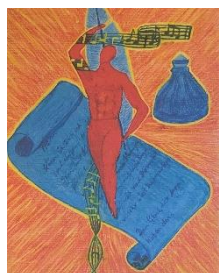


Ausstellung

Oktober – Dezember 24

Die redenden Künste

Ich bin Hermi, Träumer, Künstler, Musiker, Tänzer, Schreiber und spirituell angehauchter Helfer. Meine Bilder von meiner Kindheit bis zum Erwachsenenalter beinhalten Plakate und Entwürfe, Tiere, Pflanzen,



die vier Jahreszeiten, selbst das Universum habe ich aufs Papier gebannt. Dazu gesellen sich Gedichte von mir und wenn Ihr hier in der Bibliothek stöbert, findet Ihr kleine Geschichten, die ich geschrieben habe. Viel Freude bei der Ausstellung!

Eröffnet wird die Ausstellung mit einer **Vernissage** am **Mittwoch, 02.10.2024 um 15 Uhr**.

Peer- und Teilhabesprechstunde

Immer donnerstags und freitags

14.00 – 17.30 Uhr

Eli ist Genesungsbegleiterin und Pädagogin und bietet Beratung zu folgenden Themen an: Grad der Behinderung (GdB), Reha, Teilhabe an Arbeitsleben und (Aus-)Bildung; Peerberatung zum Umgang mit der eigenen Beeinträchtigung. Ihr könnt in dieser Zeit einfach vorbeikommen oder Euch in der KBS einen Termin geben lassen.

Repair-Café

Mit einem Repair-Café-Team. Hier kannst Du mit Unterstützung von erfahrenen Helfer_innen an deinen defekten Elektronikgeräten selbst Hand anlegen. Jeden 2. und 4. Freitag im Monat. **Termine und Anmeldung** unter: <https://repaircafefriedrichshain.simplybook.it/>

Wegwerfen? Denkste!  Repair Café

Tägliches Angebot

Telefonische Anfragen

Di-Fr von 14.30-19 Uhr ist das Telefon unter der Nummer 030/804 066 60 *persönlich besetzt*

Psychosoziale Einzelberatung

Terminvereinbarung telefonisch, per E-Mail oder vor Ort

Walk and talk

Gespräche bei einem Spaziergang (Praktikant_innenangebot). Terminvereinbarung telefonisch, per E-Mail oder vor Ort

Kostenlose PC- und Internetnutzung

Freies W-Lan

Kulturelle Veranstaltungen über Kulturleben e.V.

Nutzung der Waschmaschine

Terminabsprache telefonisch, per E-Mail oder vor Ort



KommRum e.V. psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle

Straßmannstr. 17 / 10249 Berlin-Friedrichshain

Tel.: 030/804 066 60

Mail: kbs-fhainkreuzberg@kommrum.de

Web: <http://www.kommrum.de>



KommRum e.V.

psychosoziales
Kommunikationszentrum
Berlin



Wochenprogramm Oktober 2024

KommRum
Friedrichshain

Öffnungszeiten

Dienstag - Freitag 14.00 – 19.00 Uhr



Disco

Freitag, 11.10., 19.00 Uhr



Theater-Workshop

Ab 8.10. dienstags 16-17.30 Uhr



Bowling

Mittwoch, 23.10.24, 15 Uhr



Wochenprogramm



DIENSTAG | 14-19 Uhr | Offener Treff & Café

14.30-15.30 Uhr | PC-Reparatur & Beratung

Mit Jörg. Tipps, Beratung, Fehlersuche und Reparatur bei Computerproblemen. Bei Fragen und Problemen rund um Windows-PCs (Software & Hardware) berät Euch Jörg. Für die Terminvereinbarung könnt Ihr direkt mit Jörg per E-Mail: jopex@gmx.de Kontakt aufnehmen.

15.30-16.30 Uhr | Darts

Mit Esther. In geselliger Runde spielen wir gemeinsam Darts.

16-17.30 Uhr | Theater-Workshop „Tanz und Humor: Begegnung in Bewegung“

Wir werden gemeinsam einen humorvollen Zugang zu Bewegung und Tanz ausprobieren. Wir beginnen mit einer leichten Aufwärmung und gehen durch Improvisationsübungen, um unseren Körper und unsere Kreativität zu aktivieren. Keine Vorkenntnisse oder Erfahrungen mit Bewegung erforderlich. Der Workshop ist offen für alle, bitte meldet Euch in der KBS an. **Termine:** 08.10., 14.10. (Achtung Montag!), 22.10., 29.10. In Ergänzung dazu werden gemeinsame Theaterbesuche organisiert. Weitere Infos dazu auf unserer [Webseite](#).

17-18.30 Uhr | 14-tägig in ungeraden Kalenderwochen | Gesprächsgruppe

Mit David. In den angeleiteten Gesprächsgruppen wollen wir den Problemen des Alltags auf den Grund gehen und uns über Lösungswege austauschen. Konkrete Erfahrungen können miteinander besprochen und in ihren lebensweltlichen Zusammenhängen diskutiert werden. Geschlossene Gruppe. Für die Teilnahme ist ein Vorgespräch nötig.



