

# WEGWEISER 2024/2025 Selbsthilfe Neukölln

Selbsthilfegruppen • Selbsthilfe-Initiativen



Träger:



Selbsthilfe- und  
Stadtteilzentrum  
Neukölln-Süd e.V.



## Team Selbsthilfezentrum Neukölln

Wir unterstützen Sie gern dabei, das für Sie passende Angebot zu finden oder neu ins Leben zu rufen.



### Teamfoto

V. l. n. r.: Pervin Tosun (Selbsthilfe-Migration), Antje Kleibs (Selbsthilfezentrum Süd und Projektkoordination), Petra Meifert (Selbsthilfezentrum Süd), Azra Tatarevic (Selbsthilfezentrum Nord und Selbsthilfe-Migration) und Svenja Schellenberg (Selbsthilfezentrum Nord)

## Unser Träger

**Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Neukölln-Süd e.V.  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin**

Unsere ehrenamtlichen Vorstandsfrauen im Verein sind  
Susanne Kopf und Sylvia Stepprath.

**Bei Fragen zu den Aktivitäten des Vereins und zur  
Mitgliedschaft nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf:**

STZ Süd: Telefon 605 66 00 | Fax 605 68 99

E-Mail: [kleibs.gf@sh-stzneukoelln.de](mailto:kleibs.gf@sh-stzneukoelln.de)

<https://selbsthilfe-und-stadtteilzentrum-neukoelln.berlin>

**Der Verein ist gemeinnützig und freut sich über Spenden.**

Spendenkonto:

Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Neukölln-Süd e.V.

IBAN: DE33 3702 0500 0003 1370 03

BIC: BFSWDE33BER

# Hier finden Sie uns!



Kontaktstelle  
PflegeEngagement  
Neukölln

- **Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
im Haus der Vielfalt**

Wilhelm-Busch-Str. 12 | 12043 Berlin  
Tel. 030 681 60 64

- **Kontaktstelle PflegeEngagement  
Neukölln-Nord  
im Haus der Vielfalt**

Wilhelm-Busch-Str. 12 | 12043 Berlin  
Tel. 030 681 60 62



Haus der Vielfalt, Wilhelm-Busch-Str. 12

- **Selbsthilfezentrum  
Neukölln-Süd**

Lipschitzallee 80 | 12353 Berlin  
Tel. 030 605 66 00

- **Kontaktstelle PflegeEngagement  
Neukölln-Süd**

Löwensteinring 13 A | 12353 Berlin  
Tel. 030 603 20 22



Lipschitzallee 80



Löwensteinring 13 A

## Träger:



Selbsthilfe- und  
Stadtteilzentrum  
Neukölln-Süd e.V.

## Gefördert von:

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

BERLIN



selko»

Dachverband der Berliner Selbsthilfe-Kontaktstellen  
und der Kontaktstellen PflegeEngagement

und der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Land Berlin

## **Liebe Neuköllner\*innen und Selbsthilfeinteressierte,**

hier ist die 9. Auflage des Neuköllner Selbsthilfewegweisers. Im Wegweiser finden Sie Informationen zu

- Selbsthilfegruppen und Initiativen
- Selbsthilfeorganisationen
- selbsthilferelevanten Beratungsstellen in Neukölln.

Die Themen der Selbsthilfegruppen sind vielfältig, zum Beispiel:

- Angst
- Depression
- Alkohol
- Erkrankungen des Nervensystems
- Pflegende Angehörige
- Gewalterfahrungen

Es gibt Gruppen für alle Altersbereiche und Geschlechter, für Betroffene und Angehörige.

Weitere Schwerpunkte der Selbsthilfeunterstützung sind:

- die Gesundheitsförderung in Kooperation mit Ärzt\*innen, Therapeut\*innen, Kliniken
- die Selbsthilfe für Zugewanderte

Neue Menschen sind in den Gruppen herzlich willkommen.

Sie wollen in einer Selbsthilfegruppe mitmachen?

Sie wollen eine neue Selbsthilfegruppe gründen?

Das Team des Selbsthilfezentrums Neukölln berät zu Selbsthilfegruppen im Standort Nord und im Standort Süd. Es vermittelt gerne zu einer für Sie passenden Gruppe.

Die Selbsthilfegruppen können sich in den Räumen des Selbsthilfezentrums gegen eine geringe Raumnutzungsspende treffen und finden Ansprechpartner\*innen für ihre Fragen. Die Adressen der Standorte des Selbsthilfezentrums und Informationen zu bestehenden Selbsthilfegruppen und Initiativen finden Sie auf den folgenden Seiten.

**Gemeinsam – nicht allein –  
dazu möchte dieser Wegweiser beitragen.**

**Wir sind gerne für Ihre Fragen und Anregungen da.**

***Ihr Team vom Selbsthilfezentrum Neukölln.***

\* Liebe Leser\*innen, wir verwenden in diesem Wegweiser eine geschlechtergerechte Sprache, die mit dem sogenannten Genderstern (z.B. Leser\*innen) deutlich gemacht wird. Mit dieser Schreibweise sollen sich alle Menschen, auch die, die sich nicht eindeutig einem oder gar keinem Geschlecht zuordnen möchten, angesprochen fühlen.

## Liebe Neuköllnerinnen und Neuköllner,

wenn Sie diesen Wegweiser in die Hand nehmen, gibt es dafür einen guten Grund. Vielleicht suchen Sie selbst Hilfe. Vielleicht kennen Sie jemanden, der Hilfe braucht.

Die gute Nachricht: es gibt für (fast) alles gute Angebote der Selbsthilfe in Neukölln.

Nutzen Sie diese Angebote. Denn die Unterstützung durch andere kann helfen.

Durch einen neuen Blick auf bekannte Herausforderungen. Durch bereits gemachte Erfahrungen von anderen. Oder nur durch das Wissen, dass man nicht alleine mit seinen Ängsten, Sorgen und Problemen ist.

Zum Beispiel bei Einsamkeit oder Krankheit. Oder der Krankheit von jemandem aus der Familie. Oder bei Problemen mit Drogen, Alkohol oder Armut. Oder bei wichtigen Veränderungen im Leben.

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die ähnliche Probleme haben. Sie sprechen miteinander und unterstützen sich gegenseitig. Die Gruppe ist ein geschützter Raum, in dem die Teilnehmenden offen über alles reden können, das sie beschäftigt. Gemeinsam suchen sie nach Lösungen.

Selbsthilfegruppen sind dabei kein Ersatz für Fachleute wie Ärztinnen und Ärzte. Sie sind in vielen Fällen aber eine sinnvolle und hilfreiche Ergänzung.

In schweren Zeiten ist es wichtig, dass Menschen einander helfen. Und es braucht Orte, wo Menschen Hilfe bekommen können. Deshalb möchte ich all den Menschen danken, die sich für die Selbsthilfe einsetzen. Ich danke auch dem Selbsthilfezentrum Neukölln und allen, die bei diesem Wegweiser geholfen haben.

*Ihr*

*Hannes Rehfeldt*

*Bezirksstadtrat für Soziales und Gesundheit*



Hannes Rehfeldt, Bezirksstadtrat  
für Soziales und Gesundheit

Foto: fotostudioneukoelln.de / BezirksamtNeukölln

## Inhalt

Vorwort	1
Grußwort des Bezirksstadtrates für Soziales und Gesundheit	3
Inhaltsverzeichnis	4
Legende	8
Selbsthilfezentrum Neukölln – Nord	9
Selbsthilfezentrum – Standortpläne	10-11
Selbsthilfezentrum Neukölln – Süd	12
Selbsthilfe im Gesundheitswesen	13
Gesunde-Städte-Netzwerk	14
Interkulturelle Selbsthilfe in Berlin Neukölln	15
Junge Selbsthilfe in Neukölln	17
<b>Aktivitäten / Freizeit</b>	
Freizeitgruppen	18
Kopfspiele	18
Malgruppe	19
<b>Bürgerschaftliches Engagement</b>	
Netzwerk Ehrenamt	20
Neuköllner EngagementZentrum	20
<b>Gesundheit / Krankheit</b>	
Adipositas	21
Brustkrebs	21
Fibromyalgie & Empowerment für junge Frauen	22
Fibromyalgie Syndrom	22
Gymnastikgruppe Fit und Gesund	23
Herzgruppe	23
Kopfschmerzen	24
Multiple Sklerose-Regionalgruppe	24
Neurologische Funktionsstörungen	25
Osteoporose und Rückenschmerzen I + II	25



## Inhalt

Parkinson	26
Polyneuropathie (PNP)	26
Post Covid	27
Rheumagruppe Neukölln	27
Selbsthilfegruppe Mobilität	28

## Handicap

Elterninitiative behinderter Kinder Berlin Neukölln e.V.	29
Polio Selbsthilfegruppe RG 16 Berlin	29

## Migration

Afghanische Frauengruppe mit Fluchterfahrung	30
Angst und Depression – Gesprächsgruppe für Frauen	30
Angst und Panik türkische Frauen	30
Arabischsprachige Frauengruppe mit Fluchterfahrung	31
Diabetesgruppe für türkische und kurdische Frauen	31
Frauengruppe im Aufbruch e.V.	32
GEZUMI	32
Interkulturelle Gruppe Gelenk- und Rückenschmerzen	33
Interkulturelle Gruppe Neurologische Funktionsstörungen	33
Interkulturelle Selbsthilfegruppe Gesundheit (Begegnungscafé)	34
Interkulturelle Selbsthilfegruppe Gesundheit	34
Junge Selbsthilfegruppe für Sucht	35
Mazedonische Gruppe für Frauengesundheit	35
Selbsthilfegruppe Zwänge	36
Tagesklinik-Gruppe mit Migrationshintergrund	36
Traumatisierte Frauen nach Gewalt	37
Traumatisierung Depression - Refugees Theater Groups	37
Türkische Frauen - Depressionen	38
Türkische Frauengruppe - Depressionen Sichtbar	38
Türkische Frauengruppe Angehörige von Suchterkrankten	39
Übergewichtige Frauen	39
Väter im Aufbruch Neukölln e.V.	40

## Inhalt

### Pflege und pflegende Angehörige

Depressionsgruppe für pflegende Angehörige	41
Gesprächsgruppe für pflegende und sorgende Angehörige	41
Gesprächsgruppe in türkischer Sprache	42
Gropiuscafé	42
Leben mit Trauer	43
Neue Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige	43
Pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten	44
Selbsthilfegruppe für russischsprachige pflegende Angehörige	44
Trauergruppe	45
Türkische Gesangs- und Trommelgruppe für pflegende Angehörige	45

### Psychoziale Themen und psychische Störungen

Ängste und Depressionen „Ich will“	46
Ängste, Panik und soziale Ängste	46
Aktiv und selbstbestimmt mit Depression	47
Angehörige von Menschen mit Depressionen	47
Angehörige von Menschen mit psychischen Krisen in Neukölln	48
Angehörigengruppe von Zwangserkrankten	48
Angst, Depressionen & Achtsamkeit	49
Anorexie/Bulimie/Orthorexie - eine AnaDismissed Gruppe	49
AS rockt – Autismus bei Frauen	50
Bindungsangst verstehen und überwinden	50
Borderline	51
Depressionen – Selbsthilfegruppe für Frauen	51
Depressionen III	52
Depressionsgruppe „Sonnenschein“	52
Gesprächsgruppe für Trauernde	53
Gewaltfreie Kommunikation	53
ImproVisionen	54
Kontaktabbruch zu den Eltern	54

## Inhalt

Männer	55
Panik	55
Patient*innengruppe „Die TK Veteranen“	56
Raus aus der Einsamkeit	56
Raus aus der Falle - Selbsthilfegruppe für Betroffene von narzisstischen und toxischen Beziehungen	57
Redeangst vor Gruppen	57
Soziale Ängste und Depressionen	58
Trialog in Neukölln	58
Ungewollt kinderlos	59
<b>Sucht</b>	
AKB – Anonyme Alkoholkrankenhilfe Berlin e.V.	60
Anderes Leben e.V. - Gruppe Buckow	60
Anonyme Alkoholiker*innen	61
Drogenstop e.V.	61
Guttempler in Deutschland	62
Mediensucht / Online-Gaming	62
Narcotics Anonymous	63
Polnische AA-Gruppe	63
S.L.A.A. - Anonyme Sex- und Liebessüchtige	64
Sober curious - neugierig aufs Nüchtern-Sein	64
<b>Selbsthilfekontaktstellen in Berlin</b>	<b>65</b>
<b>Kontaktstellen PflegeEngagement Berlin</b>	<b>73</b>
<b>Auswahl weiterer Beratungs- u. Informationsadressen</b>	<b>79</b>
<b>Stichwortverzeichnis</b>	<b>82</b>
<b>Impressum</b>	<b>84</b>

