

Kiezbote

Ausgabe 1 | 2026



Gesund im Sprengelkiez

Meckern?
Mitgestalten!
(Seite 5)

Neues
Gesundheitsprojekt
im Wedding
(Seite 8)

Exklusive Führung
durch das RKI-Museum
(Seite 10)

Editorial

Liebe Leser*innen,

wenn Ihr diese Zeilen lest, ist der meteorologische Frühling vorbei und der Sommer hat begonnen. Das ist die perfekte Zeit, um etwas für die Gesundheit zu tun, mit alten und neuen Freund*innen Tischtennis zu spielen, im Sprengelkiez spazieren zu gehen (siehe die beiden Artikel auf Seite 11) oder einen Ausflug mit dem „Senioren salon“ zu machen (siehe Seite 15).

Der Sommer ist aber auch die Zeit der Hitzewellen, die durch den Klimawandel an Stärke und Häufigkeit zunehmen. Mit unseren Tipps (siehe Seite 10) kommt Ihr aber gut und gesund durch den Sommer.

Mit Grüßen aus der Redaktion

Matthias Ohliger

INHALT

Neues aus der BVV	3
Neues aus der Seniorenvertretung	3
Neues aus der AG Klima	4
Meckern? Mitgestalten!	5
Fotoausstellung für einen sauberen Kiez	6
Neues Gesundheitsprojekt im Wedding	8
Familiengießen im Sprengelpark	9
Gut durch die Hitzewellen kommen!	10
Exklusive Führung durch das RKI-Museum	10
Tischtennisgruppe im Sprengelkiez	11
Spazierengehen im Sprengelkiez	11
Wassertaschen für Kitas	12
Fischerpinte als seelischer Anker	13
Wege des Erinnerns	14
Nachruf auf Siggie Kühbauer	15
Der „Senioren salon“ fliegt aus	15
Viel los im Parkcafé Rehberge	16

KIEZREDAKTEUR:INNEN GESUCHT!

Unser engagiertes Team sucht noch Mitstreiter:innen

Bei Interesse kontaktieren Sie uns unter
aktiv.im.kiez.sprengelkiez@gmail.com

IMPRESSUM

Titelbild: Federballschläger und Federbälle im Sprengelpark

Redaktion: Inka Benthin, Siemen Dallmann, Sibylla Dittrich, Werner Franz, Gerhard Hagemeyer, Matthias Ohliger

Druck (1000er Auflage): Onlineprinters.de

Kontakt zur Redaktion: aktiv.im.kiez.sprengelkiez@gmail.com

Herausgeber: Runder Tisch Sprengelkiez/ AG Kiezbote. <https://sprengelhaus-wedding.de/angebote-2/engagement/kiezboten-archiv/>

Werben Sie im Kiezboten – schon ab 50€!

Auflage: 1000 Stück; *Erscheinungsrhythmus:* 4 mal im Jahr,

Preise: 1/4 Seite: €50, 1/2 Seite €80, Ganze Seite €130, Halbe Rückseite €150

Kontakt: aktiv.im.kiez.sprengelkiez@gmail.com

Neues aus der BVV: Schafe in den Rehbergen

Schafe statt Rasenmäher? In den Rehbergen ist das inzwischen Realität geworden. Bereits im vergangenen Herbst hatte die BVV Mitte angeregt zu prüfen, ob Teile des Volksparks künftig von Schafen gepflegt werden können. Inzwischen sind die Tiere bereits im Einsatz.

Der Vorteil: Die Schafe halten die Wiesen nicht nur kurz. Anders als beim gleichmäßigen Mähen entstehen unterschiedlich hohe Flächen, kleine freie Stellen und mehr Vielfalt auf den Wiesen. Davon profitieren laut Bezirksamt Pflanzen, Insekten und andere Tiere. Außerdem seien Schafe deutlich schonender für die Tierwelt als große Mähmaschinen.

Auch für Besucher:innen sei das spannend: Andere Berliner Parks hätten damit gute Erfahrungen gemacht, und viele Menschen würden die Tiere positiv wahrnehmen. Die Schafe sollen allerdings wohl nur einige Wochen im Jahr in den Rehbergen stehen.



Gerade nicht bei der Arbeit: Schafe

Interessant ist dabei auch die politische Seite: Obwohl die Idee ursprünglich aus der BVV kam, gibt es inzwischen bereits kritische Nachfragen zur Umsetzung. Offenbar gehen die Meinungen dazu im Bezirk mittlerweile auseinander. Für viele Spaziergänger:innen dürften die Schafe trotzdem erst einmal einfach ein ungewohnter und schöner Anblick sein.

