

AUSSTELLUNG

Juni & Juli 2021 | Ausstellung Wilfred Kra-



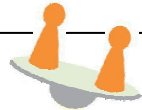
nich "Formen Farben Schönheit. Immer. Überall"

Das Malen ist für Wilfred Kraich eine Möglichkeit, achtsam zu sein. Die uns umgebende Welt sehen, sich an ihr erfreuen und Dankbarkeit empfinden.

Und so findet er für sich Momente der Schönheit in Landschaften, aber auch in Plattenbauten Lichtenbergs und modernen Kraftwerken. Besonders aber in Blüten. Und die am Liebsten in Violett.

Finissage am Sa 31.07. von 15-17 Uhr!

Hilfe für Angehörige



von Menschen mit einer psychischen Erkrankung

Die Angehörigengruppe findet nach dem Lockdown wieder im KommRum statt donnerstags um 18.30 Uhr oder bei Interesse jederzeit per Video. Bitte melden Sie sich dafür an.

Für Einzelberatungen vereinbaren Sie bitte einen Termin unter 030.850 787 29 oder per eMail: h.pahl@kommrum.de. Beratungen finden jederzeit vor Ort oder auch telefonisch oder per Videochat statt. Heidrun Pahl



KommRum e.V.

Schnackenburgstr. 4, 12159 Berlin-Friedenau
Tel: 030 – 850 787 29 (Di-Sa von 14-18 Uhr ist das Telefon persönlich besetzt, ansonsten bitte auf den AB sprechen), www.kommrum.de

Aktuell bieten wir an

(Änderung gilt vorläufig bis Ende Juli 2021)

- telefonische **Beratung** Di-Sa 14-18 Uhr (auch Anmeldungen, Gesprächsvereinbarungen, Anfragen etc.) Tel: 030.850 787 29
- persönliche **Einzelgespräche** nach Vereinbarung vor Ort, auch als "Walk & Talk"-Version, per Telefon oder Video möglich.
- E-Mail/Anmeldung/Anfragen für alle Angebote Tel. 030.850 787 29 oder per Mail unter: kbs-friedenau@kommrum.de

Im KommRum gelten die üblichen **Hygienebestimmungen**: Anmeldung wegen begrenzter Platzkapazitäten, Kontaktdaten hinterlassen, Händedesinfektion, Abstand halten von mindestens 1,5 m und aktuell FFP2-Mund-Nasen Schutzmaske.

Trotz dieser erschwerten Bedingungen freuen wir uns darauf Euch wieder zu begrüßen!

Die Fahrradwerkstatt

Herr Wimmer ist leidenschaftlicher Fahrradbastler. Materialkosten fallen gegebenenfalls an und tatkräftige Unterstützung bei der Reparatur ist erwünscht.

**Mo, Di & Do 09-15 Uhr,
Mi & Fr 13-19 Uhr**
Bitte anmelden:
Stefan Wimmer
(Tel. 0173 65 90 102)



Unser Angebot ist leider zurzeit wegen Covid-19 noch leicht eingeschränkt.

Wochenprogramm

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle und Café KommRum Friedenau

Dieser Flyer informiert Sie über unser aktuelles Sonderprogramm. Ausführliche und immer aktuelle Informationen finden Sie auch auf unserer Homepage unter www.kommrum.de. Dort gibt es auch einen kleinen **Film** zu sehen „KommRum kickt Corona“. Und eine **Schatzkiste** mit vielen Geschenken und ein **Gästebuch!**



Tischtennis-Turnier am 03. Juli

VORANKÜNDIGUNG!

Montag | 23.08. – 11. 10. 2021 | 14-15.30 Uhr |

Sicher und gekonnt im Internet surfen

Die 8 Lerneinheiten dieses Kurses bauen aufeinander auf und wir bilden eine geschlossene Gruppe von 8 Personen. Für die Lerneinheiten stellen wir Laptops zur Verfügung. Detaillierter Flyer zum Download (pdf) auf unserer Seite oder im Café.

Anmeldung: Franka Kretteck, Tel. 030.850 787 34 oder per Mail an: f.kretteck@kommrum.de

Dienstag | 14-15 Uhr | English Conversation-Group

Ich würde mich gerne mit euch auf Englisch austauschen. Wir können uns über alltägliche Dinge oder spezifische Themen unterhalten. So bleiben wir in Kontakt und unser Englisch rostet nicht ein. Natürlich darf eine gute Tasse Tee und ein kleines Stück Gebäck nicht fehlen. I'm glad to see you soon!

Anmeldung unter: 030 - 850 787 29 oder per mail an kbs-friedenau@kommrum.de. Sibel Aras (bis Ende August 2021)

NEU! Dienstag | 15 Uhr & 16.30 Uhr | Ki- Aikido

Achtung: bitte Impf-oder Testnachweis für das Dojo mitbringen, Schnelltests sind auch vor Ort möglich, dafür ggf. 15 min früher kommen. Details auf unserer Homepage.