## Legende

### Legende

#### Barrierefreiheit



Zugang barrierefrei



Zugang barrierefrei mit Hilfe



Barrierefreies WC



Aufzug vorhanden



Behindertenparkplatz



Zugang zum WC barrierefrei mit Hilfe

#### Gruppen



Kursleiter\*in



Datum/Uhrzeit



Telefonnummer



E-Mail



Webadresse



Ort



Kosten



Anmeldung



Facebook



Instagram









# Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord

## Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord

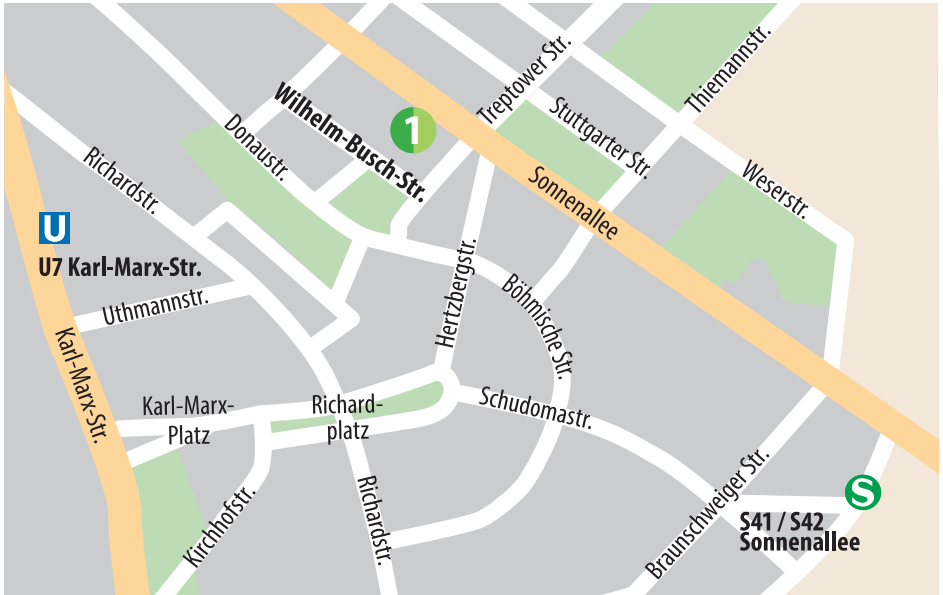


Azra Tatarevic

Svenja Schellenberg

-  im Haus der Vielfalt, Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  030 681 60 64
-  [www.stzneukoelln.de/neukoelln-nord](http://www.stzneukoelln.de/neukoelln-nord)
-  [www.facebook.com/SHZNeukoellnNord](https://www.facebook.com/SHZNeukoellnNord)
-  [@selbsthilfe\\_neukoelln](https://www.instagram.com/selbsthilfe_neukoelln)
-  Sprechzeiten  
Mo 15.00 - 18.00 Uhr, Do 10.00 - 12.00 Uhr
-  Svenja Schellenberg, Azra Tatarevic
-  [schellenberg@sh-stzneukoelln.de](mailto:schellenberg@sh-stzneukoelln.de)  
[tatarevic@sh-stzneukoelln.de](mailto:tatarevic@sh-stzneukoelln.de)

## Lageplan Neukölln-Nord



### Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord

Wilhelm-Busch-Str. 12

### Kontaktstelle PflegeEngagement Neukölln-Nord

Wilhelm-Busch-Str. 12



# Standortpläne

## Lageplan Neukölln-Süd

**Nachbarschaftsarbeit in  
Neukölln Süd mit Nachbar-  
schaftstreff Waschhaus-Café**  
Eugen-Bolz-Kehre 12

**Stadtteilkoordination  
Gropiusstadt**  
Lipschitzallee 63



**Stadtteilzentrum Buckow (5) mit  
Nachbarschaftstreff Buckow (4)**  
Christoph-Ruden-Str. 9  
und Mollnerweg 35

**Kontaktstelle PflegeEngagement (2)  
& Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd (1)**  
Löwensteinring 13 A

**Selbsthilfzentrum  
Neukölln-Süd**  
Lipschitzallee 80

## Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd



Antje Kleibs



Petra Meifert



Lipschitzallee 80, 12353 Berlin



030 605 66 00



[www.stzneukoelln.de/neukoelln-sued](http://www.stzneukoelln.de/neukoelln-sued)



[www.facebook.com/SelbsthilfezentrumNeukoellnSued](https://www.facebook.com/SelbsthilfezentrumNeukoellnSued)



@selbsthilfe\_neukoelln



Sprechzeiten  
Di 10.00 - 13.00 Uhr, Do 13.00 - 17.00 Uhr



Antje Kleibs, Petra Meifert



[kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de](mailto:kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de)  
[meifert@sh-stzneukoelln.de](mailto:meifert@sh-stzneukoelln.de)



## Selbsthilfe im Gesundheitswesen

### Berliner Selbsthilfe-Netzwerk Gesundheit & Soziales

Das Selbsthilfezentrum Neukölln ist Mitglied im Berliner Selbsthilfe-Netzwerk Gesundheit & Soziales (vormals Arbeitskreis SPiG - Selbsthilfefreundlichkeit und Patientenorientierung im Gesundheitswesen). Ziel des Netzwerks ist es, das Thema Selbsthilfefreundlichkeit in Einrichtungen des Gesundheitswesens zu befördern und die Zusammenarbeit zu vertiefen.

Das Netzwerk

- informiert Selbsthilfegruppen über Möglichkeiten der Zusammenarbeit mit Einrichtungen im Gesundheitswesen
- berät Mitarbeiter\*innen in Krankenhäusern, Arztpraxen und Diensten der sozialmedizinischen Versorgung über die Angebote der Selbsthilfe
- stellt nachhaltige Verbindungen zwischen Einrichtungen des Gesundheitswesens und Selbsthilfegruppen her

Es sollen dauerhaft gute Kooperationen zwischen Selbsthilfe-Aktiven und Fachkräften im Gesundheitsbereich wachsen. Von solchen Kooperationen profitieren alle Seiten – die Einrichtung, die Selbsthilfe und vor allem die Patient\*innen sowie deren Angehörige.

- Ärzt\*innen und Pflegekräfte erweitern ihr Handeln durch das Erfahrungswissen der Selbsthilfe
- kooperationsbereite Selbsthilfegruppen werden aktiv unterstützt
- Qualitätskriterien für Selbsthilfefreundlichkeit werden entwickelt



Petra Meifert



030 605 66 00



Di 10.00 Uhr - 13.00 Uhr, Do 13.00 - 17.00 Uhr



meifert@sh-stzneukoelln.de

## Gesunde-Städte-Netzwerk



Das Selbsthilfzentrum Neukölln ist Mitglied im Gesunde-Städte-Netzwerk Deutschland. Die Mitglieder im Gesunde-Städte-Netzwerk wollen gemeinsam die Gesundheit der Menschen in der Stadt verbessern. Dazu arbeiten sie mit Krankenkassen, Arztpraxen und dem Bezirksamt zusammen. Für den


Bezirk Neukölln sind die Abteilung Soziales und Gesundheit des Bezirksamtes Neukölln und das Selbsthilfzentrum im Gesunde-Städte-Netzwerk aktiv.

### Ansprechpartner\*innen:

**Petra Meifert** Selbsthilfzentrum Neukölln

 030 605 66 00

**Judith Kaiser** Bezirksamt Neukölln von Berlin, Planungs- und Koordinierungsstelle Gesundheit

 030 90239 0

## Selbsthilfe Migration

### Kompetenzzentrum für Selbsthilfe und Migration

#### Interkulturelle Selbsthilfe

Haben Sie oder ein\*e Familienangehörige\*r gesundheitliche oder andere Schwierigkeiten? Suchen Sie Hilfe oder Kontakte?

Wir bilden und begleiten Selbsthilfegruppen, auch muttersprachlich und suchen gemeinsam nach Lösungen oder Möglichkeiten.

#### Interkulturalna samopomoc (Text in bosnisch)

Imate li Vi ili neko iz Vaše porodice neku bolest ili druge probleme? Trazite li nekoga ko Vam moze pomoci? Mi pomažemo kod stvaranja i pra\_enja Grupa za samopomoc I tražimo zajedno mogućnosti rješavanja problema. Za razgovor i savjetovanje stoji Vam na raspolaganju.

#### Kültürlerarasi kendi kendine yardım (Text in türkisch)

Sizin veya aile yakınlarınızın sağlık sorunları mi var? Yardıma, iletişime ihtiyacınız mı var? Paylaşılarak yardımla\_maya ne dersiniz? Yardımlasma gruplarının oluşmasında eğitim veriyor, refakat ediyor ve sizinle birlikte sorunlarınıza çözüm arıyoruz. Sizleri grubumuza bekleriz!



Azra Tatarevic, Antje Kleibs, Pervin Tosun

## Kompetenzzentrum für Selbsthilfe und Migration

### Antje Kleibs, Projektkoordinatorin

Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Neukölln-Süd



030 605 66 00



Di 10.00 - 13.00 Uhr



kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de

Als muttersprachliche Ansprechpartnerinnen stehen Ihnen hilfreich zur Seite:



**Azra Tatarevic** (bosnisch, kroatisch, serbisch, deutsch)



030 681 60 64



Di 10.00 - 13.00 Uhr



tatarevic@sh-stzneukoelln.de



Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin



**Pervin Tosun** (türkisch, zaza und deutsch)



030 603 20 22



Fr 13.00 - 17.00 Uhr



tosun@sh-stzneukoelln.de



Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin

Das Kompetenzzentrum Selbsthilfe und Migration wird finanziell gefördert von der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Land Berlin.

## Junge Selbsthilfe



**Hast du es satt, deine Probleme mit dir selbst auszumachen?  
Suchst du Gleichgesinnte, die verstehen, wie es dir geht?**

Selbsthilfe heißt:

- sich mit anderen jungen Menschen zusammensetzen, die verstehen, wovon du redest
- sich gegenseitig zu stärken
- sich in geschützter Atmosphäre auszuprobieren
- und alles, was du selbst daraus machst...

Wir unterstützen dich gerne bei der Gründung einer Gruppe, z.B. zu Themen wie

- **Prokrastination (aufschieben)**
- **chronische Krankheiten**

Unsere Gruppen in Neukölln

- **Fibromyalgie & Empowerment**  
für junge Frauen – online Gruppe
- **soziale Ängste und Depressionen**

**Kontakt: Svenja Schellenberg**

 030 681 60 64

 Mo 15.00 - 18.00 Uhr, Do 10.00 - 12.00 Uhr

 **Neugierig? Links zum Weiterlesen:**





[www.stzneukoelln.de/neukoelln-nord/junge-selbsthilfe](http://www.stzneukoelln.de/neukoelln-nord/junge-selbsthilfe)

 [schellenberg@sh-stzneukoelln.de](mailto:schellenberg@sh-stzneukoelln.de)

## Aktivitäten / Freizeit

### Freizeitgruppen





Singkreis mit Chorleiter, Kartenspielgruppe Canasta, Fahrradgruppe

-  bitte erfragen
-  bitte erfragen
-  Informationen: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Kopfspele

Gedächtnistraining für Senior\*innen





-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  2. + 4. Montag im Monat 13.30 - 15.30 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Aktivitäten / Freizeit

### Malgruppe

Zwei langjährig Malende suchen neue Mitglieder.  
Wer Freude am Malen mit Aquarell- und Pastellfarben hat  
und gerne im Austausch ist, ist herzlich willkommen.

-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  1.+ 3. Freitag im Monat 12.30 - 15.30 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)






## Bürgerschaftliches Engagement

### Netzwerk Ehrenamt

c/o Bürgerzentrum Neukölln

Das Netzwerk Ehrenamt Neukölln ist ein Zusammenschluss gemeinnütziger Organisationen, die sich im Bezirk Neukölln engagieren und sich mit dem Thema „Ehrenamtliches / Freiwilliges Engagement in Neukölln“ beschäftigen.




Neben regelmäßigen Treffen ist das Netzwerk Ehrenamt für die Vergabe der kostenlosen BVG-Tickets für Ehrenamtliche im Bezirk zuständig.

-  Werbellinstr. 42, 12053 Berlin
-  4 bis 5 Mitgliederversammlungen im Jahr (mittwochs) sowie regelmäßige Treffen des Sprecherrates
-  [www.adunare.de/nean](http://www.adunare.de/nean)



### Neuköllner EngagementZentrum

Vermittlung, Beratung, Vernetzung von Ehrenamtlichen, Organisationen und Unternehmen in Neukölln

-  Hertzbergstraße 22 , 12055 Berlin
-  Informationen:  
Olivia Reber, Johanna Sünemann  
Tel 030 32 50 56 84 oder [info@nez-neukoelln.de](mailto:info@nez-neukoelln.de)
-  [www.nez-neukoelln.de](http://www.nez-neukoelln.de)







## Adipositas


Sie haben etwas zu viel auf der Waage und möchten gemeinsam Lösungen und Strategien entwickeln um langfristig ein "leichteres" Leben zu führen? Wir möchten eine Gruppe sein, die sich gegenseitig stützt, aber letztendlich eine Magen OP vermeiden möchte. Die Gruppe spricht deutsch.



 Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin

 dienstags 13.00 - 15.00 Uhr

 Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Brustkrebs

in Gründung


Nach der Diagnose Brustkrebs in den Alltag zurück zu finden ist eine Herausforderung. In der Gruppe wollen wir unsere Erfahrungen und Sorgen teilen und uns als Frauen\*, Eltern, Berufstätige unterstützen.

\*geöffnet auch für Transfrauen



 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 Termin wird mit den Interessentinnen festgelegt.

 Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)





## Fibromyalgie & Empowerment für junge Frauen (18 - 40 Jahre)



### Online-Gruppe

Wir tauschen uns über das alltägliche Leben mit Fibromyalgie aus. Und wir wollen uns gegenseitig unterstützen und stärken sowie gemeinsam Lösungen für die Herausforderungen des Alltags finden. Egal in welcher gesundheitlichen Verfassung Du gerade bist, Du bist herzlich willkommen.







-  online über zoom
-  1. + 3. Mittwoch im Monat 13.30 - 15.00 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Fibromyalgie Syndrom







Austauschtreffen für betroffene Frauen und Männer. Bei uns finden Sie Informationen zur Krankheit, Hilfe bei der Diagnose-Findung, Ansätze zur Bewältigung und Tipps zu passenden Ärzt\*innen.



-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  3. Mittwoch im Monat 16.15 - 18.00 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)





## Gymnastikgruppe “Fit und Gesund”

-  2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  donnerstags 10.00 - 12.00 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Herzgruppe

Sie hatten einen Herzinfarkt oder leiden unter einer anderen Erkrankung des Herzens? In dieser Gruppe können Sie sich mit anderen Betroffenen austauschen.





-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  1. + 3. Montag im Monat 12.00 - 14.00 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Kopfschmerzen

in Gründung




In der Gruppe tauschen wir uns unter Gleichgesinnten über unsere Schmerzerkrankung aus. Wir nehmen uns Raum für unsere Emotionen und unterstützen uns gegenseitig auf dem Weg in ein schmerzfreieres Leben.

-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin  
oder online
-  ab 6 Interessent\*innen, Termin und ob online oder im  
Selbsthilfzentrum wird mit den Interessent\*innen  
besprochen
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Multiple Sklerose-Regionalgruppe

Die Regionalgruppe "Mehr Spaß am Leben" ist eine Gruppe der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft – DMSG LV Berlin e. V.





-  Alt-Buckow 16, 12349 Berlin
-  letzter Donnerstag im Monat 15.00 - 18.00 Uhr
-  Anmeldung:  
per E-Mail an Herrn Hecht, [b.hecht.1959@web.de](mailto:b.hecht.1959@web.de)



## Neurologische Funktionsstörungen

Neurologische Funktionsstörungen sind oft die Folge von Schonhaltung und Immobilität. Das Training in der Gruppe schult die Wahrnehmung des eigenen Bewegungsschemas um Schonhaltungen zu identifizieren und die Mobilität zu verbessern.







-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  mittwochs 11.00 - 12.00 Uhr
-  Anmeldung: Martina Heinrich Tel 03379 20 52 08 oder  
Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de, meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Osteoporose und Rückenschmerzen I + II

fortlaufendes Angebot

Bewegung ist gut für die körperliche und psychische Gesundheit. Trainieren Sie mit und stärken Sie Kraft, Flexibilität und Gleichgewichtssinn.




-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  Osteoporose und Rückenschmerzen I:  
freitags 10.00 - 11.00 Uhr für Seniorinnen  
Osteoporose und Rückenschmerzen II:  
freitags 11.15 - 12.15 Uhr für Frauen ab 50 Jahren
-  Anmeldung: Nives Bercht Tel 030 618 12 14  
oder Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)


## Parkinson


### Stadtteilgruppe Neukölln

- umfassende Informationen zur Erkrankung
- Gesprächspartner mit ähnlichen Erfahrungen
- Halt in schwierigen Situationen
- gemeinsame Lösungsversuche
- Freundschaft und Verständnis

 Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin

 2. + 4. Mittwoch im Monat 13.00 - 15.00 Uhr

 Anmeldung: Frau Wegner Tel 0172 385 14 89 oder  
Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)




## Polyneuropathie (PNP)

PNP ist eine Erkrankung des Nervensystems und kann folgende Symptome aufweisen:

Schwindel/Schwanken, Lauschwierigkeiten,  
Nervenschmerzen, Fallneigung, Taubheitsgefühl, Brennen in  
Händen und Füßen.

In unserer Gruppe in Neukölln können wir gemeinsam lernen, mit dieser Erkrankung umzugehen, Hilfemöglichkeiten zu finden oder/und Unternehmungen durchzuführen.

 Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin

 ab April 2024  
3. Donnerstag im Monat 14.00 - 15.30 Uhr



## Gesundheit / Krankheit

! Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de

www stzneukoelln.de

### Post Covid

in Gründung

Erfahrungsaustausch für Betroffene.  
Wir suchen weitere Teilnehmer und Teilnehmerinnen für die  
Gründung einer Selbsthilfegruppe.



🏠 Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

⌚ ab 6 Interessent\*innen, wöchentlich, vormittags

! Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64, schellenberg@sh-stzneukoelln.de

www stzneukoelln.de



### Rheumagruppe Neukölln

Betroffene mit verschiedenen rheumatischen Erkrankungen  
(z.B. Psoriasis Arthritis, rheumatoide Arthritis, systemischer  
Lupus Erythematodes, Fibromyalgie Syndrom) sind herzlich  
eingeladen.



🏠 Seniorenfreizeitstätte Alt-Rudow  
Alt-Rudow 60 A, 12355 Berlin

⌚ 3. Montag im Monat 18.00 - 20.00 Uhr





! Anmeldung: Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.  
Tel 030 322 90 29 50 oder beratung@rheuma-liga-berlin.de

www.rheuma-liga-berlin.de

**Selbsthilfegruppe Mobilität****Rheuma**

Körperliche Mobilität bis ins hohe Alter ist eine Frage der Haltung und bewahrt uns Lebensqualität und Selbstbestimmung. Wöchentliche Übungen können dabei sehr helfen.






-  **Nachbarschaftstreff Waschhaus-Café  
Eugen-Bolz-Kehre 12, 12351 Berlin**
-  **montags 12.30 - 13.30 Uhr**
-  **Anmeldung: Martina Heinrich Tel 03379 20 52 08 oder  
Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de**
-  **[www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)**



## Handicap

### Elterninitiative behinderter Kinder Berlin Neukölln e.V.





Kinder, Jugendliche und ihre Geschwister musizieren in einem Orchester mit Orff-Instrumenten, wöchentliche Proben und öffentliche Auftritte.

-  Dreieinigkeitskirchengemeinde  
Lipschitzallee 7, 12351 Berlin
-  mittwochs 18.00 - 19.00 Uhr
-  Anmeldung: Peter Renkl  
Tel 0172 303 24 28 oder [peter.renkl@yahoo.de](mailto:peter.renkl@yahoo.de)



### Polio Selbsthilfegruppe RG 16 Berlin

Gespräche, Vorträge, verschiedene Aktivitäten  
Themen: Kuren, Ärzte-Gutachten, Impfungen, Hilfsmittel  
u.a., Publikationen

-  c/o Seniorenheim Haus Rixdorf  
Delbrückstr. 25, 12051 Berlin
-  2. Mittwoch im Monat 14.00 - 16.00 Uhr
-  Anmeldung: Gerd Thiel  
Tel 030 49 87 01 30 oder [gerd-thiel@polio-berlin.de](mailto:gerd-thiel@polio-berlin.de)
-  [www.polio-berlin.de](http://www.polio-berlin.de)







## Migration

### Afghanische Frauengruppe mit Fluchterfahrung

Sprache: Farsi, Dari





Depressionen, Ängste, Gewalterfahrungen

-  Nachbarschaftstreff Buckow  
Mollnerweg 35, 12353 Berlin
-  3. Donnerstag im Monat 14.00 - 16.00 Uhr
-  Anmeldung: Azra Tatarevic  
Tel 030 681 60 64, Di 10.00 - 13.00 Uhr  
tatarevic@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Angst und Depression – Gesprächsgruppe für Frauen

Interkulturelle Selbsthilfegruppe für Frauen

-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  2. Samstag im Monat 16.00 - 18.00 Uhr
-  Anmeldung: Azra Tatarevic  
Tel 030 681 60 64, Di 10.00 - 13.00 Uhr  
tatarevic@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Angst und Panik türkische Frauen




Sprache: Türkisch

Sie leiden unter Ängsten oder Panikattacken? Kommen Sie vorbei und tauschen Sie sich mit anderen Betroffenen aus.

-  2. Standort Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin







## Migration

-  dienstags 9.30 - 11.30 Uhr
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Arabischsprachige Frauengruppe mit Fluchterfahrung

Sprache: Arabisch, Kurdisch

Depressionen, Ängste, Gewalterfahrungen





-  Nachbarschaftstreff Buckow  
Mollnerweg 35, 12353 Berlin
-  4. Freitag im Monat 14.00 - 16.00 Uhr
-  Anmeldung: Azra Tatarevic  
Tel 030 681 60 64, Di 10.00 - 13.00 Uhr  
tatarevic@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Diabetesgruppe für türkische und kurdische Frauen

Sprache: Türkisch, Kurdisch




Austauschtreffen für Frauen mit Diabetes

-  2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  mittwochs 13.00 - 15.00 Uhr
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Migration

### Frauengruppe im Aufbruch e.V.

-  Uthmannstr. 17, 12043 Berlin
-  montags 10.30 - 11.30 Uhr
-  Informationen: Kazim Erdogan  
Tel 030 60 92 81 04 oder Tel 0176 34 92 67 09

### GEZUMI

Peer Support Groups for People with Migration Background






Support group for people with a migration background in English.

Topic: Sharing challenges and joys regarding new life in Berlin. Exchange of tips and recommendations regarding relevant topics (job search, medical help, formalities with immigration authorities, etc.).



Participation in creative exercises to reduce stress - relaxation exercises, creative narrative exercises, self-development exercises.


-  Geko - Stadtteil-Gesundheits-Zentrum Neukölln, Rollbergstraße 30, 12053 Berlin
-  Group 1 Mondays 16.00 - 17.30, 18.30 - 20.00 o'clock
-  Registration:  
Maria Zhiguleva 030 57 70 63 10 or  
mzhiguleva@hudara.org
-  <https://hudara.org/>

## Migration


### Interkulturelle Gruppe Gelenk- und Rückenschmerzen


Gesundheitliche Probleme sind u.a. Rückenschmerzen, Schulter-, Knie-, Hüft- und Gelenkschmerzen.



 2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin

 freitags 13.00 - 14.00 Uhr

 Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)


### Interkulturelle Gruppe Neurologische Funktionsstörungen



Gesundheitliche Probleme sind unter anderem Epilepsie, chronische Kopfschmerzen, Migräne, Parkinson mit beginnender Demenz und Depressionen.

 2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin

 freitags 12.00 - 13.00 Uhr

 Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)


## Migration

### Interkulturelle Selbsthilfegruppe Gesundheit (Begegnungscafé)

Sprachen: deutsch, bosnisch, kroatisch, serbisch, türkisch, arabisch

 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 mittwochs 14.00 - 17.00 Uhr

 Anmeldung: Azra Tatarevic  
Tel 030 681 60 64, Di 10.00 - 13.00 Uhr  
tatarevic@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)




### Interkulturelle Selbsthilfegruppe – Gesundheit

Sprache: Deutsch

Gesundheitliche Probleme im Alter, Osteoporose, Rückenschmerzen, Arthrose, Diabetes.

 Nachbarschaftstreff Waschhaus-Café  
Eugen-Bolz-Kehre 12, 12351 Berlin

 1. + 3. Freitag im Monat 14.00 - 18.00 Uhr

 Anmeldung: Azra Tatarevic  
Tel 030 681 60 64, Di 10.00 - 13.00 Uhr  
tatarevic@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)




## Migration

### Junge Selbsthilfegruppe für Sucht


Sprache: Türkisch und Deutsch

In dieser Gruppe kannst du dich anonym über deine Erfahrungen mit der Sucht austauschen.



 2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin

 1. Sonntag im Monat 16.00 - 18.00 Uhr

 Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Mazedonische Gruppe für Frauengesundheit


Самоиницијативна група на Македонски жени  
на тема здравје-„Невен„

Gesundheitliche Probleme mit Depressionen, Osteoporose, Rückenschmerzen, Arthrose, Diabetes. Wie gehen wir mit den Krankheiten um, wie können wir uns mit dem Tanz und Sport entspannen? Wir können durch unsere Gespräche Erfahrungen austauschen und mehr Selbstsicherheit gewinnen.



 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 bitte erfragen

 Anmeldung: Azra Tatarevic  
Tel 030 681 60 64, Di 10.00 - 13.00 Uhr  
tatarevic@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)





## Migration

### Selbsthilfegruppe Zwänge

Sprache: Türkisch

verschiedene Zwänge wie Waschzwang, Putzzwang, Kontrollzwang etc.