Inka Benthin

Neues aus der Seniorenvertretung

Jedes Jahr wird von der Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung die Seniorenwoche organisiert. Dieses Jahr findet sie vom 27.6. bis zum 4.7. statt. Es erwarten Sie berlinweit zahlreiche Veranstaltungen, die speziell für Seniorinnen und Senioren angeboten werden. Das detaillierte Programm wird im Internet auf der offiziellen Seite der Berliner Seniorenwoche sowie in einem Programmheft veröffentlicht. Fragen Sie im Nachbarschaftsladen nach, ob dort dieses Jahr wieder einige Exemplare ausliegen.

Am 27.6. findet neben der feierlichen Eröffnungsveranstaltung auch wieder der „Markt der Möglichkeiten“ statt, auf dem zahlreiche Organisationen, Vereine und Institutionen über ihre Angebote informieren. Auch die Seniorenvertretung Mitte hat dort einen Stand. Der Markt wird in und vor der Amerika-Gedenkbibliothek ausgerichtet.

Es ist die Zeit des Wahlkampfes. Die Seniorenvertretung Mitte hat bereits im April eine Veranstaltung zum Thema „Wohnen“ abgehalten, zu der Vertreter aller Fraktionen eingeladen waren, um Fragen aus dem Publikum zu beantworten.

Ein Vergleich lohnt sich. Gehen Sie nicht achtlos an den Ständen der Parteien vorbei, sondern fragen Sie, welche Themen in ihren Wahlprogrammen stehen, die ältere Menschen betreffen.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Sommerzeit.

Sibylla Dittrich

Kiezpolitik

Neues aus der AG Klima: Baumgespräch

Liebe Nachbarschaft,

Wir wollen mit Ingmar, einem Baumpfleger, zu seiner praktischen Berufserfahrung sprechen, um den Zustand der Stadtbäume besser zu verstehen.

Wie sieht eine Baumkontrolle aus? Wann und warum werden Bäume gefällt? Warum sind manche Baumarten klimaresilienter als andere und was bedeutet das für die Zukunft? Wie können wir als Nachbar:innen Bäume praktisch unterstützen?

Unser Spaziergang ist kostenlos und familienfreundlich – jede:r ist herzlich willkommen! Auch Menschen, die noch nicht so gut Deutsch sprechen, sind ausdrücklich eingeladen, teilzunehmen.

Eure Klima und Kiez AG

Um Anmeldung wird gebeten:
klima@sprengelkiez.org

Treffpunkt:
Ecke Brüsseler Straße / Lütticher Straße



Treffpunkt:
Ecke Brüsseler Straße /
Lütticher Straße

Wir laden ein zum
**KIEZSPAZIERGANG
STADTBÄUME**
mit Ingmar

Sa., 13. Juni 11:00–12:30 Uhr

KLIMA UND
KIEZ AG

Unterstützung gesucht (m/w/d)

Für „Gesund im Kiez“ suchen wir Unterstützung bei kleinen Aufgaben wie Recherche, dem Erstellen von Plakaten mit Vorlagen oder anderen einfachen Aushilfstätigkeiten.

Ca. 2 Stunden pro Woche. Wichtig ist vor allem, dass du dich dem Sprengel-, Brüsseler oder Afrikanischen Viertel verbunden fühlst und Lust hast, kleine Gesundheitsprojekte im Kiez mit umzusetzen.

Kontakt: hallo@gesund-im-wedding.de

Meckern? Mitgestalten!

Am 23. Mai wurde das Grundgesetz 77 Jahre alt. Die Bundesrepublik ist ein demokratischer und sozialer Bundesstaat. Alle Staatsgewalt geht vom Volke aus (Art. 20).

Da lohnt sich die Frage, was dein freiwilliges Engagement mit Demokratie zu tun hat. – Spoiler: ziemlich viel! Doch beginnen wir von vorn: Unzählige Menschen im Sprengelkiez engagieren sich freiwillig, aus eigener Motivation und ohne dafür Geld zu bekommen. Die Motive für das Engagement sind so vielfältig wie die Nachbarinnen und Nachbarn. Mittendrin: die AG Sauberer Sprengelkiez.

Sicherlich hast du die Aktiven von Sauberer Sprengelkiez schon einmal gesehen: Menschen, die mit einer Zange in der Hand Müll aufsammeln. Allein oder in der Gruppe nehmen sie die Sauberkeit unseres Sprengelkieses in die eigene Hand. Statt nur auf den Bezirk Mitte oder die Berliner Stadtreinigung zu schimpfen, übernehmen sie selbst die Verantwortung für ihren Kiez.

Das Engagement von Sauberer Sprengelkiez ist je-

doch mehr, als jeden 2. und 4. Samstag im Monat Müllsammelaktionen zu organisieren. Ihre Arbeit bringt Menschen aus dem Sprengelkiez zusammen. Es entstehen Begegnungen und Austausch zu Fragen wie: In welchem Kiez möchten wir leben? Wie möchten wir mit dem öffentlichen Raum im Sprengelkiez umgehen?

