

Ausstellung



Timea Luthardt | Dezember 2025 & Januar 2026

Die Ausstellung zeigt kubistische Formen kombiniert mit naturalistischen Elementen und wird ergänzt von Gestaltungen aus der Pop Art.

Timea Luthardt wurde 1975 in Potsdam geboren. Sie studierte Kommunikations- und Grafikdesign und arbeitete bis 2013 als Diplom Designerin. Ihr Motto ist: „Das Gute an der Kunst ist: Es gibt keine Grenzen, wenn man weiß, wie man sie als Werkzeug benutzen kann.“

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.

Der 11. Dez. ist der letzte Termin 2025 (Restaurant). Am 15. Jan. 2026 geht es weiter.



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 erreichbar, sonst AB)
kbs-friedenau@kommrum.de,
www.kommrum.de

Diverse Beratungen

Telefonische Anfragen & Anmeldungen

Di-Sa 14-18 Uhr

Tel: 030.850 787 29, kbs-friedenau@kommrum.de

Psychosoziale Einzelberatung

Während unserer Öffnungszeiten bieten wir Einzelberatungen 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 oder direkt vor Ort erfolgen. Bei spontanen Gesprächsanliegen ohne Vereinbarung muss ggf. mit einer Wartezeit gerechnet werden. Unser Team ist psychologisch ausgebildet, berufserfahren und hat berufsentsprechende Weiterbildungen: Heidrun Pahl, Claudia Legner, Matthias Fernow, Anke Lauke, Katayoun Rashidian, Helena Knese. 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.

Peer-Beratung | Samstag | 15-16 Uhr

Beratung mit Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin)

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 Geflüchtete ist für Sie da: mobil: 0157 855 06314, E-Mail: k.rashidian@kommrum.de

Wir können außerdem Beratung in folgenden Sprachen anbieten: Deutsch, Englisch, Niederländisch. Bei weiterem Bedarf können Sprachmittler hinzugezogen werden.



KommRum e.V.

psychosoziales
Kommunikationszentrum
Berlin



Unser Café | Offener Treff sind geöffnet:

Di | Fr | Sa 14-18 Uhr

Mi | Do 14-20 Uhr



Dienstags | 15-17 Uhr
NEU! Plätzchenduft & Weihnachtsszauber

Termine: 02.12., 09.12. & 16.12.2025 (Bastienne)



Freitag 05.12.2025 | 15-17 Uhr
NEU! Japanische Origami-Weihnachtsbastelei (Risa)



Do 18.12.2025 | 15-19 Uhr | **DIE GROSSE WEIHNACHTSFEIER**
Anmeldung ab Dezember im Café (5€)

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

Leitung: Matthias Fernow, m.fernnow@kommrum.de

Dienstag | 16-17.45 Uhr | SprachCafé – Gemeinsam Deutsch sprechen

» Interkulturelles Angebot «

Geflüchtete und andere Fremdsprachler/innen lernen spielerisch die deutsche Sprache. Leitung: Heidrun Pahl und Katayoun Rashidian. 16.12. ist der letzte Termin!

NEU! Dienstag | 16-17.30 Uhr | English Tea-Time

Join me for easy conversation and improve your English with fun. Kontakt: Georg Barnikel, Start: 06. Jan. 2026



MITTWOCH | 14-20 Uhr | Offener Treff & Café

NEU! Mittwoch 10. Dezember | KunsTour_108 | Achim Freyer Kunsthaus - Führung durch die Sammlung

Verbindlich anmelden (!) bei Heidrun Pahl, E-Mail: h.pahl@kommrum.de oder Tel. 030.85078729 oder direkt im KommRum.

Treffen: 14 Uhr KommRum oder 15 Uhr vor dem Eingang des Achim-Freyer-Kunsthaus, Kadettenweg 53, 12205 Berlin-Lichterfelde/Steglitz (Eintritt frei)

Mittwoch | 14-15.30 Uhr | Handarbeitsgruppe

Kontakt: Andrea Berner (24. & 31.12. entfallen)

Mittwoch | 14-15 Uhr | Bauchtanz für Anfängerinnen

Bitte ein Hüfttuch und ggf. Socken mitbringen. Anmeldung: Tel 030.85078729 oder direkt vor Ort. Leitung: Risa Mano-Cirneala (Praktikantin), Zeitraum: 05. Nov. 2025 - 25. Feb. 2026 (24. & 31.12. entfallen)

