

FRIEDA

Das Lokalmagazin für Friedenau und Umgebung



Hüftschwung, Knicks und Wiegeschritt

Von Tanz-Traditionen und rhythmischen Trends

FRIEDA lädt zum
Schlemmen ein
Kreuzworträtsel auf Seite 64

UNTERNEMEN

Wie Kinder zu kleinen Löwen werden

Mit Resilienztraining
Selbstbewusstsein fördern

SPORT STORY

Dummy „Stoßbert“ muss stichfest sein

Auf roten Socken beim
Fechtclub Berlin Südwest

MENSCHEN BEWEGEN

Trauer braucht Selbstbestimmung

Ein Verein hilft, mit Tod
und Krisen umzugehen

Ausgabe 1 · 37. Jahrgang
Frühjahr 2025 · 7,- €

D A S H A U P T S T A D T M A G A Z I N

top magazin

BERLIN

Ab 19.03.
an über
4.500 Stellen
erhältlich

people

Berlin feiert

Glamouröse Bälle, Galas
und Events

mobility

Hauptsache oben ohne

Cabrio und Fahrrad Trends

business

Ungewöhnliche Incentives

... und ihre Macher

travel

Highlights mit Seeblick

Saisonstart an den Küsten

www.top-magazin-berlin.de

Zu finden an zahlreichen Auslagestellen, im Lesezirkel,
4-5 Sterne Hotels, Golfplätzen, der gehobenen Gastronomie,
ausgewählten Geschäften, bei hochkarätigen Events ... und unter:

www.raz-verlag.de/publikationen/top-magazin-berlin

TOP Magazin Berlin - eine Publikation des



RAZ Verlag
EINFACH MEHR DAVON

www.raz-verlag.de

Ein paar Worte vorweg

Liebe Leserin,
lieber Leser,

„Body Positivity“ – das ist das neudeutsche Wort dafür, sich mit jeglicher Körperform wohlfühlen. Damit halte auch ich es, trage meinen grünen Kugelbauch mit Stolz und bin mit all meinen bärigen Rundungen überaus zufrieden. Jetzt freue ich mich umso mehr, dass auch unser Magazin nochmal „ordentlich zulegen“ kann. Wie Sie beim ersten Griff zu FRIEDA womöglich schon gemerkt haben, ist das Heft gleich um einige Seiten dicker geworden. Ganze 64 sind es nun, Umschlag nicht mitgerechnet. Das bedeutet natürlich, dass Sie beim Blättern jetzt noch viel mehr zu entdecken haben als in den gesamten vergangenen fünfzehn Jahren. Der neue Look ermöglicht vor allem mehr Platz für Bilder, die uns in die Geschichten aus dem Kiez und der Umgebung eintauchen lassen. Also, nichts wie rein ins Vergnügen!

Gleich zu Beginn laden wir diesmal in die Welt des Tanzens ein. Das Titelthema schaut bei Menschen vorbei, die sich in unterschiedlicher Weise einer rhythmischen Passion verschrieben haben: längs und quer durch feurige Beats und klassische Melodien, durch Traditionen, Kulturkreise und sogar Epochen. Ebenfalls historisch wird es in der gleichnamigen Rubrik bei einem Besuch im Rathaus Schöneberg. Unser Reporter ist ordentlich gekraxelt, bis er in dessen Turm die berühmte Freiheitsglocke vor sich hatte. Sie feiert dieses Jahr ihren 75-jährigen Geburtstag. Mit ihrem Schlag erinnert sie uns daran, wie wichtig und wertvoll Freiheit und Demokratie sind. „Ich glaube an die Unantastbarkeit und an die Würde des einzelnen Menschen“ – mit diesen Worten beginnt der mit der Glocke verbundene Schwur, die „Declaration of Freedom“ von 1950, der noch heute jeden Sonntag um 12 Uhr im Deutschlandradio Kultur zu hören ist.

Richtig klasse finde ich auch eine weitere Würdigung von Geschichtlichem: In den Meldungen erfahren Sie von einem Friedenauer, der eine besondere Idee für mehr Sichtbarkeit der hiesigen Stolpersteine erdacht und gleich tatkräftig auf den Weg gebracht hat. Seit kurzem sorgt seine App für mehr Glanz bei den wichtigen Mahnmalen. Von ebenfalls wunderbarem Engagement lesen Sie in den Rubriken „Unternehmen“ und „Menschen bewegen“: Hier geht es jeweils um Befähigung und Ermächtigung, darum, mit schwierigen Lebenssituationen umzugehen beziehungsweise gut auf sie vorbereitet zu sein ... und um jene, die das mit viel Herz und Einfühlungsvermögen möglich machen. Schließlich ist nicht nur „Body Positivity“ wichtig, sondern auch der gesunde Geist, der im „positiven Körper“ wohnt. Ich wünsche Ihnen eine anregende Lektüre und hoffe, dass in unserem Themenmix die eine oder andere Inspiration für Sie dabei ist.

Ihre FRIEDA



Foto: ©Thomas Rosenthal / Foto Titelseite: ©Christiane Flechtner

**Jut, juter
am jutesten**

Unsere neuen
JUTscheine sind da.
Jetzt kooften und verschenken!



**Jibt's online ooch
zum Ausdrucken!**

primetimetheater.de/gutschein



**prime
time
theater**

**DAS BERLINER
KULT-THEATER**

In dieser Ausgabe



Hüftschwung,
Knicks & Wiegeschritt **6**



Dummy „Stößbert“
muss stichfest sein **20**

TITELTHEMA

6-12

Von Tanz-Traditionen und rhythmischen Trends **6**

WIRTSCHAFT | UNTERNEHMEN | POLITIK 14-19

UNTERNEHMEN Wie Kinder zu kleinen Löwen werden **14**

MELDUNGEN

- Am liebsten schnell viergleisig ab Südkreuz **18**
- 2.500 Euro gehen an bezirkliche Kältehilfe **18**
- Ökologische Innovationen wieder gefragt **18**
- Kranz in Erinnerung an Holocaust- Opfer niedergelegt **19**
- Neue Städtepartnerschaft mit Istanbuler Bezirk **19**

SPORT | FREIZEIT | GESUNDHEIT

20-25

SPORT STORY Der Fechtclub Berlin Südwest **20**



24

MELDUNGEN

- Grünflächen sollen sich erholen können **24**
- Eine Königin zu Besuch in Tempelhof-Schöneberg **24**
- Auguste-Viktoria-Klinikum mit neuer Notaufnahme **24**
- SponsorInnen und Stand-Meldungen sehr willkommen **25**



Trauer braucht
Selbstbestimmung **26**

KULTUR | SOZIALES | FAMILIE

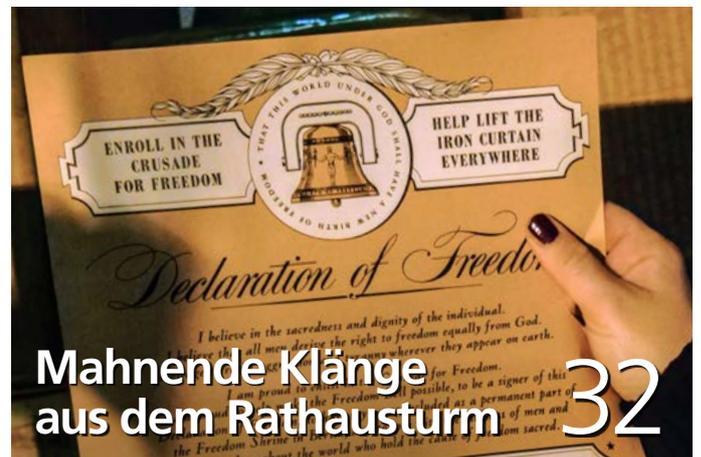
26-31

MENSCHEN BEWEGEN

Ein Verein hilft, mit Tod und Krisen umzugehen **26**

MELDUNGEN

- Idee für glänzende Stolpersteine in Kiez-Pilotphase **28**
- Ein Roman macht Leinwand-Karriere **29**
- Neues Projekt „Demokratie Lesen“ für Kinder **30**
- Ehrenamtliche gesucht – Schulung im Angebot **30**
- Leinwand-Hommage an Hildegard Knef **31**
- Europäische Tage des Kunsthandwerks Anfang April **31**



Mahnende Klänge
aus dem Rathausurm **32**

PANORAMA

32-66

- HISTORISCHES** Die Freiheitsglocke wird 75 **32**
- LECKER!** Schöneberger Muntermacher am Amazonas **36**
- FRIEDA, FREUDE, EIERKUCHEN** Die Seite für junge LeserInnen **40**
- FINANZTIPP** der PSD Bank Berlin-Brandenburg **43**
- AUSFLUGSTIPPS** Von Eiern, Saiten und Schnürsenkeln **44**
- TERMINTIPPS** für Friedenau und Umgebung **47-63**
- RÄTSELN & GEWINNEN** Schwedenrätsel und Sudoku **64**
- IMPRESSUM** **65**
- UNNÜTZES WISSEN** **66**

**Neuer
Musikmix!**



SCHLAGER RADIO

Hör auf Dein Herz!

UKW 106,0 · DAB+ · Web · App · SmartSpeaker



Amelie, Emma und Polina möchten mehr aus Hobby und Passion machen: Sie absolvieren an der Ballett-akademie Hans Vogl eine dreijährige Berufsausbildung.

Hüftschwung, Knicks & Wiegeschritt

Von Tanz-Traditionen und rhythmischen Trends

„Verloren sei uns der Tag, wo nicht einmal getanzt wurde!“ Es sind Worte des Philosophen Friedrich Nietzsche, die mich als Journalistin dazu bewegen, dem Thema einmal auf den Grund zu gehen. Warum sollte man tanzen? Was macht das mit einem? Und wo kann man es lernen? Eines ist mir im Vorfeld meiner Recherchen schon klar: Tanzen – das sind nicht nur eingeübte Schritte zur Musik. Es ist viel mehr: Tanzen ist Ausdruck von Emotionen, trägt zur Verbesserung der Körperhaltung, Vitalität und Fitness, ja sogar der Denkleistung bei, weil die Bewegungen die Bildung neuer Synapsen im Gehirn fördern. Laut Studien verringert es außerdem das Risiko, an Demenz zu erkranken. Und das Allerbeste an der Sache: Tanzen macht auch noch riesigen Spaß! Dies erleben all diejenigen, die regelmäßig zum Tanzunterricht gehen und ihre Leidenschaft mit anderen teilen. Und da es in und um Friedenau die unterschiedlichsten Angebote gibt, ist für viele Geschmäcker sicher etwas Passendes dabei.

„Und was braucht es große Weitläufigkeit, ist doch das Tänzchen in solcher guten Absicht von Anbeginn der Welt her, von allen Völkern unter der Sonne approbiret und für höchst zuträglich gehalten worden.“

Gottfried Taubert, Leipziger Tanzmeister, 1717

Mein erster Weg führt mich in den zweiten Hinterhof der Goerz-Höfe an der Rheinstraße 45-46. Im riesigen Lastenaufzug fahre ich in den vierten Stock und treffe Juliane Vogl: Den Blick aus dem Fenster gerichtet, steht sie da, still, nachdenklich, stark und fragil zugleich. An ihrer aufrechten Haltung lässt sich die Tänzerin bereits klar erkennen. Wir weilen in den lichtdurchfluteten Räumen der Ballettschule Hans Vogl. „Mein Mann ist staatlich examinierter, international anerkannter Ballettpädagoge, Choreograf und Meisterschüler von Professor Gustav Blank. 1976 gründete er die Ballett-Akademie in Wilmersdorf“, erfahre ich. 2011 hat ebendiese Akademie die Räume an der Friedenauer Rheinstraße zu ihrem Hauptsitz erkoren. Hier befindet sich die vom Senat anerkannte Ausbildungsstätte, in der TänzerInnen ab 16 Jahren ihren Weg bis zur Bühnentanzreife absolvieren können. Darüber hinaus handelt es sich um eine Ballettschule für jedermann. Drei weitere Standorte gibt es: an der Berliner Straße in Steglitz, am Mexikoplatz in Zehlendorf und an der Ruhlsdorfer Straße in Stahnsdorf. Insgesamt bringen es die vier Institutionen auf rund 1.000 SchülerInnen – überwiegend Mädchen und Frauen. Neben Ballett lassen sich auch andere Tanzstile lernen: wie Modern Dance oder Jazzdance. „Es ist uns ein großes Anliegen, besonders bei Kindern und jungen Menschen die Begeisterung, Leidenschaft und Liebe für den künstlerischen Tanz zu entflammen“, erklärt Juliane Vogl, die hier im Kiez die Leitung innehat. „Denn neben dem körperlichen Training von Kraft, Beweglichkeit, Geschmeidigkeit und Balance fördert das Tanzen Disziplin, Ehrgeiz und Durchhaltevermögen, stärkt das Selbstvertrauen und trägt damit zu einer positiven Entwicklung der Persönlichkeit bei.“

Juliane Vogl hat ihre Liebe zum Ballett über ihren Mann entdeckt: „Ich habe bei ihm gelernt und bin dann an die Deutsche Oper gegangen. Dort habe ich meinen Abschluss gemacht und zeitweise auch professionell getanzt. Allerdings habe ich festgestellt, dass die Leidenschaft zu unterrichten wesentlich größer ist als die zur Bühne. Den Kindern und Jugendlichen die Philosophie des Tanzes zu vermitteln, ist für mich eine unglaublich zufriedenstellende, dankbare Arbeit und macht mich glücklich.“ Viele BallettschülerInnen beginnen schon früh mit dem Training: „Die Jüngsten sind drei Jahre alt“, schildert Vogl. Bei ihnen gehe es um die kreative Komponente, Motorik und Feinmotorik, Improvisation

und Musikalität. Später, mit etwa fünf oder sechs Jahren, beginne dann der eigentliche Ballettunterricht. „Wir legen großen Wert auf gut ausgebildete Pädagogen, die die Kinder sehr einfühlsam an Tanz und Bewegung heranzuführen“, führt die 48-Jährige aus. Auch für Erwachsene sei das Ganze eine große Bereicherung, „etwas Existenziel-

les für die Seele. Wenn man einen Draht dazu hat, ist Ballett fast schon eine Medizin!“ Das dürfte auch ein Grund dafür sein, aus dem manche SchülerInnen bereits zwei Jahrzehnte oder länger dabei sind – und bei einigen Älteren kommen mittlerweile die eigenen Kinder als nächste Generation zum Unterricht. „Wir sind wie eine Familie, die eng zusammengewachsen ist und sich gut kennt, wertschätzt und füreinander da ist“, erzählt Juliane Vogl, die in den letzten Jahren eine gesellschaftliche Veränderung ausmacht in Sachen Haltung



Juliane Vogl leitet die Ballettschule an der Friedenauer Rheinstraße. Hier lassen sich auch Modern Dance und Jazzdance erlernen.

TITELTHEMA

Doch was ist eigentlich Irish Dance? Ich sitze mit Nicole Ohnesorge in den Räumen der Tap Connection, an der Wand hängt eine Postkarte mit den Worten „Augen zu und tanzen“. Sie erklärt mir: „Irish Dance ist ein sehr percussiver Tanz – und das Besondere ist, dass man quasi einen Teil der Musik mit den Füßen hinzufügt.“ Dies ermöglichen die speziellen Schuhe: „Während amerikanische Stepptanzschuhe Eisen unter den Sohlen haben, sind es bei den irischen Jig Shoes, auch Heavy Shoes genannt, entweder Holz oder Fiberglas“. Sie zeigt die Schuhe mit den so genannten Tips und Heels, die auf dem Boden so schön laut klackern. „Gut für alle Bewohner, dass sich die Tanzschule im Erdgeschoss befindet“, denke ich mir. Doch es gibt auch „leise“ Schuhe, die so genannten Soft Shoes oder „Ghillies“, die Gymnastikschuhen ähneln. „Sie sind auch Teil des Irish Dance und wichtig für alle grundlegenden Techniken“, beschreibt Nicole Ohnesorge.

Die SchülerInnen der Tap Connection stammen zum großen Teil aus der näheren Umgebung, aus Steglitz, Zehlendorf und auch aus Charlottenburg, wo sich die Tanzschule zuvor befand. Martha Jurowski, die mit Dackel Molly zum Unterricht kommt, gehört seit zehn Jahren zum festen Team. Das lässt sich tatsächlich an ihren Schuhen ablesen. „Die sind schon komplett durchgetanzt“, werden mir die Löcher im Zehen-Bereich präsentiert. „Ich habe auch die neuen Schuhe dabei, aber bis sie eingetanzt sind, ist das Training ganz schön schmerzhaft.“ Mittlerweile ist Martha Jurowski – wie sechs andere Schülerinnen der Tanzschule auch – Teil des professionellen Ensembles der großen Bühnenshow. „Es ist toll, das Hobby auch zum Teil zum Beruf



Bei den Jig Shoes erzeugen Holz oder Fiberglas unter den Sohlen das typische „Klackern“.



Martha Jurowski (l.) hat es der Irish Dance angetan. Sie lernt seit zehn Jahren bei Leiterin und Tanzschul-Inhaberin Nicole Ohnesorge (r.).

und Disziplin: „Ich würde mir wünschen, dass die Menschen – jung wie alt – nicht so schnell aufgeben, sondern länger durchhalten. Das gilt nicht nur für das Ballett, sondern auch für andere Hobbies, für Freundschaften und auch den Beruf.“ Viele SchülerInnen, die an der Akademie ihre dreijährige Berufsausbildung durchlaufen, zeigen diesen Biss. Zu ihnen gehören die 20-jährige Emma und auch die 19-jährige Amelie: „Ich tanze, seit ich drei Jahre alt bin und kann mir ein Leben ohne Ballett nicht mehr vorstellen.“ So geht es auch der zwei Jahre älteren Polina, die als Kind Unterricht im Modern Dance und Contemporary nahm, sich in den letzten drei Jahren aber dem Ballett verschrieben hat. Alle drei jungen Frauen hegen den großen Wunsch, ihr Hobby zum Beruf zu machen.

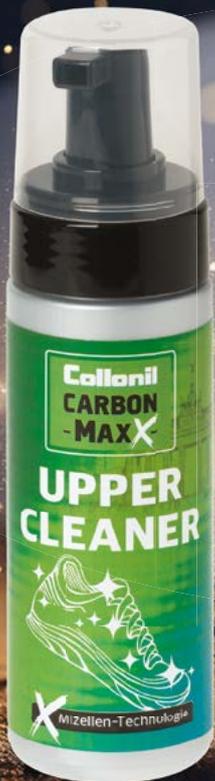
Eine, die genau das bereits umgesetzt hat, ist Nicole Ohnesorge, die mit ihrem Mann Gyula Glaser die Tap Connection Berlin an der Berg-

straße 92 in Steglitz leitet – ihre eigene Tanzschule. Schon im Kita-Alter habe sie mit dem Tanzen begonnen, blickt sie zurück, zunächst mit Ballett, um dann zum Amerikanischen Stepptanz zu wechseln, vor allem bekannt aus dem frühen 20. Jahrhundert durch Fred Astaire oder Ginger Rogers. „Als ich aber mit 16 Jahren zum ersten Mal die Show ‚Riverdance‘ sah, haben mich die Musik und der Ausdruck der Tänze so sehr fasziniert, dass ich kurzerhand Probestunden nahm ... und dabei geblieben bin.“ Irische Klänge und Rhythmen sind jetzt also die Passion. Heute unterrichtet Nicole Ohnesorge 70 SchülerInnen im Alter von drei bis 65 Jahren. In den vergangenen Jahren tourte sie außerdem mit der Show „Magic of the Dance“ durch ganz Europa. Außerdem erarbeitete die 38-Jährige mit ihrem Mann und der Band Cornamusa die Show „World of Pipe Rock and Irish Dance“, die 2013 Premiere feierte und auch 2025 zu erleben ist: zum Beispiel am 27. April im Admiralspalast.

MAXX:

DER X FAKTOR FÜR SNEAKER

- X Mizellen-Technologie
- X Membran-Technologie
- X CB 2.0 Technologie
- X trem leistungsstark
- X trem ergiebig
- X trem einfach anzuwenden





Izhira Baresel aus Steglitz hat bei einem Türkei-Urlaub zum orientalischen Tanz gefunden.

zu machen, auf Tournee zu gehen und Applaus zu bekommen.“ In diesem Frühjahr ist die Tanzschule auch bei einem Event in der Nachbarschaft präsent: Bei der Steglitzer Woche nämlich, die vom 23. Mai bis 9. Juni im Festpark am Teltowkanal (Bäkestraße) stattfindet, werden die SchülerInnen ein großes Stück Irland-Feeling aufs Parkett bringen.

Orientalisch geht es dagegen bei Izhira Baresel zu: Die Steglitzerin tanzt seit ihrem 13. Lebensjahr, zunächst hatten es ihr lateinamerikanische Stilistik, Standard und Jazzdance angetan; zum Teil wirkte sie dabei auch in Tanzformationen mit. Doch während eines Türkeiurlaubs vor 30 Jahren entdeckte sie ihre jetzige Leidenschaft. Zu ihrem Repertoire gehören unter anderem die Tänze Shamadan (Leuchtertanz), Stock Saidi (Stocktanz) und der moderne orientalische Tanz zu ägyptischer Pop-Musik. „Das Besondere daran sind die vielen Musikgenres und die Rhythmusvielfalt, die schönen Bewegungen von Kopf bis Fuß und die Kostüme“, findet Baresel. Mit ihrer Gruppe, die derzeit aus sieben Tänzerinnen besteht, trainiert sie immer mittwochs



„Es ist wie ein kurzer Urlaub vom Alltag“, sagt Jonny Wendt, der die Tanzschule „Salsa con Corazón“ betreibt. Im „Havanna“ an der Hauptstraße 30 gibt er offene Kurse.

ab 18 Uhr – allerdings in Potsdam. Wer diese Distanz nicht scheut, kann gern dazustoßen: „Wir freuen uns auf neue Interessierte!“

Zurück nach Berlin, wo Jonny Wendt und sein achtköpfiges Team die Salsa Cubana lehren und mit viel Herz verkörpern. Im „Havanna“ an der

Hauptstraße 30 veranstaltet Wendts Tanzschule „Salsa con Corazón“ offene Kurse in lockerer Atmosphäre. „Salsa-Tanzen ist Lebensfreude – und wer laufen kann, der kann auch tanzen“, ist das Motto. Wendt, der als Haupttanzlehrer im Einsatz ist, formuliert: „Es ist wie ein kurzer Urlaub vom Alltag. Die fröhliche Musik verbreitet einfach



Tango Argentino und Tango Milonguero in-Gruppen- und Einzelunterricht lehrt Wolfgang Will in der Nähe des Rathauses Steglitz.

Aufsehen erregende Auftritte legen die Mitglieder des Studios für Historischen Tanz Berlin e. V. hin. Der Verein hat seinen Sitz an der Gutmuthsstraße.



gute Laune. Doch es ist auch das Miteinander, das die Szene so besonders macht.“ Für sich entdeckt hat er den lateinamerikanischen Tanzstil vor 27 Jahren – auch das war bereits im Schöneberger „Havanna“. „Was mich damals wie heute fasziniert und beeindruckt, ist, dass unterschiedlichste Menschen, unabhängig von Herkunft, Alter oder Gesellschaftsschicht, ungewollt miteinander tanzen, Spaß haben und kommunizieren.“ Ungezwungen ist ein gutes Stichwort: Für die Teilnahme an Schnupperkursen braucht es weder eine Anmeldung noch feste PartnerInnen, alles findet sich spontan. Intensivkurse lassen sich bei „Salsa con Corazón“ am Gardeschützenweg 57 in Steglitz nehmen.

In Steglitz – genauer: in der Nähe des Rathauses – wird es auch anderweitig heißblütig. Im eigenen Trainingsraum gibt Wolfgang Will die meisten seiner Kurse: Er lehrt Tango Argentino und Tango Milonguero in Gruppen- und Einzelunterricht. „Tangomusik berührt – und sie hat auch mich berührt“, sagt er. Was er allerdings anfangs nicht wusste: „Ich hatte eine verborgene Begabung, und so wurde ich zum Trainer. Und weil es mir so viel Spaß machte, Menschen mit dem Tanz glücklich zu machen, bin ich dabei geblieben und habe mich jedes Jahr in Buenos Aires für mehrere Wochen weiter ausbilden las-

sen.“ Seine SchülerInnen im Alter von 25 bis 70 Jahren kommen aus allen gesellschaftlichen Schichten – und integrieren Tango in ihr Leben ... und damit ist eben nicht nur der Tanz gemeint: Tango ist seit 2010 UNESCO Weltkulturerbe. Aus diesem Grund lässt Wolfgang Will auch die Tangokultur in seinen Unterricht einfließen, der sich überwiegend in Privatlektionen gestaltet. Ziel ist es, dass die TeilnehmerInnen schließlich in den Club einsteigen. „Bei diesem geht es um weit mehr als nur ums Tanzen. So finden gemeinsame Treffen statt und man geht abends zusammen aus.“

Während manche sich tänzerisch durch verschiedene Kulturkreise, Länder, gar Kontinente bewegen, begeben andere sich sogar auf Zeitreise. Weite Roben, pompöse Perücken, spezielle Schminke und viel Geduld beim Ankleiden – all das ist für die Mitglieder des Studios für Historischen Tanz Berlin e. V. eine ganz normale Sache und dennoch ein enormer Aufwand, alles andere als bequem oder praktisch. Für die Bühne müssen sie manchmal in Unterröcke steigen oder sogar Schnürleib, Reifrock und Hüftkissen anlegen. Dies gilt allerdings nur für die Auftritte des Vereins, der seinen Sitz an der Friedenauer Gutmuthsstraße hat. Als ich die Tänzerinnen an einem Donnerstagabend bei einer Probe besuche, stehen sie in Jeans oder Gymnastik-

hose und Shirt vor mir. Doch die Musik und ihre Tanzschritte gehören zu einer längst vergangenen Ära.

Das Studio für Historischen Tanz Berlin ist der einzige Verein für diesen Schwerpunkt in Berlin. Antje Lükemann leitet die AnfängerInnen- und Fortgeschrittenen-Gruppe gemeinsam mit Dr. Sabina Auer. Mit dem Gymnasium Steglitz, in dessen Aula geübt wird, ist Lükemann auch im Alltag verbunden: Als Lehrerin unterrichtet die Friedenauerin an der Schule Latein und Altgriechisch, hat selbst einst ihr Abitur hier abgelegt. „Zu meinem speziellen Hobby bin ich durch Zufall gekommen“, erinnert sie sich, „nämlich durch einen Kollegen meines Vaters, den ich einmal bei einer Tanzprobe begleitet habe.“ Die Kostüme hätten sie dabei so sehr begeistert, dass sie kurzerhand einen Volkshochschulkurs



Roben, Perücken und spezielle Schminke vollenden den historischen Look.



Beim Training in der Aula des Gymnasiums Steglitz hat Antje Lükemann aus Friedenau die korrekten Bewegungen genau im Blick.

besuchte. „Ab 1988 hatte unsere Gruppe kleinere und größere Auftritte, und 1996 entschlossen wir uns, ein Verein zu werden, dessen Leitung ich 2002 übernahm.“ Seitdem hat die Gruppe alle ein bis zwei Jahre große Aufführungen. Die letzte fand im Dezember im Schlosstheater des Neuen Palais in Potsdam statt.

