

ЧЕТВЕРГ

Утренняя йога

9:00 - 10:30

Anja Kolmanics
anjancka@posteo.de

Изменение:
каждый вторник.
Время остается
прежним.

Консультации для людей с (потенциальной) инвалидностью

10:00 - 14:00

eutb@bzsl.de
Tel. 0177 57 95 717



"Die Pfefferstreuer"(Перечница) Театр для пожилых людей 50+

11:00 - 13:00

carloberlin@hotmail.com
Tel. 0176 55 20 05 67



Смартфон и компьютер для всех – клуб самопомощи

15:30 - 18:00

Каждый 1. и 2. четверг
stadtteilzentrum@pfefferwerk.de



измене
ние

Детский танцевальный мир 5 - 9 лет

15:50 - 17:40

info@kindertanz-ramona.de
Tel. 0176 84 85 90 75



Фольклорная группа Панама

19:00 - 21:00

julian.perez.u@web.de
Tel. 01520 782 27 86



Открытая группа по керамике "Erdmännchen" ("Сурикат")

19:00 - 22:30

katrin.gestewitz@pfefferwerk.de
Tel. 030 / 443 83 713



ПЯТНИЦА

Берлинское сообщество арендаторов

09:00 - 11:00

Только для членов объединения арендаторов
Tel. 030 216 80 01



Младенческая группа до 9 месяцев

10:30 - 12:00

Без регистрации
stadtteilzentrum@pfefferwerk.de



Консультации по семейному праву

11:00 - 12:00

Без регистрации
Только в четные календарные недели
Важно: Приходите вовремя!



Консультации для родителей-одиночек

12:00 - 14:00

jessica.albrecht@shia-berlin.de
Tel. 0176 43 47 30 19



Пятничное время для души и тела

13:00 - 16:00

Телесные практики с последующей чайной церемонией



СУББОТА

ZUMBA для всех с Лореной

10:00 - 11:30

Без регистрации



Открытый курс рисования и творчества

14:00 - 17:00

Каждые две недели
matthiasillner@web.de
Tel. 030 30 36 53 06



Крытая игровая площадка (до 5 лет)

14:00 - 17:00

С ноября 2025
Без регистрации



Доступ и барьеры

В нашем здании есть все для безбарьерного доступа: лифт, пандус, комнаты и туалет.

Отсутствует система для незрячих людей, но имеются контрастные буквы и символы.



Еженедельная программа



Группы, курсы, консультации 1-й квартал 2026 январь - март

📍 Fehrbelliner Str. 92, 10119 Berlin

☎ 030 443 83 - 713

✉ stadtteilzentrum@pfefferwerk.de

🌐 stz-prenzlauerberg.de

Senatsverwaltung
für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration,
Vielfalt und Antidiskriminierung

