

# Frauentreff HellMa



Treffpunkt für Frauen  
Aus Marzahn und Hellersdorf

**MAI 2017**

Marzahner Promenade 41  
12679 Berlin

Fon: 030 5425057

Fax: 030 89546440

Mail: [frauentreff.hellma@sozialwerk-dfb-berlin.de](mailto:frauentreff.hellma@sozialwerk-dfb-berlin.de)

[www.frauentreff-hellma.org](http://www.frauentreff-hellma.org)

# In der **BEGEGNUNGS-** und **KOMMUNIKATIONSSTÄTTE** für **FRAUEN** HellMa bieten wir:

Говорим по русски

Mówimy po polsku

## **Soziale Beratung und Informationen für Frauen**

Egal, welches Problem Sie belastet oder welche Fragen Sie haben: Sie können sich jederzeit an uns wenden. Ziel ist es, für Sie da zu sein und gemeinsam mit Ihnen nach geeigneten Strategien und Lösungen zu suchen, neue Sichtweisen zu eröffnen und Ihnen zur Seite zu stehen.

Über die Möglichkeit des **täglichen** Gesprächskontaktes, der Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung von Alltagsproblemen, der Vermittlung von Informationen und Kontakten zu anderen Beratungsstellen und zu Ämtern hinaus gehören die **Rechtsauskunft** sowie **verbindliche Sprechstunden** zur individuellen Lebensberatung.

- Die **Sprechstunden** finden montags von 11:00 bis 13:00 Uhr statt. Um **Anmeldung** wird gebeten.
- Jeweils am 3. Mittwoch im Monat von 17:00 bis 18:00 Uhr findet eine **kostenlose Rechtsauskunft** mit einer Anwältin statt – nur nach verbindlicher vorheriger **Terminvereinbarung**.
- Jeden 1. Mittwoch im Monat von 17 bis 19 Uhr findet eine **kostenlose** Fachberatung für **Mietfragen** in Kooperation mit Brunnhilde e.V. statt: in Berlin-Mitte, Brunnenstraße 145 (U-Bahnhof Bernauer Straße U 8).  
Keine Mitgliedschaft erforderlich und ohne Voranmeldung.

## **Information und Bildung**

- Informationsveranstaltungen und Veranstaltungsreihen zu frauenspezifischen und lebenspraktischen Themen
- **Info-Point für Alleinerziehende**
- Gesprächsrunden und Diskussionen zu aktuellen Fragen und kommunalen Belangen
- Fragen rund um die Arbeitssuche und Bewerbung
- Einführung in die Arbeit mit moderner Kommunikationstechnik

Angebote und Möglichkeiten zur Arbeit von Interessengruppen und für eigene Aktivitäten sowie soziokulturelle Veranstaltungen Neugierig geworden? Dann schauen Sie doch rein! Wir freuen uns auf Ihren Besuch, Ihre Ideen, Vorschläge und Aktivitäten.

## Ausstellungen in HellMa:

„ ... der Zukunft ein Stück voraus – Pankower Pionierinnen in **Politik und Wissenschaft**“, die z.T. Weltgeschichte schrieben - Wanderausstellung der AG Spurensuche des Frauenbeirats Pankow

Mitte Mai folgt eine Ausstellung von **Julia Bierwert** mit kunsthandwerklichen Entwürfen, Modeschmuck, Collagen und Beispielen für Möbelrestaurierung und -verschönerung



Ab sofort startet in der **Frauensporthalle** im Freizeitforum Marzahn speziell für **HellMa-Besucherinnen eine kostenfreie Sportgruppe**

**mittwochs 14-15 Uhr**

Bitte anmelden bei HellMa.

### Mittwoch, 3. Mai

**15:00 Uhr**

**Kaleidoskop  
Das Kabarett „Die Schlitzohren“  
mit ihrem neuen Programm:  
„Café Kurios“**

Die seit 2009 gemeinsam auftretende Kabarett-Gruppe führt Couplets aus den 1920er bis 1950er Jahren auf.

Bitte anmelden

Kostenbeitrag 3,00 €

Gefördert vom Bezirksamt Marzahn-Hellersdorf

## Donnerstag, 4. Mai

**15:00 Uhr**

Start bei HellMa



### **Frauenbilder Johanna Kinkel**

Gemeinsamer Besuch eines kleinen Konzerts und Vortrags von Blanche Kommerell über die Komponistin und Revolutionärin in der Mendelssohn-Remise, Jägerstraße 51.

