

dialog

Freikarten zu gewinnen!
„Gracias Astor!“ in der
Philharmonie Berlin S. 10



Vertreterversammlung
2021 – wir freuen uns
auf ein Wiedersehen

S.4

inhalt Sommer 2021

- S 3 Vertreterwahl 2021
- S 4 Vertreterversammlung 2021
- S 5 Abwasserleitungen ins Haus
- S 6 Fundstück des Monats

S I-VIII »Viel gemeinsam«

S 7 Kinderseite

- S 8 Essbare Stadt Treptow-Köpenick
- S 9 Senat verabschiedet neue Maßnahmen zur Seniorenpolitik
- S 10 Genossenschaftskonzert
- S 11 Das Spiel der Könige
Jugendprojekt Drachenwiese
- S 12 Veranstaltungstipps



Auch vor unserer Geschäftsstelle war das blühende Bauklötzchen-Logo der Wohnungsbaugenossenschaften Berlin zu sehen. Wie es in ganz Berlin aussah, sehen Sie auf S I.

kurz & bündig

Wir sind für Sie da!

Unsere Geschäftsstelle ist wieder für Sie geöffnet. Unsere Präsenzsprechzeiten können aber noch nicht wie gewohnt angeboten werden. Für persönliche Gespräche in unserer Geschäftsstelle vereinbaren Sie bitte einen Termin mit Ihrem Ansprechpartner.

Weiterhin erreichen Sie uns telefonisch, per E-Mail oder Brief zu unseren Geschäftszeiten. Nutzen Sie auch die Formulare (Reparaturmeldung, Kontaktformular) auf unserer Homepage. Kurzfristige Änderungen sind möglich.



hinweis

Bitte beachten Sie, dass trotz der momentan entspannten Pandemielage die Terminhinweise in der aktuellen Ausgabe unseres „dialog“ nach wie vor vorbehaltlich der aktuellen Einschränkungen und Bestimmungen sind. Wir werden Sie hierzu auf unserer Homepage oder ggf. per Post aktuell informieren. Bei Rückfragen erreichen Sie uns wie gehabt telefonisch, per E-Mail oder Brief.

Ihr Team der Köpenick Nord

© woodcat_istock.com



editorial

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitglieder und Leser, die momentan entspannte Pandemielage lässt uns alle etwas durchatmen. Sie macht Vorfreude auf die Urlaubszeit und auf gemeinsame Erlebnisse mit Familie und Freunden. Trotz der Corona-Vorschriften und Regelungen haben die Arbeitsergebnisse der Geschäftsstelle und auch der Fortschritt unserer diesjährigen Bauvorhaben bisher kaum unter der Corona-Pandemie gelitten. Alles geht gut voran und einige Maßnahmen sind bereits abgeschlossen. Auf Hochtouren laufen die Arbeiten der Heizungs- umstellung auf Fernwärme in der Kölnischen Vorstadt für fünf Häuser mit knapp 300 Wohnungen, die Sanierung von zwölf Treppenhäusern in Grünau, die Sanierung der 60 Balkone in der Mahlower Straße, die Gasdichtungsprüfung in über 1000 Wohnungen, der Austausch der „Spinnen“ (Sanitär- verteilungen) in 230 Wohnungen und die Sanierung der Abwasserleitungen in jeweils drei Objekten in Grünau und in Köpenick Nord. Bisher gab es nur leichte Terminverschiebungen

aufgrund von Materialknappheit. Es sieht also gut aus. Vielen Dank an alle beteiligten Bewohner, die so gut mitgewirkt haben.

Sehr beschäftigt hat uns in jüngster Zeit auch die Wichtigkeit des Mietendeckels (MietenWoG Berlin) durch Beschluss des Bundesverfassungsgerichtes vom März 2021. Der Verwaltungsaufwand für die Umsetzung bei der Einführung und dann deren Rücknahme war enorm.

Letztendlich wollen wir uns aber bei unseren Mitgliedern und Bewohnern dafür bedanken, dass sich die von der Politik erzeugte Unruhe und vermeintliche Geschenke zu Lasten unserer Genossenschaft nicht auf das Handeln zwischen Ihnen und uns ausgewirkt haben. Danke auch für Ihr Verständnis und Ihre positive Zahlungsmoral in diesen nicht einfachen Zeiten.

Ich wünsche Ihnen einen ereignisreichen Sommer, haben Sie eine schöne Zeit und genießen Sie diese.

Ihre Andrea Schulz

Technisches Vorstandsmitglied



bis 30. Juli 2021	ab 25. Oktober 2021	Anfang November 2021	bis 23. November 2021	24. November 2021	Dezember 2021/Januar 2022
Vorschläge und Bewerbungen für eine Kandidatur als Vertreter	Auslegung der Wählerlisten	Versand der Wahlunterlagen	Eingang der Stimmzettel	Öffentliche Auszählung	Bekanntgabe der Wahlergebnisse
wahlvorstand@koepenick-nord.de					

Vertreterwahl 2021! Kandidieren und wählen

Noch bis zum 30. Juli können Mitglieder unserer Genossenschaft für die diesjährige Vertreterwahl ihre Kandidatur beim Wahlvorstand einreichen.

Im Anschluss werden alle Wahlunterlagen vorbereitet und erstellt. So auch eine Broschüre, in der alle Kandidaten kurz zu Wort kommen und vorgestellt werden. Die Broschüre wird gemeinsam mit den Wahlunterlagen an die wahlberechtigten Mitglieder verschickt.

Die Vertreterwahl wird nach Beschluss des Wahlvorstandes als Briefwahl durchgeführt, sodass unsere Mitglieder die Unterlagen Anfang November in ihren Briefkästen haben. Wie genau eine Briefwahl abläuft und was Sie als Wähler dabei beachten müssen, erfahren Sie in Ihren Unterlagen zur Wahl und in der Herbstausgabe des „dialog“.

Die weiteren Termine:

- **ab 25. Oktober:** Auslegung der Wählerliste zu unseren Geschäftszeiten in unserer Geschäftsstelle (Kaulsdorfer Straße 209, 12555 Berlin)
 - **Anfang November:** Versand der Wahlunterlagen
 - **24. November:** ab 9 Uhr öffentliche Auszählung in den Räumen unserer Geschäftsstelle
- Nach der Feststellung des Wahlergebnisses durch den Wahlvorstand werden alle Kandidaten angeschrieben und um die Annahme der Wahl gebeten. Im Anschluss wird die Liste der gewählten Vertreter und Ersatzvertreter ausgelegt und mit dem „dialog“ (geplant: Frühlingausgabe 2022) zur Information für alle Mitglieder veröffentlicht.

Nehmen Sie Ihr Stimmrecht wahr!

Doch bis es soweit ist, brauchen die Kandidaten Ihre Unterstützung. Die Wahl der Vertreterversammlung gehört mit zu den wichtigsten Rechten und Pflichten eines Genossenschaftsmitgliedes. Auch wenn Sie nicht selbst für das Vertreteramt kandidiert haben: Engagieren Sie sich als Mitglied und nehmen Sie Ihr Stimmrecht wahr! Die Aufgaben der Vertreterversammlung sind vielfältig und von entscheidender Bedeutung für unsere Genossenschaft und damit für alle Mitglieder.

Wir danken Ihnen schon jetzt für Ihr Engagement und hoffen auf eine hohe Wahlbeteiligung.





**GEMEINSAM
FÜR DIE
ZUKUNFT
DES
WOHNENS**



in eigener sache

Fotos: Wohnungsbaugenossenschaften Berlin

Vertreterversammlung 2021 Wir freuen uns, Sie zu sehen

Nach den positiven Entwicklungen der letzten Wochen sind wir optimistisch, dass wir unsere diesjährige Vertreterversammlung als Präsenzveranstaltung durchführen können.

Anders als in unserer Satzung festgelegt, kann die Versammlung aufgrund der aktuell geltenden Regelung in der zweiten Jahreshälfte stattfinden. **Der geplante Termin ist der 14. September 2021.** Um der weiterhin etwas unsicheren Lage vorzubeugen, wird die Versammlung dieses Mal mit ausreichend Platz im Bunsen-Saal auf dem WISTA-Gelände in Adlershof durchgeführt. Die Räumlichkeiten sind entsprechend groß, sodass Hygiene- und

Abstandsregelungen, mit denen nach wie vor gerechnet werden sollte, eingehalten werden können.

Informationen hierzu und Einladungen werden wie gewohnt rechtzeitig an die Mitglieder der Vertreterversammlung per Post verschickt. Tagesordnung und Geschäftsbericht werden ebenfalls im Vorfeld auf unserer Homepage zur Verfügung gestellt.

Bewerben Sie sich für den Aufsichtsrat

Zwei Mitglieder des Aufsichtsrates scheidern turnusgemäß in diesem Jahr aus dem Aufsichtsrat aus, sodass die Mitglieder der Vertreterversammlung

zwei der sechs Mitglieder des Aufsichtsrates neu wählen müssen. Wenn Sie sich für die ehrenamtliche Arbeit im Aufsichtsrat interessieren, dann bewerben Sie sich! „Es erwartet Sie eine verantwortungsvolle und abwechslungsreiche Aufgabe, bei der kaufmännische und bautechnische Kenntnisse vorausgesetzt werden“, so Ilse Knospe, Vorsitzende des Aufsichtsrates. Für Fragen hierzu können Sie sich gern an die Geschäftsstelle wenden.

Ihre schriftliche Bewerbung senden Sie bitte **bis zum 17. August 2021** an die Adresse unserer Geschäftsstelle.



Enteignungsinitiative Sind wir betroffen?