-  2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  2. Samstag im Monat 11.00 - 13.00 Uhr
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Tagesklinik-Gruppe mit Migrationshintergrund

Sprache: Türkisch

Die Teilnehmerinnen der Selbsthilfegruppe sind Frauen (ehemalige Patientinnen) aus den Neuköllner Tageskliniken. Sie befassen sich mit dem Krankheitszeichen Ängste, tiefe Depression und dem Verlust des Selbstwertgefühls.



-  2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  1. + 4. Donnerstag im Monat 14.30 - 15.30 Uhr
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)







## Migration

### Traumatisierte Frauen nach Gewalt

Sprache: Türkisch

Im geschützten Rahmen tauschen wir uns aus und geben uns Halt.






-  2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  2. Donnerstag im Monat 12.30 - 14.30 Uhr
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Traumatisierung Depression

Refugees Theater Groups

Traumata, Integrationskurs, Schule und Ausbildung, Moderne Sklaverei, Rassismus, Ausländerbehörden usw.




-  ORI - Projektraum  
Friedelstr. 8, 12047 Berlin
-  sonntags 15.00 - 18.00 Uhr
-  Informationen: Roland Soumagno-II  
Tel 0163 139 49 45 oder Tel 0157 50 32 02 44

## Migration


### Türkische Frauen - Depressionen

Wir sprechen u.a. über Depressionen, Diabetes, Krebs, Wechseljahre, gesellschaftspolitische Belange. Wir möchten auch öffentlich sichtbar sein und auf uns und unsere Situation aufmerksam machen.



 Café Berk  
Ritterstraße 45, 10969 Berlin oder  
2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln- Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin

 2. Sonntag im Monat 14.00 - 17.00 Uhr


 Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)


### Türkische Frauengruppe - Depressionen "Sichtbar"

offenes Treffen für türkische Frauen  
Weitere Gesprächsthemen, Schwerpunkt: chronische  
Schmerzen, Diabetes, Krebskrankheiten und Menschen mit  
Dialyse



 Treffpunkt Koldere  
Haarlemer Str. 72, 12359 Berlin

 mittwochs 10.00 - 13.00 Uhr

 Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)







## Migration

### Türkische Frauengruppe Angehörige von Suchterkrankten



Angehörigengruppe Suchterkrankter (diverse Süchte)  
Bagimlinin aile fertler grubu (cesitli bagimliklar).





-  2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  3. Freitag im Monat 10.00 - 12.00 Uhr
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Übergewichtige Frauen



Sprache: Türkisch

Zusammen ist alles leichter, auch das Abnehmen. Gemeinsam arbeiten wir Schritt für Schritt an unserem Gewicht.

-  2. Standort Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  mittwochs 15.00 - 17.00 Uhr
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Fr 13.00 - 17.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Migration

### Väter im Aufbruch Neukölln e.V.



Uthmannstr. 17, 12043 Berlin



montags 18.00 - 19.30 Uhr (türkisch)



Informationen: Kazim Erdogan

Tel 030 60 92 81 04 oder Tel 0176 34 92 67 09





## Pflege und pflegende Angehörige

### Depressionsgruppe für pflegende Angehörige

Sprache: Türkisch

Interkulturelle Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige mit Depressionen.







-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  Termine bitte erfragen.
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Mo 11.00 - 13.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Gesprächsgruppe für pflegende und sorgende Angehörige

in Gründung

Die Gesprächsgruppe bietet pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, sich offen über ihre Erfahrungen auszutauschen. Sie können Tipps weitergeben, über Probleme sprechen und gemeinsam Lösungen finden. Die Treffen finden statt, sobald genügend Anmeldungen vorliegen.



-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  1. Mittwoch im Monat 11.00 - 12.30 Uhr
-  Anmeldung: Janine Bernard  
Tel 030 603 20 22  
bernard@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)





## Pflege und pflegende Angehörige

### Gesprächsgruppe in türkischer Sprache

in Gründung

türkischsprachige Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten







-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  bitte erfragen
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Mo 11.00 - 13.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Gropiuscafé

Selbsthilfegruppe für pflegende und sorgende Angehörige  
(auch von Menschen mit Demenz)







-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  2. Mittwoch im Monat 12.00 - 13.30 Uhr
-  Anmeldung: Janine Bernard  
Tel 030 603 20 22  
bernard@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Pflege und pflegende Angehörige

### Leben mit Trauer

Sie haben einen Menschen verloren? Vor kurzem oder vor längerer Zeit? In der Gruppe können Sie Verständnis und Halt finden, Reden, Schweigen, Lachen, Weinen und gemeinsam etwas unternehmen. Sie sind in Ihrer Trauer nicht allein.





-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  1. Dienstag im Monat 18.00 - 20.00 Uhr
-  Anmeldung: Veronika Kossakowski  
Tel 030 681 60 62, Do 10.00 - 13.00 Uhr  
kossakowski@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Neue Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige

in Gründung

Wir pflegen unsere Angehörigen und möchten uns über unsere Herausforderungen austauschen. Wir teilen unsere Erfahrungen und die besonderen Momente miteinander, kommen auf neue Ideen, tanken Kraft und machen uns Mut, weiterzumachen.

-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  bitte erfragen
-  Anmeldung: Veronika Kossakowski  
Tel 030 681 60 62, Do 10.00 - 13.00 Uhr  
kossakowski@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)







## Pflege und pflegende Angehörige

### Pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten

Sie pflegen eine demenziell erkrankte Person. Wir auch. Wir wollen uns dazu austauschen und uns gegenseitig unterstützen.






-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  3. Dienstag im Monat ab 17.15 Uhr
-  Anmeldung: Janine Bernard  
Tel 030 603 20 22, Di 10.00 - 13.00 Uhr  
bernard@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Selbsthilfegruppe für russischsprachige pflegende Angehörige

Austausch in russischer Sprache



-  Ev. Kirchengemeinde in der Gropiusstadt  
Joachim-Gottschalk-Weg 41, 12353 Berlin
-  2. Mittwoch im Monat 14.00 - 16.00 Uhr
-  Anmeldung: Helena Miller Tel 0163 550 68 35









## Pflege und pflegende Angehörige

### Trauergruppe

Ein wichtiger Mensch ist gegangen. Wir wollen uns darüber austauschen.







-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  1. + 3. Mittwoch im Monat 10.00 - 12.00 Uhr
-  Anmeldung: Veronika Kossakowski  
Tel 030 681 60 62, Do 10.00 - 13.00 Uhr  
kossakowski@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Türkische Gesangs- und Trommelgruppe für pflegende Angehörige





Türkische Gesangs- und Trommelgruppe für pflegende Angehörige



-  Kontaktstelle PflegeEngagement-Süd  
Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  bitte erfragen
-  Anmeldung: Pervin Tosun  
Tel 030 603 20 22, Mo 10.00 - 13.00 Uhr  
tosun@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Ängste und Depressionen „Ich will“

Sie fühlen sich niedergeschlagen und antriebslos? Sie leiden unter Ängsten und Depressionen und suchen den Austausch mit anderen Betroffenen? Dann kommen Sie in die Selbsthilfegruppe „Ich will“.





-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  donnerstags 16.00 - 17.30 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Ängste, Panik und soziale Ängste

20 - 50 Jahre

Wir möchten uns austauschen und gemeinsam herausfinden, wie wir uns gegenseitig unterstützen können oder Strategien entwickeln/weitergeben, in unserer Lebenssituation mit den Ängsten leben zu können.





-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  montags 18.30 - 20.00 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Psychosoziale Themen und psychische Störungen

### Aktiv und selbstbestimmt mit Depression





Welche Auswirkungen hat die Depression auf unser Leben und was ist uns wichtig, z.B. Berufsleben, Arbeitslosigkeit, Partnerschaft, Einsamkeit. Wir wollen eingefahrene Denk- und Verhaltensweisen verändern und den Weg zu einem aktiven, selbstbestimmten Leben finden.

-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  2. + 4. Mittwoch im Monat 19.00 - 21.00 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Angehörige von Menschen mit Depressionen

Unsere Partner\*innen bzw. Freund\*innen leiden seit längerer Zeit unter Depressionen und Ängsten. Austausch über Unterstützungsmöglichkeiten, Umgang mit Krisen und notwendige Abgrenzung.





-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  2. Dienstag im Monat 18.00 - 20.00 Uhr  
(September - April 2. + 4. Dienstag)
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Angehörige von Menschen mit psychischen Krisen in Neukölln

Ein Mensch, der Ihnen wichtig ist, erlebt psychische Krisen? Sie machen sich Gedanken, was mit Ihrer Partner\*in, Ihrem Bruder, Ihrer Tochter, Ihrer Mutter oder Ihrem Mitbewohner\*in los ist und was Sie tun können? Fühlen Sie sich hilflos und fragen sich, was Sie dem Anderen und was sich selbst zumuten können? Wir bieten einen Ort zum Reden und Austauschen. Hier können Sie über alles sprechen: Ihre Sorgen, Ihren Ärger, Ihre Enttäuschung oder Ihre Trauer.







-  Nachbarschaftstreff Schillerkiez  
Mahlower Str. 27, 12049 Berlin
-  4. Donnerstag im Monat 17.00 - 18.30 Uhr
-  Anmeldung: Torsten Hill, Nachbarschaftstreff Schillerkiez  
Tel 0175 339 28 32 oder [selbsthilfe@diehills.de](mailto:selbsthilfe@diehills.de)
-  [www.apk-berlin.de](http://www.apk-berlin.de)

### Angehörigengruppe von Zwangserkrankten

Wenn Zwänge den Alltag bestimmen, ist das Zusammenleben erschwert. Für die Angehörigen sind Möglichkeiten zum regelmäßigen Austausch und zur gegenseitigen Hilfestellung ebenso wichtig wie für die Betroffenen.






-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  1. Donnerstag im Monat 17.00 - 19.00 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
[schellenberg@sh-stzneukoelln.de](mailto:schellenberg@sh-stzneukoelln.de)
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Psychosoziale Themen und psychische Störungen

### Angst, Depressionen & Achtsamkeit

In der Gruppe möchten wir uns über Depressionen, Angst und Achtsamkeit austauschen.

Teile deine Erfahrungen, triff Menschen, denen es ähnlich geht wie dir, sei unter Gleichgesinnten und schöpfe dadurch neue Hoffnung.





-  Café Praxis  
Rollbergstr. 30, 12053 Berlin
-  1. + 3. Donnerstag im Monat 17.30 - 19.00 Uhr
-  Anmeldung: Sabrina  
depressionangstachtsamkeit@gmail.com  
Informationen: Tel 030 23 57 25 27



### Anorexie/Bulimie/Orthorexie – eine AnaDismissed Gruppe

für alle Altersgruppen, alle Formen der Essstörung und alle Geschlechter

Wir wollen uns von unseren Essstörungen verabschieden. Dazu sprechen wir über unsere verschiedenen Essstörungen, unsere aktuellen und alltäglichen Probleme. Und tauschen uns zu Fortschritten, Erfolgen und positiven Erlebnissen aus. Wir wollen uns auf dem Weg zu einem gesunden Leben unterstützen.

-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  1. + 3. Sonntag im Monat 17.00 - 18.30 Uhr
-  Anmeldung: Lea Gericke  
Tel 0172 165 01 15  
info@ana-dismissed.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)







## AS rockt

Autismus bei Frauen - Störung oder Superkraft?

Autismus ist viel mehr als eine Störung.  
Selbsthilfegruppe für ressourcenorientierten  
Erfahrungsaustausch autistischer Frauen.







-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  1. + 3. Dienstag im Monat 18.00 - 20.00 Uhr
-  Anmeldung: Gruppenansprechperson Valerija Seefeld  
E-Mail: [shg.as.rockt@gmail.com](mailto:shg.as.rockt@gmail.com)  
Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Tel 030 605 66 00  
[kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de](mailto:kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de)  
[meifert@sh-stzneukoelln.de](mailto:meifert@sh-stzneukoelln.de)
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Bindungsangst verstehen und überwinden

In dieser Gruppe wollen wir uns

- über unsere Beziehung austauschen
- uns gegenseitig mit Empathie und Ehrlichkeit spiegeln
- uns dabei unterstützen unsere Beziehungen zu erhalten  
und zu entwickeln.







-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  1. + 3. + 5. Donnerstag im Monat 19.30 - 21.00 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
[schellenberg@sh-stzneukoelln.de](mailto:schellenberg@sh-stzneukoelln.de)
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Psychosoziale Themen und psychische Störungen

### Borderline

für Betroffene, Angehörige und Interessierte

Zwischenmenschliche Beziehungen sind eine der größten Herausforderungen für Borderline-Betroffene und deren Partner\*innen, Familie, eigene Kinder. Hier wollen wir unterstützen, zur Seite stehen und gemeinsam an den Problemen arbeiten.





-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  4. Donnerstag im Monat 19.00 - 20.30 Uhr
-  Anmeldung: [info@drahtseiltanz.de](mailto:info@drahtseiltanz.de)
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Depressionen

Selbsthilfegruppe für Frauen





In der Gruppe wollen wir uns unter Gleichgesinnten über unsere Depressionen austauschen.  
Wir wollen gemeinsam nach Wegen aus der Depression und einem heilsamen Umgang damit suchen.

