

Friedrichshagen

KONKRET

27. Jg. • Nr. 305 • Oktober 2025

www.friedrichshagen-konkret.net

AUS DEM INHALT

- S. 3 Ehrenamtliches Engagement: Nachhaltiges Friedrichshagen
- S. 4 Bezirk bietet Infos via WhatsApp
- S. 6 IGB warnt: Nikotin in Berliner Gewässern
- S. 9 „Im Land der Pickelhaube“ – Lesung im Dichterkreis-Museum

Hauptmann, Friedrich, 1912: FSV freut sich über Graffiti

Schmierereien sind überall ein Ärgernis. Oft dazu ein teures. Und Flächen zu reinigen, lädt offensichtlich nur zu neuen, illegalen, Tätigkeiten ein. Unser Spreetunnel zeugt davon. Der Friedrichshagener Sportverein hat nun zu einer Maßnahme gegriffen, die ihr Vereinsgebäude auf dem Sportgelände am Fürstenwalder Damm davor schützt:

zen soll: Die Graffiti-Künstler von „dick & bunt“ beweisen, wie eine Wand ästhetisch und mit regionalem Bezug gestaltet werden kann. „Wir sind alle sehr happy mit dem Ergebnis“, freut sich Johannes Semmelroth, 1. Vorsitzender der Abteilung Fußball des FSV. In enger Abstimmung mit dem Fachbereich Sport des Bezirksamts – der keine Mittel, aber gerne die Erlaubnis gab – lacht nun der Hauptmann in Vereinsfarben an der Wand. Dazu kommen das Gründungsjahr des FSV und, natürlich, unser Friedrich.

„dick & bunt“ wurde von zwei langjährigen Freunden gegründet, die sich gelegentlich in ihrer Freizeit dem Gestalten von Wänden und Fassaden widmen. Hauptmotiv: Der 1. FC Union. „Wir wirken gerne bei der Mitgestaltung unseres Bezirks mit, uns kann man immer und gerne für alles buchen“, sagen „dick & bunt“, „aufgrund unserer Herkunft schließen wir allerdings Bilder mit Bezug zum BFC oder Hertha aus.“ Heute sind sie zu viert unterwegs. Nebenberuflich. Und wer sich fragt: Graffiti-Künstler arbeiten gerne anonym. Auch wenn



Der Hauptmann von Köpenick als Fußballfan: Der Friedrichshagener Sportverein freut sich über die Neugestaltung der Wand.

Fotos (2): dick & bunt

sie legal ihre Kunst betreiben. Fassaden in Hirschgarten, Garagentore oder auch die Hämmerlinghalle im Auftrag des Bezirksamts sind Beispiele für Arbeiten des Teams – auch wenn manchmal nur einer verantwortlich war: „dick & bunt“. Fast 30 Stunden hat die Transformation der Wand zum Kunstwerk gedauert. An die 15 Stunden sammelten sich vorher schon für den

Entwurf an. Mit allen Korrekturen, bis alle glücklich waren. Die Zeit hat sich gelohnt. Wieder ist eine Wand in unserem Kiez wirklich schöner geworden. Und wenn es nach dem FSV geht, könnte zukünftig auch das gesamte Gebäude zum Graffiti-Kunstwerk werden. Noch mehr Werke von „dick & bunt“ finden sich bei Instagram.

CK



Ein Viertel von „dick & bunt“ bei der Arbeit. An die 30 Stunden hat es insgesamt gedauert, die Wand zu gestalten.

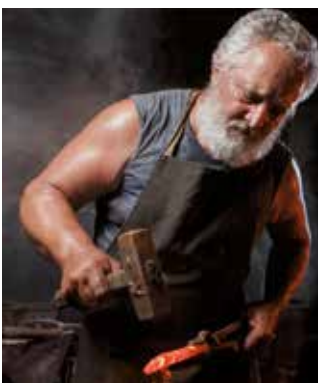


⇒ Elektroarbeiten

⇒ Maler- und Tapezierarbeiten

BURZLAFF GMBH

burzlaff.eu Kieffholzstraße 191 – 12437 Berlin
(030) 533 64 51 – buero@burzlaff.eu



STEAK
Schmiede

Restaurant • Bar

In einer denkmalgeschützten Schmiede grillen wir vor Ihren Augen Steaks, Fisch, Burger und Vegetarisches.

Müggelseedamm 171 A, 12587 Berlin
Telefon 030-92 12 29 92
restaurant@steaksmiede.com
www.steaksmiede.com

Entspanntes Lesen ...



Arndt OPTIK



Bölschestraße 118
12587 Berlin-Friedrichshagen
Telefon: 030-645 72 76

**HEUTE BESTELLT.
HEUTE DA.**

**LIEFERUNG
AM SELBEN TAG***

*Lieferbarkeit vorausgesetzt

Bölschestraße 59
12587 Berlin
Tel: (030)6455281



**Einfach.
Rezept.
Hochladen.**
Wir erledigen den Rest.

Nathaus Apotheke Friedrichshagen

Vier Jahreszeiten

CAFÉ & RESTAURANT



Wir sind dabei!

18.10.2025, ab 19 Uhr (Einlass ab 18 Uhr)

Soul & Blues. Feiern Sie mit uns bei Livemusik von LOVELY SOUL.

Tickets im Vorverkauf (VVK: 18 € / AK: 20 €) auch bei uns erhältlich bis zum 17.10.2025, immer Mo – Fr bei Denise Grytzka, Sozialdienst.

Café & Restaurant Vier Jahreszeiten

Bölschestraße 37 • 12587 Berlin-Friedrichshagen
Telefon 030 430959464

Neues von Stephanus vor Ort Friedrichshagen: Väter aktiv im Familienzentrum

Im Familienzentrum Stephanus vor Ort dreht sich alles um gemeinsames Erleben und Austausch – auch für Väter und ihre Kinder. In offenen Gruppen und Angeboten können Familien mit ihren Kindern etwas erleben und den Raum finden, sich untereinander zu vernetzen und auszutauschen.

Besonders zwei Formate laden Väter zum Mitmachen ein:

Der Väter-Treff* ...

... findet einmal im Monat statt – immer am dritten Donnerstag, jeweils von 19 bis 21 Uhr (nächste Termine: 16.10. & 20.11.). In lockerer Runde könnt Ihr Euch mit anderen Vätern* über Themen wie Familienalltag, Erziehung und persönliche Erfahrungen austauschen. Treffpunkt ist das Familienzentrum am Müggelseedamm. Eine Anmeldung ist hilfreich, aber keine Pflicht.

Wild unterwegs – Kinder & Väter entdecken Natur

Gemeinsam mit Naturbegleiter Benjamin geht es raus ins Grüne. Ob Spiel, Abenteuer oder einfach mal Ruhe – dieses Angebot schafft wertvolle Vater-Kind-Zeit mitten in der Stadtnatur.

Nächste Termine: 11.10. & 26.10.

Mitmachen lohnt sich – werdet kleine und große Entdecker!

Anmeldungen für diese Angebote oder unseren Newsletter für noch mehr Details und Informationen

gerne per Mail: vor-ort-friedrichshagen@stephanus.org

Mitmachen beim Weihnachtsmarkt im Spielhaus Bölschestraße am 5. Dezember!

Bald nun ist Weihnachten und mit vielen Partner:innen aus Friedrichshagen veranstalten wir wieder einen Weihnachtsmarkt im Spielhaus Bölschestraße.

Habt Ihr Lust, Eure selbstgemachten Schätze auf unserem stimmungsvollen Weihnachtsmarkt zu präsentieren? Ob Gebasteltes, Gehäkeltes, Gestricktes, Gewerkeltes oder liebevoll Modelliertes – wir suchen kreative Köpfe, die einen eigenen Stand gestalten möchten.

Es stehen nur wenige Verkaufsstände zur Verfügung – also schnell sein lohnt sich! Wer möchte, kann auch gemeinsam mit Familien im Familienzentrum aktiv werden und im Vorfeld gemeinsam basteln und gestalten.

Meldet Euch gerne bei uns – wir freuen uns auf Eure Ideen und Eure Kreativität! Für Rückfragen stehen wir Euch gerne zur Verfügung.

Stephanus vor Ort Friedrichshagen

Müggelseedamm 200
12587 Berlin

Tel. 030-76 90 59 07

www.stephanus.org/

vor-ort-friedrichshagen@stephanus.org

Kfz-Sachverständigenbüro
Demmler & Koch



Schadengutachten

Wertgutachten

Unfall?!