Auf die Berichterstattung über die Enteignungskampagne im gemeinsamen Mittelteil unserer Mitgliederzeitung und unsere Erläuterungen im Hausaushang kamen Reaktionen der Initiative „Deutsche Wohnen & Co enteignen“.

Unter anderem auf Flyern, die auch in unsere Briefkästen gesteckt wurden, haben die Initiatoren mit Unverständnis auf unsere Sorgen reagiert. Im Mai 2021 hat die Initiative den Entwurf zum Vergesellschaftungsgesetz konkretisiert. Die Enteignung von Genossenschaften soll nunmehr ausgeschlossen werden.

Und trotzdem bleiben unsere Sorgen und Zweifel. Laut des Gesetzentwurfes würden alle Unternehmen enteignet, deren Bestand mehr als 3000 Wohnungen umfasst. Davon ausnehmen will die Initiative landeseigene Wohnungsunternehmen, Unternehmen ohne Gewinnerzielungsabsicht und in kollektivem Besitz der Mieter*innen befind-



Leichter Zugang durch Leitungsverlauf im Haus

Abwasserleitungen ins Haus Neues Sanierungsprogramm gestartet

Unsere Sanierungsprogramme Gasdichtigkeitsprüfung und Erneuerung der Sanitärverteilungen werden in diesem Jahr abgeschlossen. Mit der Sanierung der Abwasserleitungen haben wir nun ein neues Projekt begonnen.

Anders als bei den Trinkwasserleitungen (hier sind die Berliner Wasserbetriebe zuständig) liegen die Abwasserleitungen, die sich auf den Grundstücken des Eigentümers befinden, auch in dessen Verantwortung. Bei unseren Häusern liegt die Mehrzahl dieser Leitungen im Erdreich, oft im Vorgarten und unter den Wohnstraßen. Es kommt vermehrt zu Wurzel-

einwüchsen und damit zu Rissen und Undichtigkeiten. Durch das Alter der vorhandenen Leitungen und den damit verbundenen Ablagerungen sind die Querschnitte stark verringert. Dort wo es möglich ist, soll nun eine Variante für die Erneuerung zur Anwendung kommen, die im Neubau schon längst Standard ist – die Leitungen werden weitestgehend in den Häusern verlegt.

Die Vorteile

Die Leitungen sind besser erreichbar, bei Bedarf ist ein schneller Zugang möglich. Verstopfungen werden minimiert, da die Konstruktion eine hohe Ausschwemmwirkung hat und damit

weniger Ablagerungen zulässt. Auch die Dichtigkeitsprüfung ist einfacher, somit entstehen weniger Wartungskosten. Die aufwändige Erneuerung von Wegen, Straßen, Vorgärten und Grünanlagen nach Erneuerung der Leitungen kann größtenteils entfallen. Diese Variante ist kostengünstiger und langlebiger.

Der Schwerpunkt der Sanierung der Abwasserleitungen wird in den nächsten Jahren in Köpenick Nord liegen. Auch bei Rohrbrüchen oder anderen aufwändigen Reparaturen wird zukünftig immer überprüft, inwieweit die neue Sanierungsmethode ggf. außer Plan kurzfristig durchgeführt werden kann.

liche sowie gemeinwirtschaftliche Unternehmen. Hierunter zählt die Initiative auch Genossenschaften.

Unsere Meinung dazu: Auch Genossenschaften müssen gewinnorientiert arbeiten, um ihre satzungsmäßigen Ziele erfüllen zu können. Ob diese trotz ihrer sozialen Ausrichtung rechtssicher ausgenommen werden könnten, wird von zahlreichen Juristen bezweifelt. Dies ist schon bei anderen Gesetzesvorhaben wie dem Mietendeckel

nicht gelungen. Deshalb gilt, was auch schon der Mietendeckel gezeigt hat: Die politische Absicht und das rechtlich Machbare sind zwei sehr unterschiedliche Paar Schuhe.

Volksentscheid am 26. September

Wie es zum Redaktionsschluss aussah, werden die laut Initiative etwa 175000 benötigten gültigen Unterschriften zusammenkommen. Das

Volksbegehren wäre somit erfolgreich. Dann kommt es zum diesjährigen Wahltag (26. September) zum Volksentscheid und die Berlinerinnen und Berliner entscheiden mit ihrer Stimme.

Wir werden hierzu weiter berichten.



in eigener sache

Der Lack mag etwas ab sein, aber die Erinnerungen an die Goldene Hausnummer sind bei vielen noch präsent.

Fundstück des Monats

Erinnerung aus „goldenen“ Zeiten

Die „Goldene Hausnummer“ – zu DDR-Zeiten heiß begehrt und gern erkämpft, nach der Wendezeit abmontiert, eingemottet und in Vergessenheit geraten. Doch ab und zu tauchen alte Relikte eben doch wieder auf und holen Erinnerungen zurück. Wie hier im Keller der Kaulsdorfer Straße 318 bei einer Sperrmüllbegehung entdeckt.



Zumindest die Urkunde zur verliehenen Auszeichnung ist noch zu finden. Wenn auch an einem ungewöhnlichen Ort. Immer wieder werden auch zu uns in die Geschäftsstelle Urkunden gebracht, teilweise sorgfältig in den

Hausgemeinschaftsbüchern archiviert, oder gleich die typischen Hausnummernschilder, die der eine oder andere Bewohner doch aufgehoben hat.

Ins Leben gerufen wurde die „Goldene Hausnummer“ in den 1980er Jahren im Rahmen der Initiative „Schöner unsere Städte und Gemeinden – Mach mit“. Die „Goldene Hausnummer“ war eine Auszeichnung für Hausgemeinschaften, die bei der Pflege des Wohnumfeldes gute Arbeit leisteten. Im Januar 1989 vermeldete die Berliner Zeitung, dass beinahe 3500 Goldene Hausnummern vergeben worden seien.

Auf den Berliner Schildern war der Berliner Bär abgebildet. In Dresden gab es den Meißner Löwen aus dem Sächsischen Landeswappen.

Erzählen Sie doch mal!

Auch wenn die Auszeichnung heute mitunter belächelt wird, sind es doch die gemeinsamen Erinnerungen, die uns dazu bringen, die „Beweisstücke“ aufzubewahren. Die Arbeitseinsätze nach Feierabend und am Wochenende, der selbstgebackene Kuchen aus dem Haus, der nach getaner Arbeit rumgereicht wurde, die Kinder, die mithalfen oder während der Arbeit um die Häuser



Auch das gemeinsame Anbringen der Goldenen Hausnummer gehörte mit dazu, hier in der Lahmertstraße 22d.

tobten und vielleicht wurde ja auch bei dem einem oder anderen Nachbarnschaftsfest auf die Auszeichnung angestoßen? Können Sie sich noch erinnern? Und gab es eigentlich auch finanzielle Zuwendung für die Hausgemeinschaftskasse? Erzählen Sie doch mal, wie es damals so war!

Schreiben Sie uns oder schicken Sie eine E-Mail und erzählen Sie uns von Ihren persönlichen Erlebnissen rund um Ihre „Goldene Hausnummer“.



SOMMER 2021

WIEL GEMEINSAM



Charlottenburger Baugenossenschaft eG

Internationaler Tag der Genossenschaften

„DAS BLÜHENDE LEBEN“

Die Wohnungsbaugenossenschaften Berlin zeigten in diesem Jahr zum Internationalen Tag der Genossenschaften am 3. Juli wieder gemeinsam Flagge. Unter dem Motto „Das blühende Leben“ lassen es die Genossenschaften vor ihren Geschäftsstellen und auch in ihren Wohngebieten besonders blühen:

In großen Holzkisten sind rote, gelbe und lilafarbene Blumen so zwischen grüne Pflanzen gesetzt, dass sie das Bauklötzchen-Logo als Blumen-Arrangement zeigen.

Normalerweise feiern die Genossenschaften diesen Tag auch gern in ihren Wohngebieten mit kleinen Hoffesten oder gemeinsam mit einem Sommerfest, aber die Bestimmungen rund um die Corona-Pandemie ließen keine gemeinsamen

Aktivitäten zu. Schon 2020 haben die Genossenschaften deshalb auf das Feiern verzichtet und in einer bundesweiten Aktion gemeinsam Flaggen gehisst – alle mit dem markanten Bauklötzchen-Logo, alle mit derselben Botschaft: Gesellschaft braucht Genossenschaft.

Hier zeigen wir Ihnen eine kleine Auswahl. Mehr über die Blumenbeete finden Sie auf: www.wbgd.de/berlin/3Juli



Anlieferung Pflanzenbeet



WBG Hellersdorfer Kiez eG



EWG Berlin-Pankow eG



WBG „Vorwärts“ eG



Berliner Bau- und Wohnungsgenossenschaft von 1892 eG



WBV Neukölln eG



WG Wuhletal eG



WBG Wilhelmsruh eG



Fotos: OSTLAND eG

Tierisch gute Gemeinschaft

GENOSSENSCHAFT IN HANNOVER IST AUF DAS HUHN GEKOMMEN

Fünf Leihhühner beleben bei der OSTLAND Wohnungsgenossenschaft in Hannover ein Quartier. Aus einer witzigen Idee entsteht ein schönes Stück Gemeinschaft – mit frischen Eiern und guten Gesprächen.

Die gefiederten Untermieter werden mit Lob überhäuft. Niedlich, süß, pflegeleicht – nahezu täglich gibt es neuen, positiven Zuspruch. Anfang Oktober sind fünf Hühner in einen Innenhof der OSTLAND eingezogen. Interessierte Nachbarn schauen vorbei und kommen ins Plaudern. Eine Kita-Gruppe wählt die Hühner als Ziel für einen tierisch guten Ausflug.

