



**SENIOREN-
UNIVERSITÄT
LICHTENBERG**

Neue Bildungsangebote (nicht nur) für Senior:innen



© Generative AI / iStock.atobis.com

» *Lernen ist wie Rudern gegen den Strom. Hört man damit auf, treibt man zurück.* « Laozi

SOMMERSEMESTER 2026



www.berlin.de/senioren-aktiv-in-lichtenberg

Liebe Seniorinnen und Senioren,



die bemerkenswerte Erfolgsgeschichte der Seniorenuniversität in Lichtenberg, die inzwischen auch in Südkorea auf Interesse gestoßen ist, wird in diesem Jahr fortgeführt.

Auch die **14. Seniorenuniversität** zeichnet sich durch vielseitige und besondere Themen aus, die nicht nur Seniorinnen und Senioren in einem Sommer- und einem Wintersemester erleben können.

Die von der Seniorenvertretung initiierte Erfolgsgeschichte zeigt in beeindruckender Weise, dass Lust und Spaß am Lernen altersunabhängig sind. In diesem Jahr werden **24 abwechslungsreiche Veranstaltungen** Ihre Neugier wecken, Ihren Forschergeist beflügeln und Ihnen neue Perspektiven eröffnen.

Herzlichen Dank an alle Dozenten und Dozentinnen, Unterstützende und Helfende – ihr großes Engagement macht den Erfolg der „Seniorenuniversität in Lichtenberg“ erst möglich.

Viel Spaß und bleiben Sie neugierig. Ich freue mich auf Ihre Teilnahme.

Ihre Dr. Catrin Gocksch



Bezirksstadträtin für Soziales, Arbeit, Gesundheit und
Bürgerdienste

SOMMERSEMESTER 2026

Die Veranstaltungen finden jeweils **Mittwoch um 15 Uhr** und überwiegend barrierefrei statt. **Bitte beachten Sie, dass eine Anmeldung bei einigen Veranstaltungen notwendig ist***.

MÄRZ


25.03.2026, 15 Uhr

Heimische Wildtiere: Forschung, Schutz und konfliktfreier Umgang mit Fuchs, Waschbär, Wildschwein und Co.

JAN ZWILLING | LEIBNIZ-IZW

Berlin ist eine grüne Stadt, die zahlreichen Wildtieren ein Zuhause bietet. Wo Menschen und Wildtiere auf engem Raum zusammenleben, gibt es für den Menschen erfreuliche Begegnungen, aber auch Konflikte. So sind es mal die Wildtiere wie ein angefahrener Fuchs oder ein verletzter Igel, die Hilfe benötigen; mal sind es Bürgerinnen und Bürger, die Unterstützung bei Wildschweinen im Garten oder Mardern im Dachstuhl benötigen.

Die Veranstaltung stellt die Forschungen des Leibniz-IZW zu heimischen Wildtieren vor, zugleich gibt der Nachmittag einen Einblick in die Aufklärungs- und Beratungsleistung des Instituts für ein Berlin, in dem Wildtiere und Menschen ein sicheres gemeinsames Zuhause haben.

-  **Leibniz-Institut für Zoo- und Wildtierforschung Berlin,
Alfred-Kowalke-Straße 17, 10315 Berlin**
Anmeldung erforderlich (max. 45 Teilnehmende)
nicht barrierefrei

* Wir verarbeiten die von Ihnen im Wege der Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten zur Erstellung eines Teilnehmendenverzeichnisses.

APRIL

01.04.2026, 15 Uhr

Die Stasi im Bezirk Lichtenberg

DR. NINA ZIESEMER | STASI-UNTERLAGEN-ARCHIV

Das Ministerium für Staatssicherheit der DDR hatte seinen Dienstsitz in Berlin-Lichtenberg. Hier entstand über die Jahre ein weitläufiger Sperrbereich, in dem zuletzt 7.000 Personen in rund 50 Bauwerken tätig waren. Auch abseits davon prägte die Geheimpolizei den Bezirk und seine Menschen.

Im Rahmen der Veranstaltung lernen Sie den historischen Ort und ausgewählte Stasi-Unterlagen zur Lokalgeschichte kennen.