Direkt neben dem BI-Center
August-Borsig-Ring 11 | 15566 Schöneiche
✉ info@demmlerkoch.de ☎ 030 659 413 88



PS
Peter Schreiber
Heizung · Gas · Sanitär

Solare Energiegewinnung
Komplettbadgestaltung
Gasleitungssanierung
Moderne Heiztechnik
Brennwerttechnik
Rohrreinigung
Reparatur-Service
Regenwassernutzung
Zentralstaubsauganlagen
Kontrollierte
Wohnraumlüftung

Rahnsdorfer Str. 1
12587 Berlin-Friedrichshagen

☎ 641 91 00
FAX 641 91 043




Prüfstelle Schöneiche

Hauptuntersuchungen | Änderungsabnahmen | Oldtimerbegutachtungen

August-Borsig-Ring 11 | 15566 Schöneiche
www.pruefstelle-schoeneiche.de ☎ 030 659 415 23

Friedrichshagen

KONKRET

Impressum

Herausgeberin/Leitung: Angela Draffehn
Büro: Müggelseedamm 70, 12587 Berlin
Telefon: 030 / 65 94 00 65, Fax: 030 / 65 94 00 66
E-Mail: info@friedrichshagen-konkret.net
Anzeigen: A. Jonas, Telefon: 030 / 5 09 92 09
E-Mail: alice.jonas@t-online.de
Gesamtreaktion: Christian Kiemann
Mail: FriedrichshagenKONKRET@email.de
Telefon: 030 / 208 36 255
Satz: Strausberg Design
Telefon: 03341 / 30 94 05
E-Mail: mail@strausberg-design.de
Druck: Druckerei Lippert
Boxhagener Straße 76-78, 10245 Berlin
Verteilung: Alex Werbung
Meeraner Straße 17 F, 12681 Berlin
Telefon: 030 / 54 70 09 40

Ausgabe November:
Redaktionsschluss: 17.10.2025
Erscheinungstag: 31.10./1.11.2025

Die zahlreichen Zuschriften an die Redaktion können leider nur zum Teil berücksichtigt werden. Damit möglichst viele Leser zu Wort kommen können, behält sich die Redaktion sinnwahrende Kürzungen vor. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen keine redaktionelle Meinungsäußerung dar und ihr Inhalt liegt in der Verantwortung der Autoren. Es besteht kein Rechtsanspruch auf Belieferung.

Stern des Monats: Julian Pilzer und das Netzwerk „Nachhaltiges Friedrichshagen“



Foto: STERNENFISCHER/Reginald Gramate

Das Sternenfischer Nachbarschaftszentrum Treptow-Köpenick lässt regelmäßig ehrenamtlich Engagierende in unserem Bezirk zu Wort kommen. Diesmal ist es der Friedrichshagener Julian Pilzer.

„Ehrenamtlich engagiert habe ich mich schon in der Schule. Als Klassensprecher und in der Gesamtschülervertretung. Ich habe mich für Vieles interessiert und wollte immer Dinge zum Guten verändern. Das war schon damals mein Antrieb und ist es auch heute noch. Dazu gehört für mich, auch mal neue Formen auszuprobieren. Weil ich die Arbeit in der Gesamtschülervertretung unproduktiv fand, habe ich lieber Arbeitsgemeinschaften initiiert. Ich habe die AG Umwelt geleitet. Nach der Schule wollte ich daraus in Friedrichshagen eine Bürgerinitiative machen. Anfangs waren nur Leute aus meinem Bekanntenkreis dabei. Später bin ich dann auf den Bürgerverein zugegangen und wir haben die „Klimainitiative Friedrichshagen“ als Arbeitskreis gegründet. Allerdings ging es nicht richtig voran, weil es zu wenig klare Ziele und Struktur gab. Da ich fest davon überzeugt bin, dass Nachhaltigkeit von unten aus der Gesellschaft kommen kann und muss, habe ich einen zweiten Versuch gestartet.

In den vergangenen Monaten haben wir das Netzwerk „Nachhaltiges

Friedrichshagen“ aufgebaut. Wir wollen vier Themenfelder bearbeiten, die von den Nachhaltigkeitszielen der Vereinten Nationen abgeleitet sind: Bildung für nachhaltige Entwicklung, Wasser und Müllgeese, Klima und Umwelt sowie Energie und Gebäude. Ich denke, es gibt viele Menschen, die etwas verändern wollen und unser Projekt soll die Möglichkeit dazu schaffen.

Wir haben es wie ein Startup aufgebaut und wollen Innovation mit Ehrenamt verbinden. Dabei schaffe ich eine Verbindung zwischen meinem Studium und dem Ehrenamt. Ich studiere Nachhaltiges Management an der TU Berlin und habe für das kommende Semester ein neues Modul „Innovating Green – Nachhaltigkeit lokal gedacht“ konzipiert. Wir wollen mit Praxispartnern innovative Nachhaltigkeitskonzepte entwickeln. Deshalb sind wir immer auf der Suche nach Ideen und Unterstützern. Ich weiß, das klingt alles ziemlich theoretisch, aber ich habe in den vergangenen Monaten viel Zeit und Energie in dieses Projekt gesteckt und glaube, dass es gelingen wird. Da habe ich ungebrochenen Optimismus und Vertrauen.“

Das Sternenfischer - Freiwilligenzentrum Treptow-Köpenick berät zu den vielen Möglichkeiten, sich in Treptow-Köpenick freiwillig zu engagieren. Dabei unterstützt es auch Organisationen und Schulen rund um das Thema freiwilliges Engagement.

Informationen gibt es im Internet unter: sternenfischer.org.

Kontakt per Mail:
info@nachhaltiges-friedrichshagen.de
www.nachhaltiges-friedrichshagen.de

STERNENFISCHER
Claudia Berlin

Ihr Bad. Ihre Vision.

Unsere Perfektion.

Jetzt Termin vereinbaren.

seit über 30 Jahren vor Ort

A. KÖNIG GMBH
Große Straße 16
15344 Strausberg

T: +49 3341 30750
E: ak@baeder-koenig.de
W: www.baeder-koenig.de

DIE BADGESTALTER

A. KÖNIG GMBH

Kosmetische Fußpflege

Termin unter (030) 80 20 18 67

Scharnweberstr. 24, 12587 Berlin

18.10.2025

35. KNEIPENFEST FRIEDRICHSHAGEN

Einlass ab 18 Uhr

EIN TICKET FÜR ALLE KONZERTE IN 7 LOCATIONS

VVK: 18,00 Euro
AK: 20,00 Euro

Tourismusverein Berlin Treptow-Köpenick e.V.
Infos und Buchung unter
(030) 654 843 48
www.tkt-berlin.de

Tickets: Touristinformation am Schlossplatz Köpenick, in den teilnehmenden Lokalitäten sowie auf unserer Internetseite.

Ich freue mich auf die Gespräche mit Ihnen!

Wahlkreisbüro
Bölschestraße 17 · 12587 Berlin

030 847 880 53

dunja.wolff@spd.parlament-berlin.de
www.dunja-wolff.de

Dunja Wolff Mitglied des Abgeordnetenhauses von Berlin

Bezirksamt Treptow-Köpenick startet WhatsApp-Kanal für Bevölkerungsschutz und aktuelle Informationen

(PM) Treptow-Köpenick erweitert sein digitales Informationsangebot: Ab sofort ist das Bezirksamt mit einem eigenen Kanal beim Messenger-Dienst WhatsApp vertreten. Hier können Bürger:innen den Kanal kostenlos abonnieren.

Der WhatsApp-Kanal bietet regelmäßig aktuelle Hinweise aus dem Bezirksamt – von Service-Informationen über Veranstaltungshinweise bis hin zu wichtigen Meldungen im Krisen- oder Katastrophenfall. Ein besonderer Fokus liegt in den kommenden Wochen auf dem Thema Bevölkerungsschutz: Wie kann man sich auf den Ernstfall vorbereiten? Was sollte jeder über Notvorräte,

Warnsysteme oder Blackouts wissen? Welche Aufgaben übernimmt das Bezirksamt in solchen Situationen? „Mit dem neuen WhatsApp-Kanal schaffen wir einen weiteren, niedrigschwelligen Weg, um unsere Einwohnerinnen und Einwohner direkt, zuverlässig und datenschutzfreundlich zu erreichen – besonders auch dann, wenn es schnell gehen muss“, erklärt Bezirksbürgermeister Oliver Igel.

In Krisensituationen – etwa bei Stromausfällen, extremen Wetterlagen oder anderen Gefahrenlagen – dient der WhatsApp-Kanal als zusätzliche Informationsquelle des Bezirksamts.

