



SCHÖNEBERG

Menschen im Kiez

Zwischen Trümmern und Tintenfass –
77 Jahre Thörner fürs Büro

Geschichte im Kiez

Kammergericht Berlin: wo Recht gesprochen
wurde – und Unrecht

Leben im Kiez

Wenn das Leben leiser wird – wie ältere
Menschen in Berlin wieder Anschluss finden



**margot friedländer
stiftung**



© Marlene Garwisch

„Seid Menschen.“ Margot Friedländer

Unermüdlich engagierte sich Dr. h. c. Margot Friedländer für Freiheit, Demokratie und Menschlichkeit. Die von ihr 2023 gegründete Margot Friedländer Stiftung setzt ihr Lebenswerk fort. Sie baut Brücken für eine menschliche Gesellschaft, die aus der Vergangenheit lernt und sich mit Mut gegen Antisemitismus und jede Form der Ausgrenzung stellt und eine freie und demokratische Zukunft gestaltet.

Für die Fortsetzung der wichtigen Arbeit von Margot Friedländer bittet die Margot Friedländer Stiftung um Spenden:



Margot Friedländer Stiftung
IBAN: DE69 1005 0000 0191 2629 27
BIC: BELADEBEXX (Berliner Sparkasse)

Liebe Schöneberger, liebe Leserinnen und Leser,

wenn im Frühling die Abende heller werden und die Luft milder, zieht es die Menschen nach draußen – und der Kiez erwacht zu neuer Lebendigkeit.

Bernd Oertwig wirft diesmal einen Blick auf den Schulschluss – und landet gedanklich bei einem roten Ferrari. Ob das nun das angemessene Elterntaxi ist oder eher eine Frage des Stils, klärt er auf seine ganz eigene Weise. Andreas Langholz bricht eine Lanze für das Essen auf Rädern – oder besser gesagt: auf Fahrrädern. Mit einem Blick zurück zeigt er, dass die Idee älter ist, als man denkt. René Koch schaut nach vorn und stellt mit stilsicherem Gespür die Beauty-Trends für 2026 vor. Bärbel Stolz zeigt in ihrer Kolumne *Die Gedanken sind frei*, dass diese Freiheit zwar schön ist, aber nicht unbedingt einfach.

Menschen im Kiez

Unsere Titelgeschichte führt uns zu *Thörner fürs Büro* – ein Traditionsbetrieb nahe dem Bayerischen Platz, in dem zwei Generationen zeigen, wie man auch heute mit Papier und Stiften unverzichtbar bleibt.

Geschichte im Kiez

Das Kammergericht in Schöneberg ist ein Ort, an dem sich über Jahrhunderte hinweg entscheidet, was Recht ist – und was daraus gemacht wird. Wir erzählen seine Geschichte zwischen Anspruch und Abgrund, zwischen Recht und Unrecht.

Leben im Kiez

Hausbesuche – das klingt erst einmal nach Steuerfahndung oder Hebammenarbeit. Gemeint ist diesmal etwas anderes: die *Berliner Hausbesucher* – ein ehrenamtliches Projekt, das wir besonders hervorheben möchten. Menschen, die sich engagieren, um Berlinerinnen und Berliner dabei zu unterstützen, so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden zu leben.

Auch unser Kiezkalender, die Stadtteilkarte, die Leserbriefe und vertraute Stimmen begleiten euch durch diese Ausgabe.

Wir wünschen euch belebende Frühlingsgefühle
in eurem Kiez.



Eure

Bea und Markus Beeth

Menschen im Kiez	1
Zwischen Trümmern und Tintenfass – 77 Jahre Thörner fürs Büro	
Geschichte im Kiez	6
Kammergericht Berlin: wo Recht gesprochen wurde – und Unrecht	
Kolumne	12
Schluss	
Kiezkarte	14–15
Veranstaltungstipps	16
April bis Mai 2026	
Leben im Kiez	18
Wenn das Leben leiser wird – wie ältere Menschen in Berlin wieder Anschluss finden	
Kolumne	22
Die wichtigsten Life Hacks für maximale Selbstoptimierung	
Stil und Charme	24
Der Beauty-Trend 2026	
Küchenanekdote	26
Zeig mir den Weg!	
Leserbriefe	28
Zu guter Letzt	30
... ein Buchtip	



*Wir freuen uns sehr
auf Ihren Besuch!*

1000 Stoffe – 1000 Farben

IMMER WIEDER NEU BEI GEBRÜDER BERGER

**STOFFE DIREKT ZUM ANSCHAUEN,
ANFASSEN, AUSSUCHEN UND MITNEHMEN**

- › Modestoffe
- › Stoffe für Theater, Film und Fernsehen
- › Gewebe aus Leinen
- › Baumwolle und Synthetics
- › Wolle, Samt und Seide
- › Leder- und Fellimitate
- › Party-Stoffe, Lurex und Glamour
- › Flammenhemmende Gewebe nach DIN 4102 B1
- › Technische In- und Outdoorge-
webe vielseitig einsetzbar
- › Verdunkelungsstoffe
- › Wasserdichte Stoffe
- › Dekorations- und Polsterstoffe
- › Nessel- und Futterstoffe
- › Jeansstoffe
- › Stoffe zum Basteln und Werken
- › Stoffe für Events, Messen und
Ausstellungen

**GROSSE MENGEN – KLEINE MENGEN
WIR HABEN DEN STOFF**

Gebrüder Berger GmbH & Co. KG seit 1919
– Bitte beachten Sie unsere neue Anschrift –
Bismarckstraße 72 / Ecke Fritschestr., 10627 Berlin-Charlottenburg
Tel: 261 16 61

Geschäftszeiten: Mo. bis Fr. 8.00 – 17.00 Uhr Sa. 8.00 – 16.00 Uhr

WWW.GEBRUEDER-BERGER.DE

MENSCHEN IM KIEZ

Zwischen Trümmern und Tintenfass – 77 Jahre Thörner fürs Büro



Es beginnt mit einem Bild, das man heute kaum noch kennt: ein Mann, der durch eine zerstörte Stadt läuft. Er ist nicht etwa auf der Suche nach etwas, sondern hat etwas im Gepäck: Papier, Stifte, vielleicht ein paar Ordner – Dinge, die unscheinbar wirken, aber genau das sind, was eine Gesellschaft braucht, wenn sie wieder anfangen will, sich neu zu organisieren.

Im April 1949 gründet Gerhard Thörner sein Geschäft in Berlin; in einer Zeit, in der die Stadt noch von Ruinen durchzogen und Zukunft eine tägliche Aufgabe ist. Es gibt kein Ladenlokal im klassischen Sinne, kein Schaufenster, das Kunden anzieht. Zunächst gibt es nur die eigene Wohnung in der Mansfelder Straße, in der das Wohnzimmer gleichzeitig als Lager dient und Ausgangspunkt für alles ist, was folgen soll. Von hier aus zieht Gerhard Thörner los, erst zu Fuß, dann mit der U-Bahn, später mit einem Fahrrad, an dem ein kleiner Anhänger befestigt ist, und beliefert die ersten Betriebe, die sich in dieser Stadt langsam wieder zusammenfinden.

Man kann sich heute kaum vorstellen, wie viel Vertrauen und wie viel Energie es braucht, in einer solchen Situation ein Geschäft aufzubauen, ohne Netz und ohne Sicherheiten; lediglich getragen von dem stillen Willen, es weitergehen zu lassen. „Die Ärmel hochkrepeln und machen“, so beschreibt es sein Sohn Bodo Thörner viele Jahre später, und in diesem einen Satz steckt wahrscheinlich mehr Wahrheit über diese Zeit als in jeder großen historischen Einordnung.



Die ersten Kunden sitzen damals vor allem im Ostteil der Stadt, Berlin ist noch eine Einheit, zumindest auf dem Papier, und es entsteht ein Netzwerk aus Beziehungen, aus regelmäßigen Besuchen, aus Handschlägen. Doch Geschichte ist selten planbar: Mit dem Bau der Mauer 1961 reißt ein Teil dieser Verbindungen plötzlich ab, Kunden verschwinden nicht, weil sie schlicht nicht mehr erreichbar sind. Es ist ein Einschnitt, wie es ihn in dieser Form wohl nur in Berlin geben konnte – und einer, der das Geschäft verändert, ohne es zu stoppen.

Ein Laden wächst mit der Stadt

Gerhard Thörner bleibt beweglich, zieht um, wächst weiter, und 1972 landet das Unternehmen schließlich an dem Ort, an dem es bis heute ist: in der Salzburger Straße, unweit des Bayerischen Platzes. Hier entsteht nach und nach das, was man heute betritt – kein auf Effizienz getrimmter Verkaufsraum, sondern ein Laden, der gewachsen ist, Stück für Stück, Regal für Regal, Sortiment für Sortiment.

Mitten in dieser Entwicklung wächst Bodo Thörner auf, buchstäblich zwischen Papierstapeln und Bleistiftkisten. Es gibt diese Szene, die fast beiläufig erzählt wird und doch alles sagt: wie sein Vater ihn schon als kleines Kind mit ins Lager nimmt und ihm zeigt, welche Bleistifte es gibt mit welchen Unterschieden und Qualitätsmerkmalen. Es ist eher ein Hineingleiten in eine Welt, die irgendwann zur eigenen wird. Mit 17 steigt er ein und übernimmt später die Firma, gibt ihr 1988 mit der Gründung der GmbH eine neue Struktur, ohne jedoch den Charakter zu verändern.

