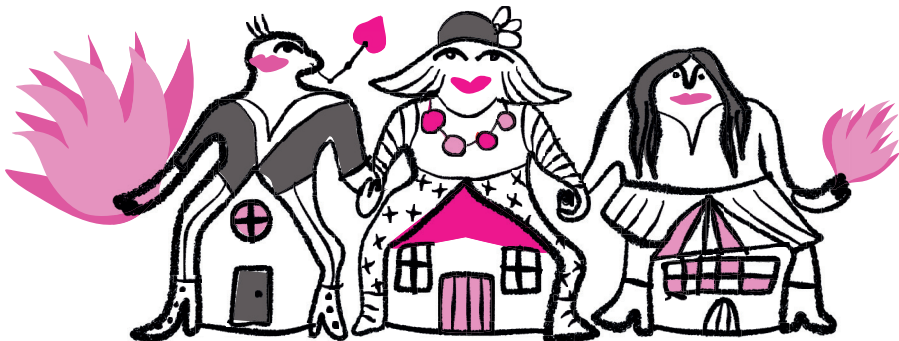


FEMINISTISCHES ZENTRUM

PAULA PANKE WEISSENSEE



OKTOBER 2026 –
JANUAR 2027



*Anmeldung und Information für Gruppen unter: femzenweissensee@paula-panke.de | 030 / 960 637 61

F* NEUE GRUPPE: STRICK- UND HÄKELKREIS
Egal ob du das Stricken grade erst für dich entdeckt oder schon jahrelang häkelst, in dem monatlichen Strick- und Häkelkreis sind ausdrücklich alle Generationen, ganz unabhängig von Vorkenntnissen und Erfahrungen willkommen. Anfänger*innen können sich von erfahrenen Stricker*innen und Häkler*innen bei ihren Projekten helfen lassen und umgekehrt entstehen neue Perspektiven und Ideen. Bring gerne dein eigenes Projekt mit und lass dich inspirieren. Der Strick- und Häkelkreis ist auch ein Raum, um feministische Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen und verschiedene Generationen von Feminist*innen kennenzulernen.
Sprachen: Deutsch
Jeden 2. Dienstag im Monat von 18.00 – 20.00 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel: 030/ 960 637 61 oder femzenweissensee@paula-panke.de

F TRENNUNG UND NEUBEGINN | SELBSTHILFEGRUPPE
Kursleiterin: Annette
Eine Gruppe für Frauen und TINA* Personen, die sich in einem Trennungsprozess befinden. Jede* in der Gruppe findet ihren* eigenen Weg, um sich zu trennen, wie es für sie* passt und gut ist. Jede* findet ihren* individuellen Weg, um eine neue Zeit in ihrem* Leben zu beginnen. Jede* findet Schätze, die auf diesem manchmal dornigen Weg helfen können. Die Gruppe unterstützt sie* dabei. Sprachen: Deutsch
Jeden 2. Montag im Monat von 18.00 – 19.30 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel: 030/ 960 637 61 oder femzenweissensee@paula-panke.de

F* GEDÄCHTNISGRUPPE
Kursleiterin: Madita
Die Gedächtnisgruppe ist ein Treffpunkt, in dem Frauen und TINA* Personen gemeinsam Übungen und Aktivitäten machen, um ihr Gedächtnis zu trainieren und die geistige Fitness zu fördern. Neben dem kognitiven Training bietet die Gruppe auch soziale Kontakte und Austausch. Sprachen: Deutsch
Oktober: 13.10. und 20.10.
Jeden 3. und 4. Dienstag im Monat von 14:00 – 15:30 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel: 030/ 960 637 61 oder femzenweissensee@paula-panke.de

F BEGEGNUNGSCAFÉ
Moderation: Karin Schulz
Jeden Montag ist die Tür von Paula Panke Weißensee geöffnet für Begegnung und Austausch: miteinander reden über Literatur, Kunst, Alltags- und Gesellschaftsthemen. Wir veranstalten in diesem Rahmen monatlich einen „Kultursalon“ zu unterschiedlichen Themen. Kreativ und bewegt - eine kleine Auszeit vom Alltäglichen.
Sprachen: Deutsch
Jeden Montag 13.00 - 15.00 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel: 030/ 960 637 61 oder femzenweissensee@paula-panke.de