Den Verleih von Hühnern betreibt Thomas Weiss als Geschäftsmodell, das einer guten und nachhaltigen Idee folgt. Zu seinen Kunden gehören Seniorenheime, Kindertagesstätten und ökologisch interessierte Privatleute. Die Flattermänner, braune Rhodeländer und schwarze Sussex

mit weißen Federn, frischen Kindheitserlebnisse auf und erinnern daran, was notwendig ist, damit zufriedene Hühner gerne Eier legen. In Hannover-Linden sind das eine ca. 25 Quadratmeter große Rasenfläche, ein mobiles Gehege und ein mobiler Stall. Das Gemeinschaftsgefühl, das diese nachbarschaftlich umgesetzte Aktion mit sich bringt, ist auch ein Ausdruck genossenschaftlichen Geistes. Die Anwohner haben Huhn-Patenschaften übernommen, die Verantwortung für das Wohlergehen der Flattermänner teilen sie sich.

Wegen des großen Erfolgs beherbergt die Genossenschaft auch in diesem Jahr wieder Leihhühner.

Unser Workshop „Bauphysik“

WIR SIND DA!

Wir sind zuversichtlich, dass wir mit unserem Workshop bald wieder in Kitas und Schulen unterwegs sein werden. Zu der einen oder anderen Sommer-Veranstaltung können wir schon kommen.

Statik, Elektrizität, Akustik, Wärmeleitung, Licht und Farben gehören zu den Themen, die in unserem Workshop Bauphysik erforscht werden. Unsere Workshopleiterin arbeitet weiter auch an der Herstellung von kleinen Experimentier-Videos. Die Versuche lassen sich gut zuhause oder in der Kita ausprobieren. Zu finden auf: www.wbgd.de/berlin/workshop-bauphysik

Ansprechpartnerin: Monika Neugebauer.
TEL.: 30302105. **E-Mail:** monika.neugebauer@gilde-heimbau.de

Wegweiser Vielfalt

SICHERE BETONWEGE VERLASSEN – NEUE WEGE BESCHREITEN

Viele Genossenschaften beschreiten bereits neue Wege: Das Grün rund um die Häuser wird vielfältiger, es gibt Insektenhotels und Blühwiesen. Im Rahmen einer Kooperation der Stiftung Mensch & Umwelt mit drei Berliner Wohnungsbaugenossenschaften wurden zudem über knapp vier Jahre ausgewählte naturferne Grünanlagen (rund 6000 m²) in Blühoasen verwandelt. Gefördert wurde das Projekt „Treffpunkt Vielfalt“ im Bundesprogramm Biologische Vielfalt durch das Bundesamt für Naturschutz mit Mitteln des Bundesministeriums für Umwelt. Die für die Pflege zuständigen Gar-

tenbetriebe erhielten mit Abschluss der Baumaßnahmen ein Praxistraining für die fachgerechte Pflege und auch einen Handlungsleitfaden. Und die über 400 Wohnungsbaugenossenschaften mit dem Bauklötzchen-Logo bekamen eine Broschüre mit einem reichen Schatz an Argumenten für die naturnahe Umgestaltung ihrer Grünflächen. www.treffpunkt-vielfalt.de



© Stiftung Mensch & Umwelt



VEGAN ORGANIC FARM
PLANTAGE
OHNE MIST

Genossenschaft – die erfolgreiche Unternehmensform

GENOSSENSCHAFTLICHES GEMÜSE VOM EIGENEN ACKER

Seit Juli 2019 liefert die PlantAge Genossenschaft wöchentlich frisches Gemüse vom eigenen Acker nach Berlin, Frankfurt (Oder) und Umgebung. Die Genossenschaft will zu einer gesunden Umwelt beitragen und erhält viel Zustimmung: Die Gemeinschaft wächst ständig.

„Angesichts der Herausforderungen dieses Jahrhunderts, kann ich einfach nicht abwarten bis ich mein Studium der Ökologie und Umweltplanung an der TU Berlin abgeschlossen habe. Ich möchte heute schon etwas tun. Die Landwirtschaft direkt vor unserer Haustür bietet viele Möglichkeiten die Welt zu verbessern“, sagt Vorstandsmitglied Judith Ruland. Die PlantAge Genossenschaft wurde am 15. September 2018 gegründet. Das Team besteht aus Vorstand, Aufsichtsrat, Ackerteam, Ausliefererteam, Officeteam und Volunteers und natürlich vielen Genossenschaftsmitgliedern.

Als Mitglied bekommt man wöchentlich eine Gemüsebox in den eigenen Kiez geliefert. Dazu gibt es einen Gemüsebrief mit hilfreichen Tipps. Wer umfangreicher beliefert werden möchte: Eine regionale Vollversorgung ist gerade im Aufbau. Erste Produkte gibt es bereits im Online-Shop – auch für Nichtmitglieder. Je mehr Haushalte Plant-Age versorgt, desto reichhaltiger,

günstiger und qualitativer wird das Angebot. Deshalb freut sich die Genossenschaft über jedes neue Mitglied.

UND SO FUNKTIONIERT ES

Mit dem Eintritt in die PlantAge Genossenschaft und einer Beteiligung von mindestens einem Genossenschaftsanteil à 150 Euro wird man Mitglied. Die Kosten für den Anbau, die Logistik, die Löhne, das Saatgut und vieles mehr tragen alle Mitglieder gemeinsam. Diese werden jede Anbausaison neu berechnet. Seit Juli 2019 rechnet PlantAge mit Kosten von 79 Euro pro Mitglied und Monat. Kommen weitere Haushalte dazu, kann sich die Kostenverteilung langfristig etwas senken.

MAN WEISS GANZ GENAU, WO SEIN GEMÜSE HERKOMMT

„Die Ernte ist das Ergebnis unseres gemeinschaftlichen Engagements und wird, wie die Kosten auch, zu gleichen Teilen auf alle GenossInnen aufgeteilt. Unsere frischen Gemüseboxen liefern

wir an eine der zahlreichen Abholstationen nach Berlin und Brandenburg. Durch Anbauabsprachen mit Kooperationsbetrieben aus der Region erhöhen wir die Gemüsevielfalt und verteilen das Ausfallrisiko“, erklärt Frederik Henn.

Ihr Engagement können die Mitglieder selbst festlegen. Es gibt z. B. keine verpflichtenden Ernteeinsätze. Alles ist denkbar: still genießen, gelegentlich bei der Ernte Hand anlegen, beim Hoffest mithelfen oder engagiert Projekte initiieren. Je mehr sich engagieren, desto stärker wächst PlantAge.

Die Vorteile: Man kennt die Menschen persönlich, die die Lebensmittel anbauen und kann sich sicher sein, dass sie faire Gehälter bekommen. Das Gemüse kommt ohne lange Transportwege, Kühlketten und Lagerung aus. Und durch die Vorfreude auf Gemüse im Laufe der jeweiligen Jahreszeiten bekommt man ein Gefühl für die saisonale Verfügbarkeit der Produkte und schätzt sie wieder mehr.

AUSPROBIEREN UND MITGLIED WERDEN

Um den Einstieg zu erleichtern, bietet PlantAge eine 6-wöchige Testphase an – genug Zeit, um festzustellen,

ob man Teil einer solidarischen Landwirtschaft sein möchte. Wer das schon genau weiß, kann einen Jahreserntevertrag abschließen für insgesamt 46 Lieferungen. Jede einzelne Lieferung wird mit 20 Euro berechnet. Die Gemüsebox muss in der Testphase mit einer Woche Vorlaufzeit gekündigt werden.

Ein Mitgliedsanteil kostet 150 Euro. Die monatlichen Kosten liegen bei 79 Euro – Gemüseversorgung inklusive.

PlantAge eG, Müllroser Chaussee 76c, 15236 Frankfurt (Oder).

Tel.: 03 35 50 08 84 73.

www.plantage.farm



StandUpClub Berlin, Alt-Treptow

Stadtspaziergang

RUNTER VOM SOFA – RAN ANS STEHPADDELN

Stand Up Paddling – kurz SUP genannt – wird auch in Berlin immer beliebter. Kein Wunder bei so vielen Seen und Flüssen in der Stadt. Ein Brett, ein Stechpaddel und los geht's. Gemütlich oder sportlich. Gut – ein wenig Übung braucht es schon, aber es macht auf jeden Fall glücklich.

Schon die Polynesier paddelten stehend mit ihren Kanus über die Riffe auf Tahiti hinaus, um fischen zu können. Auf Hawaii haben vor allem Surflehrer die Möglichkeit genutzt, im Stehen ihre Gruppen zu überblicken. In den 50er Jahren waren sie es, die stehend auf einem Longboard hinauspaddelten, um von den Surftouristen Fotos zu machen.

Stand Up Paddling ist im Gegensatz zum Surfen viel einfacher zu erlernen. Und das in jedem Alter. Voraussetzung: Man sollte schwimmen können und über Gleichgewichtssinn verfügen oder ihn schon mal trainieren. Wer mag, kann sich Stehpaddeln selbst beibringen, aber mehr Spaß macht der Anfang natürlich in einer Gruppe. Das Kursangebot an den Berliner Gewässern ist vielfältig. Meist lassen sich vor Ort auch gleich Board und Paddel ausleihen. So kann man ausprobieren, ob einem der Sport liegt.

