

Außerdem bieten wir...

Einzeltermine für Beratungsgespräche,
z.B. Sozial- oder Psychotherapieberatung

kostenlose psychosoziale Beratung

kostenlose PC- und Internetnutzung, freies W-Lan

kulturelle Veranstaltungen

Nutzung der Waschmaschine

Mitarbeiter_innen der KBS

Lou Mbarki

Esther Flechsig

Anika Fischer

David Janhuba

Kontakt- und Beratungsstelle Friedrichshain

KommRum e.V.
Straßmannstraße 17 (Eckladen)
10249 Berlin-Friedrichshain

Tel.: 030 - 80 40 66 60

E-Mail: kbs-fhainkreuzberg@kommrum.de

Weitere Infos und aktuelle Veranstaltungen unter:
www.kommrum.de

Öffnungszeiten

Dienstag	14.00 – 19.00 Uhr
Mittwoch	14.00 – 19.00 Uhr
Donnerstag	14.00 – 19.00 Uhr
Freitag	14.00 – 19.00 Uhr
Sa. – Mo.	geschlossen

Das Café und die Gruppen sind derzeit nicht frei besuchbar. Wir bitten deshalb um vorherige Anmeldung und um die Berücksichtigung unserer Hygienebestimmungen. Bitte erscheint erst zu Beginn der jeweiligen Veranstaltung oder des Termins, der Aufenthalt in den KBS-Räumen ist derzeit nicht möglich.

*Auch für uns gelten die üblichen **Hygienebestimmungen**: vorherige **Anmeldung** wegen begrenzter Platzkapazitäten, **Kontaktdaten** hinterlassen, **Händedesinfektion**, **Mindestabstand** von mindestens 1,5 m, das Tragen einer **Mund-Nasen-Bedeckung** ist in unseren Räumen verpflichtend. Wir freuen uns darauf, Euch zu begrüßen!*

*Wenn nicht anders angegeben bitten wir um **Anmeldung** entweder persönlich vor Ort, per Telefon unter 030 - 80 40 66 60 oder kbs-fhainkreuzberg@kommrum.de*



Kontakt- und Beratungsstelle Friedrichshain

Corona-Sonderwochenprogramm September 2021

Unsere Angebote sind, wenn nicht anders angegeben, kostenlos. Dabei gelten jeweils die aktuellen Hygienebestimmungen.



TÄGLICH VON DI – FR ▼

14.30 – 17.00 Uhr

Kommt wieder rein!

Der Offene Treff und das Café können besucht werden. Aufgrund der aktuellen Bestimmungen begrenzen wir die Zahl der Besucher_innen. Bitte meldet Euch vorher an.

DIENSTAG ▼

14.30 – 15.30 Uhr

PC-Reparatur & Beratung | mit Jörg

Tipps, Beratung, Fehlersuche und Reparatur bei Computerproblemen. Bei Fragen und Problemen rund um Windows-PCs (Software & Hardware) berät Euch Jörg. Zur Einzelberatung könnt Ihr Eure tragbaren Geräte gleich mitbringen. Bei Bedarf nehmt Ihr bitte direkt mit Jörg per E-Mail: jopex@gmx.de Kontakt auf.

15.09.2021 | 15.00-17.00 Uhr

Spätsommer-Picknick | mit Lou

Wir möchten mit Euch den Spätsommer mit einem kleinen aber feinen Picknick im Park feiern. Wir bringen belegte Schrippen, Snacks und Getränke mit. Für Decken und Geschirr ist auch gesorgt. Treffpunkt ist in der KBS, wo wir uns mit Essen und Utensilien eindecken und gemeinsam zum Volkspark laufen. Die Teilnahmegebühr beträgt einmalig 1,50€. Wir bitten um vorherige Anmeldung per Telefon, Mail oder persönlich.

MITTWOCH ▼

17.00 – 19.00 Uhr

Artefaks Kunstgruppe | mit Cate

Hier findest Du die Möglichkeit, Deine gestalterischen Fähigkeiten wiederzuentdecken und umzusetzen. Du hast die Wahl, ein von Dir gewünschtes Thema zu bearbeiten oder eine vorgegebene Anregung aufzugreifen. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt, wir bitten um vorherige Anmeldung.