„Wir haben fünf Epochen, mit denen wir uns beschäftigen.“ Lükemann zählt auf: „Anfangen bei der Renaissance über den Barock, Rokoko, den Empire-Tänzen und die Biedermeier-Zeit bis zu den 20er Jahren.“ Aus diesem Grund hätten die meisten Vereinsmitglieder auch sechs oder sieben Kostüme im Schrank hängen, dazu Accessoires – vom Federaufputz über die Stahlkrinoline bis zu gepuderten Haartürmen. Der Transport all dessen stellt den Verein vor manche Herausforderung, ganz zu schweigen von den schnellen Kos-



Wöchentlich geübt wird leger in Leggings und Shirts.

TITELTHEMA

tümwechsellern: denn immer würden bei einem Bühnenstück schließlich Tänze aus mehreren Epochen gezeigt. „Da hilft jeder jedem, zumal viele Kleider hinten geschnürt werden müssen. So fühlt sich das Umkleiden als die eigentliche Herausforderung bei einem Auftritt an“, lacht die Expertin.

Das Ziel der Vereinsarbeit ist es, in historischen Tänzen das Ambiente der jeweiligen Zeit wiederaufleben zu lassen. Geeignete Rahmenhandlungen spiegeln charakteristische Situationen wider, beispielsweise einen großen Ball zur Zeit des französischen Königs Ludwigs XIV. Kostüme werden nach alten Abbildungen und Mustern geschneidert, Originalchoreografien mithilfe von spezifischer Literatur rekonstruiert. „Es gibt aus allen Zeiten überlieferte Tanzbeschreibungen“, berichtet die Vereinsvorsitzende. „Diese wurden in der Renaissance tatsächlich in Worten niedergeschrieben, jeder Schritt und jeder Tanz.“ Im Barock habe dann ein Herr Feuillet eine erste bildhafte Tanzschrift erfunden, die den Raumweg und die Fußbewegung abbilde. „Von ihm haben wir sowohl die Musik als auch die genaue Tanzbeschreibung einer Reihe von Tänzen. Einzig und allein fehlt eine genaue Tempoangabe.“ Inzwischen ist das Studio für Historischen Tanz Berlin sogar in der Lage, nach überlieferten Musiken und Mustern selbst neue Choreografien zu entwickeln. Ein besonderes Highlight ist es für die Mitglieder immer, zu Live-Musik zu tanzen: Zwei Sänger, Streichinstrumente, Cembalo, Barockoboe und Blockflöte intensivieren dann das Gefühl der Reise in längst vergangene Zeiten. Wer mitmachen möchte, ist donnerstags abends herzlich willkommen: „Wir sind wie eine große Familie, aber freuen uns auch über neue Mitglieder, die sich für den Tanz interessieren“, betont Lükemann.

Ob historisch oder auf Spitzenschuhen, zu heißen Klängen oder orientalischer Musik – Tanzen ist Medizin ohne Nebenwirkungen, bereichert das Leben und macht riesig Spaß. Und es ist ganz in der Nähe möglich, mitten im Kiez oder unweit davon. Wie sagte schon der Leipziger Tanzmeister Gottfried Taubert anno 1717: „Und was braucht es große Weitläufigkeit, ist doch das Tanzen in solcher guten Absicht von Anbeginn der Welt her, von allen Völkern unter der Sonne approbiert und für höchst zuträglich gehalten worden.“ *FLE*

Selbst übers Parkett schweben oder wirbeln ...

Lust zu tanzen? Hier finden Sie die Links zu den vorgestellten Schulen und Institutionen:

- Ballettschulen Hans Vogl: www.ballettschulen-hans-vogl.de
- Tap Connection: www.tap-connection.de
- Orientalischer Tanz: www.bauchtanz-izhira.de
- Tanzschule Salsa con Corazón: www.salsatanzeninberlin.de
- Tango-Unterricht: www.tangotraditional.de
- Studio für Historischen Tanz Berlin e. V.: www.shtberlin.de



PSD Girokonten

**Auf Wunsch:
PSD GoldCard
inkl. Versiche-
rungspaket**

Starke Leistungen & Mehrwerte

Kontoführung ab 1 Euro pro Monat

Jetzt wechseln – drei Kontomodelle zur Wahl

- Digitale Mehrwerte: Bezahlen mit dem Smartphone, kostenlose TAN per App
- Online-Überweisungen kostenfrei – auch in Echtzeit
- Kostenlose digitale girocard

Bequem dazubuchen: PSD GoldCard

- Versicherungspaket für die ganze Familie – unabhängig vom Karteneinsatz
- Bis zu 8% Rabatt auf Reisebuchungen
- Weltweit kostenlos Bargeld abheben

Unser digitaler Kontoumzugsservice unterstützt Sie beim Kontowechsel.



Berlin-
Brandenburg eG

Konto eröffnen:
psd-bb.de/girokonto



Alle Kinder, die Špela Piskar-Lambrechts Kurse absolvieren, bekommen am Ende Urkunden. Diese weisen sie als kleine Löwen aus, die sich zu behaupten wissen.

Wie Kinder zu kleinen Löwen werden

Mit Resilienztraining Selbstbewusstsein fördern

Das Herz aus Papier hat tiefe Furchen davongetragen. Ob sie sich jemals wieder ganz glätten lassen? Das halten selbst die Kinder für unwahrscheinlich, die es betrachten. Und sie begreifen, dass es sich mit echten Herzen ganz ähnlich verhalten kann. Wird ein Mensch zu oft traurig, schlecht- oder gar ganz niedergemacht, tut ihm das nicht nur im Augenblick weh – sondern hat womöglich Folgen fürs ganze Leben. Špela Piskar-Lambrecht ist es sehr wichtig, dass ihre jungen Kurs-TeilnehmerInnen zu diesem Schluss kommen. Die Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin aus der Blankenbergstraße hat es sich zur Aufgabe gemacht, Mobbing entgegenzutreten und dafür zu sorgen, dass Kinder Konflikte lösen oder sich ihnen zumindest erhobenen Hauptes entziehen können. Das Papierherz ist einer der vielen Erarbeitungsschritte auf dem Weg zu Erkenntnis und Erfolg. „Es ist leichter, starke Kinder aufzubauen, als gebrochene Erwachsene zu reparieren“. Dieses Zitat des amerikanischen Menschenrechtsaktivisten Frederik Douglass hat Piskar-Lambrecht sich zum Leitspruch gemacht. Sie ist Trainerin des Konzepts „Stark auch ohne Muckis“, einem System, das mit Workshops, Fortbildungen und Coachings Kinder, deren Eltern, aber auch päd-

agogische Fachkräfte voranbringt. Es stellt gegenseitigen Respekt, achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen in den Fokus, will Opfer aus ihrer Rolle holen und TäterInnen den Wind aus den Segeln nehmen. „Ich bleibe ruhig und entspannt, denn in der Ruhe liegt die Kraft“, ist eines der wichtigsten Mantras, das mit einer einfachen Arm-Choreografie verinnerlicht wird.

„Immer wieder sind Kinder dabei, die ganz zurückhaltend sind. Aber bei der kleinen praktischen Prüfung am Ende zeigen sie, was alles angekommen ist, kommen doch noch aus sich heraus.“

Špela Piskar-Lambrecht

„Eigentlich bin ich in der Reisebranche tätig“, erklärt Špela Piskar-Lambrecht, die aus Slowenien stammt, aber der Liebe wegen nach Berlin fand und hier blieb. Seit mehr als 20 Jahren lebt sie bereits in Friedenau. „Aber schon als mein zweiter Sohn – heute 16 Jahre alt – klein war, sagte mir dessen Lehrerin immer wieder ‚du musst unbedingt was mit Kindern machen!‘. Dann kam Corona, und im Tourismus war nicht viel zu tun. So begann ich, mich mit Persönlichkeitsentwicklung zu befassen und stieß darüber schließlich auf ‚Stark auch ohne Muckis‘. Es hat mich sofort abgeholt.“ Deshalb trat sie bald darauf bereits die mehrmonatige Ausbildung an; Ende 2021 erwarb sie das Abschlusszertifikat, Inzwischen teilt

die 49-Jährige ihren beruflichen Alltag in Hoch-Zeiten beinahe hälftig auf, zum einen am Schreibtisch der Reiseagentur, zum anderen in Klassen- und Kitarräumen oder bei Resilienz-Kursen im Familiencafé Rubens und dem Jugend- und Familienzentrum „JeverNeun“. Ihr Ruf spricht sich rum, sagt sie. 2024 war sie allein in 40 Schulklassen engagiert, finanziert über Fördervereine und oft über den Verfügungsfonds „Politische Bildung“. „Damit konnte jede Schule pro Jahr rund fünf Klassen stärken. Wie es hier weitergeht, ist aber von den aktuel-

len haushalterischen Entscheidungen Berlins abhängig. Ich hoffe auf ein starkes Signal, denn jedes dritte Kind leidet unter Stress und Mobbing.“ Manche Klassen, sagt die Friedenauerin, nehmen auch ihr selbstentwickeltes Folge- und Aufbaumodul „Soziales Miteinander“ in Anspruch. Andere kommen mehrmals in den Einstiegskurs, „obwohl der immer ähnlich aufgebaut ist. Aber irgendwie hilft es ihnen trotzdem weiter.“ Besonders intensiv sei für alle Beteiligten der Einstieg in das normalerweise sechs Stunden umfassende Programm. Zuerst untersucht Špela Piskar-Lambrecht mit der Gruppe, was genau Meinungen sind, was sie ausmacht und abgrenzt. „Wenn jemand sagt ‚Dein Pulli gefällt mir nicht‘, ist



Špela Piskar-Lambrecht zeigt den stabilen Stand als wichtige Basis fürs Selbstbewusstsein.

Anzeige



In ihrem ersten Buch **„Unser Beruf ist nicht das Problem. Es sind die Umstände“** erzählt die Autorin Madeleine Calvelage in Form eines autobiografischen

Romans von ihrem Werdegang als Krankenpflegerin und möchte somit auf die Lage von Pflegekräften aufmerksam machen.

Softcover 978-3-347-15612-8

Hardcover 978-3-347-15613-5

E-Book 978-3-347-15614-2

<https://unser-beruf-ist-nicht-das-problem.webnode.page>



„Stark auch ohne Muckis“: Stolz zeigen die Kinder dieser Schulklasse ihre Urkunden.

das seine Ansicht. Die Idee ist, dass die Kinder verstehen, wessen Meinung die wichtigste ist ... die eigene nämlich!“ So lernen sie, Provokationen an sich abprallen zu lassen. „Dann üben wir die mutige Haltung: Füße auseinander, Schultern gerade, und wir schauen dem Gegenüber fest in die Augen. Wir setzen uns aber auch damit auseinander, wie man sich aus unangenehmen Situationen lösen kann statt sich einzulassen und zu ärgern.“ Wichtig ist für die Trainerin außerdem, Motivationen darzustellen und nachvollziehbar zu machen. In einem von mehreren Rollenspielen mimt sie selbst ein schlecht gelauntes Mädchen namens „Denisa“, das auf Ärger aus ist. Im Konzept „Stark auch ohne Muckis“ gibt es

für solche Störenfriede sogar ein leicht verständliches Tier-Symbol: die Mücke, die piesackt und nervt. Wer sich auf sie einlässt, mit Gegenwehr oder Schwäche reagiert, wird als schüchternes, unsicheres oder zurückblökendes Schaf assoziiert. Das große Ziel dagegen ist der Charakter des Löwen. Er steht über den Dingen und ruht in sich, sodass ihm kein Insekt etwas anhaben kann. Mehr noch, vermag er durch seine Präsenz und Haltung nicht nur sich selbst, sondern sogar andere vor Angriffen zu schützen. „Denisa‘ wird also als Mücke entlarvt“, greift die Expertin den Faden wieder auf, „dann fragen wir uns aber, warum sie sich eigentlich so verhält und überlegen, wie wir ihr womöglich sogar helfen können.“ Denn nicht nur

aus Schafen, auch aus Mücken können natürlich Löwen werden.

Für Schulklassen hat die Friedenauerin zur letzten Kursstunde ein passendes Geschenk dabei. „Dann sage ich der Gruppe: ‚Ihr seid jetzt die Löwenkinder vom Schulhof‘, und als Erinnerung daran gibt es einen Plüsch-Löwen und für alle eine Urkunde.“ Die Eltern aller KursteilnehmerInnen bekommen parallel Informationen an die Hand beziehungsweise werden persönlich mit dem Konzept vertraut gemacht, um ihre Kinder unterstützen zu können. „Dieses Jahr hat mir Chat GPT sehr geholfen: Erstmals konnte ich alles Wichtige in sämtliche relevante Sprachen übersetzen und ausgeben“, erzählt Piskar-Lambrecht. Die Familien könnten manchmal gar nicht fassen, was das Coaching bewirke: „Immer wieder sind Kinder dabei, die ganz zurückhaltend sind. Aber bei der kleinen praktischen Prüfung am Ende zeigen sie, was alles angekommen ist, kommen doch noch aus sich heraus.“ Die Friedenauerin spricht mit so viel Begeisterung über diese Erfolge, dass sich eine Frage aufdrängt: Warum geht sie dieser Passion eigentlich nicht hauptberuflich nach? „Ich mache das für meine Seele und brenne dafür“, schildert sie, zögert kurz nachdenklich und fährt dann bestimmt fort: „Ich denke, wenn ich davon abhängig wäre, könnte mir dieses Gefühl verloren gehen. Das will ich nicht riskieren.“ Gut, wenn man sein Herz so genau kennt ... damit man es nicht aus Versehen selbst verknickt.



Löwen-Kinder sind selbst stark, können aber auch andere stärken.

weltweit
einzigartig:
**Sitcom
LIVE**

IN-ECHT-FLIX

präsentiert

GUTES WEDDING
SCHLECHTES WEDDING®

FOLGE 135

ABSTURZ

MIT FOLGEN

bis 08.03.2025

**prime
time
theater**



Infos & Tickets unter [primetimetheater.de](https://www.primetimetheater.de)

Müllerstraße 163, 13353 Berlin-Wedding  @primetimetheater

**DAS BERLINER
KULT-THEATER**



Die Unterzeichnenden der „Anhalter Bahn Erklärung“ aus diversen Anlieger-Kommunen, vierte von links ist Eva Majewski; rechts steht Patrick Steinhoff.

Am liebsten schnell viergleisig ab Südkreuz

ÖPNV Ausbau der Anhalter Bahn vorangetrieben

Ein gemeinsamer Wunsch verbindet die Anrainer-Kommunen entlang der Anhalter Bahn: Sie wollen den viergleisigen Ausbau der Strecke zwischen Südkreuz und Jüterbog vorantreiben. Deshalb haben sie sich

jetzt in einer konzertierten Initiative zusammengeschlossen und eine Erklärung abgegeben – mit dabei auch die Bezirke Tempelhof-Schöneberg (TS) und Steglitz-Zehlendorf (SZ). Es geht darum, auf Engpässe aufmerksam zu

machen und die Herausforderungen und Potenziale der Bahnstrecke aufzugreifen. Genannt werden vier zentrale Forderungen: die sofortige Aufnahme des Ausbaus in den vordringlichen Bedarf des Bundesverkehrswegeplans, den unverzüglichen Start von Planungs- und Genehmigungsverfahren, die Sicherung und den Ausbau der verbindenden Güterverkehrsstrecken sowie die Umsetzung kurzfristiger Optimierungsmaßnahmen. Stadträtin Eva Majewski (TS) und Stadtrat Patrick Steinhoff (SZ) betonten in einem gemeinsamen Statement: „Auch aus Berliner Sicht ist der Ausbau der Anhalter Bahn essenziell, um die Attraktivität unserer Bezirke als Lebens- und Arbeitsorte aufrecht zu erhalten.“ Der Hintergrund: Die genannte Strecke befindet sich schon heute an der Belastungsgrenze. Prognosen für 2030 sehen auf bestimmten Abschnitten Fahrgastzahl-Anstiege um bis zu 113 Prozent. Zwischen Ludwigsfelde und Südkreuz werden 24 Prozent mehr NutzerInnen erwartet.

2.500 Euro gehen an bezirkliche Kältehilfe

CHARITY Tempelhof-Schöneberg gewann Wette



Jörn Oltmann (2. v. l.) mit den anderen BezirksbürgermeisterInnen, deren Bezirke an der Kaffeewette teilgenommen haben – alle mit Schecks für jeweils lokale Kältehilfe-Institutionen.

Erneut hat es diesen Winter die „Kaffeewette“ gegeben, eine gemeinsame Aktion von EinzelhändlerInnen mit fünf Bezirken – darunter auch Tempelhof-Schöneberg. Letzterer konnte seinem Wettanteil auch diesmal wieder gerecht werden: Das Ziel hatte darin bestanden, dass BürgerInnen mindestens 500 Päckchen Kaffee in den Rathäusern abgeben sollten. Mehr als das Dreifache wurde erreicht: 1.666 Pakete gingen ein. Einzelhändler Ralf Oelmann kam daraufhin gern seinem Einsatz nach – einer Spende von 2.500 Euro an die Kältehilfen im Bezirk, die außerdem noch den Kaffee selbst bekommen. Bezirksbürgermeister Jörn Oltmann dankte allen Wettpartnern und SpenderInnen herzlich und sprach von einem „großen Zeichen der Solidarität mit wohnungslosen Menschen“.

Ökologische Innovationen wieder gefragt

AUSZEICHNUNG Jetzt für „Green Buddy“ bewerben

Am 31. März endet die Bewerbungsfrist für den diesjährigen „Green Buddy Award“. Deshalb ruft der Bezirk Tempelhof-Schöneberg jetzt zum Mitmachen auf – zum Einreichen guter Ideen rund um Ökologie und Nachhaltigkeit. Gesucht werden Menschen bis 25 Jahren und engagierte Unternehmen, die diesbezüglich innovative Projekte vorweisen können. Für 19. Juni ist die Preisverleihung geplant; Auszeichnungen wird es in sechs Rubriken geben: Diese sind „Einzelhandel“, „Abfallvermeidung“ sowie „Smart Cities Lösungen“ und die drei Kategorien für den Bezirk „Erneuerbare Energien“, „Produktion/Dienstleistungen/Handwerk“ sowie „Young Green Buddy“. Die Würdigung ist mit je einem individuellen Buddy Bären, einer Urkunde und einem Preisgeld von 2.000 Euro verbunden. Mehr Informationen zum Wettbewerb und dem Bewerbungsverfahren gibt es unter www.berlin.de/ba-tempelhof-schoeneberg/politik-und-verwaltung und dort per Klick auf „Service- und Organisationseinheiten“ und anschließend auf „Wirtschaftsförderung“.



Kranz in Erinnerung an Holocaust-Opfer niedergelegt

GEDENKEN Oltmann mahnt: „Wahn bis heute nicht besiegt“

Am 27. Januar hat das Bezirksamt Tempelhof-Schöneberg der Opfer des Holocausts gedacht. An diesem Datum jährte sich die Befreiung der Menschen im Konzentrations- und Vernichtungslager Auschwitz-Birkenau durch die Rote Armee zum 80sten Mal. Bezirksbürgermeister Jörn Oltmann und der Bezirksverordnetenvorsteher Stefan Böltes legten auf dem Wittenbergplatz einen Kranz nieder.

Oltmann: „Der Holocaust war ein grausames und unfassbares Verbrechen des nationalsozialistischen Deutschland. Die systematische, industrielle Vernichtung von Menschenleben war die dunkelste Zeit deutscher Geschichte. Wir dürfen niemals vergessen, dass die Ermordung von bis zu sechs Millionen europäischer Jüdinnen und Juden im antisemitischen Wahn des Nationalsozialismus gründete. An die Opfer des Holocaust zu erinnern, heißt zur Kenntnis zu nehmen, dass dieser Wahn bis heute nicht besiegt ist.“ Es bleibe deshalb die Aufgabe aller DemokratInnen, gegen jede Form des Antisemitismus aufzustehen und die Betroffenen von Antisemitismus zu unterstützen, so Oltmann weiter.

Foto: ©Emrah Temel



Bezirksbürgermeisterin Kirstin Bauch mit Resul Emrah Sahan, Bezirksbürgermeister von Şişli

Neue Städtepartnerschaft mit Istanbuler Bezirk

POLITIK Charlottenburg-Wilmersdorf baut Kooperation aus

Aus einer bereits seit 2021 bestehenden Kooperation wurde mehr: Seit kurzem hat der Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf eine neue Städtepartnerschaft – und zwar mit dem Istanbuler Bezirk Şişli. Es ist der erste neue Verbund dieser Art seit der Fusion von Charlottenburg und Wilmersdorf 2001. Die Vereinbarung, deren Weichen die Bezirksverordnetenversammlung bereits 2022 gestellt hatte, wurde im Rahmen der deutsch-türkischen Städtepartnerschaftskonferenz im Berliner Rathaus unterzeichnet. Bei einem Besuch der Bezirksbürgermeisterin

Kirstin Bauch in Şişli im vergangenen Oktober hatten beide Seiten die Schwerpunkte für die künftige Zusammenarbeit bereits festgelegt: Es soll demnach vor allem um nachhaltige Stadtentwicklung, Kunst und Kultur im öffentlichen Raum, Smart-City-Lösungen sowie Digitalisierung der Verwaltung gehen. Beide Bezirke, heißt es, teilen nicht nur ähnliche Herausforderungen bei Bevölkerungsstruktur und sozialen Themen, sondern auch gemeinsame Werte. Şişli wird von der demokratischen Opposition in der Türkei regiert.

Anzeige

Finanzielle Freiheit im besten Alter

Ihr Zuhause ist seit vielen Jahren Mittelpunkt Ihrer Familie und von unschätzbarem Wert für Sie. Gerne möchten Sie wohnen bleiben, andererseits ist die Immobilie auch zu groß geworden oder größere Modernisierungen stehen an. Was

ist sinnvoller? Verkaufen und in eine kleinere Wohnung ziehen oder verkaufen und wohnen bleiben? Sie entscheiden, wie und wo Sie im Alter leben wollen. Wir finden mit Ihnen gemeinsam die passende Lösung. Rufen Sie uns an.

WOHNEN
UND LEBEN
WIE SIE
WOLLEN



www.bvbi.de

Berliner Volksbank Immobilien GmbH
Bundesallee 61, 12161 Berlin-Friedenau

T: (030) 56 555 55-0
M: info@bvbi.de

 **Berliner Volksbank
Immobilien**



Impression vom 63. „Weißen Bären“. Das Turnier fand am zweiten Januar-Wochenende statt ... und auch der Fechtclub Berlin Südwest war dabei.

Dummy „Stoßbert“ muss stichfest sein

Auf roten Socken beim Fechtclub Berlin Südwest

Sogar Madonna hat schon das Florett geführt, und das gegen 007. Im 2002 gedrehten James-Bond-Streifen „Stirb an einem anderen Tag“ sang die Pop-Queen nicht nur den Titelsong, sondern hatte auch einen Kurzauftritt als Fechtlehrerin neben Hauptdarsteller Pierce Brosnan. Und von Winston Churchill ist zwar auf die Frage, wie er es geschafft habe, so alt geworden zu sein, die Antwort „No Sports“ überliefert, aber da muss er geflunkert haben. Denn im zarten Alter von 18 Jahren wurde er britischer Meister der öffentlichen Schulen. Im Fechten. 1892 war das, vier Jahre später fanden die ersten Olympischen Spiele der Neuzeit in Athen statt. Fechten

war dabei – und ist bis heute eine der olympischen Kernsportarten geblieben: anfangs nur mit Florett und Säbel, vier Jahre später kam der Degen hinzu. In Deutschland gilt Fechten zwar als

„Dass wir es geschafft haben, die turbulenten Jahre zu überstehen, macht mich stolz. Ohne die vielen engagierten Eltern, die anpacken, wo sie können, wäre das nicht möglich gewesen.“

Philip Groth, 1. Vorsitzender beim Fechtclub Berlin Südwest

Randsportart, aber beim Besuch des Weißen Bären, der am zweiten Januar-Wochenende im Horst-Korber-Zentrum ausgetragen wurde, könnte man daran glatt zweifeln. Die Halle war proppenvoll. Auf rund 30 Bahnen, „planche“

genannt, wurden die SiegerInnen ermittelt. Mit fast 500 Teilnehmenden aus 36 Nationen war die 63. Auflage des vom Berliner Fechterbund und dem FC Grunewald ausgerichteten Ranglistenturniers der EFC (European Fencing Confederation) ein voller Erfolg. Sie zeigte einmal mehr die Attraktivität dieses Sports, der mit seiner Mischung aus Taktik, Schnelligkeit und Eleganz dem Athleten alles abverlangt, physisch wie psychisch.

„En garde“ heißt es auch in der Sporthalle der Sochos-Sportanlage an der Lessingstraße in Steglitz. Hier ist der Fechtclub Berlin Südwest zu Hause. An diesem Donnerstag im Januar ist



v. l. n. r.: Philip Groth (1. Vorsitzender), Trainerin Chantall Häusler und Judith Voigt (2. Vorsitzende)

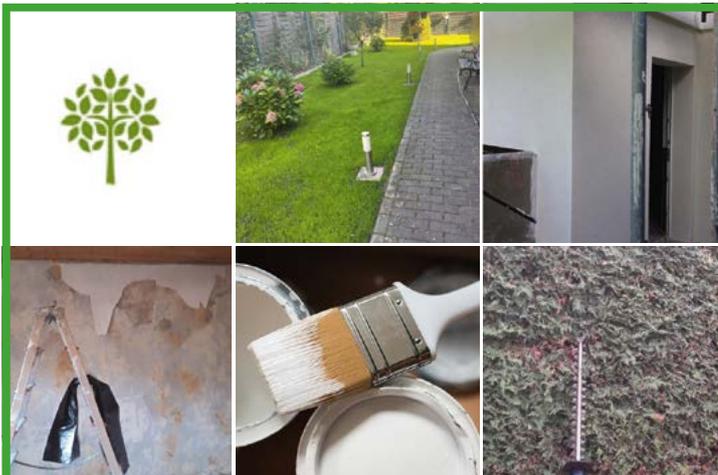
Training angesetzt, aber es ist kaum jemand da. Philip Groth und Judith Voigt führen das auf den starken Schneefall zurück, der zwei Stunden zuvor eingesetzt hatte. „Normalerweise ist hier mehr los“, sagt Groth, den die Vereinsmitglieder im März des vorigen Jahres zum 1. Vorsitzenden gewählt haben. Judith Voigt wurde seine Stellvertreterin. Jetzt sind beide vor Ort und

geben einen Einblick in Vergangenheit und Gegenwart des Vereins, den es seit 1997 gibt. Damals schlossen sich die Fechtfreunde Steglitz (FFS) und der Akademische Fechtclub Berlin-Zehlendorf (AFB) zusammen. Die FFS hatten sich 1984 gegründet, nachdem die zwölf Gründungsmitglieder sich vom Fechtclub Grunewald abgespalten hatten. Auch der AFB war 1995 aus ehemaligen Mitgliedern des FC Grunewald hervorgegangen, der nach wie vor der größte der 16 im Berliner Fechterbund organisierten Vereine ist. „Aber wir holen auf, vielleicht schaffen wir es ja, einmal der mitgliederstärkste Fechtclub in Berlin zu werden“, sagt Judith Voigt nicht ohne Stolz. 167 Mitglieder zählt ihr Club aktuell, davon

sind 106 Jugendliche und Kinder. Markenzeichen des Vereins sind die roten Strümpfe im ansonsten traditionell weißen Fechtanzug.

