

# VILLA DONNERSMARCK

Programm

1 | 26



Die Umbau-Ausgabe Nr. 3

Inklusiver Treffpunkt für  
Freizeit, Bildung, Beratung

Kurse | Gruppen | Reisen | Peer Beratung | Selbsthilfe

Mittendrin  
So wie ich bin.



FÜRST DONNERSMARCK-STIFTUNG

Bildnachweise: Titel: Andi Weiland; Malfreu(n)de (S. 4/oben, S. 6, S. 7/oben); Ellen Esser (S. 4/2. von unten, S. 16/oben); K. Wendlandt (S. 10); Depositphotos (S. 11/oben); pexels.com/mikhailnilov (S.11/unten); Andi Weiland (S. 14, S. 19/Porträt; S. 24, S. 27, S. 28, S. 30, S. 32, S. 39); D. Schön-Fritz (S. 15/Mitte); S. J. Muller (S. 15/unten); KI-generiert (S. 16/Mitte); Joachim Dette (S. 17/oben); Depositphotos (S. 17/links); KI-generiert (S. 17/rechts); Ben Duentsch (S. 21/oben); Archiv Bunte Schokowelt (S. 21/2. von oben); Matthias Stange (S. 21/2. von unten); Förderverein Jüdischer Friedhof Berlin-Weißensee e. V. (S. 21/unten); Depositphotos (S. 22/oben); Depositphotos (S. 22/2. von oben); Ziegeleipark S. 22/Mitte); Archiv Touristinformation Buckow (S. 22/2. von unten); TIP Kremmen (S. 22/unten); Ferropolis/Holger Wenski (S.23/oben); Depositphotos (S. 36); alle anderen Bilder: FDST

## **Impressum**

Herausgeber: Fürst Donnersmarck-Stiftung zu Berlin

Verantwortlich: Ines Voll

Redaktion: Sean Bussenius

Satz & Layout: Dunja Berndorff

Wenn nicht anders angegeben, finden alle Veranstaltungen  
am Teltower Damm 283, 4. Etage, 14167 Berlin statt.

Verkehrsverbindung: S1 Zehlendorf;

Bus X10 / Bus 285 bis Beeskowdamm

**Bitte melden Sie sich für alle Veranstaltungen frühzeitig an.**

**Bitte nutzen Sie für Ihre Post  
an uns die gewohnte Adresse:**

**Villa Donnersmarck**

**Inklusiver Treffpunkt für**

**Freizeit – Bildung – Beratung**

Schädestraße 9–13

14165 Berlin-Zehlendorf

Telefon: 030 847 187 0

E-Mail: [info@villadonnersmarck.de](mailto:info@villadonnersmarck.de)

[www.villadonnersmarck.de](http://www.villadonnersmarck.de)



## Liebe Gäste,

hier kommt unser neues Programm, für viel erfüllte Freizeit, Bildung und Beratung – und es ist unsere Umbau-Ausgabe Nr. 3. Ich kann Ihnen versichern, ich bin auch verwundert, wie die Zeit rast. Alle, die einmal so ein umfangreiches Bauprojekt wie die Villa Donnersmarck begleitet haben, wissen: Manchmal muss man einfach Geduld haben. In unserem Umbauquartier am Teltower Damm drehen wir aber nicht die Däumchen, sondern sind gespannt auf die vielen bunten Veranstaltungen, die wir für Sie zusammengestellt haben. Am Wichtigsten ist es doch nicht, wo wir gemeinsam unsere Zeit verbringen, sondern wie. Sie können sich wieder viel aussuchen: Verleben Sie schöne Stunden bei unseren Konzerten und Lesungen, kommen Sie zum klingenden Sonntagsfrühstück oder in Bewegung mit unseren Workshops, auch an der frischen Luft. Mit Kundalini-Yoga haben wir einen ganz neuen Kurs, mit dem Sie Körper und Geist in Einklang bringen, inklusiv und so, wie es zu Ihnen passt. An unserem Stiftungsstandort in der Mainzer Straße geht es fortan mit der Gartengruppe auch wieder in die Hochbeete, bis alles blüht, regelmäßig und zum „Langen Tag der Stadtnatur“. Natürlich bringen auch unsere Ausflüge und Tagesreisen mit spannenden Zielen wieder viel Farbe in Ihr Leben, barrierefrei und ohne Überraschungen. Unsere Peer-Beratung ist immer auf Augenhöhe an Ihrer Seite, wenn Sie Unterstützung wünschen. Die Fortbildungen geben Mitarbeitenden im sozialen Bereich entscheidende, praxisnahe Impulse. **Ganz nebenbei feiern wir auch ein bisschen Geburtstag, denn die Fürst Donnersmarck-Stiftung wird 110 Jahre!** Wir freuen uns auf die prall gefüllten kommenden Monate – und natürlich vor allem auf Sie.

Ihre Ines Voll

Bereichsleiterin Villa Donnersmarck

# Inhalt

## S. 7: Vernissage: Malfreu(n)de



### S. 11: Workshop: Frühlingssalate



### S. 16: Musikalischer Nachmittag



### S. 13: Unser Umbauquartier



## Editorial

3

## Gestalten & Kreativität

6

### Events ..... 7

- Vernissage: Malfreu(n)de –  
Magie der Ideen ■ Frühlingskonzert
- Langer Tag der Stadtnatur
- Annäherung an Kunst

Strickgruppe ..... 8

Villa-Singkreis ..... 8

Schreibgruppe ..... 8

Der Chor der Fürst Donnersmarck-  
Stiftung ..... 8

Literaturkreis ..... 8

Kunstgruppe ..... 9

Malfreu(n)de ..... 9

Gartengruppe ..... 9

Gartengruppe Zehlendorf ..... 9

Strickgruppe „Das 8. Nadelspiel“ ..... 9

Handarbeitsgruppe ..... 9

## Bewegung & Gesundheit

10

### Events ..... 11

- Workshop: In Balance bleiben
- Workshop: Frische Frühlings-  
salate selber machen
- Workshop: Draußen aktiv

Sturzprävention ..... 12

Gymnastik ..... 12

Kundalini-Yoga .....	12
Tai Chi .....	12
Spaziergangsgruppe .....	12
Sportgruppe .....	12
Karate inklusiv .....	12

## **Austausch & Gemeinschaft 14**

### **Events ..... 15**

■ Tauschbörse ■ Lesung: „Ein Tag im Leben eines Rentners“ ■ Hinter den Kulissen ... des ARD-Hauptstadtstudios ■ Musikalischer Nachmittag: „Das gewürzte Berlinprogramm“

■ Das musikalische Frühstück

■ Historischer Film-Nachmittag:

110 Jahre Fürst Donnersmarck-Stiftung ■ PianLola – Das Berliner Musikkabarett

Gruppe Gedächtnistraining .....	17
Blomy-Gruppe .....	17
Talk & Tea .....	17
Wii Gruppe .....	18
Smartphone & Co– so geht das! .....	18
Jugenddisco .....	18
Treffpunkt für Jugendliche und junge Erwachsene .....	18

## **Reisen & Erleben 20**

Berlin: Wintergarten.....	21
Berlin: Schokoladenwerkstatt .....	21

Potsdam: Museum Barberini.....	21
Berlin: East Side Gallery .....	21
Berlin: Jüdischer Friedhof.....	21
Berlin: Volkspark Friedrichshain.....	22
Oranienburg: Schlosspark.....	22
Mildenberg: Ziegeleipark .....	22
Buckow: Stadtbefichtigung .....	22
Kremmen: Spargelesen.....	22
Gräfenhainichen: Ferropolis.....	23
Lychen: Floßfahrt.....	23

## **Auf einen Blick 26**

### **Alle Veranstaltungen und Kurse**

## **Fortbildungen & Fachthemen 30**

**Fortbildung:** Gewaltfrei leben ..... 31

**Fortbildung:** Die Macht der Sprache: Wertschätzende Kommunikation mit Menschen mit Behinderung..... 31

## **Beratung & Selbsthilfe 32**

Peer Counseling .....	33
Persönliche Zukunftsplanung .....	33
Angehörigenberatung .....	34
Selbsthilfegruppen .....	35

## **Anmeldebedingungen 38**



## Gestalten & Kreativität

Bei uns bekommen Ihre Einfälle einen Platz zum Wachsen. In unseren Kreativkursen bringen Sie Ihre Einfälle zur schönsten Entfaltung. Erlernen Sie die Technik, die Ihnen am besten liegt, ob Malen, Schreiben und viel mehr. Wenn Sie gemeinsam mit anderen lernen, lachen und besser werden, kommt die Motivation von ganz allein. Bei unseren Kulturevents schenken Sie sich lebendige Momente und bereichern Ihren Alltag mit besonderen Erlebnissen.