STANDUPCLUB IN ALT-TREPTOW

Zu diesem Verleih gelangt man durch den Eingang des Badeschiffs. Wer vorher ein SUP gebucht hat, bezahlt nur reduzierten Eintritt. Das Badeschiff bringt Vorteile mit sich wie Toiletten, Liegestühle, Bar und einen Imbiss, Umkleiden und einen sauberen Pool mitten in der Spree – nicht zu vergessen die tollen Aussichten wie Molecule Man, Treptower Park, Fernsehturm, Insel der Jugend, Oberbaumbrücke und Rummelsburger Bucht.

StandUpClub Berlin, Eichenstr. 4, Treptow. Mo - Fr 12-21 Uhr, Sa 10-21 Uhr, So 10-20 Uhr. Ab 14 Euro/Stunde.

www.standupclub.de

SUPFUX IM SÜDWESTEN AN DER SPREE

Zwischen Schöneweide und Köpenick liegt der Mellowpark und der Supfux SUP-Verleih. Von hier aus lässt sich auf verschiedenen Routen paddeln. Wer

auch seinen Abend am Wasser verbringen will, kann sich dazu ein Grillbarbecue, einen Lagerfeuerabend oder einen Cocktailabend buchen.

Supfux, An der Wuhlheide 250, Köpenick. Mo - Fr 12-20 Uhr, Sa + So 12-20 Uhr. Ab 10 Euro/Std. www.supfux.de

NALANI SURFING AM MÜGGELSEE

Direkt auf dem Gelände des Seebades Friedrichshagen am Müggelsee gelegen, kann man sich hier eins der 70 SUPs ausleihen, die der Verleih zur Verfügung stellt. Reservieren kann man die Bretter allerdings nicht. Aber eine kleine Wartezeit lässt sich hier am Wasser gut aushalten. Tipp: Dieser Stand Up Paddling-Verleih ist perfekt für einen Ausflug mit der ganzen Familie.

Nalani Surfing, Müggelseedamm 216, Friedrichshagen. Tgl. 10-19 Uhr. Ab 10 Euro/Std. www.nalani-supsurfing.com

BÜCHER ZUM SPORT

© Delius Klasing



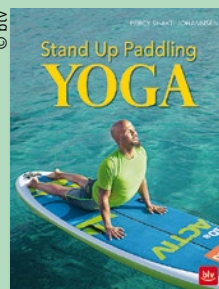
SUP - Stand Up Paddling – Material, Technik, Spots, Christian Barth. Delius Klasing Verlag. 4. Auflage 2019. 176 Seiten. 13,99 Euro. **ISBN: 978-3-667-11674-1**

© Delius Klasing



Pilgern mit Paddel – Auf dem Jakobsweg mit SUP, Timm Kruse. Delius Klasing Verlag 2020. 208 Seiten mit 72 Abb. 19,90 Euro. **ISBN: 978-3-667-11978-0**

© blv



Stand Up Paddling Yoga, Percy Shakti Johannsen. blv. 64 Seiten mit 110 Fotos. 12 Euro. **ISBN: 978-3-8354-1661-1**



Stand Up Paddling in Zehlendorf



Stand Up Paddling, Zehlendorf

WASSERLÄUFER MIT LENKER IN KÖPENICK

Anders als die normalen SUP-Boards sind die Boards bei diesem Verleih mit Steppern und einem „Lenker“, über den das Board gesteuert wird, ausgestattet. Dieser „Lenker“ kann individuell der Körpergröße angepasst werden.

Wasserläufer, Müggelheimer Str. 1, Köpenick. Mo - Fr 12-20 Uhr, Sa + So 11-20 Uhr. Ab 15 Euro/Std. www.wasserlaeufer.berlin

WASSERSPORT AM WANNSEE

Der Fitness-Aspekt steht hier im Vordergrund. Die verschiedenen Kurse für Fitness, Body Workout und Wellness bieten ein ganzheitliches und gelenkschonendes Ausdauer-Training. Durch das Paddel stärkt man die Oberkörpermuskulatur, den Bauch und den Rücken.

Wassersport Center Berlin, Wannseebadweg 25, Wannsee. Tgl. 10-18 Uhr. Ab 12 Euro/Std.

www.wassersportcenter-berlin.de

STAND UP PADDLING IN ZEHLENDORF

Am idyllischen Schlachtensee liegt die Verleihstation Steh-Paddler. Das ruhige Wasser und die windgeschützte Lage sind ideal für Anfänger. Hier wird eine große Auswahl an Events und Kursen geboten. Vorteil: Wer nach dem Paddeln

hungrig ist, kann sich in der am Wasser gelegenen Fischerhütte und dem dazugehörigen Biergarten niederlassen. Übrigens: Die Steh-Paddler haben ihren eigenen Shop für Equipment in der Goerzallee 299 in Zehlendorf.

Stand Up Paddling Verleih Berlin, Fischerhüttenstr. 136, Zehlendorf. Mo - So 9-21 Uhr. Ab 15 Euro/Std. www.steh-paddler.com

PADDLING UND SUP-YOGA AM WANNSEE

In Toplage, am Großen Wannsee 58 B, direkt unter dem Flensburger Löwen: Für die Anfänger gibt es hier einen Kurs zur Einführung, in dem alles was wichtig ist, erklärt wird (40 Euro). Für alle, die entspannen möchten, gibt es das aktuell sehr beliebte zweistündige SUP-Yoga (30 Euro). Wer es aber lieber abenteuerlich mag, kann an einer der drei Touren teilnehmen: Rund um die Halbinsel Schwanenwerder, um die Pfaueninsel oder entspannt durch kleine Kanäle paddeln und die Häuser betrachten.

Standup Wannsee, Am Großen Wannsee 58 B, Wannsee. Tgl. 10-19:30 Uhr. Ab 14 Euro/Std. www.standup-wannsee.de

KANU-LIEBE AUF DER INSEL DER JUGEND

Für alle die noch nie auf einem Stand Up-Board standen, ist dieser Verleih ein guter Ort, um ungestört üben zu können. Zu Beginn bekommt man eine Einweisung, wie man am besten auf dem Board steht und dann kann man auf einem Nebenarm der Spree in Ruhe üben, bevor man sich raus auf die Hauptspree wagt.

Kanu-Liebe, Alt-Treptow 6, Treptow. Mo - Fr 12-20 Uhr, Sa + So 10-20 Uhr. Ab 10 Euro/Std. www.kanuliebe.com

SUPRIDE: ONLINE

Supride Stand Up Paddling ist ein relativ junger Berliner Anbieter, der ohne feste Station online die aufblasbaren Boards tage- und wochenweise vermietet. Ab zwei Miettagen ist die Lieferung des SUPs kostenfrei. Wer noch gar keine Erfahrung hat, kann über Supride auch einen Kurs buchen.

Supride Stand Up Paddling. Pro Tag 35 Euro, zwei Tage 60 Euro. Lieferung nur innerhalb Berlins. www.supride.de

SHOPS FÜR STEHPADDLER

Die meisten Menschen entscheiden sich für aufblasbare Boards, die gibt es ab rund 400 Euro. Bei festen Brettern – eher für Profis – geht es ab 950 Euro los. Für Anfänger sollte ein Brett mindestens 78 Zentimeter breit sein. Schmalere Bretter erfordern anspruchsvolleres Fahren.

SUP-SHOP

Seit 2015 gibt es im Goerzwerk in Zehlendorf, alles was Stand Up-Paddler brauchen – hauptsächlich Boards, aber auch Kleidung und Paddel. An der dazugehörigen SUP-Station am Schlachtensee kann man die Bretter vor einem Kauf ausleihen und ausprobieren.

Sup-Shop, Goerzallee 299, 14167 Berlin. Tel.: 21 46 13 07. Mo - Fr 10-16 Uhr. www.sup-shop.berlin

SUP-SHOP-BERLIN

In diesem Friedrichshainer Shop gibt es Boards und Zubehör – stationär und online.

Sup-Shop-Berlin, Boxhagener Str. 106, 10245 Berlin. Tel.: 44 02 42 13. www.sup-shop-berlin.de

© Delius Klasing



Yoga auf dem SUP, Philipp Moser und Beate Egger. Delius Klasing Verlag 2021. 144 Seiten mit 257 Abb. 19,90 Euro. ISBN: 978-3-667-12106-6



FAHRER-Taschen

© FAHRER Berlin



Made in Berlin

FAHRRADZUBEHÖR: INNOVATIV UND NACHHALTIG

Im Jahr 2004 wurden die ersten FAHRER-Hosenbänder aus recycelten LKW-Planen in einer Wohngemeinschaft in Berlin genäht und auf Design-Weihnachtsmärkten verkauft. Der Zuspruch war groß und die Produktion wurde professioneller: Produktfotos entstanden, eine Internetpräsenz wurde aufgebaut und die ersten Händler zum Verkauf der FAHRER-Bänder gewonnen.

Vier Jahre später gründete Joachim Leffler FAHRER Berlin und weitere Artikel kommen kontinuierlich dazu: eine Fahrradtasche und die Smartphone Halterung „Spitzel“ – ein echter Bestseller, Taschen- und Gepäckträgerlösungen ebenso wie der Ballhalter für das Rad und seit 2013 alles was man rund um das E-Bike benötigt. Und das

alles recycelt aus zehntausenden PET-Flaschen.

„Macht das Sinn? Macht das Spaß? Gibt es das schon? Diese drei Fragen stehen stets am Anfang, denn alle unsere Artikel haben ihren Ursprung im Eigenbedarf“, erklärt Co-Geschäftsführer Philipp Elsner-Krause.

Zum Team gehören heute acht MitarbeiterInnen, einige Freiberufler und seit 2018 bildet FAHRER auch aus.