Schwierig wurde es, als ab 2015 die Halle durch Geflüchtete belegt war und kein Training stattfinden konnte, sowie durch die Corona-Pandemie. Doch inzwischen hat sich der Club erholt, erklärt Groth: „Wir lagen fast auf dem Sterbebett, aber wir haben in den beiden letzten Jahren 100 neue Mitglieder dazu bekommen!“ Ein verbesserter Internet-Auftritt, verstärkte Präsenz auf Social Media, dazu Mundpropaganda hätten den FC Berlin Südwest zurück in die Erfolgsspur gebracht. Einige Top-FechterInnen hatten ihre Anfänge

Anzeige



Biete

- Renovierungsarbeiten aller Art
- Wohnungsaufösungen und Bauarbeiten,
- Fassaden-, Zaun-, Balkon- und Garten-
- Arbeiten
- Winterdienst

Tel.: 017621875206

Mail: jedo@e.mail.de

www.gartenarbeitberlin-jnido.de



TeilnehmerInnen bei dem vom Fechtclub Berlin Südwest ausgerichteten Turnier „Degen gegen Regen“ im letzten November

im Steglitzer Verein: wie der jetzt 18-jährige Linus Schwarz, der 2017 zum OSC Potsdam wechselte und inzwischen der U20-Nationalmannschaft Florett angehört. Oder wie Carlotta Sophie Morandi (23), die vor dreieinhalb Jahren zum FC Tauberbischofsheim, einer der Hochburgen des Fechtsports in Deutschland, ging. „Das ist das Schicksal der kleineren Vereine“, meint Groth: „Wenn die Kids besser werden, dann gehen sie zu größeren Klubs oder zu den Landes- und Bundesstützpunkten.“ Aber die Grundlagen dafür werden

unter anderem beim Steglitzer Verein gelegt. Mit Robbie Moore und Chantall Häusler sind zwei qualifizierte TrainerInnen festangestellt, Moore ist für das Florett-Training zuständig, Häusler für das mit dem Degen. Säbelfechten findet im SFC nicht statt.

Das Training bei Moore und Häusler zahlt sich aus: Der 17-jährige Degenfechter David Denes führt die Berliner Ranglisten der U20 und der Seniorenklasse an; in der U17-Klasse der Herren hält Theodor Schattenfroh auf Platz 1 die rote Fahne hoch. Auch in der U15 steht mit Haye Uhlmann eine „Rotsocke“ ganz oben, bei den Damen glänzt Evelina Grimm (Jahrgang 2009) mit einem zweiten Platz in der U17-Rangliste. Und Chantall Häusler überzeugt nicht nur als Trainerin, sondern auch als aktive Fechterin und rangiert in der Damenrangliste auf Platz drei.

Die Fechthalle an der Lessingstraße ist mit einer Meldeanlage sowie Metallbahnen in (verkürzter) Trainingslänge ausgestattet. Stoßkissen an den Wänden,

Trainingsgeräte sowie eine Ausrüstung zur Videoanalyse sorgen dafür, dass die Coaches professionelles Training anbieten können. Und Dummy „Stoßbert“ kommt auch regelmäßig zum Einsatz. Hin und wieder darf auch in der großen Sochos-Halle gefochten werden – wie bei den Wochenend-Camps „Fechten an Fingsten“ [sic! Anm. d. Red.] oder im vergangenen November „Degen gegen Regen“. „Aber wir sind Bittsteller, einen eigenen Schlüssel haben wir nicht“, bedauert Philip Groth. „Wir dürfen nur in unsere Halle, wenn die Hockey- und Fußballspieler des SSC Südwest auch trainieren.“ Ein Quali-Turnier für die Deutschen Meisterschaften wollte man ausrichten, „wir haben das beim Bezirksamt auch beantragt, haben die große Halle nicht bekommen, weil sie anderweitig belegt war“, so Groth. Und dennoch: „Dass wir es geschafft haben, die turbulenten Jahre zu überstehen, macht mich stolz. Ohne die vielen engagierten Eltern, die anpacken, wo sie können, wäre das nicht möglich gewesen.“ *Erinnert an die Musketiere mit „Einer für alle, alle für einen“.* En garde! **BEK**



Fecht-Dummy Stoßbert muss viel aushalten.

Wissenswertes zur Fecht-Ausrüstung

Der Begriff „Florett“ kommt von französisch „fleur“ (Blume), nach der Form des Spitzenschutzes, der auf der Waffe aufgesetzt ist. Sie besteht aus einer dünnen, rechteckigen maximal 90 Zentimeter langen Klinge, einer Glocke mit einem Durchmesser von 9,5 bis 12 Zentimetern als Handschutz sowie einem metallenen Griff.

Der Degen ist etwas schwerer, hat eine größere Glocke mit 13,5 Zentimetern Durchmesser sowie eine stärkere und etwas längere Klinge (bis 110 Zentimeter). Im Unterschied zum Florett (500 Gramm) beträgt das Anzeigege-

wicht für einen Stoß 750 Gramm. Ein weiterer Unterschied: Beim Degen gilt der gesamte Körper als Trefferfläche, beim Florett nur der Rumpf.

Der (leichte) Säbel besitzt eine flache, biegsame Klinge mit einer maximale Gesamtlänge von 88 Zentimetern. Die Klinge wird zur Spitze hin schmaler. Trefferfläche ist der gesamte Rumpf inklusive Kopf und Arme.

Neben der Waffe benötigen FechterInnen eine Gesichtsmaske, eine Hose, eine Fechtjacke, Fechtstrümpfe, eine Unterziehjacke (Plastron) und einen



Handschuh sowie einen Brustschutz für Frauen und einen Tiefschutz (Suspensorium) für Männer. Eine komplette Ausrüstung kostet rund 1.000 Euro.



PSD Geschäftskonto

**Drei
Kontomodelle
zur Wahl**

Leistungsstark für Ihren Erfolg

Fairer Preis, kompetente Beratung

Jetzt wechseln – ideal für Einzelhandel und Freiberufler

Profitieren Sie von günstigen Echtzeitüberweisungen, Top-Lösungen für bargeldloses Bezahlen und einfachem Auslandszahlungsverkehr. Gratis beim Modell Premium: die VISA BusinessCard.

Ihre Vorteile

- Fairer Monatspreis – schon ab 7,90 Euro
- Ehrliche und kompetente Beratung
- Persönlicher Support zum Onlinebanking

Wir beraten Sie gern.



**Berlin-
Brandenburg eG**

Konto eröffnen:
psd-bb.de/firmengiro



Damit die Ceciliengärten – wie auf dieser Mai-Aufnahme – wieder durchgrünen können, müssen sie erst einmal geschont werden.

Grünflächen sollen sich erholen können

STADTBILD Ceciliengärten und Perelsplatz bleiben mit versetzbaren Zäunen teilabgesperrt

„Im Frühjahr werden die Zäune wieder abgebaut“, verspricht das Bezirksamt Tempelhof-Schöneberg in der Mitteilung, mit der es Anfang Januar eine wichtige Erholungsphase für zwei Grünanlagen im Kiez angekündigt hat: Weil die stark frequentierten Strauch- und Rasenflächen in den Ceciliengärten und auf dem Perelsplatz ganzjährig einem hohen Nutzungsdruck ausgeliefert seien – und dementsprechend in schlechtem Zustand – müssten sie Zeit zur Regeneration bekommen. Daher sicherte der Fachbereich Grünflächen sie mit Bauzäunen, die in Abschnitten allmählich versetzt werden. „Die Böden sind verdichtet, wodurch die Speicherung und der Durchfluss von Wasser, Luft und Nährstoffen beeinträchtigt wird. Durch die Verdichtung der Wurzeln können die Pflanzen nicht mehr in vollem Umfang versorgt werden“, heißt es im Detail und: „Das Bezirksamt bittet um Verständnis für diese notwendigen Maßnahmen und wünscht allen Parkbesuchenden dennoch einen angenehmen Aufenthalt in den Grünanlagen.“



Die Nahe-Weinkönigin Zoé Keller de Almeida Soliz erklärt im Weinberg der Gartenarbeitsschule genau, wie man die Weinreben schneidet.

Eine Königin zu Besuch in Tempelhof-Schöneberg

WEINBAU Delegation aus Partnerstadt Bad Kreuznach zum traditionellen Rebschnitt empfangen

Ein gezielter Schnitt zur richtigen Zeit sorgt dafür, dass die Pflanzen ihre Energie in die Trauben stecken: Deshalb hat die wichtige Maßnahme auch im Weinberg in der Tempelhof-Schöneberger Gartenarbeitsschule Ende Januar stattgefunden – traditionell unterstützt von Profis aus dem Partner-Landkreis Bad Kreuznach, zuvorderst Naheweinkönigin Zoé Keller de Almeida Soliz, die mit Landrätin Bettina Dickes und einer Delegation aus circa 50 WinzerInnen aus ihrer Region nach Berlin gereist war. Im Anschluss lud Bezirksbürgermeister Jörn Oltmann die Delegation in den historischen Goldenen Saal im Rathaus Schöneberg und würdigte den Anlass: „Der Winzerempfang nach dem Rebschnitt bietet zahlreiche Begegnungen, die mir sehr am Herzen liegen [...] Wir hoffen auf eine gute Ernte im Herbst.“ Die Städtepartnerschaft mit dem Landkreis Bad Kreuznach besteht seit 1963 und ist eng mit dem Verein zur Förderung des Weinbergs und der Gartenarbeitsschule in Schöneberg e. V. verbunden.

Auguste-Viktoria-Klinikum mit neuer Notaufnahme

MEDIZIN Kurze Wege, moderne Technik, mehr Kapazität auf über 3.000 Quadratmetern

Bis zu 90.000 Notfälle pro Jahr sollen versorgt werden können – und damit fast doppelt so viele wie zuvor: Im Januar hat das Auguste-Viktoria-Klinikum den Betrieb seiner neuen integrierten Zentralen Notaufnahme aufgenommen, die modernste in Berlin, heißt es vom Konzern Vivantes. Auf mehr als 3.000 Quadratmetern Fläche verfüge der Bereich über eine eigene Radiologie, 45 Überwachungsplätze und modernste Technik. Das

bildgebende Verfahren CT ist direkt im Schockraum integriert; OP-Säle, Stroke Unit – zur Schlaganfallbehandlung – und Intensivstationen liegen unmittelbar über der Notaufnahme. Die Chefärztin der Abteilung, Dr. Lydia Hottenbacher, erklärte: „In der integrierten Zentralen Notaufnahme sind alle wichtigen Fachdisziplinen in unmittelbarer räumlicher Nähe mit modernster Ausstattung und Technik untergebracht.“ Das seien beste

Voraussetzungen, um ankommende PatientInnen optimal zu behandeln. Zugänglich ist der Bereich im Erdgeschoss direkt vom Grazer Damm aus. In weiteren Bauabschnitten sollen am Standort „Auguste-Viktoria“ bis 2032 Platz sowohl für die verbleibenden Stationen und Funktionsbereiche des Klinikums als auch für die verbleibenden Kliniken für Geriatrie und Psychiatrie des Tempelhofer Wenckebach-Klinikums geschaffen werden.



Bei „Friedenau im Frühling“ 2024 strömten jede Menge Menschen auf das Festgelände und genossen das bunte Programm.

SponsorInnen und Stand-Meldungen sehr willkommen

FEST Programm und Finanzierung bei „Friedenau im Frühling“ 2025 wollen gut geplant sein

Langsam, aber sicher biegt „Friedenau im Frühling“ wieder ab Richtung Zielgerade: Am 10. Mai soll das große Kiezfest in diesem Jahr auf dem Gelände der Stechlinsee-Grundschule und des Paul-Natorp-Gymnasiums steigen; noch besteht die Möglichkeit, sich auf unterschiedliche Weise einzubringen. Das Planungsteam vom Friedenauer TSC 1886 e. V. nimmt derzeit noch Anmeldungen für Stände entgegen. Hier können sich Unternehmen, Vereine oder Initiativen mit lokalem Bezug präsentieren. Gleichzeitig freuen sich die VeranstalterInnen über finanzielle Unterstützung: „Wir sind auf der Suche nach weiteren Sponsoren“, sagt Organisator Mike Götz: „Mit ihrer Hilfe können wir dafür sorgen, dass die Angebote vor Ort erschwinglich bleiben und wir unsere nachhaltigen Ziele wie eine plastikfreie Veranstaltung realisieren können.“ Gleichzeitig verspricht Götz ein lebendiges Programm aus Sport, Spiel, Musik: „Die Basketballabteilung des Friedenauer TSC 1886 e. V. wird zum Beispiel wieder ein Turnier veranstalten. Die Kids der Stechlinsee-Grundschule werden mit dem Bühnenprogramm starten und dann durch großartigen KünstlerInnen der ‚Simplay‘ Musikschule abgelöst.“ Auch fürs leibliche Wohl wird (vor-)gesorgt: „Die Gäste können sich auf eine kleine Food-Weltreise freuen!“

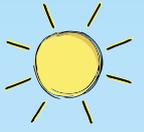


Fotos: ©Inka Thajsen

Die Nährstoffgeschichte

Begeistert Kinder für gemüsiale Superkräfte!

Frisch, fit & fröhlich
Richtung Frühling!



Eieiei, der Osterhase kommt schneller herangehoppelt, als man denkt. Der Tipp von Vitamin „Dee“: Jede Menge Buntes fürs Nest bietet „Die Nährstoffgeschichte“ ... und macht dazu noch Lust auf gesundes Essen und Trinken. Einfach karottastisch!



**prime
time
theater**

Kindertheater
ab 5 Jahren

Infos & Tickets unter
primetimetheater.de



Viele weitere Lern- und Fan-Artikel sowie gratis Bonusmaterial gibt's auf naehrstoffgeschichte.de





Bildungsreferent Jan Möllers, Mitarbeiterin Julia Michael und Bestatterin Valerie Kottmann. Letztere führt mit Kollegin Johanna Mauk im Ladenbüro an der Menzelstraße am 25. Mai durch den Tagesworkshop „Am Totenbett – ein persönlicher Abschied“.

Trauer braucht Selbstbestimmung

Ein Verein hilft, mit Tod und Krisen umzugehen

Sogar eine Demonstration haben sie schon veranstaltet, um ihrer Botschaft Nachdruck zu verleihen, die Menschen hinter *memento - Kultur:Trauer e. V.*: „Trauer braucht Selbstbestimmung“ war und ist eine zentrale Forderung, die das Team seinerzeit groß auf ein Banner schrieb. „Unsere Gesellschaft muss dringend etwas am Umgang mit dem Thema ändern. Wir sollten besser hinschauen und verstehen, Unsicherheit abbauen, Sichtbarkeit herstellen.“ So erläutert Julia Michael, die den Verein aus der Menzelstraße im Ehrenamt unterstützt, aber auch dem Bestattungsunternehmen an derselben Adresse als Geschäftsführung vorsteht. Bildungsreferent

Jan Möllers ordnet diese Koinzidenz sogleich ein: „Wir sind kein Bestattungsunternehmen, das aus Publicity-Gründen einen Verein hat. Bei uns ist es andersherum. Wir sind ein

Wir müssen besser hinschauen und verstehen, Unsicherheit abbauen, Sichtbarkeit herstellen.“

Julia Michael, Mitarbeiterin beim Verein *memento - Kultur:Trauer e.V.*

gemeinnütziger Verein, und diesem gehört auch unser Bestattungsbetrieb.“ Mögliche Gewinne fließen zurück in gemeinnützige Arbeit rund um Sterben, Tod und Trauer, um Care-Strukturen vorzuhalten, die nicht profitorientiert

sind; „und wir finden es superwichtig, dass wir eine enge Verzahnung zwischen unseren vielfältigen Arbeitsbereichen haben. Denn Trauerzeiten sind oft Krisenzeiten. Da braucht es Unterstützung, Stabilisierung und auch Orientierung, die den Menschen den Rücken freihält, ohne ihnen ihren Abschied aus der Hand zu nehmen.“

Als Bestattende sind die „Mementos“, wie sie sich kurz selbst nennen (Eigenschreibweise mit kleinem m), also immer sowohl Beratende hinsichtlich der Bestattung und allem, was zu einer solchen dazugehört, als auch BegleiterInnen für Hinterbliebene. „Was eine verstorbene Person tragen

oder wie ihr Sarg aussehen soll, sind schließlich sehr wichtige emotionale und symbolische Fragen“, unterstreicht Möllers. Aus dieser Praxis heraus bietet das Team Informationsveranstaltungen und Fortbildungen an: für Privatpersonen genauso wie für Menschen, die sich professionell mit Tod und Abschiedssituationen befassen, im Palliativbereich, in Hospizen, als BestatterInnen oder TrauerrednerInnen. Hierbei ist für den Verein die Entwicklung tröstender, stabilisierender und bestärkender Rituale ein zentraler Baustein. Dafür haben die Mitglieder sogar ein eigenes, „RISE“ genanntes, Toolkit entwickelt, das Erarbeitungsprozesse Schritt für Schritt unterstützt. Im vergangenen Jahr herausgekommen, werde es bereits vielfach genutzt, sogar im internationalen Raum, erklärt Julia Michael. Jan Möllers ergänzt: „Die Notwendigkeit ergibt sich daraus, dass viele Bestattungsabläufe nach wie vor konservativ und technisch sind. Als mein Vater starb – ich war damals 11 Jahre alt – fiel mir schon auf, dass selbst meine Einschulung ein vergleichsweise viel besseres Ritual gewesen war.“ Damals habe er sogar schon überlegt, Bestatter zu werden, um etwas zu verändern. Schließlich führte sein Werdegang über ein Studium der Kulturanthropologie, bei dem er sich insbesondere mit Übergangsritualen befasste. Vor kurzem erschien ein Buch, das er gemeinsam mit Kollegin Sophie Warning geschrieben hat. Unter dem Titel „Zwischen den Zeiten – Bestattungsrituale gestalten, Trauernde unterstützen“ richtet es sich vor allem an Hospizbegleitende, „aber eigentlich können alle etwas für sich daraus ableiten.“

Verein und Bestattungsbetrieb seien im Kiez nach 14 Jahren fest verankert, sagt Möllers: „Ich weiß noch, als ich 2011 mit dem Fahrrad hier um die Kurve bog und das damals leerstehende Ladenlokal sah. Es hat mir sofort gefallen. Zum Glück hat die Hausgemeinschaft unserer Betriebsidee zugestimmt, denn das war die unbedingte Voraussetzung, hier einziehen zu können.“ Heute finden in den Räumen auch die kostenlosen Themenabende für den Kiez und die Umgebung statt. Am 20. März geht es zum Beispiel um Hausaufbahrung als wichtiger Teil von Abschiedsprozessen, am 16. April um queersensible Bestattung, am 26. Juni



Jan Möllers mit seinem jüngst erschienenen Buch, Julia Michael mit dem „RISE – Ritual Design Toolkit“

um Erinnerungsorte und Grabmale, am 30. Juni um Vorsorgeberatung. „Unser Anliegen ist es, verschiedene Angebote zu machen, damit Menschen sich sicherer fühlen, indem sie sich vorher mit Fragen auseinandersetzen“, berichtet Julia Michael. Sie stieß 2022 zum Team und kümmert sich im Verein um Planung und Koordination. „Meine Mutter hat im Hospiz gearbeitet und ich habe schon als Jugendliche manchmal dort mitgeholfen und mich eingebracht. Später habe ich Soziale Arbeit studiert. Als mein Großvater 2020 starb, kam mir die Idee, beides zusammenzubringen – als authentische, echte und relevante Arbeit, die Trauerberatung und -begleitung sowie die Bildung dazu immer sein werden.“

Das Konzept, das der Verein realisiert, sei bundesweit einmalig, betont Jan Möllers. Sogar die aufklärende Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ist darin integriert: An weiterführenden Schulen und anderen Lernorten bietet der Kultur:Trauer e. V. das performative Workshop-Format „Heul doch“ an, das mit künstlerischen Mitteln arbeitet. Im Rahmen von Projekttagen geht es um Sachwissen über das Wesen und den Verlauf des Trauerns, Symbole und Riten im Umgang damit sowie um Trost. Für GrundschülerInnen gibt es

das „Trostbrot“, bei dem Bildung und Sensibilisierung tatsächlich durch gemeinsames Brotbacken vermittelt werden. „Beide Projekte werden aktuell erweitert“, erzählt Jan Möllers, der darin eine große Chance sieht: „Generell sehen wir, dass die Menschen den Tod und das Sterben ganz allmählich zu sich holen, so wie es bei Geburten schon längst geschieht; sie kommen ins eigene Haus, raus aus den Krankenhäusern. Wir möchten die Menschen zu dieser Annäherung befähigen, Türen aufmachen. Wenn jemand stirbt, erschüttert das das ganze Familien- und FreundInnensystem. Durch gute Unterstützung lässt es sich stabilisieren, sodass man gut weiterleben kann, obwohl jemand fehlt.“

ITH

Um Informations- und Kulturveranstaltungen des Vereins sowie die Veröffentlichung von Fachliteratur und Informationsmaterialien zu den Themen Sterben, Tod und Trauer voranzubringen, freut sich der Verein über Spenden:

Kultur:Trauer e. V.

IBAN: DE20 4306 0967 1289 3619 00

GLS Gemeinschaftsbank e.G.

Verwendungszweck: „Spende, Name und Adresse des Zuwendungsgebers“

Weitere Infos unter www.kulturtrauer.net

Idee für glänzende Stolpersteine in Kiez-Pilotphase

ENGAGEMENT Friedenauer sorgt für neue App mit Sinn



Harald Kleinmann aus der Blankenbergstraße hat die App-Idee zu „StolperClean“ erdacht.

Gleich um die Ecke von Harald Kleinmanns Wohnung findet sich der erste Ort, an dem seine Idee helfen würde: Dem Friedenauer aus der Blankenbergstraße war in der Vergangenheit immer wieder aufgefallen, dass einige Stolpersteine im Kiez durchaus mehr Pflege gebrauchen könnten. „Manche werden nach meiner Wahrnehmung selbst bei Reinigungstouren vergessen.“ Am Tag des FRIEDA Besuchs sind die drei Mahnmale in der Nähe tatsächlich in einem eher unscheinbaren Zustand, überdeckt von Ablagerungen. Dabei ist das „Stolpern“ – das Innehalten und Sich-Besinnen – nur dann möglich,

wenn die Gedenksteine gut sichtbar sind. Aus seiner Beobachtung heraus hat Harald Kleinmann deshalb nicht nur einen Plan entwickelt, sondern auch gleich noch für dessen Umsetzung gesorgt. Im Dezember ging die von ihm konzeptuell erdachte App live: In „StolperClean“ können Stolpersteine, die eine Reinigung benötigen, in einer digitalen Karte markiert werden. Sie bekommen die Farbe Rot. Wer umgekehrt einen Stein aufpoliert, kann diesen auf „Grün“ setzen. „Das dokumentiert nicht nur die Pflege, sondern hilft auch bei der effizienten

Gestaltung von Reinigungstouren“, ist sich der Erfinder sicher.

Harald Kleinmann ist seit einem guten Jahr Mitglied der Stolperstein-Initiative Stierstraße. Beruflich kommt er aus dem IT-Bereich. Für die Umsetzung seines Herzensprojekts fand er Unterstützung bei der Berliner Firma Geosys, die auf kartenbasierte Anwendungen spezialisiert ist. Die sprang ihm bei – und das kostenlos. „Der Geschäftsführer wollte sich für die gute Sache einsetzen“, sagt Kleinmann und lobt: „Den Impuls für den Namen und auch das aus meiner Sicht sehr gelungene Icon lieferte das Unternehmen gleich mit.“ Der technische Aufbau lief durch mehrere Testphasen, zunächst für Android-Geräte: „Ich habe mich mit dem Google Playstore in Verbindung gesetzt. Es waren viele und aufwendige Schritte für die Veröffentlichung dort nötig, aber im Dezember wurde ‚StolperClean‘ endlich freigeschaltet“, freut sich der Friedenauer. Seit Ende Januar gibt es unter www.stolperclean.de auch eine App, die auf iPhones verwendet werden kann.



Derzeit läuft eine Pilotphase in Friedenau, Wilmersdorf und Steglitz. Geplant ist, Rückmeldungen zu sammeln, das Konzept gegebenenfalls nachzubessern und es dann im gesamten Stadtgebiet Berlins einzuführen. Neben der Weiterverfolgung dieser Strategie ist für Harald Kleinmann zurzeit auch die Öffentlichkeitsarbeit im Fokus: „Es gibt schließlich 3,3 Millionen Apps im Store. Deshalb möchte

ich Multiplikatoren gewinnen, die bei der Verbreitung unserer Anwendung helfen.“ FRIEDA trägt schon einmal ihren Teil dazu bei. Der QR-Code führt direkt zur Android-App.



Ein Roman macht Leinwand-Karriere

KULTUR Weddinger Pflegekraft lieferte Inspiration für Kinofilm

Im täglichen Berufsleben kümmert sich die Friedenauerin Madeline Calvelage um Menschen, die Hilfe brauchen: als Leitende Wund- und Stomaschwester in einer Klinik. Trotz ihres großen Einsatzes hierbei findet die zweifache Mutter aber auch Zeit, Bücher zu schreiben und im Selbstverlag zu veröffentlichen; vier sind bereits erschienen. Und jetzt macht das Erstlingswerk (FRIEDA berichtete bei Erscheinen 2020) sozusagen Kino-Karriere.

Frau Calvelage, Ende Februar feiert der Film „Heldin“ Premiere, dessen Handlung an Ihr Buch angelehnt ist. Wie kam es denn dazu?

Schon im November 2022 nahm die bekannte Regisseurin Petra Volpe Kontakt zu mir auf. Sie hatte meinen autobiografischen Roman „Unser Beruf

ist nicht das Problem. Es sind die Umstände.“ gelesen, fühlte sich inspiriert und sicherte sich die Rechte. Denn sie plante einen Spielfilm über eine Pflegekraft und Fachkräftemangel zu drehen. Ich durfte sogar am Drehbuch mitwirken, um die richtige Umsetzung von pflegerischen Abläufen im Blick zu halten.

Aus demselben Grund waren Sie später auch teilweise beim Dreh dabei.

Genau. Es war beeindruckend zu sehen, wie viele Leute vor Ort beteiligt waren und wie lange man für einzelne Filmsequenzen dreht. Frau Volpe hatte dann noch die Idee, mir einen kleinen Gastauftritt zu geben. Es hat mir sehr viel Spaß gemacht, in eine andere Rolle zu hüpfen und mir einen Dialog für ein vorgetäushtes Patientengespräch auszudenken. Zu sehen bin ich aber nur von hinten, was mir ganz recht ist.

Sie möchten auf die Rolle von Pflegefachkräften und deren Sorgen und Nöte hinweisen: auf das, was systemisch schief läuft. Was bedeutet es Ihnen, dass Ihr Thema durch „Heldin“ nun zusätzliche Aufmerksamkeit bekommt? Ich freue mich sehr, dass mein Herzensprojekt dazu beigetragen hat, das Ganze erneut in den Fokus unserer Gesellschaft zu stellen. Jeder soll erkennen – und ich denke Frau Volpe ist dies



Das Plakat zum neuen Film, zu dem Buch und Autorin aus Friedenau viel beitrugen.

auch in ihrem Film gelungen –, dass unser Beruf an sich nicht das Problem ist. Es sind die vielen Dinge um uns herum, die unsere Arbeit erschweren und uns zunehmend erschöpfen.

Die Welt-Premiere findet am 17.2. im Rahmen der Berlinale hier in Berlin statt. Inwiefern fiebern Sie ihr entgegen?

Natürlich bin ich sehr gespannt und freue mich darauf. Zudem hoffe ich sehr, daran teilnehmen zu können, da ich gerade mein zweites Kind bekommen habe. Wie es im Leben oftmals so ist, kommt alles auf einmal. Und natürlich erhoffe ich mir durch den Film die Erweiterung meiner Leserschaft. Als Selfpublisher unterwegs zu sein, empfinde ich trotz der angenehmen Freiheiten, die man dabei genießt, oftmals als mühselig, da man sich um alles kümmern muss.

Vielen Dank und toi toi toi für alles!