Was in Unmut und Wut auf dysfunktionalen Strukturen beginnt, endet in Gesprächen über Nachhaltigkeit, Müllvermeidung und die Folgen unseres Konsums und vielem mehr: Plötzlich werden Kippen auf dem Boden zu einem Thema für das Grundwasser und damit unsere Gesundheit. Berge von Kleidern vor Recyclingcontainern rücken die kurze Lebensdauer von Kleidung, Fast Fashion und unsere Konsumgesellschaft in den Mittelpunkt. Überfüllte Glascontainer führen zu einer Diskussion rund um das bis zum Millennium übliche Glasrecycling in Berliner Hinterhöfen und die Nebenprodukte sogenannter Glasiglus in den Straßen des Kiezes.

Eine Ausstellung zur Sauberkeit im Sprengelkiez wird Anlass für Fragen und Gespräche: Wie war das eigentlich früher? Warum ist es jetzt anders? Diskussionsrunden mit Politik und BSR werden zum Forum für Themen aus dem Kiez und schaffen eine Feedbackschleife, die das Thema des Engagements und lokales Wissen an die Verantwortlichen heranträgt.

So entstehen Verständnis, neue Lösungswege ... und ein gemeinsames Streiten für das Ziel eines lebenswerten Kiezes. Und das hat ziemlich viel mit Beteiligung, Mitgestaltung und dem Einbringen eigener Perspektiven in der Nachbarschaft zu tun. Kurz: mit gelebter Demokratie!



Gleich geht der Frühjahrsputz los

Kiezpolitik

Gelebte Demokratie ist ein Zeichen einer widerstandsfähigen Gemeinschaft. Sie braucht den Einsatz aller, für die Schaffung eines möglichst vollständigen Bildes aus unterschiedlichen Perspektiven, um gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Der Ball liegt nun bei dir. Denn Müll fällt nicht vom Himmel. Müll wird von Menschen produziert, und Sauberkeit ist eine Gemeinschaftsaufgabe. Die Verantwortung für einen sauberen, lebenswerten Kiez liegt bei uns allen: Politik muss den Rahmen schaffen und wir im Alltag dafür sorgen, dass es sauber bleibt.

Es ist vielleicht nicht dein Müll. Es ist aber dein Kiez und dein Planet.



Endergebnis vom Clean-up

Nadine Springer und Elke Michauk

Dein Kiez - Deine Entscheidung!

Die Interaktive Fotoausstellung für einen sauberen Sprengelkiez

Arm, dreckig, sexy? In Berlin ist der Müll auf den Straßen unangenehmer Teil des Stadtbildes geworden. Es wird Zeit, sich mit ihm auseinanderzusetzen. Mit den Folgen achtlosen Wegwerfens und damit, was wir selbst verändern können, damit wir uns alle wohlfühlen im gemeinsamen Wohnzimmer Berlin. Es ist unsere gemeinsame Entscheidung und gleichzeitig eine Entscheidung jedes Menschen.

Die AG Sauberer Sprengelkiez hat sich entschieden: Seit vier Jahren setzen wir uns ehrenamtlich für einen lebenswerten Sprengelkiez ein. Zentral für unser Engagement sind Müllsammelaktionen, sogenannte Clean-ups. Mit Müllzangen, Tüten und allerlei anderem Equipment ziehen wir zweimal im Monat los, um unseren Kiez schöner zu machen. Dabei sind im Laufe der Zeit eine ganze Reihe kurioser, motivierender und auch kritischer Bilder entstanden, von denen wir in dieser Ausstellung einige teilen möchten. Sie sind ein Dokument unserer Arbeit. Vor allem aber sind sie ein Blick auf die Frage: Wie ist es möglich, als Gesellschaft die Verantwortung für unsere gemeinsamen Räume zu übernehmen?

Die Ausstellung ist im Juni 2026 im 1. Obergeschoss der Schiller-Bibliothek (Müllerstraße 149, 13353 Berlin).

Öffnungszeiten: Montag bis Samstag: 10:00-19:30 Uhr, Sonntag: 12:00-18:00 Uhr

Wir danken der Schiller-Bibliothek für die Kooperation.