Bitte melden Sie sich für alle Angebote an.

## Sonntag, 1. Februar 2026

### Vernissage: Malfreu(n)de – Magie der Ideen

Unsere Kunstgruppe Malfreu(n)de um Malerin Elke Acker eröffnen ihre neue Ausstellung. Kleine wie große Formate, Aquarelle, Zeichnungen und viel mehr, immer verbunden durch bunte Kreativität und der Lust an der eigenen Idee. **Musik: Seyyit El-Cherbiny (Piano) | Zeit: 15–17 Uhr | Eintritt frei**



## Samstag, 9. Mai 2026

### Frühlingskonzert

Der inklusive Chor der Fürst Donnersmarck-Stiftung singt eine bunten Strauß Lieder zur Jahreszeit. Zum Zuhören und Mitsingen. **Leitung: Christine Herrmann-Wewer | Ort: Wird rechtzeitig bekannt gegeben Zeit: 16–18 Uhr | Eintritt frei**



## Sonntag, 31. Mai 2026

### Langer Tag der Stadtnatur

Gemeinsam pflanzen, basteln und Natur spielerisch erleben: Gestalten Sie bunte Steine für das Hochbeet und stellen Sie kreative Samenbomben her. Wie gelingt ein ausgewogener Pflanzenmix im Hochbeet? Entdecken Sie duftende Kräuter und spannende Pflanzen. Familien sind herzlich willkommen. **Referentinnen: Britta Führer / Ursula Gellbach Ort: Mainzer Str. 19, 10715 Berlin | Zeit: 14–18 Uhr Eintritt: 7,- Euro, erm. 5,- Euro (Eintrittskarten gelten 26 Stunden für alle teilnehmenden Gärten.**



## Termin wird rechtzeitig bekannt gegeben

### Annäherung an Kunst

Kunst verstehen und anders sehen. Die lehrreiche Exkursion durch aktuelle Berliner Ausstellungen.

**Termin / Uhrzeit / Treffpunkt werden rechtzeitig bekanntgegeben.**

**Kosten: 10,- Euro (max. 10 Personen)**



## Regelmäßige Angebote

*Anmeldung siehe Seite 38*

### ■ Strickgruppe

#### Montags | wöchentlich

Entspannt plaudern zum Klappern der Nadeln. Neue Mitstrickerinnen und Mitstricker sind herzlich willkommen.

**Zeit: 14.30–17 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**

### ■ Villa-Singkreis

#### Montags | 14-tägig

Zusammen singen tut einfach gut. Für Menschen mit und ohne Behinderung.

**Leitung: Christine Herrmann-Wewer**

**Zeit: 15–16 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**

### ■ Schreibgruppe

#### Montags | wöchentlich

Erlernen Sie Kreativtechniken für frische Schreibideen.

**Leitung: Gisela Poppenberg**

**Zeit: 16–18 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**

### ■ Der Chor der Fürst Donnersmarck-Stiftung

#### Montags | wöchentlich

Singen Sie sich glücklich: In unserem inklusiven Chor stimmen Menschen mit und ohne Behinderung jede Woche gemeinsam an.

**Leitung: Christine Herrmann-Wewer**

**Zeit: 16.30–18.30 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**

### ■ Literaturkreis

#### Dienstags | monatlich

Blicken Sie neu zwischen die Zeilen: Wir lesen Bücher gemeinsam und teilen unsere Gedanken.

**Leitung: Jutta Goller | Zeit: 16–18 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**

### ■ Kunstgruppe

#### Mittwochs | wöchentlich

Schöne Dinge selbst erstellen, mit Filzen und mehr Kreativtechniken.

**Leitung: Kerstin Wendlandt**

**Zeit: 10–13 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**

### ■ Malfreu(n)de

#### Mittwochs | 14-tägig

Aquarell, Acrylfarben, Pastellkreiden, Bleistiftzeichnen – nichts, das nicht geht. Malerin Elke Acker bringt Ihnen die Technik bei, die Sie schon immer ausprobieren wollten.

**Leitung: Elke Acker**

**Zeit: 14–16 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen, zuzüglich Materialkosten**

### ■ Gartengruppe

#### Donnerstags | 14-tägig

Inklusives Gärtnern an den Hochbeeten. Neue grüne Daumen herzlich willkommen.

**Leitung: Britta Führer**

**Ort: Mainzer Straße 19,  
10715 Berlin**

**Zeit: 14–17 Uhr**

**Mitmachen kostenlos**

### ■ Gartengruppe Zehlendorf

#### Jeden 1. Donnerstag im Monat

Alles rund um Pflanzen und Gartengestaltung, lebendiger Austausch sowie Exkursionen ins Berliner Umland.

**Leitung: Nina Heller und**

**Erika Soukup**

**Zeit: 16–18 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**

### ■ Strickgruppe

#### „Das 8. Nadelspiel“

#### Donnerstags | wöchentlich

Stricken mit Anspruch: Pullover, Strickjacken und mehr gekonnte Maschen. Neue Mitstrickerinnen sind herzlich willkommen.

**Leitung: Dagmar Scozzari**

**Zeit: 16.30–19 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**

### ■ Handarbeitsgruppe

#### Freitags | wöchentlich

Tolle Sachen selber machen. Wir stricken alles, von Socken bis Babykleidung. Wir freuen uns auf neue Mitstrickende.

**Zeit: 10–12.30 Uhr**

**Mitmachen kostenlos**



## Bewegung & Gesundheit

Zusammen schwitzen motiviert von ganz allein. Gönnen Sie sich ein gesundes Plus mit unseren inklusiven Bewegungs- und Gesundheitskursen, bei denen Spaß und Gesellschaft so wichtig sind wie die Fitness. Bei allen Angeboten können Sie so dabei sein, wie Ihr Körper es braucht. Alles funktioniert wunderbar auch im Rollstuhl oder mit anderen Mobilitätseinschränkungen. Probieren Sie es einfach aus. Wer sich gut fühlt, hat mehr vom Leben. (Foto: Kerstin Wendlandt, Kundalini-Yoga, S. 12)

Bitte melden Sie sich für alle Angebote an.