Madeline Calvelage hat bereits mehrere Bücher zum Thema Pflege veröffentlicht.

Fotos: ©Michael Willöfer, ©Zodiac Pictures Ltd. 2024

Anzeige

Einzelnachhilfe zu Hause

- ✓ Individuelle Unterstützung
- ✓ Aufholen der Lernlücken
- ✓ Alle Fächer, Klassen & Schularten

Vereinbaren Sie mit uns ein **kostenloses Beratungsgespräch!**

030 / 81 03 07 65

www.abacus-nachhilfe.de

ABACUS
NACHHILFEINSTITUT

Kundenmeinungen der letzten 12 Monate
TOP EMPFEHLUNG 2024
Mehr Infos ⓘ
Proven Expert

Two women are sitting at a desk. The woman on the left is writing in a notebook, and the woman on the right is looking at the notebook. They are both smiling and appear to be in a positive learning environment.

Neues Projekt „Demokratie Lesen“ für Kinder

BILDUNG Die Friedenauerinnen Karoline Dimroth und Claudia Freudenberg engagieren sich in lokalen Kitas

„Nein heißt Nein“, sagt die Maus“, „Eine Wiese für alle“ oder auch „Irgendwie Anders“: Das sind Buchtitel, die eine wichtige Rolle bei einer neuen Initiative in der Nachbarschaft spielen: „Demokratie Lesen in Berliner Kindertagesstätten“. Eine Arbeitsgemeinschaft der „Omas gegen Rechts“-Stadtteilgruppe Südwest hat sie gegründet und über die Friedenauer Mitglieder Karoline Dimroth und Claudia Freudenberg zuletzt auch in den Kiez gebracht. Die Idee ist, anhand im Vorfeld aufwendig ausgewählter Bücher positive Bilder und Erfahrungen von einem friedvollen Miteinander, einer weltoffenen und mitgestaltungsfreudigen Haltung zu vermitteln. Die 83-jährige Karoline Dimroth war schon bei der Gründung von „Demokratie Lesen“ dabei, las zuerst in Zehlendorfer Kitas und entschloss sich dann, das Ganze in ihrem Umfeld anzubieten.

Ende 2024 besuchte die engagierte achtfache Großmutter die Einrichtung „Paul und Anna“ an der Goßlerstraße und stellte den Kindern dort an sechs Tagen Bücher vor. Im Februar startete sie gerade eine weitere Reihe in einer Einrichtung an der Schmargendorfer Straße. Karoline Dimroth beginnt mit einem 20-minütigen Lese-Teil. Dann wird eine halbe Stunde gemeinsam über das Gehörte gesprochen. „Mir ist besonders wichtig, dass die Kinder ins Nachdenken kommen“, erklärt sie. „Zum Schluss dürfen alle mithilfe schöner Kieselsteine

bestimmen, wie sie das Buch fanden. Es ist bedeutsam, dass die Kinder lernen, dass ihre Meinung wichtig ist und gehört wird.“ Im Gepäck hat die Friedenauerin verschiedene altersgerechte Werke, die Respekt, Toleranz, Empathie, Zusammenhalt, Mit- und Selbstbestimmung thematisieren,

darunter ihren Liebling: „Der handelt von Robert, einem sehr besonderen Raben, der von seiner Familie erst nicht akzeptiert wird. Das ändert sich dann aber.“ Beim letzten Besuchstermin bekommt jede Kita ein Buch geschenkt sowie eine Broschüre voller weiterer Literaturempfehlungen zu verschiedenen Themenschwerpunkten. Kitas, die das Projekt interessiert, können per E-Mail an Demokratie-lesen-in-kitas@freenet.de anfragen. Es eignet sich besonders für Vier- bis Sechsjährige, empfiehlt Karoline Dimroth. Die VorleserInnen sind ehrenamtlich tätig; Kosten entstehen daher keine. Die Anschaffung der Bücher sowie der Broschüren-Druck wurden durch das Bundesprogramm „Demokratie leben“ gefördert.

Wer selbst Lust hat, als LesendeR in Kitas zu gehen, kann sich ebenfalls via E-Mail informieren. „Ende des Jahres haben wir ‚Demokratie Lesen in Kitas‘ bei einem berlinweiten Vernetzungstreffen der ‚Omas gegen Rechts‘ vorgestellt“, sagt Dimroth und freut sich: „Da gab es viel Interesse, so dass es vermutlich auch in anderen Bezirken bald Angebote geben dürfte.“



Karoline Dimroth macht sich mit Kita-Lesungen für frühe Demokratie-Bildung stark.

Ehrenamtliche gesucht – Schulung im Angebot

MITEINANDER Gratulieren bis organisieren: Verschiedenste Möglichkeiten zum Engagement

Das Bezirksamt Steglitz-Zehlendorf wirbt derzeit verstärkt fürs Ehrenamt: Gesucht werden zum Beispiel helfende Hände in den sieben Freizeitstätten seiner Trägerschaft. Hier können Menschen unter anderem bei Veranstaltungen helfen oder als GruppenleiterInnen anderen ihre eigenen Hobbys näherbringen. Auch im Gratulationsdienst sind neue UnterstützerInnen sehr willkommen. Wer wenig(er) mobil ist, kann sich von daheim für andere einsetzen und etwa am SeniorInnentelefon Anrufenden weiterhelfen, Trost spenden oder einfach nur ein offenes Ohr schenken. Für alle Aufgaben gibt es eine Einarbeitungsphase und eine Aufwandsentschädigung.

Im Vorfeld bietet das Bezirksamt Beratung und auch unverbindliches Probearbeiten zum „Reinschnuppern“ an. Ansprechperson ist Frau Weidner unter Tel. 902992843 sowie E-Mail soz-ehrenamt@ba-sz.berlin.de.

Im Nachbarschaftshaus Friedenau startet unterdessen demnächst ein Einführungskurs für den Ehrenamtlichen Besuchsdienst, veranstaltet vom Nachbarschaftsheim Schöneberg e. V. Hier geht es darum, einsamen älteren und/oder gesundheitlich eingeschränkten Menschen Zuwendung zu schenken und Lebensfreude in den Alltag zu bringen: ob bei Gesellschaftsspielen, gemeinsamen Hobbys, kleinen Ausflü-

gen oder guten Gesprächen. Der Kurs geht am 29. März (10 bis 15 Uhr) los; es folgen – je mittwochs und donnerstags zwischen 17 und 19 Uhr – zehn weitere Treffen. Interessierte können sich vorab informieren über die E-Mail-Adresse besuchsdienst@nbhs.de oder telefonisch unter 859951-223 / -224 / -226.



Leinwand-Hommage an Hildegard Knef

KINO Cosima-Filmtheater mit Reihe zum 100sten

Einst lebte sie im Kiez: Hildegard Knef. In diesem Jahr wäre die SchauspielerIn, SängerIn und SchriftstellerIn 100 Jahre alt geworden. Diesen Anlass will das Cosima-Filmtheater das ganze Jahr über begehen. Als das Haus 1935 eröffnete, wohnte Knef gleich gegenüber – in den Häusern, an deren Stelle heute die Stadtautobahn verläuft. Vermutlich, schreibt das „Cosima“, habe sie das Haus als Heranwachsende sogar das eine oder andere Mal besucht. Im Januar ist hier nun unter dem Titel „Hilde Hundert“ eine Reihe von Filmen gestartet, die jeweils am letzten Montag im Monat gezeigt werden. Den Anfang machte „Die Sünderin“, am 24. Februar folgt Arthur Maria Rabenalts 1952 entstandene Adaption von Hanns Heinz Ewers' fantastischer Geschichte „Alraune“. In der Titelrolle glänzte Knef als betörend schönes Geschöpf, das künstlich gezeugt worden und dazu verdammt ist, alle Menschen in seiner Nähe ins Unglück zu stürzen. Am 31. März präsentiert das Filmtheater an der Sieglindestraße 10 das Kriminal- und Ehedrama „Nachts auf den Straßen“, das Rudolf Jugert 1951/52 inszenierte. Die Filme beginnen jeweils um 17.30 Uhr, immer dabei eine Einführung von Jan Gympel, Filmhistoriker und Kurator der Reihe.



Europäische Tage des Kunsthandwerks Anfang April

KULTUR Friedenauer Ateliers sind wieder mit dabei

Wie schon in den letzten Jahren mischen auch unser Kiez und die Nachbarschaft wieder bei „ETAK“ mit – den Europäischen Tagen des Kunsthandwerks. Das Traditionsevent zieht in jedem Frühjahr viele Gäste an, die kreativen SchöpferInnen über die Schulter schauen: in Ateliers, Werkstätten ... aber auch Museen und Hochschulen machen mit. Drei Tage lang, vom 4. bis 6. April, läuft die Aktion 2025. Wer sich ein schönes Programm für den eigenen Geschmack zusammenstellen möchte, kann das unter der Internet-Adresse <https://kunsthandwerkstage.de/berlin> realisieren. Eine interaktive Karte hilft dabei. Wer hier schaut, entdeckt unter anderem das Atelier Dörbaum an der Wilhelmshöhe, das Art Atelier A^3 an der Fröauf- oder das Clay Art 37 an der Holsteinischen Straße. Außerdem ist das Ausbildungs- und Kulturzentrum an der Lauterstraße mit von der Partie. Die Geschichte der „ETAK“ geht übrigens auf das Jahr 2002 zurück. In Frankreich wurde die Aktion damals vom dortigen Ministerium für Handwerk ins Leben gerufen. Viele weitere Länder haben sie seither aufgegriffen, darunter Spanien, Portugal, Italien, Österreich, Belgien, Luxemburg, Lettland, Irland und die Schweiz. Deutschlandweit sind mittlerweile elf Bundesländer dabei.

Anzeige

ENGAGIERT UND VERLÄSSLICH FÜR DEN KIEZ

Immer für Sie ansprechbar!

Orkan Özdemir
IHR VERTRETER IM ABGEORDNETENHAUS VON BERLIN

Stadtteilbüro • Schmiljanstraße 17 • 12161 Berlin
Telefon: 030 276 950 43 • mail@orkan-ozdemir.de



Neues VHS-Angebot für pädagogische Fachkräfte

ERZIEHUNG 20 praxisorientierte Kurse zur Auswahl

Die Volkshochschule Tempelhof-Schöneberg (VHS) hat ihr Bildungsangebot erweitert und startet 2025 erstmals Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in der Tagespflege und Kita. Das in Abstimmung mit der bezirklichen Koordinationsstelle für Tagespflege sowie einem Kitaträger entwickelte und abgestimmte Programm deckt zentrale Bereiche der frühkindlichen Erziehung ab, heißt es. In insgesamt 20 praxisorientierten Kursen können sich ErzieherInnen und Tagespflegepersonen zu relevanten Themen wie Entwicklungspsychologie, Erziehungskonzepten oder Sprachförderung inklusive einfacher Gebärdensprache fort- und weiterbilden. Auch die Kommunikation mit Eltern wird thematisiert, genauso wie das neue Dokumentationsverfahren BeoKiz oder Standards für die Erstellung von Kinderschutzkonzepten. Andere Kurse widmen sich der kindgerechten Gestaltung von Alltagssituationen wie der Eingewöhnung oder den Mahlzeiten.



Mit einem Durchmesser von 2,5 Metern und einem Gewicht von acht Tonnen hängt der Bronzekörper der Freiheitsglocke in einem Gestell aus massiven Holzbalken. Auf dem Schlagring ist in englischer Sprache die Variation eines Abraham-Lincoln-Zitats zu lesen: „Möge diese Welt mit Gottes Hilfe eine Wiedergeburt der Freiheit erleben.“

Mahnende Klänge aus dem Rathausurm

Vor 75 Jahren wurde die Freiheitsglocke eingeweiht

„Auf den Turm zu steigen, ist eine angenehme Abwechslung nach den vielen Büro-Terminen heute“, wird FRIEDA von Bezirksstadträtin Eva Majewski freundlich empfangen. Ziel des Besuchs im Rathaus Schöneberg ist die Freiheitsglocke – hoch oben im Turm des Gebäudes. Dieses Jahr feiert sie ihr 75-jähriges Jubiläum. Schon auf dem Weg weist Majewski auf einige besonders sehenswerte Stationen im Gebäude hin. Als Leiterin der Abteilung für Stadtentwicklung gehört der Blick für Architektur zu ihrem Metier. Im Hauptfoyer erklärt sie: „Vielen, die die Serie ‚Babylon Berlin‘ geschaut haben, kommt die Halle gleich bekannt vor, denn einige Szenen wurden hier gedreht.“ Schließlich stehen wir am Fuß der Treppe zum Turm. Beim Aufstieg wird es mit jeder Stufe kühler, aber der eisige Wind, der uns ganz oben entgegenschlägt, ist angesichts der fantastischen Aussicht schnell vergessen. Im Südwesten erhebt sich das Rathaus auf dem Breslauer Platz. Doch nicht nur der Blick in die Ferne ist beeindruckend. Denn hier lässt sich jetzt aus unmittelbarer Nähe die – wie sie ursprünglich bezeichnet wurde – Weltfreiheitsglocke bewundern. Mit einem Durchmesser von zweieinhalb Metern hängt der imposante und symbolträchtige Koloss ruhig in seinem Gestell aus massiven Holzbalken. Kaum auszumalen, wie

ohrenbetäubend es hier oben sein muss, wenn sich der wuchtige acht Tonnen schwere Bronzekörper in Bewegung setzt. Auf dem Schlagring ist in englischer Sprache die Variation eines Abraham-Lincoln-Zitats zu lesen: „Möge diese Welt mit Gottes Hilfe eine Wiedergeburt der Freiheit erleben.“

Wer die Bedeutung der Glocke für West-Berlin verstehen will, muss sich die Blockade der Stadt durch die sowjetischen Alliierten vor Augen halten, die erst 1949, im Jahr vor der Einweihung der Glocke, beendet wurde. Der

„Diese versöhnliche Geste so kurz nach dem Krieg ist wirklich berührend.“

Bezirksstadträtin Eva Majewski

unbedingte Freiheitswille der West-BerlinerInnen drückte sich in einem beispiellosen Zusammenhalt aus, der in der angespannten Lage sogar dem Angebot günstiger Nahrungsmittel aus dem Ostteil weitgehend trotzte. Mit dem Geschenk einer Glocke für das Rathaus, dem damaligen Regierungssitz West-Berlins, setzten die US-amerikanischen Verbündeten ein Zeichen im Kampf gegen die sowjetische Propaganda. Als Vorbild diente die Liberty Bell, die 1776 die amerikanische Unabhängigkeit einläutete: Ebenso wie das Original ging die deutlich größere Kopie auf Tour durch die Vereinigten Staaten von Amerika. Dafür überquerte

die Glocke gleich zweimal den Atlantik, denn hergestellt hatte sie die britische Gießerei Gillett & Johnson. Ein Fries aus Lorbeerblättern, die für den Frieden stehen, zierte das monumentale Werk ebenso wie fünf Fackelträger, die, einen Kreis bildend, die Erdteile symbolisieren.

US-BürgerInnen spendeten für diese Weltfreiheitsglocke und konnten sich in Listen eintragen, um sich zu einer „Declaration of Freedom“ zu bekennen, einer Kurzform der amerikanischen Unabhängigkeitserklärung. Ganze 16 Millionen Unterschriften kamen auf diese Weise zusammen. Und die gelangten gemeinsam mit der Glocke nach Berlin. Auch heute sind sie in

Schöneberg zu finden. Eva Majewski steckt den Schlüssel ins Schloss der geheimnisvollen Tür im ersten Stock des Turms, hinter der sie lagern, und schließt auf. In dem länglichen, spärlich beleuchteten Raum scheint die Zeit stehengeblieben zu sein. Bis unter die Decke stapeln sich unzählige noch original verschnürte Pakete in allen Größen auf schweren Holzregalen, die eine ganze Wand einnehmen. Die verschiedensten Stempel, Handschriften und Aufdrucke verraten, aus welchen Winkeln der USA die jeweiligen Bekenntnisse zur Freiheit stammen. „Der Anblick dieser unzähligen Unterschriften ist für mich immer wieder

Anzeige

Policum Berlin MVZ - Friedenau

Haus- und Facharztzentrum

Unsere Ärztinnen verstehen sich als Ansprechperson und Vertrauensperson für alle gesundheitlichen Fragen.
Für unsere Patient:innen steht ein kostenpflichtiger Parkplatz hinter dem MVZ zur Verfügung.



policum.
FRIEDENAU

Allgemeinmedizin/Hausärzte

Dr. med. Johannes Klemt
Facharzt für Allgemeinmedizin

Miriam Schütz-Rynski
Fachärztin für Allgemeinmedizin

Jetzt Termin buchen

HIER SCANNEN



Orthopädie

Dr. med. Sascha Tobias Beyersdörfer
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

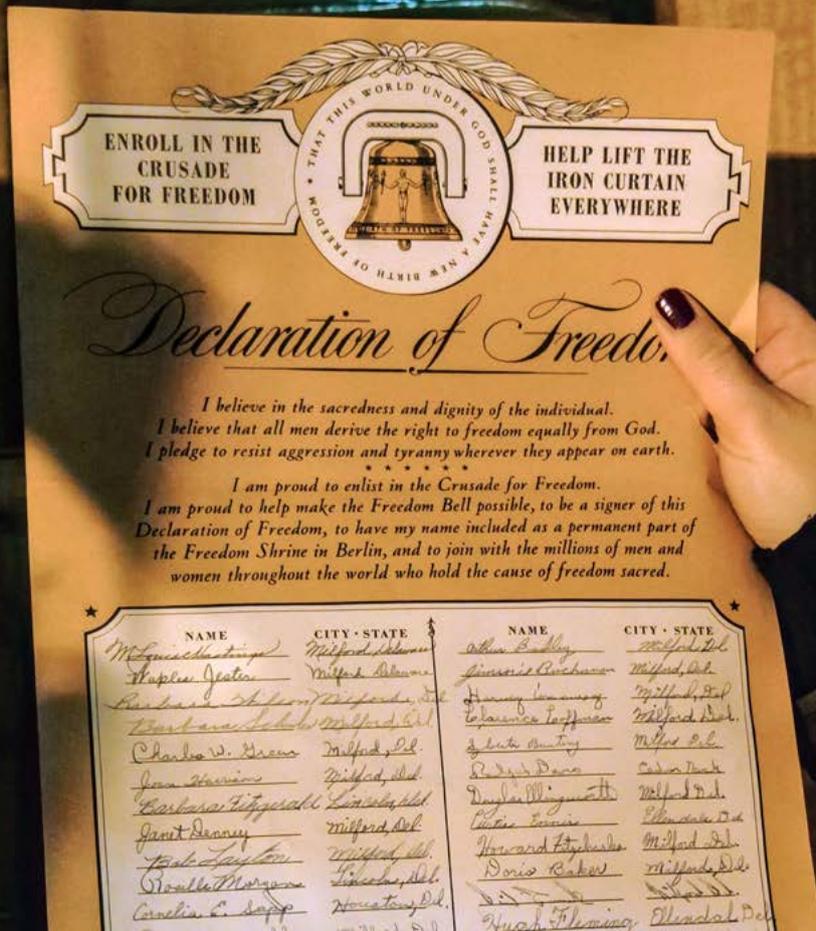
Alexander Nantke
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Gastroenterologie

Dr. med. Thomas Auer
Facharzt für Gastroenterologie



Policum Friedenau • Rubensstraße 119 • 12157 Berlin • www.policum.berlin • hausarzte.friedenau@policum.berlin • 030 - 720 110 150
orthopaedie.friedenau@policum.berlin • 030 - 720 110 720
gastro.friedenau@policum.berlin • 030 - 720 110 170



Die Originalpakete voller Unterschriftenlisten lagern noch heute im Rathaus Schöneberg.

16 Millionen US-AmerikanerInnen spendeten nach dem Zweiten Weltkrieg im Rahmen des „Kreuzzugs für die Freiheit“ für den Guss der Glocke und unterzeichneten die „Declaration of Freedom“, den Freiheitsschwur. Der erste Satz lautet: „Ich glaube an die Unantastbarkeit und an die Würde des einzelnen Menschen.“

bewegend“, gesteht Eva Majewski. „Diese versöhnliche Geste so kurz nach dem Krieg ist wirklich berührend.“

Für die Einweihung der Glocke wurde der 24. Oktober 1950 gewählt, Tag der Vereinten Nationen. Zum Festakt fanden sich mehr als 400.000 BerlinerInnen am Rathaus ein. Der Regierende Bürgermeister Ernst Reuter hielt eine Rede, und General Lucius D. Clay sprach als Vorsitzender des Nationalkomitees für ein Freies Europa. Diesem Komitee entstammte auch die Idee der Glocke. Clay war „der festen Überzeugung, dass sie in Ihren Händen jetzt und immer für die Freiheit läuten und damit die Botschaft hinaustragen wird, die Sie erfahren haben: Wo Menschen den Willen zur Freiheit haben, werden sie frei sein!“ Allerdings gab es bei dieser Premiere auch eine kleine Panne: Der Motorantrieb streikte, sodass Handwerker die Glocke oben im Turm mit ihrem Körpergewicht zum Klingen bringen mussten. Später war es der Zahn der Zeit, der Reparaturen nötig machte. Bereits 1966 brach der schwere Klöppel ab und durchschlug den Boden der obersten Turmetage, der daraufhin verstärkt wurde; drei Dekaden später,

1997, fiel der Klöppel erneut aus seiner Verankerung. Ein kleiner Schaden am Glockenmantel, der bereits 1972 entdeckt worden war, entwickelte sich mit der Zeit zu einem über einen Meter langen Riss, der schließlich auch den Klang beeinträchtigte. Für die nötige



Stadträtin Eva Majewski öffnet für FRIEDA die Dokumentenkammer mit den Papier-Zeitzeugnissen.

Restaurierung im bayerischen Nördlingen musste die Glocke 2001 ausziehen. Das war mit Herausforderungen verbunden, denn um das wuchtige Stück mit einem Kran vom Turm herunterzuholen, musste zuerst die Wand aufgestemmt werden. Die Kosten von 400.000 D-Mark kamen teils durch Spenden und teils durch Plakat-Werbung auf dem Gerüst zusammen. Ein leichterer Klöppel und der neue Glockenstuhl sorgten fortan für einen besseren Klang.

ZeitzeugInnen erinnern sich an viele emotionale Momente, die die Freiheitsglocke untermalte. So wurde vom Schöneberger Rathausurm die Deutsche Einheit am 3. Oktober 1990 eingeläutet. Zwei Tage nach den Terroranschlägen auf das World Trade Center und drei weitere Ziele in den USA am 11. September 2001 erklang die Glocke ganze sieben Minuten lang für die Opfer. Seit 1950 ist das mittägliche Läuten im Rundfunk zu hören, zunächst beim RIAS, heute beim Deutschlandfunk Kultur. Jeden Sonntag erklingt es, gefolgt von der Verlesung des Freiheitsschwurs, und erinnert damit an die bewegte Geschichte der Stadt. **BOD**

WERBEWIRKSAM

HABERSTROH

WERBEN ZUM WOHLFÜHLEN

**VOLL
VERKLEBT
UND
TROTZDEM
SAUBER**

- **Flottenbeschriftung**
- **Folientechnik**
für Ladenbau, Messe & Sonnenschutz

werbewirksam-haberstroh.de

Schöneberger Muntermacher am Amazonas

Sebastian Freidank folgte seiner Tee-Idee



Der ehemalige Schöneberger und Guya-Gründer Sebastian Freidank mit dem Dorfältesten und dessen Tochter aus der Napo Region in Ecuador

Der Weg ist nass und schmal, bis zum Horizont bilden Büsche und Bäume einen dichten Teppich über sanft geschwungenen Hügeln. Hier, inmitten der Amazonas-Region, ist Sebastian Freidank in seinem Element. Der Berliner hat das südamerikanische Ecuador vor einem Jahr zu seiner neuen Heimat gemacht ... und Tee zu seinem Lebensmittelpunkt: mit Guayusa. So heißt die besondere Pflanze, deren Blätter ihm - heiß aufgebraut - nicht nur als Start in den Tag dienen, sondern diesen fast 24/7 bestimmen. Sein Leben dreht sich um das Stechpalmengewächs, dessen wachmachendes Potenzial er erkannte und daraufhin sein Startup „Guya“ gründete. Damals lebte der heute 33-Jährige noch in Schöneberg, zehn Jahre verbrachte er an der Gustav-Müller-Straße: „Als Student für Gartenbauliche Phytotechnologie war ich auf der Suche nach einer Alternative zu Kaffee und Mate, denn beides schmeckt mir nicht besonders“, erinnert er sich. „Im Internet wurde ich dann auf der Facebook-Seite von Leonardo DiCaprio auf ein Spendenprojekt für die Kichwa, aufmerksam.“ Dort sei auch erwähnt worden, wie diese UreinwohnerInnen Ecuadors die Pflanze Guayusa nutzen. Sie verfügt über die koffeinhaltigsten Blätter der Welt. Diese werden allerdings nicht - wie Tee - erst getrocknet und zerkleinert, sondern im Ganzen für etwa 30 Minuten gekocht, und das seit Generationen: Die ältesten Funde zu solcher Tradition verweisen auf eine Zeit von vor über 1.500 Jahren.

„Ich möchte die Biodiversität des Amazonas schützen, indem ich die Bauern unterstütze und zeige, dass der Wald wertvolle Produkte liefern kann, wenn wir ihn erhalten.“

Sebastian Freidank

Sebastian Freidank machte das neugierig, aber „in Deutschland kannte niemand Guayusa, und so habe ich es aus den USA bestellt und probiert. Der Tee hat mich nicht nur vom Geschmack her, sondern auch mit seiner Wirkung überzeugt - vor allem jedoch hinsichtlich der ganzen Philosophie, die hinter dieser Pflanze und ihrer Nutzung steht“, erklärt er. Schließlich werde sie traditionell angebaut. Das bedeutet: Kein Regenwald muss für Plantagen weichen, sondern Guayusa wächst in sogenannten Permakulturen, die in die bestehende Pflanzenwelt integriert sind. „Es ist also das genaue Gegenteil einer Monokultur, und je nach Intensität einer Permakultur werden eine Handvoll, ein Dutzend oder gar hunderte Nutzpflanzen auf einem Hektar miteinander in einer Art Waldgarten kombiniert, um eine Synergie zu schaffen“, beschreibt der Gründer. Von alledem war der engagierte Schöneberger so begeistert, dass er sich im Jahr 2016 in den Flieger setzte und erst einmal sechs Monate im Regenwaldgebiet Ecuadors verbrachte. Was er vorfand, überzeugte, und Sebastian Freidank machte sich mit Tee-Produktion und Vertrieb im Alleingang kurzerhand selbstständig: „Guya“ war geboren. „Anfangs habe ich in Ecuador nur das Rohmaterial gekauft und das dann in Schöneberg alles selbst gelagert, abgefüllt



Ein Kichwa-Bauer pflanzt einen jungen Guayusa-Steckling in der Cotundo-Region.

Anzeige

Große weite Weinwelt.

Jacques'

Bei uns im Depot stehen immer über 200 Weine zum Probieren für Sie bereit. Ganz gleich ob persönlicher Lieblingswein, der passende Wein zum Essen oder ein Geschenk. Wir freuen uns, wenn Sie uns besuchen.

Jacques' Wein-Depot
Bundesallee 115
12161 Berlin-Friedenau
jacques.de/friedenau

Mo – Mi 14.00 – 19.00 Uhr
Do – Fr 12.00 – 19.00 Uhr
Sa 10.00 – 16.00 Uhr
Depotinhaber Danijel Batez



Die Guayusa-Zeremonie „Upina“ mit dem Dorfältesten: Das Getränk wird traditionell vor dem Sonnenaufgang zubereitet, um damit in den Tag zu starten.