Der Kanal funktioniert wie ein Newsletter. Beiträge können von den Abonnent:innen nicht kommentiert, aber mit Emojis reagiert und leicht weitergeleitet werden. Der Datenschutz ist gewährleistet: Wer dem Kanal folgt, bleibt anonym – weder das Bezirksamt Treptow-Köpenick noch andere Abonnent:innen sehen, wer den Kanal nutzt.

So einfach geht's:

- 1) WhatsApp auf dem Smartphone öffnen
- 2) Unter „Aktuelles“ nach „Bezirksamt Treptow-Köpenick“ suchen
- 3) Auf „Abonnieren“ tippen

- 4) Um keine Beiträge zu verpassen, Glockensymbol aktivieren

Der neue Kanal ergänzt die bestehenden digitalen Informationswege des Bezirksamts, das bereits auf Facebook und Instagram aktiv ist. Auf Nachrichten und Anfragen kann über WhatsApp derzeit nicht geantwortet werden.

Für persönliche Anliegen stehen weiterhin die bekannten Kontaktwege – telefonisch, schriftlich oder vor Ort – zur Verfügung.

Jetzt abonnieren und informiert bleiben – auch im Ernstfall!

Bezirksamt geht gegen illegale Werbung vor Bürgerinnen und Bürger können unterstützen

(PM) Seit längerer Zeit werden in Berlin – auch im Bezirk Treptow-Köpenick – durch vermeintliche Gebrauchtwagen- oder Schmuckhändler Plakate an Straßenlaternen angebracht. Dabei handelt es sich um eine unerlaubte Sondernutzung und

damit um eine Ordnungswidrigkeit. Das Bezirksamt Treptow-Köpenick geht entschieden gegen diese Wildwerbung vor. Illegale Plakate werden regelmäßig durch das bezirkliche Straßen- und Grünflächenamt entfernt. Ergänzend greift die berlin-

weite Wildwerbevereinbarung der Senatsverwaltung für Mobilität, Verkehr, Klima- und Umweltschutz, die zusätzliche Kontrollen und Räumungen sicherstellt.

Die auf den Plakaten angegebenen Telefonnummern und Adressen führen regelmäßig zu nicht existierenden Betrieben oder Scheinidentitäten.

Umso wichtiger ist die Mithilfe der

Bevölkerung: Melden Sie entdeckte Plakate mit genauer Standortangabe über das Online-Ordnungsamt unter ordnungsamt.berlin.de oder die Ordnungsamt-App. So können die Standorte schnell erfasst und die Schilder zeitnah beseitigt werden.

Wir verfolgen damit ein klares Ziel: Die illegalen Plakatierungen sollen unattraktiv und unprofitabel werden.

EXPRESS Polsterei GmbH
TRADITIONREICHER MEISTERBETRIEB
Größte Polsterei Berlins

Garnitur ab **499,-**
Neubezug Stühle ab **29,-**
 Eckbänke ab **299,-**
 inkl. Abholung/Lieferung
 und hochwertigem Möbelstoff

030-651 90 53
www.expresspolsterei.de
 kostenloser Hausbesuch in allen Stadtbez.

**Kleiner
Einsatz,
große
Wirkung!**

Eine schwarz/weiß-
Anzeige in dieser
Größe (90 mm Höhe)
kostet **91,04 Euro.**

HörPartner DEIN HÖRGERÄT

**NULLTARIF
machen andere.**
**Wir machen
HANDWERK.**

- ⊕ **MASSGEFERTIGTE OTOPLASTIK**
für perfekten Sitz
- ⊕ **Anpassung vom HÖRAKUSTIK-
SPEZIALISTEN**
- ⊕ **Begleitung & Nachjustierung –
SO LANGE SIE MÖCHTEN**

HörPartner GmbH

ABmannstraße 48 • 12587 BERLIN
 030 / 64 95 81 14

www.hoerpartner.de/philips2025



Autorisierter
Vertriebspartner
PHILIPS

bis 30.11.2025

Und es geht doch sicher: Fest auf der Bölsche

Es sollte ein Jahr mit zwei großen Festen auf unserer Bölsche werden. Der Veranstalter im Frühjahr sagte wegen Sicherheitsbedenken ab. Die Ordnungsbehörden hätten Anforderungen zur Sicherung des Festes gestellt, die für ihn nicht umsetzbar waren. Den Veranstalter des „Straßenfestes an der Bölsche“ im September schreckte dies nicht.

Betonpoller, z.B. auf der Straße vor der BioCompany sicherten offenbar genug. Und das Wetter zeigte sich auch nochmal späthochsommerlich und ließ die Menschenmassen über die bunte Bölsche bummeln. Ob es nächstes Jahr zwei Feste geben wird? Der Septembertermin scheint zu stehen.

CK



Kiezklub Vital: Sänger gesucht und neue Kurse im Angebot

Im Kiezklub VITAL lädt Dr. Dagmar Spain immer donnerstags um 10.30 Uhr mit ihrer kreativen Sensibilität in die Welt des Tanzes und der Bewegung ein. Jeder und jedes Alter ist willkommen und es sind keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich. Mit einfachen Bewegungen, die wir alle im Alltag ausführen, wie Gehen, Laufen, Beugen, Strecken und Kreisen, nähern wir uns den Möglichkeiten unseres Körpers an. Wir lernen, wie durch das Aneinanderfügen dieser Bewegungen zu inspirierender Musik „kreative“ Tänze entstehen können. Der Fokus dieses Tanzkurses liegt vor allem darauf, was uns bewegt, und weniger darauf, wie wir uns

bewegen. Auch unsere Persönlichkeit, Neigungen und Gefühle dürfen in diesen Tänzen zum Ausdruck kommen. Wir wollen dem Tanz mit Freude und Offenheit begegnen. Auch donnerstags, allerdings bereits um 10 Uhr, treffen sich die Clubsänger, die dringend noch Verstärkung suchen. Es werden vorwiegend Volkslieder gesungen, die durch ein Klavier begleitet werden. Jeder, der Spaß daran hat, ist willkommen. Ein paar Pinsel und Farben, Bleistift und Radiergummi, Lust und Laune - und schon können wir gemeinsam malen und zeichnen. Andreas Dixel freut sich jeden Donnerstag von 15 - 17 Uhr auf interessierte Mitstreiterinnen und Mitstreiter.

Entdecken, mitreden, vernetzen

Kieztouren mit dem Bezirksbürgermeister in allen 20 Bezirksregionen

Die Sozialraumorientierte Planungskoordination (SPK) startet ein neues, mobiles Format zur Vernetzung und Sichtbarmachung der vielfältigen Stimmen, Köpfe und Hände im Bezirk. Auf Einladung des Bezirksbürgermeisters wird es in allen 20 Bezirksregionen in den Jahren 2025 und 2026 Kieztouren geben. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen teilzunehmen um miteinander, sowie mit dem Bezirksbürgermeister und der Gebietskoordination der SPK ins Gespräch zu kommen. Es erwarten Sie interessante Zahlen und Fakten zu Ihrer Bezirksregion, die Sie vielleicht überraschen werden. Lernen Sie Ihr Wohn- und /oder

Arbeitsumfeld, oder einfach nur den Ort an dem Sie sich wohlfühlen, mit anderen Augen kennen.

Die Kieztouren finden zwischen September 2025 und Mai 2026 statt. Sie laufen nicht jedes Mal gleich ab, sondern werden von den Gebietskoordinator:innen gemeinsam mit aktiven Menschen aus Projekten und Einrichtungen vor Ort vorbereitet und durchgeführt.

Für Friedrichshagen ist die Tour für Samstag, den 25. April 2026 von 9 bis 12 Uhr geplant. **Alle Termine und weitere Informationen finden Sie auf der Beteiligungsplattform mein.Berlin.de: www.mein.berlin.de/vorhaben/2025-01232/**

jetzt auf 160 m²

BAUSTUBE DIE WERKSTATT

NEUERÖFFNUNG

SICHERT EUCH UNSERE
WORKSHOPS UNTER
TEL: 030 / 656 615 96

BÖLSCHESTRASSE 131, 12587 BERLIN

Tischlern * Malern * Gartenpflege * Renovierungen * Heizung & Sanitär * Elektro * Pool & SaunaBau * Boden & Fliesenarbeiten

Nikotin in Berliner Gewässern

Forscherinnen und Forscher des Friedrichshager Leibniz-Instituts für Gewässerökologie und Binnenfischerei (IGB) am Müggelsee haben verschiedene Berliner Gewässer auf Nikotin untersucht. Sie fanden es in jeder Wasserprobe, jedoch schwankten die Konzentrationen stark; zwischen 7 und etwa 1.500 Nanogramm pro Liter. Das Nikotin aus weggeworfenen Kippen gelangt vor allem über Starkregen und die Kanalisation in die Gewässer: In Gewässern mit Kanalisationsanschluss waren die Konzentrationen im Schnitt etwa doppelt so hoch wie in Gewässern ohne Kanalisations-einleitungen. Niederschläge führten zu einem Anstieg des Nikotins, insbesondere in Kanälen, wo die Konzentrationen daraufhin bis zu 16-mal höher waren.