**Sonntag, 29. März 2026**

## Workshop: In Balance bleiben

Aktiv, gesund und in Bewegung bleiben. Erleben Sie, wie gezielte Bewegungen aus der Sturzprävention Ihre Balance stärken und Ihnen Sicherheit im Alltag geben. Kommen Sie ins Gleichgewicht – mit Spaß und ohne Vorkenntnisse. **Referentin: Britta Führer**  
**Zeit: 15–17 Uhr | Kosten: 5,- Euro**



**Freitag, 22. Mai 2026**

## Workshop: Frische Frühlingsalate selber machen

Entdecken Sie die bunte Welt der gesunden, frischen Salate – knackiges Gemüse, feine Kräuter und kreative Toppings. Abgerundet mit raffinierten, hausgemachten Dressings, wird jeder Teller zum Geschmackserlebnis. Wir zeigen Ihnen, wie einfach Sie vitalstoffreiche Mahlzeiten zubereiten. Tut gut, ist richtig lecker! **Referentin: Claudia Michaelis**  
**Zeit: 14–16 Uhr | Kosten: 5,- Euro**



**Samstag, 30. Mai 2026**

## Workshop: Draußen aktiv

Aktivität und Entspannung unter freiem Himmel. Erleben Sie mit Elementen aus dem Yoga an einer schönen, bewaldeten Stelle im Park Bewegung, Atmung und Achtsamkeit in der Natur. Inklusiv für alle, Sie brauchen keine Vorkenntnisse. **Referentin: Andrea Fellenberg** | **Zeit: 15–17 Uhr | Kosten: 5,- Euro**



## ■ Sturzprävention

### Dienstags & Donnerstags wöchentlich

Stärken Sie Ihren Gleichgewichtssinn und beugen Sie Stürzen aktiv vor. Für mehr Lebensqualität im Alltag.

**Di: Gruppe I: 9.30–10.30 Uhr**

**Gruppe II: 11–12 Uhr**

**Do: Gruppe III: 9.30–10.30 Uhr**

**Gruppe IV: 11–12 Uhr**

**Kosten: 2,– Euro pro Treffen**

## ■ Gymnastik

### Dienstags | wöchentlich

Ganzkörpertraining für Frauen ab 50 nach einer Krebserkrankung.

**Leitung: Andrea Fellenberg**

**Zeit: 15–16.30 Uhr**

**Kosten: 10,– Euro (monatlich)**

## ■ Kundalini-Yoga

### Dienstags | wöchentlich

**Start: 3.2.2026**

Sanfte körperliche Übungen, Atemführung und Meditation, inklusiv und für alle. Steigern Sie entspannt Ihre Lebensqualität.

**Referentin: Kerstin Wendlandt**

**Zeit: 17.30–19 Uhr**

**Kosten: 10,– Euro (monatlich)**

## ■ Tai Chi

### Dienstags | wöchentlich

Stärken Sie Ihr Wohlbefinden beim „chinesischen Schattenboxen“.

**Zeit: 12.30–14 Uhr**

**Kosten: 2,– Euro pro Treffen**

## ■ Spaziergangsgruppe

### Mittwochs | wöchentlich

Bewegung mit viel Zeit und Platz für gute Gespräche bei einstündigen Spaziergängen in der Umgebung.

**Leitung: Barbara Cronenberg**

**Zeit: 10.30 Uhr | Mitmachen kostenlos**

## ■ Sportgruppe

### Mittwochs | wöchentlich

Mehr Freude und Fitness für jeden Tag, durch spielerisches Training mit Übungen im und am Rollstuhl.

**Leitung: Carsten Wolf und Selma**

**Simmert | Zeit: 10.30–12 Uhr**

**Kosten: 3,– Euro pro Treffen**

## ■ Karate inklusiv

### Freitags | wöchentlich

Effektive Selbstverteidigung.

Für alle mit und ohne Behinderung.

**Leitung: Michael Klahr (Karate- und Gesundheitstrainer)**

**Zeit: 17.30–19 Uhr**

**Kosten: 2,– Euro pro Treffen**

# Unser Umbauquartier



## So, wie Sie es kennen

In unserem Umbauquartier bleibt alles, wie Sie es kennen. Ihre Kurse und Gruppen finden an den gleichen Tagen zur gleichen Zeit statt und die freundlichen Gesichter kennen Sie auch schon alle.

Wir treffen uns am Teltower Damm 283, 14167 Berlin in der 4. Etage. Ein Aufzug bringt Sie zu uns. Die Räume und WC sind barrierefrei. Für Ihr leibliches Wohl bieten wir Ihnen ein einfaches Angebot an Speisen und Getränken.

So finden Sie zu uns:

### Anfahrt

**Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:**

- S1 bis S-Bhf Zehlendorf
- Bus X 10 / 285 Richtung Teltow ab Haltestelle Machnower Str.
- Bis Haltestelle Beskowdamm

**Mit dem Auto:**

- Statt in die Schädestraße zur Villa abzubiegen, Teltower Damm weiter geradeaus in Richtung Teltow fahren
- An der Kreuzung Beskowdamm geradeaus weiter
- Nach ca. 300 m links abbiegen

Es gibt Parkplätze vor Ort



### Darauf können Sie sich freuen

Wenn wir die Villa frisch und fertig wiedereröffnen, haben wir noch mehr Platz für Sie: Im Untergeschoss entsteht ein großer Gruppenraum, für noch mehr inklusive Angebote und gute Gemeinschaft. Freuen Sie sich drauf!

**Wir freuen uns auf Sie!**

**Ihr Team der Villa Donnersmarck**



## Austausch & Gemeinschaft

Gute Gesellschaft macht doch den Unterschied: Ein schönes Gespräch, Gedanken miteinander teilen, zusammen lachen und leben. Ob in der Gruppe oder bei bunten Veranstaltungen, bei uns sind Sie von Mensch zu Mensch immer mittendrin. Verbringen Sie einen Tag, an den Sie sich noch lange gern erinnern. An jedem Tag, barrierefrei.

Bitte melden Sie sich für alle Angebote an.

## Sonntag, 8. Februar 2026

### Tauschbörse

Tauschen statt wegwerfen: Bücher, Kleidung, Technik oder Kleinkram – bringen Sie mit, was Sie nicht mehr brauchen und finden Sie dafür schöne Dinge von anderen. Nachhaltig, sinnvoll, kostenlos. Was Sie nicht loswerden, nehmen Sie einfach wieder mit.  
Zeit: 14–17 Uhr | Eintritt: frei

## Donnerstags, 19. Februar 2026

### Lesung: „Ein Tag im Leben eines Rentners“

Dietrich Schön-Fritz liest humorvoll und pointiert aus seinen Texten und Gedichten. Ein kurzweiliges Augenzwinkern über den Alltag im Ruhestand. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Nachmittag voller Witz, Charme und überraschender Einsichten.  
Zeit: 14–15 Uhr | Eintritt: 3,- Euro

## Donnerstag, 5. März 2026

### Hinter den Kulissen ... des ARD-Hauptstadtstudios

Wir besuchen das ARD-Hauptstadtstudio in Berlin-Mitte, für eine persönliche Führung durch Redaktion und TV-Produktion. Leitung: Christine Busch  
Zeit: 10.30–13 Uhr | Treffpunkt: ARD Hauptstadtstudio, Wilhelmstr. 67a, 10117 Berlin | Kosten: 10,- Euro pro Person | Bitte melden Sie sich und eine benötigte Begleitperson an (Plätze begrenzt).





**Sonntag, 15. März 2026**

### **Musikalischer Nachmittag:**

### **„Das gewürzte Berlinprogramm“**

Ellen Esser und Bandkollegen präsentieren schwungvolle Melodien, humorvolle Texte und jede Menge charmanten Berliner Esprit. Ein abwechslungsreiches Programm voll musikalischer Würze und guter Laune. Genießen Sie dazu duftenden Kaffee und leckeren Kuchen.

