, David / Dr. Scharfenberg, Eva

Fraktion der AfD 5 Sitze

Krüger, Daniel (Fraktionsvorsitzender)
Mohr, Herbert (Stellv. Fraktionsvorsitzender)
Behnke, Frank / Holder, Andreas / Streeck, Jan Philip

Fraktion der FDP 3 Sitze

Dr. Enge, Thomas (Fraktionsvorsitzender)
Milkereit, Sandra (Beisitzerin)
Simon, Oliver

**FÜR SIE UND IHRE
ANLIEGEN JEDERZEIT
ANSPRECHBAR !**

Bürger*innensprechstunde:

Mo: 13:00 - 17:00 Uhr

Mi und Do: 10:00 - 15:00 Uhr

Tel.: 030 / 902 95 50 07
info@gruene-fraktion-pankow.de
www.gruene-fraktion-pankow.de
twitter: @GrueneBVVPankow

BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN
in der BVV Pankow
Fröbelstraße 17
Haus 7, Raum 202
10405 Berlin



Mitmachen und gewinnen beim Kreuzworträtsel!



Lösungswort: Gesucht wird ein Berliner Verkehrsknotenpunkt

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Der/Die Gewinner_in des Kreuzworträtsels erhält **das Partyspiel „Top Ten“ von Cocktail Games** (im Vertrieb von Asmodee Germany) im Wert von 19,- EUR (vorgestellt auf Seite 25)

Einsendungen bis 30.11.2022 an: aperçu Verlagsgesellschaft mbH, Gubener Str. 47, 10243 Berlin
oder ✉ info@verlag-apercu.de **Kennwort: Pankow für Senioren 2022**
(Keine Bargeldgewinne. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.)



GEBEN MIT VERTRAUEN WIRKSAM HELFEN

Björn Schulz Stiftung
Wilhelm-Wolff-Str. 38, 13156 Berlin
www.bjoern-schulz-stiftung.de



Für weitere Infos einfach
QR Code scannen.

Die verbleibende gemeinsame Lebenszeit schwerstkranker Kinder mit ihren Familien so schön und wertvoll wie möglich zu gestalten – dafür steht die Björn Schulz Stiftung mit ihrem bundesweit einzigartigen Netzwerk der Hilfe.

Mit einem Testament Zukunft stiften!



Denken auch Sie darüber nach, Werte sinnvoll weiterzugeben? Bitte sprechen Sie mich gerne jederzeit an:
Silke Fritz | Telefon: 030 / 398 998 22
E-Mail: s.fritz@bjoern-schulz-stiftung.de



Björn Schulz Stiftung – 25 Jahre
beispielgebende Kinderhospizarbeit



Für eine Zeit voller Leben

ehem. reg. Bürgermeister von Berlin	Berliner Band der 70er Jahre	Verkehrsinfarkt bibl. Figur		beliebtes Grillgericht		Kfz. für Chemnitz	ehemaliger Berliner Innensensor	Halbinsel im nahen Osten	US-Schriftsteller Jagdbegriff		Tagzeit		Zeitgenössischer ital. Komponist
→	↓	↓				↓	↓	↓	↓		1		↓
US-Geheimdienst	→			Kfz. für Potsdam	→	Irland in der Landessprache	→				Forschungseinrichtung bei Genf		
weibliches Haustier	→	2		ital. Nudelsorte	→					US Nachrichtensender	↓		
franz. Du	→		Konditorei-produkt	internat. Parteienbündnis	↓	Männerkurzname	→			ein Mainzelmännchen gefrorenes	→		
griech.: Dreierkonstellation		ehem. reg. Bürgermeister von Berlin	→									türk. Männername	6
→						Kfz. für Leipzig	→	unbest. Artikel im Dativ	→				↓
Kfz. für Berlin	→	dt. Schauspieler	→	Stadt in Arabien	↓	8	lat.: Kunst	→			Abk. f. Montag	→	fränk. Hausflur
engl. Urne													
Lied in der Oper	→												
→													
Stadt i. alten Testament	→												
jap. Kampfsportart	→												
→													
dt. Fliegeras		Fluß in Spanien	↓										
→													
berühmter engl. Leichtathlet	→	9											
pers. Fürwort		positive Antwort	Leipziger Speisespezialität	dort	↓	Meeressäuger	berühmter Geiger	Anerkennung	dt. Schauspieler (+2000)	Vokal	→	Kopfbedeckung	Stadt in den Niederlanden
↓	dt. Schauspielerin ungs. für viel Geld	→	↓										
Bürgermeister	↓			Stadt in Georgia	Pflanzenart	→		10		Hirtengott	→	Abk.: zum Beispiel	
				↓	Abk. f. einen Bibelteil	↓				↓			
griech. Buchstabe	chin. Pianist	→				Armmuskel	→						
→			Klosterort in Bayern	→				Kfz. für Paderborn	→			Abk. f. Personalcomputer anzügl. Witz	
								rom. Kalendertage	↓				
Abk. für Facharzt	Abk. für ein chem. Element	→		Negierung	→					Teil des Fußes	→		5
→	weibl. Kurzname chem. Zeichen Iridium	↓											
7					4		gleichfalls, ebenso	→					Abk. f. Erdgeschoss
spanisch: 100	→												
ehem. Berl. Fußballstar				Eisenstift	→					US-Männerkurzname	→		
→	3												

VP VON POLL IMMOBILIEN

Ihr Immobilienexperte in Pankow und Umgebung.

Ulf Sobeck
Geschäftsstelleninhaber



Shop Berlin – Pankow | Florastraße 1 | 13187 Berlin
T.: 030 - 20 14 371 0 | pankow@von-poll.com

Leading REAL ESTATE COMPANIES OF THE WORLD www.von-poll.com

Bezirk Pankow von Berlin

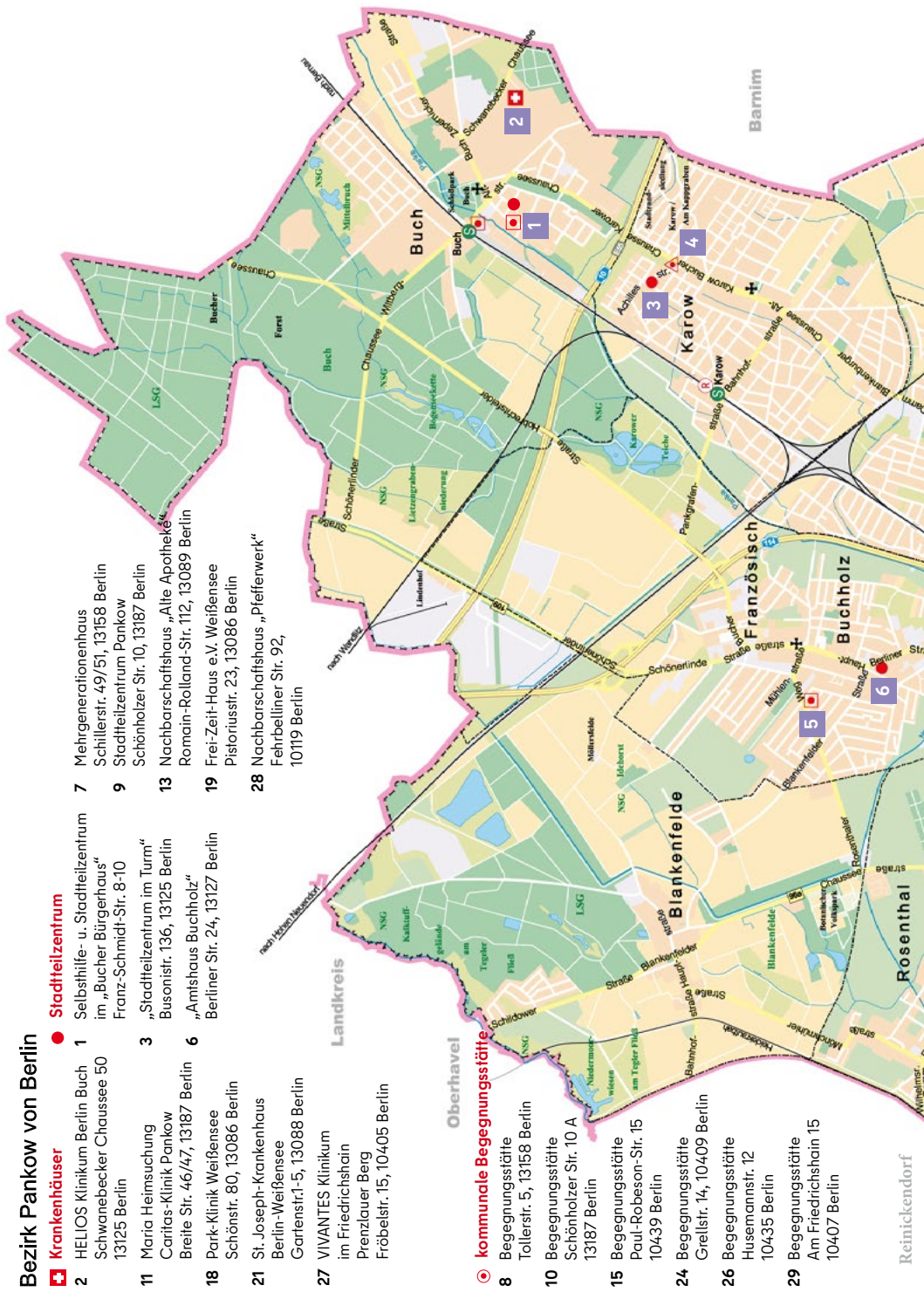
☐ Krankenhäuser

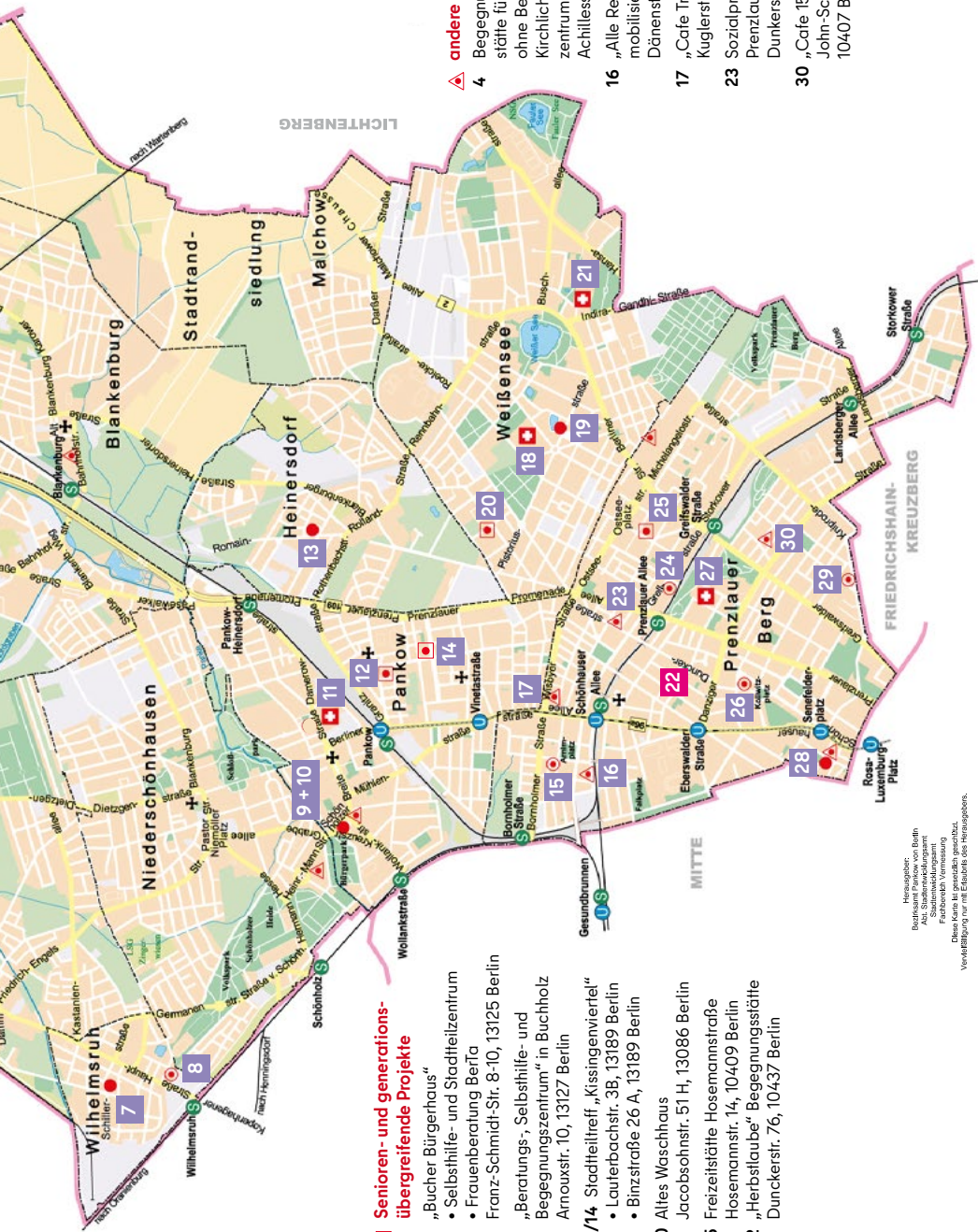
● Stadtteilzentrum

- 2** HELIOS Klinikum Berlin Buch
Schwanebecker Chaussee 50
13125 Berlin
- 11** Maria Heimsuchung
Caritas-Klinik Pankow
Breite Str. 46/47, 13187 Berlin
- 18** Park-Klinik Weißensee
Schönsr. 80, 13086 Berlin
- 21** St. Joseph-Krankenhaus
Berlin-Weißensee
Gartenstr.1-5, 13088 Berlin
- 27** VIVANTES Klinikum
im Friedrichshain
Prenzlauer Berg
Fröbelsr. 15, 10405 Berlin
- 7** Mehrgenerationenhaus
Schillerstr. 49/51, 13158 Berlin
- 9** Stadtteilzentrum Pankow
Franz-Schmidt-Str. 8-10
- 13** Nachbarschaftshaus „Alte Apotheke“
Romain-Rolland-Str. 112, 13089 Berlin
- 19** Frei-Zeit-Haus e.V. Weißensee
Pistoriusstr. 23, 13086 Berlin
- 28** Nachbarschaftshaus „Pfeifferwerk“
Fehrbelliner Str. 92,
10119 Berlin

● kommunale Begegnungsstätte

- 8** Begegnungsstätte
Tollersr. 5, 13158 Berlin
- 10** Begegnungsstätte
Schönholzer Str. 10 A
13187 Berlin
- 15** Begegnungsstätte
Paul-Robeson-Str. 15
10439 Berlin
- 24** Begegnungsstätte
Grelstr. 14, 10409 Berlin
- 26** Begegnungsstätte
Husemannstr. 12
10435 Berlin
- 29** Begegnungsstätte
Am Friedrichshain 15
10407 Berlin