Kostenbeitrag – Spende vor Ort

Beginn 16:30 Uhr

## Freitag, 5. Mai

**10:00 Uhr**

Treffpunkt: HellMa

### **Auf Schusters Rappen**

Gemeinsamer Besuch der

#### **IGA in Marzahn**

mit Frau Danigel. Bitte Anmelden

Kostenbeitrag: Eintritt: 20€,  
Gruppe ab 20 Personen: 18 €

## Montag, 8. Mai

### **Sehenswertes in Berlin: IGA**

**10-18 Uhr**

**Das FrauenNetz Marzahn-Hellersdorf – mit HellMa – präsentiert sich auf der Internationalen Gartenausstellung**

Mit Interaktiven Spielen, Glücksrad, Informationen usw.

## Dienstag, 9. Mai

15:00 Uhr

### **Frauenbilder**

Die französische Malerin des Klassizismus **Adelaide Labille-Guiard** (1749-1803) durfte bereits an der Akademie studieren und gründete die erste Pariser Frauenschule für Malerinnen.

Bildvortrag von Kunstwissenschaftlerin  
Lena Belenkaya

Kostenbeitrag 2,00 €

## Mittwoch, 10. Mai

15:00 Uhr

### **Reise durch die Musikwelt**

mit Musikwissenschaftler Dr. Rudolph.  
„**Wie schön blüht uns der Maien**“  
Bekannte Frühlingslieder und Tänze  
aus fast aller Welt.

Kostenbeitrag 2,00 €

## Donnerstag, 11. Mai

10:00 Uhr

Start S- und  
U-Bahnhof  
Wuhletal

### **Wanderung**

#### **speziell für Sehschwache**

und andere mobil Eingeschränkte  
(ca. 2 km)

In Kooperation mit Ronald Blum vom Beirat  
für Menschen mit Behinderungen Marzahn-  
Hellersdorf

Kostenfrei

15:00 Uhr

### **Musikprogramm**

**zum Mitsingen** von Volksliedern und  
Schlagern (Texte werden verteilt)  
Mit den „**Grillen**“.

Kostenbeitrag 2,00 €

## Montag, 15. Mai

**11:30 Uhr**                    **Singen macht Laune**  
                                      **– kommt und stimmt ein!**  
Mit Ingrid Galeski.  
Kostenbeitrag 1,00 €

**15:00 Uhr**                    **Kaleidoskop**  
                                      **„Ich wollte, meine Lieder...“**  
                                      **(Heinrich Heine)**  
Ein literarisch-musikalisches Programm  
von Ingrid Galeski.  
Kostenbeitrag 2,00 €

## Dienstag, 16. Mai

**16:00 Uhr**                    **Frauenbilder**  
                                      **„Sonjas Rapport“ - zensierter Bestseller**  
„Ich war Sonja“ nannte Ruth Werner 1968 ihr  
Ur-Manuskript, das nie veröffentlicht werden  
sollte.  
Zur Entstehungs- und Zensurgeschichte und  
zum Leben der vor 110 Jahren in Berlin  
geborenen Ursula Maria Kuczynski berichtet  
Bernd-Rainer Barth aus seinen Forschungen.  
Kostenbeitrag 3,00 €

## Mittwoch, 17. Mai

**15:00 Uhr**                    **Was uns bewegt**  
                                      **Alte und neue Sportmöglichkeiten für**  
                                      **HellMa-Besucherinnen,**  
(falls Bedarf besteht) in Kooperation mit  
Nachbarinnen  
Kostenfrei

## (Donnerstag, 18. Mai) - verschoben auf 21. Juni

15:00 Uhr

### **Frau und Gesellschaft Produktgestalterinnen in der DDR- Industrie**

An künstlerischen Hoch- und Fachschulen der DDR ausgebildete Formgestalterinnen wirkten in „handfesten“ Industriezweigen und Seite an Seite mit den unmittelbar „Werk-Tätigen“.

Kulturgeschichte schrieben die fünf  
Industrieformgestalterinnen

**Margarete Jahny,  
Christa Bohne,  
Marlies Ameling,  
Renate Müller und  
Antje Erkmann,**

von denen Sie bestimmt Arbeiten kennen oder noch besitzen.

Bild-Vortrag des Ehepaars Claudia und Günter  
Höhne.

Kostenbeitrag 2,00 €

## Samstag, 20. Mai

**13:00-18:00 Uhr Nachbarschaftsfest am Victor-  
Klemperer-Platz vor und im FFM**  
Mit HellMa und der Line-Dance-Gruppe  
von Andrea Schmidtke

Kostenfrei

## Montag, 22. Mai

**11:00-13:00 Uhr Frauen helfen Frauen –**  
in der offenen **Gesprächsgruppe**  
**„Nachbarschaft“**  
oder – nach Anmeldung –  
ganz individuell.

Kostenfrei

**15:00 Uhr**

## **ICH bin ICH**

Die **Europa-Abgeordnete Martina Michels** kommt in einer Arbeitspause in Berlin zum Gespräch mit HellMa-Besucherinnen.