-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  wöchentliche Treffen, tagsüber in der Woche, Termin wird ab 6 Interessentinnen festgelegt
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
[schellenberg@sh-stzneukoelln.de](mailto:schellenberg@sh-stzneukoelln.de)
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Depressionen III

Sie fühlen sich niedergeschlagen und antriebslos? In der Gruppe treffen Sie andere Betroffene und können sich über Ihre Situation austauschen.





-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  donnerstags 18.00 - 19.30 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Depressionsgruppe „Sonnenschein“

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen und Ängsten

Sie fühlen sich niedergeschlagen und antriebslos? In der Gruppe treffen Sie andere Betroffene und können sich über Ihre Situation austauschen.

-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  montags 17.00 - 18.30 Uhr  
(im Winter: 16.00 - 17.30 Uhr)
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)









## Psychosoziale Themen und psychische Störungen

### Gesprächsgruppe für Trauernde

Mit der Trauer nicht allein bleiben, sondern sich mit anderen Menschen in einer ähnlichen Situation austauschen.



-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  2. + 4. Freitag im Monat 13.00 - 15.00 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)







### Gewaltfreie Kommunikation

Übungsgruppe

Die „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg kann uns helfen, friedvoller und lebendiger miteinander zu leben. Nach Innen in Verbindung mit den eigenen Gefühlen und Bedürfnissen. Nach Außen in Verbindung mit anderen Menschen. Mit dieser Gruppe schaffen wir einen Raum für gemeinsames Üben und Austausch.



-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  1. + 3. Montag im Monat 18.00 - 19.30 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Psychosoziale Themen und psychische Störungen


### ImproVisionen


Improvisationstheater für Menschen mit Ängsten und Depressionen

Mit Hilfe der erprobten Techniken des Improtheaters bekämpfen wir unsere Ängste, Zwänge oder Depressionen. Spielerisch lernen wir dabei besser mit belastenden oder angstausslösenden Situationen des Alltags umzugehen.

 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 sonntags 16.00 - 18.00 Uhr

 Anmeldung: Svenja Schnellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)





### Kontaktabbruch zu den Eltern

Austausch von Erfahrungen und Gefühlen, Suche nach Strategien zum Umgang mit der Situation

 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 1. + 3. Samstag im Monat 12.00 - 13.30 Uhr

 Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Psychosoziale Themen und psychische Störungen

### Männer

Austausch mit anderen Männern über persönliche Themen, z.B.:

- Umgang mit Belastungen und Krisen
- den gewandelten Rollenerwartungen als Mann
- Leben in einer männerdominierten Gesellschaft
- eigene Bedürfnisse, Unsicherheiten und Ängste
- Wahrung von Grenzen und das Vermeiden von schädlichem oder rücksichtslosem Verhalten

Ziel ist gemeinsam an einem veränderten Umgang mit sich und einander zu arbeiten.



Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin



1. + 3. Dienstag im Monat 18.00 - 19.40 Uhr



Anmeldung: Svenja Schellenberg, Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de



[www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



### Panik

“Das Gefühl eine Panikattacke zu erleben, können Außenstehende nicht verstehen.”

In einer Gruppe von Betroffenen werden wir verstanden, können uns unterstützen und Wissen/Erfahrungen austauschen.



Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin



2. + 4. Montag im Monat 17.00 - 18.30 Uhr



Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de



[www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)




## Psychosoziale Themen und psychische Störungen

### Patient\*innengruppe “Die TK Veteranen”


Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Störungen, möglichst mit Tagesklinik-Erfahrung




 Selbsthilfzentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin



 freitags 19.00 - 21.00 Uhr

 Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de  
meifert@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)


### Raus aus der Einsamkeit

In der Selbsthilfegruppe werden wir durch Erfahrungs- und Informationsaustausch unser Vertrauen aufbauen, Einsamkeit und Isolation überwinden und uns gegenseitig helfen, zusammen einkaufen oder spazieren gehen. Wir können an Selbstständigkeit gewinnen, uns gegenseitig ermutigen und aus der Gruppe in die Gesellschaft hinaustreten.



 Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 1. + 3. Dienstag im Monat 15.00 - 17.00 Uhr

 Anmeldung: Azra Tatarevic  
Tel 030 681 60 64, Di 10.00 - 13.00 Uhr  
tatarevic@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Psychosoziale Themen und psychische Störungen

### Raus aus der Falle - Selbsthilfegruppe für Betroffene von narzisstischen und toxischen Beziehungen


In der Partnerbeziehung, in der Familie, im Arbeitsumfeld oder Freundeskreis, überall finden sich zwischenmenschlich destruktive und narzisstische Beziehungen.


Die Gruppe bietet Betroffenen die Möglichkeit zum Austausch und einen Raum, in dem sie sich verstanden und wertgeschätzt fühlen können.



 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 1. + 3. Mittwoch im Monat 19.00 - 20.30 Uhr

 Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)


### Redeangst vor Gruppen

Wir trainieren das Sprechen vor einer Gruppe. Fehler machen, „peinlich“ sein, ist in Ordnung. Jede\*r bringt sich in die Gruppe ein.



 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 2. Donnerstag im Monat 19.30 - 21.00 Uhr

 Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de





 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Soziale Ängste und Depressionen

Gruppe für junge Erwachsene

Die Gruppe ist eine Gesprächsrunde zum gemeinsamen Austausch von eigenen Erfahrungen mit Sozialen Ängsten und Depressionen.

Die Gruppe richtet sich an junge Erwachsene. Wenn du dich davon angesprochen fühlst (egal ob du nun 18 oder 40 bist), melde dich gerne einfach an.

-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  2. + 4. Dienstag im Monat 19.00 - 20.30 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)







## Trialog in Neukölln

Der Neuköllner Trialog soll ein Ort des freien Gesprächs sein, zwischen Menschen mit seelischen Krisen-/ Genesungserfahrungen, Angehörigen und Professionellen aus psychosozialen Einrichtungen. Er eröffnet die Chance, sich über persönliche Erfahrungen und Sichtweisen auszutauschen, sich zu begegnen und miteinander zu lernen. Gleichzeitig geht es um die Bedingungen im Hilfesystem, vor allem in der Psychiatrie, und die Voraussetzungen eines gelingenden Lebens. Dabei ist auch Raum für Visionen und das gemeinsame Nachdenken über Alternativen – im Kleinen wie im Großen.

Bei den einzelnen Treffen gibt es jeweils ein vorher vereinbartes Leitthema. Die Themen werden immer gemeinsam am Jahresende für das folgende Jahr abgestimmt.



## Psychosoziale Themen und psychische Störungen

-  Rathaus Neukölln  
Karl-Marx-Straße 83, 12043 Berlin
-  3. Montag im Monat 18.00 - 20.00 Uhr  
(Sommerpause im Juli/August)
-  Informationen: Tel 030 130 14 34 42
-  <https://www.trialog-psychoseseminar.de/seminare/trialog-in-neukoelln/>

### Ungewollt kinderlos





unerfüllter Kinderwunsch



Wir sind eine offene Gruppe verschiedener Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch.

Hier finden wir offene Ohren und Verständnis für Erlebnisse und Gefühle rund um das Thema. Wir möchten uns gegenseitig unterstützen in der Weiterentwicklung unseres Lebens ohne Kind. Komm gern vorbei, wir freuen uns dich kennenzulernen!



-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  3. Donnerstag im Monat 19.00 - 21.30 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
[schellenberg@sh-stzneukoelln.de](mailto:schellenberg@sh-stzneukoelln.de)
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Sucht


### AKB – Anonyme Alkoholkrankenhilfe Berlin e.V.


Die Anonyme Alkoholkrankenhilfe Berlin e.V. ist eine Gemeinschaft von alkohol- und medikamentenabhängigen Frauen und Männern, die gemeinsam versuchen, ihre Suchtprobleme zu lösen und anderen zu helfen, einen Weg aus ihrer Abhängigkeit zu finden.



 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin

 sonntags 10.00 - 12.00 Uhr

 Information: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de

 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

### Anderes Leben e.V. - Gruppe Buckow


Anderes Leben e.V. ist ein Selbsthilfeverein für suchtkranke Menschen und deren Angehörige.




Sucht, Alkohol, Drogen, Medikamente, nicht stoffliche Suchtmittel und damit verbundene psychische Erkrankungen (z.B. Depressionen).



Seit 2011 besteht unser Selbsthilfeverein nach dem Grundprinzip – von Betroffenen für Betroffene! Unsere Gruppen sind Dialoggruppen und offen für alle Besucher\*innen.

 Nachbarschaftstreff Buckow  
Mollnerweg 35, 12353 Berlin

 montags 18.30 - 20.30 Uhr

 Informationen:  
per E-Mail an [Oliver.webmaster@Anderes-Leben-Berlin.de](mailto:Oliver.webmaster@Anderes-Leben-Berlin.de)  
Helmut Tel 0152 08 29 60 39





 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Sucht

### Anonyme Alkoholiker\*innen

Alkoholsucht, Rückfall und Therapie, Angehörige





-  bitte erfragen
-  bitte erfragen
-  Informationen: Tel 030 66 68 92 21
-  [www.kirche-in-der-gropiusstadt.de](http://www.kirche-in-der-gropiusstadt.de)

### Drogenstop e.V.

Wir bieten an:

Ein neues, verantwortungsbewusstes Leben mit Selbständigkeit und Selbstvertrauen, die gemeinsame Suche nach Wegen in eine zufriedene alkohol- und drogenfreie Zukunft, gegenseitige Unterstützung um trocken zu werden und trocken zu bleiben, die Chancen einer Wiedereingliederung in die Sozialgemeinschaft.



-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  freitags 19.00 - 21.00 Uhr gerade Kalenderwochen
-  Information: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
[schellenberg@sh-stzneukoelln.de](mailto:schellenberg@sh-stzneukoelln.de)
-  [www.drogenstop.de](http://www.drogenstop.de)

## Sucht





### Guttempler in Deutschland



Guttempler Landesverband Berlin-Brandenburg e.V.

Alkohol, Medikamente, Drogen, Beratung, Kontaktstelle, Gesprächsgruppen.

In Neukölln 8 Gemeinschaften, jede Woche unterschiedliche Anfangszeiten

-  Wildenbruchstr. 80, 12045 Berlin
-  Termine und Orte finden Sie auf der Homepage oder können Sie telefonisch erfragen.
-  Informationen: Tel 030 68 23 76 20 und Tel 030 68 23 76 21 (rund um die Uhr)  
info@guttempler-berlin.com
-  www.guttempler-berlin.com





### Mediensucht / Online-Gaming



Du hast die Kontrolle über deine Mediennutzung oder dein Gamingverhalten verloren und verbringst Tage und Nächte vor Bildschirmen?

In dieser Gruppe arbeiten wir im offenen und ehrlichen Gespräch daran, wieder die Kontrolle über unsere Mediennutzung und Games zurückzuerlangen. Wir entwickeln und besprechen zusammen Sicherungsmaßnahmen, um mentale Balance und Selbstwirksamkeitsereignisse zu erwirken. Together we get back on track!



-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  dienstags 19.00 - 20.30 Uhr
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  www.stzneukoelln.de

# Sucht





## Narcotics Anonymous

Berliner Gemeinschaft, NASKB e.V.



anonyme, spirituelle Suchtselbsthilfe nach den 12 Schritten und 12 Traditionen von Süchtigen für Süchtige







-  Wir sind in vielen unterschiedlichen Einrichtungen als Nutzer integriert, die wenigsten davon sind baurechtlich vollkommen barrierefrei, oftmals jedoch auch für Menschen mit Gehbehinderung leicht zugänglich. Auch auf unseren Raum am Franz-Mehring-Platz 1 trifft das zu, hier finden mehrere Meetings statt.
-  derzeit 82 Präsenzmeetings in Berlin und Umland laut Liste: <https://na-berlin.de/meetings/praesenz-meetings/> derzeit 26 Online-Meetings der Berliner Gemeinschaft laut Liste: <https://na-berlin.de/meetings/online-meetings/>
-  Informationen: Tel 0800 44 533 62 oder [info@na-berlin.de](mailto:info@na-berlin.de)
-  [www.na-berlin.de](http://www.na-berlin.de)

## Polnische AA-Gruppe

Alkoholsucht, Rückfall, Angehörige



-  Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
-  sonntags 16.00 - 18.00 Uhr
-  Anmeldung: Tel 030 605 66 00  
[kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de](mailto:kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de)  
[meifert@sh-stzneukoelln.de](mailto:meifert@sh-stzneukoelln.de)
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)



## Sucht





### S.L.A.A. - Anonyme Sex- und Liebessüchtige

Genesung von der Sex- und Liebesmagersucht



Wege aus der sexuellen, sozialen und emotionalen Isolation zu finden ist eine Herausforderung. In der Gruppe teilen wir dazu unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung. Mit den Werkzeugen des S.L.A.A.-Programms unterstützen wir uns gegenseitig dabei, immer mehr sexuelle, soziale und emotionale Zuwendung zu geben und zu empfangen.