Und dann kommt der Moment, der für Berlin alles verändert und plötzlich wieder Möglichkeiten eröffnet, die lange verschlossen waren. Als 1989 die Mauer fällt und 1990 die Wiedervereinigung folgt, ist das für viele Unternehmen ein politisches Ereignis. Für die Familie Thörner ist es ganz konkret: Wege werden wieder befahrbar, Kontakte wieder möglich, Märkte wieder erreichbar. Man fährt erneut in den Osten, knüpft Verbindungen, spricht mit Betrieben und Institutionen, baut Schritt für Schritt neue Geschäftsbeziehungen auf. 1990 tritt die Frau von Bodo Thörner, Petra Thörner, ebenfalls in das Unternehmen ein und setzt als Ladenchefin neue Akzente. So ist diese Phase eine Rückkehr und zugleich ein Neuanfang.



Aufbruchsjahre zwischen Papier und Computertechnik

Diese Jahre bringen dem Unternehmen spürbaren Auftrieb. Das Geschäft wächst, wird größer, schneller, vielschichtiger – und genau in dieser Phase öffnet sich ein weiteres Feld, das damals wie die Zukunft selbst wirkt: die Computertechnik.

Anfang der 90er-Jahre kommt mit Stefan Sperling jemand ins Unternehmen, der diesen Bereich mitbringt. Aus dem klassischen Bürobedarfsbetrieb wird zusätzlich ein Computerfachgeschäft, in dem Rechner verkauft, Systeme erklärt und neue Anwendungen vermittelt werden. Gerhard Thörner gehört zeitweise zu den großen Schneider-Computerhändlern in Berlin – eine Entwicklung, die perfekt in diese Jahre passt, in denen sich Technik rasant verbreitet und die Grenzen zwischen Branchen verschwimmen. Das Unternehmen wächst weiter; es baut diesen Bereich aus, gewinnt neue Kunden, neue Aufgaben, neue Dynamiken. Es sind Jahre einer rasanten Expansion und unzähliger Möglichkeiten – aber auch Jahre, in denen der Aufwand stetig steigt.

Denn mit der Zeit verändert sich der Markt erneut. Große Ketten drängen hinein, Preise geraten unter Druck, technische Innovationen folgen in immer kürzeren Abständen, und der Einsatz, der nötig ist, um mitzuhalten, wächst kontinuierlich. Was zunächst wie ein logischer Schritt in die Zukunft erschien, wird zunehmend zu einem Bereich, der viel Energie bindet, aber wirtschaftlich immer schwieriger wird.

Ende der 90er-Jahre fällt deshalb eine Entscheidung, die nicht leicht ist: Gerhard Thörner zieht sich aus dem Computersegment zurück und konzentriert sich wieder stärker auf das, was das Unternehmen über Jahrzehnte getragen hat. Es ist eine bewusste Fokussierung auf den ureigenen unternehmerischen Kern.

Was bleibt, wenn sich alles verändert

Heute ist Thörner fürs Büro ein Ort, der genau aus dieser Geschichte heraus funktioniert. Ein Laden, in dem man spürt, dass hier nicht einfach nur verkauft wird, sondern dass sich über Jahrzehnte hinweg etwas gewachsen ist, das Bestand hat. Natürlich hat sich das Sortiment verändert, denn auch klassischer Bürobedarf ist nicht mehr das, was er einmal war. Rechnungen werden digital verschickt, Kommunikation läuft über E-Mail, und das viel zitierte papierlose Büro steht immer noch als Versprechen im Raum.



Und doch bleibt etwas, das sich nicht digitalisieren lässt: das Bedürfnis, Dinge in die Hand zu nehmen, sie auszuprobieren und ihren Wert zu spüren. Ein Stift, der gut in der Hand liegt. Papier, das sich richtig anfühlt. Der Geruch eines klassischen Schreibwarenladens, den viele Kunden bis heute bewusst wahrnehmen und schätzen.

Der Laden hat sich darauf eingestellt, ohne sich zu verlieren. Mehr Schulbedarf, mehr Papeterie, mehr Dinge, die nicht nur funktional sind, sondern Freude machen. Dazu ein Service, der aus Erfahrung gewachsen ist – etwa der Schullisten-Service, bei dem Eltern einfach die Vorgaben der Schule abgeben und alles passend zusammengestellt bekommen; eine kleine Entlastung im Alltag.

Ein über Jahre zusammengewachsenes Team hält das Geschäft am Laufen. Viele Mitarbeitende haben hier gelernt und sind geblieben. Sie kennen die Abläufe, die Kunden und den Kiez. Es ist diese Kontinuität, die man spürt, wenn man den Laden betritt; hier arbeiten Menschen, die wissen, was sie tun.

Natürlich gehört heute auch ein Webshop dazu und natürlich hat sich die Logistik verändert. Aber der Kern ist geblieben: ein Laden in der Salzburger Straße, in dem man stöbern kann, Dinge ausprobieren und in der Beratung aus Erfahrung besteht. Nach 77 Jahren lässt sich das Fazit ziehen: Es ging nie nur darum, Waren zu verkaufen, sondern immer auch darum, Teil dieser Stadt zu sein – in allen Phasen des Um- und Aufbruchs. Von den Trümmern der Nachkriegszeit über die Teilung, den Mauerfall und die Wiedervereinigung bis in die Gegenwart zieht sich eine rote Linie, die nicht gerade verläuft, aber verlässlich ist. ■

WEITERE INFORMATIONEN

Thörner fürs Büro

Fachhandel für Bürobedarf, Schulbedarf und Trendartikel
in Berlin-Schöneberg

Salzburger Straße 9 | 10825 Berlin

Telefon: 030-78 95 92 0

Mo. bis Fr., 8–19 Uhr; Sa., 9–16 Uhr

www.thoerner.de

Im Herzen Schönebergs, direkt am Winterfeldtplatz, finden Sie unser gemütliches Eiscafé – ehrliches Eis mit freundlicher Bedienung und bei Bedarf kommen wir mit **KiezEisMobil** auch zu Ihnen.

Für einen Geburtstag, eine Hochzeit, ein Betriebs-Event oder als Überraschung für Ihre Gäste können Sie unsere **mobilen Eisvittrinen** oder unser **KiezEis Carretto** mit den Eissorten Ihrer Wahl mieten.

Interesse?

Kontaktieren Sie uns gerne ...

email: mobil@kiezeis.de

Tel: +49 171 7442612



Eiscafé • Winterfeldtstr.46 • 10781 Berlin
Täglich von 12–20 Uhr und Samstags von 11–20 Uhr

CLARA KAESDORF



Nachhaltige
Mode mit
unseren eigenen
Stoffmustern in
Größe 34-52

Foto ClaudeHilde



Ladenatelier Belzigerstr. 29 / 10823 Berlin
Instagram @clara_kaesdorf / Tel 49082359
www.clara-kaesdorf.com



BROTGARTEN

BIO-BÄCKEREI

KONFITOREI und BISTRO



Fair und regional produzieren wir
seit über 40 Jahren in Bio-Qualität.

Besucht uns auf dem **Ökomarkt in der Akazienstraße!**
Immer Donnerstags von 12 bis 18 Uhr

Brotgarten • Seelingstraße 30 • 14059 Berlin

www.brotgarten.de

GESCHICHTE IM KIEZ

Kammergericht Berlin: wo Recht gesprochen wurde – und Unrecht



Text und Fotos: mein Kiez

Der Kleistpark wirkt an diesem Tag beinahe beiläufig. Menschen sitzen auf Bänken, unterhalten sich, schauen ins Grün. Es ist einer dieser Orte in Berlin, an denen die Stadt für einen Moment innehält, ohne es zu merken. Und genau hier, am Rand dieses Parks, steht ein Gebäude, das sich nicht in den Vordergrund drängt – und gerade deshalb leicht übersehen wird.

Das Kammergericht Berlin fügt sich ruhig in die Umgebung ein. Errichtet zwischen 1909 und 1913, neobarock, monumental, mit breiten Treppenaufgängen, hohen Säulen und einer Architektur, die Respekt einflößen soll. Wer die Mittelhalle betritt, spürt sofort, dass dieser Ort mehr sein will als nur funktional. Hier sollte das Recht sichtbar werden – nicht als abstrakte Idee, sondern als etwas, das Gewicht hat.

Im großen Plenarsaal steigert sich dieser Eindruck noch. Prunkvolle Deckengemälde, scheinbar schwere Marmorsäulen, ein Kamin, darüber die Kaiserloge. Ein Raum, der nicht nur gebaut



wurde, um Recht zu sprechen, sondern um es zu inszenieren. Die Botschaft ist eindeutig: Hier wird entschieden – und zwar mit Autorität.