Sie hat in der DDR-Hauptstadt die Schule besucht, studiert, gearbeitet. Ab 1991 war sie Mitglied des Abgeordnetenhauses von Berlin, seit 2013 ist sie im EU-Parlament.

Eines ihrer Spezialthemen ist die Lage der Frauen in der Europäischen Union.

Kostenbeitrag 1,00 €

## **Dienstag, 23. Mai**

**15:00 Uhr**



## **Frau und Gesellschaft**

### **Das Frauen-Widerstandscamp im Hunsrück**

11 Jahre lang protestierten wochenlang bis zu 2.000 Frauen aus der Bundesrepublik und anderen Ländern phantasievoll für Frieden und gegen den NATO-Doppelbeschluss. Ilona Scheidle aus Mannheim/Heidelberg.

Kostenbeitrag 2,00 €

## **Freitag, 26. Mai**

**9:00 Uhr**

Start bei HellMa

## **Auf Schusters Rappen**

### **Von Hoppegarten über die Heidemühle zu den Kaulsdorfer Seen**

mit Karin Danigel. Ca. 8 km, Wanderschuhwerk, Rucksackverpflegung und gute Kondition sind ratsam.

Bitte anmelden.

Kostenbeitrag 2,00 €

(Nächste Wanderung am 7.7.)



## Montag, 29. Mai

**11:30 Uhr**

### **Singen macht Laune – kommt und stimmt ein!**

Mit Ingrid Galeski

Kostenbeitrag 1,00 €

**15:00 Uhr**

### **Frauenbilder - Berliner Originale Das Heldenmädchen von Lüneburg in Berlin:**



Johanna Stegen hat einen der prächtigsten Grabsteine in Berlin-Mitte, der an ihre Heldentaten erinnert. Erforscht und notiert hat diese z.B. Varnhagen von Ense.

Sabine Krusen

Kostenbeitrag 2,00 €

## Dienstag, 30. Mai

**17:00 Uhr**

Start HellMa

### **Kulturen in der Nachbarschaft**

Gemeinsame Fahrt zu einem Oboen-Konzert  
Informationen und Anmeldung bei HellMa

Kostenbeitrag 2,00€

## **VORSCHAU Sommer 2017**

**Am 7.6., 5.7., 9.8., 13.9.**

**15:00 Uhr**

**Reise durch die Musikwelt**

Mit Musikwissenschaftler Dr. Rudolph

Kostenbeitrag 2,00 €

**Am 12.6. und 6.7.**

**15:00 Uhr**

**Bildvorträge**

Über den Renaissance-Künstler Sandro Botticelli und über Carl Spitzweg – von Kunstwissenschaftlerin Lena Belenkaya

Kostenbeitrag 2,00 €

**Acht Tage Marzahn – 1. bis 8. Juli**

mit HellMa auf der Marzahner Promenade

**Am Mittwoch, 5. Juli ab 15 Uhr Sommerfest**

beim Trägerverein SOZIALWERK des dfb in der Hagenstraße, Lichtenberg

**Mittwoch, 26.6., 11 bis 13 Uhr**

**Rundgang Hackescher Markt bis Friedrichstraße**

Mit Historikerin Beate Neubauer.

Kostenbeitrag

Sonderpreis 6,00 €

**Rundgänge über Berliner Friedhöfe**

**Tagesausflüge** über die polnische Grenze

– nach Ihren Wünschen:

Frankfurt/Oder und Słubice,

Szczecin/Stettin oder nach Küstrin/Kostrzyn

# Aus der Arbeit der OFFENEN INTERESSENGRUPPEN

## *Fremde Länder – Fremde Sprachen - Interkulturelle Begegnungen*

**BonjourMadame** dienstags 10:00 bis 11:30 Uhr  
Konversation bei Christina Ettelt 2,- €

**Do you speak English?**  
14-tägig dienstags 17:00 bis 18:30 Uhr Konversationskurs  
bei Christa Schott  
mittwochs 10:00 bis 11:30 sowie 11:45 bis 13:15  
bei Wiltrud Schühner 2,- €

**DEUTSCH-Russisch-KONVERSATION** – im Aufbau

## *Gesundheitsförderung für Sportinteressierte Frauen*

**Chinesische Bewegungsübungen**  
montags 9:30 bis 10:30 Uhr  
bei Renate Kaufmann 1,- €

**NEU** **HellMa-Gruppe** in der **Frauensporthalle**  
im FFM mittwochs 14-15Uhr  
Bitte bei HellMa anmelden **KOSTENFREI**