▣ Senioren- und generations-übergreifende Projekte

- 1 „Bucher Bürgerhaus“
 - Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum
 - Frauenberatung Berfa
 - Franz-Schmidt-Str. 8-10, 13125 Berlin
- 5 „Beratungs-, Selbsthilfe- und Begegnungszentrum“ in Buchholz Arnouxstr. 10, 13127 Berlin
- 12/14 Stadtiltreff „Kissingerviertel“
 - Lauterbachstr. 3B, 13189 Berlin
 - Binnstraße 26 A, 13189 Berlin
- 20 Altes Waschhaus
 - Jacobsenstr. 51 H, 13086 Berlin
- 25 Freizeitsitzte Hosemannstraße
 - Hosemannstr. 14, 10409 Berlin
- 22 „Herbsflaube“ Begegnungsstätte
 - Dunckerstr. 76, 10437 Berlin

▣ andere soziale Projekte

- 4 Begegnungs- u. Beratungsstätte für Menschen mit und ohne Behinderung
 - Kirchliches Begegnungszentrum (KBZ)
 - Achillesstr. 53, 13125 Berlin
- 16 „Alle Ressourcen mobilisieren-ARM“
 - Dänenstr. 19, 10439 Berlin
- 17 „Café Treffpunkt“
 - Kuglerstr. 11, 10439 Berlin
- 23 Soziodiprojekt
 - Prenzlauer Berg Berlin
 - Dunckerstr. 32, 10439
- 30 „Café 157“
 - John-Schehr-Str. 24
 - 10407 Berlin

Blindenführhund Rudy ist ein fester Begleiter im Alltag von Dagmar (63)

„Hätte ich es nur eher gemacht!“

Ein Blindenführhund, das sei doch etwas fürs Rentenalter, hatte Dagmar immer gedacht. Inzwischen ist Rudy ihr treuer Begleiter – auch an ihren Arbeitsplatz. Die Physiotherapeutin ist fast ein bisschen verärgert: „Hätte ich es nur eher gemacht!“ In jungen Jahren hatte sie bereits Augenprobleme, mit 30 Jahren ist sie erblindet. Zunächst waren der Sohn und die Familie eine Stütze für sie, heute ist es auch Rudy, der Labrador an ihrer Seite. Vermittelt wurde er durch die Blindenführhundschiule Schubert & Wetzel, mit der die Stiftung Deutsche Schiule für Blindenführhunde zusammenarbeitet. Zehn Wochen nach dem Wurf verlassen die Welpen stets das Stiftungsgelände in Müggelheim und werden von Patenfamilien aufgezogen. Nach anderthalb Jahren beginnt ihre Ausbildung zum Blindenführhund durch erfahrene Blindenführhundtrainer*innen. Auch in dieser Zeit leben die Tiere in Familien. Danach



© Viktor Strasse

erfolgt die Vermittlung. „Mensch und Hund müssen zueinander passen“, sagt Stiftungsvorsitzender Ulrich Strasse. Dagmar und Rudy wurden schnell ein unzertrennliches Duo.

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

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



Informationen unter:
fuehrhundschiule.de



Stiftung Deutsche
Schiule für
Blindenführhunde

Gerne können Sie uns unterstützen.

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

Einfühlsame Liebeserklärung an unsere Stubentiger Pfoten vom Tisch!

Inhaltlich ist das Buch eine witzige Mischung aus sehr persönlichen Katzensgeschichten aus Hape Kerkelings Leben, einem Ratgeber für Menschen, die sich eine Katze anschaffen wollen und einem Ratgeber, der viel Nützliches und Unnützes für Katzenfans parat hält. In schönster Tradition von „Ich bin dann mal weg“ und „Der Junge muss an die frische Luft“ lässt uns Kerkeling mit „Pfoten vom Tisch! Meine Katzen, andere Katzen und ich“ nah an seine persönlichen Erfahrungen heran und vermittelt im gewohnt leichtfüßig-selbstironischen Stil tiefgründiges Wissen über die richtigen Katzennamen, den Umgang mit Katzenkrankheiten oder die Frage, warum Katzen schnurren. Es wird erklärt, wie man Katzen erzieht oder besser, wie diese ihr Frauchen oder Herrchen erziehen, wie man ihre Liebe gewinnt, wie man sie am besten füttert, hegt und pflegt. Insgesamt ist es ein sehr vielseitiges Buch, das einen guten Rundumblick über das Leben mit Katzen gibt.

KATZENBESITZERIN MARTHA KIRSTEN



□ Pfoten vom Tisch! Meine Katzen, andere Katzen und ich

Piper Verlag | 304 Seiten | ISBN: 978-3-492-08000-2 | 22,00 €

Liebe über den Tod hinaus Ein Testament für die Tiere

Was bleibt, wenn wir gehen?
Ihr letzter Wille kann ein Vermächtnis für die Tiere sein. Helfen Sie mit Ihrem Testament nachhaltig den heimatlosen Schützlingen im Tierheim Berlin (ehemals Tierheim Lankwitz).
Fordern Sie jetzt kostenfrei unseren Testamentsratgeber an.

Ihr Ansprechpartner:

Jan Berge

Geschäftsführer

Telefon: 030 76 888-110

E-Mail: jan.berge@tierschutz-berlin.de

Der Tierschutzverein für Berlin ist von der Erbschaftssteuer befreit.



Betreutes Service-Wohnen

- **Seniorenstiftung Prenzlauer Berg**
Betreutes Wohnen/Haus 33 siehe S. 38+4. USS
 Gürtelstr. 33, 10409 Berlin
 Tel. 42 84 47-20 00
 🌐 www.seniorenstiftung.org
- **Advivendum - Betreutes Wohnen**
 → „**Am Schlossgarten**“
 Schloßallee 3, 13156 Berlin
 Tel. 47 49 79 80
 → „**Haus Advivendum C.D.**“
 Schwanebecker Chaussee 6, 13125 Berlin
 Tel. 94 79 40
 🌐 www.advivendum.de
- **Haus „Epikur“**
 Alt-Karow 20, 13125 Berlin
 Tel. 94 79 42 00
 🌐 www.advivendum.de
- **Seniorenresidenz Beuthstraße**
 Beuthstraße 17, 13156 Berlin
 Tel. 4004 68-0
 🌐 www.lsw-gruppe.de
- **Betreutes Wohnen im „Haus am Park“**
 Schonensche Str. 26, 13189 Berlin
 Tel. 479 98 80
 🌐 www.haus-am-park-berlin.de
- **Service-Wohnen im Grünen**
 Heinrich-Mann-St. 31, 13156 Berlin
 Tel. 49 98 86 31
 🌐 www.stiftung-schoenholzer-heide.de
- **Servicewohnen im Hausburgviertel**
 Thaerstr. 30-30c, 10249 Berlin
 Tel. 41 93 46 78
 🌐 www.caritas-altenhilfe.de



© Ocskay Benice - stock.adobe

Betreutes Wohnen, Wohnen mit Service →

Dieser Begriff ist gesetzlich nicht fixiert und ein Sammelbegriff für recht unterschiedlich organisierte Kombinationen von Wohnen und Betreuung. Oft wird er auch als „Wohnen mit Service“ bezeichnet. Gemeint ist ein Wohnverhältnis (Miete oder Eigentum), bei dem verschiedene Dienstleistungen (meist als verbindliche Service-Pauschale) inbegriffen sind. Zusätzliche Leistungen können je nach finanziellen Möglichkeiten und bei freier Wahl der ambulanten Dienste „dazugebucht“ werden. Der Grundservice bietet z.B. Hausmeisterdienste und Notrufanschluss. Der Wahlservice umfasst z.B. Verpflegung, Reinigung von Wohnung und Wäsche. Wenn Pflege notwendig wird, kann das zumeist ohne Umzug in den eigenen vier Wänden geschehen.

- **Seniorenresidenz Weißensee**
 Gustav-Adolf-Str. 126 - 128, 13086 Berlin
 Tel. 453 06 27-0
 🌐 www.fuersorge-im-alter.de

USS = Umschlagseite

Garten- und Landschaftsbau

- Wegebau
- Gartenbewässerungsanlagen
- Gartengestaltung und -pflege
- Grabpflege
- Floristik

Tel. 0173 2025960

www.nitschke-galabau.de

**Nitschke
& Co.**



Verkaufen oder behalten? Wie wertvoll ist die Immobilie?

Es gibt viele Gründe, sich in der zweiten Lebenshälfte mit dem Thema Immobilienbesitz zu beschäftigen: Wer im eigenen Haus lebt, denkt vielleicht über den Umzug in eine barrierefreie Wohnung oder ins Betreute Wohnen nach und möchte seine Immobilie bestmöglich verkaufen. Es ist sicher von Vorteil, sich mit dieser Frage zu beschäftigen, wenn die Kraft für einen selbstbestimmten Umzug noch ausreicht. Vor dem Hausverkauf stellt sich die Frage: Was ist mein Haus wert?

Entscheidend für die Wertermittlung ist die Lage der Immobilie. Über den Bodenrichtwert gibt kostenfrei das Informationssystem BORIS Berlin Auskunft. Dass Immobilien in Innenstadtlagen einen höheren Wert haben als am Stadtrand, ist selbstverständlich. Bei der Suche nach dem neuen Domizil stellt sich zunächst die Frage nach eigenen Wohnwünschen: Soll es mitten im städtischen Trubel oder eher ruhig sein? Wie wichtig ist mir die zentrale, gut erreichbare und damit auch preisintensivere Lage?

Die Immobilie kann in der Regel ein Spezialist am besten bewerten. Immobilienfachleute erstellen eine Immobilienbewertung je nach Haustyp (Einfamilienhaus, Mehrfamilienhaus, Reihenhaus, Doppelhaushälfte), mit Grundbuchauszug, Lageplan, Baubeschreibung, Bauplänen, Energieeffizienz, ggf. Mietverträgen. Benannt werden Bauschäden und Investitionsbedarf. Auch beim Erwerb eines Gebäude-Energieausweises unterstützen sie, damit beim Verkauf die energetischen Kennwerte angegeben werden können. So wird der Verkehrswert des Objektes ermittelt, also der Preis, den die Immobilie am Markt durchschnittlich erzielt. Die Erstellung des Gutachtens ist nicht zwingend an den Verkauf oder Kauf der Immobilie gebunden. Sie kann auch für erste Überlegungen separat beauftragt werden.

© Syda Productions / AdobeStock




**MALERMEISTER
FRANK FERNANDEZ**
mail@malermeister-fernandez.de

**Maler- und Tapezierarbeiten für
Ihre Privatwohnung in Pankow!**

- + 35-jährige Berufserfahrung im Malergewerbe
- + Sämtliche Leistungen aus einer Hand
- + Umweltbewusste und termingerechte Ausführung

**Binzstr. 34, 13189 Berlin
Telefon: 030 23 63 20 65
www.malermeister-fernandez.de**

**Eine Immobilie für
jede Phase Ihres Lebens!**



*Kostenfreie,
unverbindliche
Werteinschätzung
Ihrer Immobilie!*

**Verkaufen Sie Ihre Immobilie -
und bleiben Sie wohnen!**

- » mit vollem Kaufpreiserlös
- » lebenslangem Wohnrecht
- » festgeschriebener Miete
- » und bleiben Sie flexibel

Holger Boeing
(030) 56 5555-20
www.bvbi.de

**Berliner Volksbank
Immobilien GmbH**
Ein Unternehmen der  Berliner Volksbank

Seniorenstiftung Prenzlauer Berg: Geborgen in guten Händen

ANZEIGE

Das Alter zeichnet den Menschen, es macht ihn reifer, schöner, interessanter. Die Seniorenstiftung Prenzlauer Berg möchte mit zahlreichen kreativen Angeboten, guter Pflege und Betreuung die Lebensfreude „ihrer“ Seniorinnen und Senioren erhalten oder neu wecken. Die Stiftung verfügt über 567 Pflegeplätze für Bewohnerinnen und Bewohner aller Pflegegrade und 110 Seniorenwohnungen.

www.seniorenstiftung.org



Ausflug ins Grüne mit ehrenamtlicher Unterstützung

Engagement, das Freude schenkt

Das Spektrum ehrenamtlichen Engagements in der Seniorenstiftung Prenzlauer Berg ist breit und die Möglichkeiten sind vielfältig. Ob es die Übernahme einer Besuchspatenschaft ist, die Begleitung von Bewohnerinnen und Bewohnern bei Arztbesuchen, Einkäufen, Ausflügen oder Veranstaltungen. Ob Unterstützung bei Gruppenangeboten, in den Bewohnercafés, im Bereich Hauswirtschaft oder im Tierhaus gegeben wird. Oder ob die freiwilligen Helferinnen und Helfer handwerkliche Fähigkeiten und besondere Talente einbringen: in unseren vier Pflegeeinrichtungen schenken sie Zeit, bereiten Freude und packen verlässlich mit an.

Bereits mit Gründung der Stiftung wurden Dienste wie das „Freiwillige Soziale Jahr“ oder der „Zivildienst“ (jetzt „Bundesfreiwilligendienst“) genutzt, um den Seniorinnen und Senioren über den Standard hinaus mehr Lebensqualität, soziale Kontakte und Abwechslung zu bieten.

Vor zehn Jahren begann die Seniorenstiftung, dem Ehrenamt neue Perspektiven zu eröffnen. Es wurde die Stelle der Ehrenamtskoordination geschaffen mit der Aufgabe, eine „Kultur des Ehrenamtes“ zu etablieren. Zu diesem Zeitpunkt gab es bereits einen kleinen Kreis Ehrenamtlicher. Im Verlauf eines Jahres wuchs die Zahl auf fast das Dreifache an. Zunehmend mehr Bewohner*innen kamen in den Genuss einer ehrenamtlichen Besuchspatenschaft, konnten häufiger in Begleitung spazieren fahren oder zusätzliche Gespräche führen. Dabei erhalten die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen Unterstützung durch die Seniorenstiftung. Sie gewährleistet Versicherungsschutz, bietet Möglichkeiten des Austauschs für Fortbildungen sowie eine kontinuierliche Begleitung an. Sie möchten auch Freude schenken mit einem Ehrenamt bei uns? Ich berate Sie gern.

Lothar Brose, Ehrenamtskoordinator

Tel. 42 84 47 11 24 ✉ lothar.brose@seniorenstiftung.org



Die Bibliotheken leben von ehrenamtlichen Engagement.



Eine Besuchspatenschaft bereitet immer viel Freude.



Ehrenamtliche Helferinnen und Helfer beim Social Day



Leben im Alter

Albert
Schweitzer
Stiftung
Wohnen & Betreuen



Menschen mit Pflegebedarf bekommen bei uns die Möglichkeit, ein selbstbestimmtes Leben in einer wohnlichen Atmosphäre zu führen.

- **Qualifizierte Pflege und Betreuung ab Pflegegrad 2**
- **Wohngruppen für Menschen mit Demenz**
- **Einzel- und Doppelzimmer mit eigenem Bad**
- **Zahlreiche kulturelle Angebote und vielfältige Serviceangebote**
- **Hauseigene Küche, Bibliothek, Cafeteria**
- **Schön gestaltete Parkanlage, Streichelzoo**
- **Probewohnen, Verhinderungspflege**

Besuchen Sie uns oder vereinbaren Sie telefonisch einen Gesprächstermin.