Im Rahmen eines siebenwöchigen Monitoringprogramms untersuchte das Forschungsteam des IGB sechsfundfünfzig Wasserproben aus vierzehn Seen, neun Teichen, neun Flüssen, acht Kanälen und zwei kanalisierten Bächen in Berlin. In allen untersuchten Oberflächen-gewässern wurde Nikotin in Konzentrationen zwischen 7 und 1.500 Nanogramm pro Liter nachgewiesen. Der Mittelwert lag bei 73 Nanogramm pro Liter.

Hauptfaktor ist der Regen, der das Nikotin aus weggeworfenen Kippen auswäscht.

Zigarettenkippen sind hierzulande die Hauptquelle für Nikotin in der Umwelt, seit die Anwendung als Insektizid in der EU in den 1980er Jahren verboten wurde. Laut einer Studie aus dem Jahr 2022 werden zwischen 76 und 90 Prozent aller gerauchten Zigaretten unsachgemäß in der Umwelt entsorgt, was sie zum Hauptmüll in Städten macht. Und eine Kippe enthält noch rund 2 Milligramm Nikotin. Im Freien weggeworfene Zigarettenstummel gelangen nur zu einem geringen Anteil direkt in die Gewässer. „Die Hauptquelle für Nikotin ist tatsächlich der Niederschlag beziehungsweise Einleitungen aus der Kana-

lisation“, sagt IGB-Forscher Dr. Markus Venohr, Leiter der Studie. Nikotin ist nämlich gut wasserlöslich: Bereits nach etwa 30 Minuten ist etwa die Hälfte des Nikotins durch Regenwasser ausgewaschen.

Nach Starkregen sind die Konzentrationen in Kanälen bis zu 16-mal höher.

Die Studie zeigt, dass die Nikotinkonzentration je nach Gewässertyp variiert. Am höchsten war sie in Kanälen, gefolgt von Teichen, Flüssen, Seen und kanalisierten Bächen. Dabei haben die Einträge über den Regenwasserabfluss von

Oberflächen sowie die Zuleitung von Regenwasser über die Kanalisation den größten Einfluss: In Oberflächengewässern mit Regenwassereinleitungen aus der Trennkanalisation sowie mit Mischwasserkanalisationsüberläufen waren die mittleren Nikotinkonzentrationen etwa doppelt so hoch wie in Gewässern ohne solche Zuläufe. Nach starken Regenfällen stiegen die Nikotinkonzentrationen deutlich an, insbesondere in Kanälen, wo sie bis zu 16-mal höher waren. „Dieser starke Anstieg nach Starkregen entsteht wahrscheinlich durch sogenannte First-Flush-Ereignisse: Die Zigarettenkippen akkumulieren



- Dachdeckerarbeiten
- Bauklempnerei
- Holzbau
- Wartung & Instandhaltung
- 24-Stunden-Service

Olaf Kloss · Tel. & Fax (030) 672 83 68
Funk 0177-5 66 25 21
Kanalstraße 47 · 12357 Berlin

A. HÜBENER IMMOBILIEN & VERWALTUNGEN

HAUS- UND GRUNDSTÜCKSV ERWALTUNG
IMMOBILIEN - BAUTRÄGER - BAUBETREUUNG
GEBÄUDEDIENSTLEISTUNGEN - OBJEKTPFLEGE



Bölschestraße 77, 12587 Berlin
Tel.: 030 / 44 72 64 82

IHRE HAUSVERWALTUNG UND IMMOBILIENPARTNER

WWW.IMMOBILIENGESSELLSCHAFT-BERLIN.DE



- **Service & Reparatur**
- **Unfallinstandsetzung**
- **HU & AU**
- **Achsvermessung**
- **Ölwechsel**
- **Klimaservice**
- **Reifenservice**
- **Ersatzteilverkauf**

AutoService Friedrichshagen
KFZ-Meisterbetrieb

Inh. Oliver Martiny
Werlseestraße 62-66 · 12587 Berlin
Fon 030-74 07 61 52
Fax 030-74 07 61 53
info@autoservice-friedrichshagen.de

Kompostierplatz **KompoTerra**

Fischer GmbH

☒

☒

☒

Kompost zur Düngung

Vertrieb von Sand, Kies, Boden, Rindenmulch

Annahme von Gartenabfällen

Neuenhagener Chaussee 1-3 (hinter FloraLand Arnold) • 15566 Schöneiche
Telefon (030) 64 38 85 23 • www.kompoterra-schoeneiche.de • 
geöffnet: Montag-Freitag 7-18 Uhr, Samstag 9-12 Uhr

sich bei Trockenheit und werden dann bei einsetzendem Regen alle gleichzeitig ausgewaschen“, erklärt Markus Venohr.

Zur Erläuterung: Die Trennkanalisation umfasst nur Regenwasser, in der Mischkanalisation befindet sich hingegen eine Mischung aus Regenwasser und häuslichen Abwässern. Wenn die Reinigungskapazität der Kläranlagen durch das Regenwasser überschritten wird, werden zusätzliche Speicher gefüllt. Wird das Speichervolumen weiter überschritten, wird das überschüssige Abwassergemisch bei sogenannten Mischwasserüberläufen direkt in Oberflächengewässer wie Spree, Havel und Teltowkanal eingeleitet.

Die Krumme Lanke: Sonderfall am Berliner Stadtrand

Die Studie zeigt außerdem, dass die Nikotinkonzentration in Gewässern mit Anschluss an die Kanalisation bei Regen mit der Bevölkerungsdichte ansteigt. In Oberflächengewässern ohne Anschluss an die Kanalisation korrelierten die Konzentrationen dagegen eher mit dem Einfluss von Haltestellen öffentlicher Verkehrsmittel oder Naherholungsgebieten. Die Forschenden fanden im Innenstadtbereich höhere Konzentrationen – mit einer

Ausnahme: die Krumme Lanke in Zehlendorf. Sie wird im Sommer intensiv als Naherholungsgebiet genutzt und ist daher wahrscheinlich höher belastet.

Die gemessenen Nikotinkonzentrationen sind für die meisten Organismen unbedenklich, bei Starkregen ist jedoch Vorsicht geboten.

Die gemessenen Nikotinkonzentrationen in Berliner Oberflächengewässern lagen je nach zitierter Studie teilweise über den „Konzentrationen ohne negativen Effekt“ (PNEC: Predicted No Effect Concentration) für aquatische Organismen. Sie erreichten jedoch keine tödlichen Werte. So wird für zehn verschiedene Süßwasserfischarten eine letale Dosis zwischen 2.210 und 8.450 Nanogramm pro Liter bei einwöchiger Exposition genannt. Für Kleinstorganismen wie Wasserflöhe liegt der PNEC-Wert jedoch bereits bei 100 Nanogramm pro Liter.

„Um die toxikologische Relevanz der beobachteten Konzentrationen zu bewerten, müsste man die mittleren Konzentrationen in Oberflächengewässern beispielsweise während der Sommermonate kennen. Unsere Studie war nur eine Momentaufnahme“, sagt Markus Venohr. Die Analyse von Gewäs-

sern in anderen Städten ergab mitunter erheblich höhere Messwerte für Nikotin. So wurde beispielsweise in einer Studie in Madrid ein Durchschnittswert von 527 Nanogramm pro Liter gemessen. Der Forscher gibt allerdings keine Entwarnung: „Angesichts der allgemein abnehmenden Wasserführung von Gewässern und der Zunahme von einzelnen Starkregenereignis-

sen kann die Nikotinbelastung von innerstädtischen Gewässern auch in Berlin zu einem Problem werden. Zudem wird aus Zigarettenkippen ein ganzer Cocktail potenziell schädlicher Stoffe ausgewaschen, die einzeln oder alle zusammen weit größere ökologische Auswirkungen haben können.“

Nadja Neumann/ IGB

Makulierung der Zettelkataloge der Staatsbibliothek zu Berlin bis Ende 2026

(PM) Bis Ende 2026 sollen die im Außenmagazin Friedrichshagen gelagerten Zettelkataloge der Staatsbibliothek zu Berlin makuliert, sprich: vernichtet, werden, um dringend benötigte Flächen für die Grundinstandsetzung des Hauses Potsdamer Straße freizumachen.