**Zeit: 15–17 Uhr | Eintritt: 4,– Euro**



**Sonntag, 26. April 2026**

### **Das musikalische Frühstück**

Starten Sie Ihren Sonntag in entspannter Atmosphäre. Frische Brötchen, duftender Kaffee und gute Gesellschaft, dazu stimmungsvolle Live-Musik. Plaudern, lachen und genießen – wir freuen uns auf Sie!

**Zeit: 10–12 Uhr | Eintritt frei (Konzert)**



**Freitag, 8. Mai 2026**

### **Historischer Film-Nachmittag:**

### **110 Jahre Fürst Donnersmarck-Stiftung**

Wir haben Geburtstag: Die Fürst Donnersmarck-Stiftung wird 110 Jahre! Zum Gründungstag sind wir für Sie in die Archive gestiegen. Freuen Sie sich auf eine bunte Filmschau aus längst vergangenen Stiftungstagen.

**Zeit: 16–18 Uhr | Eintritt frei**

**Sonntag, 10. Mai 2026**

## **PianLola – Das Berliner Musikkabarett**

PianLola, das sind Sängerin Lola Bolze und Pianist Jorge Idelsohn. Zusammen begeistert sie mit amüsanten Chansons und Gassenhauern über das alte Berlin. Spritziges Musikkabarett mit südamerikanischem Temperament und viel Berliner Schnauze.

**Zeit: 15–17 Uhr | Eintritt: 4,- Euro (Konzert)**



## **Regelmäßige Angebote**

*Anmeldung siehe Seite 38*

### ■ **Gruppe Gedächtnistraining**

**Montags | wöchentlich**

Unterhaltsames Training für unser Gedächtnis in gemeinsamer Runde.

**Leitung: Brigitte Erdmann**

**Zeit: 11–13 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**



### ■ **Blomy-Gruppe**

**Mittwochs | 14-tägig**

Gesprächskreis, Gemeinschaft und lockeres Gedächtnistraining.

**Leitung: Beate Klahr**

**Zeit: 12–16 Uhr**

**Kosten: 2,- Euro pro Treffen**



### ■ **Talk & Tea**

**Mittwochs | monatlich**

**8.4. / 20.5. / 3.6.2026**

Kommen Sie zum Afternoon Tea, für eine gute Tasse und englischen Plausch. Ob Muttersprache oder zum Abstauben der Englischkenntnisse – let's have a lovely chitchat!

**Leitung: Sean Bussenius**

**Zeit: 15–16 Uhr**

**Eintritt frei**

## ■ Wii Gruppe

### Mittwochs | wöchentlich

Die lustige Runde mit der coolen Konsole für Jugendliche und junge Erwachsene.

Leitung: Britta Führer

Zeit: 15–17 Uhr

Mitmachen kostenlos

## ■ Smartphone & Co – so geht das!

### Donnerstags | 14-tägig

Start: 29.1.2026

Die Welt der smarten Technik, alles leicht erklärt. Zusammen üben und verstehen.

Leitung: Sean Bussenius

Zeit: 15.30–16.45 Uhr (Grundlagen)

17–18.30 Uhr (Fortgeschrittene)

Kosten: 2,- Euro pro Treffen

## ■ Jugendsdisco

### Freitags | monatlich

30.1. / 20.2. / 27.3. / 17.4. /

29.5. / 26.6.

DJ Vermona Inferno mixt  
Euren Sound.

Leitung: Britta Führer

Zeit: 18–21 Uhr

Ort: Haus der Jugend

„Anne Frank“,

Mecklenburgische Straße 15,

10713 Berlin | Eintritt frei



## ■ Treffpunkt für Jugendliche und junge Erwachsene

### Sonntags | monatlich

Ausflüge, quatschen und nette Leute treffen. Wir sind eine bunte Gruppe und freuen uns auf Dich!

Leitung: Britta Führer

Zeit: 14–18 Uhr

Kosten: 2,- Euro pro Treffen

Besuchen Sie uns

im Internet:

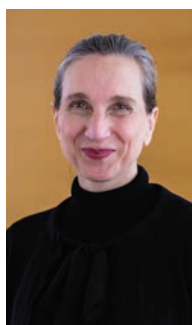
[www.villadonnemark.de](http://www.villadonnemark.de)

# Den Unterschied machen.

## Freiwilliges Engagement in der Fürst Donnersmarck-Stiftung

Unterstützen und begleiten Sie Menschen mit Behinderung! Als Freiwillige in der Fürst Donnersmarck-Stiftung können Sie bereits mit wenig Zeit in der Woche viel bewegen. Ob als Begleitung bei Freizeitaktivitäten, für Gespräche im Wohnbereich oder bei der Unterstützung unserer Feste und Veranstaltungen. Die Möglichkeiten freiwilligen Engagements sind so vielfältig wie die Stiftung selbst. Wir begleiten Sie individuell bei der Suche nach einer Tätigkeit, die zu Ihnen passt. Sie erwartet ein offenes und wertschätzendes Miteinander bei uns. Und nicht zuletzt ein Lächeln von Menschen, denen Ihr Engagement viel bedeutet!

**Wir freuen uns auf Sie!**



**Mirjam Mirwald**  
Kordinatorin  
Ehrenamt &  
freiwilliges  
Engagement  
Telefon:  
030 847 187 21  
E-Mail:  
ehrenamt@fdst.de

### Aktuell suchen wir

#### **Begleitperson für Freizeitaktivitäten (m/f/d)**

Wir suchen eine freundliche Person für die Begleitung von Freizeitaktivitäten von Menschen mit Behinderung. Ob Spaziergang, Kultur- oder Sportveranstaltung, Cafébesuch oder ein Einkaufsbummel, vieles ist möglich. Sie können auch einfach zum Kaffeetrinken oder Spielen in die Wohnbereiche kommen. Spenden Sie Ihre Zeit, wirken Sie gegen Vereinsamung und ermöglichen Sie mehr Teilhabe. 1-2 x im Monat oder nach Absprache.

Beim Dankeschön-  
Ausflug: Unsere  
Ehrenamtlichen





## Reisen & Erleben

Einfach mal etwas Anderes sehen und schöne Erinnerungen sammeln. Wir machen Sie mobil und holen Sie aus dem Alltagstrott. Bei unseren Ausflügen und Tagesfahrten sehen Sie etwas von der Welt, zusammen mit anderen netten Menschen, die es lieben unterwegs zu sein. Alle Ziele haben wir ausgiebig auf ihre Barrierefreiheit geprüft. Gönnen Sie sich die Abwechslung und ein kleines Abenteuer.

Bitte melden Sie sich für alle Angebote an.

**Samstag, 24. Januar 2026**

## Berlin: Wintergarten

Das Showcafé „Flying Lights“, eine  
Fusion von Licht und Bewegung.

Zeit: 14.30–17 Uhr | Preis: 46,- Euro



**Mittwoch, 18. Februar 2026**

## Berlin: Schokoladenwerkstatt

Workshop zur Herstellung der eigenen  
Schokolade. Zeit: 14–17 Uhr | Preis: 20,- Euro



**Montag, 9. März 2026**

## Potsdam: Museum Barberini

Besuch der Ausstellung „Avantgarde. Max  
Liebermann und der Impressionismus in  
Deutschland“ inklusive Einführungsvortrag.

Zeit: 10.30–13.30 Uhr | Preis: 20,- Euro



**Dienstag, 24. März 2026**

## Berlin: East Side Gallery

Führung entlang der 1990 von mehr als  
100 Künstlern aus 21 Ländern gestalteten,  
weltweit längsten Open-Air-Gallery.

Zeit: 10.30–13.30 Uhr | Preis: 10,- Euro



**Dienstag, 12. Mai 2026**

## Berlin: Jüdischer Friedhof

Führung über den jüdischen Friedhof in  
Weißensee, flächenmäßig der größte in Europa.