01.- 30. Juni

Wir laden zum Vorausdenken ein

DEIN KIEZ- DEINE ENTSCHEIDUNG

DIE INTERAKTIVE FOTOAUSSTELLUNG FÜR EINEN SAUBEREN SPRENGELKIEZ

Veranstaltungsort: 1. Obergeschoss der Schiller-Bibliothek

Eine Ausstellung der AG Sauberer Sprengelkiez mit
freundlicher Unterstützung der Stadtbibliothek
Berlin.Mitte, Standort Schiller-Bibliothek

AG SAUBERER SPRENGELKIEZ



SCHILLER-BIBLIOTHEK
MÜLLERSTR. 149
13353 BERLIN



stadtbibliothek
berlin-mitte

Titelthema

„Gesund im Kiez“: Neues Gesundheitsprojekt im Wedding gestartet

Wie gesund ein Kiez ist, entscheidet sich nicht nur in Arztpraxen oder Fitnessstudios. Auch der Alltag vor der Haustür spielt eine Rolle. Genau dort setzt das neue Projekt „Gesund im Kiez“ an, das jetzt im Sprengel-, Brüsseler und Afrikanischen Viertel gestartet ist. Gefördert wird es vom Bezirk Mitte und dem Land Berlin. Träger ist Aktiv im Kiez e. V. – der Verein, der auch den Kiezboten herausgibt.

Die Grundidee ist eigentlich ziemlich einfach: Gesundheit entsteht nicht nur beim Arzt oder im Sportkurs. Auch der Alltag im Kiez spielt eine Rolle. Ob Menschen sich bewegen, andere treffen, gemeinsam etwas machen oder eher allein zuhause sitzen.

Genau da möchte „Gesund im Kiez“ ansetzen.

Zum einen sollen bestehende Angebote sichtbar werden. Denn im Kiez gibt es bereits viele tolle Gruppen, Aktionen und Treffpunkte – oft erfährt man nur wenig davon.

Außerdem möchte das Projekt gemeinsam mit bestehenden Angeboten kleine Gesundheitsimpulse entwickeln. Vielleicht gibt es bei einem offenen Treff einmal ein Thema wie Hitzeschutz. Oder eine bestehende Runde ergänzt ihr Programm um einen gemeinsamen Spaziergang.

Und natürlich geht es auch um neue Ideen aus dem



Hier werden die neuen Aktionen angekündigt: Schaukasten am Peking-Platz

Kiez selbst. Vielleicht findet sich eine Tischtennisgruppe. Vielleicht hat jemand Lust, eine kleine Bewegungsinitiative zu starten. Genau solche Dinge sollen unterstützt werden.

„Gesund im Kiez“ will dabei nicht alles selbst organisieren, sondern Menschen helfen, eigene Ideen umzusetzen – zum Beispiel indem bei Werbung, der Suche nach Teilnehmer:innen oder kleinen Anschaffungen unterstützt wird.

Du hast selbst eine Idee? Oder kennst etwas, das mehr Menschen im Kiez mitbekommen sollten? Dann melde dich bei:

hallo@gesund-im-wedding.de

Inka Benthin

Familiengießen im Sprengelpark

Jeden Freitag wird im Sprengelpark gegossen. Seit inzwischen fünf Jahren treffen sich dort Nachbar:innen, Eltern und Kinder, um gemeinsam die Bäume im Park zu versorgen. Treffpunkt ist immer freitags von 17 bis 18 Uhr an der Pumpe in der Sprengelstraße am Park – außer bei Regen.

Für Kinder ist das natürlich ein Highlight: Wasser pumpen, mit kleinen Gießkannen losziehen und dabei ganz nebenbei erleben, wie wichtig Wasser und Natur für den Kiez sind. Viele kommen jede Woche wieder. Kinder-Gießkannen lassen sich übrigens gut aus Eimern befüllen.

Und das Gießen wirkt tatsächlich. Diejenigen Bäume, die seit Jahren regelmäßig Wasser bekommen, sind sichtbar gesünder und kräftiger als andere im Park. Man merkt: Steter Tropfen erhält den Sprengelpark.

Meistens sind ein Handwagen und Eimer dabei. Eigene Eimer mitzubringen hilft aber sehr – Gießkannen passen unter die Pumpe eher schlecht. Kinder Gießkannen lassen sich aber prima mit den Eimern befüllen.

Neue Mitgießer:innen sind immer willkommen. Es gibt immer Gelegenheit für einen kleinen Schwatz – und natürlich werden beim Pumpen, Tragen und Eimer schleppen immer helfende Hände gebraucht. Komm einfach vorbei. Falls kurzfristig etwas abgesagt oder abgestimmt wird, läuft das über die Telegram-Gruppe in die Ihr über den QR Code rechts kommen könnt.

Inka Benthin

ANZEIGE

hansis brot

handwerklich hergestellte Backwaren
aus regionalem Getreide vom
inhabergeführten Meisterbetrieb

Tegeler Str./Kiautschoustr.

Mi-Fr: 9-19 Uhr

Sa: 9-14 Uhr



hansisbrot.berlin
[Instagram.com/hansisbrot](https://www.instagram.com/hansisbrot)

Inhaber: Johannes Jungnickel



Telegram



Titelthema

Gut durch die Hitze- wellen kommen!