BERLIN



ПОНЕДЕЛЬНИК

Консультации арендаторов 11:00 - 14:00
Prenzlauer Berg

Без членства
Без регистрации



Классический балет для детей 4 - 12 лет 15:00 - 18:00

С регистрацией
tanz.karambole@yahoo.de



Группа самопомощи для преодоления страха привязанности и потери 18:00 - 20:00

Для 18-30летних, требуется регистрация
unsicherabergebunden@gmail.com



Берлинское сообщество арендаторов 19:00 - 20:00

Только для членов объединения арендаторов
Tel. 030 216 80 01



Соседский хор "Fisch im Wasser" 19:15 - 21:30

johannebraun@gmx.net
Tel.: 030 444 76 28



ВТОРНИК

DRK-Консультации по социальным вопросам 09:00 - 15:00

Только по предварительной записи
asd@drk-wedpre.de
Tel. 030 60 03 00 55 20



Открытая группа по керамике «Clay Gals» - для женщин 10:00 - 13:00

jfilimonow@gmail.com
Tel. 0176 80 61 71 45



Живот-ноги-ягодицы с малышом 11:00 - 11:45

Требуется регистрация,
возможно спонтанное участие:
www.bellyventure.de



Комплексная тренировка для всего тела для мужчин и женщин 12:00 - 12:45

Требуется регистрация, возможно спонтанное участие
www.bellyventure.de



Тренировка памяти для пожилых людей 14:00 - 15:30

menazeman@yahoo.de



Little Music Makers (Маленькие музыканты) 1 - 4 года 15:00 - 18:00

berlin@littlemusicmakers.de
Tel. 030 29 03 09 59



"Керамическая" встреча" 16:00 - 19:00

От 14 лет, з регистрацией
m.scheunemann@posteo.de
Tel: 0179 48 508 49



Sprachcafé Разговорный клуб 16:00 - 18:00

Без регистрации
stadtteilzentrum@pfefferwerk.de



Тайцзи - открытая группа 18:15 - 19:15

Maike Techen
maike.techen@gmx.de



Мгновенная композиция - Творческая танцевальная импровизация 20:15 - 21:45

Rossella Canciello
rossellyna@hotmail.com



СРЕДА

Группа для младенцев от 9 месяцев и старше 10:30 - 12:00

Без регистрации
stadtteilzentrum@pfefferwerk.de



Адаптивная йога для женщин с травмами 12:30 - 13:30

Bine Herzog
herzbine@gmx.de



Детская танцевальная акробатика 4-6 и 7-12 лет 15:30 - 17:30

Lorenz Huber
post@tanzapartment.de



Открытая встреча по настольным играм 17:30 - 20:30

Каждую 2-ю и 4-ю среду
jenswalkenhorst05@gmail.com



Кружок керамики Открытая группа 18:00 - 21:00

Katrin Gestewitz
katrin.gestewitz@pfefferwerk.de



Инди-поп хор 19:00 - 21:30

lena@singdichgluecklich.de
www.singdichgluecklich.de/indiepopupchoir



Уважаемые русскоговорящие

...даже если Вы только немного владеете немецким или английским языком, искренне приглашаем Вас на все встречи. Мы относимся к каждому сердчено и с терпением.



Фиксированный взнос



Добровольное пожертвование



Без оплаты

Ежемесячные мероприятия

- ▶ **Группа проекта "Stolperstein" (мемориальные таблички)**
Каждый 3-й понедельник | 16:00 - 19:30
stolpersteine-prenzlauerberg@gmx.de
- ▶ **Группа по ненасильственной коммуникации**
Каждый 4-й понедельник | 19:00 - 21:00
- ▶ **Flicktreff - совместные текстильные ремонты**
Каждый 2. Четверг | 18:00
Регистрация: flicktreffen@textilhandwerk.org Новинка!
- ▶ **Консультации для получателей пособий**
Каждая 1-я среда | 10:00 - 12:00
Регистрация Jobcenter: 030 555 534-4280
- ▶ **Системный коучинг для родственников больных**
Каждый 3-й четверг | 17:00 - 21:00
Регистрация: coaching@christianhohlfeld.de
- ▶ **Звуковая ванна - поющее путешествие к внутреннему спокойствию...**
Каждая последняя пятница | 19:45 - 20:30
Мириам| hello@sourcesound.de измене ние
- ▶ **Art Social Club (англ.)**
Каждую последнюю субботу | 19:00 - 21:30
Регистрация: artsocialclub.berlin@gmail.com
- ▶ **Группа самопомощи при депрессии/или при стрессовом истощении**
Каждое 1-е воскресенье | 15:00 - 17:00
- ▶ **Книжный клуб феминисток (англ.)**
Каждое 4-е воскресенье | 16:00 - 19:00
info.berlin@fembook.de
- ▶ **Обмен одеждой**
Каждое 2-е воскресенье месяца
всгда с 12:30 - 15:30

Ежемесячные мероприятия

- ▶ **Группа проекта "Stolperstein" (мемориальные таблички)**
Каждый 3-й понедельник | 16:00 - 19:30
stolpersteine-prenzlauerberg@gmx.de
- ▶ **Группа по ненасильственной коммуникации**
Каждый 4-й понедельник | 19:00 - 21:00
- ▶ **Flicktreff - совместные текстильные ремонты**
Каждый 2. Четверг | 18:00
Регистрация: flicktreffen@textilhandwerk.org Новинка!
- ▶ **Консультации для получателей пособий**
Каждая 1-я среда | 10:00 - 12:00
Регистрация Jobcenter: 030 555 534-4280
- ▶ **Системный коучинг для родственников больных**
Каждый 3-й четверг | 17:00 - 21:00
Регистрация: coaching@christianhohlfeld.de
- ▶ **Звуковая ванна - поющее путешествие к внутреннему спокойствию...**
Каждая последняя пятница | 19:45 - 20:30
Мириам| hello@sourcesound.de измене ние
- ▶ **Art Social Club (англ.)**
Каждую последнюю субботу | 19:00 - 21:30
Регистрация: artsocialclub.berlin@gmail.com
- ▶ **Группа самопомощи при депрессии/или при стрессовом истощении**
Каждое 1-е воскресенье | 15:00 - 17:00
- ▶ **Книжный клуб феминисток (англ.)**
Каждое 4-е воскресенье | 16:00 - 19:00
info.berlin@fembook.de
- ▶ **Обмен одеждой**
Каждое 2-е воскресенье месяца
всгда с 12:30 - 15:30

