



**NACHBARSCHAFTSHEIM SCHÖNEBERG E.V.**  
Bildung · Kultur · Erziehung · Pflege · Selbsthilfe · Soziale Dienste

# Ein Ort für Alle

## Das Nachbarschaftsheim Friedenau in einfacher Sprache



Gefördert durch



Senatsverwaltung  
für Gesundheit, Pflege  
und Gleichstellung



Senatsverwaltung  
für Integration, Arbeit  
und Soziales



Senatsverwaltung  
für Bildung, Jugend  
und Familie



Arbeitsgemeinschaft  
der Berliner Krankenkassen  
und Verbände

## IMPRESSUM

Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.,  
Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin  
Tel. (030) 85 99 51-100, Fax (030) 85 99 51-101

Geschäftsführerinnen: Karin Höhne und Franziska Lichtenstein

Vorstand: Jürgen Kipp (Vorsitzender), Rosa Strobl-Zinner (stv. Vorsitzende),  
Prof. Dr. Jutta Lukas (Schatzmeisterin), Pedro Elsbach, Annette Dreher,  
Havva Korkmaz, Nicolas Lindau, Dr. Ulrich Marenbach, Rainer Mohnhaupt

Stand: 2020

Gestaltung und Herstellung: weberstedt gmbh visuelle kommunikation

Fotos: NBHS, außer

Titelseite von links nach rechts und oben nach unten

Reihe 1 – Bild 1 und 2: Samer Al Naseef,

Reihe 2 – Bild 1: Hanne Voget-Berkenkamp,

Reihe 3 – Bild 5 und 6: Samer Al Naseef, Bild 8: Anita Back,

Reihe 4 – Bild 1, 3 und 4: Jörg Farys DIE.PROJEKTOREN

(2) Begegnung: Samer Al Naseef (großes Bild und Nachbarschaftscafé)







(3) Beratung: Samer Al Naseef

(4) Gesundheit und Pflege: Jörg Farys DIE.PROJEKTOREN

(5) Familie: oben Anita Back

(6) Mitmachen: großes Foto Samer Al Naseef

# Inhalt

-  1 Wir über uns
-  2 Begegnung
-  3 Beratung
-  4 Gesundheit und Pflege
-  5 Familie
-  6 Mitmachen

# 1

## Wir über uns

Das Nachbarschaftshaus Friedenau ist ein Begegnungsort.

Hier sind alle Menschen aus dem Stadtteil willkommen:

- Junge und alte Menschen
- Familien und Alleinlebende
- Menschen mit Behinderungen
- Menschen, die in einem anderen Land geboren sind

Wir sind ein großes Team mit 18 Mitarbeitenden.

Viele Nachbarn und Nachbarinnen arbeiten ehrenamtlich im Nachbarschaftshaus.

Das heißt, sie arbeiten freiwillig und ohne Bezahlung. Gemeinsam gestalten wir das Zusammenleben und die Freizeit im Stadtteil.

Bei uns finden Sie Hilfe. Es gibt zum Beispiel kostenlose Rechtsberatung und Unterstützung für Geflüchtete.

Wir bieten Informations-Veranstaltungen für Eltern.

Es gibt einen Selbsthilfetreffpunkt. Dort treffen sich Menschen mit Problemen oder Krankheiten.

Auch für die Freizeit haben wir ein vielfältiges Programm.

Es gibt offene Gruppen, die sich über neue Teilnehmer und Teilnehmerinnen freuen. Zum Beispiel können Sie in einem Chor mitsingen oder einen Malkurs besuchen. Sie können Yoga machen oder sich zum Schach spielen treffen.

Haben Sie Lust, das Nachbarschaftshaus Friedenau kennenzulernen?

*Sie sind herzlich eingeladen!*

## Interkulturelle Angebote

Interkulturelle Angebote bedeutet, dass sich Menschen aus verschiedenen Ländern und Kulturen kennenlernen.

## Sprach-Café

Bei uns treffen sich Menschen zum Beispiel im Sprach-Café. Im Sprach-Café üben Sie Deutsch und lernen dabei neue Menschen kennen. Egal, ob Sie schon gut Deutsch oder nur wenig Deutsch sprechen, bei uns sind Sie willkommen.



(030) 85 99 51-320



willkommen@nbhs.de

## Interkultureller Treff für Männer

Einmal im Monat treffen sich Männer aus verschiedenen Kulturen bei uns im Haus. Bei Kaffee und Tee reden sie hier miteinander und lernen sich kennen.