Blankenburg

Bahnhofstraße 32, 13129 Berlin
Tel.: 030. 474 77-423

Weißensee

Buschallee 89 B, 13088 Berlin
Tel.: 030. 962 44-161



Medizinische Rundum-Versorgung durch unsere Fachärztinnen und Fachärzte

Praxis für Chirurgie / Orthopädie und Unfallchirurgie und D-Arzt

mvz-chirurgie@parkkliniken.de
Tel. (030) 9628-4620

Praxis für Gynäkologie

mvz-weissensee@parkkliniken.de
Tel. (030) 9628-4602

Praxis für Gastroenterologie

mvz-weissensee@parkkliniken.de
Tel. (030) 9628-4600

Praxis für Rheumatologie

mvz-weissensee@parkkliniken.de
Tel. (030) 9628-4614

Praxis für Neurologie

mvz-neurologie@parkkliniken.de
Tel. (030) 9628-4600

Praxis für Radiologie

(Standort in der Schlosspark-Klinik)

mvz-radiologie@parkkliniken.de
Tel. (030) 3264-1110

Nutzen Sie auch unsere Online-Terminbuchung über doctolib.

Medizinisches Versorgungszentrum an der Park-Klinik Weißensee

Ärztehaus
Schönstraße 90, 13086 Berlin
www.parkkliniken-mvz.de

Der Praxenzugang ist barrierefrei.

Kliniken und Krankenhäuser

- **Alexianer St. Joseph-Krankenhaus Berlin-Weißensee** siehe S. 41
 Fachklinik für Neurologie und Psychiatrie
 Gartenstr. 1-5, 13088 Berlin
 Tel. 92 79 0-0
 🌐 www.alexianer-berlin-weissensee.de
- **Ev. Lungenklinik Johannesstift Diakonie**
 Lindenberger Weg 27, 13125 Berlin
 Tel. 94 802-0
 🌐 www.pgdiakonie.de/evangelische-lungenklinik
- **Helios Klinikum Berlin-Buch** siehe S. 42+44
 Schwanebecker Chaussee 50, 13125 Berlin
 Tel. 9401-0
 🌐 www.helios-gesundheit.de/berlin-buch
- **Maria Heimsuchung Caritas-Klinik Pankow**
 Breite Straße 46-47, 13187 Berlin
 Tel. 475 17-0
 🌐 www.caritas-klinik-pankow.de
- **Park-Klinik Weißensee + MVZ** siehe S. 40
 Schönstr. 80, 13086 Berlin
 Tel. 9628-0
 🌐 www.park-klinik.com
- **Reha Tagesklinik pankow**
 Berliner Str. 129, 13187 Berlin
 Tel. 47 51 02-0
 🌐 www.reha-pankow.de

Patientenfürsprecher*innen



Gemäß §30 des Landeskrankenhausgesetzes und §40 des Gesetzes über psychisch Kranke haben die Patientinnen und Patienten der Krankenhäuser und deren Angehörige die Möglichkeit, sich mit ihren Beschwerden und Sorgen, aber auch mit Anregungen für Verbesserungen an die Patientenfürsprecher*innen zu wenden. Die Patientenfürsprecher*innen sind von der Klinik unabhängige Personen, welche die Beschwerden der Patientinnen und Patienten objektiv prüfen und gegenüber dem Krankenhaus vertreten.

- **Patientenbeauftragte für Berlin**
 (Kontakt über Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung)
 Oranienstr. 106, 10969 Berlin, Tel. 9028-2010
 telefon. Sprechzeiten: Mo - Fr 10.00 - 14.00 Uhr
 persönl. Beratung: nach Terminvereinbarung

ANZEIGE



Geistig und seelisch fit im Alter

Gedächtnisstörungen, die mit zunehmendem Alter häufig auftreten können, stellen eine enorme Belastung dar. Merkfähigkeitsprobleme, Orientierungsschwierigkeiten oder andere Einbußen können Ausdruck einer Gedächtnisstörung sein. Die daraus resultierenden Einschränkungen werden in manchen Fällen vom Betroffenen selbst, manchmal von den Angehörigen beobachtet.

Die Klinik für Seelische Gesundheit im Alter des Alexianer St. Joseph-Krankenhauses Berlin-Weißensee ist seit vielen Jahren auf die Abklärung von Gedächtnisstörungen spezialisiert. In der Memoryklinik, einer Tagesklinik, wird untersucht, ob die Gedächtnisstörung auf einen beginnenden dementiellen Prozess zurückzuführen ist, ob eine Depression zugrunde liegt oder ob die Gedächtnisleistungen altersgemäß sind. Während des vier-tägigen teilstationären Aufenthalts unterziehen sich die Patientinnen und Patienten einer umfassenden und intensiven Testung auf verschiedenen Gebieten. Im Rahmen des ausführlichen Auswertungs- und Beratungsgespräch am Entlassungstag, zu dem auch Angehörige eingeladen sind, werden verschiedene Behandlungsoptionen, Möglichkeiten des Gedächtnistrainings im häuslichen Bereich und weitere Präventionsangebote vorgestellt.

☐ Alexianer St. Joseph-Krankenhaus Berlin-Weißensee

Klinik für Seelische Gesundheit im Alter
Tel. 92790-308/-322

✉ r.koeckemann@alexianer.de



Alexianer
ST. JOSEPH-KRANKENHAUS
BERLIN-WEISSENSEE

Zentrum für Neurologie, Psychiatrie,
Psychotherapie und Psychosomatik

Oberarzt Dr. med. René Köckemann
**Alexianer St. Joseph-Krankenhaus
Berlin-Weißensee**

Gartenstr. 1
13088 Berlin
Tel. 927 90-0

st.joseph-weissensee@alexianer.de
www.alexianer-berlin-weissensee.de

Klinik für Seelische Gesundheit im Alter

In der Klinik für Seelische Gesundheit im Alter werden ältere Menschen behandelt, die zum Beispiel unter Depressionen, Gedächtnisstörungen, Psychosen, akuten seelischen Krisen, Belastungssituationen oder Suchterkrankungen leiden. Das Behandlungsteam besteht aus Ärzten, Psychologen, Pflegekräften, Sozialarbeitern, Ergo-, Tanz- und Bewegungstherapeuten.

Auswahl an Angeboten der Klinik für Seelische Gesundheit im Alter:

- /// Gerontopsychiatrische Spezialstationen
- /// Gedächtnissprechstunde
- /// Gerontopsychiatrische Institutsambulanz
- /// Angehörigenarbeit
- /// Ambulante Physiotherapie, Ergotherapie



Über den Qualitätsverbund Netzwerk im Alter – Pankow e.V. besteht eine enge Zusammenarbeit im Versorgungsgebiet Pankow.



QVNI
Qualitätsverbund
Netzwerk im Alter - Pankow e.V.

Helios Klinikum Berlin-Buch begrüßt erfahrene Doppelspitze

Interdisziplinäres Gefäßzentrum neu aufgestellt

Mit Privatdozent Dr. med. Alexander Meyer und Dr. med. Peter Klein-Weigel starteten zum 01.07.2022 zwei erfahrene Spezialisten auf dem Gebiet der Gefäßmedizin im Helios Klinikum Berlin-Buch. Als Chefarzte für Gefäßchirurgie sowie Angiologie streben Dr. med. Meyer und Dr. med. Klein-Weigel eine Neuaufstellung des interdisziplinären Gefäßzentrums in Buch an und ergänzen das bereits breit angelegte Behandlungsspektrum mit innovativen Ansätzen und neuen Strukturen.

PD Dr. med. Alexander Meyer wechselt vom Universitätsklinikum Erlangen zum Helios Klinikum in Buch. Er ist ausgebildeter Facharzt für Gefäßchirurgie mit der Zusatzbezeichnung Phlebologie und Fellow of the European Board of Vascular Surgeons. Seine fachlichen Schwerpunkte sind die operative Behandlung der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit und insbesondere die Bypasschirurgie der unteren Extremität sowie die offene und minimal-invasive Behandlung von Aortenaneurysmen. Auf dem Gebiet der chirurgischen Behandlung von Stenosen der Halsschlagader ist er ebenfalls anerkannter Experte.

„Mein Ziel ist die Stärkung und Förderung von Kooperation und Interdisziplinarität als Schlüssel zur erfolgreichen Behandlung von Gefäßkrankungen, damit individuell für jeden Patienten das optimale Therapieverfahren ausgewählt und durchgeführt werden kann“, bestätigt PD Dr. med. Meyer.

Dr. med. Peter Klein-Weigel ist Facharzt für Innere Medizin und Angiologie und renommierter Gefäßspezialist mit einem fundierten Diagnose- und Therapiespektrum aller Erkrankungen des Gefäßsystems. Er wechselt vom Ernst-von-Bergmann-Klinikum in Potsdam, in dem er seit Januar 2019 als Chefarzt der Angiologie tätig war, zurück in das Helios Klinikum Berlin-Buch. Hier war er bereits von 2012 bis Ende 2018 als Chefarzt der Klinik für Angiologie angestellt. 2017 übernahm er zusätzlich die Chefarztposition im Helios Klinikum Emil von Behring in Berlin-Zehlendorf. Seine fachlichen Schwerpunkte sind die Diagnostik und Therapie akraler Durchblutungsstörungen, die konservati-



Dr. med. Peter Klein-Weigel (li) und Privatdozent Dr. med. Alexander Meyer treiben gemeinsam eine Neuaufstellung des interdisziplinären Gefäßzentrums in Buch

ve und invasive Behandlung der arteriellen Verschlusskrankheit, venöser Thromboembolien sowie vaskulärer Malformationen. Des Weiteren legt er den Fokus verstärkt auf die Behandlung von Arteriosklerose und deren Risikofaktoren.

„Die Zusammenarbeit in unserem Gefäßzentrum ermöglicht es uns, gemeinsam eine individuelle Therapie festzulegen und so Gefäßpatienten bestmöglich fachlich zu betreuen“, betont Dr. med. Klein-Weigel.

Beide Spezialisten möchten ihre Expertise auf dem Gebiet der Gefäßmedizin nutzen, um die hervorragende Versorgung der Patientinnen und Patienten im Gefäßzentrum Berlin-Buch aktiv weiterzuentwickeln. Zudem streben sie eine enge Vernetzung mit niedergelassenen Kolleginnen und Kollegen an und betrachten die intensive Zusammenarbeit mit den Pflegekräften des Bucher Klinikums als essentielle Säule einer guten Patientenversorgung.

□ **Helios Klinikum Berlin-Buch**
Angiologie und Gefäßchirurgie
Dr. med. Klein-Weigel und
Priv.-Doz. Dr. med. Meyer
 Schwanebecker Chaussee 50, 13125 Berlin
 T (030) 9401-53900
www.helios-gesundheit.de/berlin-buch

Ihre OTB-Sanitätsfachgeschäfte

Berlin-Buch

OTB GmbH

Wiltbergstraße 25, 13125 Berlin
Telefon 030 / 32 59 64 15

Rathaus Center Pankow

OTB GmbH

Breite Straße 20, 13187 Berlin
Telefon 030 / 48 12 427

Für unsere Expertensprechstunden Orthopädieschuhtechnik und Rehathechnik (Hilfsmittel) vereinbaren Sie bitte vorab einen Termin.



Weitere 25x in Berlin und Brandenburg

Hotline: 0800 / 800 48 44 (gebührenfrei)
www.otb.info · www.gesundheitsgmbh.de



Hilfsmittelzentrum: Ansehen, informieren und ausprobieren!

Im Hilfsmittelzentrum können Alltagshilfen, wie Rollstühle, Gehwagen, Badewanneneinstieghilfen und vieles mehr ausgeliehen werden. Beratungen zu Mobilitätshilfen erfolgen auch telefonisch. Für persönliche Beratungen ist ein Termin erforderlich, den man telefonisch, per Mail oder Fax vereinbaren kann.

□ DRK LV Berliner Rotes Kreuz e. V. - Hilfsmittelzentrum

Bachstr. 11 (Besuchereingang: Bundesallee 73), 12161 Berlin

Öffnungszeiten: Mo/Mi/Fr 9-12 Uhr, Di/Do 14-17 Uhr

Bitte vorher einen Termin vereinbaren: Tel. 600 300 200

✉ hilfsmittel@drk-berlin.de

🌐 www.drk-berlin.de/angebote/alltagshilfen/hilfsmittelzentrum.html



© Jan Holste, DRK Berlin

CURATIO & CARE® Wundmanagement



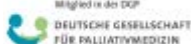
WUNDEXPERTEN-TEAM Berlin-Brandenburg

- 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: 9108636191



Bewegungsatlas für Senior*innen in Pankow

Eine Übersicht über die Sportangebote für Senior*innen im Bezirk, inklusive des BIB-Bewegungsprogrammes ist hier zu finden:

🌐 www.berlin.de/ba-pankow/bewegungsatlas



BIB-Kommunale Bewegungsförderung für Menschen ab 65 Jahren im Bezirk Pankow

Mit dem Projekt BIB-Kommunale Bewegungsförderung für Menschen ab 65 Jahren im Bezirk Pankow engagiert sich der Qualitätsverbund Netzwerk im Alter - Pankow e.V., gefördert durch die Landesvertretung Berlin/Brandenburg e.V. des vdek, seit November 2018 für eine kommunale Prävention und Gesundheitsförderung für Menschen ab 65 Jahren in Pankow. Unterstützt wird das Projekt vom Bezirksamt Pankow. Es werden unterschiedliche kostenfreie Angebote unterbreitet, wie z.B. das BIB-Bewegungsprogramm©, die BIB-Mitmach-Cafés©, die BIB-Zukunftswerkstätten© und die BIB-Gesundheitsseminare©, die in insgesamt sieben ausgewählten Ortsteilen Pankows angeboten werden.

Das BIB-Bewegungsprogramm© wird aktuell in sieben Parkanlagen Pankows auf spezifisch entwickelten Bewegungspfaden angeboten. Das Programm wird durch speziell geschulte BIB-Trainer*innen© angeleitet. Menschen ab 65 Jahren erhalten dazu zusätzlich ihr eigenes BIB-Trainingshandbuch und Gesundheitstipps rund um das Thema Gesundheit und Bewegungsförderung.

Eine besondere Fitness zur Teilnahme am BIB-Bewegungsprogramm© ist nicht erforderlich, lediglich sind Sportbekleidung, ggf. Regenbekleidung, feste Sportschuhe und Getränke mitzubringen. Das BIB-Bewegungsprogramm© wird derzeit unter den aktuell geltenden hygienischen Bestimmungen umgesetzt.

Wer kann beim kostenfreien

BIB-Bewegungsprogramm mitmachen?

- Alle Menschen ab 65 Jahren
- Einstieg ist jederzeit möglich
- Motivation zur kontinuierlichen Teilnahme
- Interesse sich aktiv einzubringen
- Wunsch nach einem Programm, was die Gesundheit fördert und professionell angeleitet wird.