Anmeldung: Die Teilnahme ist aus Platzgründen auf 8 Personen pro Einheit begrenzt und nur nach Voranmeldung mit Namen und Telefon-Nr. und Rückbestätigung möglich. Tel. 030-85078729 oder per Mail an Matthias Fernow: m.fernow@kommrum.de

Dienstag | 15.30-17.30 Uhr | Tischtennis im Hof

Tischtennis macht Spaß! Bitte anmelden unter 030.850 787 29 oder per Mail unter kbs-friedenau@kommrum.de. Sibel Aras (bis Ende August)

NEU! Am Samstag 03. Juli ab 14 Uhr gibt es ein Tischtennis-Turnier!

Im Anschluss an das Turnier warten attraktive Preise auf euch. Bitte wie üblich anmelden. Sybel Aras

Mittwoch | 15 Uhr | Technikberatung für PC, Smartphone & Co

Dieses Angebot findet nur nach Voranmeldung statt (bei Bedarf sind auch Termine zu anderen Zeiten möglich). Die Beratung kann im Moment wahlweise persönlich vor Ort, oder telefonisch von zuhause aus erfolgen. Die Anmeldung ist möglich unter: 030 - 850 787 29 oder per mail an Friederike Schubert: f.schubert@kommrum.de,



Mittwoch | 16 & 17 Uhr | Offener Treff im Café oder im Hof

Bitte anmelden für die erste oder zweite Zeit unter Tel: 030.850 787 29 oder per Mail unter: kbs-friedenau@kommrum.de. Die Teilnahme ist im Café auf 5 Personen pro Stunde beschränkt, bei schönem Wetter im Hof können mehr teilnehmen.

NEU! Donnerstag | 14 & 15 Uhr | Offener Treff im Café oder im Hof mit dem Suppenkasper (ab 08. Juli wieder im KommRum! Am 22.07. entfällt die Suppe!)

Michael Riemer kocht für Euch! Bitte anmelden für die erste oder zweite Zeit unter Tel: 030.850 787 29 per Mail: kbs-friedenau@kommrum.de

Donnerstag | 16.30-19.30 Uhr | Gestalten mit Ton Material und Ofen sind vorhanden. Materialkosten: 1,50 Euro pro Termin. Wegen der Platzbeschränkung starten wir allerdings nur mit 6 Teilnehmern. Tel. 030.850 787 29 oder per Mail an kbs-friedenau@kommrum.de, Jacob Friedländer

Donnerstag | 17-19 Uhr | Probleme im Kontext per Video

Zusammen wollen wir der Ausgrenzung und Stigmatisierung entgegenwirken, die viele Menschen mit psychiatrischer Erfahrung täglich erleben. Bitte ein Vorgespräch mit dem Leiter vereinbaren: Johann Herfort, Mail an: j.herfort@kommrum.de

Freitag | 14 & 15 Uhr | Offener Treff im Café oder im Hof

Bitte anmelden für die erste oder zweite Zeit unter Tel: 030.850 787 29 oder per Mail unter: kbs-friedenau@kommrum.de. Die Teilnahme ist im Café auf 5 Personen pro Stunde beschränkt, bei schönem Wetter im Hof können mehr teilnehmen.

Freitag | 16-17.30 Uhr | Kreatives, transformatives Zeichnen

Nächste Termine: 23. Juli, 06. & 20. August 2021

Die zeichnerische Arbeit beeinflusst die Denkstrukturen und Muster der Informationsverarbeitung und ermöglicht auf spielerische Weise den eigenen Lebensweg in die gewünschte Richtung zu lenken. Anmeldung per Tel. 030.85078729 oder per Mail an Heidrun Pahl: h.pahl@kommrum.de



Freitag ab 11.06. | 18 Uhr | Musik- Rondell

Anmeldung: per Mail unter: s.just@kommrum.de, es gibt 5 Plätze. Sophie Just (Musikerin, Psychologie B.Sc.)

NEU! Samstag 10. Juli | 14 Uhr | Zeit für Kuchen

Wir werden einen Zitronenkäsekuchen und ein veganes Bananenbrot kreieren und im Anschluss natürlich zusammen genießen. Bitte anmelden unter Tel: 030.850 787 29 oder per Mail an Sibel Aras: kbs-friedenau@kommrum.de.

Samstag 24. Juli | 14.30 & 15.30 Uhr | Frauen-Kaffeeklatsch

1x im Monat treffen wir uns zum gemütlichen Beisammensein mit Kaffee und Kuchen. Bitte anmelden zur ersten oder zweiten Zeit unter Tel: 030.850 787 29 oder per Mail an Claudia Legner: kbs-friedenau@kommrum.de.