**Tanz der Welten** freitags 9:00 bis 10:00 Uhr  
bei Anatol Wendler 3,- €

**Line Dance 50+** freitags 13:30 bis 15:00 Uhr  
bei Andrea Schmidtke 6,- €

## *Geistig und körperlich fit bleiben – So geht´s*

**Schach** montags von 12:30 bis 17:30 Uhr 1,- €

**Gedächtnistraining** dienstags von 13:30 bis 14:30 Uhr  
bei Uschi Schultz 1,-€

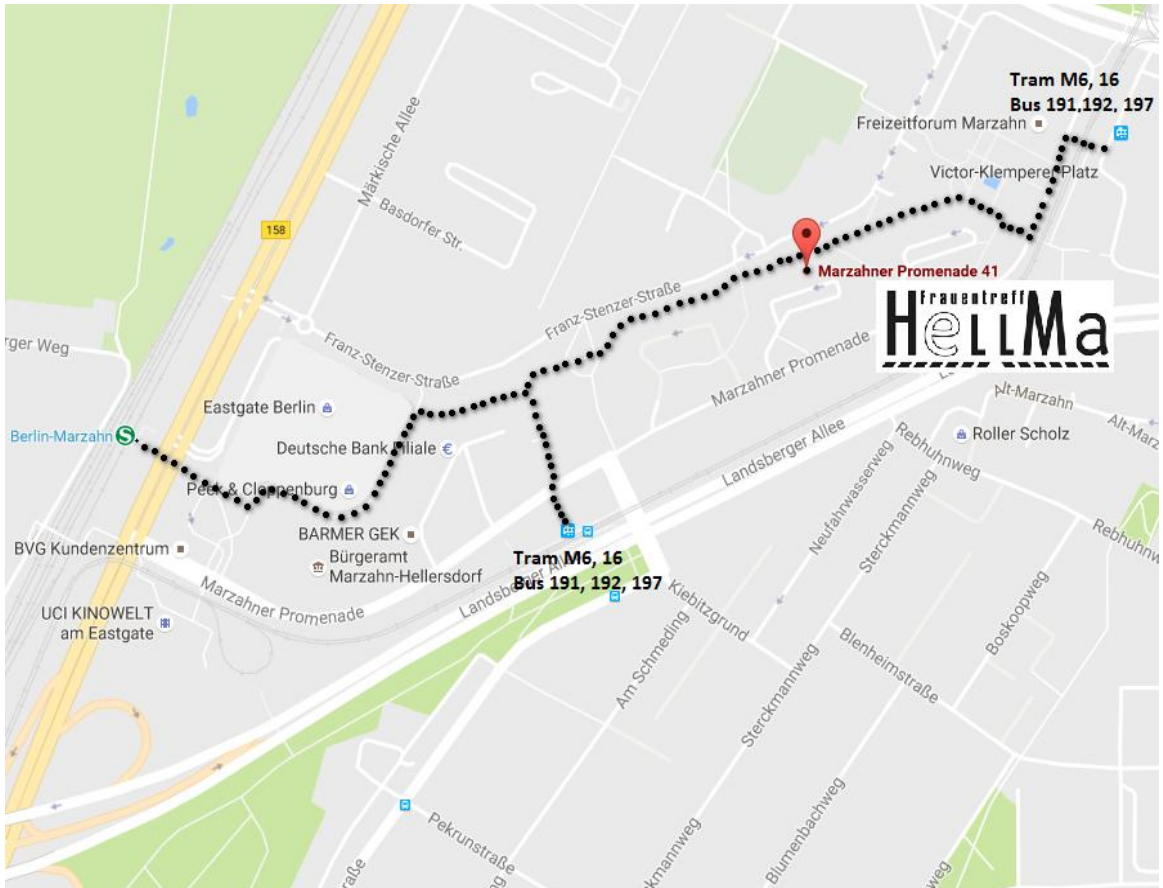
**Treff passionierter Kartenspielerinnen** 1,- €  
dienstags 13:00 bis 16:30 Uhr  
**Skat:** mittwochs 9:30 Uhr bis 13:30 Uhr

**Singen macht Laune - kommt und stimmt ein**  
Jeden 1. und 3. Montag ab 11:30 Uhr  
bei Ingrid Galeski 1,- €

**Ernährungstipps** Jeden 1. Dienstag 12 bis 13 Uhr  
bei Uschi Schultz - nur nach Anmeldung 2,- €

**„Flinke Nadel“ Handarbeit**  
Jeden 3. Freitag im Monat ab 10 Uhr 1,-€

# Frauentreff HELLMa



Wir sind Montag bis Freitag

Ab 9.00 Uhr für Sie da!

Träger: SOZIALWERK des dfb (Dachverband) e.V.

Mitglied im



Förderer: Senatsverwaltung für Gesundheit, Pflege und Gleichstellung  
Bezirksamt Marzahn-Hellersdorf  
degewo Marzahner Wohnungsgesellschaft mbH  
JobCenter Marzahn-Hellersdorf  
zgs consult GmbH