Nachhaltigkeit und verantwortungsvolles Wirtschaften sind dem Unternehmen besonders wichtig: „Wir haben klein angefangen und immer wieder reinvestiert. Heute sind wir ein gesundes, eigenfinanziertes Unternehmen, das in Pandemiezeiten seine Partner unterstützen kann“.

FAHRER Stores: **Mitte:** Friedrichstr. 40, 10969 Berlin. **Tel.:** 54 90 59 69. Di - Fr 11 - 19 Uhr, Sa 11 - 16 Uhr. **Pankow:** Roelckestr. 92, 13088 Berlin. **Tel.:** 549 05 96 92. Mo - Fr 9.30 - 18 Uhr, Sa 12 - 18 Uhr.

www.fahrer-berlin.de



© FAHRER Berlin



© mompreneurs

Die gute Idee

MOMPREENEURS

Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie wird vielfach gefordert, aber die Realität sieht nach wie vor anders aus. Einfach um flexibler arbeiten zu können, machen sich viele Mütter selbstständig. Das heißt auf keinen Fall weniger Arbeit. Im Gegenteil. Neue Aufgaben müssen bewältigt werden: Businessplan aufstellen, Kranken-, Renten- und Sozialversicherung klären, eine eigene Website erstellen, sich um Buchhaltung und Mitarbeiter kümmern.

Da fühlt man sich schnell allein. Dieses Gefühl kannte Esther Eisenhardt, Betriebswirtin und Mutter von zwei Töchtern, gut. Wer sich selbstständig macht, hat viele Fragen, deshalb gründete sie 2015 das Online-Netzwerk „Mompreneurs“ und gleichzeitig auch die erste „Mompreneurs Meetup Gruppe“ in Berlin. Denn die Mütter sollten sich auch außerhalb der virtuellen Welt vernetzen. Inzwischen finden in zehn Großstädten regelmäßig solche lokalen



Rebowl-Mehrwegverpackung

© Rebowl

Mehrwegverpackung

DER HENKELMANN IST WIEDER DA

Schon bisher haben wir jede Menge Müll produziert. In der Pandemie ist noch mehr dazugekommen: Neben den vielen verpackten Online-Einkäufen, gab es auch mehr Verpflegung per Lieferdienst: Die Essensverpackungen quellen aus Mülltonnen und öffentlichen Abfalleimern an der Straßenecke, im Gebüsch tummeln sich Pappbecher und Pommesschalen.

Früher ging das anders: Die Bergmänner im Ruhrgebiet nahmen bis in die sechziger Jahre im Henkelmann ihr Mittagessen mit zur Arbeit, das vor Ort dann erwärmt wurde. Einige Berliner Restaurants beleben dieses Prinzip. Ein Beispiel ist die „Rebowl“, eine Kunststoffschüssel mit transparentem Deckel, die man für 5 Euro mitnehmen kann. Man kann sie direkt zurückge-

geben oder in einem anderen Restaurant, das mit diesem System arbeitet. Das sind über 40 Lokale, vorwiegend in Friedrichshain und Prenzlauer Berg. Ein Konzept für Mehrwegschalen bietet auch die Firma Vytal an, das in Berlin in rund 120 Cafés und Restaurants verwendet wird. Die Ausleihe wird hier über eine App geregelt, Pfand fällt nicht an. Nur wer die Schalen innerhalb von zwei Wochen nicht zurückbringt, wird zur Kasse gebeten. Viele Restaurants befüllen auch mitgebrachte Gefäße – jede eingesparte Verpackung zählt. Und wir können schon mal üben: Bis 2023 will der Gesetzgeber das Angebot der Mehrwegverpackung für Restaurants, Bistros und Cafés zur Pflicht machen.

www.rebowl.de

www.vytal.org

Treffen in zentraler Lage statt. Oft werden bei den Treffen auch Vorträge angeboten, zum Beispiel: „Arbeitet meine Website für mich?“.

Schon im Jahr 2016 gab es laut Studie der KfW Bank 105000 Existenzgründungen durch Mompreneurs. Das entspricht einem Anteil von 16 Prozent an allen Gründungen. Mittlerweile vereinigt das Netzwerk über aktive 20000 Mompreneurs, die ihren eigenen Weg gehen. „Wir sind überzeugt, dass Mütter eine der meist unterschätzten Ressourcen in unserer Wirtschaft sind. Das wollen wir ändern! Wir brauchen mehr Mütter und Mompreneurs, die zeigen,

dass es auch anders geht und den Mut haben, Erfolg in einer überwiegend männlichen, Venture Capital geprägten Unternehmerwelt selbst und neu zu definieren“, so steht es auf den Seiten des Netzwerkes.

Esther Eisenhardt hat ihr erfolgreiches Netzwerk mittlerweile in die Hände von Heike Kotthoff gegeben und sich neuen Aufgaben zugewandt: Als „Angebotsmacherin“ ist es ihre Mission Unternehmerinnen und Unternehmer bei ihrem Angebot zu unterstützen. Einmal Gründerin, immer Gründerin...

www.mompreneurs.de



© be.bra Verlag

Buchtipp

DIE REISE EINER DEUTSCHEN HUGENOTTEN-FAMILIE

Aufgrund des Toleranzedikts des Großen Kurfürsten aus dem Jahre 1685 siedelten sich in Berlin und Umgebung viele Hugenotten an, um der Verfolgung im katholischen Frankreich zu entgehen. Gegen Ende des 17. Jahrhunderts war die Gemeinde der Franzosen in Berlin auf etwa 5000 Mitglieder angewachsen – damals immerhin 20 Prozent der Bevölkerung.

Ende 1685 beginnt auch die abenteuerliche Flucht der Familie Tisse quer durch Europa. Ihre Reise führt sie über die Uckermark bis nach Ostpreußen und endet erst 300 Jahre später in Berlin. Autor Jochen Thies begibt sich in diesem Buch auf eine bewegende Spurensuche, die zu den Schauplätzen des Geschehens führt und die enge Verflechtung von Vergangenheit und Gegenwart deutlich macht.

Wer den Spuren der Hugenotten folgt, sieht Orte und Landschaften mit anderen Augen und begreift, dass Migration schon immer ein Teil der europäischen Geschichte war. Ankommen ist ein langer Prozess.

Die Reise, die 300 Jahre dauerte – Schicksalswege einer deutschen Hugenotten-Familie, Jochen Thies. 192 Seiten, 28 s/w-Abbildungen. be.bra Verlag 2021. 22 Euro, ISBN: 978-3-89809-185-5



Foto: Max Jackwerth
© BWSG

Gesundheitssport in Berlin

JETZT (WIEDER) AKTIV WERDEN!



Berlin vom Wasser aus ENDLICH! LEINEN LOS!

Durch die Corona-Pandemie haben viele Menschen mit gesundheitlichen Folgen zu kämpfen – aufgrund einer durchlebten Infektion, aber auch aufgrund fehlender Bewegung und sozialer Kontakte. Werden Sie jetzt aktiv – ob als Einsteiger oder Wieder-Anfänger.

Unabhängig vom Alter hilft regelmäßige Bewegung, die Leistungsfähigkeit zu steigern und somit zur Gesundheit beizutragen. So weisen trainierte 60-Jährige bei Untersuchungen regelmäßig eine bessere Fitness auf als untrainierte 40-Jährige. Wer jetzt startet und sich regelmäßig zwei- bis dreimal pro Woche für wenigstens 30 Minuten bewegt, kann auch noch im hohen Alter seine Beweglichkeit verbessern und dem Muskelabbau entgegenwirken.

Der Sport-Gesundheitspark Berlin e.V. mit über 30 Jahren Erfahrung und Kompetenz steht Ihnen dabei gerne zur Seite: In über 20 präventiven oder indikationsspezifischen Angeboten stehen Ihnen rund 900 Trainingsgruppen zur

Auswahl – ob Wassergymnastik, medizinisches Krafttraining oder ein leichter Gesundheitssport. Sie trainieren in festen Kleingruppen bei qualifizierten Sportwissenschaftlern. Bei Bedarf wird auch eine sportmedizinische Betreuung sichergestellt.

GRATIS-MONAT FÜR GENOSSENSCHAFTSMITGLIEDER

Für unsere Mitglieder gibt es ein exklusives Willkommensangebot: Trainieren Sie mind. drei Monate als Vereinsmitglied (gemäß Vereinssatzung) und bekommen einen Monat Gratis-Mitgliedschaft.

5 x in Berlin: **Charlottenburg im Olympiapark**, Hans-Braun-Straße 1, Tel.: 81 81 20. **Hohenschönhausen im Sportforum**, Fritz-Lesch-Straße 29, Tel.: 72 626 720. **Wedding im EGZB**, Reinickendorfer Straße 61, Tel.: 45 08 35 50. **Wilmerdorf**, Forckenbeckstraße 21, Tel.: 89 79 170. **Zehlendorf am Oskar-Helene-Heim**, Clayallee 225c, Tel.: 84 71 95 50.

www.sport-gesundheitspark.de

Seit 22. Mai sind die Ausflugsschiffe der Berliner Reederei BWSG wieder auf der Spree unterwegs. Endlich! Natürlich müssen weiterhin das Abstandsgebot und die Hygieneregeln eingehalten werden sowie bestimmte Voraussetzungen vor Fahrtantritt erfüllt sein. „Die ersten Wochen geben ein wenig Zuversicht zurück. Wir sind sehr froh, dass wir wieder mit Gästen auf das Wasser dürfen“, so Frank Westphal von der Reederei.

TOUR A • CITY-SPREEFAHRT:

Einstündige Stadtrundfahrt auf dem Wasser.