Die Staatsbibliothek zu Berlin steht mit ihrem Haus Potsdamer Straße vor der seit langem geforderten, dringend benötigten baulichen Grundinstandsetzung. Das ikonische Bibliotheksgebäude von Hans Scharoun und Edgar Wisniewski wird dazu in den nächsten Jahren geräumt werden müssen. Um die damit verbundenen umfangreichen Umlagerungen von Beständen sowie das kontinuierliche weitere Wachstum des Gesamtbestands

bewältigen zu können, ist es unter anderem erforderlich, die verfügbaren Tresormagazine im Haus Unter den Linden teilweise anders zu belegen und auch gemietete Speicherkapazität im Berliner Westhafen sowie Flächen im Speichermagazin Berlin-Friedrichshagen maximal zu nutzen.

Die in Friedrichshagen verstauten Zettelkataloge werden schon seit langem nicht mehr angefragt. Die in der Staatsbibliothek außerordentlich weit fortgeschrittene Provenienzforschung stützt sich nicht etwa auf die Zettelkataloge, sondern im Wesentlichen auf die Objekte selbst, die historischen Zugangsbücher und die Erwerbungsakten. Diese werden in der Bibliothek dauerhaft vorgehalten.



DOCEMUS
PRIVATSCHULEN

Lehrkraft (m/w/d) für Deutsch gesucht

Für unseren Campus Neu Zittau suchen wir eine kreative und engagierte Lehrkraft für das Fach Deutsch.

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung!

www.docemus.de/karriere

**WERDEN
SIE TEIL
UNSERES
TEAMS**

Was ist los in und um Friedrichshagen?

5. Oktober

- Flohmarkt am S-Bhf. Friedrichshagen: Entfällt wegen Antikflohmarkt Trabbrennbahn Berlin Karlshorst
- ehemalige Schlosskirche Schöneiche: Axel Muschen, Violinkonzert, Barockmusik und irische Volksmusik, Vorverkauf im Heimathaus, Dorfau 8, Mi.-Sa. 14-17 Uhr, Beginn: 16 Uhr

9. Oktober

- Kiezklub Vital: Vernissage mit der Friedrichshager Künstlerin Koki van Trotten. „Bilder zum Reisen“. Die Ausstellung lädt dazu ein, mit den Augen auf Wanderschaft zu gehen. Farben und Formen öffnen Wege in ferne Landschaften und vertraute Erinnerungen. Zugleich eröffnen sich stille Momente, die nach innen führen. So wird das Schauen selbst zu einer Reise, die Herz und Gedanken bewegt. Diese Veranstaltung wird vom Förderverein KIEZKLUB Vital e.V. unterstützt. Eintritt: frei, 18 Uhr
- histor. Rathaus Friedrichshagen, Ratssaal: Die Leibniz-Sozietät der Wissenschaften zu Berlin e.V. lädt zum öffentlichen Vortrag: Ulrich Wulf (MLS) spricht zum Thema: 100 Jahre Quantenmechanik: Von Heisenberg zum Hochleistungschip, Informationen unter: leibnizsozietat.de/event/30853/, 13 bis 15 Uhr
- histor. Rathaus Friedrichshagen, Ratssaal: Die Leibniz-Sozietät der Wissenschaften zu Berlin e.V. lädt zum öffentlichen Vortrag: Christoph Hamann (MLS) spricht zum Thema: „Barrikadenbräute“. Zur visuellen und literarischen Darstellung von kämpfenden Frauen in der Revolution 1848/49. Informationen unter: leibnizsozietat.de/event/klansensit-

zung-sozial-und-geisteswissenschaft-2/, 15.30 bis 17 Uhr

10. Oktober

- Kiezklub Vital: Interessantes aus Geschichte, Politik und Philosophie mit Margitta Liebsch. „Politische Strukturen in modernen Staaten. Die Demokratie in Deutschland in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft“. Eintritt: frei, bitte melden Sie sich an, 14 Uhr
- Kino UNION Friedrichshagen: Sondervorstellung „Leibniz – Chronik eines verschollenen Bildes“ mit anschließendem Podiumsgespräch mit Filmschaffenden und Mitgliedern der Leibniz-Sozietät, Bölschestraße 69, 12587 Berlin, 17 Uhr

11. Oktober

- Kiezklub Vital: Tanzen mit Heidi. Eintritt: 2,- Euro, 14 Uhr
- Kleiner Spreewaldpark: Gewässerexkursion mit dem Rad entlang des Fredersdorfer Mühlenfließ zum Bötze-see und der Möglichkeit zur Einkehr in einem Café. Start der geführten Tour auf Spendenbasis ist im Kleinen Spreewaldpark, Berliner Str. 1a mit geländegängigem Fahrrad, 11-14 Uhr

12. Oktober

- Flohmarkt am S-Bhf. Friedrichshagen, 8 bis 16 Uhr
- Kiezklub Vital: Sonntags-Café. Eintritt: frei, 14 Uhr
- Restaurant „Vier Jahreszeiten“, Bölschestra. 37: Vernissage mit Lesung „Wir sind dann mal weg – Unsere Reise zu Mut, Wahrheit und Liebe“, 15 Uhr, s. S. 12
- ehemalige Schlosskirche Schöneiche: Brandenburgische Schlösserkonzerte, Klaviermagie zu 4 Händen, Vorverkauf im Heimathaus, Dorfau 8, Mi.-Sa. 14-17 Uhr, Beginn: 16 Uhr

13. Oktober

- Mahnwache der Friedrichshager Bürgerinitiative u.a. gegen Flugrouten über dem Müggelsee und für ein Nachtflugverbot zwischen 22 und 6 Uhr (jeden zweiten Montag im Monat), Marktplatz, 19 Uhr

15. Oktober

- Kiezklub Vital: Rentenberatung durch Frau Gaida, nur nach telefonischer Voranmeldung, 13.30 bis 16.30 Uhr

16. Oktober

- Kiezklub Vital: Der Förderverein KIEZKLUB Vital e.V. lädt ein zum KIEZKLUB-Turnier „Graue Laus“. Graue Laus ist ein lustiges Kartenspiel, das mit einem 32 Karten Skatblatt gespielt wird. Die Regeln liegen zur Einsicht im KIEZKLUB aus. Eintritt: frei, bitte melden Sie sich an, 14 Uhr

17. Oktober

- Kiezklub Vital: Lesung mit Dunja Wolff: „Manchmal ist anders besser!“ Auszüge aus interessanter Lektüre bei Kaffee und Kuchen! Eintritt: frei, bitte melden Sie sich an, 14.30 Uhr
- Kulturgießerei Schöneiche: Line Dance Party. Line Dance-Begeisterte von nah und fern sind eingeladen, um gemeinsam zu feiern und zu tanzen. Tickets sind an der Abendkasse für 10 € erhältlich oder vorab in der Kulturgießerei, Einlass: 18 Uhr, Beginn: 19 Uhr

18. Oktober

- ehemalige Schlosskirche Schöneiche: Band Hot Swingers, Vorverkauf im Heimathaus, Dorfau 8, Mi.-Sa. 14-17 Uhr, Beginn: 19 Uhr
- Kulturgießerei Schöneiche: Konzert mit Pure Blues LIVE, 20 Uhr

19. Oktober

- Flohmarkt am S-Bhf. Friedrichshagen, 8 bis 16 Uhr

26. Oktober

- Flohmarkt am S-Bhf. Friedrichshagen, 8 bis 16 Uhr

28. Oktober

- Kiezklub Vital: „Die Seychellen“ Eine moderne Dia-Schau, präsentiert von Klaus Forchheim. Eintritt: 3,50 Euro, bitte melden Sie sich an, 14.30 Uhr
- Kulturgießerei Schöneiche: FLINTA*-Tresen. Ein Abend nur für Frauen*, Lesben, Intergeschlechtliche-, Nichtbinäre-, Trans- und Agender Personen, ein Ort zum Freund:innen treffen oder zum Vernetzen & Pläne schmieden in entspannter und offener Atmosphäre. Immer am letzten Dienstag des Monats, 20 Uhr

29. Oktober

- Stammtisch-Friedrichshagen/ Hirschgarten im Restaurant Steakschmiede, Müggelseedamm 171 A, Infos per Mail: stammtisch@mein-friedrichshagen.de, immer am letzten Mittwoch des Monats, 19.30 Uhr