-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  freitags 18.00 - 19.00 Uhr
-  Informationen: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)





### Sober curious - neugierig aufs Nüchtern-Sein

Gruppe in Gründung









Diese Gruppe beleuchtet die Wirkung legaler Sucht- und Nahrungsmittel wie Alkohol und Zucker und unterstützt unsere Motivation herauszufinden wer wir sind und werden, wenn wir aus ihrem Schatten treten.



-  Selbsthilfzentrum Neukölln-Nord  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  ab 6 Interessent\*innen
-  Anmeldung: Svenja Schellenberg  
Tel 030 681 60 64  
schellenberg@sh-stzneukoelln.de
-  [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

## Selbsthilfekontaktstellen

### Buch

- 
 Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum im Bucher  
 Bürgerhaus  
 Franz-Schmidt-Str. 8-10 (1. OG)  
 13125 Berlin
- 
 0162 529 34 58
- 
[www.selbsthilfe-nord.berlin](http://www.selbsthilfe-nord.berlin)  
[www.albatrosgmbh.de](http://www.albatrosgmbh.de)
- 
 Sprechzeiten: Mo 15.00 - 18.00 Uhr, Fr 10.00 - 13.00 Uhr,  
 sowie nach Vereinbarung
- 
 Julia Scholz, Anna Hartkopp
- 
[selbsthilfeinbuch@albatrosgmbh.de](mailto:selbsthilfeinbuch@albatrosgmbh.de)



### Friedrichshain-Kreuzberg







- 
 Boxhagener Str. 89, 12045 Berlin
- 
 030 291 83 48  
 Mobil / WhatsApp 0151 18 08 88 61
- 
[www.selbsthilfe-treffpunkt.de](http://www.selbsthilfe-treffpunkt.de)
- 
 Sprechzeiten: Di 10.00 - 13.00 Uhr, Mi 15.00 - 18.00 Uhr,  
 Do 13.00 - 18.00 Uhr, Fr 10.00 - 13.00 Uhr
- 
 Dr. Konstantin Ingenkamp, Diana Eulau
- 
[info@selbsthilfe-treffpunkt.de](mailto:info@selbsthilfe-treffpunkt.de)



## Selbsthilfekontaktstellen

### Lichtenberg







#### Synapse

-  Haus der Kiezspinne  
Schulze-Boysen-Str. 38, 10365 Berlin
-  030 55 49 18 92
-  [www.selbsthilfe-lichtenberg.de](http://www.selbsthilfe-lichtenberg.de)
-  Sprechzeiten: Mo 13.00 - 17.00 Uhr,  
Di 13.00 - 16.00 Uhr, Do 10.00 - 12.00 Uhr
-  Dagmar Buresch, Jenny Schmithals
-  [selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de](mailto:selbsthilfe.synapse@kiezspinne.de)









### Lichtenberg-Hohenschönhausen

#### Horizont

-  Ahrenshooper Str. 5, 13051 Berlin
-  030 962 10 33
-  [www.selbsthilfe-lichtenberg.de](http://www.selbsthilfe-lichtenberg.de)
-  Sprechzeiten: Di 14.00 - 18.00 Uhr, Mi 14.00 - 17.00 Uhr,  
Do 10.00 - 14.00 Uhr
-  Eileen-M. Rohrbeck, Melanie Gumz, Tanja Salzmann
-  [info@selbsthilfe-lichtenberg.de](mailto:info@selbsthilfe-lichtenberg.de)







## Selbsthilfekontaktstellen

### Marzahn-Hellersdorf

-  Alt-Marzahn 59, 12685 Berlin
-  030 542 51 03
-  [www.wuhletal.de](http://www.wuhletal.de)
-  Sprechzeiten: Mo 13.00 - 17.00 Uhr, Di 15.00 - 19.00 Uhr, Fr 9.00 - 13.00 Uhr und nach Vereinbarung
-  Tilmann Pfeiffer, Aimée Angermeyer, Diana Krasnov
-  [selbsthilfe@wuhletal.de](mailto:selbsthilfe@wuhletal.de)




### Mitte

-  Selbsthilfe- Kontakt- und Beratungsstelle Mitte  
StadtRand gGmbH  
Perleberger Str. 44, 10559 Berlin
-  030 394 63 64
-  [www.stadtrand-berlin.de](http://www.stadtrand-berlin.de)
-  Sprechzeiten: Mo + Di 10.00 - 14.00 Uhr, Do 14.00 - 18.00 Uhr
-  Lisa Schunke, Birgit Sowade
-  [kontakt@stadtrand-berlin.de](mailto:kontakt@stadtrand-berlin.de)



## Selbsthilfekontaktstellen

### Neukölln-Nord


 Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord im Haus der Vielfalt  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin




 030 681 60 64




 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

 Sprechzeiten: Mo 15.00 - 18.00 Uhr, Do 10.00 - 12.00 Uhr


 Svenja Schellenberg, Azra Tatarevic

 [schellenberg@sh-stzneukoelln.de](mailto:schellenberg@sh-stzneukoelln.de)  
[tatarevic@sh-stzneukoelln.de](mailto:tatarevic@sh-stzneukoelln.de)

### Neukölln-Süd


 Selbsthilfezentrum Neukölln-Süd  
Lipschitzallee 80, 12353 Berlin




 030 605 66 00



 [www.stzneukoelln.de](http://www.stzneukoelln.de)

 Sprechzeiten: Di 10.00 - 13.00 Uhr, Do 13.00 - 17.00 Uhr

 Antje Kleibs, Petra Meifert

 [kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de](mailto:kleibs.sued@sh-stzneukoelln.de)  
[meifert@sh-stzneukoelln.de](mailto:meifert@sh-stzneukoelln.de)



## Selbsthilfekontaktstellen

### Pankow

KIS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe

 c/o Stadtteilzentrum Pankow  
Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin

 030 499 87 09 10

 [www.kis-pankow.de](http://www.kis-pankow.de)

 Sprechzeiten: Mo + Mi 15.00 - 18.00 Uhr, Do 10.00 - 13.00 Uhr

 Ben Neirich, Julia Putfarcken, Kerstin Kunze

 [kis@hvd-bb.de](mailto:kis@hvd-bb.de)




### Reinickendorf

 Eichhorster Weg 32, 13435 Berlin

 030 416 48 42

 [www.unionhilfswerk.de/selbsthilfe](http://www.unionhilfswerk.de/selbsthilfe)

 Sprechzeiten: Di 14.00 - 17.00 Uhr,  
Do 14.00 - 18.00 Uhr, Fr 11.00 - 14.00 Uhr

 Susanne Kühle, Adelina Koch, Ina Steinbach

 [selbsthilfezentrum@unionhilfswerk.de](mailto:selbsthilfezentrum@unionhilfswerk.de)



### SEKIS Selbsthilfe-Kontakt- und Informationsstelle Berlin

 Bismarckstr. 101, 10625 Berlin

 030 89 02 85 31

 [www.sekis-berlin.de](http://www.sekis-berlin.de)

 Sprechzeiten: Mo 10.00 - 14.00 Uhr,  
Di 12.00 - 16.00 Uhr, Do 14.00 - 18.00 Uhr







 Ella Wassink, Johanna Schittkowski

 [sekis@sekis-berlin.de](mailto:sekis@sekis-berlin.de)



## Selbsthilfekontaktstellen







### Selbsthilfe-Kontakt- und Informationsstelle Charlottenburg-Wilmersdorf

-  c/o SEKIS Selbsthilfe-Kontakt- und Informationsstelle Berlin  
Bismarckstr. 101, 10625 Berlin
-  030 89 02 85 38
-  [www.selbsthilfe-charlottenburg-wilmersdorf.de](http://www.selbsthilfe-charlottenburg-wilmersdorf.de)
-  Sprechzeiten: Mo 10.00 - 14.00 Uhr, Di 12.00 - 16.00 Uhr,  
Do 14.00 - 18.00 Uhr
-  Daniel Jux, Johann Christoph Maass
-  [selbsthilfe@sekis-berlin.de](mailto:selbsthilfe@sekis-berlin.de)



### Spandau







#### Selbsthilfetreffpunkt Mauerritze

-  c/o Kulturhaus Spandau  
Mauerstr. 6, 13597 Berlin
-  030 333 50 26
-  [www.casa-ev.de](http://www.casa-ev.de)
-  Sprechzeiten: Telefonische Sprechzeiten:  
Mo 10.00 - 13.00 Uhr, Di 10.00 - 13.00 Uhr,  
Do 15.30 - 18.30 Uhr  
Öffnungszeiten: Mo 9.30 - 13.30 Uhr, Di 9.30 - 13.30 Uhr,  
Do 15.30 - 18.30 Uhr
-  Heidi Borschel, Petra Galsterer
-  [shtmauerritze@casa-ev.de](mailto:shtmauerritze@casa-ev.de)



## Selbsthilfekontaktstellen

### Spandau-Siemensstadt







-  c/o Sozialkulturelle Netzwerke casa e.V.  
Wattstr. 13, 13629 Berlin
-  030 381 70 57, 030 382 40 30
-  [www.casa-ev.de](http://www.casa-ev.de)
-  Sprechzeiten: Di 11.00 - 14.00 Uhr, Mi 15.00 - 17.00 Uhr,  
Do 9.30 - 13.00 Uhr
-  Yves Eke
-  [shtsiemensstadt@casa-ev.de](mailto:shtsiemensstadt@casa-ev.de)

### Steglitz-Zehlendorf

-  c/o Mittelhof e.V.  
Königstr. 42/43, 14163 Berlin
-  030 80 19 75 14
-  [www.mittelhof.org](http://www.mittelhof.org)
-  Sprechzeiten: Mo 10.00 - 13.00 Uhr, Di 16.00 - 18.00 Uhr,  
Mi 16.00- 18.00 Uhr, Do 12.00 - 15.00 Uhr
-  Alina Becker, Petra Glasmeyer  
Barbara Dieckmann (SH Migration)
-  [selbsthilfe@mittelhof.org](mailto:selbsthilfe@mittelhof.org)







## Selbsthilfekontaktstellen

### Tempelhof-Schöneberg

-  c/o Nachbarschaftsheim Schöneberg e.V.  
Holsteinische Str. 30, 12161 Berlin
-  030 85 99 51 - 330, 85 99 51 - 332
-  [www.nbhs.de](http://www.nbhs.de)
-  Sprechzeiten: Mo 15.00 - 19.00 Uhr, Di 15.00 - 18.00 Uhr,  
Do 10.00 - 14.00 Uhr
-  Nicole Bichlmeier, Philipp Günther, Naoco Franz
-  [selbsthilfe@nbhs.de](mailto:selbsthilfe@nbhs.de)







### Treptow-Köpenick

#### Eigeninitiative







-  Genossenschaftsstraße 70, 12489 Berlin
-  030 631 09 85
-  [www.eigeninitiative-berlin.de](http://www.eigeninitiative-berlin.de)
-  Sprechzeiten: Mo 14.00 - 18.00, Di 10.00 - 14.00 Uhr
-  Jan-Christoph Sängler, Janina Koster, Barbara Kunner
-  [eigeninitiative@ajb-berlin.de](mailto:eigeninitiative@ajb-berlin.de)

## Kontaktstellen PflegeEngagement Berlin





### Charlottenburg-Wilmersdorf

-  Bismarckstr. 101, 10625 Berlin
-  030 89 02 85 35
-  [www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen](http://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de/kontaktstellen)
-  Sprechzeiten: Di 13.00 - 15.00 Uhr, Do 10.00 - 12.00 Uhr  
und nach Vereinbarung
-  Laura-Maria Jordan, Sandra Wolff
-  [pflegeengagement@sekis-berlin.de](mailto:pflegeengagement@sekis-berlin.de)

### Friedrichshain-Kreuzberg

-  Gryphiusstraße 10, 10245 Berlin
-  030 403 66 11 25
-  [www.pflegeunterstuetzung-berlin.de](http://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de)
-  Sprechzeiten: Di 10.00 - 18.00 Uhr und nach Vereinbarung
-  Monika Vuong
-  [kpe@volkssolidaritaet.de](mailto:kpe@volkssolidaritaet.de)

### Kompetenzzentrum Pflegeunterstützung

-  c/o SEKIS, Selbsthilfe-Kontakt- und Informationsstelle Berlin  
Bismarckstraße 101, 10625 Berlin
-  030 89 02 85 32
-  [www.pflegeunterstuetzung-berlin.de](http://www.pflegeunterstuetzung-berlin.de)
-  Ansprechpersonen:  
Anke Buchholtz-Gorke, Tel 030 89 02 85 32  
E-Mail: [buchholtz-gorke@sekis-berlin.de](mailto:buchholtz-gorke@sekis-berlin.de)

## Kontaktstellen PflegeEngagement Berlin

Tatjana Stickel, Tel 030 89 02 85 36

E-Mail: [stickel@sekis-berlin.de](mailto:stickel@sekis-berlin.de)

Stephanie Hensche, Tel 030 89 02 85 34

E-Mail: [hensche@sekis-berlin.de](mailto:hensche@sekis-berlin.de)



[kompetenzzentrum@sekis-berlin.de](mailto:kompetenzzentrum@sekis-berlin.de)