TOUR B • EAST-SIDE-TOUR:

Einmal täglich 2,5 Stunden Berlin vom Wasser aus erleben.

TOUR C • ARCHITEKTUR:

Kombi-Tour (2,5 Stunden) zu Wasser und zu Land (ein Termin im Monat).

Anlegestelle: „Alte Börse“, 10178 Berlin, Burgstraße 27, auf der Uferseite des Nikolai Viertels am Hackeschen Markt.

www.bwsg-berlin.de

RENAISSANCE THEATER BERLIN ENDLICH! VORHANG HOCH!

Wie in allen Berliner Theatern musste auch das Team vom Renaissance-Theater geduldig und flexibel sein. Aber nun endlich durfte der Vorhang hochgehen. „Wir sind überglücklich, nun endlich wieder für unser Publikum da sein zu dürfen“, so Intendant Guntbert Warns. Hier ein kleiner Programmüberblick:

AMAZING FAMILY

Die Reise der Familie Mann – ein anderes Porträt einer Familie (Premiere war am 27. Juni).

DAS JAGDGEWEHR

Tina Engel verkörpert alle fünf Personen und entwickelt diese klassisch-moderne japanische Erzählung zum Schauspiel. **Premiere:** 11. September

KÖNIG LEAR

Shakespeares Geschichte vom Alten König Lear, der auf dem Höhepunkt seiner Herrschaft die Früchte seines

Lebens genießen möchte, in aktueller Inszenierung mit frischen Perspektiven. **Premiere:** 1. Oktober

WIEDER AUF DEM SPIELPLAN

Im Juli und September u.a. zu sehen: Die Vodkagespräche – eine gespielte Lesung, Robert Kreis mit seinem humorvollen Spaziergang „Mein Berlin“ und das Kultstück „Hedwig and the Angry Inch“.

Renaissance-Theater Berlin, Hardenberg-/Ecke Knesebeckstr. **Karten:** 312 42 02.

www.renaissance-theater.de



Impressum:

»Viel gemeinsam« | Redaktion: Thorsten Schmitt (V.i.S.d.P.), Monika Neugebauer, Gilde Heimbau Wohnungsbau-Gesellschaft mbH, Knobelsdorffstraße 96, 14050 Berlin | Gestaltung: Elo Hüskes | Druck: Medialis Offsetdruck GmbH | Auflage: 53000 | Berlin, Sommer 2021



▶ Weißt du was ...?!

Warum wird unsere Haut im Alter faltig?

Im Alter ist die Haut nicht mehr so elastisch und kann nicht mehr so viel Wasser speichern. Willst du später mal nicht so viele Falten haben? Dann creme dich immer ausreichend mit Feuchtigkeitscreme (und Sonnenschutz) ein und trink immer viel! Das Wasser wirkt in der Haut wie ein Polster und glättet Falten. So wie in diesem Experiment: **Male einen Kreis auf Papier und drum herum ganz viele Zacken als Blütenblätter. Male die entstandene Blume mit Buntstiften aus und schneide sie aus.** Nun falte alle Zacken nach innen. Fülle einen Teller mit ein wenig Wasser und lege die geschlossene Blume aufs Wasser. Du wirst beobachten, dass sich die Zacken

wie Blütenblätter aufrichten, die Papierblume langsam erblüht und dabei ihre bunte Innenseite freigibt. Wie kommt das? Die Holzfasern quellen im Wasser auf, strecken dabei das Papier und die Falten sind verschwunden. Mit der Blume kannst du übrigens auch prima Botschaften übermitteln, die du zuvor auf die Innenseite geschrieben hast.



▶ Wissenswert

Was macht der Regenwurm bei Regen?

Nach Regenschauern findet man häufig Regenwürmer auf dem Boden. Hat sie der Regen aus der Erde gelockt? Regenwürmer können wochenlang im Wasser überleben, solange etwas Sauerstoff im Wasser gelöst ist. Regenwürmer nehmen Sauerstoff über die Haut auf und sondern das Gas Kohlendioxid (CO₂ – eine chemische Verbindung aus Kohlenstoff und Sauerstoff) ab.



Durch den Regen kann in ihrem unterirdischen Röhrensystem zu viel Kohlendioxid entstehen und sie kommen lieber raus, bevor sie ersticken. **Ein weiterer Grund ist die Angst der Regenwürmer vor den Maulwürfen.** Die

fressen nämlich gern Regenwürmer. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass die auftreffenden Regentropfen eine Schwingung im Boden verursachen, die wohl die gleiche Frequenz hat wie der Krach, den ein grabender Maulwurf macht. Also fliehen die Regenwürmer lieber nach oben. Oben angekommen droht ihnen eine noch größere Gefahr: Die Würmer haben eine überaus empfindliche Haut und können sich sogar bei Regen so stark im Sonnenlicht verbrennen, dass ihre Hautatmung nicht mehr funktioniert und sie sterben. Hilfe für Regenwürmer: Solltet ihr einen Wurm sehen, der sich noch bewegt, legt am besten ein Blatt über ihn. Dann kann er sich wieder eingraben.

▶ Quiz: Knifflige Farben

Lies die Wörter der Reihe nach laut vor, aber anstatt der Wörter sage die Farbe der Wörter. Das ist gar nicht so einfach, da unser Gehirn das Wort zuerst „liest“...

gelb	blau	orange	schwarz	rot	grün
violett	gelb	rot	orange	grün	rot
blau	rot	violett	grün	blau	orange

Illustrationen: Dominik Joswig

GEMEINSAM ENTDECKEN
Unsere Kinderseite



service



Fotos: mundraub.org



Essbare Stadt Treptow-Köpenick Stadtfrüchte ernten

Im öffentlichen Raum stehen viele Nutzpflanzen, die zur allgemeinen Ernte freigegeben sind. Leider ist dies oft nicht bekannt und das Obst verkommt ungenutzt. Das Netzwerk „Essbare Stadt“ der Plattform mundraub.org möchte die Nutzung und Pflege der Obstgehölze fördern.

Bereits seit über zehn Jahren gibt es die Plattform mundraub.org. Hier können interessierte Obstfans Standorte von Obstbäumen und -sträuchern und Wissenswertes zu den Pflanzen in einer interaktiven Karte markieren. Begonnen in Deutschland sind mittlerweile europa- und bereits weltweit Nutzpflanzen auf der Karte zu finden. So lässt sich der Standort eines Gra-

natapfelbaumes in Kyoto genauso gut ausmachen, wie der eines Kakibaumes in Melbourne. Wem das zu weit ist, braucht nur mit offenen Augen durch unsere Stadt oder unseren Bezirk zu gehen.

Kommunale Bäume registriert

Unter dem Begriff „Essbare Stadt“ sind seit drei Jahren auch die Kommunen aufgerufen, öffentliche Obstbäume mit den Bewohnern zu teilen. So können kommunale Baumkatasterdaten eingepflegt und die Daten für alle nutzbar gemacht werden. Auch Treptow-Köpenick plant eine Datenkooperation mit mundraub.org.

Nicht jedes Grundstück hat einen Zaun

Die Eintragungen der Kommunen sind eindeutig zu erkennen. So markiert Berlin die offizielle Listung mit „Stadt Berlin“. Hier kann man also sicher sein, dass es sich um Pflanzen im öffentlichen Raum handelt, von denen geerntet werden darf. Alle von Privatpersonen eingetragenen Hinweise sollten vor Ort kontrolliert werden. Denn nicht alle privaten Grundstücke sind mit einem Zaun abgegrenzt. Auch nicht in unseren Wohngebieten. Also lieber fragen, bevor für den eigenen Bedarf geerntet oder genascht wird!

Berliner Freiwilligentage Kräuterwanderung an der Wuhle

Gemeinsam mit LiK, „Wuhletreff“ und Unionhilfswerk bieten wir am 16. September zu den diesjährigen Freiwilligentagen (10. – 19. September) wieder unseren Kiezspaziergang an.

Unter fachkundiger Anleitung geht es dieses Mal um die Kräuter, die

am Wuhle-Wanderweg zu finden sind. Was wächst wo und was ist eine leckere und gesunde Ergänzung für unseren Speiseplan?

Kommen Sie mit und lernen Sie Ihren Kiez von einer anderen Seite kennen. Geplanter Start ist 14 Uhr am Jugendklub Horn in der Hoern-

lestraße. Nach ca. einer Stunde geht es zum gemeinsamen Ausklang bei Kaffee und Kuchen in den „Wuhletreff“.

Anmeldungen und weitere Informationen unter: www.gemeinsamesache.berlin





©Robert Kneschke 2021, Stock.Adobe.com

Senat verabschiedet neue Leitlinien zur Seniorenpolitik Teilhabe im Alter

Die Berliner Seniorenpolitik will und muss die Vielfalt an Lebensformen und Bedürfnissen der Generation 60plus berücksichtigen und entsprechende Rahmenbedingungen schaffen. Deshalb hat der Berliner Senat am 4. Mai neue Leitlinien der Berliner Seniorenpolitik beschlossen, die sich an der aktuellen Situation älterer Bewohner in unserer Stadt orientieren.

Die neuen Leitlinien lösen die in 2013 vom Berliner Senat beschlossenen ab. Es werden politische Ziele formuliert und Handlungsfelder für Politik und Verwaltung benannt, damit Zugehörigkeit im Alter möglich ist. Das Hauptziel der neuen Leitlinien soll sein, die Bedingungen für eine umfassende Teilha-

be im Alter zu verbessern und dazu beizutragen, dass ältere Menschen in Berlin ein eigenverantwortliches Leben in der Gemeinschaft führen können.

