



Lichtenberger Inklusionswochen 2025



**19. November bis
4. Dezember 2025**

Vorwort

Zum fünften Mal gibt es die **Inklusions-Wochen** in Lichtenberg.

Die Wochen sind für alle Menschen.
Egal, ob mit Behinderung oder ohne Behinderung.

Das Motto heißt: **Mach's inklusiv.**

Das bedeutet:

Alle sollen mitmachen können.

Alle sollen dabei sein.

Wir wollen:

- Menschen mit Behinderungen sollen mitreden.
- Menschen mit Behinderungen sollen gesehen werden.
- Alle sollen gut zusammenleben.

Die Inklusions-Wochen werden vom **Bürger-Treff** **Gemeinsam im Kiez leben** gemacht.

Dabei helfen auch:

- die **Bezirks-Beauftragte für Menschen mit Behinderungen**
- der **Bezirks-Beirat für Menschen mit Behinderungen**

In den Wochen gibt es viele verschiedene Veranstaltungen.

Zum Beispiel:

- Gespräche
- Feste
- Workshops
- Infos über Barrieren

Barrieren sind Hindernisse.

Zum Beispiel:

- Treppen ohne Rampe
- Infos, die schwer zu verstehen sind
- Keine Gebärden-Sprache

Wir wollen zeigen:

Diese Barrieren muss es nicht geben.

Alle sollen gut leben können – mit und ohne Behinderung.

Der Bezirks-Bürgermeister Martin Schaefer sagt:

„Es ist noch nicht normal, dass alle Veranstaltungen barrierefrei sind.

Oft fehlen Rampen oder Infos in Gebärden-Sprache.

Barrierefreiheit ist ein Recht.

Alle Menschen brauchen das.

In den Inklusions-Wochen kommen alle zusammen.“

Inklusion fängt an, wenn wir anders denken.

Wenn wir aufeinander achten.

Wenn viele Menschen mitmachen.

Darum:

Mach mit!

Mach's inklusiv!

Wir bitten um eine Anmeldung, wenn ihr an einer Veranstaltung teilnehmen möchtet.

Deutsche Gebärdensprache wird zu Verfügung gestellt.

Anmeldung für Deutsche Gebärdensprache eine Woche vor der Veranstaltung an **gstbb@lichtenberg.berlin.de**

Die Angebote sind kostenfrei, nur das Angebot am 3.12. kostet 2–4 €

Programm

Mittwoch, 19. November

15 bis 17 Uhr

Offener Austausch: „Wie kann freiwilliges Engagement inklusiver werden?“

Mit Kaffee, Kuchen und Inklusion.

Wir möchten gern Menschen mit Behinderungen und Organisationen an einen Tisch bringen. Auf diese Weise wollen wir den Raum öffnen für Austausch darüber, was es braucht, um Ehrenamt inklusiver zu gestalten.

 Weitlingstraße 89, 10317 Berlin

 Annika Hammer / oskar | freiwilligenagentur lichtenberg

 info@oskar.berlin

 030 74 68 58 74 0

 Barrierefrei erreichbar

 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Mittwoch, 19. November

17 bis 19 Uhr

Workshop: „Zusammen gegen Gewalt!“

In dem Workshop reden wir über Gewalt: Was ist Gewalt? Was kann ich gegen Gewalt tun? Wie kann ich helfen? Wir lesen zusammen das Buch „Anna ist richtig wichtig!“.

 Bürgertreff Gemeinsam im Kiez leben
Schöneicher Straße 10A, 13055 Berlin

 Norah Ansorge

 buerkertreff@co-mensch.de

 030 34 40 90 47 0

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Freitag, 21. November

8.30 bis 14 Uhr

Bustour – Inklusion als Schlüssel zum Wachstum

Zielgruppe: Arbeitgeber*innen

 Treffpunkt wird nach Anmeldung bekannt gegeben.