2025 soll die Produktpalette erweitert werden – unter anderem um einige Snacks.

es nicht. Viele Menschen haben deshalb Gefallen an Freidanks Idee gefunden und bestellen fleißig, das Geschäft läuft fast ausschließlich online. 2025 erwartet die „Guya“-Kundinnen eine Neuigkeit. Bisher galt es nämlich, aus sieben verschiedenen Sorten zu wählen. Jetzt sollen noch einmal 13 weitere Teemischungen mit Guayusa dazukommen, außerdem Snacks wie Trockenfrüchte, Nüsse und Schokolade. FLE



Sebastian Freidank 2020 beim Aufforstungsprojekt einer ungenutzten Kuhweide.

Fotos: GUYA Guayusa/Sebastian Freidank

und verschickt. Mein Lager für den ersten 300 Kilo schweren Import befand sich in Schwerlastregalen auf meinem zehn Quadratmeter großen Flur. Doch ich wollte nicht nur den Rohstoff aus dem Land nehmen und woanders weiterproduzieren, sondern unbedingt die gesamte Wertschöpfungskette in der Region belassen.“ So erwarb er schließlich die nötigen Maschinen und ließ sie ins Amazonas-Gebiet bringen. Seither kann dort alles umgesetzt werden: von der Ernte bis zum fertigen, verpackten und mit gedrucktem Mindesthaltbarkeitsdatum versehenen Produkt. Freidank kooperiert mit mittlerweile vier Kichwa-Genossenschaften – von Indigenen geleiteten Zusammenschlüssen von Familien und Dörfern mit hundert Mitgliedern. Gemeinsam pflanzen sie die Guayusa-Pflanzen nach den jahrhundertealten Anbaumethoden an und profitieren von deren Nutzung, erklärt der 33-Jährige, der sich auch

anderweitig engagiert. In 2020/21 arbeitete er für ein Renaturierungsprojekt mit der NGO „Yakum“ zusammen und half, mehrere Hektar Kuhweide mit über 100 Pflanzenarten wieder aufzuforsten. Seine Vision: „Ich möchte die Biodiversität des Amazonas schützen, indem ich die Bauern unterstütze und zeige, dass der Wald wertvolle Produkte liefern kann, wenn wir ihn erhalten.“

Im Februar 2024 ist der Unternehmer schließlich komplett nach Ecuador gezogen und vertreibt seinen organischen Tee seither vom Amazonasgebiet aus. „Es heißt bei den Kichwa, dass Guayusa von den Göttern kommt – und ihre Wirkung ist auch wirklich göttlich“, findet er. Die Pflanze enthalte neben ihren Muntermacher-Stoffen auch Antioxidantien gegen freie Radikale und die stressabbauende Glutaminsäure L-Theamin, und Nebenwirkungen gebe

Rezept



Energy-Limo

Sebastian Freidank empfiehlt ein besonderes Getränk als Muntermacher: „Eine leckere Energy-Limonade lässt sich am besten mit dem original Guayusa. „An kalten Tagen macht die sich heiß gut. An warmen Tagen sollte man sie abkühlen lassen und kaltstellen.“ 100 Milliliter enthalten vergleichbar viel Koffein wie ein Energy-Drink aus dem Supermarkt.“

Zutaten für 4 Personen: Wasser, 6 bis 10 Gramm Tee, 2 bis 4 EL Roh-Rohrzucker, 1 Zitrone

Zubereitung: Kochtopf mit 1 Liter Wasser füllen, Tee hinzugeben und alles zum Kochen bringen, etwa 5 Minuten köcheln, dann weitere 10 Minuten ohne Hitze ziehen lassen. Den Tee absieben und zur Flüssigkeit den Zucker sowie den Saft einer ausgedrückten Zitrone hinzugeben. Dieses und weitere Rezepte finden sich im Blog auf www.drinkguya.com

¡Salud! – Prost!

LIEBER WAS GUTES.



UNSERE
WINTER-
SPECIALS

ASCHENBRÖDEL
SCHOKOLADENLATTE



WOHLTUENDER
TOFFEELATTE



WEISSER MATCHA-
SCHOKOLADENTRAUM



HUG IN A MUG

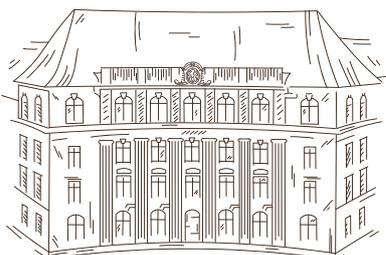
Die Tage werden wieder länger. Aber noch sind sie nicht lang genug, vor allem, wenn es die Sonne partout mal wieder nicht durch die Friedenauer Wolkendecke schaffen kann.

Für diese Momente haben wir uns ein paar erstklassige Getränke-spezialitäten ausgedacht, die die Sonne ins Gemüt scheinen lassen.

Kommen Sie doch mal auf ein Tässchen in unserem kleinen „Kaffeekaufhaus“ vorbei!

Hier finden Sie uns:

PSD Bank am Renée-Sintenis-Platz
Montag-Freitag: 9-18 Uhr
Tel.: (030) 12 25 22 28
Handjerystraße 33-36 · 12159 Berlin



10 % RABATT

MIT DEM CODE
WINTERZEIT

AUF UNSER
EINZELHANDELS-
SORTIMENT IN DER
PSD BANK.*

* Der **Rabatt-Winterzeit**
ist bis zum 19.03.2025
gültig.



FRIEDA, Freude, Eierkuchen – Die Seite für junge LeserInnen

Liebe Kinder,

es hat mir wieder ganz viel Spaß gemacht, euch eine neue Kinderseite zusammenzubasteln. Ab sofort ist die sogar doppelt so groß wie bisher: für noch mehr bunte Infos, Bilder und Rätsel. Diesmal lade ich euch ganz herzlich ein, mit mir gemeinsam in die Welt des Tanzens einzutauchen! Außerdem möchte ich euch meine Freunde vorstellen: Mein bäriger Kumpel Freude und sein niedlicher vierbeiniger Begleiter Eierkuchen sind echte Stimmungskanonen!

Vielleicht habt ihr Lust, uns drei auch einmal zu malen oder mir zu schreiben? Wir alle freuen uns immer über Post. Dazu fragt eure Eltern um Erlaubnis und schickt mir (am besten mit ihnen zusammen) eure kreativen Ideen, eure Wünsche und eure Meinung: per E-Mail oder Post. Ich bin schon ganz neugierig darauf.

Bis bald!
Eure FRIEDA



Schuhplattler ist unter anderem in Süddeutschland beliebt.

Tanzen rund um die Welt

Tanzen ist wie eine Reise in andere Welten. Dabei gibt es besonders viel zu entdecken, wenn man sich Traditionen und Bräuche genauer anschaut – ob in Büchern oder im Internet. Am Schuhplattler zum Beispiel probieren sich in Süddeutschland auch die Jüngsten schon aus. Bei diesem Tanz schwingt man die Füße, klatscht in die Hände und schlägt sich rhythmisch auf Oberschenkel, Knie und Schuhe. Die Freude an den etwas verrückten Moves springt schon beim Zuschauen ziemlich schnell über.

Tanz und Akrobatik werden zum Beispiel im hohen Norden miteinander vermischt: beim norwegischen Halving. Dabei springt man in die Luft, um einen Hut von einem Stock zu kicken. In Südafrika werden beim Gumboot Dance die Stiefel laut aneinander geschlagen. Er geht zurück auf die Erfindung von Minenarbeitern, die damit eine „Geheimsprache“ aus Klatschen und Stampfen entwickelt hatten. Langsam, gefühl- und irgendwie auch geheimnisvoll ist dagegen der Kathakali aus Indien. Hier erzählen die Tanzenden in prächtigen Kostümen und mit leuchtend bunt bemalten Gesichtern ein lebendiges Märchen. Noch weiter weg, auf der

anderen Seite unserer Erde, beeindruckt die Maori mit dem Haka. Um Mut und Stärke zu zeigen, reißen die UreinwohnerInnen Neuseelands die Augen weit auf und rufen laut. Es gibt verschiedene Arten von Haka, die bei Begrüßungen, Herausforderungen, Zeremonien oder zur Ehrung aufgeführt werden. Der Haka wirkt so kraftvoll, dass man fast den Boden beben spürt.

Ebenfalls voller Energie ist die Capoeira aus Brasilien in Südamerika. Bei diesem Mix aus Tanz und Kampfkunst werden fliegende Kicks und Drehungen eingesetzt. Es geht um Genauigkeit, Leichtigkeit und auch um Respekt und Fairness. Viele Vereine und Tanzschulen bieten Capoeira-Kurse für Kinder an – auch bei uns in Berlin.



Capoeira stammt aus Brasilien in Südamerika.



Was ist „Breaking“?

Beim Breaking, auch bekannt als Breakdance, sind rhythmische Bewegungen sehr wichtig. Viele sehen spektakulär aus: zum Beispiel der Headspin, bei dem man sich im Kopfstand schnell dreht. Der Name kommt von den „Breaks“, den Stellen in der Musik, wo nur der Beat zu hören ist. Im letzten Sommer gab es erstmals einen Breaking-Wettbewerb bei den Olympischen Spielen. Die TänzerInnen (B-Boys und B-Girls genannt) aus aller Welt mussten die Jury mit ihren kreativen Moves beeindrucken. Bei den B-Girls gewann die 25-jährige Ami aus Japan die Goldmedaille. Bei den B-Boys war es der 18-jährige Bumblebee aus den USA.

Fehler-Suchbild

FRIEDA hat in die Bilder 10 Unterschiede eingebaut. Findet ihr sie?



Auflösung auf Seite 48



IST IHR UNTERNEHMEN VORBEREITET?

- Windows 10 ? **Endet am 14. Oktober 2025**
- Office 2016/2019 ? **Endet am 14. Oktober 2025**
- Exchange Server 2016/2019 ? **Endet am 14. Oktober 2025**

Trifft mindestens einer dieser Punkte bei Ihnen zu ?

Dann rufen Sie uns gerne an – mit über 35 Jahren Erfahrung und zahlreichen zufriedenen Kunden bringen wir Ihr Unternehmen wieder auf den neuesten Stand.

Das bieten wir:

- Schnelle Planung und Umsetzung der Updates
- Individuelle IT-Lösungen für ihre Anforderung
- Rundum-Betreuung, damit Sie sorgenfrei arbeiten können

Noch nicht überzeugt ?

Das sind die Nachteile bei alten Systemen:

- Kein Schutz vor neuen Sicherheitslücken
- Hohes Risiko für Cyberangriffe
- Ausfälle und unproduktives Arbeiten
- Sie sind nicht DSGVO konform
- Keine neuen Features für Ihre Systeme

Testen Sie uns!

Sichern Sie sich eine kostenlose IT-Ist-Aufnahme mit unverbindlichem Angebot

Unsere Partner

Wir arbeiten mit branchenführenden Unternehmen zusammen, um unsere IT-Dienstleistungen optimal zu gestalten. Hier sind einige unserer Partner:



BERLIN - Reinickendorf | ORANIENBURG - Friedensstr. 2A

 www.joerissen-edv.de
 info@joerissen-edv.de
 030 40 39 50 - 10



Mehr Infos

Zinsausblick: Was im Jahresverlauf auf Sparer und Anleger zukommt

Die Europäische Zentralbank (EZB) hat 2024 die Zinswende eingeläutet – auch im aktuellen Jahr fand bereits eine Zinssenkung statt. Wer jetzt seine Anlagestrategie gezielt anpasst, kann dennoch mit guten Erträgen rechnen.

Geopolitische Spannungen und ökonomische Unsicherheiten: 2024 war ein bewegtes Jahr für die Finanzmärkte. Die EZB senkte binnen zwölf Monaten vier Mal ihre Leitzinsen. Sie reagierte damit auf eine nachlassende Inflation und eine schwächelnde Wirtschaft in Europa. Sinkende Zinsen sollen Investitionen fördern und den Konsum ankurbeln. Für Unternehmen und Verbraucher bedeuten sie günstigere Kredite.

Weniger Zinsen für Tages- und Festgeld

Für Sparer, die ihr Geld sicher anlegen möchten, sind die Zinssenkungen weniger erfreulich. Die Konditionen für Tages- und Festgelder orientieren sich am Einlagenzins der EZB, der nach der jüngsten Anpassung am 30. Januar bei 2,75 Prozent liegt. Viele Banken mussten ihre Angebote bereits nach unten korrigieren.

Ein kurzfristig verfügbares Tagesgeld bietet sich für eine Reserve von zwei bis drei Monatsgehältern an. Beträge, die nicht in den nächsten zwei bis fünf Jahren benötigt werden, sollten auf höher verzinsten Anlagen mit längerer Laufzeit verlegt werden. Die Devise lautet hier: Jetzt das aktuelle Zinsniveau sichern.

Aktien und Fonds: Profiteure des Niedrigzinsumfelds

Auf die Aktienmärkte haben fallende Zinsen traditionell eine positive Wirkung. Sie machen festverzinsliche Anlagen weniger attraktiv, sodass mehr Kapital in Richtung Aktien fließt. Im Jahr 2024 sorgte diese Dynamik in vielen Bereichen für Kursgewinne, besonders bei breit gestreuten weltweit investierenden Aktienfonds und ETFs (Exchange Traded Funds).

Ein langfristiger Anlagehorizont, Toleranz gegenüber Kursschwankungen sowie eine breite Verteilung des Anlagebetrags sind in diesem Bereich jedoch wichtig. Das zeigt das Beispiel des MSCI World: Über viele Jahre priesen Finanz- und Verbrauchermagazine eine Investition

in den globalen Aktienindex als Goldstandard für den Vermögensaufbau. Die Begründung: Das Risiko von Kursschwankungen einzelner Titel wird durch die große Gesamtmenge der enthaltenen Unternehmen gestreut. Zudem sind die Gebühren bei Indizes, in die über ETF investiert werden kann, oft geringer als bei aktiv gemanagten Fonds.

Doch auch wenn man mit dem MSCI World in rund 1.400 verschiedene Unternehmen investiert, wird dieser deutlich von US-amerikanischen Tech-Konzernen dominiert. So addierten sich die Gewichte dieser „Magnificent 7“ Anfang 2025 aufgrund deren enorm hoher Marktkapitalisierung auf über 20 Prozent. Neben Apple, Microsoft, Alphabet, Amazon, Tesla oder Meta beinhaltet der MSCI World z. B. hohe Anteile des Chip-Herstellers Nvidia. Der Kurssturz dieses Unternehmens am 27. Januar um 17 Prozent vernichtete an einem Tag fast 600 Milliarden Dollar Börsenwert auf einen Schlag, der größte Tagesverlust, den je ein Unternehmen an der Wall Street hinnehmen musste. Allerdings war auch kein Unternehmen in der Historie so teuer wie der US-Konzern. Der Hintergrund: Zuvor hatte der Hype um KI zu einem enormen Kapitalzufluss in solche Aktien geführt. Nvidia-Chips galten als erste, fast alleinige, Wahl für KI-Anwendungen.

Ausgelöst wurde der Kursverfall durch die Nachricht, dass der KI-Assistent des chinesischen Startups DeepSeek, der mit ChatGPT konkurriert, gleichwertige Ergebnisse erzielt – obwohl er um ein Vielfaches günstiger entwickelt wurde und Chips mit geringerer Leistung sowie niedrigerem Energieverbrauch nutzt.

Das könnte bedeuten, dass weniger Chips nachgefragt werden und der Bedarf an großen Rechenzentren sinkt. Außerdem werden sämtliche Annahmen und Erwartungen, auf denen das Kurswachstum von Nvidia beruht, geprüft und infrage gestellt. Wer via ETF in den MSCI World investiert hat, bekommt diese Kursrückgänge durchaus zu spüren.



Stephan Stiller, Leiter Vermögensberatung bei der PSD Bank Berlin-Brandenburg

Anleger, die jetzt eine größere Summe in Wertpapiere stecken wollen, sollten im besten Fall mindestens zehn Jahre auf das Geld verzichten können. Um das Risiko eines falschen Einstiegszeitpunkts zu mindern, lassen sich Einmalanlagen gut mit monatlichen Einzahlungen in Fondssparpläne kombinieren.

Professionell und aktiv verwaltete Fonds können flexibel auf Marktveränderungen reagieren, indem zwischen verschiedenen Anlageklassen umgeschichtet wird. Für Verbraucher, die sich regelmäßige Erträge bei überschaubarem Risiko wünschen, sind beispielsweise Rentenlaufzeitfonds oder Mischfonds mit einem untergewichteten Aktienanteil interessant.

Fazit: Strategie anpassen und Chancen nutzen

EZB-Präsidentin Christine Lagarde betonte zuletzt, dass die Notenbank weiterhin auf wirtschaftliche Entwicklungen reagieren wird. Für Anleger bleibt eine kluge Diversifikation also entscheidend. Während bei Tages- und Festgeld nur geringe Renditen zu erwarten sind, bieten Aktien und Fonds langfristig attraktive Perspektiven. Sie ermöglichen es – unter Inkaufnahme gewisser Risiken – von globalen Trends zu profitieren. Tipp: Lassen Sie sich bei Fragen beraten.



Vorber-Ei-tungen aufs Osterfest treffen

FRÜHLINGSHAFT Auf zum „ovalen“ Einkauf

Am 20. April ist Ostersonntag, doch meist schmücken die Menschen ihre Häuser, Wohnungen, Balkone und Gärten ja schon etwas früher mit saisonal passender Dekoration. Wer sich fürs diesbezügliche Handwerk interessiert und zum Beispiel von Hand gearbeitete und verzierte Eier interessiert, bekommt bereits im März Gelegenheit zum Schauen, Erkunden und Stöbern. In Lübbenau im Spreewald lädt am 22. und 23. März – jeweils von 10 bis 17 Uhr – die größte Osterei-Messe der Region dazu ein. Die Gäste können auf dem Topfmarkt AusstellerInnen aus Brandenburg, Sachsen und Berlin über die Schultern schauen, wenn sie mit unterschiedlichen Techniken die filigranen Kunstwerke entstehen lassen. Außerdem darf auch selbst zu Pinsel, Wachs und Werkzeug gegriffen werden.

Wer an dem genannten Wochenende keine Zeit hat oder sich lieber gleich doppelt umschaut und faszinieren lassen möchte, kann sich im Kalender den 5. und 6. April notieren. 14 Tage vor dem Osterfest besteht die Möglichkeit dazu in Diensdorf-Radlow am Scharmützelsee. Hier steigt in der Schulscheune der Kunstmarkt „Rund um das Osterei“: Samstag von 14 bis 17 Uhr, Sonntag von 10 bis 17 Uhr. Auch hier zeigen KunsthandwerkerInnen aus Nah und Fern ihre Fertigkeiten: Batik, Bossier, Kratz- oder Frästechnik. Der Förderverein sorgt mit Kuchen, Kaffee und Tee für das leibliche Wohl. Der Eintritt ist frei.

Der Weg mit den Öffis nach Radlow nimmt mindestens rund zweieinhalb Stunden in Anspruch, mit dem Auto fährt sich's allerdings in etwa einer Stunde hin. Ziemlich ähnlich sieht es mit der Anreise nach Lübbenau aus. Apropos, hier noch ein österlicher Funfact: Feldhasen können im Sprint Geschwindigkeiten bis circa 70 Stundenkilometern erreichen und gehören damit zu den schnellsten Säugetieren ihrer Größenkategorie. Eieiei. Kaninchen sind nur ungefähr halb so fix unterwegs.

www.scharmuetzelsee.de/event/rund-um-das-osterei-der-kunstmarkt-in-der-schulscheune
www.museums-entdecker.de/Ostereiermesse



Die „Guzheng“ ist ein traditionelles chinesisches Instrument. Das kleine Bild unten zeigt das Spiel auf der schwedischen Nyckelharpa.

Von Schweden nach Madagaskar und China

HARMONISCH Das „Haus der Klänge“ in Caputh

Wie haben die Menschen in der Steinzeit Musik gemacht? Und was unterscheidet Spielweisen aus verschiedenen Teilen der Welt? Wer dazu ganz viel erfahren möchte, ist in Caputh (Schwielowsee) richtig: Hier beherbergt das „Haus der Klänge“ die ungewöhnliche Sammlung von Jürgen Motog: Er hat Musikinstrumente aus (Nord-)Europa, Asien und Afrika und aus verschiedenen Epochen der Menschheitsgeschichte zusammengetragen und stellt sie BesucherInnen vor. Sie dürfen aber nicht nur schauen und lauschen, sondern sich auch selbst an Saiten oder Tasten versuchen.



Barocke und klassische Instrumente sind hier ebenso vertreten wie archaische Exponate: klingende Steine oder Knochenflöten zum Beispiel. Auch Luren und Zithern verschiedenster Bauarten umfasst die Sammlung: etwa die „Valiha“ aus Madagaskar oder die mächtige „Guzheng“ aus China. Dazu gibt es Besonderheiten wie die Nyckelharpa aus Schweden, einen Dudelsack aus Georgien, das Psalmodikon oder die Drehleier. Ein besonderer Teil der Ausstellung sind die Nachbauten von Jürgen Motog selbst, die auf traditionellen Vorbildern basieren. Sie ergänzen die Sammlung nicht nur, sondern stehen auch zum Verkauf. Regelmäßig finden im „Haus der Klänge“ auch Konzerte, Workshops oder Lesungen statt. Dazu kommen Veranstaltungen wie musikalisches Schattentheater, Familiensingen oder Klangmassagen. Die Mischung aus Theorie, Klang und praktischer Erfahrung macht dieses Ausflugsziel zu einem besonderen Ort für Neugierige, ob groß oder klein. Von Friedenau aus braucht es mit dem Auto eine knappe Stunde bis Caputh, Regio-Bahnen und Bus bringen Gäste in rund 80 bis 100 Minuten dorthin. Das „Haus der Klänge“ öffnet auf vorherige Absprache hin. Kontakt Tel. 033209/ 84905, E-Mail: info@haus-der-klaenge.de
www.haus-der-klaenge.de



Sportliche genau so attraktiv ist wie für Menschen, die es eher mit dem Spazierengehen halten. Geboten sind verschiedene Streckenlängen zwischen 10 und 50 Kilometern Länge. Die kürzeste Distanz ist für EinsteigerInnen auch deshalb geeignet, weil sie begleitet und geleitet stattfindet und sich nach dem Tempo von Familien mit Kindern richtet.

An der Hochschule selbst – der Mitte der verschiedenen Kleeblatt-Blätter – kann man einsteigen, aussteigen, pausieren oder aussetzen; in den Räumlichkeiten wird eine Mahlzeit gestellt. Wer zum kleinen Kleeblatt à 10 Kilometer aufbrechen möchte, muss um 11 Uhr startbereit sein, die 50 Kilometer-TeilnehmerInnen marschieren für die erste Hälfte ihrer Distanz bereits um 6 Uhr los. Auf die 25-Kilometer-Routen geht's um 9 Uhr für Menschen mit gemütlichem Tempo. Um 12 Uhr können sich alle, die kräftiger ausschreiten wollen, der zweiten „Halbzeit“ der 50-km-LäuferInnen anschließen. Die Mitmachgebühr beträgt, je nach „Blatt“, 5 bis 30 Euro.

Auf Schusters Rappen ab aufs Kleeblatt

BEWEGEND Dritte Wildauer Wanderung

Am 5. April werden die Rucksäcke gepackt, die Schnürsenkel festgezurt, und dann kann es auch schon losgehen. Gemeinsam mit dem Tourismusverband Dahme-Seenland organisiert die Technische Hochschule Wildau schon zum dritten Mal das „Wildauer Kleeblatt“: eine vielfältige Wanderung, die für

Von Friedenau kann man mit der Linie S46 gleich bis Wildau durchfahren. Dies dauert eine knappe Stunde, im Auto wird etwa die Hälfte der Zeit fällig. Falls jemand ganz besonders fleißig sein und hin und zurück bereits wandern möchte: Das wären pro Strecke – ohne Pause – um die sieben zusätzliche Stunden.
www.th-wildau.de/kleeblattwanderung



Alle Angaben ohne Gewähr - Foto: © TH Wildau

Unsere Publikationen für Sie



Jetzt Mediadaten anfordern!
 (030) 43777 82-0 oder Anzeigen@raz-verlag.de

Mit uns erreichen Sie Entscheider vieler wichtiger Branchen, Sport-, Kultur-, Medien- und Lokalinteressierte!



RAZ Verlag und Medien GmbH · Am Borsigturm 15 · 13507 Berlin
 Fon (030) 43777 82-0 · Fax (030) 43777 82-22 · info@raz-verlag.de · www.raz-verlag.de

Looking for FRIEDA?