Durch die Zusammenfassung von Themenfeldern soll die Zusammenarbeit der Verwaltungen gefördert werden. Zudem hat der Senat einen Maßnahmenkatalog zu den Leitlinien verabschiedet. Darin stehen mehr als 60 konkrete Maßnahmen für ältere Menschen, zum Beispiel zur Verhinderung von Altersdiskriminierung, zur Stärkung der Vielfalt innerhalb der bezirklichen Seniorenvertretungen, zum barrierefreien Ausbau der Verkehrsinfrastrukturen und zur Stärkung der ambulanten Pflegestrukturen.

Die Leitlinien und insbesondere die Maßnahmen wurden mit Hilfe von Partizipation entwickelt. Daran wirkten Vertreterinnen und Vertreter der Senatsverwaltungen mit, der Bezirksämter und der Seniorenmitwirkungsgremien. Diese Akteure werden auch zukünftig eng zusammenarbeiten und in regelmäßigen Abständen die Umsetzung der beschlossenen Maßnahmen prüfen und bei Bedarf neue Maßnahmen formulieren.

Informationen im Netz:

www.ue60.berlin

www.aktive-berliner-senioren.de

www.berlin.de (BA Treptow-Köpenick)

Festival of Lights 2021 Genossenschaften erleuchten Köpenicker Rathaus

Vom 3. bis 12. September findet das diesjährige Festival of Lights statt. Bereits zum 17. Mal werden kleine und große Wahrzeichen, geschichtsträchtige Gebäude und architektonische Highlights in Berlin mit spektakulären Lichtinstallationen in Szene gesetzt.

Das Festival ist seit Jahren ein großer internationaler Publikumsmagnet. Gerade in den zentralen Bezirken finden sich sehr viele Orte zum Anschauen und Bestaunen. Das sich unser Bezirk hierbei nicht zu verstecken braucht, konnten wir im vergangenen Jahr unter anderem mit dem Schloss Köpenick und dem Köpenicker Rathaus un-

ter Beweis stellen. Gemeinsam mit sieben weiteren Genossenschaften aus unserem Bezirk sorgten wir dafür, dass sich das Rathaus mit bezirkstypischen Bildern sehen lassen konnte. Das wollen wir in diesem Jahr wiederholen und planen erneut gemeinsam, das Köpenicker Rathaus zu einem echten Highlight des Festival of Lights zu machen. **Schauen Sie doch mal vorbei und schicken uns ein Foto Ihrer Eindrücke des Festivals.**

Freikarten zu gewinnen!

„Gracias Astor!“
Zum 100. Geburtstag
von Astor Piazzolla in
der Philharmonie Berlin



Foto: Neda Narvaez

Das Duo Runge & Ammon

Genossenschaftskonzert „Gracias Astor!“ Zum 100. Geburtstag von Astor Piazzolla

Gemeinsam mit dem Duo Runge & Ammon laden das Deutsche Kammerorchester Berlin und wir Sie im Oktober zu einer ganz besonderen Matinée in den Großen Saal der Philharmonie Berlin. Zum 100. Geburtstag von Astor Piazzolla werden einige seiner berühmtesten Tangos gespielt.

Es wird aber nicht nur Piazzollas Geburtstag gefeiert, sondern auch das Bühnenjubiläum von Runge & Ammon. Seit 25 Jahren entführen sie in eine kammermusikalische Welt um Jazz, Tango, Rock-, Theater- und Filmmusik. Außerdem ist das Duo für seine informative und unterhaltsame Moderation bekannt, mit der das Publikum abgeholt und an anspruchsvolle Themen herangeführt wird.

Freuen Sie sich unter anderem auf:

Carlos Gardel: Por una Cabeza, El Diá que me quieras; Astor Piazzolla:

Libertango, Milonga del Ángel, Fuga 9, Tango Ballett (Arr. Thomas Kalb), Le Grand Tango, Adiós Noniño; Johann Sebastian Bach: Klavierkonzert d-Moll BWV 1052 Allegro (1. Satz); Angel Vil-loldo: El Choclo; Jacob Gadé: Jalousie; Chick Corea: Spain (Konzert-Paraphrase des „Concierto de Aranjuez“); Johann Sebastian Bach: Choral „Ich ruf dir zu, Herr Jesu Christ“, dargeboten von Eckart Runge, Violoncello, Jacques Ammon, Klavier und Gabriel Adorján, Violine & Leitung.

Freikarten für Mitglieder

Die Karten sind exklusiv den Mitgliedern der Wohnungsbaugenossenschaften vorbehalten und können nicht gekauft werden – aber mit Wissen und Glück können Sie sie gewinnen!

Beantworten Sie uns bis zum 31. August 2021 folgende Frage: Welches Instrument begleitete den gebürtigen Argentinier Astor Piazzolla Zeit seines

Lebens und ist typisch sowohl für den klassischen als auch für den von Piazzolla geprägten „Tango Nuevo“?

Verlost werden bis zu vier Karten pro richtiger Antwort (Anzahl bitte angeben). Die Gewinnbenachrichtigung erfolgt schriftlich. Ihre Antwort schicken Sie bitte postalisch an unsere Geschäftsstelle oder per Mail an info@koepenick-nord.de.

Bitte beachten: Die Verlosung erfolgt im Losverfahren und unter Vorbehalt der Durchführung der Veranstaltung. Alle Gewinner werden zum aktuellen Sachstand informiert.

**Genossenschaftskonzert 2021
100. Geburtstag von Astor Piazzolla**

Wann: 10. Oktober 2021, 11 Uhr
Wo: Im Großen Saal der Philharmonie
Berlin, Herbert-von-Karajan-Straße 1,
10785 Berlin

Impressum

Mitgliederzeitung der Wohnungsbaugenossenschaft »Köpenick Nord« eG, Kautsdorfer Str. 209, 12555 Berlin • Auflage 3600 Ex. • Redaktion: »Köpenick Nord«, Manuela Baumert • info@koepenick-nord.de • Gestaltung: Elo Hüskes • Druck: Medialis Offsetdruck GmbH, Berlin • Papier: Condat matt Périgord FSC® mix 115g • Fotos: „Köpenick Nord“, privat • Titelfoto: Manuela Baumert • Redaktionsschluss: 25. Juni 2021 • **Redaktioneller Hinweis:** Aus Gründen der besseren Lesbarkeit verwenden wir die männliche Form. Wir meinen immer alle Geschlechter im Sinne der Gleichbehandlung. Die verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.



Klicken Sie mal rein!
www.koepenick-nord.de



Das Spiel der Könige Freunde des Denksports gesucht

Es soll wieder ein Hauch von Spannung durch den „Wuhletreff“ wehen. Für eine regelmäßige Schachgruppe werden Freunde des Denksports gesucht.

Egal ob Interessierte, Erfahrene oder Anfänger – das Team des „Wuhletreff“ heißt jeden herzlich willkommen. Es warten span-

nende Partien, Austausch rund um das Spiel der Könige und gesellige Runden auf Sie. Oder wie wäre es vielleicht mit einem kleinen Turnier? Ihre Ideen sind willkommen.

„Wuhletreff“
 Zum Wuhleblick 50, 12555 Berlin
 Tel.: 652 72 71
 wuhletreff@1000fuessler-frauen.de

Jugendprojekt Drachenwiese Sport und Spiel im öffentlichen Raum

Das Stadtteilzentrum Campus Kiezspindel in der Köllnischen Vorstadt ist seit Jahren eine feste Größe im Kiez. Freizeit und Beratungsangebote gibt es für jedes Alter – ob Kleinkind oder Senior.

Ein Teil der Stadtteilarbeit ist der Freizeitklub RUDI. In dem Jugendprojekt gibt es Angebote für die sogenannten Lückekinder. Kinder zwischen 9 und 14 Jahren finden Ansprechpartner, Sport, Spiel, Spaß und Betreuung. Zur Erweiterung des Angebotes speziell für Jugendliche (14+) stehen ab sofort 600 Quadratmeter der Drachenwiese zur Verfügung.

Gemeinsam sollen Konzepte zur Nutzung erarbeitet werden. In einem ersten Schritt ist man vor

Ort und kommt mit den Jugendlichen ins Gespräch. Geplant ist vorerst ein vom Grünflächenamt aufgestellter Sichtschutz zur Gliednicker Straße hin, der mit den Jugendlichen gestaltet werden kann. So, wie kleine Kinder ihren Spielplatz und ältere Bewohner ihre Bänke haben, soll erstmals im Gebiet auch für und mit Jugendlichen eine Fläche für Sport und Spiel im öffentlichen Raum entstehen.

Freizeitclub RUDI im Stadtteilzentrum Campus Kiezspindel
 Rudower Straße 37/39
 12557 Berlin

Ansprechpartner:
 Benjamin Schötz, Tel.: 67 48 94 93
 E-Mail: rudi@tjfbg.de
 www.tjfbg.de

Vorstand

Frau Kopplin,
 Kaufm. Vorstandsmitglied 67 77 03-0

Frau Schulz,
 Techn. Vorstandsmitglied 67 77 03-0

Empfang / Gästewohnungen

Frau Stadelmann 67 77 03-0
 Frau Ströh-Rochner 67 77 03-0

Mitgliederwesen / Vermietung

Frau Gogolin 67 77 03-20
 Frau Tenner 67 77 03-35

Öffentlichkeitsarbeit

Frau Baumert 67 77 03-22

Wohnungsverwaltung / Reparaturen

Frau Gareis-Sammer,
 Teamleiterin 67 77 03-41
 Frau Kaddache 67 77 03-13
 Frau Schulz 67 77 03-37
 Frau Pedersen 67 77 03-33
 Frau Zschunke 67 77 03-19

Leiter Technik / Bewirtschaftung

Herr Kulling 67 77 03-17

Baubetreuung

Herr Hoffmann 67 77 03-36
 Frau Martens 67 77 03-46
 Herr Menzel 67 77 03-12

Leiter Rechnungswesen

Herr Naujoks 67 77 03-14

Mietenbuchhaltung

Frau Eichfeld 67 77 03-43

Finanz- und Mitgliederbuchhaltung

Frau Kupczak 67 77 03-24

Betriebskostenabrechnung

Frau Kensy 67 77 03-23
 Frau Kupczak (Grünau) 67 77 03-24

Rechnungswesen

Frau Lorenz 67 77 03-34

Geschäftszeiten

Mo, Mi, Do 8 bis 17 Uhr
 Die 8 bis 18 Uhr
 Fr 8 bis 12 Uhr

Sprechzeiten

Vorübergehend nur nach Vereinbarung.