Ein Gericht, vor dem selbst ein König verlor

Die Geschichte dieses Hauses beginnt lange vor diesem Bau. Bereits 1468 wird das Kammergericht erstmals urkundlich erwähnt. Der Name verweist auf seine Ursprünge: Recht wurde „in camera“, in den Kammern des Herrschers gesprochen. Aus dieser Nähe zur Macht entwickelte sich über Jahrhunderte hinweg eine Institution, die schließlich zur höchsten gerichtlichen Instanz in Brandenburg und Preußen wurde.

Und doch ist es eine der schönsten und vielleicht auch überraschendsten Geschichten dieses Gerichts, dass es sich nicht immer der Macht unterwarf. Im 18. Jahrhundert verlor Friedrich der Große einen Prozess gegen die Stadt Berlin. Ein König, der sich dem Urteil eines Gerichts beugen musste – das ist mehr als eine Anekdote. Es ist ein frühes Bild dessen, was Recht eigentlich sein soll: eine Ordnung, die über der Person steht, selbst über der mächtigsten.

Dieser Gedanke – dass Recht unabhängig sein kann – bekommt an diesem Ort eine besondere Tiefe. Denn er wird später auf erschreckende Weise gebrochen.

Wenn das Recht seine Richtung verliert

Mit der Machtübernahme der Nationalsozialisten beginnt eine Entwicklung, die sich auch im Kammergericht niederschlägt. Die Justiz verschwindet nicht, sie bleibt bestehen. Verfahren werden geführt, Urteile gesprochen, Akten angelegt. Und gerade darin liegt das Problem. Denn was sich verändert, ist der Kern.

Recht wird nicht mehr angewendet, um zu prüfen und abzuwägen. Es wird genutzt, um zu verfolgen und zu bestrafen. Begriffe wie Schuld und Ordnung werden politisch aufgeladen, Abweichung wird kriminalisiert. Die Form bleibt – der Inhalt kippt. Ab 1943 verschärft sich diese Praxis spürbar. Mindestens 69 Todesurteile gegen Widerstandskämpfer und Zwangsarbeiter sind für das Kammergericht dokumentiert. Hinter diesen Zahlen stehen keine abstrakten Fälle, sondern Menschen, deren Leben in Verfahren beendet wurde, die äußerlich den Anschein von Ordnung trugen – und doch Teil eines Systems waren, das Unrecht organisierte.

Die Urteile wurden im Strafgefängnis Plötzensee vollstreckt. Nur wenige Kilometer entfernt – und doch eine andere Welt.



Der Plenarsaal – ein Raum kippt

Besonders sichtbar wird diese Entwicklung im großen Plenarsaal. Nach dem Attentat vom 20. Juli 1944 zog der Volksgerichtshof unter seinem Präsidenten Roland Freisler in das Gebäude ein. Was sich hier abspielte, hatte mit Rechtsprechung nichts mehr zu tun. Es war die vollständige Pervertierung des Rechts: Recht wurde zum Werkzeug des Unrechts.

Die Prozesse wurden zu öffentlichen Vorführungen. Freisler schrie, unterbrach, demütigte die Angeklagten. Wer vor ihm stand, hatte kaum eine Chance, gehört zu werden. Die Urteile folgten oft einer Logik, die nichts mit Gerechtigkeit zu tun hatte. Und sie wurden in erschreckender Geschwindigkeit vollstreckt.

Dass all dies in einem Raum geschah, der einst für die Würde des Rechts errichtet worden war, verleiht dem Ort eine besondere Schwere. Während die Architektur bleibt, kippt ihre Bedeutung. Ein Saal, der Ordnung symbolisieren sollte, wurde zur Bühne der Willkür.

Vom Ort der Urteile zum Ort der Weltpolitik

Nach 1945 verändert sich die Funktion des Gebäudes grundlegend. Die nationalsozialistische Ordnung bricht zusammen, das Gebäude bleibt. Und mit ihm seine Bedeutung als Ort, an dem Entscheidungen getroffen werden.

Die vier Siegermächte richten hier den Alliierten Kontrollrat ein. In denselben Räumen, in denen zuvor Menschen zum Tode verurteilt wurden, wird nun über die Zukunft Deutschlands verhandelt. Vertreter der USA, der Sowjetunion, Großbritanniens und Frankreichs sitzen an einem Tisch und versuchen, eine neue Ordnung zu schaffen. Für einen Moment scheint Zusammenarbeit möglich. Doch dieser Moment hält nicht lange. 1948 verlassen die sowjetischen Vertreter den Kontrollrat, die gemeinsame Verwaltung endet. Was bleibt, ist ein Gebäude, das erneut einen Wendepunkt markiert – diesmal den Beginn der Teilung.

1971 wird hier das Viermächteabkommen über Berlin unterzeichnet. Ein politisches Dokument, das den Alltag der Stadt nachhaltig prägt, ohne dass man es dem Gebäude ansieht.

Gegenwart und Verantwortung

Nach Jahren der Teilung kehrt das Kammergericht nach der Wiedervereinigung an seinen historischen Standort zurück. Heute ist es das höchste ordentliche Gericht Berlins. Rund

Ballettstudio

Inh. Sabine Neske-Krüger



Unsere Kurse:

- Ein Kindheitstraum wird wahr!
- Ballett – Jazz – Stepptanz
- Allgemeine Gymnastik „Reha Fit“ mit Musik

Unsere Studios mit Aufzug!

Berliner Str. 120 (Wilmerdorf)
Priesterweg 4 (Schöneberg)

Fit bleiben bis ins hohe Alter

Tanzen hält körperlich und geistig jung, macht fit und viel Spaß in der Gemeinschaft!

Vereinbaren Sie Ihren Termin für eine individuelle Beratung:

☎ 030 - 897 39 976 oder
@ info@ballettstudio-marlen.de

www.ballettstudio-marlen.de

Gute Weine

seit
40
Jahren



Handverlesen:
0% entalkoholisierter Wein, Frizzante & Sekt



Willmannsdamm 18, Berlin-Schöneberg
Tel 030 788 12 00 weinhandlung@autos-weine.de
Montag - Freitag 11 - 19 h, Samstag 10 - 16 h

*Ziemlich viel Schönes –
im Laden oder im Webshop*

papier|haus

Belziger Straße 18
10823 Berlin

Mo–Fr 10–19 Uhr
Sa 10–18 Uhr



papierhaus.shop

hallo@papierhaus.shop
www.papierhaus.shop

GEWANDHAUS - SECOND-HAND MODE FÜR ERWACHSENE



21
Jahre

GEWANDHAUS, Belziger Straße 36, 10823 Berlin
030 – 77 00 87 63, www.gewandhaus-secondhand.de
Mo 14 – 18, Di – Fr 12 – 18, Sa 12 – 16



150 Richter arbeiten hier, entscheiden über Fälle, die oft weit über die Stadt hinaus Bedeutung haben.

Die Themen haben sich verändert. Es geht um Terrorismus, um digitale Räume, um Fragen, die vor wenigen Jahrzehnten noch nicht existierten. Und doch bleibt der Anspruch derselbe: Recht zu sprechen, das Bestand hat.

Gleichzeitig ist die Vergangenheit nicht verschwunden. Im Plenarsaal erinnern Gedenktafeln an die Opfer der NS-Justiz. Namen, die geblieben sind. Still, aber unübersehbar.

Was dieser Ort erzählt

Das Kammergericht ist kein Ort, der sich schnell erschließt. Es ist ein Gebäude, das man lesen muss – in Schichten, in Brüchen, in Widersprüchen. Es erzählt von einem Anspruch, der groß war. Von Momenten, in denen er eingelöst wurde. Und von Zeiten, in denen er vollständig verloren ging. Vielleicht liegt genau darin seine Bedeutung.

Wer heute vor diesem Gebäude steht, sieht nicht nur ein Gericht. Man steht vor einem Ort, an dem sich über Jahrhunderte hinweg zeigt, wie nah Recht und Unrecht beieinanderliegen können. ■

WEITERE INFORMATIONEN

Kammergericht Berlin
Elßholzstraße 30–33 | 10781 Berlin-Schöneberg

INDIANISCHES KUNSTHANDWERK AUS MEXIKO UND GUATEMALA

~ HÄNGEMATTEN, TRAGETÜCHER & VIELES MEHR ~



EISENACHERSTR. 71 · 10823 BERLIN ~ MO-FR. 12-18 UHR
TEL.: 030-78 115 84 ~ WWW.GIRASOL.DE

Brot ist Mehl, Wasser, Salz und Zeit



Gragger Brot
Potsdamer Straße 107
10785 Berlin

GRAGGER

books

knihy

livres

libros

libri

kitaplar

kitab

baek-ur

libros

könyvek

böcker

livros

ksiazki

книги

GROHNSCHE BUCHHANDLUNG

Kolonnenstraße 52

10829 Berlin

Fon 030. 78 70 26 30

Fax 78 70 26 32

info@grohnschebuchhandlung.de

www.grohnschebuchhandlung.de



Schulschluss

Eine Kolumne von Bernd Oertwig



Früher Nachmittag. Sonne hoch über Berlin. Hartes Licht auf harten Straßen. Alter Schulklotz mit frischem Anstrich.

Ein Knall donnert die Straße hoch. Kein Kriegsknall. Eher wie aus einem Film. Röhrend, tief, rot. Ein Ferrari SF90 Spider. Rot wie Blut, das noch warm ist. Ein Auto, gemacht für Männer, die etwas beweisen wollen. Gelbe Bremszangen blitzen hinter schwarzen Felgen. Die Karosserie liegt flach auf dem Asphalt wie ein lauerndes Tier.