 Sabine Holfeld / Bezirksamt Lichtenberg,
Paritätischer Wohlfahrtsverband Berlin,
Teilhabebeirat Lichtenberg

 sabine.holfeld@lichtenberg.berlin.de

 030 90 29 64 33 0

 Begrenzt barrierefrei

 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Freitag, 21. November

15 bis 18 Uhr

Offener Austausch: „Inklusiver Nachmittag für Menschen mit und ohne Behinderungen“

Wir schaffen einen Raum für Begegnung und Austausch. Wir Basteln und machen Sport. Es gibt Kaffee, Kekse und weitere Getränke.

 Atelier von Stephanus gGmbH
Degnerstraße 36, 7. Etage, 13053 Berlin

 ABB – Ambulante Betreuung Berlin

 wg.leuenberger-strasse@stephanus.org

 030 90 29 63 31 6 (Büro der Beauftragten)

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Freitag, 21. November

17 Uhr

Vortrag und Diskussion: „Barrieren brechen – Inklusion gestalten“

Wir sprechen mit Raúl Krauthausen (Aktivist, Autor) und Matilda (Influencerin) über die Darstellung von Menschen mit Behinderungen in den Medien und darüber, was sich ändern muss, damit alle gleichberechtigt teilhaben können.

Im Fokus stehen Jugendliche in Lichtenberg: Welche Erfahrungen machen sie in Schule, Freizeit und Alltag? Was brauchen junge Menschen im Bezirk, um sich wohlfühlen?

Im Anschluss gibt es eine Diskussion, Fragen aus dem Publikum und Musik zum Ausklang.

📍 Alte Apotheke
Konrad-Wolf-Straße 132, 13055 Berlin

👤 BENN Alt-Hohenschönhausen

✉ benn@alt-hsh.de

☎ 030 50 95 88 72

📖 Leichte Sprache ♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*



Sonntag, 23. November

12 bis 15 Uhr

Tanz-Workshop

In diesem Workshop tanzen Menschen zusammen und zeigen, was sie besonders macht. Jeder kann eigene Bewegungen ausprobieren und mit den anderen zusammen neue Tänze entwickeln. Dabei lernen alle, aufeinander zu achten, gemeinsam kreativ zu sein und Spaß zu haben. Am Ende tanzen alle zusammen eine kleine Aufführung, die zeigt, wie unterschiedlich und besonders jeder ist. Kommt vorbei und probiert es aus! Ihr müsst keine Vorkenntnisse haben.

📍 Begegnungsstätte RoBERTO
Paul-Junius-Straße 64A, 10369 Berlin

👤 Mandy Adam/ Yrrwahria e.V.

✉ Mandy.Adam@yrrwahria.de

☎ 030 90 29 63 31 6 (Büro der Beauftragten)

📖 Leichte Sprache

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Montag, 24. November

10 bis 12 Uhr

Vortrag: „Übungen zum Einstieg in das Thema Leichte Sprache“

Der Vortrag ist für alle, die mehr über Leichte Sprache wissen möchten. Was sie ist, warum sie wichtig ist und welche Regeln es gibt. Anmeldung bis 17.11.

📍 Bornitzstraße 61, 10365 Berlin

👤 Katharina Suppas / LWB-Lichtenberger Werkstätten

✉ suppas@lwb.berlin

☎ 0163 37 49 22 0

📖 Leichte Sprache ♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

👤 Blindenleitsystem

Dienstag, 25. November

14.30 bis 17.30 Uhr

Bewegungs-Angebot: „Über Seile gehen – innere Stärke finden.“

Auf einer mobilen Seilanlage üben wir das Balancieren auf einem Drahtseil mit Balancierstange auf 50 cm Höhe. Außerdem gibt es weitere Gleichgewichtsübungen neben der Seilanlage.

Offenes Angebot. Kommt vorbei und probiert es aus! Ihr müsst keine Vorkenntnisse haben und könnt innerhalb der drei Stunden immer einsteigen!

