

## Ausstellung



VIA-Blumenfisch -  
Gruppenausstel-  
lung |  
Das Leben ist ein  
Fest | April & Mai  
2025

Die Künstler sind: Fr. Erlitz - Collagen, Fr. Kandulski -  
Leinwand, Fr. Dogan - Zeichnungen, M. Krolkowski -  
Zeichnungen, Fr. Özdemir - Kaltnadelradierung.

## 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 unabhän-  
gig von der Gruppenteilnahme angeboten, bitte ver-  
einbaren Sie einen Termin unter Tel. 030.850 787 29  
oder per E-Mail mit Heidrun Pahl, [h.pahl@komm-  
rum.de](mailto:h.pahl@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](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de), [www.kommrum.de](http://www.kommrum.de)

## Diverse Beratungen

### Telefonische Anfragen & Anmeldungen

Di-Sa 14-18 Uhr

Tel: 030.850 787 29, [kbs-friedenau@kommrum.de](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de)

### Psychosoziale Einzelberatung

Während unserer Öffnungszeiten bieten wir Einzelbera-  
tungen zu (fast) allen Lebensfragen an: Di, Fr, Sa 14-18  
Uhr & Mi, Do 14-20 Uhr. Die Vereinbarung eines Termins  
kann unter Tel. 030.850 787 29 oder per Mail unter [kbs-  
friedenau@kommrum.de](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de) oder direkt vor Ort erfolgen.  
Bei spontanen Gesprächsanliegen ohne Vereinbarung  
muss ggf. mit einer Wartezeit gerechnet werden.  
Unser Team ist psychologisch ausgebildet, berufserfah-  
ren und hat berufsentsprechende Weiterbildungen:  
Heidrun Pahl, Claudia Legner, Matthias Fernow, Anke  
Lauke, Katayoun Rashidian, Helena Knese, Charlotte  
Riemer. Ergänzt wird das Team durch Praktikant\*innen  
aus psychosozialen Studiengängen oder in Ausbildung  
zur Genesungsbegleitung (EX-IN), Honorarkräften und  
Ehrenamtlichen.

### Technikberatung

für PC, Smartphone & Co nach Vereinbarung unter Tel.  
oder per E-Mail an  
Anke Lauke, [a.lauke@kommrum.de](mailto:a.lauke@kommrum.de).

### Peer-Beratung | Samstag | 15-16 Uhr

Beratung mit Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin).  
Termininfo: entfällt am 25.01.2025

### Sie benötigen Unterstützung auf Farsi oder Dari?

فارسی یا دری؟

Mi, Do 15-18 Uhr: Tel. 0173 65 90 102, Unsere Kollegin  
Katayoun Rashidian aus unserem mobilen Team für  
Gesflüchtete ist für Sie da: mobil: 0157 855 06314, E-  
Mail: [k.rashidian@kommrum.de](mailto:k.rashidian@kommrum.de)

**Wir können außerdem Beratung in folgenden Spra-  
chen anbieten:** Deutsch, Englisch, Spanisch, Niederlän-  
disch. Bei weiterem Bedarf können Sprachmittler hinzu-  
gezogen werden.



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



### Disco 18-22 Uhr

- Mi 30. April
- Tanz in den Mai
- Sa 31. Mai
- Saturday Night five-  
70-er Hits



### DER MARKT und DER LAUF für seelische Gesundheit

- Freitag 23. Mai 2025,  
13 - 18.30 Uhr

# Wochenprogramm

Wir bitten darum die folgenden **SONDERTAGE** zu berücksichtigen:

- Do 01. Mai, Do 08. Mai, Do 29. Mai sind Feiertage, an denen wir geschlossen haben.
- Mi 30. April & Sa 31. Mai öffnen wir wegen Disco erst um 18 Uhr
- Fr 23. Mai haben wir geschlossen und laden zu "DER MARKT und DER LAUF für seelische Gesundheit" ein.

 **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, Ausgang 5, hinten links neben dem Fahrstuhl, 1. Stock).

Leitung: Matthias Fernow, [m.fernow@kommrum.de](mailto:m.fernow@kommrum.de)

**Dienstag | 16-17.45 Uhr | Sprach-Café**

» Interkulturelles Angebot «

Geflüchtete und andere Fremdsprachler/innen lernen spielerisch die deutsche Sprache. Leitung: Heidrun Pahl: [h.pahl@kommrum.de](mailto:h.pahl@kommrum.de) oder Katayoun Rashidian: [k.rashidian@kommrum.de](mailto:k.rashidian@kommrum.de) (für Farsi oder Dari).

