

## Ausstellung



**Ausstellung | Bastian Borstell |  
Stadt, Meer, Tiergesichter | Juni &  
Juli 2026**

**Einladung zur Vernissage am Frei-  
tag 05. Juni um 16 Uhr.**  
Bastian Borstell fängt die Stimmung  
des Moments ein mal in Öl, Acryl,  
Pastell oder mit der Feder, auf Lein-  
wand, Holz oder Papier.

## 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 [h.pahl@kommrum.de](mailto:h.pahl@kommrum.de) mit Heidrun  
Pahl.



### KommRum e.V.

psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle  
Schnackenburgstr. 4 / 12159 Berlin-Friedenau  
Tel. 030.850 787 29 (Di-Fr von 14-18 Uhr ist das  
Telefon persönlich erreichbar, sonst AB)  
[kbs-friedenau@kommrum.de](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de),  
[www.kommrum.de](http://www.kommrum.de)

## Diverse Beratungen

### Telefonische Anfragen & Anmeldungen

Di-Fr 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 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, Mohammad  
Hasan. Ergänzt wird das Team durch Praktikant\*innen  
aus psychosozialen Studiengängen oder in Ausbildung  
zur Genesungsbegleitung (EX-IN), Honorarkräften und  
Ehrenamtlichen.

**Wir können Beratung in folgenden Sprachen anbieten:**  
Deutsch, Englisch, Niederländisch, Farsi, Dari, Arabisch.

### 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 | Mittwoch | 15-17 Uhr

Beratung mit Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin)  
Beratung entfällt am 22. & 29. Juli!

### Psychosoziale Beratung des mobilen Teams für Ge- flüchtete

Unsere Kollegin Katayoun Rashidian berät auf Deutsch,  
Farsi und Dari. Anmeldung: E-Mail: [k.rashidian@kommrum.de](mailto:k.rashidian@kommrum.de).

### Sprechstunde in arabischer Sprache:

Jeden Donnerstag von 11:00 - 13:30 Uhr.

Termine sind ebenfalls flexibel & kurzfristig per Telefon  
möglich. Mohammad Hasan, Tel.: 0163 4950066, E-  
Mail: [m.hasan@kommrum.de](mailto:m.hasan@kommrum.de).

Bei weiterem Bedarf können Sprachmittler hinzugezo-  
gen werden.



**KommRum e.V.**

psychosoziales  
Kommunikationszentrum  
Berlin



**Wochenprogramm  
Juni 2026**

**KommRum  
Friedenau**

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

Das Café schenkt jeweils von 14-17.30 Uhr aus.  
Danach ist Selbstversorgung möglich.



**NEU! Freitag | 12. Juni  
2026 | 14:30 - 17:30 Uhr |**  
Kleidertauschparty



**NEU! Mittwoch 17. Juni |**  
KunsTour\_114 |  
Gropius Bau | Marina Ab-  
ramović: Balkan Erotic E-  
pic. The Exhibition



**NEU! Freitag 26. Juni 2026**  
| 18-22 Uhr |  
Disco

# Wochenprogramm

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

**Dienstag | 15.30-18 Uhr | Entspannungs- und Bewegungsgruppe (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, der 2. & 4. im Monat | 16-17.30 Uhr | Internationale Kochgruppe**

» **Interkulturelles Angebot** «Gemeinsam kochen und essen wir wechselnde Gerichte aus aller Welt. Kostenbeitrag 2 €

Anmeldung: Kati Rashidian, E-Mail: [k.rashidian@kommrum.de](mailto:k.rashidian@kommrum.de) oder Mohammad Hasan, E-Mail: [m.hasan@kommrum.de](mailto:m.hasan@kommrum.de) oder direkt im Café.

Termine: Juni: 09.06., 23.06., Juli: 14.07., 28.07., Aug.: 11.08., 25.08., Sept.: 08.09., 22.09., Okt.: 13.10., 27.10., Nov.: 10.11., 24.11.2026

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

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

Im geselligen Zusammensein wird gehandarbeitet und fröhlich geplaudert. Wolle ist reichlich vorhanden.