📍 Begegnungsstätte RoBERTO
Paul-Junius-Straße 64A, 10369 Berlin

👤 Elena Zimmer-Bashir, Corragio- Kulturanstifter e.V.

✉ e.zimmer@kulturanstifter.de

☎ 030 90 29 63 31 6 (Büro der Beauftragten)

📖 Leichte Sprache

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Dienstag, 25. November

15 Uhr

Führung: „Inklusive Medizin am Krankenhaus Königin Elisabeth Herzberge“

Im Rahmen einer Führung werden ausgewählte Abteilungen des KEH mit dem besonderen Schwerpunkt auf Inklusiver Medizin vorgestellt, um die spezialisierte medizinische Betreuung für erwachsene Menschen mit Behinderungen erlebbar zu machen.

📍 Medizinisches Zentrum für Erwachsene mit Behinderungen (MZEB), Ev. Krankenhaus Königin Elisabeth Herzberge (KEH)
Herzbergstraße 79, 10365 Berlin
Treffpunkt: Haus 100 Erdgeschoss

👤 Dr. med. Tobias Wagner

✉ t.wagner@keh-berlin.de

☎ 030 90 29 63 31 6 (Büro der Beauftragten)

♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Dienstag, 25. November

16 Uhr

Kundgebung: „Lasst uns gewaltfrei leben – Kürzt ihr uns zu Tode?!“

Kommt zur Kundgebung mit Redebeiträgen und Musik. Wir machen auf patriarchale Gewalt aufmerksam und stehen gemeinsam für ein gewaltfreies Leben und Solidarität mit Frauen.

Keine Anmeldung notwendig, DGS vor Ort

📍 Brandenburger Tor, 10117 Berlin

👤 Bündnis 25.11., Büro der Beauftragten

✉ GstBB@lichtenberg.berlin.de

☎ 030 90 29 63 31 6

♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Dienstag, 25. November

16 bis 18 Uhr

Kultur-Angebot: „Inklusion durch kulturelle Teilhabe in Lichtenberg – Ausstellung und Talkrunde“

Moderation: Danny Freymark (CDU / Mitglied im Abgeordnetenhaus)

Verstehens-Assistenz: Inga Schiffler

Talkrundengäste:

- Angela Meyenburg, Geschäftsführerin Kulturleben Berlin
- Inklusionssiegel
- Ich bin dabei! Inklusion wirkt in Berlin
- Paul Brody, Kurator / Kulturleben Berlin
- Bühne frei! ... schafft Chancen für Künstler:innen mit Behinderung
- Nutzer:in aus dem Tagesbereich Stellwerk
- Was Kunst bewirkt
- Maximiliane Wienecke, Referentin für Diversität und Barrierefreiheit am Theater an der Parkaue
- Relaxed Performances
- 1x Vertreter:in aus dem Bezirk (angefragt)
- Inklusion in Lichtenberg

Ausstellung: Kunst aus dem EJF

Musikalische Begleitung: Paul Brody / Trompete

📍 EJF gemeinnützige AG, Lebensräume Berlin –
Verbund Darßer Straße, Saal 1. OG
Darßer Straße 103, 13051 Berlin

👤 Frank Weitzenbürger / EJF Gemeinnützige AG,
Lebensräume Berlin Verbund Darßer Straße

✉ weitzenbuerger.frank@ejf.de

☎ 030 92 90 34 45

📖 Leichte Sprache ♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Dienstag, 25. November

17 Uhr

Öffentliche Probe des Lichtenberger Inklusionstheaters grenzenlos barrierefrei

Wir bringen Theater für alle Menschen auf die Bühne. Alle Teilnehmer*innen werden dazu ermutigt, ihre darstellerischen und körperlichen Möglichkeiten aus-zuprobieren. Die Aufführungen mit inklusivem Charakter finden am 3. Adventswochenende im Kulturhaus Karlshorst statt. Durch die öffentliche Probe sollen weitere Zuschauer*innen aus dem Ortsteil Alt-Hohenschönhausen angeregt werden, die eintrittsfreien Aufführungen im Kulturhaus zu besuchen.