Tipps, um die Zeit der großen Hitze gut zu überstehen.

Als erstes muss dafür gesorgt werden, dass die Hitze nicht in die Wohnung kommt, direkte Sonneneinwirkung aus der Wohnung und vom Körper ferngehalten wird. Die Fenster zu den heißen Tageszeiten (nicht mittags, sondern gegen 16 Uhr) geschlossen halten und nach Möglichkeit abdunkeln (Jalousien, Vorhänge). Intensives Lüften möglichst nur in den kühleren Tageszeiten (früh morgens oder spät abends). Dazu einen Ventilator aufstellen und luftige, atmungsaktive Kleidung tragen. Man kann sich auch Kühlung verschaffen durch ein kaltes Fußbad oder Duschen sowie kühle Kompressen (Wadenwickel).

Wichtig ist auch, das Richtige zu trinken (Leitungs-/ Mineralwasser, Kräuter- und Früchtetees,



Hier kann man den Durst stillen: Trinkbrunnen am Pekinger Platz

Saftschorlen). Gerade bei körperlichen Anstrengungen oder Medikamenteneinnahme sollte man darauf achten genug zu trinken. In den heißen Regionen der Welt trinkt man warme Getränke. Bei kalten Getränken muss der Körper viel Energie aufwenden, um diese auf Körpertemperatur zu bringen, das belastet den Kreislauf zusätzlich.

Alkohol, koffeinreiche oder stark gesüßte Getränke sollte man meiden. Kleine Mahlzeiten mehrfach am Tag sowie leichte und wasserreiche Kost (Gurken, Wassermelonen) entlasten den Kreislauf. Bei Hitze immer eine Kopfbedeckung tragen und Getränke mitnehmen.

Nach Möglichkeit zu den kühleren Tageszeiten (morgens oder abends) nach draußen gehen. In der Osterkirche ist es auch bei großer Hitze angenehm kühl.

Ich wünsche euch schöne Sommertage. Passt auf euch auf und kommt gut durch die Hitze.

Siemen Dallmann

JETZT ANMELDEN! Exklusive Führung durch das RKI-Museum am 20.7. um 17 Uhr

Fast alle Kiezbewohner*innen kennen das Robert-Koch-Institut am Nordufer. Was aber viele nicht wissen: Es gibt auch ein Museum. In diesem werden auf 180 Quadratmeter sowohl historische Exponate aus dem Nachlass Robert Kochs als auch Gerätschaften aus dem modernen Institutsbetrieb gezeigt.

Leider ist das Museum aktuell für die Öffentlichkeit nicht geöffnet. Das gilt aber nicht für Leser*innen des Kiezboten. Am **20. Juli um 17:00** öffnet das Museum im Rahmen einer exklusiven Führung durch den Museumsleiter seine Pforten. Der Eintritt ist frei. Wenn Du mit willst, schreibe bis zum 6. Juli eine Mail mit Deinem vollen Namen an matthias.ohliger@gmail.com. Die Plätze sind limitiert und werden im First-Come-First-Serve-Prinzip vergeben.

Matthias Ohliger

Neue Tischtennisgruppe im Sprengelkiez sucht Mitspieler*innen

Im Sprengelkiez hat sich über nebenan.de eine offene Tischtennisgruppe gefunden. Die Gruppe organisiert sich über WhatsApp und möchte sich künftig regelmäßig zum gemeinsamen Spielen treffen – zum Beispiel an den Tischtennisplatten im Sprengelkiez oder in der Nähe des Rathauses.



Gerade nicht bespielt: Tischtennisplatte am Pekinger Platz

Regelmäßige, wiederkehrende Termine befanden sich bei Redaktionsschluss noch in Abstimmung. Gespielt wird zunächst flexibel: Die Gruppe trifft sich, wenn sich mindestens zwei bis vier Personen zum Spielen finden und die Wetterbedingungen ein Spiel im Freien zulassen.

Spieler:innen unterschiedlicher Spielstärken sind herzlich willkommen. Wer Lust hat mitzuspielen, aber keinen eigenen Schläger besitzt, kann auf Anfrage in der Regel auch einen Leihschläger erhalten.

Wer über Termine informiert und in die Whats-

App-Gruppe aufgenommen werden möchte, kann die eigene Telefonnummer per E-Mail an hallo@gesund-im-wedding.de senden. Anschließend kann die Aufnahme in die Gruppe erfolgen.

Adrian Pfalzgraf

Wer hat Lust auf gemeinsames Spazierengehen im Sprengelkiez?