Exklusive Auslagestellen in Friedenau und Umgebung

**PSD Bank Berlin-
Brandenburg**
Handjerystraße 33
12159 Berlin

Achilles Taverna
Südwestkorso 15
12161 Berlin

Anwaltskanzlei Schäfer
Schloßstraße 26
12163 Berlin

Aperitivo Café
Stubenrauchstraße 57
12161 Berlin

Apothek am Bundesplatz
Bundesplatz 3
10715 Berlin

Ballettschule Hans Vogl
Rheinstraße 45
12161 Berlin

**Bezirksamt
Tempelhof-Schöneberg**
John-F.-Kennedy-Platz
10825 Berlin

Biermeister
Gleditschstraße 70
10781 Berlin

Buchhandlung Mertiny
Rüdesheimer Straße 2
14197 Berlin

Buchhandlung Thaer
Bundesallee 77
12161 Berlin

Bundesplatz Kino
Bundesplatz 14
10715 Berlin

Budni
Bundesallee 88
12161 Berlin

Burger Apotheke
Bundesallee 92
12161 Berlin

Café Adèle
Bundesallee 142
12161 Berlin

Café Lotte am Platz
Rüdesheimer Platz 1
14197 Berlin

Café Witty Stories
Perelsplatz 1
12159 Berlin

Cosmetic Pinar
Breitenbachplatz 10
14195 Berlin

**Cremer + Cremer
Wohndetails**
Handjerystraße 82
12159 Berlin

Como en casa
Stubenrauchstraße 59
12161 Berlin

Confiserie Emilia
Rüdesheimer Str. 9
14197 Berlin

Cup + Kaffee
Bundesallee 107
12161 Berlin

Das Hörakustik Studio
Hauptstraße 87
12159 Berlin

Das Hörakustik Studio
Kolonnenstraße 2
10827 Berlin

Das Mehlstübchen
Leberstraße 28
10829 Berlin

Deen Fitness Club
Rheinstraße 45
12161 Berlin

Der Nachbar – Stadtteiltreff
Cranachstraße 7
12157 Berlin

**Der Zauberberg
Buchhandlung**
Bundesallee 133
12161 Berlin

**Dietrich-Bonhoeffer-
Bibliothek**
Brandenburgische Straße 2
10713 Berlin

**DOMICIL-
Seniorenpflegeheim**
Feuerbachstraße 44
12163 Berlin

Dr. Rudes Apotheke
Friedrich-Wilhelm-Platz 6
12161 Berlin

Drei Käse Hoch
Hauptstraße 73
12159 Berlin

**Eberhard-Alexander-
Burgh-Bibliothek**
Rüdesheimer Straße 14
14197 Berlin

Engel & Völkers
Südwestkorso 71
12161 Berlin

EDEKA
Berliner Straße 24-25
10715 Berlin

EDEKA
Körnerstraße 30
12157 Berlin

EDEKA
Handjerystraße 89-99
12159 Berlin

EDEKA
Karlsbader Straße 17
14193 Berlin

Eva Lichtspiele
Blissestraße 18
10713 Berlin

**Evangelische Gemeinschaft
Friedenau**
Friedrich-Wilhelm-Platz 7
12161 Berlin

**Evangelisches
Seniorenheim**
Albestraße 31
12159 Berlin

Fisch Taxi
Wiesbadener Straße 16
14197 Berlin

Flow Fitness
Fregestraße 11
12159 Berlin

Försters Feine Biere
Bornstraße 20
12163 Berlin

Foto Kirsch
Schmiljanstraße 12
12161 Berlin

Fotostudio Fügener
Laubacher Straße 36
14197 Berlin

Fränky
Laubacherstraße 10
14197 Berlin

Fräulein Hirschhorn
Hauptstraße 67
12159 Berlin

Frau Behrens Torten
Rheinstraße 65
12159 Berlin

Friedenauer Weinhandlung
Hauptstraße 80 b
12159 Berlin

**Gemeinschaftspraxis
Dr. med. Ullrich Möll/
Lukas Schnitzler**
Schloßstraße 40
12165 Berlin

Heilsarmee Berlin-SüdWest
Fregestraße 12
12159 Berlin

Helianthus Apotheke
Rheinstraße 27
12161 Berlin

Herzinstitut Berlin
Schloßstraße 34
12165 Berlin

Holzklasse Berlin
Stubenrauchstraße 73
12161 Berlin

**Hörgeräte
an der Kaisereiche**
Rheinstraße 21
12161 Berlin

**Hotel Friedenau –
Das Literaturhotel Berlin**
Fregestraße 68
12159 Berlin

H.U.G.O. e.V.
Isoldestraße 10
12159 Berlin

Kaffeehaus am Platz
Rüdesheimer Straße 9
14197 Berlin

KälteLounge Berlin-Steglitz
Bornstraße 2
Rheinstraße 2

Katharinenhof
Bennigsenstraße 23
12159 Berlin

Kathi und Friseure
Bennigsenstraße 13
12159 Berlin

Kaugut
Dres. Papa/Stützenbecher
Düppelstraße 38
12163 Berlin

**Keramikcafé
Colour Your Day**
Schmargendorfer Straße 36
12159 Berlin

Kleines Theater
Südwestkorso 64
12161 Berlin

Kochmal!
Roennebergstraße 14
12161 Berlin

KommRum e. V.
Schnackenburgstraße 4
12159 Berlin

Lántica Pizzeria da Michele
Fritz-Reuter-Straße 7
10827 Berlin

Lauter Apotheke
Rheinstraße 63
12159 Berlin

Les Baguettes
Berliner Straße 22
10715 Berlin

Les Caves Weine
Hedwigstraße 16
12159 Berlin

Mai Blumen
Schorlermerallee 3
14195 Berlin

**Mittelpunktbibliothek
Schöneberg**
Hauptstraße 40
10827 Berlin

MOAMOA
Hauptstraße 81
12159 Berlin

**Nachbarschaftshaus
Friedenau**
Holsteinische Straße 30
12161 Berlin

**Nachbarschafts- und
Familienzentrum**
Barbarossastraße 65
10781 Berlin

Nicolaische Buchhandlung
Rheinstraße 65
12159 Berlin

Optik Knebel
Rüdesheimer Straße 6
14197 Berlin

Optiker Bode
Rheinstraße 37
12161 Berlin

Paesler-Footcare
Markelstraße 23
12163 Berlin

Phonedoctor
Hauptstraße 68 a
12159 Berlin

Physiotherapie Katja Burike
Schmargendorferstraße 12
12159 Berlin

Radsport Südwest
Südwestkorso 69 a
12161 Berlin

REWE
Schloßstraße 34-36 /
Ecke Grunewaldstraße
12163 Berlin

REWE
Schlangenbader Straße 25
14197 Berlin

REWE
Walther-Schreiber-Platz 1
12161 Berlin

Reformhaus Vitalia
Rüdesheimer Straße 2
14197 Berlin

Ridders Rösterei
Schmiljanstraße 13
12161 Berlin

Rubens Ort für Familien
Rubensstraße 84
12157 Berlin

S-Café Friedenau
Bahnhofstraße 4c
12159 Berlin

Sanitätshaus Schaub
Landauer Straße 42
14197 Berlin

**Schade & Gebauer
Sanitätshaus**
Bundesallee 106
12161 Berlin

Schmidts Fanshop
Dürerplatz 3
12157 Berlin

Soul Bits
Bundesallee 133
12161 Berlin

SOULYOGA
Herbertstraße 11
10827 Berlin

Sterntal Café
Rheinstraße 10
12159 Berlin

Stier-Apotheke
Hauptstraße 76
12159 Berlin

Sporteve
Laubacher Straße 12
14197 Berlin

Tabak & Pulver
Rheinstraße 42
12161 Berlin

Tristan Friseursalon
Isoldestraße 10
12159 Berlin

**Vom Fass
Berlin-Friedenau**
Rheinstraße 64
12159 Berlin

**Warenhaus
Bouchon & Sooth**
Südwestkorso 70
12161 Berlin

Werken Spielen Schenken
Schloßstraße 110
12163 Berlin

Whisky Kabinett
Schöneberger Straße 12
12163 Berlin

**Wochenmarkt
Breslauer Platz**
Niedstraße 1
12159 Berlin

Wohnzeit Einrichtungen
Rheinstraße 50
12161 Berlin

Zimmermanns Pflegeteam
Zimmermannstraße 14
12165 Berlin

Zimmertheater Steglitz
Bornstraße 17
12163 Berlin

Zwilling Apotheke
Breitenbachplatz 10
14195 Berlin



Sie möchten FRIEDA auslegen? Schreiben Sie jetzt an FRIEDA@raz-verlag.de



KABARETT

Ein Kellner packt aus

Der Schauspieler, Sänger und Moderator Ulli Lohr schlüpft leichtfüßig in die Rolle des Kellners und serviert seinem Publikum sentimentale Satire an ironischen Chansons und karamellisierten Pointen. Er kredenzt Lieder über die sehnsuchtsvolle Leidenschaft der Sterneköche, heimliche Geschmacksverstärker und selbst eingelegte Anekdoten mit Biss.

SO | 09.03., 19 Uhr, Eintritt 18 €, weitere Termine: 16.3., 19 Uhr, 12. und 19.4., 20 Uhr, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Tel. 25058078, info@zimmertheater-steglitz.de, www.zimmertheater-steglitz.de



**Termintipps
für Friedenau & Umgebung**

©jeanfrancoisphotography



MUSIK

Sing mit!

Warum Popsongs, Schlager, Evergreens allein zu Hause in der Badewanne singen? Roland Schulz, Vocalcoach und Chorleiter, bietet in der Ingeborg-Drewitz-Bibliothek heute von 17 bis 19 Uhr ein spannendes MitSing-Event für alle, die Lust zum Grooven haben. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 902992410 oder per E-Mail an event-bibliothek@ba-sz.berlin.de.

MI | 05.03., 17 Uhr, Eintritt frei, Ingeborg-Drewitz-Bibliothek, Grunewaldstraße 3, 12165 Berlin, Infos unter Tel. 902992410

Alle Angaben ohne Gewähr.



FAMILIE

Ein Dinosaurier im Kühlschrank

Der Dinosaurierforscher Professor Roman hat keine Zeit für seine Nichte Luzi. Deshalb unternimmt sie zusammen mit ihrer kleinen Freundin, der Schildkröte Annabella, eine spannende Reise durch den Kühlschrank. Da soll nämlich noch ein echter Dinosaurier wohnen, der dort die Eiszeit überlebt hat ... Ein Puppen- und Schauspiel für Kinder (3 - 8 Jahre) mit Musik. Dauer 55 Minuten.

SA | 22.03., 16 Uhr, Eintritt 5,50 - 12 €, diverse weitere Termine bis 30.3., Theater JARO, Schlangenbaderstraße 30, 14197 Berlin, Infos unter Tel. 3410442, www.theater-jaro.de

Markttage in Friedenau und Umgebung

Breslauer Platz

Mittwoch 08.00 – 13.00 Uhr
 Donnerstag 12.00 – 18.00 Uhr
 Samstags 08.00 – 14.00 Uhr

Bundesplatz

Montag 08.00 – 13.00 Uhr
 Donnerstag 08.00 – 13.00 Uhr

Charlottenbrunner Straße

Montag 09.00 – 14.00 Uhr
 Donnerstag 09.00 – 14.00 Uhr

Crellestraße 25

Mittwoch 10.00 – 15.00 Uhr
 Samstag 10.00 – 15.00 Uhr

Eberbacher Straße

Dienstag 08.00 – 13.00 Uhr
 Freitag 08.00 – 13.00 Uhr

Fehrbelliner Platz

Mittwoch 11.00 – 15.00 Uhr
 Donnerstag 11.00 – 15.00 Uhr

Hermann-Ehlers-Platz

Dienstag 08.00 – 14.00 Uhr
 Donnerstag 08.00 – 18.00 Uhr
 Samstag 08.00 – 14.00 Uhr

Hohenzollernplatz

Mittwoch 08.00 – 13.00 Uhr
 Samstag 08.00 – 13.00 Uhr

John-F.-Kennedy-Platz

Dienstag 08.00 – 13.00 Uhr
 Freitag 08.00 – 13.00 Uhr

Kolberger Platz

Mittwoch 06.00 – 15.00 Uhr
 Samstag 06.00 – 15.00 Uhr



AUSSTELLUNG

BIS FR | 28.02.



Leben und Weben

Florence Obrecht und Mirja Gastaldi arbeiten mit Textilien, Stickerei, Malerei und Zeichnung. Ihnen gemeinsam ist das Interesse an der Darstellung der menschlichen Figur, insbesondere der Frau, und eine Neigung, die Medien Malerei und Textil zu verbinden: Nähen, Stickerei, Anfertigung von Kleidungsstücken, Präsenz von Kostümen in den Themen ihrer Malerei. Bis 28.2. ist diese Schau zu sehen.

Eintritt frei, geöffnet Mi bis Fr 15 - 18 Uhr, Sa 11 - 14 Uhr und nach Vereinbarung, diekleinegalerie, Goßlerstraße 21, 12161 Berlin, www.diekleinegalerie-berlin.de

KONZERT

SA 15.02. | 18.00 UHR



Konzert mit dem IG-Peng Chor

Politisches, Klassisches und Internationales für die Ohren präsentiert der IG-Peng Chor, der aus gewerkschaftlich interessierten Menschen besteht: Von Weltmusik über jiddische Lieder und Musik aus Mittelalter und Renaissance bis zu Popmusik und Schlagern reicht das Repertoire. Der Chor verwendet Texte von Heine, Brecht, Tucholski, Kästner und Kreisler und dichtet auch selbst zu aktuellen Themen.

Eintritt frei, Spende willkommen, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin, Infos unter kultur-cafe@nbhs.de

FAMILIE

SO 16.02. | 16.00 UHR



Neues vom Plüschtierdokter

Schaf Billy will Aufmerksamkeit für seinen Handstand. Die kleine Ratte Pepe fürchtet, unwichtig zu sein. Schildkröte Sir Henry liebt Abenteuergeschichten und will ein Held werden. Wie gut, dass es Dr. Hilfmir, den Plüschtierdokter gibt! Mithilfe der Kinder löst er alle Probleme. Ein Programm mit Singen, Tanzen und Spielen für Menschen ab 3 Jahren. Dauer rund 50 Minuten.

Eintritt 8 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

MUSIK

SO 16.02. | 17.00 UHR



Recorder Now

Seit dem akademischen Jahr 2023 leiten die Blockflötistin Susanne Fröhlich und der Blockflötist Carsten Eckert die Blockflötenklasse an der UdK Berlin. Heute präsentieren sie im Kammermusiksaal ein tiefgreifendes Programm mit grenzüberschreitender Musik für Blockflöte dies- und jenseits der Alpen, Werke von M. Zahnhausen, G. Tedde, J. H. Schmelzer, I. Albertini und anderen.

Eintritt 10 - 20 €, Friedenauer Kammermusiksaal, Isoldestraße 9, 12159 Berlin, eine Ticket-Reservierung ist online möglich unter www.kammermusiksaal-friedenau.de

Suchbild-Auflösung von Seite 41



BÜHNE

SO 16.02. | 19.00 UHR



Zimmertheater-Premiere: Untern Linden, Untern Linden!

Ein Streifzug durch Berlin vor 100 Jahren: André Rauscher plaudert über die quirliche Reichshauptstadt und werbet Wissenswertes und Witziges mit Liedern aus der Zeit. Musikalisch kommt Otto Reuter ebenso zu Wort wie Paul Lincke und Walter Kollo. Ein kurzweiliges Programm über eine wilde Zeit, begleitet von Erwin Böhlmann am Klavier.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

RAT & TAT

MO 17.02. | 18.00 UHR



Elternkurs bei „Lerne Sehen“

Gutes Sehen ist die Voraussetzung für Erfolg in der Schule. Deshalb gibt Funktionaloptometrie-Expertin Silvana Meerkatz von „Lerne Sehen“ heute sowie am 7.4. diesen Kurs für Eltern von 4- bis 9-Jährigen: mit Tipps und Spielideen. Am 17.3. um 18 Uhr geht es dann um Fördermöglichkeiten ab der Geburt. (Werdende) Eltern bekommen Infos für Kinder von 0 bis 5 Jahren. Jeweils bis 19.30 Uhr. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Eintritt 35 €, Lerne sehen, Praxisgemeinschaft Friedenau, Sarrazinstraße 17, 1. OG, 12159 Berlin, www.lernesehen.de

THEATER DI 18.02. | 10.00 UHR



Together

Das Theater Morgenstern hat seine bisher größte Produktion „Together“ wiederaufgenommen: ein Stück, dessen Handlung an die Ballade „John Maynard“ von Theodor Fontane angelehnt ist. Fünf Reisende gehen mit großen Träumen an Bord eines Schiffs. Doch dann: Rauch. Ein Knall. Es brennt! Eine spannende Reise für Menschen ab zehn Jahren.

Eintritt 7 - 9 €, diverse weitere Termine, Morgenstern – Theater im Rathaus Friedenau, Rheinstraße 1, www.theater-morgenstern.de

AUSSTELLUNG BIS SO | 02.03.



Quadrat ist Modern: Stadtbau 1960 - 1980

Die City-West und besonders der Bezirk Charlottenburg-Wilmersdorf wurden nach den Zerstörungen des Zweiten Weltkriegs zum Schauplatz architektonischer Transformationen und visionärer Entwürfe. Die Ausstellung widmet sich der breiten Vielfalt an Bauwerken, die sowohl das alltägliche Leben als auch das Bild einer zukunftsorientierten Stadt prägen.

Eintritt frei, geöffnet Di bis Fr 10 - 17 Uhr, Mi 10 - 19 Uhr, Sa und So 11 - 17 Uhr, Kommunale Galerie, Hohenzollerndamm 176, 10713 Berlin, www.kommunalegalerie-berlin.de

THEATER DI 18.02. | 20.00 UHR



Achtsam morden

Um seine Ehe mit Katharina (Ines Nieri) zu retten, soll Strafverteidiger Björn Diemel (Mario Ramos) seine Work-Life-Balance in Ordnung bringen. Seine Frau schickt ihn zu einem Achtsamkeitscoach (Bürger Lars Dietrich). Was Björn Diemel dort lernt und erfolgreich anwendet, verändert nicht nur sein Leben, sondern auch die Hierarchie im Unterwelt-Milieu ...

Eintritt 21 - 42,50 €, diverse weitere Termine, Schlossparktheater, Schloßstraße 48, 12165 Berlin, Tickets unter Tel. 78956670, www.schlossparktheater.de

MUSIK MI 19.02. | 20.15 UHR



Janko Lauenberger Jazz Quartett

Jeden Mittwoch und Freitag bietet der Badensche Hof eine Live-Musik-Veranstaltung auf hochwertigem Niveau in Jazz, Blues, Soul, Swing, Latin und manchmal auch Avantgarde. Heute mit Janko Lauenberger. Er kommt aus der Family- und Gipsy-Musik und spielte früh in der ersten Liga. An diesem Abend stellt er sein aktuelles Jazz Quartett vor. Mit modernem Jazz, Gipsy, World Musik und Jazz Latino.

Eintritt frei, Badenscher Hof Jazzclub & Restaurant, Badensche Straße 29, 10715 Berlin, um Reservierung wird gebeten unter Tel. 8610080, www.badenscher-hof.de

JUGENDTHEATER DO 20.02. | 11.00 UHR



Wir holen uns die Nacht zurück

Ein Roadmovie: wild, anarchisch und gegen alle Regeln. Es geht um Drogensucht, Co-Abhängigkeit und Loyalität in einer Freundschaft: Wie kann man einen geliebten Menschen schützen, ohne sich dabei selbst zu verlieren? Ausgezeichnet mit dem IKARUS-Preis der Fachjury und der Jugendjury 2024 für herausragendes Berliner Jugendtheater.

Eintritt: 6 - 18 €, weitere Termine: 28.2., 10 Uhr, sowie diverse in März und April, Theater Strahl, Kulturhaus Schöneberg, Kyffhäuserstraße 23, 10781 Berlin, www.theater-strahl.de/spielplan

AUSSTELLUNG FR 21.02. BIS SO 27.04.



Parallel Realities

Die dynamische Fähigkeit der Fotografie, die Realität sowohl widerzuspiegeln als auch zu gestalten, bringt sie in eine mehrdeutige Position. Deren vielfältige Aspekte werden von 40 internationalen KünstlerInnen, die von PEP und der Kommunalen Galerie Berlin ausgewählt wurden, in der gemeinsamen Ausstellung „Parallel Realities“ untersucht. Vernissage ist am 21.2. um 18 Uhr. KuratorInnenführung am 23.2., 15 Uhr.

Eintritt frei, geöffnet Di bis Fr 10 - 17 Uhr, Mi 10 - 19 Uhr, Sa und So 11 - 17 Uhr, Kommunale Galerie, Hohenzollerndamm 176, 10713 Berlin, www.kommunalegalerie-berlin.de

BÜHNE FR 21.02. | 19.00 UHR



Die Bunten Zellen: „Berlin mit verschiedenen Emotionen“

Mit Musik, Worten, Geräuschen, kleinen Bühnenbewegungen und Bildern widmen sich die Bunten Zellen unserer Stadt und ihren unendlichen Facetten. Die szenische Lesung soll einen Moment des Innehaltens im Alltag bieten, die Erinnerungen der ZuhörerInnen und leichte, schöne Emotionen anregen. Bitte vorab anmelden unter Tel. 8554206 oder theater-der-erfahrungen@nbhs.de

Eintritt frei, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin, Infos unter kultur-cafe@nbhs.de

KABARETT FR 21.02. | 20.00 UHR



Melodie und Wahnsinn

In ihrer neuen Soloshow lässt Lina Lärche den ganz normalen Wahnsinn unserer aus den Fugen geratenen Zeit Revue passieren. Sie tanzt, trällert, bellt, schreit, glitzert und spannt den musikalischen Bogen von Chanson über Rap bis hin zum Musical. Dabei wechselt sie die Rollen von Showmasterin bis Kneipenwirtin so schnell wie ihre Kostüme.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

FAMILIE SA 22.02. | 16.00 UHR



Waschtag bei Familie Clown

Heute ist Waschtag! Karla Clown wäscht wie ein Clown die Kleiderstücke. Ihr Sohn Kalle Clown kocht wie ein Clown Eierkuchen. Aber so bekleckert kann er nicht in die Kita, also ab in die Waschwanne! Ein leichtes und lustiges Stück über Eltern und Kinder für Menschen ab 2 Jahren, 45 Minuten voller Spaß und Musik.

Eintritt 7 - 12 €, weitere Termine: 23.2., 1. und 2.3., 16 Uhr, 25. - 27.3., 10.30 Uhr, Theater JARO, Schlangebaderstraße 30, 14197 Berlin, Infos unter Tel. 3410442, www.theater-jaro.de

KONZERT SA 22.02. | 19.00 UHR



Jaspar Libuda und Daniel Moheit

Ein Grenzgang zwischen Klassik, Jazz, Rock, Pop und Minimal Music. Der Komponist und Multiinstrumentalist Jaspar Libuda eröffnet auf einem speziell für ihn gebauten Kontrabass besondere Klanglandschaften, melancholisch und gleichzeitig doch voller Lebenslust. Begleitet wird er von Akkordeonist Daniel Moheit. Gemeinsam stellen sie ihr Album mit eigenen Kompositionen vor.

Eintritt frei, Spende willkommen, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin, Infos unter kultur-cafe@nbhs.de

KABARETT SO 23.02. | 19.00 UHR



Harald P. Pomper: „merkwürdig“

Mit seinen wunderbar hintergründigen Programmen hat der preisgekrönte Kabarettist und Liedermacher Harald P. Pomper bereits zig Tausende von BesucherInnen im gesamten deutschsprachigen Raum begeistert. Diesmal befasst sich der Österreicher augenzwinkernd mit der Unzufriedenheit der Spezies Mensch und blickt ihr tief in die Seele.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

KINO MO 24.02. | 17.30 UHR



Raritäten zum 100. Geburtstag

Unter der Überschrift „Hilde Hündert“ präsentiert das „Cosima“ bis einschließlich März am je letzten Monatsmontag um 17.30 Uhr ein besonderes Kino-Format: teils bekannte, teils unbekannte Filme mit Hildegard Knef, die in jungen Jahren nahe des Bundesplatzes lebte. Zu jedem Werk gibt es eine Einführung von Jan Gympel, Filmhistoriker und Kurator der Reihe.

Eintritt 8 - 12 €, weiterer Termin: 31.03., Cosima-Filmtheater, Sieglindestraße 10, 12159 Berlin, Tel. 66702828, www.cosima-filmtheater.de

LESUNG MO 24.02. | 18.30 UHR



Sigrun Casper: Poesie & Piano

Sigrun Casper hat im letzten Jahr mit ihrem Text beim Kiez-Poetry Slam den ersten Platz geholt, nun präsentiert sie einen ganzen Abend lang herrlich unterhaltsame Texte und Gedichte. Unter anderem liest sie auch aus ihrem Roman „Salz und Schmetterling“. Dabei wird sie am Piano von Torsten Gardjeil begleitet. Einlass ist ab 18.15 Uhr. Es wird um Anmeldung unter events@hoffmannsgarten.de und einen Unkostenbeitrag von 5 Euro gebeten.

Hoffmannsgarten Kultur- und Begegnungsstätte, Schmiljanstraße 21, 12161 Berlin, Tel. 98397695, www.hoffmannsgarten.de

KINDER MI 26.02. | 10.30 UHR



Lesetheater: Balau aus dem Blaubeerbusch

„Was ist das für ein blaues Männlein in Oma Rosas Blaubeerkorb?“, fragt sich Enkelin Ina und stellt sich bald einer großen Herausforderung: der Reise in den Zauberwald. Buchautor und Waldelf Dirk Petrick begleitet sie zusammen mit Puppenspielerin Annika Schaper – lesend, spielend, singend! Für Menschen in der ersten und zweiten Klasse.

Eintritt 3,50 - 5 €, Schwartzsche Villa (Zimmertheater), Grunewaldstraße 55, 12165 Berlin, Karten unter info@dirkpetrick.de, www.kinderbuch.berlin

THEATER MI 26.02. | 20.00 UHR



Empfänger unbekannt

Der Deutsche Martin Schulze und der amerikanische Jude Max Eisenstein betreiben in den USA eine Kunstgalerie, bis Schulze 1932 nach Deutschland zurückkehrt. Während er den Aufstieg der Nationalsozialisten hier zunächst noch kritisch sieht, wird er bald schon selbst zu einem der ihren. Eine Geschichte voller dramatischer Wendungen entspinnt sich.

Eintritt 15 - 25 €, weitere Termine: 27. + 28.2. sowie 28. + 29.3., 20 Uhr, 30.3., 18 Uhr, Kleines Theater, Südwestkorso 64, 12161 Berlin, Tickets unter Tel. 8212021, www.kleines-theater.de

THEATER MI 26.02. | 20.00 UHR



Premiere: Oma-Trick

Ein junger Mann besucht eine ältere, demente Dame im Seniorenheim und gibt sich als ihr Enkel aus. Er soll sich ihre Unterschrift auf einem rückdatierten Kaufvertrag verschaffen, damit sein Chef in den Besitz ihres Hauses kommt. Allerdings ist das vermeintliche Opfer nicht so senil, wie angenommen und startet ein Katz-und-Maus-Spiel. Eine Komödie von Charles Lewinsky.

Eintritt 25 - 42,50 €, diverse weitere Termine, Schlossparktheater, Schloßstraße 48, 12165 Berlin, Tickets unter Tel. 78956670, www.schlossparktheater.de

RAT & TAT DO 27.02. | 15.00 UHR



„Hilfe, ich bin überlastet in der Pflegesituation“

Pflegende An- und Zugehörige stehen oft unter enormem Druck – körperlich, emotional und zeitlich. Heute lädt das Nachbarschaftsheim Schöneberg ein zur Projektvorstellung von „Pflege in Not“. Hier erfahren Interessierte, welche Unterstützungsangebote es gibt, wie sie Entlastung finden. Bis 16.30 Uhr. Bitte anmelden per E-Mail an pflegeengagement@nbhs.de beziehungsweise unter Tel. 859951-356 oder -357.

Eintritt frei, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin

KREATIVITÄT DO 27.02. | 16.00 UHR



SchlossKultur – Kultur im Schloss

Die Einrichtungen Stadtbibliothek, Musikschule, Fachbereich Kultur, Volkshochschule und Jugendkunstschule Steglitz-Zehlendorf bieten jeden letzten Monatsdonnerstag gemeinsam vielfältige Veranstaltungen: Es kann gebastelt, gestaltet, musiziert und geschrieben werden. Für alle Altersgruppen ist etwas dabei. Eine Voranmeldung ist nicht nötig. Bis 19 Uhr.

Eintritt frei, weiterer Termin: 27.3., Ingeborg-Drewitz-Bibliothek, Grunewaldstraße 3, 12165 Berlin, Infos unter Tel. 902992410

RAZ FATZ zum neuen LOGO



RAZMedia

Gute Gestaltung aus Reinickendorf

Layout, Web, Texte und Pressearbeit
für kleine und mittelständische Unternehmen

Interesse?
030 43 777 82-0

info@raz-media.de
www.raz-media.de

Die Nährstoffgeschichte

Ein Kindertheater-Abenteuer
voll gemüsialer Superkräfte

Spielzeiten

Februar 2025

Di 18.02. 10:00 Uhr
So 23.02. 14:30 Uhr

März 2025

Do 20.03. 10:00 Uhr
Fr 21.03. 10:00 Uhr
So 23.03. 14:30 Uhr
Mi 26.03. 10:00 Uhr

April 2025

So 06.04. 14:30 Uhr
Di 08.04. 10:00 Uhr
Mi 09.04. 10:00 Uhr
Fr 25.04. 10:00 Uhr
So 27.04. 14:30 Uhr

Mai 2025

Di 06.05. 10:00 Uhr
Mi 07.05. 10:00 Uhr

Juni 2025

Di 03.06. 10:00 Uhr
Mi 04.06. 10:00 Uhr
So 15.06. 14:30 Uhr

Juli 2025

Do 17.07. 10:00 Uhr
Fr 18.07. 10:00 Uhr

August 2025

Di 19.08. 10:00 Uhr
Mo 25.08. 10:00 Uhr

September 2025

Di 23.09. 10:00 Uhr
So 28.09. 14:30 Uhr

Oktober 2025

Do 02.10. 10:00 Uhr
Mi 22.10. 10:00 Uhr
So 26.10. 14:30 Uhr

November 2025

Fr 07.11. 10:00 Uhr
So 16.11. 14:30 Uhr
Do 20.11. 10:00 Uhr
So 30.11. 14:30 Uhr

Dezember 2025

Do 04.12. 10:00 Uhr
Di 09.12. 10:00 Uhr
Mo 22.12. 14:30 Uhr



Immer aktuell!
Zusätzliche Termine
folgen online unter
primetimetheater.de/
Spielplan



**Infos & Tickets unter
primetimetheater.de**

KINDER

FR 28.02. | 10.30 UHR



Volare

Amelia will heraus aus dem immer gleichen Alltag. Als sie eines Tages das ganz besondere Wesen Looney trifft, kann es endlich losgehen, denn Looney kann viele tolle Dinge, vor allem schweben und sich treiben lassen. Amelia möchte genauso sein, und gemeinsam brechen sie auf zu einer Reise ins Neue und Unge- wisse. Eine Geschichte über Freundschaft, Vielfalt und Selbstakzeptanz für Kinder ab 3 Jahren.