Zeit: 10.30–13.30 Uhr | Preis: 20,- Euro





**Freitag, 19. Juni 2026**

## **Berlin: Volkspark Friedrichshain**

Führung durch den 1846 als erste kommunale Grünanlage angelegten Park.

**Zeit: 10.30–13.30 Uhr | Preis: 20,– Euro**

## **Tagesausflüge**



**Dienstag, 31. März 2026**

## **Oranienburg: Schlosspark**

Besuch der Stadt an der Havel mit Führung durch den Schlosspark.

**Zeit: 10–17.30 Uhr | Preis: 98,– Euro**



**Mittwoch, 22. April 2026**

## **Mildenberg: Ziegeleipark**

Besichtigung des Industriedenkmals, dessen Ziegeleien bis 1991 in Betrieb waren.

**Zeit: 9–18 Uhr | Preis: 119,– Euro**



**Mittwoch, 6. Mai 2026**

## **Buckow: Stadtbesichtigung**

Führung durch den am Schermützelsee gelegenen Kneippkurort, den Theodor Fontane als „Die Perle der Märkischen Schweiz“ beschrieb.

**Zeit: 9–18 Uhr | Preis: 93,– Euro**



**Dienstag, 26. Mai 2026**

## **Kremmen: Spargelessen**

Büfett auf dem Spargelhof mit anschließender kleiner Führung durch das historische Scheunenviertel.

**Zeit: 10–17.30 Uhr | Preis: 106,– Euro**

**Mittwoch 24. Juni 2026**

## Gräfenhainichen: Ferropolis

Besichtigung der „Stadt aus Eisen“, einem Industriemuseum auf dem Gelände des ehemaligen Tagebaus Golpa-Nord mit verschiedenen riesigen Baggern.

**Zeit: 9–18 Uhr | Preis: 92,– Euro**

**Montag, 13. Juli 2026**

## Lychen: Floßfahrt

Fahrt über die uckermärkischen Seen nach alter Flößertradition, mit Kesselgulasch an Bord.

**Zeit: 9–18 Uhr | Preis: 109,– Euro**



## Reisebedingungen

### Abfahrt und Ankunft:

- **Ausflüge:**  
Individuell, Treffpunkt vor Ort
- **Tagesausflüge:**  
Teltower Damm 283, 14167 Berlin

**Mindestanzahl der Teilnehmenden:  
10 Personen. Änderungen vorbehalten.**

Vor Fahrtbeginn kann jederzeit durch schriftliche Erklärung zurückgetreten werden. Maßgebend ist der Eingang der Rücktrittserklärung.

Hierfür gelten folgende Stornogebühren je angemeldeter Person bezogen auf den Endpreis:

- **vom 27. – 8. Tag vor Fahrtbeginn:**  
25 % der Kosten
- **vom 7. – 4. Tag vor Fahrtbeginn:**  
50 % der Kosten
- **ab 3 Tage vor Reisebeginn  
und bei Nichterscheinen:**  
100 % der Kosten

Mehr Informationen sowie Kontodaten für Ihre Buchung finden Sie bei unseren Anmeldebedingungen auf Seite 38.

# Eine Villa für alle(s)

Die Villa Donnersmarck ist ein schöner Ort, um Ihre Freizeit in bester Gesellschaft selbstbestimmt zu gestalten, besonders, wenn Sie in Ihrer Mobilität eingeschränkt sind.

Barrierefreiheit fängt bei uns bei der Begrüßung an. Wir leben eine Willkommenskultur, bei der Vielfalt und buntes Miteinander großgeschrieben werden. Bei uns ist immer Programm, selbst wenn gerade keine Kurse oder Events stattfinden. Künstlerinnen und Künstler, die selbst mit einer Behinderung leben, verwandeln unser Haus mit wechselnden Ausstellungen regelmäßig in eine Galerie. Unser Café Wintergarten sorgt für Ihr leibliches Wohl, ein schönes Ambiente und nette Menschen inklusive. Wenn die Großstadt gern mal einen Moment Pause machen darf, kommen Sie in unsere Gärten und lassen Sie die Seele baumeln. Das ist nicht nur an Sonnentagen schön. Sie finden uns nur wenige Minuten vom S-Bahnhof Zehlendorf entfernt, in einem der grünsten Bezirke Berlins.

**Freuen Sie sich mit uns auf die Wiedereröffnung!**

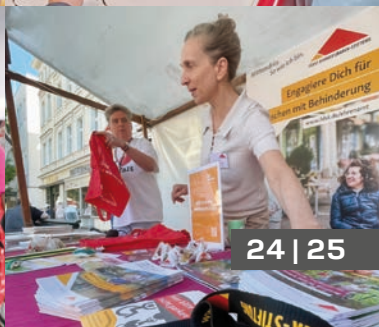
**Ihr Team der Villa Donnersmarck**





# Kunterbunt Impressionen aus dem vergangenen Halbjahr

1. Reihe (von links nach rechts): Bunte Frühjahrsdeko; Aktionstag 5. Mai in Zehlendorf; inklusive Chorprobe; 2. Reihe: „Brückenfahrt“ durch Berlin; Action beim inklusiven Karate; beim Bezirksspaziergang „Ge(h)meinsam unterwegs“; 3. Reihe: Diskussion in der Berliner Landeszentrale für politische Bildung; beim Präventionstheater; Workshop im Museum für Asiatische Kunst; 4. Reihe: Die Wilden Witwer; Infoveranstaltung Pflege; Ehrenamtskoordinatorin Mirjam Mirwald am Stand der Fürst Donnersmarck-Stiftung



# Auf einen Blick

Wir machen es Ihnen einfach: Mit der praktischen Übersicht können Sie sofort sehen, was an jedem Tag der Woche bei uns los ist. So verpassen Sie garantiert nichts mehr. Anmeldeformalitäten auf Seite 38.

- Gestalten & Kreativität
- Bewegung & Gesundheit
- Austausch & Gemeinschaft
- Reisen & Erleben
- Fortbildungen & Fachthemen
- Beratung & Selbsthilfe

## MONTAGS

### wöchentlich

- Strickgruppe, S. 8
- Schreibgruppe, S. 8
- Der Chor der Fürst  
Donnersmarck-Stiftung, S. 8
- Gruppe Gedächtnistraining, S. 17

### 14-tägig

- Villa-Singkreis, S. 8
- Landesselbsthilfeverband  
Schlaganfall- und Aphasie-  
Betroffener und gleichartig  
Behinderter Berlin e. V., S. 36

## DIENSTAGS

### wöchentlich

- Gymnastik, S. 12
- Kundalini-Yoga, S. 12
- Tai Chi, S. 12
- Sturzprävention, S. 12

### 14-tägig

- Aphasiker-Selbsthilfe-  
Gruppe, S. 35

### monatlich

- Literaturkreis, S. 8
- Selbsthilfegruppe der  
deutschen Schmerzliga, S. 37

## MITTWOCHS

### wöchentlich

- Kunstgruppe, S. 9
- Spaziergangsgruppe, S. 12
- Sportgruppe, S. 12
- Wii Gruppe, S. 18

### 14-tägig

- Malfreu(n)de, S. 9
- Blomy-Gruppe, S. 17

### monatlich

- Talk & Tea, S. 17



## DONNERSTAGS

### wöchentlich

- Strickgruppe  
„Das 8. Nadelspiel“, S. 9
- Sturzprävention, S. 12

### 14-tägig

- Gartengruppe, S. 9
- Smartphone & Co –  
so geht das! S. 18

### monatlich

- Gartengruppe Zehlendorf,  
S. 9
- Regionalgruppe Berlin-  
Brandenburg der  
Deutschen Myasthenie  
Gesellschaft, S. 36