### Lichtenberg



c/o Stadtteilzentrum Kiezspinne FAS e.V.  
Schulze-Boysen-Straße 37, 2. OG  
10365 Berlin



030 28 47 23 95



[www.kpe-lichtenberg.de](http://www.kpe-lichtenberg.de)



Sprechzeiten: Di 13.00 - 15.00 Uhr,  
Do 10.00 - 12.00 Uhr und nach Vereinbarung  
Jeden 2. Mo im Monat 10.00 - 12.00 Uhr,  
in der Ahrenshooper Str. 5 (nur nach Voranmeldung)



Kristin Bergholz, Annabelle Rölz, Elena Dressler



[kpe@kiezspinne.de](mailto:kpe@kiezspinne.de)



### Marzahn-Hellersdorf



Blumberger Damm 2 k, 12683 Berlin



030 22 19 02 37



[www.albatrosggmbh.de](http://www.albatrosggmbh.de)



Sprechzeiten: Di 9.00 - 15.00 Uhr,  
Do 12.00 - 18.00 Uhr und nach Vereinbarung



Frau Klinger









[kpe@albatrosggmbh.de](mailto:kpe@albatrosggmbh.de)









## Kontaktstellen PflegeEngagement Berlin

### Mitte





-  Lübecker Straße 19, 10559 Berlin
-  030 22 19 48 58
-  [www.stadtrand-berlin.de](http://www.stadtrand-berlin.de)
-  Sprechzeiten: Mo 10.00 - 13.00 Uhr,  
Di 15.00 - 18.00 Uhr und nach Vereinbarung
-  Sven Kirschke, Helmut Wanner
-  [pflegeengagement@stadtrand-berlin.de](mailto:pflegeengagement@stadtrand-berlin.de)

### Neukölln-Nord

-  im Haus der Vielfalt  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
-  030 681 60 62
-  [www.stzneukoelln.de/pflegeengagement](http://www.stzneukoelln.de/pflegeengagement)
-  Sprechzeiten: Do 10.00 - 13.00 Uhr
-  Veronika Kossakowski, Pervin Tosun  
(auch für türkischsprachige Menschen)
-  [kossakowski@sh-stzneukoelln.de](mailto:kossakowski@sh-stzneukoelln.de)  
[tosun@sh-stzneukoelln.de](mailto:tosun@sh-stzneukoelln.de)



### Neukölln-Süd

-  Löwensteinring 13 A, 12353 Berlin
-  030 603 20 22
-  [www.stzneukoelln.de/pflegeengagement](http://www.stzneukoelln.de/pflegeengagement)
-  Sprechzeiten: Di 10.00 - 13.00 Uhr



## Kontaktstellen PflegeEngagement Berlin



Janine Bernard, Pervin Tosun



bernard@sh-stzneukoelln.de  
tosun@sh-stzneukoelln.de

### Pankow



c/o Stadtteilzentrum Pankow  
Schönholzer Straße 10, 13187 Berlin



030 499 87 09 11



[www.humanistisch.de/kpe-pankow](http://www.humanistisch.de/kpe-pankow)  
[www.stadtteilzentrum-pankow.de](http://www.stadtteilzentrum-pankow.de)



Sprechzeiten: Mo 15.00 - 18.00 Uhr, Do 10.00 - 13.00 Uhr



Julia Giese, Angela Kernke, Stephan Pühmeyer



kpe-pankow@hvd-bb.de

### Reinickendorf



1. Standort: c/o Selbsthilfezentrum Reinickendorf,  
Eichhorster Weg 32, 13435 Berlin  
2. Standort: Wilhelmsruher Damm 116, 5. OG, 13439 Berlin



Eichhorster Weg: Tel 030 41 74 57 52 und Tel 0172 856 63 43  
Wilhelmsruher Damm: Tel 030 644 97 60 63  
und Tel 0152 28 81 54 00



[www.unionhilfswerk.de/pflegeengagement](http://www.unionhilfswerk.de/pflegeengagement)



Sprechzeiten: Eichhorster Weg: Do 14.00 - 17.00 Uhr  
und nach Vereinbarung  
Wilhelmsruher Damm: Di 10.00 - 13.00 Uhr  
und nach Vereinbarung



Alexandra Knorr, Christine Gregor









pflegeengagement@unionhilfswerk.de









## Kontaktstellen PflegeEngagement Berlin

### Spandau

-  Standort 1: c/o Sozial-kulturelle Netzwerke casa e.V.  
Stadtteilzentrum Siemensstadt, Wattstr. 13, 13629 Berlin  
Standort 2: c/o Selbsthilfetreffpunkt Mauerritze im  
Kulturhaus Spandau, Mauerstr. 6, 13597 Berlin
-  030 93 62 23 80
-  [www.casa-ev.de](http://www.casa-ev.de)
-  Sprechzeiten: Di, Fr 12.00 - 14.00 Uhr in der Wattstr.13  
Tel 030 93 62 23 80  
Di 11.00 - 14.00 Uhr und Do 11.00 - 13.00 Uhr in der  
Mauerstr. 6, Tel 030 35 38 95 66
-  Susanne Pohlmann, Dirk Häsel
-  [kpe-spandau@casa-ev.de](mailto:kpe-spandau@casa-ev.de)

### Steglitz-Zehlendorf

-  c/o Mittelhof e.V., Königstraße 42 - 43, 14163 Berlin und  
Nachbarschaftsladen, Berlinickestraße 9, 12165 Berlin
-  Königstraße: 030 80 19 75 38  
Berlinickestraße: 030 27 97 97 28
-  [www.mittelhof.org/kontaktstelle-pflegeengagement/](http://www.mittelhof.org/kontaktstelle-pflegeengagement/)
-  Sprechzeiten:  
Standort Königstraße:  
Mo 10.00 - 12.00 Uhr, Do 15.00 - 17.00 Uhr  
Standort Berlinickestraße:  
Mo 10.00 - 12.00 Uhr, Do 15.00 - 18.00 Uhr
-  Susanne Baschinski, Claudia Hofbauer, Sabine Salvermoser
-  [kpe@mittelhof.org](mailto:kpe@mittelhof.org)

## Kontaktstellen PflegeEngagement Berlin

### Tempelhof-Schöneberg



Standort 1: c/o Nachbarschaftshaus Friedenau  
Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin  
Standort 2: c/o Der Nachbar – Stadtteiltreff  
Cranachstraße 7, 12157 Berlin



Standort 1: 030 859 95 12 25  
Standort 2: 030 32 50 08 51



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



Sprechzeiten:  
Standort 1: Do 10.00 - 12.00 Uhr und nach Vereinbarung  
Standort 2: Di 14.00 - 16.00 Uhr und nach Vereinbarung



Ulrike Rösch



[pflegeengagement@nbhs.de](mailto:pflegeengagement@nbhs.de)



### Treptow-Köpenick



c/o Eigeninitiative Selbsthilfe-Zentrum  
Friedenstraße 15, 12489 Berlin



030 22 68 48 02



[www.eigeninitiative-berlin.de/kpe/](http://www.eigeninitiative-berlin.de/kpe/)



Sprechzeiten: Mo, Di, Do 9.00 - 14.00 Uhr telefonische  
Erreichbarkeit, AB ist geschaltet und wird täglich abgehört,  
persönliche Gespräche nach telefonischer Vereinbarung.



Daniel Regg, Silke Hofmann



[kpe-tk@ajb-berlin.de](mailto:kpe-tk@ajb-berlin.de)



## Auswahl weiterer Beratungs- und Informationsadressen

### Behinderung

- Bezirksbeauftragte für Menschen mit Behinderung, (Bezirksamt Neukölln), Frau Smaldino, Karl-Marx-Str. 83, 12043 Berlin, Termine nur nach telefonischer Absprache, Tel: 902 39 41 68
- Beratungsstelle für Behinderte, Krebskranke und Aids (Bezirksamt Neukölln), Gutschmidtstr. 31, Tel: 12359 Berlin, Mo–Fr 8–15 Uhr, Tel: 902 39 20 77 [www.berlin.de](http://www.berlin.de)
- Netzwerk behinderter Frauen Berlin e.V. Selbsthilfe-, Kontakt- und Beratungsstelle Leinestr. 51, 12049 Berlin, Di 15.00 - 17.00 Uhr, Do 15.00 - 18.00 Uhr, Fr 11.00 - 14.00 Uhr Tel: 61 70 91 68 / 69 [www.netzwerk-behinderter-frauen-berlin.de](http://www.netzwerk-behinderter-frauen-berlin.de)
- Nachbarschaftsheim Neukölln, Schierker Str. 53, 12051 Berlin, Tel: 32 50 60 20, [www.nbh-neukoelln.de](http://www.nbh-neukoelln.de) - Familienbildungszentrum-FABIZ und Umgangscafé, Tel: 40 03 78 84 - Psychosoziale Beratung für Schwangere und Eltern Tel: 0176 32 01 00 68 weitere Standorte, z. B. Haus der Vielfalt, Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin
- Kinderschutz-Zentrum Berlin e.V., Juliusstr. 41, 12051 Berlin - Krisentelefon Mo-Fr 9–20 Uhr, Tel: 683 91 10 [www.kinderschutz-zentrum-berlin.de](http://www.kinderschutz-zentrum-berlin.de)
- Nachbarschaftstreff Waschhaus-Café, Eugen-Bolz-Kehre 12, 12351 Berlin, Tel: 30 36 14 12
- Stadtteilzentrum Buckow; Standort Christoph-Ruden-Str 9, 12349 Berlin; Tel: 0175 33 88 675 Standort Nachbarschaftstreff Buckow, Mollnerweg 35, 12353 Berlin, Tel: 63 33 67 01
- SoliNaR, Hertzbergstr. 1, 12055 Berlin, Tel: 56 82 34 90, [www.solinar.de](http://www.solinar.de)
- Geko Stadtteil - Gesundheits - Zentrum, Rollbergstraße 30, 12053 Berlin, Tel: 62 87 54 06, [www.geko-berlin.de](http://www.geko-berlin.de)

### Berliner Krisendienst

- Überregional: täglich 08–16 Uhr, Tel: 390 63 90, Neukölln: Karl-Marx-Str. 23, 12043 Berlin 16–24 Uhr, Tel: 390 63 90

### Familie / Kinder / Jugendliche / Nachbarschaft

- Erziehungs- und Familienberatung, Psychosoziale Dienste der Abteilung Jugend des Bezirksamts Neukölln - Mittelbuschweg 8 (Neukölln-Nord), Tel: 902 39 46 00 - Britzer Damm 93 (Rathaus Britz), Tel: 90 239 12 42 [www.berlin.de/ba-neukoelln/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/angebote-fuer-kinder-jugend-und-familien/artikel.288205.php](http://www.berlin.de/ba-neukoelln/politik-und-verwaltung/aemter/jugendamt/angebote-fuer-kinder-jugend-und-familien/artikel.288205.php)
- Arbeiterwohlfahrt Jugend- und Familienberatungsstelle Neukölln, Werbellinstr. 69, 12053 Berlin, Tel: 821 99 45, [www.awo-suedost.de](http://www.awo-suedost.de)
- elele - Nachbarschaftszentrum, Kottbusser Damm 79 A, 10967 Berlin, Eingang: Hobrechtstr. 55, Tel: 623 60 92, [www.elele-berlin.de](http://www.elele-berlin.de)
- Familienzentrum Regenbogen, Ulrich von Hassel-Weg 4, 12353 Berlin, Tel: 66 09 09 13, [www.neukoelln-evangelisch.de/regenbogen](http://www.neukoelln-evangelisch.de/regenbogen)
- Frauen
- Neuköllner Gleichstellungsbeauftragte: Sylvia Edler, Tel: 902 39 35 55, [www.berlin.de/ba-neukoelln/politik-und-verwaltung/beauftragte/gleichstellung/](http://www.berlin.de/ba-neukoelln/politik-und-verwaltung/beauftragte/gleichstellung/)
- Frauen-Café Gropiusstadt e. V., Löwensteinring 22 A, 12353 Berlin, Tel: 602 46 17 [www.frauencafe-gropiusstadt.eu](http://www.frauencafe-gropiusstadt.eu)
- BiG e.V. Hilfe bei häuslicher Gewalt gegen Frauen und deren Kinder, Hotline erreichbar rund um die Uhr, BiG Hotline Tel: 611 03 00, [www.big-berlin.info](http://www.big-berlin.info)
- RuT - Rad und Tat - Offene Initiative Lesbischer Frauen, Schillerpromenade 1, Tel: 621 47 53, <https://rut-berlin.de>

## Auswahl weiterer Beratungs- und Informationsadressen

- FrauenKrisenTelefon täglich erreichbar (AB),  
Tel: 615 42 43, [www.frauenkrisentelefon.de](http://www.frauenkrisentelefon.de)