 **Campus für Demokratie**

Ruschestraße 103, 10365 Berlin

Anmeldung erforderlich (max. 20 Teilnehmende)

nicht barrierefrei

15.04.2026, 15 Uhr

Fit im Alter

DR. STEPHAN VINZELBERG | SANA KLINIKUM LICHTENBERG,
KLINIK UND TAGESKLINIK FÜR MANUELLE MEDIZIN

 **Rathaus Lichtenberg**

Möllendorffstraße 6, 10367 Berlin | Ratssaal

Anmeldung erforderlich

22.04.2026, 15 Uhr

Streuobstwiesen: artenreichste Biotope in Mitteleuropa

DOREEN HANTUSCHKE | NATURSCHUTZ BERLIN-MALCHOW

Früher prägten Streuobstwiesen und Obstbaum-Alleen vielerorts das Landschaftsbild. Im Zuge der Flurbereinigung und Intensivnutzung von Agrarflächen wurden die Streuobstbestände aber über Jahrzehnte hinweg gerodet, vernachlässigt und nicht mehr nachgepflanzt. Heutzutage gelten Streuobstwiesen als stark gefährdete und zugleich artenreichste Biotope Mitteleuropas. Im Vortrag werden die vielfältigen Tier- und Pflanzenarten vorgestellt, die auf Streuobstwiesen ideale Lebensbedingungen finden.

 **Rathaus Lichtenberg**

Möllendorffstraße 6, 10367 Berlin | Ratssaal

Anmeldung erforderlich (max. 25 Teilnehmende)

29.04.2026, 15 Uhr

„Digital Coaches“ – Digital-Sprechstunde zum Thema: Sicherheit im Netz

LILLY ROSS + ZWEI DIGITAL COACHES |

SONAY SOZIALES LEBEN E. V. – GEFÖRDERT VON DER STIFTUNG STADTKULTUR

In dieser Themensprechstunde stellen zwei jugendliche Digital Coaches vom Verein Sonay soziales Leben e. V. Wissenswertes und Nützliches rund ums Thema „Sicherheit im Netz“ vor. Gemeinsam kann anschließend geübt und es können Fragen gestellt werden.

 **Miteinander Wohnen e. V.**

Volkradstraße 8, 10319 Berlin

Anmeldung erforderlich (max. 15 Teilnehmende)

06.05.2026, 15 Uhr

Kriegsende in Berlin

MUSEUM BERLIN-KARLSHORST

 Museum Berlin-Karlsborst
Zwieseler Straße 4, 10318 Berlin

13.05.2026, 15 Uhr


Stadtbäume – Zukunft im Klimawandel

NORA PEDROSO HOLTHÖFER | UMWELTBÜRO LICHTENBERG

Unsere Stadtbäume stehen unter Druck durch Versiegelung, Luftverschmutzung und nicht zuletzt wegen des sich verändernden Klimas.

Um diesen Faktoren entgegenzuwirken, werden zunehmend Baumarten gepflanzt, die besser mit höheren Temperaturen und Trockenheit zurechtkommen – oft auch Arten, die nicht ursprünglich in unserer Region beheimatet sind.


Auf diesem Spaziergang rund um den Fennpfuhl werfen wir einen Blick auf diese Bäume und diskutieren ihre ökologische Bedeutung sowie die Herausforderung, die richtige Balance zwischen Anpassung und nachhaltiger Baumartenwahl zu finden.

 **Treffpunkt: TRAM-Haltestelle Anton-Saefkow-Platz**
Anmeldung erforderlich (max. 15 Teilnehmende)
nicht barrierefrei

20.05.2026, 15 Uhr

Effektive Vorsorge des Darmkrebses

**DR. MED. ANDREAS BERGER | EVANGELISCHES KRANKENHAUS
KÖNIGIN ELISABETH HERZBERGE GGMBH**

-  **Katholische Hochschule für Sozialwesen
Köpenicker Allee 39-57, 10318 Berlin | Hörsaal H109**
Anmeldung erforderlich

27.05.2026, 15 Uhr


Kirchenführung

**MARTIN BENNING | KATHOLISCHE KIRCHENGEMEINDE
ST. MARIEN KARLSHORST**

Die Kirche St. Marien (Unbefleckte Empfängnis) ist ein denkmalgeschützter Bau in neoromanischen Formen aus den Jahren 1935 bis 1937.

Seit 1993 schmücken neue Altarraumfenster in farbiger Glasmalerei die Kirche. Sie tragen die Widmung „Bernhard Lichtenberg zu Ehren“. Er war der erste Seelsorger der Karlshorster Gemeinde.

Wir laden Sie herzlich zu einer historischen und religiösen Zeitreise ein.

-  **Katholische Kirchengemeinde St. Marien Karlshorst
Gundelfingerstraße 36, 10318 Berlin**
Anmeldung erforderlich (max. 30 Teilnehmende)
nicht barrierefrei

JUNI

03.06.2026, 15 Uhr

„Gut“ leben und „gut“ sterben – was kann Palliativmedizin?