F* ENGLISCH
Kursleiterin: Christiane Myritz
Mit einfachen Sprach- und Schreibübungen werden die Sprachkenntnisse aufgefrischt oder an Vergessenes erinnert.
Sprachen: Deutsch
Jeden Montag 16.15-17.45 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel. 030/ 960 637 61 oder Mail: femzenweissensee@paula-panke.de

F* MAL- UND ZEICHENKURS
Kursleiterin: Roswitha Hindemith
Intensives Naturstudium, anatomisches Zeichnen, Malen mit Aquarell- und Acrylfarben sowie Mischtechniken.
Sprachen: Deutsch
Dienstag: 14-tägig, 11.00- 13.00 Uhr
Anmeldung erforderlich unter Tel. 030/ 960 637 61 oder Mail: femzenweissensee@paula-panke.de

F* SCHREIBGRUPPE FRAU* SUCHT WORT
Schreibend helfe ich mir selbst und kann so meine kreativen Kräfte fördern. Der Schreibprozess unterstützt meine Reflexion über verschiedene Themen. Im Austausch mit der Gruppe zeigen sich neue Perspektiven. Sprachen: Deutsch
Jeden 2. Sonntag im Monat von 10.00 - 12.00.
Anmeldung erforderlich unter Tel: 030/ 960 637 61 oder femzenweissensee@paula-panke.de



F* KREATIVE EINZELBERATUNG – ORIENTIERUNG & RESSOURCENARBEIT
mit: Kirsten Wechsberger
Dieses niedrigschwellige Angebot richtet sich an Frauen und TINA* Personen ab 16 Jahren, die sich in einer persönlichen oder beruflichen Übergangsphase befinden. In einem geschützten Rahmen unterstützen wir euch dabei, Klarheit zu gewinnen, eigene Ressourcen zu entdecken und nächste Schritte zu entwickeln. Gearbeitet wird mit kreativen Methoden aus der kunsttherapeutischen Praxis wie Zeichnung, Farbe oder Collage – Vorkenntnisse oder künstlerisches Können sind nicht erforderlich. Im Mittelpunkt stehen Ihr persönlicher Prozess, Ihre Erfahrungen und neue Perspektiven auf Themen wie Selbstwert, Identität, berufliche Orientierung oder Entscheidungsfindung.
Sprachen: Deutsch, Englisch

Jeden Donnerstag nach individueller Terminvereinbarung.
Anmeldung erforderlich unter Tel. 030/ 960 637 61 oder Mail: femzenweissensee@paula-panke.de

F* FAMILIENRECHTSBERATUNG
mit: Cornelia Myritz
Sprachen: Deutsch, Englisch, Französisch

Dienstags, nach individueller Terminvereinbarung.
Anmeldung erforderlich unter Tel. 030/ 960 637 61 oder Mail: femzenweissensee@paula-panke.de

F* SOZIALRECHTSBERATUNG
mit: Franziska Minne
Sprachen: Deutsch, Englisch, Russisch

Donnerstags, nach individueller Terminvereinbarung.
Anmeldung erforderlich unter Tel. 030/ 960 637 61 oder Mail: femzenweissensee@paula-panke.de

F* ANTIGEWALTBERATUNG
mit: Lara
Wir bieten eine anonyme Beratung für Frauen und TINA* Personen, die von Gewalt betroffen sind, über Probleme sprechen möchten und Unterstützung suchen.
Sprachen: Deutsch, Englisch, Italienisch

Jeden Dienstag (telefonisch) von 12:00 – 14:00 Uhr und jeden Mittwoch vor Ort bei Paula Panke Weißensee von 17:00 – 19:00 Uhr.
Anmeldung erforderlich unter Tel. 030/ 960 637 61 oder Mail: femzenweissensee@paula-panke.de

- F*** Frauen und TINA* - trans, inter, nonbinäre und agender Personen
- F** Frauen

ZUR INFORMATION

Raumnutzung für gemeinnützige Zwecke auf Anfrage möglich für Seminarveranstaltungen, Bildungsveranstaltungen, Workshops etc. Bei Interesse melden Sie sich bitte an unter:
Tel. 030/ 960 637 61 oder Mail: programm-fl@paula-panke.de
Wir vereinbaren gerne einen Gesprächstermin mit Ihnen.