Spazierengehen war lange vielleicht nicht die aufregendste Freizeitidee – und ist gerade trotzdem wieder erstaunlich modern. Unter jüngeren Menschen werden sogenannte Walking Groups über soziale Medien sichtbar: Menschen verabreden sich zum gemeinsamen Gehen, kommen in Bewegung, lernen neue Leute kennen und nehmen ihre Umgebung bewusster wahr.

Manchmal kommt ein Gesundheitstrend also ganz ohne Geräte, Apps und Trainingsplan aus: einfach losgehen. Spazierengehen ist niedrigschwellig, kostenlos und lässt sich gut in den Alltag einbauen. Es bringt Bewegung, frische Luft und die Gelegenheit, mit anderen Menschen in Kontakt zu kommen.

Auch im Sprengelkiez gibt es die Idee, wieder eine Spaziergangsgruppe entstehen zu lassen. Schon einmal gab es eine solche Gruppe im Kiez, die inzwischen leider eingeschlafen ist. Daran soll nun angeknüpft werden: Gesucht werden Nachbar:innen, die Lust haben, sich regelmäßig zum Spazierengehen zu treffen – zum Beispiel einmal pro Woche.

Eine Runde durch den Sprengelkiez, am Kanal entlang oder weiter Richtung Rehberge: Mögliche Wege gibt es viele. Besondere Ausrüstung oder ein bestimmtes Fitnesslevel braucht es nicht – nur etwas Zeit und Lust, gemeinsam loszugehen.

Titelthema

Im Mittelpunkt stehen Bewegung im Alltag, Begegnungen mit anderen Menschen und die Möglichkeit, beim gemeinsamen Gehen ins Gespräch zu kommen. So können kleine gemeinsame Entdeckungen entstehen – im Kiez, in der Umgebung und vielleicht auch miteinander.

Ein möglicher Treffpunkt wäre der Nachbarschaftsladen. Wenn sich genügend Interessierte für erste Spaziergangsrunden finden, werden Termine über verschiedene Wege bekanntgegeben – zum Beispiel

per Aushang vor dem Nachbarschaftsladen.

Wer Lust hat mitzugehen oder über erste Termine informiert werden möchte, kann sich per E-Mail an hallo@gesund-im-wedding.de melden oder im Nachbarschaftsladen vorbeigehen und dort die eigene Telefonnummer hinterlassen.

Adrian Pfalzgraf

a tip: tap – Wassertaschen für Kitas

Wasser ist Gesundheit – und genau darum geht es bei der „Kita-Wassertasche“ von a tip: tap. Im Rahmen von „Gesund im Kiez“ suchen wir aktuell Kitas oder Elterninitiativen aus dem Sprengelkiez, Brüsseler Kiez oder Afrikanischen Viertel, die die Tasche ausprobieren möchten.

Darin stecken Bewegungsspiele, kleine Experimente, Bastelideen und viele einfache Zugänge zum Thema Wasser, Klima und Gesundheit – kindgerecht und mit viel Spaß vermittelt. Ziel ist auch, Kinder spielerisch für gesundes Trinken und den Wert von Wasser zu sensibilisieren. Mehr Infos zur Tasche gibt es hier:

<https://latiptap.org/wasserwissen/shop/kita-wassertasche/>

Die Kosten von rund 110 € übernimmt das Projekt. Im Gegenzug wünschen wir uns später einfach eine kurze Rückmeldung: Wie kam die Tasche bei den Kindern an? Sollte man so etwas auch anderen Kitas empfehlen?

Falls eure Kita Interesse hat oder ihr eine Einrichtung kennt, die gut passen würde, meldet euch gern unter: hallo@gesund-im-wedding.de

Inka Benthin



Gesund und günstig: Leitungswasser

Die Fischerpinte als seelischer Anker am Plötzensee

Warum der Wedding kühle Orte für eine gesunde und starke Nachbarschaft braucht

Die Fischerpinte am Plötzensee ist für viele Menschen im Wedding mehr als ein alter Bootsverleih oder ein Kiosk. Sie ist ein vertrauter Ort. Ein Ort, an dem die Stadt für einen Moment leiser wird. Man sitzt unter Bäumen, schaut auf den See, trifft bekannte Gesichter oder ist einfach kurz für sich. Man muss nichts leisten und nichts erklären – man darf einfach da sein.

Gerade in einer dichten Stadt wie dem Wedding sind solche Orte kostbar. Viele Menschen haben keinen Garten, keinen kühlen Innenhof und manchmal nicht einmal einen Balkon. Orte wie die Fischerpinte sind deshalb weit mehr als Freizeitorte. Sie schaffen Ruhe, Begegnung und ein Stück Lebensqualität im Alltag.