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

**NEU! Mittwoch 28. Mai 2025 | KunsTour\_101 | Kupferstichkabinett "Kosmos Blauer Reiter"**

Bitte verbindlich anmelden bei

Heidrun Pahl, E-Mail: [h.pahl@kommrum.de](mailto:h.pahl@kommrum.de) oder Tel. 030.85078729 oder direkt im KommRum.

Treffen: 14 Uhr KommRum oder 15 Uhr vor dem Eingang des Kulturforums, Matthäikirchplatz, 10785 Berlin-Tiergarten. Eintritt frei für uns (die Zusage des Museums steht noch aus)

**KUNST  
KommRum  
KULTUR**

**Mittwoch | 14-15.30 Uhr | Handarbeitsgruppe**

Wolle haben wir auf Lager, wir handarbeiten und plaudern gemütlich dabei. Kontakt: Andrea Berner

**NEU! Mittwoch | 16-17 Uhr | Yogalates - Finde Balance zwischen Kraft und Entspannung**

Leitung: Imke Retzlaff (Praktikantin)

Anmeldung: Tel. 030 850 787 29 oder E-Mail:

[kbs-friedenau@kommrum.de](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de) oder direkt im KommRum

Zeitraum: 07.05.-25.06.2025

**Mittwoch jeweils der 1. & 3. im Monat | 17-19.30 Uhr | Internationales Kochen**

» Interkulturelles Angebot «

Kostenbeitrag 2 €. Leitung: Charlotte Riemer und Kati

Rashidian, Anmeldung: Kati: 0157 855 06314, oder E-Mail: [kbs-friedenau@kommrum.de](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de) oder direkt im Café,

Termine: 07. & 21. Mai

**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: 07. Mai, 04. Juni 2025

**Mittwoch ca. 2x im Monat | 18 Uhr | Butter & Brot Plus**  
Gemeinsames Abendessen. Kosten 2 €. (im Wechsel mit dem Internationalen Kochen)

Termine: 14. & 28. Mai, 11. & 25. Juni

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

**NEU! Saturday 5 Disco 18-22 Uhr**

• Mi 30.04. | Tanz in den Mai

• Sa 31. Mai | Saturday Night five - 70-er Hits

**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: Vivian Partyka, Anmeldung: Tel. 030.850 787 29 oder [kbs-friedenau@kommrum.de](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de) oder direkt im KommRum,

Termine: 10er-Block bis Ende Juni 2025 (folgende Termine entfallen: 01.05., 08.05., 29.05.)

**Donnerstag | 16.30-19.30 Uhr | Gestalten mit Ton**

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

Ersatztermine für die Feiertage 01. und 08.05. sind am Dienstag 29.04. und am 06.05. jeweils 14.30-17.30 Uhr.

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

**NEU! Freitag 23. Mai 2025 | 13 - 18.30 Uhr | DER MARKT und DER LAUF für seelische Gesundheit**  
siehe Extra-Flyer

**Freitag | 14.30-15.30 Uhr | Workshop: Entspannen mit Klangschalen und Düften**

Leitung: Patricia Sanders. Anmeldung bitte unter: [kbs-friedenau@kommrum.de](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de) oder Tel. 030.85078729.

Termine: 16. Mai, 20. Juni 2025

**Freitag | 15-18 Uhr | Wir spielen Skat**

Kontakt: Harald Reinke

(entfällt am 23.05. wegen MARKT und LAUF)

**Freitag | 16-18 Uhr | Spiele Treff für alle**

Leitung: Sabine Gericke, Termine: 02. & 16. & 30. Mai, 06. & 20. Juni 2025

**Freitag | 16.30-17.30 Uhr | Lesegruppe für Deutsch-Lernende**

» Interkulturelles Angebot «

Termininfo: erst wieder ab 16. Mai

Leitung: Charlotte Riemer

**Freitag | 17 Uhr | Musik-Rondell**

Leitung: Helena Knese. Die Gruppe ist voll und nimmt zurzeit niemanden mehr auf.

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

**1x im Monat | Ausflüge - Berlin und Umgebung kennenlernen**

» Interkulturelles Angebot «

Kontakt: Kati Rashidian 015.7 85506314 und Charlotte Riemer 0163.4950074 (Mobiles Team), Termin erfragen

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

Kuchen & Kontakte, Leitung: Claudia Legner & Co,

Termine: 17. Mai, 14. Juni, 12. Juli

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

Materialkostenbeitrag: 1 € pro Termin. Leitung: Sarah Elkin, Termine: 03. & 17. Mai 2025 (weitere folgen)

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

Gemeinsam singen mit Andreas Hänsch (Genesungsbegleiter). Termine: 26. April, 10. & 24. Mai 2025