17.30 – 19.00 Uhr | alle 2 Wochen

Gesprächsgruppe | mit David

NEUE Gruppe ab September, Anmeldung ab August

In der angeleiteten Gesprächsgruppe wollen wir den kleinen und großen Problemen des Alltags auf den Grund gehen und uns über Lösungswege austauschen. Ausgehend von konkreten Situationen/Erfahrungen sollen individuelle Handlungen versteh- und nachvollziehbar gemacht und in ihren jeweiligen lebensweltlichen Zusammenhängen reflektiert werden. Zusammen wollen wir der Ausgrenzung und Stigmatisierung entgegenwirken, die viele Menschen mit psychiatrischer Erfahrung täglich erleben. Bei Interesse wende Dich bitte an David, der die Gruppe auch anleiten wird.

DONNERSTAG ▼

15.00 – 16.30 Uhr

Probleme mit und Fragen zu Computer, Handy, Smartphone & Co? | mit Frank

Frank unterstützt Euch in einer Einzelberatung bei Problemen mit Eurem Computer, Handy und ähnlichen Geräten und hat für Eure Fragen ein offenes Ohr. Ihr könnt Eure tragbaren Geräte gleich mitbringen. Ebenso Papier & Stift für Notizen. Für die Anmeldung könnt Ihr Frank unter der-technikmensch@gmx.de oder 030 - 60 98 34 45 erreichen.

15.30 – 17.00 Uhr

Improtheater im Sitzen | mit Uwe

Uwe lädt Euch ein, Eurer Spielfreude, Kreativität, Fantasie und Spaß freien Lauf zu lassen. Die Kleingruppen finden jeweils donnerstags von 15.30 – 16.15 und 16.15 – 17.00 Uhr statt. Bringt bitte ein Handtuch, Papier und einen Stift mit. Die Gruppengröße ist begrenzt, wir bitten um vorherige Anmeldung.

16.00 – 18.00 Uhr | 02.09., 16.09, 30.09.2021

Sozialberatung für Menschen mit Flucht- und Migrationserfahrung | mit Batul & Umar

Hast Du Fragen zum Umgang mit Behörden, offiziellen Schreiben oder Anträgen? Möchtest Du genauer erfahren, welche Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten Du bekommen kannst? Unser Angebot umfasst z.B. Beratung zu sozialrechtlichen Themen; Hilfe beim Ausfüllen von Formularen; Informationen über das Hilfesystem und vermittelt gegebenenfalls an spezialisierte Beratungseinrichtungen. Unsere Beratung ist kostenlos und

vertraulich und auf Wunsch anonym. Wir bitten um vorherige Terminvereinbarung per Telefon, Mail oder persönlich.

17.15 – 19.15 Uhr | 02.09., 16.09, 30.09.2021

Gemeinsames Abendessen | mit Kysy & Max

Wir bieten euch alle 2 Wochen donnerstags ein gemeinsames Abendessen an. Es wird um eine kleine Teilnahmegebühr in Höhe von 1,50 € gebeten, die am Termin bitte bar und passend mitgebracht werden soll. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

FREITAG ▼

03.09.2021 | 11.00-15.00 Uhr

Wanderung | mit Esther

Wir organisieren eine Wanderung durch die Döberitzer Heide im Westen Berlins. Die Strecke geht für ca. 10 km durch flaches Gelände. Da die Gruppengröße begrenzt ist, bitten wir um vorherige Anmeldung.

14.00 – 15.30 Uhr | 24.09.2021

Foodsharing | mit Christine, Claudia & Kerstin

Bei uns werden aus verschiedenen Supermärkten gerettete, überschüssige Lebensmittel zur kostenlosen Mitnahme bereitgelegt. Nur so lang der Vorrat reicht. Bitte eine eigene Tragetasche mitbringen.

16.00 – 19.00 Uhr | 10.09. & 24.09.2021

Repair-Café | Mit unserem Repair-Café Team

Hier kannst du zusammen mit erfahrenen Helfer_innen an deinen defekten Elektronikgeräten selbst Hand anlegen. Terminanmeldung nötig, unter: terminland.de/repaircafefriedrichshain

17.00 – 19.00 Uhr | 17.09.2021

Klangreise mit selbstgebauter Tao-Leier | mit Chuy You

Chuy You (Kreativtherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie) lädt Euch ein, sich zu entspannen und zu sich selbst zu finden. Die Gruppen finden von 17.00 – 17.30 Uhr, 17.40-18.10 Uhr und 18.20 – 18:50 Uhr statt. Bringt bitte aus hygienischen Gründen für die Matte ein eigenes Handtuch mit. Wir bitten um vorherige Anmeldung.