Wir laden herzlich zu unserem wöchentlichen BIB-Bewegungsprogramm© ein. Erforderlich ist jedoch eine telefonische Anmeldung donnerstags zwischen 11 und 16 Uhr Termine, Flyer, Anmeldungen zu den BIB-Gesundheitsseminaren und weiterführende Informationen zu den Angeboten können über unsere Geschäftsstelle bezogen sowie auf unserer Homepage eingesehen werden. 🌐 www.qvnia.de

MIT DER
ENDO-KLINIK BERLIN
WIEDER VON 0 AUF 100

Die Spezialklinik für Endoprothetik bei Hüfte und Knie



Dependance
der ENDO-Klinik
Hamburg

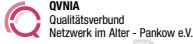
alfaz7 / stock.adobe.com



QVnia Qualitätsverbund Netzwerk im Alter - Pankow e. V.

„Gemeinsam für eine bessere gesundheitliche und soziale Versorgung in Pankow“

Der Qualitätsverbund Netzwerk im Alter – Pankow e. V. (QVnia e. V.) engagiert sich seit dem Jahr 2000 für eine bessere gesundheitliche und soziale Versorgung in Berlin Pankow. Der QVnia e. V. arbeitet aktuell mit 65 Mitglieds-einrichtungen der Gesundheits- und Sozialversorgung zusammen, um eine wohnortnahe und koordinierte Versorgung von Bürgerinnen und Bürger, die akut oder chronisch krank, pflege-, um- und/oder reha-bilitationsbedürftig sind und deren Angehörige zu gewährleisten.



„Gemeinsam
für eine bessere gesundheitliche
und soziale Versorgung
in Berlin Pankow!“

Informationsbroschüre für Betroffene und Angehörige



Zu den **Mitgliedern des QVnia e. V.** zählen ambulante Pflege-dienste, Altenpflegeheime, Kurzzeit- und Tagespflegeeinrich-tungen, Krankenhäuser, Therapeuten, betreute Wohnformen, **Ber-atungsstellen** und Seniorenwohnanlagen. Als Kooperationspartner haben sich auch Haus- und Fachärzte, Selbsthilfeverbände und Rehabilitationseinrichtungen angeschlossen.

Dem QVnia e. V. geht es um die stetige Verbesserung der Qualität in der Versorgung, Beratung, Betreuung und Begleitung durch die verbindliche regionale und wohnortnahe Vernetzung von Pflege- und Gesundheitseinrichtungen sowie der Information und Aufklä-rung von Bürgerinnen und Bürgern. Insbesondere bieten wir für Menschen mit Demenz oder für Menschen mit einem Schlaganfall sowie deren Angehörigen besondere Angebote der Unterstützung

Sie erhalten kostenfrei u. a. von uns:

- **Informationen und wohnortnahe Kontakte**, wenn Sie Fragen zur gesundheitlichen Versorgung und Pflege in Pankow haben,
- **konkrete Ansprechpartner** in den Mitgliedseinrichtungen bei Schlaganfall und/oder Demenz,
- eine umfassende **Informationsbroschüre** zur Versorgung in Pankow,
- **Informationsleitfäden**, die über Schlaganfall und/oder Demenz aufklären und Versorgungsangebote und spezialisierte Kontakte bieten,
- **Ernährungsbroschüre** für eine gesunde Ernährung bei Menschen mit Demenz,
- **Gesundheits-Pass** für das Krankheitsbild Demenz und Schlaganfall,
- **Bewegungsangebote** für ältere Menschen im Freien und zum Trainieren zu Hause,
- **Flyer zum altersgerechten Wohnen** in Pankow,
- **Flyer über Empfehlungen für einen Krankenhausaufenthalt** von Menschen mit Demenz,
- **Stadtpläne** mit den regionalen Versorgungsangeboten, Beratungsstellen und weiteren Kontakten zur Hilfe und Unterstützung
- **Informationsveranstaltungen** zu Themen der Gesundheitsförderung und Pflege und
- **informative Leistungsbeschreibungen** der Mitgliedseinrichtungen für die Pflege, Therapie und Betreuung Schlaganfall und/oder Demenz. Besuchen Sie unsere Homepage und stellen Sie sich nach Ihren Ansprüchen Ihre Hilfen für eine soziale und gesundheitliche Versorgung zusammen www.qvnia.de

Wir informieren Sie gern! Bei uns fällt keiner durchs Netz!
Geschäftsstelle QVnia e. V., Schönhauser Allee 59b, 10437 Berlin
Tel.: 030 – 474 88 77 0, Fax: 030 – 474 88 77 2
E-Mail: kontakt@qvnia.de, Internet: www.qvnia.de

MITGLIEDER AMBULANTE PFLEGEDIENTSTE Albert Schweitzer Stiftung – Wohnen & Betreuen – Ambulanter Pflegedienst - Caritas – Sozialstationen
· Andrea Schulz Häusliche Krankenpflege GmbH · Panke-Pflege GmbH · Park Vital, Pflege zu Hause · Pflegedienst Schönholzer Heide GmbH · PflegeEngelBerlin
· Pflegestation Meyer & Kratzsch GmbH & Co KG **VOLLSTATIONÄRE PFLEGE-EINRICHTUNGEN** Albert Schweitzer Stiftung - Wohnen & Betreuen
· DOMICIL Seniorenpflegeheim Am Schlosspark Seniorenresidenzen GmbH · Haus Alma Via · Haus am Ostseeplatz · Evangelisches Diakonissenhaus Berlin
Teltow Lehnin · Haus Ruth · Fürsorge im Alter · Seniorenresidenz Haus Pankow · Paritätisches Seniorenwohnen am Rosengarten · Paritätisches Senioren-
wohnen am Schloßpark · Senioren- und Therapiezentrum Haus am Park GmbH · Pflegewerk Senioren Centrum gGmbH · Seniorenstiftung Prenzlauer Berg
· Seniorenpflegeheim Bischof-Ketteler-Haus · Senterra Pflegezentrum · Stephanus gGmbH – St. Elisabeth-Stift · Stephanus gGmbH – Ernst-Berendt-Haus ·
Unionhilfswerk Senioren – Einrichtungen gGmbH, Pflegewohneinrichtung Dr. Günter Hesse **KURZZEITPFLEGE** Stephanus gGmbH · Elisabeth Diakoniewerk
Niederschönhausen · Stephanus gGmbH – St. Elisabeth-Stift **TAGESPFLEGE** Stiftung Sinnvolle Lebensgestaltung im Alter GmbH · Tagespflegestätte für
Senioren „Goldener Herbst“ · Tagespflege Heidegarten · Haus am Park Tagespflege **KRANKENHÄUSER** Maria Heimsuchung, Caritas – Klinik Pankow ·
Park-Klinik Weißensee GmbH & Co. · St. Joseph-Krankenhaus, Gerontopsychiatrisches Zentrum, Klinik für Neurologie GmbH · Helios Klinikum Berlin-Buch
THERAPEUTEN Praxis für Ergotherapie Stoiber & Hausler GbR · Praxis für Ergotherapie Andreas Bohmann · Praxis für Ergotherapie Haus am Park
· Praxis für Logopädie A. Kettner-Thurou u. B. Schulze Brock · Kompetenzzentrum Logopädie · Praxis für Physiotherapie Sabine Riesenberg · Praxis für
Physiotherapie Cornelia Olschewsky · Physiotherapie Wilhelmsruh – Jens Knüppel **ALTERSGERECHTES WOHNEN, SERVICE-WOHNEN** HKP
Chickowsky GmbH – Idastraße · Stiftung Schönholzer Heide, Seniorenwohnanlagen · Dr. Walter und Margarete Cajewitz-Stiftung · Seniorenstiftung Prenzlauer
Berg, Betreutes Wohnen · Haus am Park Betreutes Wohnen **BETREUTE WOHNGEMEINSCHAFTEN** Stiftung Schönholzer Heide · Heidehof · Wohn-
en und Betreuung für Menschen mit Demenz in Wohngemeinschaften HOSPIZ · Caritas-Hospiz Pankow **BERATUNGSSTELLEN** Pflegestützpunkt
Pankow – Mühlenstraße **KOOPERATIONSPARTNER** Bezirksamt Pankow von Berlin · Compass private pflegeberatung GmbH · Home Care Berlin e.V.
· Kontaktstelle PflegeEngagement · LVSB e.V. · Mobilitätshilfedienst Pankow des Sozialverbandes VdK Berlin-Brandenburg e.V. · PalliativNetzwerk Nordost
· Seniorenvertretung Pankow **FÖRDERMITGLIEDER** Alzheimer Angehörigen Initiative e.V. · FAG-Fietz Ambulanz GmbH · FAW gGmbH · GESOBAU AG
· Hempel GesundheitsPartner GmbH · Koala Apotheke · Rialto Apotheke

Ambulante Pflege (Anzeigen)

Sozialstationen und **Pflegedienste** bieten im Rahmen sozial- und gesundheitspflegerischer Dienste in einem überschaubaren städtischen Einzugsbereich vor allem häusliche Krankenpflege an. Außerdem beraten und übernehmen sie die Vermittlung folgender Dienste, sofern diese nicht direkt bereitgehalten werden:

▶ Hauspflege ▶ Familienpflege ▶ stationärer und fahrbarer Mittagstisch ▶ Hilfen für Behinderte ▶ hauswirtschaftliche Dienste ▶ nachbarschaftliche u. ehrenamtliche Hilfen ▶ Pflegehilfsmittel ▶ Beratung in Fragen der genannten Angebote (z. B. Rollstuhl, Nachtstuhl, Gehstützen usw.) und Dienste und deren Kosten.

- **Ambulanter Pflegedienst der Albert Schweitzer Stiftung** siehe S. 47
 Bahnhofstr. 33, 13129 Berlin
 Tel. 47477333
 🌐 www.ass-berlin.org
- **Panke-Pflege GmbH** siehe S. 47
 Schönholzer Str. 3, 13187 Berlin,
 Tel. 499100800
 🌐 www.panke-pflege.de
- **Intensivpflege am Schlosspark** siehe S. 48
 Dietzgenstraße 28, 13156 Berlin
 Tel. 28665111
 🌐 www.ipas24.de
- **Ambulanter Pflegedienst Damals war's** siehe S. 46
 Lindenberger Str. 4, 13059 Berlin
 Tel. 9290-1133
 🌐 www.damalswars-pflege.de
- **Pflegewerk Sozialstation Friedrichshain** siehe S. 54
 Matthiasstr. 7, 10249 Berlin
 Tel. 42108960
 🌐 www.pflegewerk.info



Freundliche & kompetente Pflege daheim & in WG's
 Lindenberger Str. 4
 13059 Berlin
Tel. 9290-1133

Ambulanter
Pflegedienst
Damals war's
Was die Großeltern schon wussten

Damit Menschen mit Demenz ein selbstbestimmtes und würdevolles Leben in Gemeinschaft führen können, bieten wir ihnen ein neues Zuhause in Berlin-Buch in unseren

**Wohngemeinschaften
Herbstblüte und Herbstglück**




kontakt@damals-wars.com
www.damalswars-pflege.de





Bildung
Entwicklung
Training
Arbeit

Unser Ziel ist Ihr Job.

Coaching für pflegende Angehörige

Entlastung durch Information über
Unterstützungsleistungen

Psychosozialer Beistand

Berufliche Orientierung unter
Berücksichtigung familiärer Verpflichtungen

Alltagsorganisation und Stressmanagement

Aktiv, praktisch, individuell und konkret.

beta gGmbH - Zentrale
 Storkower Straße 158 · 4. Etage · 10407 Berlin
 Telefon/Fax: **0 30 98 32 28 4-0**
 post@beta-ggmbh.de · www.beta-ggmbh.org

beta gGmbH - Filiale Reinickendorf
 T +49 30 983 228 4-20

beta gGmbH - Filiale Mitte
 T +49 30 983 228 4-30

beta gGmbH - Filiale Marzahn
 T +49 30 983 228 4-50


beta_{gGmbH}

Unser Angebot umfasst folgende Dienstleistungen:

- Ambulante Pflege
- Pflege in Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz
- Intensivpflege / Persönliche Assistenz
- Spezialisierung Schlaganfall und Demenz
- Entlastungsleistungen
- Sozialarbeit



Panke Pflege GmbH

Schönholzer Straße 3 (Gartenhaus), 13187 Berlin

info@panke-pflege.de · www.panke-pflege.de

Tel.: 030 / 499 100 800 · Fax: 030 / 499 100 8060



QVNI

Qualitätsverbund

Netzwerk im Alter - Pankow e.V.



→ Ambulanter Pflegedienst

Albert
Schweitzer
Stiftung
Wohnen & Betreuen

Blankenburg

Bahnhofstraße 33

13129 Berlin

Tel. 030. 474 77-333

Selbstbestimmt in Ihrem Zuhause erhalten Sie Unterstützung bei der Pflege und Betreuung im Alltag.

Weiterhin bieten wir Ihnen:

- Ärztlich verordnete Behandlungspflege
- Grundpflege und hauswirtschaftliche Tätigkeiten
- Zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- 24-Stunden-Bereitschaft
- Verhinderungspflege bei Urlaub oder Krankheit der pflegenden Angehörigen

Wir helfen Ihnen gern, rufen Sie uns an.

Telefon: 030. 474 77-333

AmbulanterPflegedienst@ass-berlin.org

www.ass-berlin.org

Ambulante Betreuung und Pflege in Wohngemeinschaften

Senioren-WG's

In Berlin gibt es über 500 ambulant betreute Senioren-Wohngemeinschaften, von denen rund die Hälfte speziell auf Menschen mit Demenz ausgerichtet ist. In der Regel leben sechs bis zehn Menschen mit Hilfebedarf als Mieter*innen in einer großzügigen Wohnung zusammen. Die Bewohner haben eigene Zimmer, die individuell mit persönlichem Mobiliar gestaltet werden können (aber auch ein von Kranken- und Pflegekasse zur Verfügung gestelltes Pflegebett enthalten). Und sie nutzen gemeinsam einen zentralen Wohn- und Essbereich sowie eine wohnliche Küche. Die WG-Mitglieder versorgen sich teils hauswirtschaftlich selbst, legen zusammen mit ihren Angehörigen den Tagesablauf fest, sind gemeinsam im Haushalt aktiv. Bei intensiv Pflegebedürftigen ist rund um die Uhr ein Pflegeteam vor Ort. Die Mitarbeiter übernehmen auch Tätigkeiten im Alltag, die von den Bewohnern nicht mehr selbstständig ausgeführt werden können.