Die Jungs sind da. Vielleicht acht, zehn Jahre alt. Einer schiebt eine Mütze mit einem „S“ ins Gesicht. Als gehörte er dazu. Sie warten. Große Smartphones in kleinen Händen. Paparazzi zur Probe. Keine Worte. Nur Blinken, Tippen, Klicken.

Flüssig schraubt sich der Ferrari vor der Schule in eine enge Parklücke. Der Fahrer drückt nochmal das rechte Pedal. Röhr-Röhr. Die Jungs zucken nicht. Ein Kerl schält sich aus dem Wagen. Zu dick für den Renner. Fett auf den Hüften, Bauch wie ein überreifer Apfel. Rosa Pulli, weiße Hosen. Teure Uhr am Handgelenk, mit Gold. Er trägt sie, als wolle er gesehen werden. Er tut so, als sähe er niemanden.

Er fischt Tüten vom Beifahrersitz. Designerläden. Klappt die Haube hoch. Der Spider hat keinen Kofferraum hinten. Nur

vorn. Wo bei normalen Autos der Motor ist. Das macht den Flitzer aus. Hybrid, 1000 PS. V8 und Elektro. Laut, schnell, teuer. Innen schwarze Ledersitze mit roten Nähten. Ein Cockpit wie ein Kampfflugzeug. Touchdisplays, Carbon, Digitales. Kein Platz für billig.

Rosa Pulli stopft die Tüten unter die Haube. Geht rüber zur Schule. Kein Blick für die Jungs. Kein Gruß. Arroganz wächst mit dem Bauch. Man kann es sehen, wie andere einen Schatten werfen.

Die alte Schultür. Das Mädchen kommt raus. Schwarze Haare. Glatt, glänzend. Die gleiche Sonnenhaut wie der Mann. Vielleicht Urlaub. Vielleicht Sonnenbad. Vielleicht egal. Sie hält seine Hand. Ein rotziges Girl mit purer Unsterblichkeit in den Augen. Sie wird eine schöne Frau sein.

Sieht nicht zu den Jungs. Einer winkt. Sie starrt durch ihn hindurch. Kaugummi im Mund. Du bist nichts, sagt ihr Blick.

Ein kleines Miststück. Sagen die Kids aus ihrer Klasse. Sie geht nicht wie ein Kind. Sie stolziert. Eine kleine Zicke, tuscheln Lehrer. Nie bei den anderen. Immer gegen sie. Vielleicht hat sie das von ihm. Der Vater spendet hin und wieder.

Er verstaubt den Rucksack seiner Tochter wie eine Last, die er nicht haben will. Die Haube klappt zu. Satt und schwer. Wie nur ein Ferrari klingt, auch wenn der Motor Pause hat. Sound-Design. Der Dicke schiebt das Kind in den Sitz, schnallt die Zicke an wie Gepäck. Mit leisem Druck auf den richtigen Button dreht er das Dach weg. Spider-Modus. Röhr-Röhr.

Geschmeidig gleitet der Ferrari davon. Das Mädchen sieht nicht zurück. Der Mann auch nicht. Nur die Jungs blieben stehen. Der Kleine, der gewinkt hat, spuckt auf den Boden.

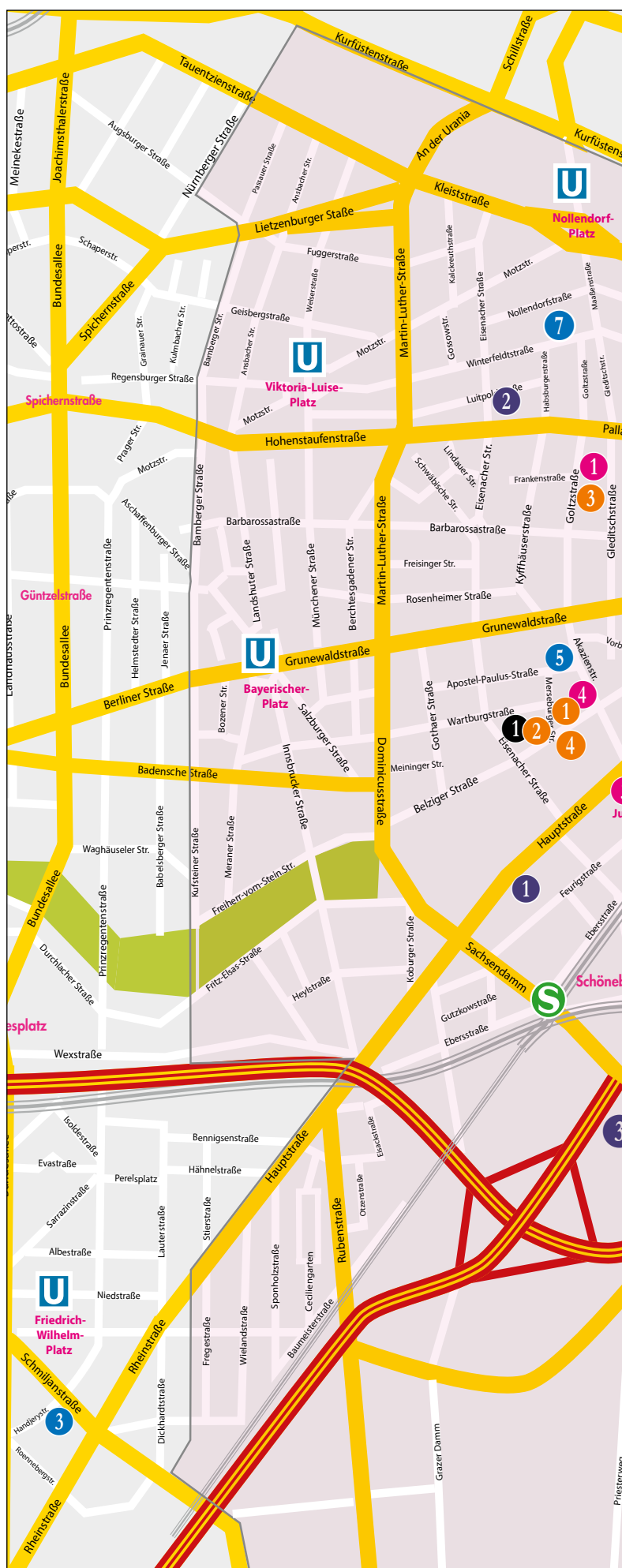
Warum sie nicht auf eine Privatschule geht? Schwer zu sagen, sagt die Bäckersfrau gegenüber, die mir den Kaffee bringt. Vielleicht, will er zeigen, dass er auch hier größer ist als alle anderen. Vielleicht, weil er glaubt, das reicht. Vielleicht, weil keiner sie will. Man weiß es nicht. Man kann nur zusehen.

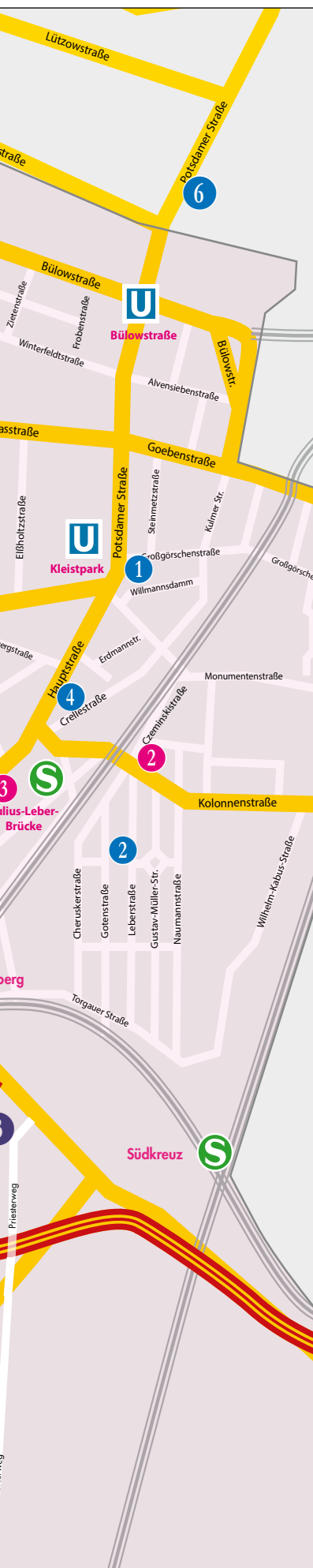
Zusehen ist manchmal das Einzige, was bleibt. ■

LOKAL
SCHLÄGT
GLOBAL

**mein
KIEZ**

Jetzt Anzeige buchen!
redaktion@mein-kiez.de





Fit, Schön, Gesund

- 1 **Immanuel Seniorenzentrum Schöneberg**
Hauptstraße 121 A, 10827 Berlin
- 2 **Maria Eichhorn, Physiotherapie**
Eisenacher Straße 103, 10781 Berlin
- 3 **Ballettstudio Marlen**
Pristerweg 4, 10829 Berlin