2. November

- Flohmarkt am S-Bhf. Friedrichshagen: Entfällt wegen Antikflohmarkt Trabbrennbahn Berlin-Karlshorst

Veranstaltungsorte

- histor. Rathaus Friedrichshagen mit Ratskeller und altem Ratssaal, Bölschestra. 87/88, 12587 Berlin, www.rathaus-friedrichshagen.de
- Kiezklub Vital, Myliusgarten 20, 12587 Berlin, Tel. 030 90297 3610; Mail kiezklub.friedrichshagen@ba-tk.berlin.de
- ehemalige Schlosskirche, Dorfstr. 38, 15566 Schöneiche
- Kulturgießerei, An der Reihe 5, 15566 Schöneiche, www.kulturgiesserei.de
- Kleiner Spreewaldpark, Berliner Str. 2, 15566 Schöneiche, www.gruenewabe.de

Das gemütliche Restaurant & Hotel
mit 100-jähriger Tradition direkt an der Müggelspree gelegen

täglich ab 11 Uhr geöffnet
warme Küche 11-21 Uhr

Neu Helgoland

Neuhelgoländer Weg 1 | 12559 Berlin | Tel. 659 82 47
www.neu-helgoland.de

4.10. DIE OSSIS

6.10. (15-18 Uhr) Tanztee mit dem Duo Berlin Music

13.10. (12-17 Uhr): Torsten Schäpan Rumpelkammer mit Erinnerungen
Freuen Sie sich auf einen Wohlfühltag mit deutscher Küche, Unterhaltung, Tanz, Kaffee & Kuchen. Erleben Sie etwas verstaubte Melodien mit dem Tenor aus der Rumpelkammer mit Filmmusiken sowie Operetten.

17.10. Zöllners Binde Passagiere – Dirk Zöllner & Steffi Breiting

20.10. Tanztee (15-18 Uhr) mit Cantano

31.10.+1.11. Quaster & Friends

3.11. (15-18 Uhr) Tanztee mit dem Duo Berlin Music

7.11. Jonathan Blues Band

8.11. Tino Eisbrenner

10.-12.11. (12-17 Uhr): Martinsgansessen mit Duo Berlin Music
Erleben Sie als Erste unsere leckeren Martingänse. Mittagessen, Musik zum Tanzen & Schunkeln, Kaffee & Kuchen.

18.11. (12-17 Uhr): Zaubershow „Reine Kopfsache“ mit Cosmo, dem Mental-Künstler.
Mittagessen, Musik zum Tanzen und Schunkeln, Kaffee & Kuchen.

COMPUTER WILL NICHT?

Probleme mit Netzwerk, Hardware, Software, Internet, eMail, Office oder Viren? ...
Beratung, Service und Reparatur.



O.S. ComputerService Telefon (030) 64168764
Schöneiche Woltersdorfer Straße www.oscomputerservice.de
it-consultation * network * hardware * software * security

Mobilität & Verkehr Südost

4. November | 18:30 Uhr

Restaurant
„Vier Jahreszeiten“
Bölschestraße 37

Anmeldung:
030 650 75 392
anmeldung@penn-tk.de

Ute Bonde
Senatorin für
Mobilität, Verkehr,
Klimaschutz und
Umwelt

Maik Penn
Mitglied des
Abgeordnetenhauses

Smoking Art Abend für Louis Anquetin und Anita Clara Rée



Eva-M. und Peter Rensch laden wieder zum rauchfreien Smoking Art Abend am Samstag, dem 25. Oktober, um 19 Uhr in der Andante Handpresse, Müggelseedamm 133, ein.

Vorgestellt werden die Künstler Louis Anquetin und Anita Clara Rée. Anquetin war ein französi-

scher Maler, der als einer der Mitbegründer des Synthetismus gilt.

Der Künstler zählt auch zu den Wegbereitern des Symbolismus und spielte eine kleine, aber bedeutende Rolle in dessen Entwicklung.

Anita Clara Rée – 1885 bis 1933 – war eine deutsche Malerin der Avantgarde, die in der Zeit der Wei-

marer Republik ihren künstlerischen Durchbruch hatte.

Einlass: 18.30 Uhr

Dauer: ca. 60 Minuten (mit Pause)

Unkostenbeitrag 8,- Euro

Um Sitzplatzreservierung wird

gebeten: Tel. 614 71 10 oder per

Mail: andante.rensch04@gmail.com

„Im Land der Pickelhaube“ – Buchvorstellung und Lesung im Dichterkreis-Museum

Als der Schwede Ola Hansson (1860–1925) Anfang Februar 1890 nach Berlin kam, war er in den literarischen Kreisen Deutschlands kein unbeschriebenes Blatt mehr. Von der Großstadt war er ebenso beeindruckt wie abgestoßen. Davon zeugen die ersten Gedichte, die er zu jener Zeit verfasste.

1891 zog er mit seiner Familie nach Friedrichshagen. Ihr Haus in der Lindenallee entwickelte sich zu einem wichtigen Treffpunkt der Vorort-Boheme.

Neben Beiträgen zur ästhetischen Debatte schrieb Hansson Gedichte: zum einen sensible Verse über das Leben mit Frau und Kind, zum anderen bissige Satiren auf das Preußentum und die biedere Melange aus Edelanarchisten, Sozi-

alaristokraten und Lebensreformatoren, die ihn in Friedrichshagen umgab.

Aber auch ein alter Freund tauchte, oftmals darum gebeten, endlich in dem Dorf hinter der Weltstadt auf: August Strindberg. Nicht zufällig beginnt die Auswahl von Texten aus und über Berlin und Friedrichshagen, die vorgestellt werden, mit einem Brief an Strindberg und endet mit einer Schilderung der letzten Begegnung mit dem alternen Schriftsteller.

Aus heutiger Sicht erscheinen die dreieinhalb Monate in Berlin und die achtzehn Monate in Friedrichshagen als eine glückliche und erfolgreiche Zeit im Leben von Ola

Hansson, an deren Ende die verhängnisvolle Entscheidung stand, nach Bayern zu ziehen.

Seien Sie herzlich eingeladen zu einer Lesung aus dem soeben erschienenen Band: „Ola Hansson. Im Land der Pickelhaube“.

Durch den Abend führt der Übersetzer und Herausgeber Erik Gloßmann. Der Schauspieler Stefan Liebermann rezitiert Gedichte und liest Briefe und amüsante Geschichten Ola Hanssons.

Eine Veranstaltung des Kulturhistorischen Vereins Friedrichshagen e.V. am 16.10. um 19:30 Uhr im Dichterkreis-Museum (c/o Antiquariat Brandel), Scharnweber-



straße 59. Eintritt frei – Spenden erwünscht. Bitte melden Sie sich an: Tel. 030-641 1160.

NEUERSCHEINUNG

– Anzeige –

Eine wahre Geschichte über Sehnsucht, Sucht und das, was wir Liebe nennen



von Katina Engel
**Was, wenn du alles riskierst –
für jemanden, der sich selbst
schon verloren hat?**

„Schlaflos im Rausch des Lebens“ ist eine wahre, tief persönliche Geschichte. Sie erzählt von einer Frau über 50, die glaubt, ihr Leben unter Kontrolle zu haben – bis sie Maik begegnet.

Er ist drogenabhängig, sensibel, voller Widersprüche. Und doch entsteht sofort eine magnetische Verbindung, eine Energie, die alles ins Wanken bringt.

Trotz aller Vernunft lässt sie sich auf ihn ein. Was folgt, ist eine gemeinsame Reise – durch Länder, durch Rausch, durch Abhängigkeit, Ekstase – und tiefgehende Erkenntnisse.

Dieses Buch ist kein Roman. Es ist ein persönli-

ches Zeugnis. Radikal offen, bewegend und erschütternd zugleich schildert Katina Engel ihren Weg durch Höhen, Tiefen – und die Suche nach sich selbst.



Über die Autorin

Katina Engel ist keine klassische Autorin – sie erzählt das wahre Leben. Mit über 50 stellt sie sich ihren tiefsten Sehnsüchten und beginnt, mit offenem Herzen zu schreiben. Ihre Worte brennen sich ein. Ihre Erlebnisse sind unverstellt.

Ihr Mut, sich schonungslos mitzuteilen, ist ein Geschenk für alle Frauen, die bereit sind, sich selbst in der Tiefe zu begegnen. Katina Engel lebt in Berlin-Rahnsdorf und arbeitet in Schöneiche.