Eintritt 6 €, Schwartzsche Villa
(Zimmertheater), Grunewaldstraße 55,
12165 Berlin, Karten unter 0157/70218071,
www.kazibaze.de

BÜHNE

FR 28.02. | 19.30 UHR



Eine Hommage an Fritz Wunderlich

Der internationale Tenor Eric Fennell präsentiert ein Programm mit den bekanntesten Liedern und Arien aus dem Repertoire des großen deutschen Tenors Fritz Wunderlich. Am Klavier begleitet ihn Hansol Cho. Gemeinsam führen sie Werke von Mozart, Beethoven, Lehar und Stolz auf.

Eintritt 20 €, Schwartzsche Villa
(Großer salon), Grunewaldstraße 55,
12165 Berlin, Karten und Infos unter
ericfennell@gmail.com, www.ericfennell.com

BÜHNE

FR 28.02. | 20.00 UHR



Zimmertheater-Premiere: Mein kleiner grüner Kaktus

Max ist immer auf der Suche nach der Liebe seines Lebens. Er stammt aus einer alten Berliner Portiersfamilie, träumt von seinem Puppchen, spürt die Eifersucht, erleidet Misserfolge, sieht sich die Ehe anderer an und will am Ende nur noch die Nächte durchfeiern, denn das Leben ist halt so, wie es ist. Mit Michael Schirmer und Erwin Böhlmann.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz,
Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets
unter info@zimmertheater-steglitz.de oder
Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

MUSIK

FR 28.02. | 20.15 UHR



Maja Joel's „Easy Goin“

An diesem Abend spielen Maja Joel, Veronika Vogel, Djatou Touré, Tal Balshai, Max Hughes und Javier Reyes; special guest ist Reggie Molina (Altosax). Sie präsentieren originell arrangierte Klassiker und Kompositionen aller MitspielerInnen in einem reichen Repertoire von Jazz, Bossa Nova, Afro-Soul, Reggae, Pop und R&B ... mit viel tanzbarer Musik.

Eintritt frei, Badenscher Hof Jazzclub & Restaurant, Badensche Straße 29, 10715 Berlin, um Reservierung wird gebeten unter Tel. 8610080, www.badenscher-hof.de

RAT & TAT

ERSTER MONATSSAMSTAG



Frauen-Computer-Stammtisch

Am 1. März findet, wie an jedem ersten Samstag im Monat, der Frauen-Computer-Stammtisch in der Ingeborg-Drewitz-Bibliothek statt. Hier können Interessierte Neues entdecken, Erfahrungen teilen und gemeinsam mehr über Computer, Tablets und Smartphones lernen. Alle helfen sich dabei gegenseitig. Der Kenntnisstand spielt keine Rolle, und auch eine Voranmeldung braucht es nicht.

Eintritt frei, weiterer Termin: 5.4.,
Ingeborg-Drewitz-Bibliothek,
Grunewaldstraße 3, 12165 Berlin,
Infos unter Tel. 902992410

THEATER

SA 01.03. | 16.00 UHR



Hausmeister Krause

„Du lebst nur zweimal“: So lautet der Untertitel dieser Komödie von Tom Gerhardt und Franz Krause, einer Produktion des Theaters Rathaus Essen. Nachdem der stets übermotivierte Hausmeister ein Jahrzehnt lang im TV seine Mitmenschen gequält hat, drängt er mit seiner überaus bildungsfernen Familie und dem unvermeidlichen Dackelclub auf die Bühne.

Eintritt 23 - 40,50 €, diverse weitere Termine,
Schlossparktheater, Schloßstraße 48,
12165 Berlin, Tickets unter Tel. 78956670,
www.schlossparktheater.de

IN-ECHT-FLIX

präsentiert

GUTES WEDDING
SCHLECHTES WEDDING

bis 08.03.25



FOLGE 135
ABSTURZ
MIT FOLGEN

ab 14.03.25



FOLGE 136
BIS DASS
DER CLAN
EUCH SCHEIDET

ab 23.04.25



WILD WILD WEDDING
Eine Western-Komödie



weltweit
einzigartig:
Sitcom
LIVE

prime
time
theater

Infos & Tickets unter
primetimetheater.de

DAS BERLINER
KULT-THEATER

MUSIK SA 01.03. | 19.00 UHR



Swazzou

Die Berliner Jazzband um Sängerin Monique ter Steege zeichnet sich durch individuelle Arrangements und feinfühligte Bearbeitungen von Klassikern der modernen Musikgeschichte aus. „Swazzou“ (weitere Mitglieder: Ralf Mittmann, Rolando Stroms, Ralf Paulsen, Frank Andersohn, Thorsten Tack) groovt zwischen den Welten des Jazz, Swing, Blues, Pop, Funk bis zum Reggae.

Eintritt frei, Celtic Cottage, Markelstraße 13, 12163 Berlin, Infos unter info@celtic-cottage.de, Tel. 7924507, www.celtic-cottage.de

BÜHNE SA 01.03. | 20.00 UHR



Der Autor

Das Publikum hat sich anlässlich einer Autorenlesung versammelt. Ein Mann in braunem Kordanzug betritt das Podium: „Der Herr Schriftsteller hat sich verspätet, und nun soll ich Ihnen ein wenig die Zeit vertreiben ...“. In diesem satirischen Monolog gibt Werner Bauknecht Einblick hinter die Fassade des Literaturbetriebs. Es spielt Markus Weiß, Dauer 70 Minuten ohne Pause.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

AUSSTELLUNG BIS SO | 30.03.



Das Leben festhalten ...

... Fotoalben jüdischer Familien im Schatten des Holocaust: So lauten Titel und Untertitel dieser nun bis 30. März verlängerten Sonderausstellung. Sie präsentiert Geschichten entlang der Dokumentation privater Fotoalben aus der Zeit nach 1933. Die Heiterkeit und Normalität der Aufnahmen widersprechen dem Wissen um Verfolgung und Vertreibung. Sie sind Medium der Selbstbestimmung.

Eintritt frei, geöffnet Sa bis Do 14 - 18 Uhr, Fr 9 - 14 Uhr, Schöneberg Museum, Hauptstraße 40/42, 10827 Berlin, www.museen-tempelhof-schoeneberg.de

WORKSHOP SO 02.03. | 11.00 UHR



Entdecke Deine Bühne!

Bei diesem Schauspielworkshop für alle Spielfreudigen wird mit Ausdrucksmitteln des Theaters experimentiert: Präsenz, Stimme, Sprache und Körper. Gemeinsam erfinden die TeilnehmerInnen, angeleitet von Theaterpädagogin Barbara Nickl, Geschichten und Figuren und setzen diese auf der Bühne in Szene. Vorkenntnisse braucht es nicht; alle sind willkommen. Bis 15 Uhr. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Kosten: 20 €, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin, Infos und Anmeldung unter kultur-cafe@nbhs.de

RAT & TAT MONATSERSTER MONTAG



Angeleitete Selbsthilfegruppe für Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen

Jeden ersten Montag im Monat gibt es im Nachbarschaftshaus von 10 bis 11.30 Uhr für von Demenz Betroffene die Gelegenheit, Gedanken und Gefühle zu teilen, gemeinsam Lösungen für Herausforderungen zu finden, Kontakte zu knüpfen und Freundschaften zu schließen. Bitte anmelden per E-Mail an pflegeengagement@nbhs.de beziehungsweise unter Tel. 859951-356 oder -357.

Eintritt frei, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin

WEITERBILDUNG AB MO | 03.03.



Klimawandel, Stadtentwicklung und grüne Arbeitswelt

Die Impuls-Weiterbildung richtet sich an erwachsene Frauen, die auf einem Arbeitsplatz mit Zukunftsperspektive tätig sein möchten. In Seminaren und Workshops mit ExpertInnen gibt's an diversen Terminen bis 9. April Infos zu Möglichkeiten; Exkursionen, Gespräche mit Personalverantwortlichen und Praxisübungen vermitteln konkrete Einblicke. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Life – Bildung, Umwelt, Chancengleichheit, Rheinstraße 45, 12161 Berlin, Tel. 30879818, oekotheke@life-online.de, www.life-online.de

RAT & TAT MO 03.03. | 12.00 UHR



Familiencafé

Das Familiencafé soll Austausch und Unterstützung bieten. Es gibt Kaffee, für die Kleinen eine Kinderspielecke, und die Bibliothek lädt zum Stöbern ein. Das Familienberatungsteam Lankwitz steht für Fragen zur Verfügung: zum Beispiel zu Kurs- und Freizeitangeboten, Unterstützung im Alltag, Erziehungs- und Entwicklungsthemen. Ohne Voranmeldung. Bis 14 Uhr.

Eintritt frei, weitere Termine: 19.3., Ingeborg-Drewitz-Bibliothek, Grunewaldstraße 3, 12165 Berlin, Infos unter Tel. 902992410

AUSSTELLUNG DO 06.03. | 17.30 UHR



„Nimm Platz – Menschen auf Bänken“

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Frauenmärz in Friedenau“ der Mobilen Stadtteilarbeit des Nachbarschaftsheim Schöneberg e. V. in Kooperation mit der Initiative „Nimm Platz!“ werden unter dem Titel „Menschen auf Bänken“ Fotos von Regina Krokowski gezeigt. Heute ist Ausstellungseröffnung in Anwesenheit der Fotografien.

Eintritt frei, Stadtteiltreff, Cranachstraße 7 12157 Berlin, www.nbhs.de/aktiv-im-stadtteil/nachbarschaft/mobile-stadtteilarbeit

LESUNG & MUSIK FR 07.03. | 19.00 UHR



Eduard Mörike: Mozart auf der Reise nach Prag

Rainer Wolf, Markus Wenz und Jochen Schneider haben sich Eduard Mörikes berühmte Novelle über Mozarts Reise nach Prag vorgenommen. Der wunderbare Text, kurzweilig und originell, nennt auch diverse Mozartscher Werke, die an diesem Abend mit Fagott und Klavier erklingen. So entsteht eine faszinierende Kombination aus Lesung und Musik.

Eintritt 10 - 15 €, Schwartzsche Villa (Großer Salon), Grunewaldstraße 55, 12165 Berlin, Karten an der Abendkasse

THEATER FR 07.03. | 20.00 UHR



Die lieben Eltern

Drei erwachsene Geschwister lieben sich – vor allem sich selbst – aber auch ihre Eltern sehr. Doch als letztere eine Neuigkeit mitteilen, zerspringt die Einigkeit der Familie. Eine Komödie von Armelle und Emmanuel Patron über Familie, Liebe, Geld und über das, was Eltern ihren Kindern schulden ... „Reise vor dem Sterben, sonst tun es deine Erben!“

Eintritt 15 - 25 €, weitere Termine: 8.3., 12. und 17.4., 20 Uhr, 9.3. und 13.4., 18 Uhr, Kleines Theater, Südwestkorso 64, 12161 Berlin, Tickets unter Tel. 8212021, www.kleines-theater.de

BÜHNE FR 07.03. | 20.00 UHR



Premiere: August Strindbergs Totentanz

Regisseur Stefan Kleinert und das YAS (Junges Schauspiel Berlin) nehmen sich den intimen Verwendungen zweier Eheleute an. Gebannt in einen permanenten Kampfmodus zählt bei Alice und Edgar längst nicht mehr, was Wahrheit und was Lüge ist, es entscheidet allein, was die größten Wunden reißt. Auch am 4.4. um 20 Uhr.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

KONZERT SO 09.03. | 16.00 UHR



Steglitzer Klaviersalon

Beim 11. Steglitzer Klaviersalon erwartet das Publikum erneut ein besonderes Musikerlebnis: Der brasilianische Pianist, Klavierpädagoge und Fachgruppenleiter der studienvorbereitenden Ausbildung an der Leo-Borchard-Musikschule, Allan Duarte-Manhas, präsentiert sich im Duo mit dem venezolanischen Cellisten Rafael Guevara. Im Programm Villa-Lobos, Romero, Bragato und Grieg.

Eintritt frei, Schwartzsche Villa (Großer Salon), Grunewaldstraße 55, 12165 Berlin, www.berlin.de/musikschule-steglitz-zehlendorf

FRIEDA jetzt mit kostenlosen Kleinanzeigen!

Sie haben ein schönes Möbel abzugeben, brauchen ein Fahrrad oder suchen jemanden zum Reden in Friedenau und Umgebung? Für solch nachbarschaftliche Anliegen bietet FRIEDA jetzt die Möglichkeit, online kostenlose Kleinanzeigen für den Abdruck im Magazin aufzugeben. Voraussetzung ist, dass es sich um rein private Anliegen handelt.

Gleich ausprobieren: einfach den QR-Code scannen oder den Link eingeben: www.raz-verlag.de/frieda-kleinanzeigen




KLEINANZEIGEN

Weg mit dem Speck:
neuwertiger Capital Sports Crosstrainer für zu Hause, Magnetischer Ellipsentrainer, 150€ VB, nur Selbstabholung beategu@gmail.com

Rosenthal Maria Weiß,
weiß, 6 tiefe 6 flache Teller, 2 Schüsseln, 1 Suppenschüssel mit Deckel, Sauciere, 7 Dessert, 1 Platte, 250€ VB beategu@gmail.com

Smoking ungetragen
Vintage Smoking ca. Gr. 48 (S), Wolle, Aachener Tuch, Hosenbund einstellbar. 50€ beategu@gmail.com

Nachhaltigkeit.

Made by alle.

Made for uns.

**EXPO
2035
BERLIN**

Ganz Berlin eine Weltausstellung!

**Global Goals
Berlin**



globalgoalsberlin.de



LITERATUR MO 10.03. | 10.30 UHR

Lesecafé

Es kann Freude bereiten, das meist individuelle Hobby Lesen mit anderen zu teilen, es in Gesellschaft zu erleben. Aus diesem Grund bietet die Gottfried-Benn-Bibliothek ihr Lesecafé an. Es lädt in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee oder Tee dazu ein, Buchempfehlungen auszutauschen und über Lesegewohnheiten zu sprechen. Bis 12 Uhr. Um Voranmeldung wird gebeten unter Tel. 902995458 oder E-Mail: event-bibliothek@ba-sz.berlin.de

Eintritt frei, Gottfried-Benn-Bibliothek, Nentershäuser Platz 1, 14163 Berlin



BÜHNE DI 11.03. | 18.30 UHR

„Ja, Sie haben gut lachen!“

Eleonore Daniel und Jürgen Wegscheider tragen in ihrem neuen humorvollen Programm „Ja, Sie haben gut lachen!“ fröhliche und unterhaltsame Geschichten und Gedichte von bekannten und beliebten Größen vor: Lorient, Ringelnatz, Morgenstern, Roth und Valentin. Lachmuskelkater vorprogrammiert. Einlass ist ab 18.15 Uhr. Es wird um Anmeldung unter events@hoffmannsgarten.de und einen Unkostenbeitrag von 5 Euro gebeten.

Hoffmannsgarten Kultur- und Begegnungsstätte, Schmiljanstraße 21, 12161 Berlin, Tel. 98397695, www.hoffmannsgarten.de



RAT & TAT MI 12.03. | 15.00 UHR

Senioren-sicherheit – Prävention

Dieser Vortrag der Berliner Polizei legt einen besonderen Schwerpunkt auf die Präventionsarbeit. Informiert wird über Straftaten wie Trickbetrug und Trickdiebstahl. Anhand von Beispielen werden Handlungsempfehlungen gegeben, um situationsgerecht reagieren zu können. Einlass ab 14 Uhr. Getränke stehen gegen Entgelt bereit. Anmeldung empfohlen.

Eintritt frei, Kaffeegedeck 3 €, Hans-Söhnker-Haus, Selerweg 18-22, 12169 Berlin, Tel. 39501418, E-Mail: hans-soehnker-haus@ba-sz.berlin.de



THEATER DO 13.03. | 20.00 UHR

Der Revisor

„Hör auf, über den Spiegel zu meckern, wenn deine Fresse schief ist!“ ... Diesen aussagekräftigen Satz hat der ukrainische Autor Nikolaj Gogol seiner grotesken Komödie „Der Revisor“ als Motto vorangestellt. Seit bald 200 Jahren gilt sie als Klassiker der ost-europäischen Theatergeschichte, immer wieder aktuell. Das Schlosspark Theater spielt die neue und frische Fassung von John von Düffel.

Eintritt 25 €, diverse weitere Termine, Schlossparktheater, Schloßstraße 48, 12165 Berlin, Tickets unter Tel. 78956670, www.schlossparktheater.de



KABARETT FR 14.03. | 20.00 UHR

1x Himmel und zurück

Ein Mann macht sich auf den Weg in den Himmel. Der liebe Gott hat ihn als Vorlesephilosophen engagiert. Als Gegenleistung darf er schauen, wo seine Angehörigen und FreundInnen jetzt leben. Markus Weiß hat für dieses ernstlich humorvolle Solo über einen möglichen Himmel das Buch „Wir sehen uns wieder“ von Hanns Dieter Hüsch zu einem Theaterabend verdichtet.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de



MUSIK FR 14.03. | 20.15 UHR

Akira Ando and The Japs

Das Jahr 2013 bildete den Startpunkt für diese Band, die zunächst als Jazz-Trio auftrat. Bis heute hat sich durch die zusätzlichen Mitglieder auch die Musik vielfältiger entwickelt; das Repertoire von „The Japs“ umfasst Jazz, Funk, Latin und Free Jazz, doch einige Kompositionen sind stark von japanischer Musik geprägt.

Eintritt frei, Badenscher Hof Jazzclub & Restaurant, Badensche Straße 29, 10715 Berlin, um Reservierung wird gebeten unter Tel. 8610080, www.badenscher-hof.de



KONZERT SA 15.03. | 20.00 UHR

Solitaire

An diesem Abend ist in der Schwartzschen Villa Adriana von Franqués zu erleben. Ihr Programm „Solitaire“ thematisiert introspektive Selbsterfahrungen zwischen tiefer Einsamkeit und emotionaler Ekstase. Spiegel innerer Welten und Echos mythischer Sehnsucht verbinden die Klavierwerke von Mel Bonis, Franz Liszt, Frédéric Chopin und Maurice Ravel. Die Künstlerin selbst moderiert.

Eintritt 12 - 18 €, Schwartzsche Villa (Großer Salon), Grunewaldstraße 55, 12165 Berlin, Karten an der Abendkasse www.adrianavonfranque.com



ERINNERUNG SA 15.03. | 14.00 UHR

Gedenkveranstaltung zu Razzia und Bücherverbrennung

Am 15. März 1933 wurde die Künstlerkolonie am damaligen Laubenheimer (heute: Ludwig-Barnay-) Platz von SA und Bereitschaftspolizei durchsucht, erbeutete Bücher wurden verbrannt. Die Gedenkveranstaltung ab 14 Uhr erinnert mit Vorträgen und Musik zunächst vor Ort daran. Um 15.30 Uhr wird im nahen IBZ die Ausstellung „Verbrannte Orte“ eröffnet. Weitere Infos zu diesen und weiteren Programmpunkten unter www.kueko-berlin.de

Ludwig-Barnay-Platz, 14197 Berlin, und IBZ Berlin, Wiesbadener Straße 18, 14197 Berlin



AUSSTELLUNG BIS SO | 30.03.

18. IBB-Preis für Photographie 2024

Lasse Müller wird ausgezeichnet für seine fotografischen Rekonstruktionen historischer Familienbilder sowie konzeptionell durchdachten, dreidimensionalen „Photographie-Gebilden“. Konrad Friedländers Arbeiten (Anerkennungspreis) laden BetrachterInnen ein, sich selbst beim Sehen zuzuschauen. Finissage ist am 30.3. von 15 bis 17 Uhr.

Eintritt frei, geöffnet Di bis Fr 10 - 17 Uhr, Mi 10 - 19 Uhr, Sa und So 11 - 17 Uhr, Kommunale Galerie, Hohenzollerndamm 176, 10713 Berlin, www.kommunalegalerie-berlin.de

BESUCHE DIE WELT VON BAUER FRANK!

DIE KLEINE FREUDE ZWISCHENDURCH

JETZT QR-CODE
SCANNEN UND
TOLLE VIDEOS
ENTDECKEN



prime
time
theater

DAS BERLINER
KULT-THEATER

BÜHNE MO 17.03. | 20.00 UHR



Comedian Harmonists Forever

Das Publikum erlebt bei dieser Zeitreise die Gründung, den Aufstieg und den Erfolg, aber zuletzt auch den Zerfall der „ersten Boygroup der Welt“, der Comedian Harmonists. Ihre Geschichte wird erzählt in einer schnellen chronologischen Abfolge, flankiert von Hits wie „Mein kleiner grüner Kaktus“, „Veronika, der Lenz ist da“ und „Irgendwo auf der Welt“.

Eintritt 19 - 36,50 €, Schlossparktheater, Schloßstraße 48, 12165 Berlin, Tickets unter Tel. 78956670, www.schlossparktheater.de

KINDER DI 18.03. | 10.30 UHR



Bli-Bla-Blütentanz

Die kleinen Knospen-Schwester Blumi und Blümi Gänseblümchen entdecken die aufregende Welt der Pflanzen. Im Wettstreit ums Wachsen lernen sie die eifrige Biene Sumsi, die gefräßige Schnecke Snigel, die Sonne und den Regen kennen. Menschen ab zwei Jahren sind eingeladen zu einer witzigen Fantasiereise ... und können sogar mithelfen.

Eintritt 5 - 6 €, Schwartzsche Villa (Zimmertheater), Grunewaldstraße 55, 12165 Berlin, Karten und Infos unter Tel. 44053615, info@zuckertraumtheater.de, www.zuckertraumtheater.de

KONZERT MI 19.03. | 18.30 UHR



Die Anonymen Ukuleliker

Fast 300 Musikstücke der letzten 100 Jahre umfasst das Repertoire der „Anonymen Ukuleliker“: mit dabei Neue Deutsche Welle und alte Shanties, Schlager und Berliner Lieder, Flower Power, Grand Prix, Rock, Country und sogar Comedy Songs ... An diesem Abend gibt es eine Auswahl von Abba bis Zappa, was die Ukulelen hergeben! Ein Konzert mit Hits und Witz. Bitte voranmelden: Tel. 902992410 oder E-Mail event-bibliothek@ba-sz.berlin.de

Eintritt frei, Ingeborg-Drewitz-Bibliothek, Grunewaldstraße 3, 12165 Berlin

KREATIVITÄT FR 21.03. | 16.30 UHR



Upcycling-Basteln

Aus Alt mach Neu! Das ist das Motto des Bastelnachmittags zum Thema Upcycling für Menschen ab fünf Jahren. Schließlich landen doch viel zu viele tolle Materialien im Müll. Unter Anleitung lernen die TeilnehmerInnen, dass es auch anders geht. Schöne und nachhaltige Bastelideen werden gemeinsam in die Tat umgesetzt. Eine Voranmeldung ist nicht nötig. Bis 18.30 Uhr.

Eintritt frei, Gottfried-Benn-Bibliothek, Nentershäuser Platz 1, 14163 Berlin, Infos unter Tel. 902995458 oder E-Mail: event-bibliothek@ba-sz.berlin.de

BÜHNE FR 21.03. | 19.00 UHR



Heimspiel des Theaters der Erfahrungen

Einmal im Monat werden im großen Saal des Nachbarschaftshauses Friedenau Theater, Filme und Lesungen präsentiert. Die Aufführung geht bis 20 Uhr und, wie immer, gibt es danach bis 22 Uhr die Gelegenheit, bei Getränken und Schnittchen ins Gespräch zu kommen. Bitte vorab anmelden unter Tel. 8554206 oder theater-der-erfahrungen@nbhs.de

Eintritt frei, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin, Infos unter kultur-cafe@nbhs.de

THEATER FR 21.03. | 20.00 UHR



Premiere: Der Reisende

Der Geschäftsmann Otto Silbermann steht mitten in einem wohlgeordneten Leben und einem Kreis von vertrauten FreundInnen. Da schlägt in Deutschland der Antisemitismus in brutale Hetze um. Es werde schon nicht so schlimm kommen, hofft Silbermann, noch während er sich in seiner eigenen Wohnung überfallen und von körperlicher Gewalt bedroht sieht. Für ihn beginnt damit eine Flucht-Odyssee.

Eintritt 15 - 25 €, weitere Termine: 22. + 26.3. sowie 9. - 11.4., 20 Uhr, Kleines Theater, Südwestkorso 64, 12161 Berlin, Tickets unter Tel. 8212021, www.kleines-theater.de

FLOHMARKT SA 22.03. | 10.00 UHR



Großer Trödelmarkt

Von Familien für Familien: Heute findet in der Ruppiner-Grundschule wieder ein großer Trödelmarkt statt. Auf drei Etagen können Schätzchen-JägerInnen stöbern. Dazu gibt es Kuchen, Waffeln, Brezeln, Würstchen, Popcorn und Getränke im Café. Bis 14 Uhr. Wer selbst etwas verkaufen möchte, kann sich unter www.ruppinerfreunde.de/troedelmarkt anmelden. Auch HelferInnen sind willkommen. Sie melden sich vorab unter helfer@ruppinerfreunde.de

Eintritt frei, Standgebühr 10 €, Ruppiner-Grundschule, Offenbacher Straße 5a, www.ruppinerfreunde.de/troedelmarkt

LESUNG SA 22.03. | 14.00 UHR



Dichtertochter Friedenau

Friedenau hatte um 1970 die dichteste Dichterdichte in ganz Berlin. Was Günter Grass, Max Frisch, Uwe Johnson und viele andere über ihr Friedenau schrieben, stellt Gudrun Blankenburg im Literaturhotel an der Fregestraße im Rahmen einer Lesung mit Gesprächsrunde vor. Die Veranstaltung ist für 14 bis 17.30 Uhr geplant. Eine Voranmeldung ist nötig übers Stadtteilbüro von Orkan Özdemir, MdA, via E-Mail an mail@orkan-oezdemir.de

Eintritt frei, Literaturhotel Friedenau, Fregestraße 68, 12159 Berlin

KONZERT SA 22.03. | 19.00 UHR



Amoureuse

An diesem Abend freut sich das Publikum auf Romanzen und Arien von Giuseppe Verdi, Giacomo Puccini, Jules Massenet, Sergei W. Rachmaninow und Mykola Stetsyuk. Es musizieren Sopranistin Alyona Guz mit Begleitung von Olena Rexin-Radiyevska am Klavier. Statt eines festen Eintrittsgelds sind Spenden erbeten.

Eintritt frei, Schwartzsche Villa (Großer Salon), Grunewaldstraße 55, 12165 Berlin, Karten und Infos unter alyonaguzsoprano@gmail.com

Ausbildung bei BORSIG. Gemeinsam in Deine Zukunft.