(030) 85 99 51-367



lebendigenachbarschaft@nbhs.de



## Freizeit und Kultur

Wir haben zahlreiche Freizeit-Angebote, wenn Sie mit anderen Menschen etwas gemeinsam machen möchten. Es gibt viele offene Gruppen. Bei einer offenen Gruppe müssen Sie sich nicht vorher anmelden.

Offene Gruppen gibt es zum Beispiel für:

- Fotografie
- Aquarellmalerei
- Kreatives Schreiben
- Gemeinsames Singen

Es gibt auch Gruppen, für die man sich vorher anmelden muss. Zum Beispiel:

- Spiele-Gruppe
- Englisch-Gruppe
- Sport für Menschen, die 50 Jahre oder älter sind
- Yoga



(030) 85 99 51-363



treffpunkt-nachbarschaft@nbhs.de



## Kultur-Café

Sie mögen Musik, Kunst und Kultur?

Im Kultur-Café organisieren Nachbarn und Nachbarinnen Ausstellungen, Filme, Diskussionen, Lesungen und Konzerte für alle Menschen im Stadtteil.

Die aktuellen Termine und Treffen finden Sie auf der Internetseite [www.kultur-cafe.nbhs.de](http://www.kultur-cafe.nbhs.de)

 (030) 85 99 51-361     [kultur-cafe@nbhs.de](mailto:kultur-cafe@nbhs.de)



## Nachbarschaftscafé

Alle Menschen aus dem Stadtteil sind im Nachbarschaftscafé willkommen. Beim Offenen Treff am Donnerstag können Sie nachmittags mit Nachbarn und Nachbarinnen zusammensitzen. Oder Sie kommen zur Gruppe, die sich regelmäßig zum Frühstück trifft.

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 11 bis 16 Uhr



## Beratung für Geflüchtete

Sie sind neu in Berlin? Sie möchten Deutsch lernen? Sie suchen eine Arbeit oder einen Ausbildungsplatz? Sie möchten studieren? Gemeinsam mit Ihnen suchen wir eine passende Fachberatungsstelle. Wir geben Ihnen Tipps und helfen Ihnen, gut in Deutschland anzukommen.

تقدم لكم السيدة ريم الخوري الاستشارة باللغة العربية.

 (030) 85 99 51-320  willkommen@nbhs.de

## Technik-Café: Hilfe bei Fragen mit Smartphone und Computer

Sie möchten eine neue App auf Ihrem Smartphone hochladen?  
Sie möchten Fotos auf dem Computer speichern?  
Sie wissen aber nicht wie? Dann sind Sie im Technik-Café richtig.

 (030) 85 99 51-367  lebendigenachbarschaft@nbhs.de



## Rechtsberatung und Rentenberatung

Ihre Miete wurde erhöht? Sie wurden bei der Arbeit gekündigt? Sie haben einen Wasserschaden und die Versicherung bezahlt nicht? Sie möchten wissen, wann Sie in Rente gehen können?



Wir bieten Ihnen Beratung für:

- Mietrecht
- Zivilrecht
- Arbeitsrecht
- Rente

Die Beratungen werden von Ehrenamtlichen durchgeführt, die sich auskennen. Sie sagen Ihnen zum Beispiel, wie Sie sich gegen eine Mieterhöhung oder eine Kündigung wehren können.

Die Rechtsberatung ist eine Erstberatung. Eine Erstberatung bedeutet, dass Sie 1 Mal kostenlos beraten werden. Die Beratung ist vertraulich. Wir erzählen nichts weiter.

Bitte vereinbaren Sie vorher einen Termin für die Erstberatung mit uns.

 (030) 85 99 51-100     [empfang@nbhs.de](mailto:empfang@nbhs.de)

# 4 Gesundheit und Pflege

## Selbsthilfetreffpunkt

In einer Selbsthilfegruppe sprechen Menschen über ein gemeinsames Problem.

Zum Beispiel:

- Suchterkrankungen wie Alkohol-Abhängigkeit oder Medikamenten-Abhängigkeit
- Körperliche Krankheiten
- Psychische Krankheiten

Es gibt auch Selbsthilfegruppen von Angehörigen. Selbsthilfegruppen treffen sich regelmäßig. In einer Selbsthilfegruppe sind alle füreinander da und unterstützen sich gegenseitig.



(030) 85 99 51-330



selbsthilfe@nbhs.de



(030) 85 99 51-333



selbsthilfe@nbhs.de



## Pflegende Angehörige

Sie pflegen Ihre Eltern oder Geschwister und suchen Unterstützung?