## FREITAGS

### wöchentlich

- Handarbeitsgruppe, S. 9
- Karate inklusiv, S. 12

### monatlich

- Jugenddisco, S. 18
- Amputierten Treffpunkt  
Berlin-Brandenburg, S. 35

## SAMSTAGS

### monatlich

- Ushergruppe Berlin-  
Brandenburg, S. 37

## SONNTAGS

### monatlich

- Treffpunkt für Jugendliche  
und junge Erwachsene, S. 18



*Bitte denken  
Sie an Ihre  
Anmeldung!*

## Alle Events mit Termin

### JANUAR

01 ■ Sa, 24. Januar ..... Berlin: Wintergarten, S. 21

### FEBRUAR

02 ■ So, 1. Februar ..... Vernissage: Malfreu(n)de – Magie der Ideen, S. 7

03 ■ So, 8. Februar ..... Tauschbörse, S. 15

04 ■ Mi, 18. Februar ..... Berlin: Schokoladenwerkstatt, S. 21

05 ■ Do, 19. Februar ..... Lesung: „Ein Tag im Leben eines Rentners“, S. 15

### MÄRZ

06 ■ Do, 5. März ..... Hinter den Kulissen ...  
des ARD-Hauptstadtstudios, S. 15

07 ■ Mo, 9. März ..... Potsdam: Museum Barberini, S. 21

08 ■ So, 15. März ..... Musikalischer Nachmittag:  
„Das gewürzte Berlinprogramm“, S. 16

09 ■ Di, 24. März ..... Berlin: East Side Gallery, S. 21

10 ■ Mi, 25. März ..... Gewaltfrei leben, S. 31

11 ■ So, 29. März ..... Workshop: In Balance bleiben, S. 11

12 ■ Di, 31. März ..... Oranienburg: Schlosspark, S. 21

## APRIL

- 13 ■ Mi, 22. April ..... Mildeberg: Ziegeleipark, S. 22  
14 ■ So, 26. April ..... Das musikalische Frühstück, S. 16  
15 ■ Do, 30. April ..... Die Macht der Sprache: Wertschätzende  
Kommunikation mit Menschen mit Behinderung, S. 31

## MAI

- 16 ■ Mi, 6. Mai ..... Buckow: Stadtbesichtigung, S. 22  
17 ■ Fr, 8. Mai ..... Historischer Film-Nachmittag:  
110 Jahre Fürst Donnersmarck-Stiftung, S. 16  
18 ■ Sa, 9. Mai ..... Frühlingskonzert, S. 7  
19 ■ So, 10. Mai ..... PianLola – Das Berliner Musikkabarett, S. 17  
20 ■ Di, 12. Mai ..... Berlin: Jüdischer Friedhof, S. 21  
21 ■ Fr, 22. Mai ..... Workshop: Frische Frühlingsalate  
selber machen, S. 11  
22 ■ Di, 26. Mai ..... Kremmen: Spargelessen, S. 22  
23 ■ Sa, 30. Mai ..... Workshop: Draußen aktiv, S. 11  
24 ■ So, 31. Mai ..... Langer Tag der Stadtnatur, S. 7

## JUNI

- 25 ■ Fr, 19. Juni ..... Berlin: Volkspark Friedrichshain, S. 22  
26 ■ Mi, 24. Juni ..... Gräfenhainichen: Ferropolis, S. 23

## JULI

- 27 ■ Mo, 13. Juli ..... Lychen: Floßfahrt, S. 23

## Alle Events mit offenem Termin

- 28 ■ Annäherung an Kunst: Ausflüge zu Kunst und Kultur, S. 8



## Fortbildung & Fachthemen

Was bewegt Menschen mit Behinderung? Bei uns erzählen sie das am besten selbst. Mit Diskussionsrunden und Fachveranstaltungen eröffnen wir Gesprächsräume zwischen Podium und Publikum rund um Teilhabe, Selbstbestimmung und andere Themen, die mehr Aufmerksamkeit brauchen. Inklusion braucht eben Austausch. Diskutieren Sie mit! Bei unseren Fortbildungen finden Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im sozialen Bereich ein Wissensupdate, das den Unterschied macht.

Bitte melden Sie sich für alle Angebote an.

## **Mittwoch, 25. März 2026**

### **Gewaltfrei leben**

Die Arbeit mit Menschen mit erworbener Behinderung oder Schädel-Hirn-Trauma kann herausfordernd sein. Emotionale Spannungen, Missverständnisse oder unerwartete Reaktionen gehören dazu. Dabei ist es entscheidend, Aggressionen richtig zu verstehen, um professionell und sicher reagieren zu können. Im Basisseminar erfahren Sie, was Aggressionen auslöst und wie sie sich äußern, wo die Grenze zwischen Aggression und Gewalt verläuft sowie deeskalierend und respektvoll zu handeln. Auf Grundlage des systemischen Aggressionsmanagements nach Dirk Schöwe lernen Mitarbeitende, Dynamiken besser zu erkennen und hinter das Verhalten der Klienten und Klientinnen zu blicken – auf Bedürfnisse, Überforderung oder Kommunikationsbarrieren. Inklusive praxisnaher „Gewaltfrei Gadgets“ für den Alltag. **Referent: Robert Liersch, Coach, Supervisor**  
**Zeit: 9–17 Uhr | Kosten: 200,- Euro | Sie erhalten einen Teilnahmenachweis**

## **Donnerstag, 30. April 2026**

### **Die Macht der Sprache: Wertschätzende**

### **Kommunikation mit Menschen mit Behinderung**

Wie wirken unsere Worte – wie können schon kleine Veränderungen in der Sprache den Alltag erleichtern? In diesem praxisnahen Seminar erfahren Sie, wie Kommunikation mit Menschen mit Behinderung respektvoll, klar und wirksam gelingt. Sie lernen, sprachliche Barrieren zu erkennen und abzubauen, Ihre eigene Haltung zu reflektieren und Begegnungen auf Augenhöhe zu gestalten. Anhand von Beispielen aus dem Berufsalltag und praktischen Übungen erleben Sie unmittelbar, wie Sprache Beziehungen stärken oder schwächen kann – und wie Sie Ihr Handeln bewusster ausrichten. Für Mitarbeitende in der Behindertenhilfe. **Referentin: Martina Götschel (Fachtrainerin, Heilerziehungspflegerin, Ausbilderin Basale Stimulation®, Kinaesthetics Trainerin, Palliative Care Fachkraft)**  
**Ort: P.A.N. Zentrum | Wildkanzelweg 28, 13465 Berlin-Frohnau | Zeit: 9–17 Uhr**  
**Kosten: 200,- Euro | Sie erhalten einen Teilnahmenachweis**



## Beratung & Selbsthilfe

Peer Counseling bedeutet Menschen mit Behinderung beraten Menschen mit Behinderung. Für unsere Beratungsangebote ist Gleichheit der wichtige Ausgangspunkt. So entstehen authentische Gespräche auf gleicher Augenhöhe, die Sie in Ihrer Situation unterstützen können. Bei uns finden Sie auch eine passende Selbsthilfegruppe. Sie möchten Ihre eigene gründen? Sprechen Sie uns an, wir haben sicherlich Raum für Sie.