FRAUEN/TINA* PERSONEN IN
GEWALTSITUATIONEN WÄHLEN
BITTE DIE 030 / 611 03 00



ANSPRECHPARTNERINNEN:
Projektleitung: Kirsten Wechsberger
Programm und Öffentlichkeitsarbeit: Elena Heim

BERLINER REGISTER:
Wir sind Anlaufstelle des Berliner Registers. Melde diskriminierende Vorfälle und extrem rechte Aktivitäten bei uns.



SPENDENKONTO:
Paula Panke e.V. | Deutsche Kreditbank AG
BLZ 120 300 00 | KTO 182 49 276
IBAN: DE 62 12030000 00 18249276 | BIC: BYLADEM 1001



WIE FINANZIEREN WIR UNS?
Paula Panke e. V. erhält Zuwendungen von der Senatsverwaltung für Arbeit, Soziales, Gleichstellung, Integration, Vielfalt und Antidiskriminierung und vom Bezirksamt Pankow sowie durch Spenden. Paula Panke ist vielfach vernetzt, z.B. im Berliner Frauennetzwerk (BFN) und im intersektional-feministischen Arbeitskreis Pankow.

Barrierefreiheit: Der Eingang des feministischen Zentrums ist über eine kleine Rampe zugänglich. Der weitere Zugang ist barrierearm und für die meisten E-Rollstuhlnutzer*innen passierbar. Die Toilette ist bedingt barrierearm.

UNSERE SPRECH - UND TELEFONZEITEN:
Mo. + Di. 10:00 – 16:00 Uhr, Do. 12.00 - 18.00 Uhr
Sie können ihre Nachricht auf den AB sprechen.
Wir melden uns umgehend bei Ihnen.
TEL.: 030 / 960 637 61



ADRESSE:
Paula Panke Weissensee
Langhansstr. 141 | 13086 Berlin

E-MAIL: femzenweissensee@paula-panke.de
WEBSEITE: www.paula-panke.de Ihr erreicht uns auch auf:
Facebook @PaulaPanke
Instagram @paula.panke.ev
Youtube Paula Panke
Bluesky @paulapankev.bsky.social

Seit April 2005 gehört das Feministische Zentrum in Weissensee zu Paula Panke e.V. für Frauen und TINA* aller Altersstufen und mit unterschiedlichen Interessen werden Beratungs-, Kurs- und Bildungsmöglichkeiten angeboten. Abendveranstaltungen und Ausstellungen ergänzen das Angebot.



Paula Panke Weissensee

10/



Donnerstag, 01. Oktober / ab 18:00 Uhr / kostenfrei - Spenden willkommen / Kleidertauschparty

Tauschen statt neu kaufen! Bring gut erhaltene Kleidung mit, die du nicht mehr trägst, und entdecke neue Lieblingsstücke in entspannter Atmosphäre. Bitte bring nur saubere und tragbare Kleidung mit. Wichtig: Alle mitgebrachten Kleidungsstücke müssen am Ende der Veranstaltung wieder mitgenommen werden – es gibt keine Kleiderspende vor Ort.



Freitag 02. Oktober / 18:00 - 21:00 Uhr / mit Anmeldung / Unkostenbeitrag: 5-10 € (nach Selbsteinschätzung) / Künstlerische Vorerfahrung ist nicht erforderlich Workshop: Feministisch gestalten: Meine Rolle in Beziehungen – Nähe vs. Grenzen / mit Kirsten Wechsberger

Wie bewege ich mich in Beziehungen? Wo gehe ich in Verbindung – und wo verliere ich mich vielleicht selbst? In diesem Workshop setzen wir uns kreativ mit Nähe, Abgrenzung und emotionalen Rollenbildern auseinander. Über Farben, Formen und Materialien erforschen wir eigene Beziehungsmuster und die Frage, was wir brauchen, um Beziehungen selbstbestimmt gestalten zu können.



Donnerstag, 01. Oktober / Dienstag 06. Oktober / Mittwoch 07. Oktober / 16:00 - 20:00 Uhr / mit Anmeldung / kostenfrei - Spenden willkommen 4-tägiger DIY-Workshop für FLINTA* zwischen 16 und 27 Jahren: Werkzeug-Basics & Holzmöbelbau – praktisch, nachhaltig und hands-on / mit Baufachfrau e.V.