Ежемесячные мероприятия

- ▶ **Группа проекта "Stolperstein" (мемориальные таблички)**
Каждый 3-й понедельник | 16:00 - 19:30
stolpersteine-prenzlauerberg@gmx.de
- ▶ **Группа по ненасильственной коммуникации**
Каждый 4-й понедельник | 19:00 - 21:00
- ▶ **Flicktreff - совместные текстильные ремонты**
Каждый 2. Четверг | 18:00
Регистрация: flicktreffen@textilhandwerk.org Новинка!
- ▶ **Консультации для получателей пособий**
Каждая 1-я среда | 10:00 - 12:00
Регистрация Jobcenter: 030 555 534-4280
- ▶ **Системный коучинг для родственников больных**
Каждый 3-й четверг | 17:00 - 21:00
Регистрация: coaching@christianhohlfeld.de
- ▶ **Звуковая ванна - поющее путешествие к внутреннему спокойствию...**
Каждая последняя пятница | 19:45 - 20:30
Мириам| hello@sourcesound.de измене ние
- ▶ **Art Social Club (англ.)**
Каждую последнюю субботу | 19:00 - 21:30
Регистрация: artsocialclub.berlin@gmail.com
- ▶ **Группа самопомощи при депрессии/или при стрессовом истощении**
Каждое 1-е воскресенье | 15:00 - 17:00
- ▶ **Книжный клуб феминисток (англ.)**
Каждое 4-е воскресенье | 16:00 - 19:00
info.berlin@fembook.de
- ▶ **Обмен одеждой**
Каждое 2-е воскресенье месяца
всгда с 12:30 - 15:30

Мероприятия

Совместный завтрак
25. января, 10:00 - 13:00

Весенний блошиный базар
07. февраля, 9:00 - 12:30
Регистрация стендов:
Flohmarkt-stz@gmx.de

Пренцлауберг на полотне
Кино та Диалог: Повстанки
26. марта, 19:00

Совместный завтрак
29. марта, 10:00 - 13:00

Электровантажный велосипед "Ruth"

В нашем районном центре Вы можете арендовать электрогрузовой велосипед "Ruth". Он идеально подходит для поездок с детьми или небольших перевозок. Бесплатно забронировать велосипед Вы можете на сайте flotte Berlin. Получение, инструктаж и возврат осуществляется вместе с нашей командой:

▶ Пн- Чт: 9:30 - 17:30,
Пт: 9:30 - 15:30

▶ Инфо и резерв
<https://flotte-berlin.de/>



Мероприятия

Совместный завтрак
25. января, 10:00 - 13:00

Весенний блошиный базар
07. февраля, 9:00 - 12:30
Регистрация стендов:
Flohmarkt-stz@gmx.de

Пренцлауберг на полотне
Кино та Диалог: Повстанки
26. марта, 19:00

Совместный завтрак
29. марта, 10:00 - 13:00

Электровантажный велосипед "Ruth"

В нашем районном центре Вы можете арендовать электрогрузовой велосипед "Ruth". Он идеально подходит для поездок с детьми или небольших перевозок. Бесплатно забронировать велосипед Вы можете на сайте flotte Berlin. Получение, инструктаж и возврат осуществляется вместе с нашей командой:

▶ Пн- Чт: 9:30 - 17:30,
Пт: 9:30 - 15:30

▶ Инфо и резерв
<https://flotte-berlin.de/>



Мероприятия

Совместный завтрак
25. января, 10:00 - 13:00

Весенний блошиный базар
07. февраля, 9:00 - 12:30
Регистрация стендов:
Flohmarkt-stz@gmx.de

Пренцлауберг на полотне
Кино та Диалог: Повстанки
26. марта, 19:00

Совместный завтрак
29. марта, 10:00 - 13:00

Электровантажный велосипед "Ruth"

В нашем районном центре Вы можете арендовать электрогрузовой велосипед "Ruth". Он идеально подходит для поездок с детьми или небольших перевозок. Бесплатно забронировать велосипед Вы можете на сайте flotte Berlin. Получение, инструктаж и возврат осуществляется вместе с нашей командой:

▶ Пн- Чт: 9:30 - 17:30,
Пт: 9:30 - 15:30

▶ Инфо и резерв
<https://flotte-berlin.de/>