INA WANZECK, OBERÄRZTIN GERIATRIE / LEITENDE OBERÄRZTIN
PALLIATIVTEAM | EVANGELISCHES KRANKENHAUS
KÖNIGIN ELISABETH HERZBERGE GMBH

Der Vortrag gibt einen Einblick in die Aufgaben und Möglichkeiten der Palliativmedizin. Sie unterstützt Menschen mit fortgeschrittenen, nicht heilbaren Erkrankungen dabei, trotz ihrer Situation bestmögliche Lebensqualität zu erfahren – selbstbestimmt, begleitet und entlastet.

 **Rathaus Lichtenberg**

Möllendorffstraße 6, 10367 Berlin | Raum 7

Anmeldung erforderlich (max. 30 Teilnehmende)

10.06.2026, 15 Uhr

Gaukler der Lüfte

DOREEN HANTUSCHKE | NATURSCHUTZ BERLIN-MALCHOW

In Lichtenberg vorkommende Schmetterlingsarten sind Thema des heutigen Nachmittags.

Mehr als 160.000 Schmetterlingsarten sind weltweit beschrieben, in Deutschland sind knapp 3.700 verschiedene Arten bekannt. Doch die Hälfte aller hierzulande vorkommenden Schmetterlingsarten ist in ihrem Bestand gefährdet.

Welche Gründe das hat und was wir dagegen tun können, werden wir besprechen. Sie erfahren auch, dass sich die Raupen

von Schachbrettfalter und Großem Ochsenauge von Gräsern ernähren, der Zitronenfalter in eine Sommer- und eine Winterstarre fällt und das Landkärtchen seine Eier stapelt.

- 📍 **Naturhof Malchow**
Dorfstraße 35, 13051 Berlin
Anmeldung erforderlich (max. 25 Teilnehmende)
nicht barrierefrei

17.06.2026, 15 Uhr

22. Juni – Überfall auf die Sowjetunion vor 85 Jahren

MUSEUM BERLIN-KARLSHORST

- 📍 **Museum Berlin-Karlshorst**
Zwieseler Straße 4, 10318 Berlin

24.06.2026, 15 Uhr

Unbekannte Untermieter – gebäudebewohnende Arten in der Stadt

JULIA BENSCH | UMWELTBÜRO LICHTENBERG

Gebäudebewohnende Arten sind rechtlich geschützt. Durch neue Bauweisen und Sanierungen geht ihnen immer mehr Lebensraum verloren.

Wir begeben uns auf der heutigen Wanderung auf die Suche nach Nistplätzen an Gebäuden und zeigen, wer am und im Gebäude zu Hause ist.


- 📍 **Treffpunkt: Bahnhof Lichtenberg,**
Vorplatz Weitlingstraße auf Höhe DRK Gebäude
Anmeldung erforderlich (max. 15 Teilnehmende)
nicht barrierefrei

JULI

08.07.2026, 15 Uhr

„Es geht nicht mehr alleine ...“ – Wer hilft mir, wenn ich Pflege brauche?"

PROF. DR. GABRIELE KUHN-ZUBER | PRÄSIDENTIN DER KHSB
UND PROFESSORIN FÜR DIE RECHTLICHEN GRUNDLAGEN DER
SOZIALEN ARBEIT UND DER HEILPÄDAGOGIK

-  Katholische Hochschule für Sozialwesen
Köpenicker Allee 39-57, 10318 Berlin | Hörsaal H109
Anmeldung erforderlich



Für Anmeldungen und Rückfragen wenden Sie sich bitte an:

 030 - 90296 6501

 seniorenuni@lichtenberg.berlin.de

 www.berlin.de/senioren-aktiv-in-lichtenberg



Rathaus Lichtenberg



STIFTUNG
STADTKULTUR



Leibniz-Institut für Zoo-
und Wildtierforschung
IM FORSCHUNGSVERBUND BERLIN e.V.



MUSEUM МУЗЕЙ
BERLIN БЕРЛИН
KARLSHORST
КАРЛСХОРСТ

UMWELTBÜRO
LICHTENBERG





**SENIOREN-
UNIVERSITÄT
LICHTENBERG**

Neue Bildungsangebote (nicht nur) für Senior:innen



© Generative AI / iStock.atobis.com

» *Hindernisse und Schwierigkeiten sind Stufen, auf denen wir in die Höhe steigen.* « Friedrich Nietzsche

WINTERSEMESTER 2026

WINTERSEMESTER 2026

Die Veranstaltungen finden jeweils **Mittwoch um 15 Uhr** und überwiegend barrierefrei statt. **Bitte beachten Sie, dass eine Anmeldung bei einigen Veranstaltungen notwendig ist***.