### Krankheit

- Patienten-Information: Ärztekammer Berlin  
[www.aekb.de](http://www.aekb.de) siehe dort unter Patient\*innen
- Patientenbeauftragte für Berlin, Frau Gaedigk  
Büro: Oranienstr. 106, 10969 Berlin, Tel: 90 28 20 10,  
persönliche Sprechstunde nach Vereinbarung,  
[www.berlin.de/lb/patienten](http://www.berlin.de/lb/patienten)
- Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V., Mariendorfer  
Damm 161a, 12107 Berlin, Tel: 030 322 90 29 50,  
Di 13-17 Uhr, Mi 9-13 Uhr  
Beratung im Selbsthilfezentrum Neukölln-Nord,  
Wilhelm-Busch-Straße 12, 12043 Berlin, Di 13-15  
Uhr nach vorheriger Anmeldung bei der Rheumaliga,  
[www.rheuma-liga-berlin.de](http://www.rheuma-liga-berlin.de)

### Krisen-Beratung, Krisenstationen

- Telefonseelsorge Berlin, Tel: 0800 111 01 11  
[www.telefonseelsorge-berlin.de](http://www.telefonseelsorge-berlin.de)
- Zentrales Krisentelefon für Kinder in Not,  
Tel: 90 23 95 55 55  
[www.neukoelln-jugend.de/redsys/index.php/  
zentrales-krisentelefon-fuer-kinder-in-not](http://www.neukoelln-jugend.de/redsys/index.php/zentrales-krisentelefon-fuer-kinder-in-not)
- Vivantes Klinikum Neukölln, Kriseninterventionssta-  
tion, Rudower Str. 48, 12351 Berlin, Tel: 130 14 22 29,  
[www.vivantes.de/knk](http://www.vivantes.de/knk)

### Männer

- Schwulenberatung Berlin, Hermannstr. 256-258,  
12049 Berlin, [www.schwulenberatungberlin.de](http://www.schwulenberatungberlin.de),  
Tel: 446 68 81 14
- Tauwetter Berlin, Gneisenaustr. 2 A, 10961 Berlin,  
Tel: 693 80 07, [www.tauwetter.de](http://www.tauwetter.de)
- MANEO - Das schwule Anti-Gewalt-Projekt in Berlin,  
Tel: 326 33 36, [www.maneo.de](http://www.maneo.de)

### Migrant\*innen

- Al Muntada – Beratungsstelle für Flüchtlinge und  
Zuwanderer aus dem arabischen Raum,  
Morusstr. 18 A, 12053 Berlin, Tel: 68 24 77 18,  
[www.diakoniewerk-simeon.de](http://www.diakoniewerk-simeon.de)
- DAZ - Deutsch-Arabisches Zentrum für Bildung und  
Integration, Uthmannstr. 23, 12043 Berlin,  
Tel: 56 82 66 48, [www.ejf.de](http://www.ejf.de)
- DAUG e.V. Deutsch-Arabischer unabhängiger Gemein-  
de, Boddinstr. 66, 12053 Berlin, Tel: 56 82 59 72,  
[www.daug-verein.de](http://www.daug-verein.de)
- IBBC e.V. im Bürgerzentrum Neukölln,  
Werbellinstr. 42, 12053 Berlin, Tel: 56 82 27 53,  
[www.ibbc-berlin.de](http://www.ibbc-berlin.de)
- Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer  
(MBE), Morusstr. 18 A, 12053 Berlin,  
Tel: 68 24 77 - 16/18/19/20
- Integrationsbeauftragter Neukölln, Güner Balci  
Karl-Marx-Str. 83, 12043 Berlin, Tel: 90239-2951
- Sifahane (AWO), Beratung für Gesundheit und  
Migration, Wipperstr. 25, 12055 Berlin,  
Tel: 67 12 89 14/15, [www.awo-südst.de](http://www.awo-südst.de)
- TDZ e.V. - Türk-Alman Merkezi - Türkisch-Deutsches  
Zentrum, Karl-Marx-Straße 84 - 5. OG, 12043 Berlin,  
Tel: 69 80 70 70, [www.tdz-berlin.de](http://www.tdz-berlin.de)

### Pflege

- Pflegestützpunkte Neukölln,  
[www.pflegestuetzpunkteberlin.de](http://www.pflegestuetzpunkteberlin.de)  
Neukölln Arcaden, Karl-Marx-Straße 66,  
12043 Berlin, Tel: 0800 265 08 02 71 10,  
Rollbergstraße 30, 12053 Berlin, Tel: 689 77 00  
Groß-Ziethener Chaussee 16, 12355 Berlin,  
Tel: 338 53 64 20

## Auswahl weiterer Beratungs- und Informationsadressen

### Psychosoziale Kontaktstellen

- Information über alle Angebote:  
[www.neukoelln-hilft.de](http://www.neukoelln-hilft.de)
- Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (Neukölln-Nord), Treffpunkt Terra: Hertzbergstr. 7/8, 12055 Berlin, Tel: 687 19 77, [www.unionhilfswerk.de](http://www.unionhilfswerk.de)
- Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (Neukölln-Süd), KBS Südlicht, Rudower Str. 27/29, 12351 Berlin, Tel: 32 52 88 97, 0178 942 39 46, [www.ajb-berlin.de](http://www.ajb-berlin.de)
- Sozialpsychiatrischer Dienst Neukölln, Gutschmidtstr. 31, 12359 Berlin, Notdienst Tel: 902 39 27 86, [www.berlin.de](http://www.berlin.de)
- Betreuungsverein Neukölln e.V., Karl-Marx-Str. 27, 12043 Berlin, Tel: 683 57 71, <https://btv-neukoelln.de>
- exPEERienced Teilhabeberatung, Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung – EUTB, Schillerpromenade 9, 12049 Berlin, Tel: 55 57 26 44, [www.gut-beraten.berlin](http://www.gut-beraten.berlin)

### Psychotherapieberatung und Vermittlung

- Suche nach Therapeut\*innen und Ärzt\*innen: Ärztekammer Berlin, [www.aerztekammer-berlin.de](http://www.aerztekammer-berlin.de)
- <https://www.kvberlin.de/fuer-patienten/arzt-und-psychotherapeutesuche>
- Wegweiser zur Therapeutesuche: [www.psych-info.de](http://www.psych-info.de)
- Psychotherapie-Informationsdienst: [www.psychotherapiesuche.de](http://www.psychotherapiesuche.de), Tel: 209 16 63 30

### Senior\*innen

- Bürgerzentrum Neukölln, Werbellinstr. 42, 12053 Berlin, Tel: 681 80 62, [www.bzneukoelln.org](http://www.bzneukoelln.org)
- Seniorenberatung i.A. des Bezirksamtes Neukölln, Rollbergstraße 30, 12053 Berlin, Tel: 68 97 70 10 [www.seniorenberatung-neukoelln.de](http://www.seniorenberatung-neukoelln.de)

### Soziales, Erwerbslosigkeit, Schulden

- Agentur für Arbeit Berlin Süd, Sonnenallee 282, Tel: 0800 455 55 00, [www.arbeitsagentur.de](http://www.arbeitsagentur.de)
- Jobcenter Berlin Neukölln, Mainzer Straße 27, Tel: 55 55 79 22 22, [www.berlin.de/jobcenter-neukoelln](http://www.berlin.de/jobcenter-neukoelln)
- Schuldnerberatung des AWO Berlin Kreisverband Südost e.V., Mahlower Straße 23, 12049 Berlin, Tel: 31 98 72 00, [www.awo-suedost.de/beratung-und-hilfe/awo-schuldner-und-insolvenzberatung](http://www.awo-suedost.de/beratung-und-hilfe/awo-schuldner-und-insolvenzberatung)
- Neue Chance, Lipschitzallee 70, Tel: 602 50 908, [www.neuechance.berlin](http://www.neuechance.berlin)
- Allgemeine unabhängige Sozialberatung, Nachbarschaftsheim Neukölln e.V. Kontakt und Information: Agnes Simon Tel: 0179 60 24 11 19, [sozialberatung@nbh-neukoelln.de](mailto:sozialberatung@nbh-neukoelln.de)
- Allgemeine Soziale Beratung Neukölln, Dieselstraße 11, 12057 Berlin, Tel: 66 63 37 90, [www.caritas-berlin.de](http://www.caritas-berlin.de)
- Kostenlose Mieterberatung, Termin nach Vereinbarung, Waschhaus-Café, Eugen-Bolz-Kehre 12, 12351 Berlin, Tel: 44 33 81 14
- Unabhängige Sozialberatung, Britzer Damm 110, 12347 Berlin, Dorothea Tetzlaff, Tel: 239 89 30 44 E-Mail: [sozialberatung@drk-mueggelspree.de](mailto:sozialberatung@drk-mueggelspree.de)

### Sucht

- Information: [www.neukoelln-hilft.de](http://www.neukoelln-hilft.de)
- Suchtberatung Confamilia, Lahnstraße 84, 12055 Berlin, Tel: 681 38 88, [www.vistaberlin.de](http://www.vistaberlin.de)
- Suchtberatungsstelle Confamilia Gropiusstadt, Ulrich-von-Hasselweg 7, 12353 Berlin, [www.vistaberlin.de](http://www.vistaberlin.de), Tel: 34 33 84 77

# Stichwortverzeichnis

## Stichwortverzeichnis

- A**
- Abhängigkeit 60
  - Achtsamkeit 49
  - Adipositas 21
  - Afghanisch 30
  - Aktivitäten 18, 19, 29
  - Alkohol 60-64
  - Angehörige 39, 41-45, 47, 48, 51, 58
  - Angst 30, 31, 36, 46-52, 54, 55, 57, 58
  - Anonyme 60, 61, 63, 64
  - Arabisch 31, 34
  - Arthrose 34, 35
  - Autismus 50
- B**
- Behinderung 79
  - Bindungsangst 50
  - Borderline 51
- C**
- Café 28, 34, 38, 42, 49, 79, 81
- D**
- Demenz 33, 42, 44
  - Depressionen 17, 30, 31, 33, 35-38, 41, 46, 47, 49, 51, 52, 54, 58, 60
  - Diabetes 31, 34, 35, 38
  - Drogen 60-63
- E**
- Ehrenamt 20
  - Einsamkeit 47, 56
  - Eltern 54, 79
  - Engagement 20
  - Essstörungen 49
- F**
- Fibromyalgie Syndrom 17, 22, 27
  - Frauengruppe 30-32, 38, 39
  - Freizeitgruppen 18
- G**
- Gedächtnistraining 18
  - Gesundheit 3, 13, 14, 25, 34, 80
  - Gewalt 37, 79, 80
  - Gewaltfreie Kommunikation 53
  - Guttempler 62
- H**
- Herz 23
- J**
- Junge Selbsthilfe 17, 22, 35, 58
- K**
- Kinder 29, 79, 80
  - Kontaktabbruch zu den Eltern 54
  - Kopfspiele 18
  - Kopfschmerzen 24, 33
  - Krebs 21, 38, 79
  - Krisendienst 79
- M**
- Malen 19
  - Männer 55, 80
  - Mazedonisch 35
  - Migration 15, 16, 30-40, 80
  - Mobilität 25, 28
  - Multiple Sklerose 24

# Stichwortverzeichnis

<b>N</b>		<b>S</b>	
Nachbarschaft	79	Schmerzen, chronische	33, 38
Narcotics Anonymous	63	Sex- und Liebesmagersucht	64
Neurologische Funktionsstörungen	25, 33	Sober curious	64
<b>O</b>		Sucht	35, 60-64, 81
Osteoporose	25, 34, 35	<b>T</b>	
<b>P</b>		Tagesklinik	36, 56
Panik	30, 46, 55	Trauer	43, 45, 48, 53
Parkinson	26, 33	Traumatisierung	37
Patient*innen	13, 80	Trialog	58
Pflege	41-45, 80	Türkisch	30, 31, 35, 36, 37, 39, 41, 80
PflegeEngagement	41-45	<b>U</b>	
Polio	29	Übergewicht	39
Polyneuropathie (PNP)	26	<b>V</b>	
Post Covid	27	Väter	40
<b>R</b>		<b>Z</b>	
Redeangst	57	Zwänge	36, 48, 54
Refugees	37		
Rheuma	27, 28, 80		
Rückenschmerzen	25, 33-35		

## Impressum

<b>Herausgeber</b>	Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Neukölln
<b>Träger</b>	Selbsthilfe- und Stadtteilzentrum Neukölln-Süd e.V. Lipschitzallee 80, 12353 Berlin
<b>Recherche</b>	Antje Kleibs, Svenja Schellenberg, Petra Meifert, Nicole Franke
<b>Cover</b>	Lorenzo Design, mail@lorenzodesign.de Titelbild: AdobeStock.com, ©Momay
<b>Datenmanagement, Layout, Druck</b>	Meta Druck, Thomas Didier didier@metadruck.de
<b>Finanzierung</b>	Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung



sowie GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe im Land Berlin

9. Auflage März 2024

Bitte beachten Sie das Copyright des Selbsthilfe- und Stadtteilzentrums Neukölln. Die Weiterverbreitung der hier veröffentlichten Inhalte bedarf der Einwilligung durch die Herausgeber\*innen.

Die veröffentlichten Adressen dürfen nicht für Werbe- und / oder andere Vertriebszwecke verwendet werden.