Handel, Handwerk, Dienstleistung

- 1 **GoltzOptick**
Goltzstraße 12, 10781 Berlin
- 2 **Grohnsche Buchhandlung**
Kolonnenstraße 52, 10829 Berlin
- 3 **Hotel Schöneberg**
Hauptstraße 135, 10827 Berlin
- 4 **Papierhaus Aina Verspohl**
Belziger Str. 18, 10823 Berlin

Lebensmittel, Feinkost, Restaurant

- 1 **Autos + Weine – der Weinladen**
Willmannsdamm 18, 10827 Berlin
- 2 **Mehlstübchen**
Leberstr. 28, 10829 Berlin
- 3 **Ridders Kaffeerösterei**
Schmiljanstraße 13, 12161 Berlin
- 4 **Hiamali – Restaurant & Bar**
Crellestraße 45, 10827 Berlin
- 5 **Brotgarten Bio-Bäckerei, Konditorei**
Akazienstr. 15, 10823 Berlin/Wochenmarkt
- 6 **Gragger Das Brot**
Potsdamer Straße 107, 10785 Berlin
- 7 **Kiezeis**
Winterfeldstr. 46, 10781 Berlin

Möbel, Einrichtung, Design

- 1 **Girasol**
Eisenacher Straße 71, 10823 Berlin

Bekleidung, Schuhe, Schmuck

- 1 **Friedland & Partner**
Belziger Straße 28, 10823 Berlin
- 2 **Gewandhaus**
Belziger Str. 36, 10823 Berlin
- 3 **Trigon**
Goltzstraße 12, 10781 Berlin
- 4 **Clara Kaesdorf**
Belzigerstr. 29, 10823 Berlin

Dies & Das / Veranstaltung

Stadtspaziergang Martin Forberg

AUS DEM NACHBARKIEZ

- Smartphone Schulungen - Ina Küller**
Mainzer Str. 18, 10715 Berlin
- PinguinDruck**
Marienburger Str. 16, 10405 Berlin
- Gebrüder Berger Stoffe**
Bismarckstr. 72, 10627 Berlin
- René George Klaviere**
Lychener Str. 5, 10437 Berlin
- Kälte Lounge**
Bornstr. 2, 12163 Berlin
- Lakritz! Schwarzes Gold**
Uhlandstraße 98, 10715 Berlin
- Queere Haushaltshilfe**
Belforter Str. 18, 10405 Berlin

Veranstungstipps

April bis Mai 2026

24.04.2026 18:00 Nicole Zuraitis Quartet (Jazzkonzert)

Zig Zag Jazz Club Hauptstraße 89, 12159 Berlin
www.zigzag-jazzclub.berlin info@zigzag-jazzclub.berlin 030 94049147

25.04.2026 18:00 Spring Jam (Konzertabend mit mehreren Acts der Leo-Kestenberg-Musikschule)

Die Weiße Rose Martin-Luther-Straße 77, 10825 Berlin
www.die-weiße-rose.de musik@die-weiße-rose.de 030 90277-6646

25.04.2026 20:00 Mischpoke – Klezmer Highlife (Konzert)

Apostel-Paulus-Kirche Grunewaldstraße 77, 10823 Berlin
www.apostel-paulus-kirche.de gemeinde@apostel-paulus-kirche.de 030 7812061

26.04.2026 15:00–17:00 „Rote Insel“: Spaziergang auf den Spuren der Menschenrechte
(mit Martin Forberg, Beitrag: 13 €, erm. 10 €)

Treffpunkt Fahrradständer, C'afe EssEINS Kolonnenstraße 56, 10829 Berlin
martin.forberg@posteo.de

26.04.2026 16:00 Das verlorene Fragezeichen (fantasievolles Abenteuer über Kinderrechte, Schule und die Superkraft der Gemeinschaft)

Theater Morgenstern im Rathaus Friedenau Rheinstraße 1, 12159 Berlin
www.theater-morgenstern.de info@theater-morgenstern.de 030 92355950

26.04.2026 20:00 Tom van Orten – Moralgymnastik: Klavierkabarett next Level

Scheinbar Variété Monumentenstraße 9, 10829 Berlin
www.scheinbar.de tickets@scheinbar.de 030 7845539

30.04.2026 20:00 Was war und was wird (von Lutz Hübner und Sarah Nemitz)

Kleines Theater am Südwestkorso Südwestkorso 64, 12161 Berlin
www.kleines-theater.de info@kleines-theater.de 030 8212021

01.05.2026 14:00 Maifest (Familienfest mit Konzert, Kindercircus und Mitmachaktionen)

ufaFabrik Viktoriastraße 10–18, 12105 Berlin
www.ufafabrik.de info@ufafabrik.de 030 755030

03.05.2026 15:00–17:00 Stadtpaziergang: Jüdisches Leben im Bayerischen Viertel
(mit Martin Forberg, Beitrag: 13 €, erm. 10 €)

Treffpunkt Ecke Grunewaldstraße / Salzburger Straße Salzburger Straße 1, 10779 Berlin
martin.forberg@posteo.de

03.05.2026 20:00 Bartuschka – Berlin Blonde (VerbalComedy)

Scheinbar Variété Monumentenstraße 9, 10829 Berlin
www.scheinbar.de tickets@scheinbar.de 030 7845539

05.05.2026 19:30 Jung, aber Denkmal: DDR-Kirchen (Podiumsdiskussion)

Urania Berlin An der Urania 17, 10787 Berlin
www.urania.de info@urania.de 030 2189091

08.05.2026 20:00 Husch, husch, Hüsch (Premiere – Kabarett nach Hanns Dieter Hüsch)

Zimmertheater Steglitz Bornstraße 17, 12163 Berlin
www.zimmertheater-steglitz.de info@zimmertheater-steglitz.de 030 25058078

08.05.2026 20:00 Sultans of Mark (Dire Straits Tribute, Live-Konzert)

Speak Eazy Stage & Studio Kulmer Straße 20A, 10783 Berlin
www.speakeazyberlin.de info@speakeazyberlin.de

09.–10.05.2026 Sa 11:00–20:00, So 10:00–20:00 Frühlings- und Spargelfest „Primavera“
(Kiezfest mit Markt, Gastronomie und Bühnenprogramm) Akazienstraße Akazienstraße, 10823 Berlin**13.05.2026 20:00 She Said (OmU, Filmreihe „Breaking News“)**

Odeon Kino Hauptstraße 116, 10827 Berlin
www.yorck.de info@yorck.de 030 322931322

17.05.2026 Internationaler Museumstag (Sonderprogramm, freier Eintritt)

verschiedene Museen Berlin www.museumsbund.de

21.05.2026 15:00 Visuelle Performance (Theater über Sprache und Kommunikation, inklusiv)

FELD Theater für junges Publikum Gleditschstraße 5, 10781 Berlin
www.jungesfeld.de info@jungesfeld.de 030 92124150

HIMALI



Restaurant & Bar

Einmalig in Berlin!
Täglich von 12:00 – 00:00 Uhr

NEPALESISCHE, INDISCHE & TIBETISCHE HOCHLANDKÜCHE

Crellestraße 45 · 10827 Berlin
Tel. 78 71 61 75
www.himalirestaurantbar.de



IMMANUEL
ALBERTINEN
DIAKONIE



IMMANUEL
SENIORENZENTRUM
SCHÖNEBERG





schoeneberg.immanuel.de

Wir leben Schöneberg!

Vollstationäre Pflege
Tagespflege · Servicewohnen

Immanuel Seniorenzentrum Schöneberg
Hauptstraße 121 A · 10827 Berlin
Tel. 030 780 04-0 · Fax 030 780 04-150
schoeneberg@immanuel.de

KÄLTE LOUNGE



WWW.KAELTELOUNGE.DE

Bornstraße 2 · 12163 Berlin
030 – 46 99 61 40 · hallo@kaeltelounge.de



KÄLTEKAMMER IN STEGLITZ

Erlebe die natürliche
Kraft der Kälte.

Dein Stoffwechsel kommt
in Schwung, Schmerzen
und Entzündungen gehen
zurück und Dein Immun-
system wird gestärkt.

Einfach online Probe-
Termin vereinbaren!

ERLEBE
3 MINUTEN
BEI -150°

LEBEN IM KIEZ

Wenn das Leben leiser wird – wie ältere Menschen in Berlin wieder Anschluss finden



Berlin ist eine lebendige Stadt – und gerade in Schöneberg gehört das Miteinander zum Alltag. Doch auch hier kann es im Alter leiser werden. Wenn vertraute Kontakte wegfallen und Gewohnheiten sich verändern, entstehen Lücken, die sich nicht von selbst schließen. Viele Menschen erleben das und stehen vor der Frage, wie sie wieder Anschluss finden können. Die Berliner Hausbesuche helfen dabei, neue Wege zu entdecken.