Mittwoch | 15-16.30 Uhr | Kreatives Schreiben

Leitung: Claudia Ziegler (Genesungsbegleiterin und Schreibpädagogin)

Termine: 01. Okt. bis 17. Dez. 2025 (12 Termine)

Mittwoch jeweils der 2. & 4. im Monat | 18 Uhr | Butter & Brot Plus

Gemeinsames Abendessen. Kosten 2 €. (im Wechsel mit dem Internationalen Kochen)

Termine: 10. Dez. 2025, 14. & 28. Jan. 2026

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

» Interkulturelles Angebot «

Kostenbeitrag 2 €. Leitung: Kati Rashidian und Lennart Bär, Anmeldung: Kati: 0157 855 06314, oder E-Mail: k.rashidian@kommrum.de oder direkt im Café, Termine: 03. & 17. Dez. 2025 (Letzte Termine)

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

Leitung: Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin). Termin: 05. Dez. 2025, weiter 2026



DONNERSTAG | 14-20 Uhr | Offener Treff & Café

Donnerstag | 14 Uhr | Der Suppenkasper kommt

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

- 04. Dez. | Karotten-Kürbissuppe mit Orangen & Ingwer
- 11. Dez. | Makhoulta, libanesisches Hülsenfrüchte-Getreidesuppe
- 08. Jan. | Zucchini-cremesuppe mit Wachteleiern

Donnerstag | 16.30-17.30 Uhr | Hata Yoga

Leitung: Vivian Partyka, Anmeldung: Tel. 030.850 787 29 oder kbs-friedenau@kommrum.de oder direkt im KommRum. Termine: neuer Yoga-Block: 06.11. bis 04. 12. 2025, weiter 08. bis 29. Jan. 2026

Donnerstag | 16.30-19.30 Uhr | Gestalten mit Ton

Material und Ofen sind vorhanden, Materialkosten: 1,50 € pro Termin. Leitung: Gabi Döwe
Termine: 11. Dez. ist der letzte Termin 2025, am 08. Jan. 2026 geht es weiter



FREITAG | 14-18 Uhr | Offener Treff & Café

Freitag | 15-18 Uhr | Wir spielen Skat

Um 15 Uhr werden die Karten gemischt.

Kontakt: Harald Reinke (19.& 26.12. entfallen, weiter 02.01. 2026)

Freitag | 16-18 Uhr | Spiele Treff für alle

Leitung: Sabine Gericke, Termine: 05. Dez. 2025, weiter 2026

Freitag | 17 Uhr | Musik- Rondell

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



SAMSTAG | 14-18 Uhr | Offener Treff & Café

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

Kuchen & Kontakte, Leitung: Claudia Legner & Co,

Termine: 13. Dez., weiter 2026

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

Dezembertermin bitte erfragen bei Kati Rashidian

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

Materialkostenbeitrag: 1 € pro Termin. Leitung: selbst-organisiert, Termine: 06. Dez. 2025 (letzter Termin)

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

Andreas Hänsch, der 13. Dez. 2025 ist der letzte Termin!



*** Do 18.12.2025 | 15-19 Uhr *
DIE GROSSE WEIHNACHTSFEIER**

Kostenbeitrag beträgt 5€, die mit der Anmeldung im Café zu zahlen sind. (Anmeldung ab Dezember)



* Fr 19.12.2025 | Café 14-17 Uhr | 14 Uhr Restees-essen vom Weihnachtsbuffet

* Sa 20.12.2025 | Café geschlossen | Weihnachtlicher Bummel über den festlich beleuchteten Kurfürstendamm. Treffpunkt 12 Uhr KommRum (Helena)

* Di 23.12.2025 | Café 14-17 Uhr | Treffpunkt und Beratung

* Mi 24.12.2025 | 12-14 Uhr weihnachtliches Beisammensein zu Heiligabend

* Sa 27.12.2025 | Café 14-17 Uhr | Treffpunkt und Beratung

* Di 30.12.2025 | Café 14-17 Uhr | Treffpunkt und Beratung

* Fr 02.01.2026 | Café 14-17 Uhr | Treffpunkt und Beratung

* Di 06.01.2026 | Café 14-18 Uhr | ab hier ist wieder regulär geöffnet mit allen Gruppen

Von Do 18.12.2025 bis zu Di 06.01.2026 gibt es nur die hier genannten Öffnungszeiten und Angebote. Wir wünschen allen ein glückliches neues Jahr!