Das Buch im Überblick:

Titel: „Schlaflos im Rausch des Lebens – Eine wahre Geschichte über Sehnsucht, Drogen und Freiheit“

Autorin: Katina Engel

246 Seiten

E-Mail: katina-engel@posteo.de

ISBN: 978-3769358605

Erhältlich:

www.amazon.de/dp/3769358600

Gesundheitssport Berlin Hirschgarten e.V.

Mitglied der Berliner Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-, Kreislauferkrankungen e. V.
Mitglied im Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband Berlin e.V.
Mitglied des Berliner Turn- und Freizeitsport-Bund e.V.



Herz- und Gefäßsport

- Mobilisierung des Herz-Kreislaufsystems zur Leistungssteigerung im Alltag
- Förderung und Entwicklung von Koordination und Kraft durch Ergometer-Training, Gymnastik und Ballspielarten
- Entspannungs- und Atemübungen
- Gangschulung; Fußgymnastik

Rehabilitationssport

- Wirbelsäulengymnastik
- Osteoporosesport
- Hockergymnastik
- Lungensport
- Krebsport nach Erkrankung
- Gymnastik im Wasser

Gesundheitssport

- Senioren-Volleyball
- YOGA
- QiGong
- ThaiChi
- Nordic Walking

u.a.

- Der Reha-Sport kann durch die Krankenkasse gefördert werden
- permanente ärztliche Betreuung beim Herzsport



Gesundheitssport Berlin Hirschgarten e. V.

Bölschestr. 129; 12587 Berlin

Tel.: 030 92215584

E-Mail: gesundheitssport-berlin@web.de

Bürozeiten: Dienstags 09:00 – 13:00 Uhr

Jeden 1. Mittwoch 16:00 – 18:00 Uhr

– Anzeige –

Wir haben Ihren persönlichen Haushaltsengel

Dank unserer Kompetenz in der Senioren- und Familienbetreuung

Unsere kompetente Senioren- und Familienbetreuung ist für Sie da, wenn Ihnen im Alltag nicht immer alles mehr so leichtfällt. Wir schließen die Lücke zwischen Krankenpflege und Ihrem selbstbestimmten Leben in Ihrem Zuhause. Unsere Haushaltsengel erfüllen Ihre Wünsche nach Ihren Vorstellungen und sind immer für Sie da, getreu dem Motto: „Mit Leichtigkeit den Alltag meistern“.



Im Herbst werden die Tage kürzer und die Sehnsucht nach einer kleinen Auszeit ist mehr als verständlich. Wenn auch Sie schon länger über eine zuverlässige Unterstützung im Haushalt nachgedacht haben, dann zögern Sie nicht länger.

Auch Ihre Kräfte sind begrenzt und reichen nicht immer für alles. Gern unterstützen wir auch Angehörige von Demenz-/Parkinson-Erkrankten.

Für ein unverbindliches Gespräch stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung. Rufen Sie einfach an.

Ihre Gabriele Rothenhagen
Gesellschafterin
Familien- & Seniorenbetreuung
Brandenburgische Straße 109
15566 Schöneiche
Tel.: 030 / 64 38 77 22
Mobil: 0160 / 94 43 25 57
www.gesellschafterin-senioren-familie.de

Wir haben unsere Stammkunden befragt, was ihren persönlichen Haushaltsengel ausmacht, warum sie uns vertrauen. Ihre Antworten lauteten übereinstimmend: Ihr persönlicher Haushaltsengel ist immer dieselbe liebenswerte, vertraute Person, stets nett, pünktlich und sauber.

Wichtig ist allen, das vertraute Miteinander, das sich Zeit nehmen – für viele eine einzigartige Dienstleistung für Senioren.

Wie Sie die Abwehrkräfte Ihres Kindes natürlich stärken

Eltern kennen das nur zu gut: Ein Kind, das ständig verschnupft ist oder von einem Husten zum nächsten schlittert. Gerade bei den Kleinsten können diese Atemwegserkrankungen Sorgen bereiten. Der Grund ist meist das noch unausgereifte Immunsystem, das die Kleinen besonders anfällig für Erkältungen macht. Doch was können Sie tun, um die Abwehrkräfte Ihres Kindes zu stärken?

Der Weg zum gesunden Immunsystem

Bei der Geburt besitzt ein Kind bereits alle notwendigen Bestandteile seiner Immunabwehr. Allerdings ist dieses System noch nicht trainiert. Durch den sogenannten „Nestschutz“, den das Kind im Mutterleib und später über die Muttermilch erhält, ist es anfangs gut geschützt. Dieser Schutz lässt jedoch nach einigen Monaten nach.

Sobald das Kind krabbelt und seine Umwelt aktiv erkundet, kommt es vermehrt mit Krankheitserregern in Kontakt. Das Immunsystem muss nun aktiv lernen, sich gegen diese Angreifer zu wehren. Häufige Erkältungen, oft mit Fieber verbunden, sind dabei ein normaler Teil des Lernprozesses. Mit jeder überstandenen Erkrankung wird die Immunabwehr gestärkt, sodass sie beim nächsten Kontakt mit demselben Erreger schneller reagieren kann. Bis zur Einschulung hat sich das Immunsystem dann meist weitgehend gefestigt.

So unterstützen Sie die Abwehrkräfte Ihres Kindes

Sie können die Entwicklung eines starken Immunsystems bei Ihrem Kind aktiv fördern:

1. Raus an die frische Luft!

Bewegung an der frischen Luft ist unerlässlich für die körperliche und seelische Entwicklung und stärkt die Immunabwehr. Es ist sogar förderlich, wenn Kinder beim Spielen auch mal schmutzig werden. Der Kontakt mit Mikroben in jungen Jahren trainiert das Immunsystem und kann das



Risiko für spätere Allergien senken. Solange Ihr Kind kein Fieber hat und sich wohlfühlt, ist der Aufenthalt im Freien auch bei einer leichten Erkältung in Ordnung.

2. Ausreichend Erholungspausen einplanen

Ein geregelter Tagesablauf mit Zeiten für Aktivität und Entspannung ist entscheidend für das Immunsystem. Kurze Erholungspausen am Mittag sind für kleinere Kinder besonders wichtig. Hier muss nicht zwingend geschlafen werden; auch das Anschauen eines Bilderbuchs oder ruhiges Musikhören hilft beim Abschalten. Versuchen Sie, übermäßigen Fernsehkonsum zu vermeiden, da dies schnell zu einer Reizüberflutung führen kann.

3. Wasseranwendungen und pflanzliche Unterstützung

Bei Kindern, die oft erkältet sind, haben sich regelmäßige Wasseranwendungen bewährt. Wechsel-duschen am Morgen, die mit warmem Wasser beginnen und mit kühlem enden, fördern die Durchblutung und härten ab. Eine Alternative kann auch das Abrubbeln mit einem heiß-feuchten Handtuch sein. In Absprache mit Ihrem Kinderarzt können auch pflanzliche Arzneimittel eine sinnvolle Ergänzung sein. Eine Kombination aus Wildem Indigo, Lebensbaum und Sonnenhut hat sich oft bewährt, um Infekte leichter verlaufen zu lassen und Rückfällen vorzubeugen. Vertrauen Sie auf die natürliche Kraft des Immunsystems und unterstützen Sie Ihr Kind dabei, stark und gesund aufzuwachsen.

*Ihre Rathaus-Apotheke
Friedrichshagen*

Pflegegeld sichern – Lassen Sie sich beraten!

- ✓ Verlängerung des Pflegegeldes
- ✓ Fragen zur Pflegegrad-Beantragung
- ✓ Unterstützung bei Anträgen

Rufen Sie uns an – Wir helfen Ihnen!

030 90201967

www.kein-handicap.com





Individuelle Bestattungen mit Herz & Mut

**Diana Haase - Ihre Bestatterin
in Friedrichshagen, ganz Berlin & Umgebung**

herzlich | transparent | offen

030 / 34 39 69 00

jederzeit für Sie erreichbar

12587 Berlin | Bölschestraße 116 | www.valediction.de | dh@valediction.de

WERBEN



**Ihre Anzeigenberaterin
Alice Jonas**
für Friedrichshagen und Schöneiche KONKRET
Tel.: 030 / 5 09 92 09 • Handy: 0162 / 746 62 63
E-Mail: alice.jonas@t-online.de

**Bestattungshaus
Feige**



**Tag und Nacht
030 65 018 018**

www.bestattungshaus-feige.de

EXPRESS Polsterei GmbH
TRADITIONSREICHER MEISTERBETRIEB
Größte Polsterei Berlins
Garnitur ab **499,-**
Neubezug Stühle ab **29,-**
Eckbänke ab **299,-**
inkl. Abholung/Lieferung
und hochwertigem Möbelstoff
030-651 90 53
www.expresspolsterei.de
kostenloser Hausbesuch in allen Stadtbez.