Unsere Highlights

- eine attraktive
Ausbildungsvergütung
 - 1. Jahr: 1.050 Euro
 - 2. Jahr: 1.125 Euro
 - 3. Jahr: 1.200 Euro
 - 4. Jahr: 1.275 Euro
- Urlaubsprämie
- Vermögenswirksame Leistungen
- 30 Tage Urlaub
- VBB-Abo Azubi Ticket
- intensive Prüfungsvorbereitung
- garantierte Übernahme bei
guten Leistungen

Bei BORSIG verbinden sich Tradition und Innovation auf einzigartige Weise. Zukunftsorientierte Hochtechnologie trifft auf Wissen und Erfahrung aus fast zwei Jahrhunderten. Als führendes Unternehmen in der Prozesstechnologie und im Energieanlagenservice bieten wir jungen Menschen die Möglichkeit, aktiv an der Gestaltung unserer Zukunft mitzuwirken. Starte Deine Ausbildung bei BORSIG, werde Teil unseres Teams und schreibe mit uns die Geschichte von morgen.

Unsere Ausbildungsberufe:

- **Industriekaufmann (m/w/d)**
- **Anlagenmechaniker Schweißtechnik (m/w/d)**
- **Anlagenmechaniker Apparatechnik (m/w/d)**
- **Industriemechaniker Instandhaltung (m/w/d)**
- **Werkstoffprüfer (m/w/d)**

Unser duales Studium:

- **Bachelor of Engineering Maschinenbau -
Konstruktion und Fertigung (m/w/d)**

Du möchtest mehr über die Ausbildungsberufe und das duale Studium bei BORSIG erfahren oder Dich ONLINE bewerben?

Dann informiere Dich unter www.borsig.de/ausbildung.

FAMILIE SO 23.03. | 16.00 UHR



Das verzauberte Hexlein

Der Hexe Brühildi ist ein Missgeschick passiert: Sie hat sich klein gehext. Nur mithilfe des Zauberers Fantastus und der Kinder, die ein Zauberlied singen, kann sie wieder in ihre wirkliche Größe zurückverwandelt werden. Eine Zaubershow mit Musik und Puppenspiel von Günter Rüdiger und Tanja Arenberg für Menschen ab 4 Jahren. Dauer rund 50 Minuten.

Eintritt 8 €, weiterer Termin: 20.4., 16 Uhr, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

GESPRÄCH MO 24.03. | 18.00 UHR



Allein auf der Vogelinsel

Anlässlich ihrer aktuellen Foto-Ausstellung im Nachbarschaftshaus Friedenau erzählt Carmen Birke an diesem Abend über Belange des Naturschutzes aus der Sicht einer Natur- und Vogelschutzwartin. Sie berichtet von ihrem Einsatz auf einer unbewohnten Insel, allein mit tausenden Vögeln. Eine ganz besondere Zeit für sie, die sie den Interessierten eindrucksvoll nahebringt.

Eintritt frei, Spende willkommen, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin, Infos unter kultur-cafe@nbhs.de

FAMILIE DI 25.03. | 10.00 UHR



Kleidertausch für Baby- und Kinderkleidung

Ach, sie werden so schnell groß ... und die Hosen, Strampler, Röcke und Kleider zu klein. Beim Kleidertausch kann jedeR bis zu 15 Teile in gutem Zustand mitbringen: Kleidung bis Größe 128 und Accessoires. Mitnehmen darf man Sachen nach Belieben. An der Upcycling-Station lassen sich ältere Schätzchen aufhübschen. Bis 12 Uhr. Zusatzstipp: Am 1.4., 10 bis 12 Uhr, findet ein Kleidertausch für Eltern statt.

Eintritt frei, Familienzentrum Friedenau, Cranachstraße 7, 12157 Berlin, Infos unter familienzentrum@nbhs.de, Tel. 221828282

KONZERT MI 26.03. | 15.00 UHR



KulturLeben – Musiker für Musiker

Das Trio Lafi lädt ein zu einer wunderschönen und abwechslungsreichen Reise in die Welt des Jazz und des Swings. Das Konzert besteht aus einer Mischung von Titeln auf Deutsch, Französisch und Englisch. Einlass ist ab 14 Uhr. Getränke stehen gegen Entgelt bereit. Anmeldung empfohlen.

Eintritt 6 €, Kaffeegedeck 3 €, Hans-Söhnker-Haus, Selerweg 18-22, 12169 Berlin, Tel. 39501418, E-Mail: hans-soehner-haus@ba-sz.berlin.de

KONZERT FR 28.03. | 19.00 UHR



Electronic Counterpoint

Luke Hsu (Violine), Cosima Soulez Larivière (Violine), Friedemann Sielczka (Bratsche), Rainer Crosett (Cello), Leonard Disselhorst (Cello), Hiromu Seifert (Schlagzeug) vom Tonhain Kollektiv geben an diesem Abend den „Electronic Counterpoint“ mit Werken von György Ligeti, Mario Davidovsky, Leon Kirchner, Kaija Saariaho und Ben Nobuto.

Eintritt 15 - 23 €, Tonhain, Thorwaldensstraße 26, 12157 Berlin, Tickets an der Abendkasse und unter www.tonhain-kollektiv.org

BÜHNE FR 28.03. | 20.00 UHR



Beethoven Superstar? Eine musikalische Biografie

Günter Rüdiger singt Lieder von Ludwig van Beethoven und vermittelt einen biografischen Einblick in das aufregende Leben des großen Meisters. Ergänzend spielt Caspar Jörns Klassiker aus Beethovens Klavierwerken (Auszüge), unter anderem „Für Elise“, „Mondscheinsonate“ und „Waldstein-Sonate“. Für AnhängerInnen und AnfängerInnen geeignet.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

KONZERT SA 29.03. | 20.00 UHR



Im Menschentrichter – Szenen aus der Großstadt

Der zigarettenfingrige Kellner, der bullige Onkel, die alte Lehrerin, die Bardame, der Unglückliche, das Liebespaar – in der Kneipe treffen sie sich alle. Beobachtet und aufgeschrieben von Tucholsky, Borchert, Wedekind, Valentin und anderen. Ein Theaterabend, in dem Schauspiel, Puppenspiel, Schattentheater und Musik zusammenfließen.

Eintritt 18 €, Schwartzsche Villa (Zimmertheater), Grunewaldstraße 55, 12165 Berlin, Karten und Infos unter Tel. 0173/2148114, www.menschentrichter.de

MUSIK SO 30.03. | 18.00 UHR



In dir ist Freude: Passionskonzert der Friedenauer Kantorei

Die Friedenauer Kantorei gehört zu den klang- und ausdrucksstarken Chören Berlins. In ihrem diesjährigen Passionskonzert präsentieren die SängerInnen unter der Überschrift „In dir ist Freude“ A-cappella-Stücke, die den Moment der stillen, tiefen, inneren Freude betrachten: mit Werken von H. Schütz, J.S. Bach, J. Brahms, P. Vasks

Eintritt frei, Kirche Zum Guten Hirten, Bundesallee 76A, 12161 Berlin, www.zum-guten-hirten-friedenau.de

KABARETT SO 30.03. | 19.00 UHR



Die netten Jahre sind vorbei. Lachen bis an die Scherzgrenze!

Kann man in so schwierigen Zeiten überhaupt noch Satire machen? Mit Blick auf die letzte Mieterhöhung stellt Henning Ruwe fest: „Ja, ich muss sogar.“ Zu den drängenden Themen der Zeit hat er zwar nicht immer eine Antwort, aber stets die richtigen Fragen und passenden Pointen parat. Manchmal sogar mit Alliteration.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de



Dich zu Lieben!

Dienstag, 15. April, 19:30 Uhr
Prime Time Theater, Berlin-Wedding

Schlager Radio-Hörer singen gemeinsam die großen Hits von Roland Kaiser, wie „Santa Maria“, „Manchmal möchte ich schon mit dir“, „Warum hast du nicht Nein gesagt“.

Infos & Tickets:
www.primetimetheater.de/singspass

**prime
time
theater**

**DAS BERLINER
KULT-THEATER**

KINDER DI 01.04. | 10.30 UHR



Der Fuchs, die Feen und das Ei

Ein Bauer, der nicht an Feenwesen glaubt, wird eines Besseren belehrt, ein Fuchs findet ein neues Leibgericht, die Hühner können endlich singen und die Feen machen die Welt ein Stückchen glücklicher: Eine turbulente Geschichte über Mitgefühl und den Zauber der Natur, empfohlen für Menschen von drei bis acht Jahren. Dauer: 45 Minuten.

Eintritt 5,50 - 12 €, diverse weitere Termine (auch an Wochenenden), Theater JARO, Schlagenbaderstraße 30, 14197 Berlin, Infos unter Tel. 3410442, www.theater-jaro.de

MUSIK MI 02.04. | 21.00 UHR



Conexão Berlin

Das portugiesische Wort Conexão lässt sich als „Verbindung“ übersetzen. Für den Berliner Percussionisten Andreas Weiser bedeutet es ein programmatisches Statement: für das Zusammenwachsen von Kulturen, ohne Identitäten und kulturelle Hintergründe zu verwässern. Conexão Berlin steht für die Verschmelzung von brasilianischer beeinflusster Latinmusik mit einem europäischen Verständnis von Jazz. Eine Berliner Melange tanzbarer Instrumentalmusik voller Virtuosität und Lust.

Eintritt 20 €, Zig Zag Jazz Club, Hauptstraße 89, 12159 Berlin, www.zigzag-jazzclub.berlin

KUNST FR 04.04. BIS SO 06.04.



Die Europäischen Tage des Kunsthandwerks 2025

Bei den diesjährigen Europäischen Tagen des Kunsthandwerks (ETAK) von 4. bis 6. April öffnen wieder einige Ateliers und Werkstätten in und um Friedenau ihre Türen (mehr dazu auf Seite 31). AusrichterIn des Events in der Stadt ist die Handwerkskammer Berlin. Nachdem die „ETAK“-Idee 2002 in Frankreich entstand, wird sie heute in vielen weiteren europäischen Ländern zelebriert.

Eintritt frei, diverse Orte in der Nachbarschaft sowie in ganz Berlin, Übersicht unter www.kunsthandwerkstage.de/berlin

MAGIE SA 05.04. | 20.00 UHR



Stunde des Staunens

Seit vielen Jahren begeistert der Friedenauer Fabian Weiss mit seiner Salonmagie, tritt damit auf großen Bühnen auf und wurde zigfach ausgezeichnet. Lange Zeit war er der Hausmagier im berühmten „Ritz-Carlton“. Bei der „Stunde des Staunens“ erleben die ZuschauerInnen eine magische Reise, Klassiker der Zauberkunst und Kunststücke, die Weiss selbst entwickelt hat.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

FAMILIE SO 06.04. | 16.00 UHR



Tommi Tomate und die Flucht aus dem Kühlschrank

Mieses Klima im Kühlschrank. Karl Käse ist stinkig, weil er nicht der Wichtigste ist. Nun will er die Temperatur im Kühlschrank ändern, und Willy Würstchen wird dafür losgeschickt. Der vertut sich aber mit dem Thermostaten ... und das Eisfach, wo die Frostwächter wohnen, öffnet sich. Tommi Tomate muss sofort etwas tun, auf zur Flucht!

Eintritt 8 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

MUSIK SO 06.04. | 18.00 UHR



Abendmusik des Friedenauer Posaunenchores

Der Friedenauer Posaunenchor überzeugt mit abwechslungsreichen Klangfarben aus unterschiedlichen Jahrhunderten. Er wurde vor mehr als 30 Jahren von musizierwilligen Gemeindegliedern gegründet. Seit September 2022 hat die Posaunistin Ulrikke Hanspach-Torkildsen die Leitung inne. Heute gibt es besinnliche Abendmusik zu hören.

Eintritt frei, Kirche Zum Guten Hirten, Bundesallee 76A, 12161 Berlin, www.zum-guten-hirten-friedenau.de

BÜHNE MO 07.04. | 20.00 UHR



The Happy Disharmonists

Es geht auch ohne Auto: So lautet der Titel des Programms, mit dem sich der so ganz andere Chor „The Happy Disharmonists“ an diesem Abend aus 22 Kehlen präsentiert: A-Cappella-Gesang von klassisch und humorvoll bis Jazz und Pop in eigenen Arrangements, von Coldplay bis Rossini, von Pink Floyd bis zu Queen, von Grönemeyer bis Volkslied. Nix bleibt verschont.

Eintritt 19 - 36,50 €, Schlossparktheater, Schloßstraße 48, 12165 Berlin, Tickets unter Tel. 78956670, www.schlossparktheater.de

MUSIK DI 08.04. | 20.00 UHR



Loosefit

An diesem Abend bleibt die Leinwand des Cosima ausnahmsweise dunkel. Stattdessen gibt es Musik mit dem Duo Loosefit, das eigene Songs präsentiert. Eine Fusion aus viel Erlebtem und trotz allem Heiteren, aus Sprudelndem und Gelassenheit, aus Jünger und Älter, aus Zartem und Bodenständigem, aus Melancholie und Optimismus als ebenso tiefgründige wie leichte Art, das Leben zum Klingen zu bringen.

Eintritt 12 - 15 €, Cosima-Filmtheater, Sieglindestraße 10, 12159 Berlin, Tel. 66702828, www.cosima-filmtheater.de

KABARETT MI 09.04. | 20.00 UHR



Open Stage: Katharina Hoffmann

Katharina Hoffmann ist eine der letzten überlebenden Westberlinerinnen und soll demnächst als solche im Museum für Naturkunde ausgestellt werden. Vorher sorgt sie aber noch für achtsame Unterhaltung. Früher war sie hauptberuflich Sexbombe und ist froh, dass der Quatsch endlich vorbei ist. Die Schönheit des Widerspruchs vereint in einer einzigen Frau.

Eintritt 12 - 14 €, weitere Termine: 9. - 12.4., 20 Uhr, Scheinbar Varieté, Monumentenstraße 9, 10829 Berlin, Tel. 7845539, www.scheinbar.de

FAMILIE SO 13.04. | 16.00 UHR



Ostern beim Knoll-Troll

Frühling im Märchentale. Knoll-Troll Knut, gerade aus dem Winterschlaf erwacht, beobachtet den Osterhasenhelfer Lord Longohr, der Ostereier verstecken studiert hat. Voller Tatendrang will jetzt der Knoll-Troll mithelfen, verkündet sogar, er sei besser. Das löst ein ganz schönes Durcheinander aus, denn wenn ein Knoll-Troll etwas versteckt, dann richtig. Ob das wohl gut geht? Ein Stück für Menschen ab drei Jahren.

Eintritt 8 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

MUSIK SO 13.04. | 19.00 UHR



„Wir gehen nach Theresienstadt“

Dieser Abend soll eine Feier des Lebens aller Menschen sein, die ihre letzten Tage in Theresienstadt verbringen mussten und in Auschwitz ermordet wurden. Unzerstörbar, unauslöschlich, wegweisend. Mit Werken von Pavel Haas, Gideon Klein, Hans Krása, Erwin Schulhof, Viktor Ullmann, Ilse Weber. Die Veranstaltung ist eine Jarock Produktion einer Reihe von MusikerInnen (mit Bratsche, Klavier, Violine, Cello).

Eintritt frei, Spende willkommen, Nachbarschaftshaus Friedenau, Holsteinische Straße 30, 12161 Berlin, Infos unter kultur-cafe@nbhs.de

KABARETT SO 13.04. | 19.00 UHR



Wortstörungsfindungen

Man spricht zusammen, was nicht zusammengehört: Brüderinnen und Schwesterer, Gesundheitshäuser im Krankensystem, Bildschulung, Speisenarmung. Und wenn eine Ampel mit sich selbst koalitiert, bedeutet das losbleiben und stehenfahren ... Der Kabarettist und Regisseur Olaf Michael Ostertag aus Steglitz gibt sein Politikabereit-Programm „Wortstörungsfindungen“ zum Besten.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

KINDER MO 14.04. BIS DI 22.04.



Osterfreizeit „Zauberschule“

Die Osterfreizeit der Evangelischen Friedenauer Kirchengemeinden geht in die Sächsische Schweiz. Acht Tage wird unter der Leitung Haupt- und Ehrenamtlicher gespielt, gewandert, gesungen und gebastelt. Das Motto in diesem Jahr lautet „Zauberschule“. Alle Infos finden sich im Internet unter der Adresse www.zum-guten-hirten-friedenau.de/osterfreizeit. Das Angebot richtet sich an 8- bis 13-Jährige und kostet 299 Euro, ermäßigt 199 Euro.

Kontakt: Evangelischer Kirchenkreis Tempelhof-Schöneberg, Region Friedenau, Grazer Platz 4, 12157 Berlin

BÜHNE FR 18.04. | 20.00 UHR



Juwas? Judas!

Sehr frei nach der Bibel, Jorge Louis Borges, Walter Jens, Amoz Oz und Lot Vekemans ergreift Judas die Chance, und versucht etwas mehr Klarheit über sich, seine Beziehung zu Jesus und den Lauf der Geschichte zu gewinnen. Eine emotionale Reise durch verschiedene Versionen eines Lebens an deren Ende immer der Strick wartet. Eine szenische Lesung mit Tanja Arenberg und Günter Rüdiger.

Eintritt 18 €, Zimmertheater Steglitz, Bornstraße 17, 12163 Berlin, Infos und Tickets unter info@zimmertheater-steglitz.de oder Tel. 25058078, www.zimmertheater-steglitz.de

MUSIK KARFREITAG + OSTERSONNTAG



Johannespassion und J. S. Bach

Am Karfreitag, 18.4., erklingt um 15 Uhr die ausdrucksstarke Johannespassion von Heinrich Schütz, gesungen von einem Projekt-Kammerchor unter der Leitung von Svenja Andersohn. Am Ostersonntag, 20.4., um 10 Uhr wird im Rahmen des Festgottesdienstes Bachs schwungvolle Kantate „Erfreut euch, ihr Herzen“ gegeben: mit SolistInnen des RIAS-Kammerchors, der Friedenauer Kantorei und dem Barockorchester Aris et Aulis.

Eintritt frei, Kirche Zum Guten Hirten, Bundesallee 76A, 12161 Berlin, www.zum-guten-hirten-friedenau.de

Gemeinschaftlich stark und hilfreich

Die nächste FRIEDA Ausgabe finden Sie Mitte April an den Auslagestellen in Friedenau und Umgebung.



Das Lokalmagazin für Friedenau und Umgebung

Powered by: PSD Bank Berlin-Brandenburg

Irish-Dance-Studio	Wasserfahrzeug	komplett bewölkt	Betttuch	klug, gewitzt (engl.)	seitl. Raumbegrenzung	elegantes Einfamilienhaus	persönliches Fürwort	auf Freiheitsglocke Zitierter	Sucht; Besessenheit	Kreisausschnitt	heikle Situation	Tanzmeister ... Taubert
schwed. Popgruppe			Pflege-Buchautorin	1				10		Zeichen für Kilogramm		
Fleisch in Salzlake legen	7				Inseleuropäerin	Bewohner der Arktis			Spielkartenfarbe			8
Geheimschriftschlüssel			vornehm; kostbar				Verbindungsbolzen			Abk.: item „Gersten-saft“		
			Schandfleck	Ball mit Unterschnitt (Tennis)					essbare Früchte amerik. Autorin †			
Ostgermanenvolk	flüssige Speisewürze		islam. Wallfahrtsziel				Sonderver-gütung	2	Postsendung			
Blütensaft				Vorname Bruckners † 1896		Farbe in der franz. Trikolore				Fluss durch Florenz	Wundmal	9
französisch: Osten			Südstaat der USA	alt-ägyptischer Gott					ital.: Fleischgerichte Keimling			
Zeichen für Cäsium		japanischer Kaiser-titel				Einfall, Überlegung		Abk.: schwedische Krone		ein Umlaut		
Überschrift				Teil der Stunde	„Muntermacher“-Firma			12	Windrichtung unermesslich			
		Flugzeugführer	Schiffsjunge (see-männ.)					Abk.: Million eingelegtes Tierprodukt		Funkortungsver-fahren	brit. Münze	
Auftritt (Musikerjargon)	Taufzeugin	Vorsilbe: fern			Zeichen für Tellur	ältester Sohn Noahs (A. T.)				Abk.: Republik		
	3			Abk.: Delikt	gefüllte Tortilla	Abk.: ebenso (lat.)			Kurzform von Maria	unbest. Artikel	Witwe von John Lennon (Yoko)	
Abk.: anti-septisch	span. Artikel	Abk.: Fußballclub		dt. Sprachforscher (Konrad) † 1911			Wind-schatten-seite			Anrede ital. Geistlicher		
Fecht-waffe			11		4	Stolper Clean-Entwickler		5		6		
engl.: mittel-eur. Zeit (Abk.)			Währung in Sierra Leone				kurz für: in das			Vorname von Lichtenstein † 1997		

svd1816-26

FRIEDA lädt zum Schlemmen ein ... Kaffeehaus-Gutscheine: 5 x 25 Euro

FRIEDA verlost fünf Gutscheine im Wert von je 25 Euro für das Kaffeehaus im Foyer der PSD Bank Berlin-Brandenburg (Handjerystraße 33-36, 12159 Berlin) – ob zum Schlemmen vor Ort oder „to go“. TeilnehmerInnen senden uns das Rätsel-Lösungswort bitte online über www.raz-verlag.de/kontakt oder postalisch an RAZ Verlag und Medien GmbH, Am Borsigturm 15, 13507 Berlin. Das FRIEDA Team meldet sich dann bei den Glückspilzen, die den auf ihren Namen hinterlegten Preis bei der PSD Bank (Mo bis Fr, 9-18 Uhr) abholen können. Einsendeschluss ist Montag, 31. März 2025.

Teilnahmebedingungen: Teilnahme ab 18 Jahren, MitarbeiterInnen des RAZ Verlags und deren Angehörige sind nicht teilnahmeberechtigt. Barauszahlung des Gewinns nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme an diesem Gewinnspiel stimmen Sie der Speicherung und Verarbeitung Ihrer Daten nur für den Zweck des Gewinnspiels zu. Näheres finden Sie in unserer Datenschutzerklärung, die Sie auf unserer Website (www.raz-verlag.de) abrufen oder in unseren Geschäftsräumen (Am Borsigturm 15, 13507 Berlin, Mo - Fr, 10 bis 14 Uhr) erhalten können.

Lösungswort

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



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

mittel

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

schwer

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

mittel

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

schwer

IMPRESSUM

FRIEDA ist das Lokalmagazin für Friedenau und Umgebung

Redaktion:

Inka Thaysen (ITH)
Frieda@raz-verlag.de

Redaktionelle Mitarbeit:

Christiane Flechtner (FLE)
Bernd Karkossa (BEK)
Boris Dammer (BOD)
Stefanie Voigt
(PSD Bank Berlin-Brandenburg)

Anzeigen:

Michaela Böger
Tel.: (030) 437 77 82 - 23
Ursula Lindner
Tel.: (030) 437 77 82 - 24
Anzeigen@raz-verlag.de

Verlag:

RAZ Verlag und Medien GmbH
Am Borsigturm 15 · 13507 Berlin
Tel.: (030) 437 77 82 - 0
Fax: (030) 437 77 82 - 22
info@raz-verlag.de

Geschäftsführer: Tomislav Bucec

Druck: Möller Pro Media GmbH

Gestaltung: Daniel Isbrecht

Auflage: 15.000 Exemplare
Es gilt die Anzeigen-Preisliste
ab 01.01.2025

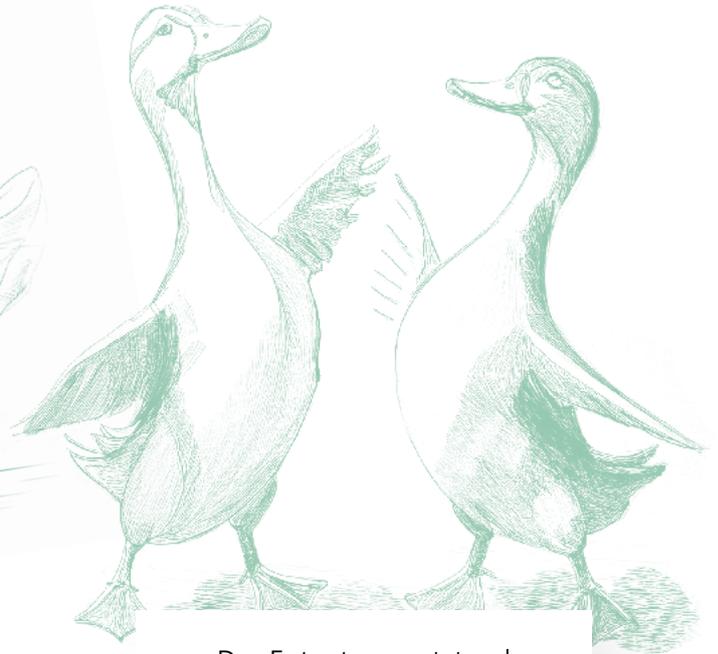
Powered by



Berlin-Brandenburg eG



Der erotische Lambada führte 1990 zu einem Arbeitsgerichtsprozess. Ein Spediteur hatte eine Angestellte mit einer Prostituierten verglichen, weil sie den Tanz aufführte.



Der Ententanz entstand in den 1950er Jahren im schweizerischen Davos. Ein niederländischer Produzent hörte die Melodie zufällig und verbreitete sie später.



Im Juli 1518 begann in Straßburg ein Phänomen, bei dem viele Menschen unkontrolliert tanzten, teilweise bis zur Erschöpfung oder zum Tod. Als mögliche Ursachen werden Massenhysterie oder Vergiftungen diskutiert.



Der deutsche Schlagersänger Gottlieb Wendehals führte 1982 die größte Polonaise der Welt an: 250.000 Menschen tanzten um die Hamburger Binnenalster.



Archäologische Funde zeigen, dass Menschen bereits vor 30.000 Jahren tanzten. Der berühmte „Tanzende Schamane“ in der Drei-Brüder-Höhle in Südfrankreich ist eines der ältesten Zeugnisse dessen.



Die kalifornische Seelöwin „Ronan“ fiel vor gut zehn Jahren durch ihre Fähigkeit auf, zu verschiedenen Rhythmen tanzen zu können: unter anderem zu Musik der „Backstreet Boys“.



SPIELBANK BERLIN

4x
in Berlin

**Potsdamer Platz | Ku'damm
Am Fernsehturm | Ellipse Spandau**



Gutschein



**Viel Spaß bei Roulette, Poker,
Black Jack und Automaten Spiele!**

www.spielbank-berlin.de



*Aktionsgutschein kann nur einmal pro Person eingelöst werden. Einlass ab 18 Jahren und nur in Verbindung mit einem gültigen Ausweis! Kein Spiel ohne Risiko. Informieren Sie sich über Spielen mit Verantwortung unter: www.spielerschutz-berlin.de Hilfe unter: 0800-137 27 00 (BZgA | Mo.-Do. 10-22 Uhr, Fr.-So. 10-18 Uhr) oder online unter: www.check-dein-spiel.de



**Seien Sie unser Gast,
Ihre Einladung für zwei!**

**Freier Eintritt und ein
Piccolo Sekt auf's Haus***

Gültiges Ausweisdokument erforderlich.

Code: Fri25

€uro

**BELIEBTESTE
REGIONALBANK**

**PSD Bank
Berlin-Brandenburg
Bankentest**

Ausgabe 05/2024

Jetzt mal ehrlich:

**Besuchen
Sie uns**

**Nicht allseits
bekannt.**

Aber bei Kennern beliebt.

Ihre Bank in Friedenau

- Modernes Kundencenter mit Lounge und Kaffeehaus
- Beratung für Privat- und Firmenkunden
- Werteorientiert und sozial engagiert

Aus der Region – für die Region.



**Berlin-
Brandenburg eG**

**Erfahren Sie mehr:
psd-bb.de**