MITTWOCH | 14-19 Uhr | Offener Treff & Café

Ab 15.00 Uhr | Mittagessen (1,00 €)

Gemeinsames Mittagessen mit wechselnden Suppen. Nur, solange der Vorrat reicht.

15-18 Uhr | 23.10.24 | Bowling (4,00 € inkl. Schuhe)

Mit David. Eine schwingvolle Kugel schieben? Mit drei Fingern alle zehne von der Bahn werfen? Wir treffen uns 15.00 Uhr vor der KBS und gehen zusammen zu Bowlero-Bowling in die Samariterstraße. Bitte bis zum 16.10.24 bei uns anmelden.

17-18 Uhr | Singen

Mit Ina. Wir laden ein zum gemeinsamen Singen von Mantren, Liedern des Herzens und leichten mehrstimmigen Liedern aus Afrika, Indien, Lieder, Irland und anderen Regionen der Welt.

17-19 Uhr | Freies Malen

Mit Dani. Hier ist Raum für Kreatives! Weg von Perfektionismus und Schönheit. Hier wollen wir nicht etwas „Gutes“ kreieren, sondern Spaß an Kreativität haben. In der Gruppe ist auch Raum dafür, eigene Kunstprojekte zu verwirklichen. Wir haben verschiedene Materialien, die genutzt werden können.



DONNERSTAG | 14-19 Uhr | Offener Treff & Café

Am Donnerstag, 03.10.24 bleibt die KBS geschlossen.

15.30-17 Uhr | Impro-Theater & Tanz-Impro

Mit Uwe. **Improtheater** (in geraden Kalenderwochen) Spielfreude, Kreativität, Fantasie und Spaß - schult das schnelle Reaktionsvermögen - hält den Kopf fit! **Tanz-Impro** (in ungeraden Kalenderwochen) Bewegungsfreiheit und Lebensfreude durch Musik und Körperwahrnehmung - lerne Deinen Körper besser kennen!

17.15-17.45 Uhr | Gemeinsames Trommeln

Die von Besucher_innen initiierte Gruppe trommelt ein Mal in der Woche gemeinsam und freut sich über alle Leute, die sich dazu gesellen möchten. Wir haben verschiedene Trommeln vor Ort.



FREITAG | 14-19 Uhr | Offener Treff & Café

14-16 Uhr | 04.10.24 | Brunch

Mit Esther. Wir laden herzlich zu einem späten Frühstück ein. Die Kosten betragen pauschal 2,50 €. Bitte meldet Euch zum Brunch an.

Ab 14.30 Uhr | 18.10.24 | Mittagessen

Mit David. „Und weil der Mensch ein Mensch ist, drum braucht er was zu essen, bitte sehr!“ (B. Brecht). Leckeres zum Sattwerden solange das Gekochte reicht. Ein deftig-einfacher Schmaus für 1,50 €.

14.30-15.30 Uhr | 25.10.24 | Foodsharing

Mit Christine, Claudia & Kerstin. Bei uns werden aus verschiedenen Supermärkten gerettete, überschüssige Lebensmittel zur kostenlosen Mitnahme verteilt. Nur so lang der Vorrat reicht, bitte eine eigene Tragetasche mitbringen.

ab 17.00 Uhr | 18.10.24 | Quasselstrippe

Unser für Alle offenes Sprachcafe bietet die Möglichkeit, spielerisch das Deutsch-Sprechen zu lernen. In entspannter Atmosphäre können Einsteiger_innen und Fortgeschrittene ihre Aussprache und ihr Sprachgefühl verbessern. Kontakt: connie.selent@freenet.de

17.30-19 Uhr | „Befreit ins Wochenende“

In der Selbsthilfegruppe finden alle Anliegen wie Beziehungen, Psychiatrie, Therapie und Alternativen, Alltagsbewältigung und Erfahrung mit Medikamenten Platz. Voraussetzung für die Teilnahme ist ein Kennenlerngespräch mit der Anleitung und der Gruppe. Moderiert wird die Gruppe von unserem Genesungsbegleiter.

19-22 Uhr | 11.10.2024 | Disco mit Lou

Wir wagen ein Experiment und tanzen in der KBS ☺ Ab 19:00 Uhr, wenn die Türen der KBS Friedrichshain (Straßmannstr. 17) schließen, dürfen Tanzwütige bis 22:00 Uhr im grünen Salon ihre Beine schwingen. Der Eintritt ist natürlich frei, aber um Anmeldung wird unbedingt gebeten! Getränke und Speisen dürfen sich, wie sonst auch, selbst mitgebracht werden. Ich freue mich auf Euch!

kbs-fhainkreuzberg@kommrum.de
www.kommrum.de
Tel. 030.804 066 60