**KLEINER EINSATZ,
GROSSE WIRKUNG!**

Eine schwarz-weiße Kleinanzeige
in dieser Größe (35 mm Höhe)
kostet **35,40 Euro**.

**Bestattungshaus
Spletzer**

**Ob Vorsorge oder Trauerfall:
Wir sind in Friedrichshagen
und Umgebung für Sie da.**

Peter-Hille-Straße 77 (gegenüber vom Friedhof)
www.bestattungshaus-spletzer.de

**Tag & Nacht
030 / 641 89 51**

Apotheken-Notdienst

Mo.	6-0	13-V	20-B	27-I
Di.	7-P	14-W	21-C	28-J
Mi.	8-Q	15-X	22-D	29-K
Do.	2-K	9-R	16-Y	23-E
Fr.	3-L	10-S	17-Z	24-F
Sa.	4-M	11-T	18-a	25-G
So.	5-N	12-U	19-A	26-H

Kurzfristige Änderungen sind möglich, bitte beachten
Sie die Aushänge. Wir übernehmen keine Gewähr.

A Müggel-Apotheke Alt-Müggelheim 1-1 A

B Wilhelminenhof-Apotheke
Wilhelminenhofstr. 51

C Pharmland-Apotheke Köpenick
Friedrichshagener Str. 38-42

D Apotheke an der Dahme Regattastr. 77/79

E Apotheke zum Weißen Schwan
Springeberger Weg 16

F Süd-Apotheke Wendenschloßstr. 324 A

G Apotheke Biesdorf-Süd Weißenhöher Str. 88

H Sano-Apotheke Freiheit 1

I Schloss-Apotheke Rudower Str. 13

J Schneemann's Apotheke Rahnsdorf
Fürstenwalder Allee 318

K Flieder-Apotheke Köpenzeile 109-113

L Apotheke im Gesundheitsforum Köpenick
Mahlsdorfer Str. 106

M Kristinen-Apotheke Bölschestr. 108

N Dr. Rothes Apotheke Bahnhofstr. 10

O DocApotheke Bahnhofstraße Köpenick
Bahnhofstr. 41

P Rathaus-Apotheke Bölschestr. 59

Q Elefanten Apotheke Dörfeldstr. 46

R Anker-Apotheke Bölschestr. 27-28

S Stadt-Apotheke in Berlin-Köpenick
Grünstraße 24

T Phoenix-Apotheke Mahlsdorfer Str. 110

U Normannen-Apotheke Grünauer Str. 7-8

V Amtsfeld-Apotheke
Salvador-Allende-Str. 2-8

W Wilhelm-Voigt-Apotheke
Pablo-Neruda-Str. 2-4

X VivApotheke Hellersdorf
Hellersdorfer Straße 237

Y Europa-Apotheke Schnellerstr. 21

Z Falken-Apotheke Edisonstr. 18

a Taut-Apotheke Bruno-Taut-Str. 1

Aktuell

Schottenpreise
Ab sofort sparen
Sie mit unseren
Eigenmarken
bis zu **82%**

* verglichen mit dem UVP eines Markenpreises

ASS **ASS** **ASS**

Freundschaftspreis
€2,48
Wir beraten Sie gerne

CoSalin **CoSalin** **CoSalin**

Freundschaftspreis
€2,48
Wir beraten Sie gerne

Ibuprofen **Ibuprofen** **Ibuprofen**

Freundschaftspreis
€3,48
Wir beraten Sie gerne

Wunden **Wunden** **Wunden**

Freundschaftspreis
€2,98
Wir beraten Sie gerne

Pantoprazol **Pantoprazol** **Pantoprazol**

Freundschaftspreis
€3,98
Wir beraten Sie gerne

Paracetamol **Paracetamol** **Paracetamol**

Freundschaftspreis
€0,98
Wir beraten Sie gerne

Schlafstörungen **Schlafstörungen** **Schlafstörungen**

Freundschaftspreis
€4,48
Wir beraten Sie gerne

Viele weitere Artikel im Angebot

Nathaus Apotheke
Bölschestr. 59 | 12587 Berlin
Tel. 030-6435281 | Fax: 030-84187854

IMMER EINEN SCHRITT VORAUS

Möbelspedition • Umzüge • Küchenmontagen
Möbelmontagen • Haushaltsauflösungen

Michael Weiß Möbelservice

15566 Schöneiche • Am Fließ 18

☎ 030/ 64 90 33 40

www.moebelservice-michael-weiss.de



seit 1990
für Sie da!



verticalSOLUTION GmbH
Müggelseedamm 129
12587 Berlin
Tel.: 030.270 172 530
Fax: 030.270 172 533
info@verticalsolution.eu
www.verticalsolution.eu

Baumpflege mit Seilklettertechnik

- Baumfällung
- Kronenpflege, Astschnitt
Totholzentrückung
- Stubbenfräsen
- Baumgutachten
- Heckenschnitt

„Wir sind dann mal weg – unsere Reise zu Mut, Wahrheit und Liebe“

Es gibt Momente im Leben, in denen man spürt: Jetzt ist es Zeit, die vertrauten Wege zu verlassen und neue zu gehen. Für uns, Denise und Sebastian aus Friedrichshagen, war der Jakobsweg genau dieser Schritt. Dreißig Tage, dreißig Etappen, dreißig Bilder – und doch ist es viel mehr als das. Es ist eine Reise zu uns selbst gewesen.

Der Camino Francés hat uns gelehrt, dass jeder Schritt zählt. Mit leichtem Gepäck, aber einem offenen Herzen haben wir uns aufgemacht, um nicht nur ein Ziel zu erreichen, sondern um unterwegs das Wesentliche zu finden: Mut, Wahrheit und Liebe. Mut, weil es uns Kraft kostete, vertraute Sicherheiten hinter uns zu lassen. Wahrheit, weil man auf langen Wegen irgendwann auf sich selbst trifft – ohne Masken, ohne Ausreden. Und Liebe, weil wir erfahren durften, wie sehr Begegnungen mit Menschen, aber auch die Stille, das Herz öffnen. Besonders eindrücklich war der Moment am Cruz de Ferro – einem schlichten Eisenkreuz, das auf einem Steinhaufen thront. Pilger lassen dort Steine als Symbol ihrer Lasten zurück. Auch wir legten etwas ab – Sorgen, Zweifel, Ballast – und machten Platz für Neues. In diesem Augenblick verstanden wir: Der Jakobsweg ist nicht nur ein Pilgerpfad durch Spanien, er ist



ein Spiegel unseres eigenen Lebensweges.

Diese Erfahrungen wollen wir nun teilen: mit Bildern, die nicht nur Landschaften zeigen, sondern Emotionen, und mit Worten, die die Tiefe unserer Reise lebendig machen.



Am 12. Oktober 2025 um 15 Uhr laden wir herzlich zur Vernissage mit Lesung ins Restaurant „Vier Jahreszeiten“, Bölschestraße 37, 12587 Berlin ein. Dort möchten wir ein Stück unserer inneren und äußeren Reise weitergeben – und vielleicht auch andere inspirieren, ihren eigenen Weg zu gehen. Denn am Ende gilt: Manchmal muss man „dann mal weg“ sein, um wirklich bei sich anzukommen.



**SolarStrom
Berlin**

Seit 2009 installieren wir Photovoltaikanlagen in Berlin-Brandenburg.

**Wir sind ihr regionaler
Handwerksbetrieb für:**

- Photovoltaik-Komplettanlagen
- Wechselrichter
- Wallboxen
- Batteriespeicher
- Wechselrichter
- Notstrom

Tel: 030 5514 2442
service@solarstromberlin.de

www.solarstromberlin.de
Fürstenwalder Allee 20, 12589 Berlin



www.ra-sack.de
STEFFEN SACK
Rechtsanwalt

Recht & Steuern

in Schöneiche Brandenburgische Straße 14

- Arbeitsrecht
- Forderungsdurchsetzung
- Forderungsabwehr
- Miet- / Grundstücksrecht
- Verkehrsrecht

✉ info@ra-sack.de
☎ 030/64 32 86 91

- Beratung und Vertretung im Steuerrecht für Unternehmen und Privatpersonen
- laufende Finanzbuchhaltung
- Steuererklärungen aller Art

✉ steuern@ra-sack.de
☎ 030/64 90 39 46