## Beratungsangebote

### Peer Counseling – Beratung auf Augenhöhe

Der englische Ausdruck Peer Counseling steht für eine qualifizierte Beratungsmethode, bei der Menschen mit Behinderungen andere Menschen mit Behinderungen beraten. Dieses Beratungsformat entstammt der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung, die sich für Selbstbestimmung, Selbsthilfe und Eigenverantwortung behinderter Menschen einsetzt. Ein solches Beratungsangebot unterstützt Sie, Ihre Position zu stärken und für Ihr Recht auf gleichberechtigte Teilhabe am gesellschaftlichen Leben einzustehen. Gemeinsam mit der Peer Counselorin machen Sie sich auf die Suche nach Ihren Stärken und erarbeiten Strategien für ein erfülltes Leben mit Einschränkungen. Auch bei Krisen, Konflikten oder anderen schwierigen Lebenslagen können Sie diese Beratung in Anspruch nehmen. Vielleicht haben Sie den Wunsch nach einem persönlichen Gespräch mit einem verständnisvollen Gegenüber, die wie Sie mit einer Behinderung lebt und daher gut versteht, was das in unserer heutigen Gesellschaft bedeutet.

Die Peer Counselorin hat ein offenes Ohr für Sie und begegnet Ihnen auf Augenhöhe. Rufen Sie gern einfach an und vereinbaren einen ersten Gesprächstermin.

**Ihre Ansprechpartnerin: Katrin Seelisch (Peer Counselorin,  
Dipl. Sozialpädagogin, systemische Supervisorin/ Coach)**

**Telefon: 030 847 187-17 | E-Mail: [k.seelisch@villadonnemark.de](mailto:k.seelisch@villadonnemark.de)**

### Persönliche Zukunftsplanung (PZP)

Sie haben das Gefühl, in Ihrem Leben steht eine Veränderung an? Sie fragen sich, wie eine wünschenswerte Zukunft für Sie aussehen könnte? Dann kann Persönliche Zukunftsplanung für Sie genau das Richtige sein. Die Methoden der Persönlichen Zukunftsplanung bieten sich immer dann an, wenn sich im Leben etwas wandelt – der Wechsel in einen anderen Beruf, der Neustart nach einer Erkrankung oder die notwendige Umgestaltung des sozialen Umfeldes.

Sie als planende Person stehen dabei im Mittelpunkt. Sie laden Ihre Familie, Freundinnen und Freunde oder auch Fachleute aus Ihrem Umfeld ein. Gemeinsam geht es darum, herauszufinden was Ihnen wichtig ist. Was Ihre Stärken und Fähigkeiten sind. Wie Ihr Umfeld Sie unterstützen kann, Ihre Wünsche und Ziele zu erreichen. Sie entwickeln für sich einen konkret umsetzbaren Plan und haben Menschen um sich, die Ihnen zur Seite stehen. Eine persönliche Zukunftsplanung wird in mehreren Beratungssitzungen detailliert vorbereitet. Vereinbaren Sie einfach ein erstes Beratungsgespräch.

**Beratung und Moderation: Katrin Seelisch**

**(Peer Counselorin, Dipl. Sozialpädagogin, systemische Supervisorin/ Coach)**

**Telefon: 030 847 187-17**

**E-Mail: [k.seelisch@villadonnemark.de](mailto:k.seelisch@villadonnemark.de)**

## **Angehörigenberatung – einzeln oder mit Familie**

Egal ob wir selbst mit einer Einschränkung leben oder ob die Menschen, die wir lieben oder mit denen wir zusammenleben, von einer Beeinträchtigung betroffen sind – oft ist es schwer, die besonderen Anforderungen zu meistern. Beratung, Unterstützung oder nur ein Gespräch über diese Situation können helfen, sicherer im eigenen Verhalten zu werden und eben jene Herausforderungen zu bewältigen. Die Methoden der systemischen Familienberatung unterstützen Sie, die Zusammenhänge zwischen Erwartungen, Verhalten und Konflikten in Ihrem Lebensumfeld besser zu verstehen. Das Ziel ist es, sowohl eigene als auch familiäre Stärken (wieder) zu erkennen und konkrete Lösungen zu finden. Ob Sie Einzelgespräche oder eine Beratung der ganzen Familie wünschen, vereinbaren wir in einem gemeinsamen Erstgespräch.

**Ihre Ansprechpartnerin: Katrin Seelisch**

**(Peer Counselorin, Dipl. Sozialpädagogin, systemische Supervisorin/ Coach)**

**Telefon: 030 847 187-17**

**E-Mail: [k.seelisch@villadonnemark.de](mailto:k.seelisch@villadonnemark.de)**

Gleiche Betroffenheit verbindet, stärkt und unterstützt. Den eigenen Herausforderungen selbst aktiv mit Lösungen begegnen, das bedeutet Selbsthilfe. Sie suchen den Kontakt zu einer Selbsthilfegruppe oder möchten sich mit Ihrer Selbsthilfegruppe in unseren Räumlichkeiten treffen? Sprechen Sie mit uns, wir helfen Ihnen gern weiter!

**Telefon: 030 847 187 0 | E-Mail: [info@villadonnerrsmarck.de](mailto:info@villadonnerrsmarck.de)**

**Treffpunkt: Teltower Damm 283, 14167 Berlin**

## ■ ALS-Selbsthilfegruppen der Deutschen Gesellschaft für Muskelkranke e. V. Berlin

ALS steht für Amyotrophe Lateralsklerose. Wir treffen uns einmal im Quartal, um uns über alle Themen zur Erkrankung und ihrer Bewältigung zu informieren und darüber ins Gespräch zu kommen. Bitte melden Sie sich an.

**Ansprechpartnerin: Sabine Flister**

**Telefon: 030 715 812 06**

**E-Mail: [sabine.flister@dgm.org](mailto:sabine.flister@dgm.org)**

**Termine wechseln. Sie erhalten Einladungen.**

## ■ Amputierten Treffpunkt Berlin-Brandenburg e. V.

**Am 2. Freitag im Monat**

Erfahrungs- und Informationsaustausch, Treffen mit Fachvorträgen, Freizeit und Sport.

**Ansprechpartnerin: Sylvia Wehde**

**Telefon: 0157 753 922 96**

**E-Mail: [berlin-brandenburg@amputiertenselbsthilfe.de](mailto:berlin-brandenburg@amputiertenselbsthilfe.de)**

**amputiertenselbsthilfe.de**

**Termine auf Homepage abgleichen (Änderungen möglich)**

**Zeit: 17.30–19.30 Uhr**

**[www.amputiertenhilfe-blb-bbg.de](http://www.amputiertenhilfe-blb-bbg.de)**

## ■ Aphasiker-Selbsthilfe-Gruppe des Aphasie-Landesverbandes Berlin e. V. (ALB)

**Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat**

„Gespräche“, um verbliebene Ausdrucksmöglichkeiten miteinander zu erleben und auszuprobieren. Beratung und Erfahrungsaustausch.

**Ansprechpartner: Bernd Warnecke**

**Telefon: 0157 518 162 13**

**E-Mail: [a-warnecke@hotmail.de](mailto:a-warnecke@hotmail.de)**

**Zeit: 15–17 Uhr**

## ■ Kinder Pflege Stammtisch

### Termine bitte erfragen

Für Eltern mit einem chronisch kranken, behinderten oder versorgungsintensiven Kind oder Jugendlichen und weitere Interessierte. Wir tauschen uns über Schwierigkeiten, Konflikte, Begleitscheinungen der Erkrankung oder Behinderung unserer Kinder aus. Wir helfen einander bei der Bewältigung der individuellen Herausforderungen.

### Um Anmeldung wird gebeten.

Telefon: 0157 52 11 12 31

E-Mail: buero@

kinderpflegenetzwerk.de

Zeit: 18–20 Uhr

[www.kinderpflegenetzwerk.de](http://www.kinderpflegenetzwerk.de)

## ■ LVSB e. V. – Landesselbsthilfeverband Schlaganfall- und Aphasie-Betroffener und gleichartig Behinderter Berlin e. V.