Workshop-Start in der Werkstatt von BAUFACHFRAU Berlin e. V.: Werkzeug-Basics & Bau eines eigenen kleinen Holzmöbels sowie einer Sitz-Pflanz-Kombi für Paula Panke Weißensee.

Donnerstag 08. Oktober | 16–20 Uhr : Workshop-Abschluss bei Paula Panke Weißensee: gemeinsamer Aufbau der Sitz-Pflanz-Kombi vor Ort.



Freitag, 09. Oktober / 18:00 - 20:30 Uhr / mit Anmeldung / kostenfrei - Spenden willkommen #yodo - you only die once: Ein Workshop über Sterben, Tod, Trauer & Sorgearbeit (STTS) / Mit Michi Maxi Schulz STTS im Erzählen

Dieser Workshop widmet sich dem eigenen Abschied über Schreiben, Zuhören und gemeinsames Erzählen. Ausgehend von der Frage, wie wir uns unser eigenes Sterben wünschen würden, entstehen zunächst persönliche Texte. In Kleingruppen werden diese Wünsche anschließend erinnert, weitererzählt und durch Stimmen oder Geräusche begleitet.



Donnerstag, 15. Oktober / 18.00 Uhr / kostenfrei - Spenden willkommen / Worldcafé: Neue Bildungsreihe

Alle zwei Jahre diskutieren wir gemeinsamen in einem Worldcafé das Thema für die nächste Bildungsreihe. An diesem Abend möchten wir euch einladen, wieder mit uns ins Gespräch zu kommen: Was ist aus feministischer Perspektive wichtig? Worüber müssen wir reden? Was brennt euch auf den Nägeln? Wir werden zwei Themen vorschlagen und eins gebt ihr als Community dazu. Am Ende stimmen wir gemeinsam ab. Das gewählte Thema ist dann wieder für zwei Jahre Leitlinie für unser Programm.



Donnerstag, 05. November / 18:00 - 20:00 Uhr / kostenfrei - Spenden willkommen Vortrag: Die Amazone der Atomwissenschaft - Das Leben der Lise Meitner / Collage von GERTA STECHER

Die weltberühmte Physikerin sah sich zeitlebens emotionalen und intellektuellen Spannungen ausgesetzt: als Österreicherin in Preußen, als Frau in einer Männergesellschaft, als weibliche Forscherin in den männlich dominierten Naturwissenschaften, als Jüdin in Nazideutschland, als Fremde im Ausland. Die Lesung von GERTA STECHER zeigt den Weg einer selbstbestimmten Frau, der so beglückend wie bedrückend war, und den sie ohne ihre musische Kinderstube und ohne ihr liberales Elternhaus nicht hätte gehen können.

11/



Freitag, 06. November / 18:00 - 21:00 Uhr / mit Anmeldung / Unkostenbeitrag: 5-10 € (nach Selbsteinschätzung) / Künstlerische Vorerfahrung ist nicht erforderlich Workshop: Feministisch gestalten: Meine Rolle in Beziehungen – Freund*innenschaft, Liebe & Erwartungen / mit Kirsten Wechsberger

Welche Rolle nehme ich in Freund*innenschaften ein? Und verändert sich diese Rolle in romantischen Beziehungen? In diesem Workshop erkunden wir kreativ unterschiedliche Beziehungsräume: Freund*innenschaft, Liebe, Dating, Partnerschaft, Nähe, Loyalität und emotionale Verantwortung. Wir fragen danach, welche Erwartungen an uns herangetragen werden, welche Muster wir wiedererkennen und welche Formen von Verbindung uns stärken.



Donnerstag, 12. November / 18:00 - 20:00 Uhr / kostenfrei - Spenden willkommen Vortrag aus den Gender Studies: Von Cyborgs und Monstern: Autoethnographische Arbeit mit behinderter trans* Körperlichkeit / mit Sasha Wörmann

Literarische Metaphern wie Cyborg und Monster prägen seit Langem kritisch-feministische Debatten. Ausgehend von diesen ambivalenten Figuren untersuchen wir in gemeinsamer autoethnographischer Arbeit ihre Bedeutung für unsere unterschiedlichen Lebensrealitäten. Dabei fragen wir, wie Monster, Cyborg oder ihre Verbindung Identifikationsmöglichkeiten schaffen und Potenziale für Theoriebildung und politischen Aktivismus eröffnen.