- Panke-Pflege GmbH** siehe S. 47
Pflege in Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz
 Kontakt: Tel. 499100800
 Breite Straße 22, 13187 Berlin,
 ☉ www.panke-pflege.de

- Intensivpflege am Schlosspark** siehe S. 48
Seniorenwohngemeinschaft für Pflegebedürftige ab Pflegegrad 4 (Intensivpflege)
 Dietzgenstraße 28, 13156 Berlin
 Tel. 28665111
 ☉ www.ipas24.de

- Ambulanter Pflegedienst** siehe S. 46
Damals war's
Wohngemeinschaften Herbstblüte und Herbstglück für Menschen mit Demenz in Berlin-Buch
 weitere Infos: Tel. 9290-1133
 Lindenberger Str. 4, 13059 Berlin
 ☉ www.damalswars-pflege.de

Wir kümmern uns um Ihre Lieben **intensiv**

Kostenlose Beratung – Ablauf Antragstellung – Verantwortung Pflege in neuer Wohngemeinschaft (ab Pflegegrad 4) möglich

Um für jeden Betroffenen, ob junger Patient oder Erwachsener, die bestmögliche Pflege zu finden, beraten wir Sie von Anfang an ganz individuell. Auf Basis unserer langjährigen Erfahrungen suchen wir gemeinsam nach der für Sie passenden Lösung.

Fangen Sie an, das **Leben**
zu leben, das Sie

verdient haben.
Nehmen Sie Ihr Leben

in die **Hand.**



Dietzgenstr. 28 · 13156 Berlin
 Öffnungszeiten Büro:
 Mo-Fr 8-16 Uhr
 Tel. 030 28665111
 info@ipas24.de



www.ipas24.de

INTENSIVPFLEGE
am Schlosspark GmbH

Teilstationäre Pflege

Tagespflege

stellt in der Betreuung älterer und erkrankter Menschen ein wichtiges Bindeglied zwischen dem Verbleib in der eigenen Häuslichkeit, der Unterstützung durch einen ambulanten Pflegedienst sowie der Entlastung der Angehörigen dar. Mit dem Besuch der Tagespflege können stationäre Aufnahmen oft vermieden oder hinausgezögert werden, da die Tagesgäste individuell und an ihre üblichen Lebensgewohnheiten orientierend betreut werden.

□ AlexA pro domo Tagespflege Pankow

Zeiler Weg 15, 13189 Berlin, Tel. 45 97 67 69
 ☉ www.alexaprodomo.de

□ Tagespflegestätte für Senioren „Goldener Herbst“

Bahnhofstr. 33, 13129 Berlin
 Tel. 49 90 66 50
 ☉ www.seniorenbetreuung-berlin.de

siehe S. 49

□ Tagespflege im Elisabeth Diakoniewerk Berlin-Niederschönhausen

Pfarrer-Lenzel-Straße 1-5, 13156 Berlin
 Tel. 47 60 24 61
 ☉ www.stephanus-wohnen-pflege.de/edwn

□ Tagespflegestätte

Greifswalder Str. 91, 10409 Berlin
 Tel. 42 10 40
 ☉ www.krankenpflege-buettner.de

□ ServiceLeben LudwigPark Tagespflege im Haus 4

Zepernicker Straße 2, 13125 Berlin
 Tel. 297 73 00
 ☉ www.serviceleben.de

□ Tagespflege Heidegarten der Stiftung Schönholzer Heide gGmbH

Leonhard-Frank-Str. 8, 13156 Berlin
 Tel. 94 79 77 12, Fax 94 79 77 14
 ☉ www.tagespflege-heidegarten.de

□ Tagespflege im Senioren- und Therapiezentrum „Haus am Park“

Schonensche Str. 26, 13189 Berlin
 Tel. 479 98 80
 ☉ www.seniorenzentrum-haus-am-park.de

□ Tagesstätte Prenzlauer Berg

Schönfließberstr. 18, 10439 Berlin
 Tel. 44 65 03-91 oder 44 65 03-92
 ☉ www.sozialstation-kolinski.de

□ Tagespflegestätte Schwester Martina

Friedrich-Engels-Str. 91, 13156 Berlin
 Tel. 91 60 78 33
 ☉ www.schwestermartina.de

□ Tagespflege „Zur alten Feuerwache“

Romain-Rolland-Str. 40-42, 13089 Berlin
 Tel. 479 07 20
 ☉ www.altenpflegeheim-berlin.de/tagespflege



Bahnhofstraße 33
 13129 Berlin
 Tel.: 030. 499 066 50

www.seniorenbetreuung-berlin.de

»Goldener Herbst« Tagespflegestätte für Senioren

- Tagsüber liebevoll gepflegt und betreut in netter Gesellschaft, abends in den eigenen vier Wänden.
- Verschiedene Beschäftigungen erwarten Sie.
- Ihre pflegenden Angehörigen werden entlastet, eine Verhinderungspflege ist möglich.
- Fahrdienst zur Tagesstätte und nach Hause.
- Frühstück, Mittag sowie Kaffee und Kuchen gehören zum täglichen Angebot.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Stiftung
**Sinnvolle
 Lebensgestaltung
 im Alter**
 GmbH

Bin Unternehmen der

**Albert
 Schweitzer
 Stiftung**
 Wohnen & Betreuen

*Wo das Herz wohnt,
sind wir zuhause.*

- 124 Einbettzimmer mit eigenem Bad, behindertengerecht
- 48 Service-Wohnungen (Wohnungsgrößen ab ca. 24 m²)
- Gesellschafts- und Therapieräume
- Garten, verkehrsgünstige Lage
- Kompetente pflegerische und ärztl. Betreuung aller Pflegegrade
- Verhinderungspflege



Fürsorge im Alter
Seniorenresidenz
Weißensee



Gustav-Adolf-Str. 126-128
13086 Berlin

Tel. 030/409 181-0

weissensee@fuersorge-im-alter.de

www.fuersorge-im-alter.de

Kurzzeitpflege

kommt in Betracht, wenn z. B. vorübergehend die häusliche/teilstationäre Pflege nicht ausreichend oder nicht möglich ist, Umbaumaßnahmen in der Wohnung des Pflegebedürftigen erforderlich sind, noch kein Pflegeheimplatz bzw. ambulanter Pflegedienst gefunden werden konnten oder auch bei Krankheit, Urlaub, Kur oder einer sonstigen Verhinderung der Pflegeperson. Die Aufwendungen für Pflege und soziale Betreuung sowie für medizinische Behandlungspflege können bis zu einem Gesamtbetrag von 1.612 € pro Kalenderjahr von der Pflegekasse vergütet werden.

- **Kurzzeit- und Verhinderungspflege im St. Elisabeth-Stift in Berlin-Prenzlauer Berg**
Eberswalder Straße 17/18, 10437 Berlin
Tel. 440 204-100
🌐 www.stephanus-wohnen-pflege.de
- **Kurzzeitpflege im Elisabeth Diakoniewerk in Berlin-Niederschönhausen**
Pfarrer-Lenzel-Straße 1-5, 13156 Berlin
Tel. 47 60 24 61
🌐 www.stephanus-wohnen-pflege.de/edwn
- **Kurzzeitpflege am Park Pflegegruppe Alma Via**
Schönstraße 5-7, 13086 Berlin
Tel. 924 03 40
🌐 www.kurzzeitpflege-am-park.de

SENIORENDOMIZIL BERNAU

So will ich leben!

MEHR
INFORMATIONEN
&
ANMELDUNG:
03338 - 9039060



MODERN - ERSTKLASSIG - INDIVIDUELL

SENIORENDOMIZIL BERNAU SDB GMBH
Heineradorfer Straße 47 · 16321 Bernau
info@seniorendomizil-bernau.de
www.seniorendomizil-bernau.de

SENIOREN
DOMIZIL
BERNAU



Haus Danziger Straße

Wohnortnah und individuell Gut leben im Alter



© Christian Reiser

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 denkmalgeschützte **Vivantes Hauptstadtpflege Haus Danziger Straße** befindet sich in einem sanierten Backsteinbau in Prenzlauer Berg. Der nahe gelegene Volkspark Friedrichshain lädt zu Spaziergängen ein, die guten Einkaufsmöglichkeiten in der Nähe zum Shoppen.

Bewohner*innen des Pflegeheims können im sonnigen, begrünten Innenhof mit Pergola und Kräuterbeet entspannen. Sie sind in kleinen, individuell gestalteten Wohnbereichen untergebracht.

88 stationäre Pflegeplätze bieten Pflegebedürftigen ab Pflegegrad 2 ein gemeinschaftliches und umsorgtes neues Zuhause mit familiärem Flair. Qualifiziertes und erfahrenes Pflegepersonal unterstützt die Bewohner*innen auch zu jeder Tages- und Nachtzeit.

Und mit regelmäßigen Veranstaltungen, einer eigenen Bibliothek, Musik- und Lesezimmern sowie kreativen Gruppenaktivitäten wird auch keinem langweilig. Probewohnen bis zu einem Monat ist möglich.

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**
Juchaczweg 21 (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)

Bewerben Sie sich bei uns. Jetzt!

**Komm ins Team
Altenpflege!**

www.hier-geht-das.de



Vollstationäre Pflege

Das **Pflegeheim** ist die stationäre Unterbringungsform für Senioren mit umfassendem Pflegebedarf und mindestens Pflegegrad 2. Die Bewohner haben einen Heimvertrag und leben in der Regel in Ein- und Zweibettzimmern. Im Vordergrund steht die umfassende vollstationäre Betreuung. Service und Pflege werden durch den jeweiligen Träger vorgenommen. Grundsätzlich können Menschen ab dem 60. Lebensjahr (denen eine eigene Haushaltsführung auf Grund von Krankheit oder Behinderung nicht mehr möglich ist) mit einem durch die Pflegekasse bestätigten Pflegegrad Aufnahme in einem Seniorenheim finden. Sie können alle Einrichtungen unverbindlich besichtigen.

- **ABC Blindenwohnstätte in Weißensee**
 Berliner Allee 193 - 197, 13088 Berlin
 Tel. 96 25 10
 🌐 www.blindenwohnstaetten.de
- **Advivendum - Pflege im Alter**
 → **Alten- und Pflegeheim „Am Schlossgarten“**
 Schloßallee 3, 13156 Berlin, Tel. 91 42 51 93
 → **Alten- und Pflegeheim „Epikur“**
 Alt-Karow 20, 13125 Berlin, Tel. 94 79 42 00
 🌐 www.advivendum.de
- **Albert Schweitzer Stiftung - Wohnen & Betreuen** siehe S. 39
 → **Standort Blankenburg**
 Bahnhofstraße 32, 13129 Berlin
 Tel. 47 47 74 23
 → **Haus Kaysersberg**
 Buschallee 89b, 13088 Berlin
 Tel. 96 24 41 61
 🌐 www.ass-berlin.org
- **Altenpflegeeinrichtung Haus Ruth**
 Wilhelm-Kuhr-Straße 78, 13187 Berlin
 Tel. 499 02 0-12
 🌐 www.diakonissenhaus.de
- **Haus Ingrid**
 Romain-Rolland-Straße 40 - 42, 13089 Berlin
 Tel. 479 099 61
 🌐 www.pflege-hausingrid.de
- **Bischof-Ketteler-Haus Seniorenpflegeheim**
 Gartenstr. 5, 13088 Berlin
 Tel. 92 79 06 00
 🌐 www.alexianer.de
- **Domicil-Seniorenpflegeheim Am Schloßpark**
 Pestalozzistr. 30, 13187 Berlin
 Tel. 700 93-0
 🌐 www.domicil-seniorenresidenzen.de
- **Haus Alma Via am Neumann Forum**
 Jenny-Lind-Str. 7, 13189 Berlin,
 Tel. 479080100
 🌐 www.alma-via.de
- **Fürsorge im Alter - Seniorenresidenz Haus Pankow** siehe 2. USS
 Schulzestr. 10, 13187 Berlin
 Tel. 49 400 40
 🌐 www.fuersorge-im-alter.de
- **Fürsorge im Alter Seniorenresidenz in Weißensee** siehe S. 50
 Gustav-Adolf-Str. 126 - 128, 13086 Berlin
 Tel. 4530627-0
 🌐 www.fuersorge-im-alter.de
- **Komplexe Pflegeeinrichtung Friedrich W. Büttner Pflegeheim**
 Greifswalder Str. 91, 10409 Berlin
 Tel. 42 10 40
 🌐 www.krankenpflege-buettner.de
- **Paritätisches Seniorenwohnen** siehe S. 3
 → **Am Rosengarten:** Tel. 94 09 44 00
 Theodor-Brugsch-Straße 18, 13125 Berlin
 → **Am Schloßpark:** Tel. 949 73 13
 Alt-Buch 48 - 50, 13125 Berlin
 🌐 www.pswohnen.de
- **Pflegewerk Senioren Centrum gGmbH Wisbyer Straße** siehe S. 54
 Wisbyer Straße 16/17, 10439 Berlin
 Tel. 39 60 05 10
 🌐 www.pflegewerk-senioren-centrum.de
- **Pflegewohnheim Dr. Günter Hesse** siehe 2. USS
 Pankower Str. 14, 13156 Berlin
 Tel. 486 27-0
 🌐 www.unionhilfswerk.de/pflege
- **RENAFAN ServiceLeben LudwigPark Seniorenwohnen, Haus 3&5**
 Zepernick Str. 2, 13125 Berlin, Tel. 297 73 00
 🌐 www.renafan.de
- **Residenz Ambiente** siehe S. 53
 Am Friedrichshain 16 - 18, 10407 Berlin
 Tel. 756 58-0
 🌐 www.residenz-ambiente.de

- **Senioren- und Therapiezentrum Haus am Park GmbH**
 Schonensche Straße 26, 13189 Berlin
 Tel. 479 98 80
 🌐 www.seniorenzentrum-haus-am-park.de
- **Seniorenpflegeheim Haus am Ostseeplatz**
 Ostseestraße 113, 10409 Berlin, Tel. 45 30 58-0
 🌐 www.alma-via.de
- **Senterra Pflegezentrum Berlin**
 Schieritzstraße 30, 10409 Berlin
 Tel. 45 30 57-0
 🌐 www.alloheim.de
- **Seniorenstiftung Prenzlauer Berg** siehe S. 38 + 4. USS
 → **Seniorenheim Gürtelstraße 32**
 Gürtelstr. 32, 10409 Berlin, Tel. 428447-6000
 → **Seniorenheim Gürtelstraße 32a**
 Gürtelstr. 32 a, 10409 Berlin, Tel. 428447-4000
 → **Seniorenheim Stavanger Straße**
 Stavanger Str. 26, 10439 Berlin
 Tel. 428447-8000
 → **Pflege und Wohnen im Haus 33**
 Gürtelstr. 33, 10409 Berlin, Tel. 428447-20 00
 🌐 www.seniorenstiftung.org
- **Stephanus gGmbH Wohnen und Pflege**
 → **St. Elisabeth-Stift:** Tel. 440 204-100
 Eberswalder Straße 17/18, 10437 Berlin
 → **Ernst-Behrendt-Haus:** Tel. 96 24 9-550
 Albertinenstraße 20 – 23, 13086 Berlin
 → **Elisabeth Diakoniewerk:** Tel. 47 60 24 61
 Pfarrer-Lenzel-Straße 1 – 5, 13156 Berlin
 → **Seniorenzentrum am Bürgerpark**
 Leonhard-Frank-Straße 10, 13156 Berlin
 Tel. 48 805-0
 🌐 www.stephanus-wohnen-pflege.de
- **Vivantes Hauptstadtpflege Haus Danziger Straße** siehe S. 51
 Danziger Straße 245, 10407 Berlin
 Tel. 240 741 300
 🌐 www.vivantes-hauptstadtpflege.de
- **Senioren-domizil Bernau** siehe S. 50
 Heinersdorfer Str. 47 · 16321 Bernau bei Berlin
 Tel. 03338 9039060
 🌐 www.seniorendomizil-bernaue.de

USS = Umschlagseite



Liebevolle Pflege

auf Sie abgestimmt.