Auch für die seelische Gesundheit sind solche Orte wichtig. Gesundheit entsteht nicht nur in Arztpraxen oder Kliniken, sondern auch durch gute Alltagsbedingungen: durch Bewegung, Naturkontakt, Gespräche und Orte, an denen Menschen zur Ruhe kommen können. Ein Spaziergang zum Wasser, eine Pause im Schatten oder ein Gespräch am Ufer können helfen, Stress abzubauen und sich mit dem eigenen Umfeld verbunden zu fühlen.

Mit dem Klimawandel wird diese Funktion immer wichtiger. Heiße Tage und Tropennächte belasten Körper und Seele. Schlechter Schlaf, Hitze und dauerhaft aufgeheizte Wohnungen machen Menschen erschöpfter und weniger belastbar. Besonders betroffen sind ältere Menschen, gesundheitlich Belastete oder Menschen, die allein leben.

Deshalb darf Hitzeschutz nicht nur technisch gedacht werden. Natürlich braucht es Verschattung, gute Gebäude und Hitzewarnungen. Aber eine gesunde Stadt braucht auch Bäume, Trinkwasser, Sitzgelegenheiten, öffentliche Toiletten und kühle



Der noch verbliebene nichtkommerzielle Ort am Plötzensee

Orte, an denen Menschen sich begegnen können. Orte, an denen man nicht allein bleiben muss.

Hier setzt die Idee einer Natur.Pinte an. Die Fischerpinte könnte als naturnaher und gemeinwohlorientierter Ort behutsam weiterentwickelt werden: mit Schatten, Sitzmöglichkeiten, Trinkwasser und einer ruhigen, offenen Gestaltung. Ein Ort für Familien, Senior, Spaziergänger und Nachbar gleichermaßen.

Dabei muss der Schutz des Plötzensees selbstverständlich zentral bleiben. Eine Natur.Pinte darf keine Übernutzung bedeuten, sondern eine sorgfältige Entwicklung im Einklang mit der Natur. Naturschutz und soziale Nutzung müssen kein Widerspruch sein.

Die Fischerpinte könnte so mehr sein als nur Erinnerung oder Ausflugsziel: ein kühler Ort an heißen Tagen, ein Treffpunkt im Alltag und ein seelischer Anker für den Kiez. Denn manchmal beginnt Gesundheit ganz einfach – auf einer Bank im Schatten, mit Blick aufs Wasser und dem Gefühl, im eigenen Kiez aufgehoben zu sein.

Adrian Pfalzgraf

„Wege des Erinnerns“ im Sprengelkiez



Gedenkstele am Pekingier Platz

Straßennamen erzählen Geschichten – auch von kolonialer Gewalt und Unterdrückung. Seit Ende September stehen am Pekingier Platz drei neue Gedenkstellen. Sie erklären die koloniale Herkunft der Samoastrasse, Kiautschoustraße und des Pekingier Platzes, die aus der Zeit des Deutschen Kaiserreichs stammen.

Die Stelen zeigen, dass diese Namen mit Kolonialismus und Unterdrückung zu tun haben und geben auch antikoloniale Gegenerzählungen wieder – also die Perspektiven von Menschen, die sich gegen Kolonialismus gewehrt haben.

Die drei Stelen gehören zur Ausstellung

„Wege des Erinnerns“, die insgesamt sieben Stelen im Wedding zeigt. Sie wurde im Rahmen des Projekts „Dekoloniale – Was bleibt?!“ vom Team Erinnerungsort Kolonialismus am Stadtmuseum Berlin umgesetzt und sind für ein Jahr zu sehen.

Übrigens: Schon vor einigen Jahren lud das SprengelHaus den Kiez zur Spurensuche kolonialer Sprengelkiez ein, über deren Ergebnisse die Kiezbote in der Ausgabe 04/2022 ausführlich berichtete.

Anne Mäkelä

SeniorInnen-Salon

Gemeinsam älter werden im Sprengelkiez!

WAS WIR BIETEN:

- **Gemeinsamkeit mit Kaffee, Tee und Keksen**
- **Liebevoll bereitgestellt von Margitta und Angie Lesch**
- **Interessante Gespräche in guter Gesellschaft**
- **Vielseitige Aktivitäten**
Gemeinsames Basteln, Ratespiele, Spaziergänge und Lesungen

JEDEN DONNERSTAG

14:30-16:00 Uhr in der Osterkirche
Samoastr. 14, 13353 Berlin

Mit Sibylla Dittrich
Ansprechpartnerin der Seniorenvertretung Mitte

Die Aktionen sind möglich durch eine Förderung des Bezirksamts Mitte von Berlin für „Seniorenarbeit stärken“

KONTAKT:
BÜRO: 030/4533043
INFO@OSTERGEMEINDEBERLIN.DE

 **BERLIN** 

 **EVANGELISCHE KIRCHE**
Stadtgemeinde Berlin

Gutes zu tun war sein Leben – ein Nachruf auf Sigg Kühbauer

Unbemerkt von der Öffentlichkeit hat Siegfried Kühbauer, den alle nur Sigg nannten, uns Anfang Februar dieses Jahres für immer verlassen. Mit dem langjährigen Leiter der Weddinger Kinderfarm