Freitag, 13. November / 17:00 - 21:00 Uhr (Filmvorführung ca. 21.30 Uhr) / mit Anmeldung / kostenfrei - Spenden willkommen Workshop: DIE POWER DER WUT: WUT ALS KRAFTQUELLE NUTZEN / mit Johanna König

Wir ergründen im Austausch miteinander, warum unsere Wut in unserer Gesellschaft oft negativ bewertet und unterdrückt wird, obwohl es für uns so viele Gründe gibt, wütend zu sein. Statt diese Energie als körperliche Anspannung oder als Selbstabwertung gegen uns zu richten, erarbeiten wir in einem geschützten Rahmen neue Perspektiven und praktische Strategien, um Wut bewusster wahrzunehmen und auf eine Art und Weise auszudrücken, die uns stärkt.



Mittwoch 25. November / 19:00 - 21:00 / Ort: Kino in der Brotfabrik, Caligariplatz 1, 13086 Berlin / Eintrittspreise der Brotfabrik Kino: Was an Empfindsamkeit bleibt / in Kooperation mit der Brotfabrik am Tag gegen Gewalt gegen Frauen* und Mädchen

Ein Dokumentarfilm von Daniela Magnani Hüller - 14 Jahre nachdem die Filmemacherin den versuchten Femizid eines Mitschülers überlebt hat, kehrt sie zu prägenden Momenten und Menschen von damals zurück. In den Gesprächen sucht sie nach deren Erinnerungen an die damaligen Situationen und nach Antworten auf die Fragen, die sie all die Jahre begleitet haben.

- mit Videobotschaft von Daniela Magnani Hüller
- anschließendes Gespräch mit Stefanie auf dem Berge - Koordinatorin für die Umsetzung der Istanbul-Konvention in Berlin-Pankow



12/



Donnerstag, 03. Dezember / 18:00 - 20:00 Uhr / kostenfrei - Spenden willkommen / Vortrag aus den Gender Studies: Freund*innenschaft im Kontext von Coming-out und Transition / mit Lio Dohmen

Freund*innenschaften sind für viele queere Menschen zentral, wurden jedoch lange gesellschaftlich und wissenschaftlich marginalisiert. Der Vortrag von Lio Dohmen (er, dey) präsentiert Ergebnisse einer qualitativen Studie zu den Erfahrungen von trans, inter* und nichtbinären (TIN*-) Personen und der Rolle von Freund*innenschaften in Coming-out- und Transitionsprozessen. Darauf aufbauend wird das Konzept Queering Friendship vorgestellt, das Freund*innenschaft als vielfältig, wandelbar und jenseits normativer Vorstellungen versteht.



Freitag, 04. Dezember / 18:00 - 20:30 Uhr / kostenfrei - Spenden willkommen #yodo - you only die once: Ein Workshop über Sterben, Tod, Trauer & Sorgearbeit (STTS) / Mit Michi Maxi Schulz

Bei diesem kreativen Workshop nähern wir uns den Themen Sterben, Tod, Trauer und Sorgearbeit (STTS) mit Papier, Farbe, Texten und Gesprächen. Wir basteln kleine Mini-Särge aus Papier, gestalten und bemalen sie und überlegen gemeinsam, was wir selbst gerne mit in unseren Sarg nehmen würden: ein Foto, Blumen, Pflanzen, Muscheln, Murmeln oder etwas ganz anderes. Dazu tauschen wir Gedanken, Gedichte und persönliche Erfahrungen aus. Anschließend schreibt jede Person eine eigene Trauerrede und wir gestalten spielerisch die eigene Beerdigung so, wie wir sie uns wünschen würden.



Donnerstag, 10. Dezember / 18:00 - 21:00 Uhr / kostenfrei - Spenden willkommen

Workshop: Das Leben besinnen - eine Exploration von Körper, Bewusstsein & Kreativität / mit Celina Shadow

Gemeinsam erforschen wir, was geschieht, wenn wir dem zuzuhören, was sich von innen heraus bewegen möchte und nutzen dafür Methoden des Halprin Life/Art Process®. Durch Bewegung, freien Tanz, intuitives Malen und kreatives Schreiben öffnen wir sanfte Zugänge zu inneren Bildern, Gefühlen, Gedanken und Fantasien, die oft jenseits von Sprache liegen. Komm so wie du bist. Du brauchst keinerlei Vorerfahrung in Tanz, Kunst oder Schreiben. Du brauchst nur Offenheit für neue Erfahrungen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Wasser, Notizbuch und Stift, optional: deine eigenen Wachs- oder Aquarell Stifte.