Bei uns gibt es Gesprächsgruppen, in denen sich pflegende Angehörige austauschen. Wir vermitteln Kontakte zu Nachbarn und Nachbarinnen, die Ihre Angehörigen besuchen, wenn Sie Zeit für sich brauchen.

Türkçe konuşan ev ziyaretleri servisimiz koordinatörü Hülya Karci'dan danışmanlık alabilirsiniz.



(030) 85 99 51-224



besuchsdienst@nbhs.de



(030) 85 99 51-226



besuchsdienst@nbhs.de



(030) 85 99 51-223



besuchsdienst@nbhs.de



(030) 85 99 51-225



pflegeengagement@nbhs.de

## Familienbildung

In der Familienbildung finden Kurse und Gruppen für Eltern mit Kindern von 0 bis 4 Jahren statt. Hier können Sie andere Eltern kennenlernen und sich miteinander austauschen. Unsere Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen informieren Sie zu diesen Themen:

- Kindesentwicklung
- gesundes Aufwachsen
- Freizeitgestaltung

Haben Sie Schwierigkeiten in Ihrem Familien-Alltag?  
Machen Sie sich Sorgen um Ihr Kind?  
Dann sprechen Sie uns bitte an.

 (030) 85 99 51-366     familienbildung@nbhs.de



## Patenschaften

Für Familien, die ein Baby bekommen und Hilfe wünschen, gibt es das Projekt „wellcome“ . „wellcome“ vermittelt Ehrenamtliche, die sich um Sie oder Ihr Baby oder auch um Geschwisterkinder kümmern.

 (030) 85 99 51-27    wellcome@nbhs.de

Es gibt auch Hilfe für Familien mit älteren Kindern. Die Familienpaten arbeiten ehrenamtlich. Sie helfen Familien, wenn sich die Eltern nicht so gut um Ihre Kinder kümmern können.

Zum Beispiel:

- Mutter oder Vater sind krank.
- Ein Familienmitglied ist gestorben.

Die Familienpaten kommen 1 Mal in der Woche bei Ihnen vorbei und unternehmen etwas mit Ihrem Kind.

 (030) 85 99 51-225    familienpaten@nbhs.de



du Café:  
ophiecafé  
Montag, 17:00  
Montag, 18:15  
café  
und 4., 18:00  
f. Menschen  
ement  
3. 4., 14:00  
A. Fei





# 6 Mitmachen

## Ehrenamt

Ehrenamtlich helfen heißt, sich freiwillig und ohne Bezahlung für die Interessen und Bedürfnisse von anderen Menschen einzusetzen.

Möchten Sie anderen Menschen helfen und etwas für unseren Stadtteil tun? Dann sind Sie im Nachbarschaftshaus Friedenau richtig. Erst durch Ihre ehrenamtliche Hilfe wird unser Nachbarschaftshaus zu einem Ort für alle.

Nur gemeinsam mit allen entsteht gute Nachbarschaft.



(030) 85 99 51-364



ehrenamt@nbhs.de



## Raum und Initiativen

Wir vom Nachbarschaftshaus Friedenau helfen Ihnen, wenn Sie eine neue Idee für die Nachbarschaft haben.

Wir stellen Ihnen Räume zur Verfügung und informieren die Nachbarschaft über Ihr Angebot.

Wir vermieten nicht für private oder geschäftliche Zwecke. Das bedeutet, Sie können bei uns nicht Ihren privaten Geburtstag feiern. Sie dürfen keinen Raum anmieten, um Geschäftskunden zu treffen oder um etwas zu verkaufen.

Bitte sprechen Sie uns an.

Wir freuen uns auf Ihre Mitarbeit.



(030) 85 99 51-355



raumvergabe@nbhs.de





## Nachbarschaftshaus Friedenau

Holsteinische Straße 30

12161 Berlin-Friedenau

Tel. (030) 85 99 51-100

E-Mail: [stadtteilarbeit@nbhs.de](mailto:stadtteilarbeit@nbhs.de)

Internetseite: [www.nbhs.de](http://www.nbhs.de)

## Öffnungszeiten

Montag bis Freitag von 9 bis 18 Uhr

## Der einfachste Weg zu uns mit den öffentlichen Verkehrsmitteln:

Mit dem Bus bis zur Haltestelle Kaisereiche (M48, M85)

Mit der S-Bahn bis zur S Feuerbachstraße (S1)

Mit der U-Bahn bis zum U Walther-Schreiber-Platz (U9)