Bei Notfällen wenden Sie sich bitte an die auf den Hausaushängen genannten Firmen.

Geschäftsstelle

Kaulsdorfer Straße 209 • 12555 Berlin
 Tel.: 67 77 03-0
 E-Mail: info@koepenick-nord.de
www.koepenick-nord.de

Liebe Besucherinnen und Besucher,

Bitte beachten Sie bei allen Angeboten, dass wir aufgrund der aktuellen Corona-Regelungen nur eine begrenzte Teilnehmerzahl zu den Veranstaltungen zulassen können. Melden Sie sich daher bitte rechtzeitig und verbindlich, d. h. mit sofortiger Bezahlung der Veranstaltung, bei uns an.

Ab 22. Juli bieten wir Ihnen alle zwei Wochen einen neuen Nähkurs an, für alle, die schon nähen können oder es lernen möchten. Ab 23. Juli beginnt der wöchentlich stattfindende Kurs „Aquarell-Malerei“. Hierfür suchen wir interessierte Künstlerinnen und Künstler. Bitte wenden Sie sich bei Interesse gerne an uns.

Ihr Team vom „Wuhletreff“

„Wuhletreff“

Zum Wuhleblick 50 · 12555 Berlin

Tel.: 652 72 71

wuhletreff@1000fuessler-frauen.de

www.1000fuessler-frauen.de

Um Anmeldung wird gebeten!

Juli 2021

Mi 14.07. | 12.30 Uhr | Essen p.P. 8,50 €
„Wir bitten zu Tisch!“

Gemeinsames Mittagessen im Wuhletreff (Menü wird kurzfristig bekanntgegeben).

Mo 19.07. | 14.30 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Montagscafé mit Thema: Achtsamkeit
Es berät Sie Guido Bleihökel.

Di 20.07. | 13.30 Uhr | Eintritt 5€, 6€
„Von Kopf bis Fuß“
Mit Kosmetikerin Martina Eichhorn.

Mi 21.07. | 14.30 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Kaffeeklatsch mit Wunschkonzert
Es spielt für Sie das Duo M & B.

NEU ab 22. Juli 2021
alle zwei Wochen donnerstags

10-12 Uhr und 13-15 Uhr

„Geschickt eingefädelt!“

Nähkurs für alle. Kursleiterin Anett Franke steht Ihnen beim Nähen zur Seite.

Mo 26.07. | 14.30 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Montagscafé mit Thema: Lesung
Patricia Holland Moritz liest aus ihrem neuen Roman „Kaßbergen“.

Mi 28.07. | 14.30 Uhr | Eintritt 8€, 10€
„Wir reisen um die Welt“
Teil 1: Spirits of South West. Mit dem Jeep durch den Wilden Westen der USA
Reisedokumentarfilm mit Dr. Rainer Haus.

Do 29.07. | 12.30 Uhr | Essen p.P. 8,50 €
„Wir bitten zu Tisch!“
Gemeinsames Mittagessen im Wuhletreff (Menü wird kurzfristig bekanntgegeben).

Fr 30.07. | 10 Uhr | Eintritt 5€, 6€
NEU: Fit in den Tag
Gesundes Frühstück im Wuhletreff.

August 2021

Mo 2.08. | 13.30 Uhr | Eintritt 3€, 5€
Neu: Kreatives Basteln im Wuhletreff
Aus Wollresten entstehen kleine hübsche Vögel
Unter Anleitung von Hannelore Klafki.

Mi 4.08. | 14.30 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Kaffeeklatsch mit Wunschkonzert
Es spielt für Sie Michael Honza.

Do 5.08. | 13.30 Uhr | Eintritt 1€, 2€
Mit Spaß zum besseren Gedächtnis
Trainingsstunde mit Ursula Gummelt.

Fr 6.08. | 10 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Wandertag im Wuhletreff
Wir erkunden die grüne Umgebung
Treffpunkt Wuhletreff. Im Anschluss kleiner Imbiss im Wuhletreff.

NEU ab 23. Juli 2021
wöchentlich am Freitag
10-12 Uhr

„Aquarell-Malerei im Balkonzimmer!“
Zeichenkurs mit Anett Franke.

Mo 9.08. | 14.30 Uhr | Eintritt 7€, 8€
Lesung: Vom Brot zum Hasenbrot
Geschichten und Sprüche über unser Brot
Michael Schwalbe liest aus seinen Büchern.

Di 10.08. | 13.30 Uhr | Eintritt 3€, 5€
Neu: Kreatives Basteln im Wuhletreff
Unter Anleitung von Hannelore Klafki.

Mi 11.08. | 14.30 Uhr | Eintritt 12€, 14€
„Eine musikalische Weltreise“
Auf dem Akkordeon spielt Galyna Classe.

Mo 16.08. | 14.30 Uhr | Eintritt 8€, 10€
„Wir reisen um die Welt“
Teil 2: Spirits of South West. Mit dem Jeep durch den Wilden Westen der USA
Reisedokumentarfilm mit Dr. Rainer Haus.

Di 17.08. | 13.30 Uhr | Eintritt 5€, 6€
„Von Kopf bis Fuß“
Mit Kosmetikerin Martina Eichhorn.

Mi 18.08. | 14.30 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Kaffeeklatsch mit Wunschkonzert
Es spielt für Sie Bernd Schwerdtfeger.

Mo 23.08. | 12.30 Uhr | Essen p.P. 8,50 €
„Wir bitten zu Tisch!“
Gemeinsames Mittagessen im Wuhletreff (Menü wird kurzfristig bekanntgegeben).

Mi 25.08. | 14.30 Uhr | Eintritt 12€, 14€
„Warum soll er nicht mit ihr...“
Lieder über Berlin, die Liebe und andere Schwächen. Es singt Roswitha Hegewald.

Fr 27.08. | 10 Uhr | Eintritt 5€, 6€
NEU: Fit in den Tag
Gesundes Frühstück im Wuhletreff.

September 2021

Mi 1.09. | 14.30 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Kaffeeklatsch mit Wunschkonzert
Es spielt für Sie Chris.

Do 2.09. | 13.30 Uhr | Eintritt 1€, 2€
Mit Spaß zum besseren Gedächtnis
Trainingsstunde mit Ursula Gummelt.

Fr 3.09. | 10 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Wandertag im Wuhletreff
Wir erkunden die grüne Umgebung
Treffpunkt Wuhletreff. Im Anschluss kleiner Imbiss im Wuhletreff.

Mi 8.09. | 14.30 Uhr | Eintritt 8€, 10€
„Wir reisen um die Welt“
Faszinierendes Schottland, Teil 2
Reisedokumentarfilm mit Dr. Rainer Haus.

Mo 13.09. | 13.30 Uhr | Eintritt 5€
Montagscafé mit Thema: Herbstbastelei
Mit Frau Karpinski.

Mi 15.09. | 14.30 Uhr | Eintritt 6€, 7€
Kaffeeklatsch mit Wunschkonzert
Es spielt für Sie Bernd Schwerdtfeger.

Do 16.09. | 14.00 Uhr
Freiwilligentage in Berlin:
Kiezspaziergang (ca. 1 h)
Start: Jugendclub Horn. Entdecken Sie mit uns Köpenick Nord mit einem Kräuterspaziergang entlang der Wuhle. Anschließend Kaffee und Kuchen im Wuhletreff.

Mo 20.09. | 14.30 Uhr | Eintritt 7€, 8€
Montagscafé mit Thema:
„Ist das Kunsthonig oder echte Kunst?“
Lesung mit Präsentation von Bildern und Zeichnungen des Autors Michael Schwalbe.

Di 21.09. | 13.30 Uhr | Eintritt 5€, 6€
„Von Kopf bis Fuß“
Mit Kosmetikerin Martina Eichhorn.

Mi 22.09. | 14.30 Uhr | Eintritt 14€, 16€
100 Jahre Heinz Quermann
Mit Petra Quermann und Ingo Felske.

Fr 24.09. | 10 Uhr | Eintritt 5€, 6€
NEU: Fit in den Tag
Gesundes Frühstück im Wuhletreff.

Mo 27.09. | 14.30 Uhr | Eintritt 6€, 8€
Montagscafé mit Thema:
„Wege zur Gelassenheit“
Entspannung, Achtsamkeit, Stressabbau mit Heilpraktikerin Astrid Pogrzeba.

Mi 29.09. | 14.30 Uhr | Eintritt 13€, 15€
Zaubershow mit Marie & Sergey
Das deutsch-russische Traumpaar zaubert für Sie mit Charme, Witz und Selbstironie.

*** Preise gelten nur für die Mitglieder des Tausendfüßler e.V.**