Kontakt: Andrea Berner oder Vertretung

**Mittwoch | 15-19 Uhr | Vegan-vegetarische Kochgruppe**

Es muss nicht schwer sein lecker zu kochen. Gemeinsam wollen wir vegane oder vegetarische Speisen zubereiten und danach unser Werk als Abendessen genießen. Die Rezepte planen wir gemeinsam. Kosten 2€.

Leitung: Simon Friedel (Praktikant)

Anmeldung: Tel.: 030.85078729 oder direkt vor Ort im KommRum

Termine: 03.06.2026 (Ende)

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

Einladung zum Austausch mit Genesungsbegleiter\_innen und für Interessent\_innen an der Ex-In-Ausbildung.

Leitung: Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin).

Termine: 03.06. / 01.07. / 05.08.2026 (weitere folgen)

**NEU: Mittwoch 17. Juni | KunsTour**  
\_114 | Gropius Bau | Marina  
Abramović: Balkan Erotic Epic.  
The Exhibition

Bitte anmelden bei Heidrun Pahl,  
eMail: [h.pahl@kommrum.de](mailto:h.pahl@kommrum.de) oder  
Tel.030.85078729 oder direkt im KommRum.

Treffen: 14 Uhr KommRum-Friedenau oder 15 Uhr  
vor dem Eingang des Gropius-Bau, Niederkirchner-  
straße 7, 10963 Berlin-Kreuzberg

Kosten: kostenlos für uns

**K U N S T**  
**KommRum**  
**K U L T U R**

**Mittwoch | 18 Uhr | Butter & Brot Plus**

Gemeinsames Abendessen. Kosten 2 €.

Termine: entfällt im Mai & Juni

 **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 €)

- 28. Mai | Kräutersuppe mit Spargel
- 04. Juni | Kerbelsuppe mit Brot
- 11. Juni | Liebstöckelsuppe mit Mandelei
- 18. Juni | Spargelcremesuppe
- 25. Juni | Sahnige Forellensuppe

**Donnerstag | 15-16 Uhr | Offener Gesprächskreis**

In achtsamer und wertschätzender Atmosphäre sprechen wir über das, was gerade wichtig ist, entdecken eigene Stärken und entwickeln gemeinsam neue Perspektiven. Die Teilnahme ist offen, die Themen bringen die Teilnehmenden selbst mit.

Leitung: Anke Lauke

**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: 11. und 25.06. (04. + 18.06. entfallen) 2026

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

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

Leitung: Gabi Döwe



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

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

Materialkostenbeitrag: 1 € pro Termin.

Kontakt: Sigrid & Melanie (Gruppe ist selbstorganisiert)

Achtung: 05. & 19. Juni (weitere folgen)

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

Wir haben ein großes Regal mit einer Vielzahl von Spielen zur Verfügung und eigene Spiele und Vorschläge sind ebenfalls willkommen. Komm und hab Spaß mit uns. Leitung: Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin)

Termine: 12.06. entfällt (Kleidertausch), 26.06. entfällt (Disco), 24. & 31.07. entfallen (Urlaub)

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

Bei Interesse an der Gruppe bitte vorher bei der Gruppenleitung für ein Vorgespräch anmelden.

Leitung: Helena Knese, Mail: [h.knese@kommrum.de](mailto:h.knese@kommrum.de) oder Telefon: 030.850 787 29

**Freitag | 12. Juni 2026 |**

**14:30 - 17:30 Uhr |**

**Kleidertauschparty**

**Motto: Später Frühling sucht hellen Sommer**

Alles auf Grün! Sonne und blauer Himmel, laue Nächte, warmer Regen...

Und so geht's: etwa 5 gut erhaltene, saubere saisonale Kleidungsstücke oder funktionierende Accessoires (z.B. Taschen, Ketten, Gürtel, Hüte, Schwimmflügel...) mitbringen und schöne Sachen mitnehmen, die passen und gefallen! Alle sind willkommen.



**Freitag 26. Juni 2026 | 18-22 Uhr |**

**Disco**

1x im Quartal laden wir dich zum Tanzen ein.

Heutiges Motto: Latin-Pop, Salsa, Tango, Bossa-Nova, Reggaeton.

Kontakt: Helena Knese

**Achtung: an diesem Tag öffnet das KommRum erst um 18 Uhr!**