Wenn Gewohntes plötzlich fehlt

Es gibt diese Veränderungen, die nicht auffallen, weil sie so leise passieren. Ein Termin wird seltener wahrgenommen, dann fällt er ganz weg. Ein Treffen, das früher selbstverständlich war, findet irgendwann nicht mehr statt. Vielleicht, weil ein Mensch fehlt, vielleicht, weil sich Wege verändert haben. Der Chor, zu dem man jahrelang gegangen ist, löst sich auf. Der Kurs, der den Wochenrhythmus bestimmt hat, passt nicht mehr. Und so verschwinden nach und nach die festen Punkte im Alltag, an denen sich früher alles orientiert hat. Was bleibt, ist zunächst nur ein Gefühl. Der Tag ist länger geworden. Die Woche hat weniger Struktur. Und das, was früher selbstverständlich war, muss plötzlich neu gedacht

werden. Dabei ist die Umgebung dieselbe geblieben. Die Straßen, die Häuser, die kleinen Cafés, die Parks – alles ist noch da. Und doch entsteht diese Lücke, weil die Verbindungen dorthin fehlen.

Viele Möglichkeiten – aber wie finde ich sie?

Möglichkeiten gibt es mehr als genug. In fast jeder Straße, in jedem Kiezbereich gibt es Angebote: Chöre, Bewegungsgruppen, Schwimmkurse, Lesekreise, Treffpunkte für Austausch,



Nachbarschaftsinitiativen. Dazu kommen Beratungsstellen, Unterstützung im Alltag, Hilfe bei technischen Fragen, Angebote rund um Gesundheit, Pflege oder Wohnen. Eigentlich ist die Vielfalt groß – größer vielleicht als je zuvor.

Und doch stellt sich eine ganz praktische Frage: Wo fange ich an? Die meisten Angebote sind auf einzelne Themen spezialisiert. Hier geht es um Bewegung, dort um Pflege, an anderer Stelle um Beratung oder Freizeit. Wer nicht genau weiß, wonach er sucht, findet sich in dieser Vielfalt schwer zurecht. Oft fehlt der Überblick – und damit auch die Orientierung. Was passt zu mir? Was ist wirklich in meiner Nähe? Und was davon fühlt sich richtig an?

So entsteht eine paradoxe Situation: Es gibt viele Möglichkeiten, aber sie bleiben ungenutzt. Nicht, weil kein Interesse da ist – sondern weil niemand da ist, der sie zusammenführt.

Ein Besuch, der neue Wege zeigt

Hier setzen die Berliner Hausbesuche an – ein Projekt des Malteser Hilfsdienstes, gefördert vom Land Berlin. Die Idee dahinter ist so einfach wie wirkungsvoll: Menschen nicht erst dann zu unterstützen, wenn Probleme groß geworden sind, sondern frühzeitig Orientierung zu geben.

Geschulte Lotsinnen und Lotsen kommen zu Menschen ab 70 Jahren nach Hause oder treffen sie an einem Ort im Kiez. Der Besuch ist kostenlos und unverbindlich. Vor allem aber ist er persönlich. Es geht nicht um eine standardisierte Beratung, sondern um ein Gespräch, das sich am Leben der jeweiligen Person orientiert: Wie sieht der Alltag gerade aus? Was fehlt? Was würde guttun? Diese Fragen stehen am Anfang des Kontakts.



Lotsinnen: Annette Jooss (li), Birgit Henkel (re)

Die Lotsinnen und Lotsen hören zu und nehmen sich Zeit. Oft zeigt sich im Gespräch, dass es nicht nur um ein Thema geht, sondern um mehrere, die zusammenhängen. Vielleicht fehlt Bewegung, vielleicht soziale Kontakte, vielleicht auch einfach ein Anlass, wieder regelmäßig vor die Tür zu gehen. Genau hier liegt die Stärke des Angebots: Es denkt den Zusammenhang mit. Denn die Lotsinnen und Lotsen kennen die Angebote im Bezirk sehr genau. Sie wissen, wo es passende Gruppen gibt, welche Treffpunkte gut erreichbar sind und welche Unterstützung im Alltag sinnvoll sein kann. Sie stellen Kontakte her, geben konkrete Hinweise und helfen dabei, die ersten Schritte zu planen. So entsteht aus einer unübersichtlichen Vielfalt ein klarer Weg.

Wenn Neues wieder selbstverständlich wird

Was danach passiert, ist oft unspektakulär, doch genau darin liegt seine Wirkung. Ein Vorschlag wird ausprobiert. Ein erster Termin wird vereinbart. Vielleicht geht man einmal hin, vielleicht ein zweites Mal. Und nach und nach verändert sich etwas. Aus einer Idee wird eine Gewohnheit. Aus einem Termin ein fester Punkt im Kalender. Aus einem ersten Gespräch womöglich ein neuer Kontakt. Der Alltag gewinnt nach und nach wieder Struktur.

Bei den Berliner Hausbesuchen geht es darum, kleine Veränderungen anzustoßen, die wirken. Möglichkeiten sichtbar zu machen, bevor man sich mit dem Weniger zufriedengibt. Denn oft ist es leichter, sich neu zu orientieren, solange man sich noch sicher fühlt – und nicht erst dann, wenn die Hürden größer geworden sind. ■

WEITERE INFORMATIONEN

Malteser Hilfsdienst – Berliner Hausbesuche

Annette Jooss, Birgit Henkel

030 348003241

bhb.tempelhof-schoeneberg@malteser.org

Unsere Superheld_innen für:

- deinen Haushalt
- dein Büro
- Treppenhäuser
- Menschen mit Pflegegrad



still
hetero-
friendly

☎ 030 28688440

🌐 queere-haushaltshilfe.berlin

📷 [queere.haushaltshilfe](https://www.instagram.com/queere.haushaltshilfe)



Queere
Haushaltshilfe

Tradition seit 2008

RIDDERS KAFFEERÖSTEREI

*feine Hochlandkaffees und erstklassige Espressi
– aus Langsamröstung –*

Als eine der ersten Röstereien in Berlin-Friedenau
bieten wir stets frisch gerösteten Kaffee oder Espresso
sowie Projektkaffees aus aller Welt an.
Alle Sorten werden für Sie vor Ort verpackt.

Frischer Röstkaffee für:

*Siehträger, Vollautomaten, Herdkännchen,
Filter, Cold Brew und weitere Zubereitungen*

Wir freuen uns auf Sie!



Schmiljanstr. 13

12161 Berlin

Di, Mi, Do 10-15 Uhr • Fr 10-18 Uhr • Sa 10-14 Uhr

oder besuchen Sie uns Online: www.ridders-roesterei.de

Bestellungen ab 20 € versenden wir versandkostenfrei.

Die wichtigsten Life Hacks für maximale Selbstoptimierung

Eine Kolumne von Bärbel Stolz

Bist du ins Winterloch geplumpst oder noch drin? Ich gar nicht. Mein Winter war so schön und so voller analoger Glückserlebnisse, dass ich Social Media komplett vergessen habe. Ja, der bloße Gedanke daran hat mich gelangweilt.

Mit dem Alltag kam dann aber die alte Gewohnheit zurück: fünf Stunden Zugfahrt – ach komm, scrollen wir mal durch Instagram. Und was spuckt mir mein Algorithmus aus? Selbstoptimierung. Nur. Noch. Selbstoptimierung. Ich habe bestimmt hundert Videos gespeichert – in der naiven Annahme, das alles umzusetzen. All diese Life Hacks, die Fünf-Minuten-Routinen, die aneinandergereiht vermutlich 23 Stunden dauern. Mindestens. All die Sportübungen, die mir angeblich 70-jährige Japanerinnen zusammen mit ihren 90-jährigen Eltern vorturnen. Diese eine Morgenroutine verändert dein Leben! – ja, klar. Mein Leben ändert sich ungefähr so oft wie meine Socken, und die find ich schon nicht mehr zusammen. Um dir also Zeit und Mühe zu sparen, habe ich dir jetzt mal das Wichtigste zusammengefasst. Wenn du dich daran hältst, kann nichts schiefgehen. Ehrlich!

Also, pass auf.

Das ist jetzt sehr wichtig.

Für dein Leben!

Ab 25, 30, 40, 50 ändert sich ja dein Hormonhaushalt, Stoffwechsel, manchmal sogar deine Haarfarbe oder Sockengröße. Da musst du was tun. Willst du fit, schlank, erfolgreich und für immer jung sein? Dann folge einfach meinen Tipps:



Trinke morgens als Erstes ein großes Glas Regenwasser mit Zitrone, Leinöl, Espresso und Hühnerbrühe – gefiltert durch ein Moosdach in Südtirol.



Danach Trockenmassage für den Lymphfluss. Bitte immer in Richtung Lymphknoten. Da gibt es mehrere, nimm bitte die jeweils richtigen! Mach das so zwischen fünf und 800 Minuten.



Wenn deine Augen geschwollen sind, kannst du dir einfach für 4,5 Stunden so Gummis um die Ohren machen, das wirkt Wunder und fühlt sich herrlich an, wenn du sie wieder abnimmst.



Sport MUSS sein. Sonst verlierst du täglich einen halben Oberschenkel an Muskeln und nimmst dafür zwei Kleidergrößen an Fett zu. Ja, sorry, ich muss hier auch mal unbequeme Wahrheiten aussprechen.

Also: Hanteltraining mit Gewichten, die du wenn möglich stündlich steigertest! Dazu Ausdauer, HIIT und das andere, dessen Namen mir entfallen ist – kommt bestimmt wieder, wenn ich meine Gehirnsupplements genommen hab. Drei bis acht Stunden täglich sollten es schon sein. Und das sind wir uns auch wert.