Freitag, 11. Dezember / 16:00 - 19:00 Uhr / kostenfrei - Spenden willkommen Vernissage: Impressionen / mit der Malgruppe Hindemith



Donnerstag, 07. Januar / 18:00 - 20:00 Uhr / mit Anmeldung / kostenfrei - Spenden willkommen Vortrag aus den Gender Studies: Was ist das Problem mit Geschlechtsidentität und Reproduktion? Eine marxistisch-transfeministische Perspektive / mit Eric Llaveria Caselles

Der Vortrag von Eric Llaveria Caselles beleuchtet aktuelle Debatten um das Selbstbestimmungsgesetz und die Rechte von trans* und nicht-binären Menschen aus queer-, trans- und marxistisch-feministischer Perspektive. Statt einzelne Streitfragen zu beantworten, stellt er einen theoretischen Rahmen vor, der zu einer solidarischen feministischen Auseinandersetzung mit Konflikten und Differenzen beitragen soll.

01/27



Freitag, 08. Januar / 18:00 - 21:00 Uhr / mit Anmeldung / kostenfrei - Spenden willkommen / Unkostenbeitrag: 5–10 € (nach Selbsteinschätzung) / Künstlerische Vorerfahrung ist nicht erforderlich.

Workshop: Feministisch gestalten: Meine Rolle im Neubeginn – Ausrichtung, Mut & Selbstbestimmung / mit Kirsten Wechsberger

Wie möchte ich ins neue Jahr gehen? Welche Rolle möchte ich bewusster leben? Dieser Workshop lädt dazu ein, den Jahresbeginn kreativ zu gestalten. Wir erforschen innere Ausrichtung, Wünsche, Ressourcen und Handlungsspielräume. Im Mittelpunkt steht die Frage, was uns stärkt, welche Werte uns tragen und wie wir neue Anfänge selbstbestimmt gestalten können.



Freitag, 15. Januar / 18:00 - 21:00 Uhr / Anmeldung bis 25. Dezember erforderlich / kostenfrei - Spenden willkommen WORKSHOP: DEIN LEBEN. DEIN DREHBUCH. / mit Anne Benza-Madingou

Wie möchte ich ins neue Jahr gehen? Welche Rolle möchte ich bewusster leben? Dieser Workshop lädt dazu ein, den Jahresbeginn kreativ zu gestalten. Wir erforschen innere Ausrichtung, Wünsche, Ressourcen und Handlungsspielräume. Im Mittelpunkt steht die Frage, was uns stärkt, welche Werte uns tragen und wie wir neue Anfänge selbstbestimmt gestalten können.



Dienstag, 26. Januar / 18:00 - 21:00 Uhr / mit Anmeldung / kostenfrei - Spenden willkommen Workshop: Let's talk about Sex and Safety (Spielerisch und offen über Sexualität, STI's und Safer Sex sprechen) / mit Lara und Elena
Safer Sex muss nicht weniger Spaß bedeuten, sondern kann mehr Wissen über den eigenen Körper, Grenzen und Schutzmöglichkeiten bringen. In diesem interaktiven Workshop sprechen wir über STI's (sexuell übertragbare Infektionen) und darüber, wie wir heute mit sexueller Gesundheit umgehen. Mit kurzen Inputs und vor allem viel Austauschraum, wollen wir uns Themen rund um STI's nähern.

Anmeldungen an programm-weissensee@paula-panke.de oder 030 / 960 637 61



Frauen und TINA* Personen - trans, inter, nonbinäre und agender Personen



Alle Geschlechter

Unsere aktuelle Bildungsreihe lautet:
Feministisch widerstehen - Zusammenhalten.
Gegenhalten. Mitgestalten.



unverzichtbar
feministisch



PAULA PANKE E.V. WIRD GEFÖRDERT VON:

Bezirksamt
Pankow

BERLIN



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

BERLIN