### Montags | 14-tägig

Erfahrungsaustausch,

Freizeitangebote, Rehasport.

**Ansprechpartner: Siegfried Bellon**

Telefon: 0332 847 400 5

E-Mail: [schlaganfall.berlin@freenet.de](mailto:schlaganfall.berlin@freenet.de)

Termine bitte erfragen

Zeit: 14.30–16.30 Uhr



## ■ Regionalgruppe Berlin-Brandenburg der Deutschen Myasthenie Gesellschaft e. V.

### Jeden 3. Donnerstag im Monat online

Myasthenia Gravis ist eine belastungsabhängige Muskelschwäche aufgrund einer fehlgesteuerten Immunreaktion. Info-Treffen zum Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige. Alle Interessierten sind herzlich willkommen.

### Ansprechpartnerinnen:

**Antje König, Edeltraud Flindt**

E-Mail: [antje.koenig@dmg.online](mailto:antje.koenig@dmg.online)

[edeltraud.flindt@dmg.online](mailto:edeltraud.flindt@dmg.online)

Zeit: 18–20 Uhr

**Besuchen Sie uns**

**im Internet:**

[www.villadonnemark.de](http://www.villadonnemark.de)

## ■ Selbsthilfegruppe der Deutschen Schmerzliga

Jeden 2. Dienstag im Monat

In Gesprächen Erfahrungen austauschen und neue, alternative Wege finden.

**Ansprechpartner: Michael Prüfer**

**Telefon: 0157 552 046 32**

**E-Mail: [m.pruefer.schmerzliga@gmail.com](mailto:m.pruefer.schmerzliga@gmail.com) | Zeit: 15–17 Uhr**

**[www.hoffnung-trotz-schmerz.de](http://www.hoffnung-trotz-schmerz.de)**

## ■ Ushergruppe

**Berlin-Brandenburg**

Jeden 1. Samstag im Monat

Gesprächsgruppen, Beratung, Erfahrungs- und Informationsaustausch. Bitte melden Sie sich an.

**Ansprechpartner: Torsten Lucas**

**E-Mail: [berlin@leben-mit-usher.de](mailto:berlin@leben-mit-usher.de)**

**Zeit: 11–14 Uhr**

# Selbsthilfe in Berlin

## Mehr Informationen zur Selbsthilfe finden Sie hier:

### **Berlinweit:**

**SEKIS e. V. (Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle)**

Überblick über Selbsthilfeangebote in allen Berliner Bezirken sowie Unterstützung bei Gründung einer Selbsthilfegruppe.

Bismarckstraße 101, 10625 Berlin

Telefon: 030 892 66 02 | Fax: 030 890 285 40

E-Mail: [sekis@sekis-berlin.de](mailto:sekis@sekis-berlin.de) | [www.sekis-berlin.de](http://www.sekis-berlin.de)

### **Im Bezirk:**

**Villa Mittelhof e. V.**

Königstraße 42/43, 14163 Berlin-Zehlendorf | Telefon: 030 80 19 75 14

E-Mail: [selbsthilfe@mittelhof.org](mailto:selbsthilfe@mittelhof.org) | [www.mittelhof.org](http://www.mittelhof.org)

Sprechzeiten: Mo 10–13 Uhr, Di 16–18 Uhr, Mi 16–18 Uhr, Do 12–15 Uhr

# Anmeldungen

## Wie melde ich mich an?

Sie können sich für alle Angebote im Programmheft telefonisch, per E-Mail und auch per Post anmelden. Bitte nennen Sie uns dabei den Titel Ihrer Wunschveranstaltungen. Für Ausflüge und Tagesfahrten beachten Sie bitte auch die Reisebedingungen auf Seite 23.

**Telefon: 030 847 187 0 | E-Mail: [info@villadonnemark.de](mailto:info@villadonnemark.de)**

## Anmeldung und Zahlung

Sie können sich auf unserer Webseite, per E-Mail oder Telefon anmelden. Ihre Anmeldung ist für uns verbindlich. Bitte zahlen Sie bei allen Angeboten gern bar vor der Veranstaltung. Den Preis für das jeweilige Angebot finden Sie auf den entsprechenden Seiten. Für Angebote in „Reisen & Erleben“ nutzen Sie gern auch das folgende Konto :

**Freizeit, Bildung, Beratung**

**Bank für Sozialwirtschaft**

**IBAN: DE 81 3702 0500 0003 1762 00 | BIC: BFSWDE33BER**

## Rückerstattung

Eine Rückerstattung erfolgt ausschließlich, wenn die Veranstaltung nicht zustande kommt oder wenn mehr Anmeldungen eingehen, als Plätze vorhanden sind. Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an:

**Telefon: 030 847 187 0 | E-Mail: [info@villadonnemark.de](mailto:info@villadonnemark.de)**

## Datenschutz

Mit der Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre Daten elektronisch gespeichert werden. Die Erfassung dient ausschließlich dazu, Teilnehmerlisten zu erstellen, Bestätigungen bzw. Absagen zu verschicken und Ihnen regelmäßig unser aktuelles Veranstaltungsprogramm zuzusenden. Sie können dies jederzeit schriftlich widerrufen. Wir löschen Ihre Daten dann umgehend. Sollten Sie keine Informationen mehr wünschen, teilen Sie uns dies bitte schriftlich mit.

**Mehr unter [www.fdst.de/datenschutz](http://www.fdst.de/datenschutz)**

# Über die Stiftung

„Mittendrin, so wie ich bin“ – unter diesem Motto gestalten wir als Fürst Donnersmarck-Stiftung zu Berlin (FDST) Angebote mit und für Menschen mit Behinderung.

Wir setzen uns für Selbstbestimmung und eine inklusive Gesellschaft ein. Gegründet wurde die Stiftung 1916 von Guido Graf Henckel Fürst von Donnersmarck angesichts der dramatischen Folgen des Ersten Weltkriegs. Heute setzen wir unseren Stiftungszweck in den Arbeitsbereichen Neurologische Rehabilitation, Wohnen und Betreuung, Pflege, Freizeit, Bildung und Beratung sowie Touristik um.

Dazu betreiben wir das P.A.N. Zentrum für Post-Akute Neurorehabilitation in Berlin-Frohnau, einen Ambulanten Dienst und ein Ambulant Betreutes Wohnen für Menschen mit Behinderung in mehreren dezentralen Wohneinheiten in Berlin sowie zwei barrierefreie Hotels: das „Seehotel Rheinsberg“ und das „Heidehotel Bad Bevensen“.

Seit 2006 lobt das Kuratorium der Stiftung den Internationalen Forschungspreis der Fürst Donnersmarck-Stiftung für die neurologische Rehabilitation aus. Die Villa Donnersmarck ist unser inklusiver Treffpunkt für Menschen mit und ohne Behinderung in Berlin-Zehlendorf. In barrierefreiem Ambiente ist sie ein guter Ort für Begegnungen und mehr Miteinander in einer vielfältigen Gesellschaft.

- [www.fdst.de](http://www.fdst.de)
- [www.villadonnersmarck.de](http://www.villadonnersmarck.de)
- [www.facebook.com/fdst.de](https://www.facebook.com/fdst.de)
- [www.instagram.com/fdst.de](https://www.instagram.com/fdst.de)
- [mittendrin.fdst.de](https://mittendrin.fdst.de)



**Wir freuen uns  
auf Ihren Besuch.**

**[www.villadonnnersmarck.de](http://www.villadonnnersmarck.de)**