Ernährung: proteinreich! Und zwar genau dein Körpergewicht mal Anzahl der Fehlstunden im Sportstudio geteilt durch die Wurzel deiner Kleidergröße – Achtung! Im italienischen Maß. Ganz ganz wichtig, das rechnen viele falsch, und dann bringt das natürlich gar nix!



Fürs Mindset MUSST du meditieren. Wenn du das noch nicht angefangen hast, nicht schlimm, also schon schlimm, aber gut: Fang jetzt an! Schon drei Stunden täglich können Wunder wirken, besser wären vier oder fünf, nach oben offen. Weißt du, damit dein Cortisolspiegel runtergeht, der ist oft einfach zu hoch, wegen all dem Stress in unserem modernen Leben und so. Dann selbstverständlich Supplements: ganz wichtig. Alle Hormone, die schwanken könnten, ausgleichen. Wie genau? Weiß kein Mensch. Mach es halt einfach. Am besten Rote-Rüben-Pulver und Löwenmäulchen – äh – mähne. Oder – egal.



Und vergiss den #morningshed-Trend nicht: mit Gesichtstape, Algenmaske und Kinntrichter ins Bett gehen. Vorteil: ungestörter Schlaf, denn niemand will mehr mit dir kuscheln – Kuschelhormone kannst du dir dann bei professionellen Cuddle-Sessions nachholen. Und ganz ehrlich: Die Superwürgmaske von Kim Kardashian ist bestimmt nicht so gefährlich wie irgendwelche Ärzt*innen behaupten!



Während der Wachzeiten: ununterbrochen Kaugummi kauen. Das macht eine tolle „Jawline“. Sagen die auf TikTok, also muss es ja wohl stimmen. Stiehl mir bloß nicht die Zeit mit irgendwelchen Fakten! Klar, du kriegst Kieferkrämpfe, aber hey – Opfer müssen gebracht werden. Massage dagegen: zwei bis drei Stunden täglich, sonst zieht das gesamte Gesicht runter bis zu den Knien. Klar, Botox geht bestimmt auch. Oder noch besser: Bananenschale. Rubbel dich mit Schale ein und gewinne ... nix. Aber hey, immerhin ist es günstiger als Botox, und du riechst wie der Obstkorb vom Vortag. Und wer isst die ganzen Bananen? Ja, auf keinen Fall du, bitte, gell! Weil – weiß ich jetzt auch grad nicht ...



Und wenn du von dem ganzen Scheiß Pickel am A*** kriegst: perfekt! Booty Beauty ist DER Trend. Po-Creme, Klopapier-Gel, Smoothies fürs Darmökosystem – alles dabei.



Das alles bringt natürlich nix, wenn du nicht genug schläfst, neun bis 15 Stunden sollten es schon sein. Das tracken wir mit einer Fitnessuhr. Sonst gilt es nicht, egal wie ausgeschlafen du dich fühlst!

Und wenn du jetzt sagst: Wie soll ich das alles bitte machen – neben Kindern, Job, Selbstverwirklichung und mal gemütlich in der Sonne liegen?

Gar nicht? Hmmm. Tja, dann bist du halt ein undisziplinierter, fauler Mensch. Willkommen im Club!

Ich jedenfalls hab alle Videos wieder gelöscht. Und geh jetzt gemütlich mit meinen Kindern in der Sonne ein Eis essen.

Kein Häckmäck, kein Hack, nur Life! ■



Wunderschön und zauberhaft: René Koch demonstriert an Model Lola das Pastell-Makeup.

Der Beauty-Trend 2026

Dezent farbenfroh treiben es die Visagisten in diesem Frühjahr. Dabei diktieren die „Lider“-Macher und Make-up-Artists der Saison für eine märchenhafte Aura Farben wie Himmelblau, Babyrosa, Mintgrün, Flieder sowie Bananengelb in allen Facetten. Frisch, jung und mädchenhaft wirkt dieser aktuelle Make-up-Stil. Weg von starken Kontrasten oder gar dunklen Umrandungen von Augen und Lippen. Also: farbig ja, aber nicht knallig. Weniger ist mehr. Lassen Sie sich nicht von den satten Farbtönen in Tiegeln und Döschen irritieren, denn darin sehen die Nuancen meist farbintensiver aus als auf der Haut. Doch mithilfe von pflegenden Ingredienzen wie eingekapselten Ölen und Vitaminen verbinden sich Rouge, Lidschatten sowie Lippenrot & Co. mit der Haut. So werden die Farben beim Auftragen pastellig und transparent. Frau kann somit fast gar nichts falsch machen. Außer: den neuen Look NICHT auszuprobieren.



Rouge voll im Trend

Rougieren Sie großzügig, aber verhalten vom höchsten Punkt des Wangenknochens hin zur Gesichtsmitte. Haben Sie noch kräftige, starke Farben aus der letzten Saison zu Hause, tauchen Sie den Rougepinsel vor dem Auftragen in losen Gesichtspuder ein. Dann sieht alles transparenter und softer aus. Dafür habe ich spezielle Rougepaletten mit diversen Farben kreiert. Von Light-Coral über Soft-Bronze bis Magic-Rose. Das bringt sofort Frische in jedes müde Gesicht.

Dazu veranstalte ich spezielle Make-up-Workshops im Lippenstiftmuseum.

Anmeldung erforderlich!

Telefon: 030 8542829



WEITERE INFORMATIONEN

René Koch | Lippenstiftmuseum

Helmstedter Straße 16 | 10717 Berlin

Besuche nur mit Terminvereinbarung

www.lippenstiftmuseum.de



alles für den privaten Brotbäcker

Leberstr. 28 | 10829 Berlin Schöneberg

Tel.: (030) 74 68 41 41
www.mehlstuebchen.de

Unsere Öffnungszeiten:

Di. – Fr. 8:00 – 18:00 Uhr
Sa. 8:00 – 14:00 Uhr
Mo., So. und Feiertag geschlossen

Inh. Mehtap Aygöl

feine Mehle aller Typen › Brotbackmischungen ›
Roggen › Weizen › Dinkel › Emmer › Einkorn › Formen
und Gärkörbe › Kuchen und Gebäck › belegte Brote

STADTSPAZIERGANG

mit **MARTIN FORBERG**



Israel /Palästina – Geschichte und Gegenwart
Möglichkeiten der Solidarität heute

Termine: So. 17. Mai 15 – 17 Uhr
So. 19. Juli 15 – 17 Uhr

Treffpunkt: Ecke Jerusalemer Straße /
Anton-Wilhelm-Amo-Straße
10117 Berlin; (U-Bhf. Hausvogteiplatz)

Beitrag: 13 €/10 € (Wird an medico international
und New Israel Fund gespendet)

Eine **Anmeldung** ist erforderlich unter: martin.forberg@posteo.de

TRIGON
schmuck und steine

unikate • einzelanfertigungen • umarbeitungen • eherringe
partnerschaftsringe • goldschmiedekurse • trauringurse
aquamarin • turmalin • perlen • opal • granat
diamanten • rubin • saphir • smaragd

www.trigon-schmuckgestaltung.de

jane panke • roland kling • goldstr. 12 • 10781 berlin
fon: 030/25019772 • fax: 030/25299369 • mobil: 0179/9061955

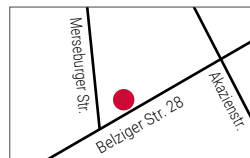


friedland & partner

Belziger Straße 28
10823 Berlin

Öffnungszeiten

Mo–Fr 11–19 Uhr
Sa 11–16 Uhr



friedlandundpartner.de

KÜCHENANEKNOTE



Von Andreas Langholz

Abgerissen werden soll sie, die Litfaßsäule gegenüber von unserem Laden. Warum, weiß ich nicht, aber ich vermute, es liegt an der steigenden Zahl von Unfällen, die man ihrem reinen Dasein zuschreibt. Denn mittlerweile achten selbst Ältere nicht mehr auf den Weg, sondern lieber auf die bunten Linien in ihrem Handy. Und? Zack! Paff! Litfaßsäule.?! Gehirnerschütterung.

Erzähl das mal einem Inder, sagen wir aus Mumbai, der lacht sich kaputt. Dort fahren vormittags Aberhunderte von Mopeds rum, behängt mit Dabbas.

„Dabba“ bedeutet Mittagessen, bezeichnet aber auch den mehrstöckigen Transportbehälter, in dem das leckere Essen – natürlich gekocht von Mutti – von Dabbawalas, so nennt man die Mopedfahrer, an Vatis Arbeitsplatz gebracht wird. Die Dabbas sind mit einem Farben-Buchstaben-Zifferncode versehen, sodass allein in Mumbai jeden Tag mehr als 200 000 Essen zuverlässig die hungrige Arbeitskraft erreichen.

„Respekt“ denkt da der ältere Leser. „Voll krass“, der jüngere. Hat man uns doch beigebracht auf kleine Bildchen zu drücken, sobald ein Problem auftaucht wie: Wo wohne ich eigentlich?