📍 BENN Alt-Hohenschönhausen
Wartenberger Straße 24, 13053 Berlin

👤 Inklusionstheater grenzenlos barrierefrei /
Claudia Dornath

✉ benn@alt-hsh.de

☎ 030 50 95 88 72 (Frau Sina Prasse)

📖 Leichte Sprache ♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Mittwoch, 26. November

15 bis 18 Uhr

Workshop: „Siebdruck auf Textilien selbst gestalten“

Wir gestalten Jutebeutel mit verschiedenen Farben und Motiven

📍 Ausblick e.V.
im RIZ-Center im 1. Obergeschoss
Ribnitzer Straße 24, 13051 Berlin

👤 Florian Griep / Ausblick e.V., Jugendclub Ausblick

✉ ausblickberlin@yahoo.de

☎ 030 90 29 63 31 6 (Büro der Beauftragten)

📖 Leichte Sprache ♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Mittwoch, 26. November

16.30 bis 18 Uhr

Bewegungs-Angebot:

„Inklusive Spaziergangsgruppe“

Wir gehen gemeinsam spazieren. Es sind alle willkommen. Wir organisieren bei Bedarf auch Mobilitätshilfen und andere Unterstützung.

 Bürgertreff „Gemeinsam im Kiez leben“
Schöneicher Straße 10A, 13055 Berlin

 Sarah Bußmeyer / RBO - Inmitten gGmbH

 bussmeyer@rbo-inmitten.berlin

 0173 26 70 21 8

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Donnerstag, 27. November

17 bis 19 Uhr

Workshop: „Selbstbestimmt Reisen“

Ein Workshop für Menschen mit Behinderungen und ihre Begleitungen: Wir sprechen über selbstbestimmtes, barrierefreies und entspanntes Reisen, teilen Erfahrungen und sammeln Tipps für eine gute Reiseplanung.

 Bürgertreff Gemeinsam im Kiez leben
Schöneicher Straße 10A, 13055 Berlin

 Laura Mench

 buerkertreff@co-mensch.de

 030 34 40 90 47 0

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Sonntag, 30. November

13 bis 18 Uhr

Inklusionspreis 13.15 und 14 Uhr

Fahnenhissung ca. 12.30 Uhr

Lichtenberger Lichtermarkt

Dieses Jahr wird der Lichtenberger Lichtermarkt inklusiver gestaltet. Wir bieten eine Assistenz für blinde und sehbehinderte Menschen an. Diese wird vom Sehzentrum SFZ gGmbH in Zusammenarbeit mit dem Wohn-Beirat Die Wilden Füchse des Wohngemeinschaftsbereich der RBO - Inmitten gGmbH zur Verfügung gestellt.

Um 12.15 Uhr hissen wir die Fahne vor dem Rathaus Lichtenberg.

Um 13.15 bis 14 Uhr wird der Inklusionspreis zum Thema „Gesundheit inklusiv gedacht“ verliehen.

Wünschen Sie eine Begleitung über den Lichtermarkt? Dann melden Sie sich gern unter