Sigg Kühbauer (Foto: Privat)

verliert der Sprengelkiez ein weiteres Urgestein. Sigg war Gründer und Leiter des Kiezplenums Sparrplatz, einer regionalen Arbeitsgemeinschaft der Jugendhilfe. Sein Rederecht als Sprecher des Kiezplenums nutzte Sigg regelmäßig im Jugendhilfeausschuss des Bezirks Mitte zugunsten von Kindern und Jugendlichen. Als Sozialarbeiter und Gewerkschafter war er stets ein aufrechter Streiter für Gerechtigkeit. Besonders die Weddinger Kinder lagen ihm am Herzen.

Solidarität und Gerechtigkeit waren für Sigg keine leeren Schlagworte, sondern gelebte Wirklichkeit. Dabei ging er immer seinen eigenen Weg und machte sich damit nicht nur Freunde. Unbeirrt hielt er an seinen Werten und Überzeugungen fest und lag manches Mal quer zu den Institutionen.

Gutes zu tun war Siggis Leben.

Nach dem Bekanntwerden von Siggis Tod gründete sich spontan eine Whatsapp-Gruppe, in der über 100 Mitstreiter*innen sich über ihre Erlebnisse mit Sigg austauschten. Ein musikalischer Weggefährte schrieb sogar ein Lied, das ehrlich und humorvoll auf sein Leben zurückblickt.

Sigfried Kühbauer wurde Ende Mai im Kreise seiner Familie und Mitstreiter*innen auf dem Waldfriedhof in Summt im Mühlenbecker Land beerdigt.

Sigg, Du bleibst unvergessen!

Gerhard Hagemeyer

Der „Senioren salon“ fliegt aus

Jeden Donnerstag von 14.30 bis 16 Uhr treffen sich Seniorinnen und Senioren in der Osterkirche zum "Senioren salon". Wir trinken Kaffee und haben immer etwas zu erzählen. Einmal im Monat wird Bingo gespielt.

Kiezleben



Der „Senioren salon“ beim Ausflug

Zweimal haben wir uns jetzt auch schon sonnabends getroffen und einen kleinen Ausflug gemacht.

Weil es uns solche Freude machte, sind weitere Ausflüge geplant.

Da in der Osterkirche demnächst Bauarbeiten beginnen, wird der „Senioren salon“ in den Nachbarschaftsladen umziehen.

Jede/r ist herzlich eingeladen.

Sibylla Dittrich

Viel los im Parkcafé Rehberge

Der Sommer ist da und etwas ist neu: Im Parkcafé Rehberge an der Großen Spielwiese im Volkspark Rehberge gibt es ein volles Programm, das der Verein Parkcafé Rehberge e.V. auf die Beine gestellt hat.

Am **14. Juni** wird es um 16 Uhr ein Konzert der Band Tullipan und für alle Naturliebhaber*innen zusätzlich eine Wildkräuterführung durch die Rehberge geben.

Auch in diesem Jahr nimmt das Parkcafé an der Fête de la Musique teil. Am **21. Juni** wird dieses Fest ab 14 Uhr mit einer Jam-Session starten, gefolgt von einem Konzert der Band Slipper (Rehberge-Records) ab 19 Uhr.

Am **26. Juli** spielt die Utopia-Band ein Konzert auf der Freifläche vor dem Parkcafé.

Den Tag des offenen Denkmals am **13. September** nutzt der Verein nicht nur, um auf seine Arbeit aufmerksam zu machen. An diesem Tag kann auch „Bingo mal-anders“ gespielt werden. Die Veranstaltung startet ab 16 Uhr.

Zum Ende der Saison wird der Rehberge-Lauf am **20. September** vom Verein begleitet, bevor sie mit einem Drachenfest und einer Jam-Session am **17. Oktober** als Finale endet.

Wie gewohnt bietet der Verein zu allen Veranstaltungen Getränke, Kaffee und Speisen auf Spendenbasis an, womit seine anerkannt gemeinnützige Arbeit unterstützt werden kann. Soweit nicht anders angegeben, beginnen die Veranstaltungen stets um 15 Uhr auf der Freifläche vor dem Parkcafé an der Großen Spielwiese. Sollte ein Event wegen schlechter Witterung nicht stattfinden können oder sich die Planung verändern, wird dies auf der Webseite des Vereins (<https://parkcafe-rehberge.org/de>) sowie auf dem vereinseigenen Instagram-Kanal (@initiative.parkcafe.rehberge) bekannt gegeben.