Wir kümmern uns um Sie.
Fürsorglich, persönlich, schnell.

- Langzeitpflege
- „Bel Etage“ in gehobener Ausstattung mit möblierten Zimmern
- Geschützter Wohnbereich für an Demenz erkrankte Menschen
- Verhinderungspflege
- Aufnahme rund um die Uhr
- 78 Zimmer mit Balkon
- vielfältige Betreuungsangebote und Ausflüge



RESIDENZ
AMBIENTE

Am Friedrichshain 18
 10407 Berlin-Prenzlauer Berg
 Telefon 030 75658-0
www.residenz-ambiente.de

Pflegestützpunkte Pankow

Individuelle, unabhängige und kostenlose Beratung

Bei Hilfe- und Pflegebedürftigkeit muss vieles gut durchdacht und häufig Pflege schnellstens organisiert werden. Professionelle Beratung erleichtert die Umstellung auf die neue Lebenssituation. Die Pflegestützpunkte in Pankow verstehen sich als wohnortnahe Anlaufstellen für ältere oder hilfe- und pflegebedürftige Menschen, Kinder, ihre Eltern, Angehörige, Interessierte und Fachkräfte im Bezirk. Ihr Ziel ist, den Menschen ein weitgehend selbstständiges und selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen und den Verbleib in der eigenen Wohnung so lange wie möglich zu sichern. Sie bieten Beratung und Unterstützung bei Fragen im Alter, bei Behinderung oder Pflegebedürftigkeit.

Pflegestützpunkte informieren zu Themen wie

- Hilfen bei der Alltagsbewältigung (z. B. hauswirtschaftliche Hilfen, Hausnotrufsystem, Mobilitätsdienste, Betreuungsangebote)
- Pflegedienste, Kurzzeit- u. Tagespflegen
- Senioren- und behindertengerechte Wohnformen (betreute Wohnanlagen, Wohngemeinschaften, Pflegeheime)
- Bauliche Wohnungsanpassung wie Badumbauten, Schwellenentfernung oder Balkonangleichung
- Hilfsmittel und Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige
- Angebote für Menschen mit Demenz
- Möglichkeiten der Hospiz- und Palliativversorgung.

Über die Beratung hinaus organisieren und vermitteln die Mitarbeiter*innen der Pflegestützpunkte die notwendigen Hilfs- und Unterstützungsangebote, klären Fragen der Finanzierung und unterstützen bei Antrags- und Widerspruchsverfahren. **Beratungsgespräche werden auf Wunsch auch zu Hause, im Krankenhaus, am Arbeitsplatz o. ä. durchgeführt.**



Pflegestützpunkte Pankow

- ▶ Hauptstr. 29 a, 13158 Berlin
Telefon 0800 265080-24890
- ▶ Mühlenstr. 48, 13187 Berlin
Telefon 47531719
- ▶ Am Steinberg 10, 13086 Berlin
Telefon 3385364-50

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.00-18.00 Uhr

Servicetelefonnummer:
0800 5950059 (kostenfrei)

www.pflegestuetzpunkteberlin.de

Die Pflegestützpunkte Berlin werden durch die Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung gefördert. Träger sind das Land Berlin und die Pflege- und Krankenkassen.



PFLEGEWERK

beraten · pflegen · helfen



Wir versorgen Sie:

- in ganz Berlin **ambulant** und **stationär**
- als Vertragspartner aller Pflegekassen und Kostenträger
- bei Ihnen zu Hause, in unseren Pflegeheimen, in Seniorenwohngemeinschaften oder im Betreuten Wohnen
- alle Pflegegrade, auch Intensivpflegepatienten

Wir beraten, Sie entscheiden. Rufen Sie uns an: Tel.: 030 - 39 60 05 10
Informieren Sie sich auch im Internet unter: www.pflegewerk.com

Vereine, Verbände, Projekte

Schuldner-/ Insolvenzberatung

Die Schuldner- und Insolvenzberatung hilft Menschen, die den Überblick verloren haben, denen die Schulden über den Kopf wachsen, die die vereinbarten Raten nicht bezahlen können. Oft wird ihr Konto gepfändet, sie haben einen Mahnbescheid erhalten, fragen sich: Was nun? Sie kommen nicht an ihr Geld. Manchmal hat sich schon der Gerichtsvollzieher angemeldet, ins Haus kommen Schreiben von Gläubigern, Inkasso-Diensten oder von Rechtsanwälten. Es gibt Mietrückstände, offene Strom- und Gasrechnungen und es droht die Kündigung.

Die Beratungsstelle informiert in allen Fragen, die mit der Überschuldung zusammenhängen. Hier werden die Forderungen der Gläubiger geprüft, im Einzelfall wird auch mit den Gläubigern verhandelt. Gemeinsam wird nach Lösungen gesucht und ein außergerichtlicher Einigungsversuch im Rahmen des Verbraucherinsolvenzverfahrens durchgeführt.

☐ Schuldner- und Insolvenzberatung

Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.

Sprechstunden nach Vereinbarung:

Mo – Do 9.00 – 18.00 Uhr, Fr 9.00 – 14.00 Uhr

Ort: Schönhauser Allee 141,

10437 Berlin, Tel. 66 63 38 33, Fax 66 63 38 34

Telefonberatung ohne Termin:

Mo – Do 11.00 – 12.00 Uhr, Tel. 66 63 38 38

✉ sb.pankow@caritas-berlin.de

Pflegestützpunkte

- ☐ siehe Seite 54

KIS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow

- ☐ siehe Seite 56

Patientenverfügung

- ☐ Patientenverfügung (Zentralstelle)

Leipziger Str. 33, 10117 Berlin, Tel. 2062178-00

🌐 www.patientenverfuegung.de

Sprechzeiten: Mo, Di, Do 10.00 – 17.00 Uhr

Fr 10.00 – 14.00 Uhr

Pflege in Not

Hilfe und Beratung bei Konflikt/Gewalt in der Pflege.

Zielgruppe: Pflegendе Angehörige, Menschen die gepflegt werden, Pflegepersonal, Ärzte, Freunde ...

Angebote: Telefonische Beratung (auch anonym), persönliche Gespräche und psychologische Beratung, Schlichtungsgespräche in Einrichtungen. Gesprächsgruppe für pflegendе Angehörige, Fortbildung für Pflegekräfte.

- ☐ Pflege in Not, Tel. 69 59 89 89 (AB 24h)

Bergmannstr. 44, 10961 Berlin

Mo, Mi, Fr 10.00 – 12.00 Uhr, Di 14.00 – 16.00 Uhr

Seniortelefon

- ☐ Berliner Seniortelefon, Telefon 279 64 44

Sprechzeit: Mo/Mi 12.00 – 14.00 Uhr,

Fr/So 14.00 – 16.00 Uhr

Für Sorgen, Probleme, Fragen (auch anonym)

- ☐ Silbernetz - Hilfetelefon für Ältere

Tel. 0800 470 80 90

täglich von 8.00 – 22.00 Uhr

Angebote für Suchtkranke

- ☐ Sozialpädagogisches Institut / SPI /

Suchtberatungsstelle STAB

Arkonastr. 45 – 49, 13189 Berlin

Ansprechpartner: Herr Knuf, Tel. 47 59 82-0

- ☐ Alkoholfreies Café „Cafe 157“

John-Schehr-Str. 24, 10407 Berlin, Tel. 425 01

24 Gruppenangebote, Freizeitangebote,

Ausflüge, Selbsthilfegruppe, Beratungen

Beratungs-/ Betreuungsangebote

- ☐ Albatros gGmbH

Zuverdienst Pankow (für psych. kranke Menschen):

- Catering & Partyservice: Siegfriedstr. 14
13156 Berlin, Tel. 70 71 78 90

- Second-Hand-Laden „Exquisit“
Franz-Schmidt-Str. 8 – 10, 13125 Berlin
Tel. 28 47 35 75

- ÖKO-GUT: Alt-Buch 51, 13125 Berlin
Tel. 94 11 41 36

✉ zv.pankow@albatrosev.de

KIS

KONTAKT- UND
INFORMATIONSTELLE FÜR SELBSTHILFE

Selbsthilfe in Pankow & Prenzlauer Berg entdecken – Unterstützung finden

Das zentrale Anliegen der KIS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe ist es, alle Interessierten über die Möglichkeiten und Angebote der Selbsthilfe zu informieren und sie in ihrem Engagement auf dem Weg zu mehr Lebensqualität zu unterstützen.

Der Austausch zwischen Menschen mit ähnlichen Problemen und Anliegen stärkt die eigenen Empowerment-Strategien – gerade in Krisenzeiten.

Wir freuen uns auf Sie!

Unser Service

- Informationen über Selbsthilfegruppen und Beratungsangebote im Bezirk Pankow
- Persönliche Beratung und Vermittlung in Selbsthilfegruppen oder an andere Dienste
- Unterstützung bei der Gruppengründung
- Unterstützung bestehender Gruppen
- Veranstaltungen und Fortbildungen zu selbsthilferelevanten Themen
- Vernetzung mit Einrichtungen des Gesundheitswesens
- 2 Gruppenräume im Stadtteilzentrum Pankow und 1 Gruppenraum im Stadtteilzentrum Prenzlauer Berg



Kontakt

KIS – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Pankow

Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin

Tel. 030-499 87 09 10

www.kis-pankow.de · kis@hvd-bb.de

Sprechzeiten: Montag und Mittwoch, 15.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag, 10.00 - 13.00 Uhr und nach Vereinbarung

Die KIS wird gefördert von der Senatsverwaltung für Integration, Arbeit und Soziales und von der Arbeitsgemeinschaft der Berliner Krankenkassen und Kassenverbände



Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

Berliner Str. 16, 13189 Berlin, Tel. 47 53 54 92
Offene Treffpunkte, psychologische und soziale Beratung sowie Gruppen- und Freizeitangebote für Menschen in einer persönlichen Krise, die unter psychischen Problemen und Krankheiten leiden, sowie für deren Angehörige.

□ Beratungsstelle für ehrenamtliche, gesetzliche Betreuer*innen

Träger: Caritasverband Erzbistum Berlin e.V.
Thaerstr. 30 D, 10249 Berlin, Tel. 66 63 39 95

Individuelle Beratung, Fortbildungsveranstaltungen, Infos über Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

□ Haltestelle Diakonie

für Pankow: Diakoniestation

Waldstr. 88, 13156 Berlin, Tel. 47 75 03 03

für Weißensee: Diakoniestation Weißensee
Bizetstr. 11, 13088 Berlin, Tel. 61 62 27 22

Ansprechpartnerin: Frau Domann, Tel. 47 75 05 03

Perspektiven für Menschen mit Demenz. Beratung und Hilfsangebote für alleinstehende psychisch kranke und verwirrte alte Menschen und deren Angehörige. Geschulte ehrenamtliche Mitarbeiter besuchen Betroffene zu Hause, um sie zu unterstützen (vorlesen, spazieren gehen, reden) oder um die Angehörigen zu entlasten.

□ Fachstelle für pflegende Angehörige

Südstern 10, 10961 Berlin

Träger: Diakonisches Werk Berlin Stadtmitte e.V.
Tel. 69 59 88 97,

🌐 www.diakonie-stadtmitte.de

Wir unterstützen pflegende Angehörige durch entsprechende Maßnahmepläne unter Einbeziehung von Anbietern von Hilfsangeboten und Angehörigen-Initiativen. Sie soll die zuständige Senatsverwaltung in Fragen bzgl. der Situation pflegender Angehöriger in Berlin beraten und unterstützen. Damit fungiert die Fachstelle als Vernetzungs-, Koordinierungs- und Anlaufstelle zu Fragen der Unterstützung von Angehörigen.

Frauenprojekte

- **Paula Panke e.V. - Frauenzentrum**
Schulstr. 25, 13187 Berlin, Tel. 485 47 02
Zufluchtswohnung, Kommunikations- und
Beratungsangebote, Selbsthilfegruppen,
Kreativangebote, Rechtsauskünfte
FRAUENLADEN Paula, Langhansstr. 141
13086 Berlin, Tel. 96 06 37 61
🌐 www.paula-panke.de
- **Frauenberatung BerTa**
Albatros gGmbH, Franz-Schmidt-Str. 8 -10,
13125 Berlin, Tel. 94 11 41 56

„Alle Ressourcen mobilisieren“

- **Caritasverband für das Erzbistum Berlin e.V.**
Dänenstr. 19, 10439 Berlin, Tel. 445 74 30
Beratung allgemeiner Art, z. B. in sozialen Ange-
legenheiten, Grundsicherung, Arbeitslosigkeit

Wohlfahrtsverbände

- **Volkssolidarität Landesverband Berlin e.V.**
Bezirksgeschäftsstelle Pankow
Lauterbachstr. 3B, 13187 Berlin, Tel. 44 66 77 40
- **AWO, Kreisverband Berlin-Mitte e.V.**
(Mitte, Tiergarten, Wedding, Pankow,
Prenzlauer Berg, Weißensee)
Hochstädter Str. 1, 13347 Berlin
Tel. 4550870, Sprechzeit Di 17.00 - 19.00 Uhr
- **Caritas-Verband für das Erzbistum Berlin e.V.**
Betreuungsverein Beratungsstelle für ehrenamtliche,
gesetzliche Betreuer*innen
Thaerstr. 30 d, 10249 Berlin, Tel. 66 63 39 91
- **Unionhilfswerk e.V.**
Bezirksverband Prenzlauer Berg/Weißensee
c/o Dr. Thomas Georgi, Tel. 42 26 5-710
Bezirksverband Pankow
c/o Adelgunde Warnhoff, Tel. 53 08 39 73
- **KIS - Kontakt- u. Informationsstelle für Selbsthilfe**
im Stadtteilzentrum Pankow zuständig für
Pankow, Prenzlauer Berg, Buch und Weißensee,
Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin, Tel. 499 87 09 10

Alzheimer

- **Alzheimergesellschaft Berlin e.V.**
Friedrichstr. 236, 10969 Berlin, Tel. 89 09 43 57
Di 14.00 - 18.00 Uhr, Mi/Do 10.00 - 15.00 Uhr:
kostenlose Beratung für pflegende Angehörige,
Betroffene und professionell Pflegende,
🌐 www.alzheimer-berlin.de
- **Alzheimer Angehörigen Initiative e.V.**
Reinickendorfer Straße 61, 13347 Berlin
Tel. 47 37 89 95, ✉ AAI@Alzheimer-Berlin

Betreuungsverein

- **HVD-Betreuungsverein Pankow**
Parkstr. 113, 13086 Berlin, Tel. 49 50 09 36
🌐 www.betreuungsverein.de/hvd-bb
Der Betreuungsverein Pankow bietet für ehrenamtliche
rechtliche Betreuer, Bevollmächtigte, Betroffene
und deren Angehörige einen Anlaufpunkt zur
Beratung, Information, Unterstützung.