Welche Telefonnummer habe ich? Was esse ich heute Abend? Und während ein Dabbawala nur darauf achten muss, dass sein Moped betankt ist, verlässt der moderne Westeuropäer das Haus nicht mehr ohne Smartphone und – zur Sicherheit – Powerbank. Denn ein leerer Akku führt unweigerlich zu Obdachlosigkeit: Man findet nicht mehr nach Hause, eine Nottelefonnummer hat man eh nicht im Kopf und der Hungertod steht bevor – moderne Zeiten.

Ich werde auch ohne Litfaßsäulen klarkommen, auch wenn mir die liebevoll gestalteten bunten Plakate auf ihr näher sind als die bunten Bildchen auf dem Handy, die nach leichtem Antippen die Anlieferung einer extra für mich aufgetauten Pizza Mumbai mit extradickem Käse- rand auslösen.

Sollte es dir auch so gehen, komm vorbei. Wir haben Dabbas mit zwei, drei oder vier Stockwerken. Sie sind flüssigkeitsdicht auch ohne Plastikdichtung, können nicht rosten und schön aussehen tun sie oben- drein. Und dann machen wir „nonviolent resistance“ gegen Pappkarton-Futter.

Schade, dass Mahatma Gandhi das nicht mehr erlebt.

P. S.

Dabbawala ist in Indien ein angesehener Beruf, von dem man leben kann. Das würde ich auch den armen Kerlen wünschen, die bei uns die Pappkartons austeilen. ■



WEITERE INFORMATIONEN

colecomp
Am Kollwitzplatz
Prenzlauer Berg
Wörther Straße 39

www.colecomp.de



fotografie • gestaltung • layout

Layout und Satzarbeiten
Bücher, Magazine, Broschüren ...

fgl-werketage.de/referenz



LESERBRIEFE

Wir lieben den Dialog mit euch! Schreibt uns Leserbriefe, wenn ihr etwas zu einer Ausgabe auf dem Herzen habt.

Bitte sendet uns eure Leserbriefe an:

redaktion@mein-kiez.de oder per Post:

mein/4, Schönhauser Allee 52, 10437 Berlin

Liebe Redaktion,

ich habe den Leserbrief von Gabi Gerhard gelesen – und musste danach erst einmal eine Pause machen. Nicht, weil die Geschichte so spektakulär ist, sondern weil sie so ehrlich ist.

Diese Szene an der Treppe, dieses Zögern, dieses stille Urteil – und dann die Umkehr. Das hat mich getroffen, weil ich mich darin wiedererkenne.

Am meisten hat mich der Satz des Mannes bewegt. Wie oft muss jemand solche Erfahrungen gemacht haben, um so etwas zu sagen? Dieser Leserbrief ist kein netter Text. Er ist ein Spiegel.

Danke dafür.

Herzliche Grüße

Claudia W.

Sehr geehrte Redaktion,

der Leserbrief von Gabi Gerhard hat mich beschäftigt – allerdings nicht nur im positiven Sinne. Die Geschichte zeigt eindrücklich, wie tief Vorurteile in uns allen sitzen. Gleichzeitig frage ich mich, warum es überhaupt so weit kommen muss, dass ein hilfsbereiter Mensch sich selbst als „so einer wie ich“ bezeichnet.

Vielleicht sollten wir nicht nur über individuelle Begegnungen sprechen, sondern auch darüber, wie unsere Gesellschaft Menschen aufgrund ihres Äußeren ausgrenzt – und ihnen dieses Gefühl überhaupt erst vermittelt.

Die Szene an der Treppe bleibt hängen – gerade, weil sie so viel über uns alle erzählt.

Mit freundlichen Grüßen

Karin M.

Hallo mein Kiez,

ich habe beim Lesen der Kolumne von Wladimir Kaminer mehrfach laut „Ja!“ gesagt. Dieses Auto, das einen ständig belehren will – ich kenne das.

Meins piept, wenn ich zu nah an die Linie komme, es piept, wenn ich angeblich zu müde bin, und es piept wahrscheinlich auch bald, wenn ich falsch atme. Ich fahre seit 30 Jahren unfallfrei. Mein Auto seit drei Monaten – und es traut mir keinen Meter. Manchmal wünsche ich mir einfach nur ein Lenkrad, vier Räder und Ruhe.

Grüße

Andreas V.

Guten Tag,

ich habe nichts gegen Fortschritt. Aber ich habe etwas dagegen, dass mein Auto mehr über mich zu wissen glaubt als ich selbst.

Die Kolumne von Wladimir Kaminer bringt es auf den Punkt: Diese Technik ist nicht mehr nur Hilfe, sie wird zur Dauerbegleitung. Und ehrlich gesagt: Ich möchte beim Fahren nicht betreut werden.

Mit freundlichen Grüßen

Thomas G.

Maria Eichhorn
 PHYSIOTHERAPIE
 PRÄVENTION
 ENTSPANNUNG

Eisenacher Str. 103
 10781 Berlin
 Telefon 030 - 235 12 46
www.me-physiotherapie.de



Kochtopfindustrie im Dilemma.

Einerseits muss ständig Neues und Hipbes erfunden werden. Andererseits kann sie problemlos Produkte hervorbringen, die einen durchs ganze Leben begleiten. Letzteres findet ihr bei uns ...

Wörther Strasse 39

Prenzlauer Berg –

Kollwitzplatz

www.colecomp.com

REGIONAL SCHÖN SCHNELL

Rundum gut beraten

Pinguin Druck steht für leidenschaftliche Druckprodukte „Made in Berlin“. Als moderne Druckerei für Digital- und Offsetdruck an zwei Standorten produzieren wir kleine und große Auflagen in hoher Qualität.

Wir legen Wert auf persönliche Betreuung und beraten Sie vor Ort zu neuesten Produkten, Papieren und Veredelungstechniken. Unsere Experten setzen anspruchsvolle Druckprojekte gemeinsam mit Ihnen um und begleiten Sie auf dem Weg zum perfekten Produkt.

Besuchen Sie uns für umfassende Beratung und exzellenten Service in der Marienburger Straße 16 in 10405 Berlin!



Tel.: 030-44 32 40 50
 E-Mail: service@pinguindruck.de
www.pinguindruck.de

... ein Buchtipp

Ein Liedtexter und seine Legenden

„Kann denn Liebe Sünde sein, Ich brech' die Herzen der stolzesten Frau'n, Wir wollen niemals auseinandergeh'n ...“ Evergreens wie diese stammen aus der Feder von Bruno Balz, über den in den letzten Jahren einiges geschrieben wurde: Ein gebürtiger Berliner, der schnell zu den begehrtesten Liedtextern des jungen Tonfilms avancierte, der wegen Vergehens gegen den § 175 mehrfach von den Nazis verhaftet wurde, nach Tagen der Folter noch im Gefängnis mit *Ich weiß, es wird einmal ein Wunder gescheh'n* sein wohl bekanntestes Lied geschrieben hat, der bis Kriegsende im Deutschen Reich weiterarbeitete, der verfügte, dass nach seinem Tod zehn Jahre lang nicht über ihn gesprochen wird ... Die Sozialwissenschaftlerin Judith Kessler ist bei ihren Recherchen schnell über zahlreiche Ungereimtheiten in Balz' kolportierter Biografie gestolpert: Nebelkerzen, ausgeschmückte Anekdoten, Vermutungen, die ungeprüft zu Fakten gemacht wurden. Und so scheint Balz' Leben vielleicht ein wenig weniger dramatisch verlaufen zu sein, als bislang angenommen, das macht die Lektüre dieser biografischen Spurensuche aber umso interessanter.



Judith Kessler: Kann denn Liebe Sünde sein? Auf den Spuren des Liedtexters Bruno Balz. Nicolai Verlag 2026, 200 Seiten, 24,- €

WEITERE INFORMATIONEN

In Marc Lippuners Kulturfrützen-Podcast, den ihr überall hören könnt, wo es Podcasts gibt, findet ihr weitere Berlin-Buchtipp sowie spannende Folgen zur Berliner Geschichte und Interviews mit Berliner Künstler:innen, Journalist:innen und Historiker:innen.



Impressum

ViSdP Markus Beeth
Redaktion Silke Schuster, Bärbel Stolz, Bernd Oertwig, Chin Meyer, Andreas Langholz, Vladimir Kaminer, Marc Lippuner, Markus Beeth, René Koch, Gayle Tufts, Sarah Gärtner
Kontakt www.mein-kiez.de
redaktion@mein-kiez.de
 030 81891460
Hrsg. Beate Beeth
Titelfoto P. Putnoki
Druck Pinguin Druck GmbH, Marienburger Str. 16, 10405 Berlin
Red.schluss 02.04.2026

Social Media: www.instagram.com/meinkiezberlin



Die KiezEdition übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit oder Qualität der bereitgestellten Informationen. Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für unverlangt eingesandte Texte, Bücher, Dateien etc. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung ihrer Verfasser/innen wieder und spiegeln nicht notwendigerweise die der Redaktion. Die KiezEdition haftet nicht für eventuell unrichtige Informationen und andere Inhalte von namentlich gekennzeichneten Beiträgen.

LOKAL SCHLÄGT GLOBAL

**mein
KIEZ**

Jetzt Anzeige buchen!
redaktion@mein-kiez.de

Einfach

schöne

Brillen

GOLTZ

Optick

Goltzstr. 12

U7 Eisenacher Strasse

215 40 60

www.goltzoptick.de