gstbb@lichtenberg.berlin.de

oder **030 90 29 63 31 6**

 Vor dem Lichtenberger Rathaus

 Frau Iffländer

 Franziska.Ifflaender@lichtenberg.berlin.de

 030 90 29 63 84 0

 Barrierefrei erreichbar  Assistenz vor Ort

 DGS Teilweise mit Deutscher Gebärdensprache*

Montag, 1. Dezember

13 bis 17 Uhr

Fachtag: „Mach's inklusiv!“

Ziel dieses Fachtages ist es, bezirklich geförderte Einrichtungen inklusiv und barrierearm zu gestalten. Dafür braucht es die aktive Unterstützung lokaler Akteur*innen und Trägerinitiativen sowie ein gemeinsames Verständnis aller Beteiligten im Bezirk. Bei diesem Fachtag stellen sich inklusive Einrichtungen vor und wir gehen ins Gespräch mit dem Bezirksbürgermeister, verschiedenen Fachamtsleitungen, bezirklichen Beauftragten und verschiedenen Akteur*innen in Lichtenberg. Die Veranstaltung richtet sich an Träger der Stadtteil- und Gemeinwesenarbeit, der Jugend- und Familienarbeit, der Sozial- wie auch Seniorenarbeit.

 Ratssaal, Rathaus Lichtenberg

 OE SPK, Beauftragte für Menschen mit Behinderungen, Beirat, Sozialamt, Jugendamt, Bürgertreff

 anja.klempau@lichtenberg.berlin.de

 030 90 29 63 35 8

 Barrierefrei erreichbar

 Deutsche Gebärdensprache*

Montag, 1. Dezember

16 bis 17 Uhr

Bewegungs-Angebot: „Alles im Gleichgewicht“

Ein Sportkurs mit Spaß an der Bewegung. Wir trainieren das Gleichgewicht und unseren Körper. Macht mit und seid dabei.

 Herzbergstraße 87-99, 2. OG, 10365 Berlin

 Giselind Hardwig / leben lernen

 hardwig@lebenlernen-berlin.de

 030 50 93 22 29 2

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

 Deutsche Gebärdensprache*

Dienstag, 2. Dezember

14.30 bis 17.30 Uhr

Bewegungs-Angebot: „Über Seile gehen – innere Stärke finden.“

Auf einer mobilen Seilanlage üben wir das Balancieren auf einem Drahtseil mit Balancierstange auf 50 cm Höhe. Außerdem gibt es weitere Gleichgewichtsübungen neben der Seilanlage.

Offenes Angebot. Kommt vorbei und probiert es aus! Ihr müsst keine Vorkenntnisse haben und könnt innerhalb der drei Stunden immer einsteigen!

 Begegnungsstätte RoBERTO
Paul-Junius-Straße 64A, 10369 Berlin

 Elena Zimmer-Bashir, Corragio – Kulturanstifter e.V.

 e.zimmer@kulturanstifter.de

 030 90 29 63 31 6 (Büro der Beauftragten)

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

 Deutsche Gebärdensprache*

Mittwoch, 3. Dezember

10 Uhr

Tiere treffen Tiere

Theaterstück für Kinder ab 3 Jahren bis 1. Klasse
Relaxed Performance, auf Webseite gibt es Angaben zu sensorischen Reizen und sensiblen Inhalten.

Weiterer Termin am 6. Dezember um 16 Uhr.

 Theater an der Parkaue, Junges Staatstheater
Berlin Parkaue 29, 10367 Berlin

 Theater Parkaue

 service@parkaue.de

 Theaterkasse: 030 55 77 52 52

 keine Sprache, nur Tiergeräusche

 Blindenleitsystem

Mittwoch, 3. Dezember

10 bis 11 Uhr

Entspannungs-Angebot: „Kreatives Entspannen“

Bei Stress, Schmerzen oder Schlafstörungen hilft Entspannung.

Entspannung kann man schnell und einfach lernen.

Es werden verschiedene Techniken angewendet.

Zum Beispiel in Gedanken auf Reise gehen (Traum-Reise).

Oder Atem-Übungen machen.

Sie wählen, was Ihnen am besten gefällt.

📍 Herzbergstraße 87-99, 2. OG, 10365 Berlin

👤 Giselind Hardwig / leben lernen

✉ hardwig@lebenlernen-berlin.de

☎ 030 50 93 22 29 2

📖 Leichte Sprache ♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Mittwoch, 3. Dezember

10 bis 14 Uhr

Empowerment-Workshop für interessierte Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen

Vorzugsweise Kund*innen des Jobcenters Lichtenberg.