Steuern? Wir machen das.

VLH.

Torsten Lehmann
Beratungsstellenleiter
Am Stener Berg 61
13125 Berlin
Torsten.Lehmann@VLH.de

☎ 94633251

Wir beraten Mitglieder im Rahmen
von § 4 Nr. 11 StBerG.

**Vereinigte
Lohnsteuerhilfe e.V.**
LOHNSTEUERHILFEVEREIN

www.vlh.de/bst/55572

Menschen mit Behinderung

- Allgemeiner Blinden- und Sehbehindertenverein Berlin gegr. 1874 e.V. (ABSv)**
Geschäftsstelle: Auerbachstr. 7, 14193 Berlin
Tel. 89588-0 ✉ info@absv.de 🌐 www.absv.de
Beratung, Reha-Trainings, Hilfsmittel:
Mo, Di, Do 9.00 - 12.30 und 13.00 - 15.00 Uhr
Mi 9.30 - 12.30 und 13.00 - 17.30 Uhr
Fr 9.30 - 12.30 Uhr
Bezirksgruppe Pankow:
Gruppenleitung, Tel. 89588-0
✉ pankow@absv.de
- HörBIZ Pankow - Beratungsstelle für Menschen mit Hörschädigung**
Sophie-Charlottenstr. 23 A, 14059 Berlin
Tel. 32602375, Fax 32602376
✉ beratung@berliner-hoerbiz.de
Telefonsprechzeiten: Mo, Di 9.00 - 12.00 Uhr
Do 12.00 - 18.00 Uhr
Beratung rund um das Thema Hören und nicht mehr gut hören können, einschließlich Hilfsmittelberatung

Mieterberatung

- Ortsteil Prenzlauer Berg
Mieterberatung Prenzlauer Berg**
Schönhauser Allee 59, 10437 Berlin
Sprechstunden: Mo 16.00 - 19.00 Uhr,
Di 15.30 - 18.00 Uhr
Mi 16.00 - 18.00 Uhr nur telefonische Sprechstunde
Terminvereinbarung unter 030-443381-107
- Ortsteil Weißensee
Freiwilligen Agentur Pankow**
Berliner Allee 124, 13088 Berlin
Sprechstunden: Mo 17.00 - 19.00 Uhr (Sozialberatung),
Do 16.00 - 19.00 Uhr
Di 12.00 - 15.00 Uhr nur telefonische Sprechstunde
- Ortsteil Pankow
Stadtteilzentrum Pankow**
Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin
Sprechstunden: Mi 15.00 - 18.00 Uhr,
Do 10.00 - 12.00 Uhr (Sozialberatung)
Fr 10.00 - 13.00 Uhr nur telefonische Sprechstunde
Terminvereinbarung für die Standorte Weißensee und Pankow unter 030 29 34 31 - 0

Krisendienst

- Berliner Krisendienst (Standort Pankow)**
Mühlenstraße 48, 13187 Berlin-Pankow
Tel. 390 63-40, täglich von 16.00 - 24.00 Uhr
(Außerhalb dieser Uhrzeit berät ein überregionaler Bereitschaftsdienst: Tel. 390 63-00)
Menschen in akuten Krisensituationen wird geduldig zugehört. Sie erhalten auf Wunsch professionelle Hilfe, Gesprächsangebote oder Auskünfte, die ihnen in ihrer Situation konkret weiterhelfen. Das Angebot ist kostenlos und 365 Tage im Jahr rund um die Uhr erreichbar

Hospiz

- Zentrale Anlaufstelle Hospiz (ZAH)**
Hermannstr. 256-258, 12049 Berlin
Beratungstelefon: 40 71 11 13
✉ post@hospiz-aktuell.de
🌐 www.hospiz-aktuell.de

Mobile Hilfsdienste

- Mobilitätshilfedienst Pankow**
des VdK Sozialverbandes Berlin-Brandenburg e.V.
Schonensche Str. 2a, 10439 Berlin, Tel. 471 90 30
Kontakt: Frau Werk, ✉ regina.werk@vdk.de
Mobilitätshilfen/Begleitdienste für ältere Menschen

Jüngere Rentner

- 45 plus - Freizeitgruppen für ältere schwule Männer und für ältere lesbische Frauen**
Sonntags-Club e.V., Greifenhagener Str. 28
10437 Berlin, Tel. 449 75 90
✉ info@sonntags-club.de
🌐 www.sonntags-club.de
Beratung, Information, Gruppen und Kultur für Lesben/Schwule/Trans* jeden Alters. Vorträge und Themenabende, Ausgeh-Gruppen und Ausflüge 45plus, Aktivitäten im Bereich Gay & Gray, (Soziale) Netzwerkgruppen, Psychosoziale Einzelberatung nach tel. Terminvereinbarung, Kulturveranstaltungen nach Programm am Wochenende, in der Woche Gruppentreffen. Anmeldung und Auskunft im Sonntags-Club, Bürozeiten: Mo - Do 10.00 - 18.00 Uhr
Café: täglich 18.00 - 0.00 Uhr
- Miteinander - Füreinander e.V.**
Dunckerstr. 76, 10437 Berlin, Tel. 445 23 21
„Herbstlaube“ Begegnungsstätte für Vorruheständler und Senioren, Kontakt: Frau Sydlic

Vereine und Verbände für Menschen mit Migration

Vielfalt in Pankow

Engagement

 Freiwilligenagentur Pankow

Berliner Allee 124, 13088 Berlin, Tel. 25 09 10 01
 ✉ info@ehrenamt-pankow.berlin
 Sie wollen sich in Pankow engagieren? Die Freiwilligenagentur findet den passenden Einsatzort für Sie.

 Willkommensnetzwerk „Pankow hilfft!“

Das Willkommensnetzwerk „Pankow Hilfft!“ ist ein loses Netzwerk aus verschiedenen Unterstützungskreisen, das Menschen in Fluchtsituationen beim Ankommen in Pankow unterstützt. Eine Vielzahl von Pankower*innen engagieren sich ehrenamtlich in den Gruppen, und das auf vielfältige Art und Weise. Neben der Möglichkeit Zeit zu spenden (z. B. bei Hausaufgabenhilfe, Behördenbegleitung, Wohnungssuche, Sprachcafés, Ausflüge, etc.), können Sie auch mit Sachgegenstände oder Geldspenden helfen. Bürger*innen, die sich in den Unterstützungskreisen engagieren möchten, sind herzlich willkommen! Die Kontaktdaten der einzelnen Unterstützungskreise finden Sie auf www.pankow-hilfft.de.

Migrationsberatung

 Welcome Center Pankow

Arbeiterwohlfahrt Landesverband Berlin (AWO)
 c/o Bezirksamt Pankow von Berlin
 Bürgeramt, Fröbelstraße 17, 10405 Berlin
 Haus 6, Räume 3.04 bis 3.07
 Tel. 90295-5926, -27, -28, -29
 ✉ fim-pankow@awoberlin.de

Kontakt - und Beratungsstellen für Geflüchtete (preznkomm)
 Sozial- und Gesundheitsberatung für Geflüchtete

Erich-Weinert-Str. 37, 10439 Berlin
 Tel. 444 16 64
 ✉ kbs@preznkomm.de
www.preznkomm.de
 Sprachen: Deutsch, Englisch, Arabisch, Farsi, Hebräisch (auf Anfrage Dolmetscher für weitere Sprachen)
 Sprachen: Deutsch, Englisch, Arabisch, Farsi, Hebräisch (auf Anfrage Dolmetscher für weitere Sprachen)

 Offene Beratungsstelle und Fachstelle für Geflüchtete mit Behinderung

Träger: Berliner Zentrum für Selbstbestimmtes Leben behinderter Menschen e.V. (BZSL)
 Gustav-Adolf-Str. 130, 13086 Berlin
 Tel. 44 05 44 24
 ✉ Beratung@bzsl.de, www.bzsl.de

Diskriminiert, was tun?
 Fach- und Netzwerkstelle gegen Rechtsextremismus für Demokratie und Vielfalt „moskito“

Träger: Pfefferwerk Stadtkultur gGmbH
 Fehrbellener Str. 92, 10119 Berlin
 Tel. 030-443 71 79
 ✉ moskito@pfefferwerk.de
www.pfefferwerk.de/moskito

→ Anlaufstelle für Menschen und Initiativen, die sich für ein demokratisches und weltoffenes Pankow einsetzen wollen.

→ Unterstützung bei Veranstaltungen und Workshops zu Demokratie und Vielfalt, zu Rechtsextremismus, Rassismus, Antisemitismus und Homophobie.

→ Interessierte sind herzlich zum Demokratie-Dinner eingeladen, das 4 mal jährlich stattfindet. Infos unter www.pfefferwerk.de/moskito

 Pankower Register

Fehrbellener Str. 92, 10119 Berlin, Tel. 443 71 79
 ✉ moskito@pfefferwerk.de
www.pankower-register.de
 → Sind Sie betroffen oder Zeuge von rassistischer Diskriminierung, homosexuellenfeindlichen Sprüchen oder rechtsextremer wie antisemitischer Propaganda? Dann bekommen Sie hier Unterstützung.
 → Das Pankower Register sammelt rassistischer, antisemitischer, homophob- und rechtsextremotivierter Angriffe, Vorfälle und Propaganda in Pankow. Eine Übersicht der Anlaufstellen finden Sie unter www.pankower-register.de.

Integrationslots*innen & Begleitung

- **Begleitung und Beratung von Frauen, Menschen mit Behinderung und besonders Schutzbedürftigen**
Trixiewiz e.V.
Bernkasteler Str. 78, 13088 Berlin, Tel. 55571529
✉ info@trixiewiz.de
🌐 www.trixiewiz.de
f trixiewiz

Sprache und Bildung

- **Volkshochschule Pankow**
Schulstraße 29, 13187 Berlin
Tel. 90295-1700
✉ post@vhspankow.de
🌐 www.berlin.de/vhs/volkshochschulen/pankow

Multikulturelle Vereine und Initiativen

- **Afrika Yetu e.V.**
Storkower Str. 140, 10407 Berlin
Tel. 0173-782 45 87
✉ jfjoao@yahoo.de
🌐 www.afrika-yetu.de
f Afrika Yetu
→ Beratung und Integration durch Tanz
- **Al-Dar e.V.**
Glasower Straße 44, 12051 Berlin
Tel. 78 70 95 21
✉ info@al-dar.de
🌐 www.aldarberlin.wordpress.com
f Al-Dar
→ Beratung und Betreuung von Familien Arabischer Herkunft
- **Bocconcini di cultura e.V.**
Italienische Kulturhüppchen
Straßburger Straße 39, 10405 Berlin
Tel. 44 33 91 81
✉ ilaria.bucchioni@bocconcini.net
🌐 www.bocconcini.net
f bocconcini di cultura
→ Italienischer Kulturverein
- **Ein Lichtstrahl e.V.**
Immanuelkirchstr. 20, 10405 Berlin
Tel. 88 49 30 08
✉ info@einlichtstrahlev.de
🌐 www.einlichtstrahlev.de
→ sozialer Buchladen

- **MaMis en Movimento e.V. - Mutterschaft und Migration in Bewegung**
c/o Kurt-Tucholsky-Bibliothek
Esmarchstraße 18, 10407 Berlin
✉ info@mamisenmovimiento.de
🌐 www.mamisenmovimiento.de
f MaMis en Movimento
→ Verein spanischsprechender Familien; Aktivitäten für Kinder, Frauen/Familien; Musikalische Früherziehung; Workshops; interkulturelle Feste
- **Total Plural e.V.**
Knaackstraße 66, 10435 Berlin
✉ info@totalplural.de
🌐 www.totalplural.de
→ Afro-Deutsche Spielgruppe Berlin
- **Sources d'Espoir e.V.**
Postfach 87 03 38, 13162 Berlin
✉ sources-despoir@quellederhoffnung.de.
🌐 www.sources-despoir.de
→ Beratung für Menschen aus Afrika
- **SprachCafé Polnisch e.V.**
Schulzestr. 1, 13187 Berlin
✉ kontakt@sprachcafe-polnisch.org
🌐 www.sprachcafe-polnisch.org
f SprachCafé Polnisch
→ Offener Begegnungsort für Sprache und Kommunikation, Themen: Bildung, Zwei- und Mehrsprachigkeit
- **Swahili Swahili Initiative**
✉ swahiliswahili@yahoo.com
→ Förderung der Swahili-Sprache, Eltern-Partizipation und Mehrsprachigkeit
- **Polki w Berlinie e.V.**
Polnische Frauen in Berlin e.V.
✉ kontakt@polkiwberlinie.de
🌐 www.polkiwberlinie.de
f PolkiwBerlinie
→ Vereinigung polnischer Frauen aus Berlin
- **Trixiewiz e.V.**
Im KuBiZ Raoul Wallenberg
Bernkasteler Str. 78, 13088 Berlin
Tel. 55 57 15 29
✉ info@trixiewiz.de
🌐 www.trixiewiz.de
f trixiewiz
→ Transkulturelle Arbeit gegen Rassismus und Diskriminierung

□ **Xochicuicatl e. V.**

Winsstraße 58, 10405 Berlin

Tel. 278 63 29

✉ mail@xochicuicatl.de

🌐 www.xochicuicatl.de

📘 Xochicuicatl

→ Lateinamerikanischer Frauenverein, Kontakt- und Beratungsstelle für Spanisch, Italienisch und Portugiesisch-sprechende Frauen; Sozial- und Rechtsberatung, psychosoziale Beratung, Beratung in Fällen häuslicher Gewalt, Eltern- und Familienberatung.

□ **Zaki - Bildung und Kultur e. V.**

Pistoriusstraße 38, 13086 Berlin

Tel. 96 06 29 60

✉ info@zaki-ev.de

🌐 www.zaki-ev.de

📘 zakibildung

→ Afghanisches Kultur- und Beratungszentrum

Neu in Pankow

□ **Pankow ist ein Ort der Vielfalt**

mit über 140 Nationalitäten. Die Hauptherkunftsländer sind Italien, Polen, die USA und Syrien. Um diese Neu-Pankower*innen willkommen zu heißen und ihnen eine guten Start in Pankow zu ermöglichen, hat das Bezirksamt einen mehrsprachigen Wegweiser mit wichtigen Adressen und Ansprechpartnern in Pankow veröffentlicht zu den Themen Wohnen, Sprache, Arbeit, Gesundheit und mehr. Die Broschüre gibt es in den Sprachen Deutsch, Englisch, Polnisch, Spanisch, Französisch, Italienisch und Arabisch. Sie ist KOSTENFREI erhältlich bei der Integrationsbeauftragten im Rathaus Pankow, Breite Str. 24 A - 26, 13187 Berlin, und steht im Internet auf

🌐 www.berlin.de/ba-pankow/politik-und-verwaltung/beauftragte/integration/themen zum Download bereit.