SEPTEMBER

09.09.2026, 15 Uhr


Klimaanlage Baum

DOREEN HANTUSCHKE | NATURSCHUTZ BERLIN-MALCHOW

Inzwischen leben mehr als 77 Prozent der Menschen in Deutschland in Städten. In den letzten Jahren, als uns der Sommer Temperaturen über 35 Grad und mehr bescherte, suchten wir nach schattigen Plätzen.

Ein Laubbaum, dessen Krone ungefähr 15 Meter misst, kann eine Fläche von mehr als 150 Quadratmetern mit seinem Schatten kühlen. Kein Wunder, dass Stadtbäume in Zeiten des Klimawandels mit steigender Hitzebelastung immer wichtiger für uns werden.

Sie haben eine positive Wirkung auf die menschliche Gesundheit und Psyche, sie verhindern auch, dass sich Asphalt und Häuserfronten aufheizen und damit weniger Wärme abstrahlen: Bäume beeinflussen das Mikroklima in der Stadt positiv und das werden wir uns auf einem Spaziergang durchs Quartier anschauen.

 **Treffpunkt: S-Bahnhof Wartenberg, Ausgang Ribnitzer Straße**
Anmeldung erforderlich (max. 25 Teilnehmende)
nicht barrierefrei

* Wir verarbeiten die von Ihnen im Wege der Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten zur Erstellung eines Teilnehmendenverzeichnisses.


16.09.2026, 15 Uhr

Demenzfreundliche Kommune

**MALTESER HILFSDIENST E. V., DEMENZLICHT – BEZIRKLICHE
LEITSTELLE DEMENZFREUNDLICHE KOMMUNE LICHTENBERG |
FRANK SCHUMANN**

Demenz ist als Begriff mittlerweile in der Gesellschaft angekommen. Viele verstehen darunter einen altersbedingten Abbau der geistigen Fähigkeiten mit mehr oder weniger „eigentümlichen“ Persönlichkeitsveränderungen.

Der Vortrag möchte aufzeigen, dass das Thema Demenz zukünftig nicht nur „Experten“ überlassen werden sollte, sondern was jeder in der Gesellschaft tun kann, um das Zusammenleben für Menschen mit Demenz und ihre An- und Zugehörigen in der Gesellschaft möglichst lebenswert zu gestalten.


 **Rathaus Lichtenberg**
Möllendorffstraße 6, 10367 Berlin | Ratssaal
Anmeldung erforderlich

23.09.2026, 15 Uhr

Drei Seen Tour

UMWELTBÜRO LICHTENBERG


Wir begeben uns heute auf eine Wanderung um den Ober- und Orankesee sowie den Faulen See und erfahren dabei viel Wissenswertes über die Entstehung der Seen sowie über die Natur drum herum.

 **Treffpunkt: TRAM-Haltestelle Oberseestraße (M5),
Richtung stadteinwärts**
Anmeldung erforderlich, nicht barrierefrei

30.09.2026, 15 Uhr

Babin Jahr 1941 – Gedenkort an Vernichtungsfeldzug des NS-Regimes

MUSEUM BERLIN-KARLSHORST

 **Museum Berlin-Karlschorst**
Zwieseler Straße 4, 10318 Berlin

OKTOBER


07.10.2026, 15 Uhr

Gefahren künstlicher Beleuchtung für die Vogelwelt – Lichtverschmutzung

DOREEN HANTUSCHKE | NATURSCHUTZ BERLIN-MALCHOW

Vor allem in den Städten ballt sich künstliches Außenlicht: es stammt zum Beispiel von Straßenbeleuchtung, Gewerbeanlagen und Bahnhöfen aber auch von Fenstern in Büro- und Wohnhäusern. Die dauerhafte Erhellung beeinträchtigt zunehmend die Gesundheit, das Wohlbefinden, die Lebens- und Wohnqualität und ist ein Grund für den Verlust der Artenvielfalt.

Wir schauen uns die Auswirkungen auf die Vogelwelt einmal genauer an.

 **Rathaus Lichtenberg**
Möllendorffstraße 6, 10367 Berlin | Ratssaal
[Anmeldung erforderlich](#)

14.10.2026, 15 Uhr

Ehrenamt: Stolperstein-Beauftragte

DAGMAR POETZSCH | ARBEITSKREIS STOLPERSTEINE

Frau Poetzsch engagiert sich im Arbeitskreis Stolpersteine Berlin. In ihrem Vortrag wird sie von der ehrenamtlichen Tätigkeit als Stolperstein-Koordinatorin berichten. Sie lässt uns teilhaben an den Geschichten und Biografien, die hinter den Stolpersteinen stehen.