📍 Kiezspinne
Schulze-Boysen-Straße 38, 10365 Berlin

👤 Frau Witenberg / Jobcenter Lichtenberg

✉ gstbb@lichtenberg.berlin.de (Büro der Beauftragten)

☎ 030 55 55 88 64 55

♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*

Mittwoch, 3. Dezember

15.30 bis 18 Uhr

Workshop: „UnNormale Perfektion“

Zwischen Aussenwahrnehmung, Selbsterfahrung, Körperbild und Selbstermächtigung. In dem Workshop arbeiten wir kreativ mit Theater und Bildgestaltung.

Wir fragen uns: Wie siehst du dich und wie möchtest du gesehen werden? Was macht dich stark und was willst du von dir zeigen? Gemeinsam entdecken wir neue Perspektiven und gestalten eigene Ausdrucksformen.

📍 Bürgertreff Gemeinsam im Kiez leben
Schöneicher Straße 10A, 13055 Berlin

👤 Konstantin Langenick

✉ buergertreff@co-mensch.de

☎ 030 34 40 90 47 0

📖 Leichte Sprache ♿ Barrierefrei erreichbar

👋 DGS Deutsche Gebärdensprache*



Mittwoch, 3. Dezember

19 Uhr

Offener Austausch: „Zusammen am Tisch“

Auf der Bühne erwartet euch kein Theaterstück, sondern eine lange, festlich gedeckte Tafel im warmen Licht. Wir laden ein, Platz zu nehmen, miteinander zu essen und ins Gespräch zu kommen. Im Dezember steht das Thema Inklusion im Mittelpunkt: Wie gelingt echte Teilhabe für alle? Welche Erfahrungen und Barrieren gibt es? Gemeinsam mit eingeladenen Expert*innen teilen wir Erfahrungen, Fragen und Strategien für mehr Vielfalt und Teilhabe.

Kosten: 4€, 2€ ermäßigt

 Theater an der Parkaue, Junges Staatstheater Berlin
Parkaue 29, 10367 Berlin

 Gemeinschaftsprojekt von Theater Parkaue,
Bezirksamt Lichtenberg und Cooperative Mensch eG

 gstbb@lichtenberg.berlin.de

 030 90 29 63 31 6

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

 Deutsche Gebärdensprache*

Donnerstag, 4. Dezember

9 bis 14 Uhr

Job-Safari - Bustour zu Arbeitgebenden zum Kennlernen und Austauschen

Für interessierte Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen, vorzugsweise Kund*innen des Jobcenters Lichtenberg

 Treffpunkt wird nach Anmeldung bekannt gegeben.

 Antje Berger / Jobcenter Aktiv Team

 gstbb@lichtenberg.berlin.de (Büro der Beauftragten)

 030 55 55 88 57 41

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

 Deutsche Gebärdensprache*

Donnerstag, 4. Dezember

11 bis 13.30 Uhr

Handicap Day der Lichtenberger Winterzeit

Anmeldung zwingend erforderlich.

 Landsberger Allee 300, 10365 Berlin

 Büro der Beauftragten

 gstbb@lichtenberg.berlin.de

 030 90 29 63 31 6

 Leichte Sprache  Barrierefrei erreichbar

* Deutsche Gebärdensprache mit Anmeldung eine Woche vor der Veranstaltung an
gstbb@lichtenberg.berlin.de

Kontakt

👤 Bürgertreff „Gemeinsam im Kiez leben“
der Cooperative Mensch eG

📍 Schöneicher Straße 10a

☎ 030 34 40 90 47 0

✉ buergertreff@co-mensch.de

📷 @buergertreff_cooperativemensch

Weitere Informationen unter
www.gemeinsam-im-kiez.de/inklusionswochen2025



Unterstützt von:

