

Ausstellung



Claudia Philipp | Bunt und knallig - von der Ente zum Pop-Star | April bis Juli 2024

Wenn's im Kopf langweilig wird, kommt die gute Laune auf das Papier.

2018 entdeckte ich - während eines Lebenskrise - durch Zufall beim Experimentieren die Wirkung der der knallig-bunten

Acrylfarben. Dies kam mir wie gelegen und ich malte eine lustige Eule. Begeistert von der Wirkung des Bildes auf mich und meine Stimmung, legte ich los und malte ein Bild nach dem anderen... (Claudia Philipp)

Hilfe für Angehörige

... von Menschen mit einer Psychischen Erkrankung



Die Angehörigengruppe trifft sich jeweils donnerstags um 18.00 Uhr. Bitte melden Sie sich bei Interesse bei Heidrun Pahl für ein Vorgespräch an.

Persönliche Einzelberatungen werden auch unabhängig von der Gruppenteilnahme angeboten, bitte vereinbaren Sie einen Termin unter Tel. 030.850 787 29 oder per E-Mail mit Heidrun Pahl, h.pahl@kommrum.de.

Die Fahrradwerkstatt

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

Bitte anmelden: Stefan Wimmer
Tel. 0173 65 90 102
Di, Mi, Do 15-18 Uhr



Diverse Beratungen

Telefonische Anfragen | Di-Sa 14-18 Uhr
Tel: 030.850 787 29, kbs-friedenau@kommrum.de

Psychosoziale Einzelberatung zu (fast) allen Lebensfragen auf Deutsch, Englisch, Farsi, Dari, Niederländisch (bei weiterem Bedarf können Sprachmittler hinzugezogen werden) | Di-Sa 14-18 Uhr. Terminvereinbarung über E-Mail, Telefon oder direkt vor Ort. Kontakt: Team der KBS, E-Mail: kbs-friedenau@kommrum.de oder Tel. 030.850 787 29

Technikberatung für PC, Smartphone & Co nach Vereinbarung unter Tel. oder per E-Mail an Anke Lauke, a.lauke@kommrum.de.

Peer-Beratung | Samstag | 15-16 Uhr
Beratung mit Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin), einfach vorbeikommen. (entfällt 29. Juni)

Beratung zu behördlichen Angelegenheiten | Mittwoch 14-tägig | 16.30 -18 Uhr (z.B. Beantragung Behindertenausweis, Reha, betreutes Wohnen usw.)
Eleonore Vanoli (e.vanoli@kommrum.de)
einfach vorbeikommen. Termine: 03., 17. & 31. Juli, 28. Aug., 11. & 25. Sept. 2024 (weitere folgen)

Sie benötigen Unterstützung auf Farsi oder Dari?

فارسی یا دری؟

Mi, Do 15-18 Uhr: Tel. 0173 65 90 102
Unsere Kollegin Katayoun Rashidian ist für Sie da:
mobil: 0157 855 06314, E-Mail:
k.rashidian@kommrum.de



KommRum e.V.
psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle
Schnackenburgstr. 4 / 12159 Berlin-Friedenau
Tel. 030.850 787 29 (Di-Sa von 14-18 Uhr ist das Telefon persönlich besetzt, sonst AB)
kbs-friedenau@kommrum.de
www.kommrum.de



Unser Café | Offener Treff sind geöffnet:
Di | Fr | Sa 14-18 Uhr
Mi | Do 14-20 Uhr

TIPPS



Freitag 28. Juni |
15-19 Uhr |
Sommerfest im Hof



Freitag 05. Juli |
14.30-17.30 Uhr |
Kleidertausch-Party



Mittwoch 24. Juli |
91_KunstTour |
**Caspar David Friedrich
in der Alten National-
galerie**

Wochenprogramm

 **DIENSTAG** | 14-18 Uhr | Offener Treff & Café

Dienstag | 15-16 Uhr | Entspannungstraining & 16.15-17.30 Uhr | Aikido

Ort: Schule für Bewegung und Meditation, Rheinstr. 45, 12161 Berlin (2. Hinterhof, Fahrstuhl rechts, Aufgang 7, 6. Etage), Leitung: Matthias Fernow, m.fernnow@kommrum.de

Dienstag | 16-17.45 Uhr | Sprach-Café

Geflüchtete und andere Fremdsprachler/innen lernen spielerisch die deutsche Sprache. Leitung: Heidrun Pahl: h.pahl@kommrum.de oder Katayoun Rashidian: k.rashidian@kommrum.de (für Farsi oder Dari) oder per Tel. 030-85078729.

NEU! Dienstag 09. Juli | Infoveranstaltung: Cafe Beispiellos zum Thema Spielsucht (Zeit erfragen)

 **MITTWOCH** | 14-20 Uhr | Offener Treff & Café

Mittwoch | 14-15.30 Uhr | Handarbeitsgruppe

Kontakt: Andrea Berner

NEU! Mittwoch 24. Juli | 91_KunsTour | Caspar David Friedrich in der Alten Nationalgalerie

Wir erhalten eine 90-minütige **Führung**.

Treffen: 11.30 Uhr (!) KommRum oder 12.30 Uhr (!) vor dem Seiteneingang rechts vom Gebäude des Museums (nicht Haupteingang!), Alte Nationalgalerie, Bodestraße 1-3, 10178 Berlin-Mitte. Für die **Führung** ist ein Beitrag von **5€** direkt vor Ort an Heidrun zu zahlen.

Bitte anmelden bei Heidrun Pahl, E-Mail: h.pahl@kommrum.de oder Tel.030.85078729 oder direkt im KommRum. Es gibt nur 20 Plätze.

Intuitives Schreiben

Leitung: Eléonore Vanoli (Eli).

Termine: 03., 17. & 31. Juli, 28. Aug., 11. & 25. Sept. 2024 (weitere folgen)

Keine Anmeldung, die Gruppe ist vorerst geschlossen.

Mittwoch | 16-18 Uhr | Tischtennis im Hof

Die Tischtennisplatte steht mittwochs wieder im Hof und wartet auf Eure Spielfreude.

Kontakt: Helena Knese

Mittwoch 1x im Monat | 17:30 -19:30 Uhr |

Ex-In Stammtisch

Für Interessenten vor, während und nach der Ex-In-Ausbildung. Leitung: Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin). Termine: 03. Juli (Vertretung Andreas Hänsch), 07. Aug., 04. Sept. 2024 (weitere folgen)

Mittwoch ca. 2x im Monat | 18 Uhr | Gemeinsames Abendessen

Wir bieten ca. 2x im Monat ein leckeres Abendessen an, Schmalzstulle oder Pizza, Salat oder Backofen, lasst Euch überraschen. Kosten 2 €.

Termine: 26. Juni, 10. & 17. & 31. Juli



DONNERSTAG | 14-20 Uhr | Offener Treff & Café

Donnerstag | 14 Uhr | Der Suppenkasper kommt

Michael Riemer & Co kochen für Euch ein leckeres Süppchen. Zugreifen, bis der Topf leer ist. (2 €)

Donnerstag | 16.30-17.30 Uhr | Hatha Yoga

Leitung: Sabine Straube (geprüfte Yogalehrerin BDY, Berufsverband der Yogalehrenden) Einstieg jederzeit möglich. Termine: neuer 10er-Block ab (bitte erfragen)

Bitte anmelden wegen Platzreservierung unter

030.85078729 oder E-Mail: kbs-friedenau@kommrum.de

Donnerstag | 16.30-19.30 Uhr | Gestalten mit Ton

Material und Ofen sind vorhanden, Materialkosten: 1,50 € pro Termin. Fachliche Anleitung: Gabi Döwe

Freitag 28. Juni 2024 | 15-19 Uhr | Sommerfest im Hof



Mit Live Musik um 16 Uhr mit dem **JustDuo** und mit leckerem Essen vom Grill und mehr. Auch mit Büchertisch und wieder mit der beliebten Cocktailbar.

Der darauffolgende Samstag, 29.06., ist geschlossen!



FREITAG | 14-18 Uhr | Offener Treff & Café

Freitag | 14.30-15.30 Uhr | Workshop:

Entspannen mit Klangschalen und Düften

Leitung: Patricia Sanders. Bitte anmelden:

kbs-friedenau@kommrum.de oder Tel. 030.85078729.

Termine: 19. Juli, 16. August, 20. Sept., 18. Okt., 15. Nov. 2024 (weitere folgen)

NEU! Freitag 05. Juli | 14.30-17.30 | Kleidertausch-Party

Das Thema diesmal: Sommer! Urlaub! Spaß! Hitze! Bring bis zu 5 gut erhaltene, saisonal Kleidungsstücke mit und hol dir bis zu 5 Lieblingsstücke. Auch Accessoires sind willkommen.

NEU! Freitag 12. Juli | 15 Uhr | Vorstellung der Ergebnisse der Nutzer*innenbefragung von April/Mai

Freitag | 16-18 Uhr | Spiele Treff für junge Leute zwischen 18 - 35

Leitung: Helena Knese

Freitag | 17 Uhr | Musik- Rondell

Beim Musizieren öffnen wir die Sinne – für uns selbst und das Miteinander. Bitte anmelden unter Mail: s.just@kommrum.de oder Telefon unter 0163.4950050 (AB). Sophie Just



SAMSTAG | 14-18 Uhr | Offener Treff & Café

Samstag 1x /Monat | 12.30-14 Uhr | FrauenCafétreff

Wir treffen uns in gemütlicher Runde bei Kaffee, Kuchen & Co. Leitung: Claudia Legner & Co Termine: 13. Juli, 24. Aug., 21. Sept. 2024

Samstags 1. & 3. im Monat | 14.30-17.30 Uhr | Offenes Malatelier

Materialkostenbeitrag: 1 € pro Termin.

Leitung: Birgit Groß / Sarah Elkin

Termine: 06. & 20. Juli, 03. & 17. Aug. 2024

Samstag 2. & 4. im Monat | 15-17 Uhr | Seelenmusik

Gemeinsam singen mit Andreas Hänsch (Genesungsbegleiter). Termine: 13. & 27. Juli, 10. & 24. Aug. 2024

Samstag | 16-18 Uhr | Spiele-Treff

Wir spielen Brett- und Kartenspiele aus der großen Sammlung im KommRum oder mitgebrachte.

Kontakt: Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin)

Termine: (29.06. entfällt) 13. & 27. Juli, 10. & 24. Aug., 07. & 21. Sept. 2024

www.kommrum.de

Tel. 030.85078729