Wir bieten Ihnen eine ganz persönliche Betreuung und sorgen für einen würdevollen Abschied ganz individuell nach Ihren persönlichen Vorstellungen und Wünschen.

- Trauerfeiern zu jeder Zeit
- Eigene Trauerhalle
- Bestattungsregelung zu Lebzeiten

FIEDLER

Bestattungen

*Was man tief
in seinem Herzen besitzt,
kann man durch den Tod nicht verlieren.*
Johann Wolfgang von Goethe



Berlin - Pankow: Dietzgenstraße 16 • 13156 Berlin • www.fiedler-bestattungen.de

Tag & Nacht-Ruf: 030 - 916 111 66

Landeseigene Friedhöfe:

- **Friedhofsverwaltung im Bezirksamt Pankow**
Abt. Stadtentwicklung und Bürgerdienste
Am Bürgerpark 24, 13156 Berlin
Tel. 90295-4930, -4931, -4937
- **(II) Gaillardstraße 8 (geschlossen)**
13187 Berlin (Pankow)
- **(III) Am Bürgerpark 24**
13156 Berlin (Niederschönhausen)
- **(IV) Buchholzer Straße 8 (geschlossen)**
13156 Berlin (Niederschönhausen)
- **(V) Germanenstraße 1**
13156 Berlin (Niederschönhausen)
- **(VII) Umlandstr. 54**
13158 Berlin (Rosenthal)
- **(IX) Rosenthaler Weg 81**
13127 Berlin (Französisch-Buchholz)
- **(X) Kastanienallee 2**
13129 Berlin (Blankenburg)
- **(XII) Schwanebecker Chaussee 54**
13125 Berlin
- **(XIV) Romain-Rolland-Str. 144**
13089 Berlin (Pankow-Heinersdorf)
- **(XV) Roelkestraße 51**
13089 Berlin (Weißensee)

Jüdische Friedhöfe:

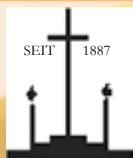
- **Prenzlauer Berg:** Schönhauser Allee 22
- **Weißensee:** Herbert-Baum-Straße 45 und Wittlicher Straße 14 (Gemeinde-Friedhof der Israelitischen Synagogen-Gemeinde)

Katholischer Friedhof:

- **St. Hedwig** Smetanastr. 36 - 54, 13088 Berlin

Evangelische Friedhöfe:

- **Neuer Friedhof Rosenthal**
Mönchsmühler Str. 12 - 14, 13158 Berlin
 - **Friedhöfe Nordend (Rosenthal)**
Gethsemane, Dietzgenstraße 120, 13158 Berlin
Frieden-Himmelfahrt: Dietzgenstr. 130
Zion: Dietzgenstraße 158, 13158 Berlin
 - **Schlosskirche Buch,** Alt Buch 36, 13125 Berlin
 - **Dorffriedhöfe**
Blankenfelde, Hauptstr. 21, 13159 Berlin
Rosenthal, Hauptstr. 149, 13158 Berlin
 - **Friedhof der Auferstehungsgemeinde**
Indira-Gandhi-Straße 110 - 123, 13088 Berlin
 - **Georgen Parochial Kirchhof**
(I) Greifswalder Straße 229, 10405 Berlin
(III) Roelckestraße 142 - 150, 13086 Berlin
 - **St. Nicolai und St. Marien**
(I) Prenzlauer Allee 1, 10405 Berlin
(II) Prenzlauer Allee 7, 10405 Berlin
 - **Dorffriedhof Heinersdorf**
Romain-Rolland-Straße 54, 13089 Berlin
Weißensee: Piesporter Str. 9 - 22, 13088 Berlin
 - **Dorffriedhof Weißensee**
Berliner Allee 140, 13088 Berlin
 - **Friedhöfe Karow**
(I) Alt-Karow 14, 13125 Berlin
(II) Blankenburger Chaussee 69, 13125 Berlin
(III) Alt-Karow 13, 13125 Berlin
 - **Blankenburg,** Alt Blankenburg 17, 13129 Berlin
 - **Friedhof der Segensgemeinde**
Gustav-Adolf-Straße 67 - 74, 13086 Berlin
 - **St. Bartholomäus Kirchhof**
Giersstr. 19/21, 13088 Berlin
- Friedhof der Freireligiösen Gemeinde:**
- **Pappelallee:** Pappelallee 15 - 17, 10437 Berlin



KADACH & MAURER
ERD- UND FEUERBESTATTUNGSGESELLSCHAFT mbH

☎ Tag und Nacht 9 25 28 66

Berliner Allee 97, Ecke Pistoriusstraße

13088 Berlin-Weißensee

info@kadach-maurer.de, www.kadach-maurer.de

- Bestattungen in allen Stadtteilen
- Individuelle Beratung im Familienbetrieb
- Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten

Caroline Wagner verabschiedet ihre Großmutter

Die Oma mit den meisten Besuchern



Caroline Wagner

hier zum Essen.

Dietburga Wagner starb im Juli 2021 im Hospiz. „Es war ganz komisch, sie kurz nach ihrem Tod noch einmal zu sehen, aber es war gut um es zu realisieren und noch ein letztes Mal ihre Hand halten zu können“, beschreibt Caro den Abschied, denn lebend hat sie ihre Oma an ihrem letzten Tag nicht mehr gesehen: Minuten vor Caros Ankunft verstarb sie, hatte davor schon Morphium bekommen und geschlafen.

Caro zeigt mir Fotos von sich und ihrer Großmutter: Sie sitzen nebeneinander im Hospizzimmer oder draußen auf Sonnenstühlen. Die Ähnlichkeit ist unverkennbar.

Nie wieder nach Hause

Dietburga hatte Brustkrebs. Nach dem Tod ihres Mannes wurde es schlimmer, sie wurde operiert und bestrahlt. Chemo wollte sie nicht, sie war ja jetzt alleinstehend. „Ich habe mit Oma ihre geliebten Stiefmütterchen gepflanzt, war zum Essen da, habe Einkäufe erledigt oder mit ihr zu Weihnachten den Baum aufgestellt“, berichtet Caro. Den Haushalt der Wohnung, in der sie schon seit über 60 Jahren lebte, schaffte ihre Oma aber noch allein. Im Mai 2021 wies sie sich mit Übelkeit und Atemnot ins Krankenhaus ein: Der Krebs hatte gestreut, Diagnose Endstadium. Dietburga wusste zu diesem Zeitpunkt bereits, dass sie nie wieder in ihre Wohnung zurückkehren würde.

„Mein Onkel hat Hospize herausgesucht und sie auf die Wartelisten gesetzt.“ Nach fünf Wochen bekam ihre Oma einen Platz in Brandenburg, mit ebenerdigen Zimmer, eigenem Bad und Terrasse. Kunsttherapie, Musiktherapie, Gespräche mit

„Oma war pflanzenverrückt und liebte Blumen“, erzählt meine Freundin Caroline, während wir in einem kleinem asiatischen Restaurant sitzen, das sie mit Familienfeiern und Geburtstagen verbindet. Auch nach dem Tod ihres Opas traf sich die Familie

Ehrenamtlichen und einer Pfarrerin, Streicheln der Therapiehunde, Massagen, Bäder, frisch zubereitetes Essen, ... Caro erzählt von Schnitten auf liebevoll dekorierten Tellern. „Die Kleinigkeiten machen es, dass man sich willkommen fühlt.“

Abschluss eines Kapitels

Caros Oma lebte noch einmal auf, hatte wieder gute Laune und Appetit. „Normalerweise verbringen Menschen zwei bis vier Wochen im Hospiz. Meine Oma schaffte acht“, sagt Caro. Auch hier war sie regelmäßiger Gast, schaute Fußball mit ihr, schaltete ihren Bruder in Amerika über Skype dazu, saß mit ihr auf der Terrasse. Für die Familie richtete Caro eine WhatsApp-Gruppe ein, sodass ihre Oma möglichst an keinem Tag allein sein musste. „Sie war diejenige mit den meisten Besuchern“, erzählt Caro schmunzelnd.

Caro und ich gehen spazieren, passieren die nun unbewohnte Wohnung ihrer Großeltern und laufen weiter eine Strecke, auf der sie oft mit ihren Großeltern unterwegs war. „Das ist jetzt der Abschluss eines großen Kapitels“, sagt Caro, die seit ihrer Kindheit hierherkommt. „Aber der Friedhof, auf dem die beiden liegen, ist ganz in der Nähe, sodass man den Weg trotzdem noch oft gehen wird.“

SELINA LUX








Der letzte Wunsch ihrer Oma war ein Ausflug ins Grüne, den sie und ihr Vater drei Wochen vor Dietburgas Tod mit ihr unternahmen.

Stichwortverzeichnis der Inserenten

- **Beratung & Hilfe**
 Coaching für pflegende Angehörige.....48
 Kontakt- und Informationsstelle
 für Selbsthilfe.....55
 Pflegestützpunkte58
 Qualitätsverbund Netzwerk im Alter.....45
 Lohnsteuerhilfe.....57
- **Dienstleistungen**
 Garten- und Landschaftsbau36
 Malermeister37
 screenshot (professionelle Digitalisierung)7
- **Politik**
 Abgeordnete / Parteien.....13, 29
- **Für den guten Zweck**
 Spenden und Nachlassregelungen30, 34, 35
- **Gesundheit**
 Blindenführhunde34
 Endoprothetik.....44
 Kliniken.....40, 41, 42, 44
 Medizinisches Versorgungszentrum40
 Sanitätsfachgeschäfte.....43
 Curatio & Care Wundberatung und -therapie43
- **Freizeit & Bewegung**
 Tanzschule.....27
- **Pflege**
 Ambulante Pflege.....46, 47, 48, 50
 Intensivpflege.....46
 Pflegeheime, Residenzen.....2. USS, 38, 39, 50 - 53
 Tages- und Kurzzeitpflege.....49, 50
- **Wohnen**
 Altersgerechtes/barrierefreies Wohnen.....3. USS
 Betreutes Service-Wohnen38
 (Senioren)Wohngemeinschaften.....48
 Immobilienmakler31, 37, 3. USS
- **Abschied**
 Bestatter61, 62
 Grabmale, Steinmetz.....64

USS = Umschlagseite

Zeichenerklärung

-  **Ausgewiesener Behindertenparkplatz**
-  **Parkplatz vorhanden**
-  **Rollstuhlgerecht / Rollstuhlgeeignet**
-  **Besondere Merkmale für blinde Personen vorhanden**
-  **Besondere Merkmale für Gehörlose und hörbehinderte Personen vorhanden**

Impressum

Herausgeber: Bezirksamt Pankow von Berlin
 Abteilung Soziales und Gesundheit
 Fröbelstraße 17, 10405 Berlin

Realisierung: aperçu® Verlagsgesellschaft mbH
 Gubener Str. 47, 10243 Berlin, Tel. 29371400
 www.berlin-broschueren.de

Redaktion: Bezirksamt Pankow von Berlin,
 Abteilung Soziales und Gesundheit
 und aperçu® Verlagsgesellschaft mbH

Anzeigen: aperçu® Verlagsgesellschaft mbH

Titelfoto: © AdobeStock/Kzenon

Druck: PIEREG Druckcenter Berlin GmbH

Redaktionsschluss: 30.07.2022

Nachdruck - auch auszugsweise - darf nur mit Quellenangaben
 und ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers erfolgen.

Arno Schroeter Für alle Friedhöfe

Steinmetzmeister
 Inh. Magnus Kurtzke 

**GRABMALWERKSTATT &
 STEINMETZARBEITEN**

- Anfertigung von Grabmalen mit Inschrift
- Erneuerung von Grabmalen
- Erneuerung der Inschrift
- Küchenarbeitsplatten
- Fensterbänke
- Tischplatten
- Natursteinarbeiten

—————**Vorsorgeverträge auf Grabmale**—————

Leonhard-Frank-Straße 1 · 13156 Berlin
 Tel. / Fax 481 53 25 · steinmetz-schroeter.de



REFUGIUM
HEIDEGLÜCK
SCHÖNOWER HEIDE BERNAU BEI BERLIN

*Für alle
Lebenslagen.*

MODERNES WOHNEN
IN BERNAU BEI BERLIN!
BEZUGSFERTIG
JANUAR 2023

DIREKT AM PARK:

4 STADTHÄUSER • je 9 Eigentumswohnungen • 3- und 4-Zimmer + Balkon oder Privatgarten

Am Refugium HEIDEGLÜCK 5.000 m² Parkanlage mit vielfältigen Spiel- und Bewegungsoptionen • kein Autoverkehr zwischen den Häusern • ruhig + grün • Luft-Wärmepumpe als Heizung • separate Abstellhäuser für Kinderwagen, Fahrrad oder Rollstuhl mit Ladeoption • Kita direkt vor der Tür • gesunde Umgebung • eigene Pkw-Stellplätze • barrierefreie Gartenwohnungen sehr guter sommerlicher Wärmeschutz durch Gründächer das Angebot an junge Familien!

www.wachtel-wohnbauten.de
Telefon: 030 85617151

WACHTEL
WOHNBAUTEN

VP

VON POLL
IMMOBILIEN®

Zeit für eine Veränderung?



Von der **kostenfreien und unverbindlichen Marktpreiseinschätzung** Ihrer Immobilie bis zur Übergabe sind wir an Ihrer Seite.

Kontaktieren Sie uns, wir freuen uns darauf, Sie persönlich und individuell zu beraten.

Shop Berlin - Pankow
Florastraße 1 | 13187 Berlin
030 - 20 14 37 10
pankow@von-poll.com

www.von-poll.com/berlin-pankow

Geborgen in guten Händen

Geschäftsstelle: Gürtelstraße 33, 10409 Berlin
Tel. 428447-1110, info@seniorenstiftung.org
www.seniorenstiftung.org

Informationen zu freien Zimmern unter:
Tel. 428447-1234 (für alle Einrichtungen)
beratungsbuero@seniorenstiftung.org



Folgen Sie uns:
[@seniorenstiftungprenzlauerberg](https://www.instagram.com/seniorenstiftungprenzlauerberg)



Pflege mit Herz

In den Häusern der Seniorenstiftung finden Sie:

- kompetente Pflege und Betreuung für alle Pflegegrade → vielfältige Freizeitangebote und Feiern
- überwiegend Einzelzimmer mit eigener Dusche/WC → Park- und Gartenanlage auf dem Gelände
- sowie Nähe zu öffentlichen Verkehrsmitteln

Fachkundige Betreuung für Menschen mit Demenz

Die Wohngruppen in den Häusern Gürtelstraße 32a und Stavangerstraße 26 bieten:

- speziell ausgebildetes Pflegepersonal → individuelle und respektvolle Pflege
- umfangreiche Programme zur Alltagsgestaltung

Stiftung im Kiez

- Restaurant in der Gürtelstraße 33 mit liebevoll zubereiteter, gutbürgerlicher Küche
- Tierhaus im Gartenbereich der Gürtelstraße 33 – Treffpunkt für Jung und Alt
- Besuchen ohne Zeitdruck – Gästezimmer stehen in den Einrichtungen zur Verfügung