Möchten Sie auch wissen, warum diese sichtbare Erinnerungsarbeit heute so wichtig ist und welche Herausforderungen bis zur Verlegung eines Steins überwunden werden müssen? Dann freuen wir uns auf Ihre Teilnahme und einen spannenden Nachmittag.

 **Im Pfarrsaal der Katholischen Kirchengemeinde „Zum Guten Hirten“
Kurze Straße 4, 10315 Berlin**
Anmeldung erforderlich (max. 50 Teilnehmende)

21.10.2026, 15 Uhr

Wohlbefinden und Gesundheit im Alter – Einblicke in die Lichtenberger Zufriedenheitsstudie 2024

LARA IRENE WINTZER | KHSB INSTITUT FÜR SOZIALE GESUNDHEIT (ISG)

„Wie gut fühlen Sie sich mit Ihren Problemen und Sorgen verstanden?“ „Wie zufrieden sind Sie mit der Unterstützung und Hilfsbereitschaft in Ihrer Nachbarschaft?“ „Wie sicher fühlen Sie sich in Ihrer Wohnung?“

Seit 2014 befragt der Bezirk Lichtenberg in Zusammenarbeit mit dem Institut für Soziale Gesundheit alle fünf Jahre ältere Men-

schen nach ihrer Lebenszufriedenheit. Diese Studie hilft, die Bedürfnisse älterer Menschen besser zu verstehen und gibt Hinweise für Handlungsempfehlungen.

In der Vorlesung können Sie Einblicke in den Aufbau und Verlauf sowie in aktuelle Ergebnisse gewinnen und sind herzlich eingeladen, in den Austausch mit Forschenden zu gehen.

📍 **Katholische Hochschule für Sozialwesen**
Köpenicker Allee 39-57, 10318 Berlin | Hörsaal H109
Anmeldung erforderlich

28.10.2026, 15 Uhr

„Digital Coaches“ – Digital-Sprechstunde zum Thema: Künstliche Intelligenz

LILLY ROSS UND ZWEI DIGITAL COACHES |
SONAY SOZIALES LEBEN E. V. – GEFÖRDERT VON DER STIFTUNG
STADTKULTUR

In dieser Themensprechstunde stellen zwei jugendliche Digital Coaches vom Verein Sonay soziales Leben e. V. Wissenswertes und Nützliches rund ums Thema Künstliche Intelligenz vor.

Gemeinsam kann anschließend geübt und es können Fragen gestellt werden.

📍 **Miteinander Wohnen e. V.**
Volkradstraße 8, 10319 Berlin
Anmeldung erforderlich (max. 15 Teilnehmende)

NOVEMBER

04.11.2026, 15 Uhr

Auf den Spuren der eigenen Biografie

DR. NINA ZIESEMER | STASI-UNTERLAGEN-ARCHIV

Im Zuge der friedlichen Revolution konnten die über Jahre illegitim angefertigten Unterlagen des Ministeriums für Staatssicherheit der DDR gesichert und für die Aufarbeitung zugänglich gemacht werden – ein damals einzigartiger Vorgang.

Seit 1992 haben zahlreiche Menschen und Einrichtungen von diesem erstrittenen Recht Gebrauch gemacht.

Im Rahmen der Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie einen Antrag auf Zugang zu Stasi-Unterlagen stellen können und welche weiteren Recherchemöglichkeiten es im Bundesarchiv gibt.

 **Campus für Demokratie**

Ruschestraße 103, 10365 Berlin

Anmeldung erforderlich (max. 20 Teilnehmende)

11.11.2026, 15 Uhr


Einbruchschutz

JENS FRITSCH | POLIZEI BERLIN

„Wer reinkommen will, der kommt auch rein.“ An diesem Nachmittag erfahren Sie, warum dieser Spruch nicht der Wahrheit entspricht. Fast die Hälfte der Täter scheitert in Berlin bei Einbrüchen.

Was auch Sie tun können, um Einbrüche bei Ihnen zu Hause zu verhindern, wird Ihnen im Rahmen dieses Vortrages erklärt.

Wichtig ist eine kluge Kombination aus Sicherheitstechnik, dem eigenen Verhalten und einer aufmerksamen Nachbarschaft.

 **Rathaus Lichtenberg**
Möllendorffstraße 6, 10367 Berlin | Ratssaal
Anmeldung erforderlich



Für Anmeldungen und Rückfragen wenden Sie sich bitte an:

 030 - 90296 6501

 seniorenuni@lichtenberg.berlin.de

 www.berlin.de/senioren-aktiv-in-lichtenberg