

Außerdem bieten wir...

Einzeltermine für Beratungsgespräche,
z.B. Sozial- oder Psychotherapieberatung

kostenlose psychosoziale Beratung

kostenlose PC- und Internetnutzung von 14:30-17 Uhr

freies W-Lan

kulturelle Veranstaltungen

Nutzung der Waschmaschine

Mitarbeiter_innen der KBS

Lou Mbarki

Esther Flechsig

David Janhuba

Kontakt- und Beratungsstelle Friedrichshain

KommRum e.V.
Straßmannstraße 17 (Eckladen)
10249 Berlin-Friedrichshain

Tel.: 030 - 80 40 66 60

E-Mail: kbs-fhainkreuzberg@kommrum.de

Weitere Infos und aktuelle Veranstaltungen unter:
www.kommrum.de

Öffnungszeiten

Dienstag	14.00 – 19.00 Uhr
Mittwoch	14.00 – 19.00 Uhr
Donnerstag	14.00 – 19.00 Uhr
Freitag	14.00 – 19.00 Uhr
Sa. – Mo.	geschlossen

Das Café und die Gruppen sind derzeit nicht frei besuchbar. Wir bitten deshalb um vorherige Anmeldung und um die Berücksichtigung unserer Hygienebestimmungen. Bitte erscheint erst zu Beginn der jeweiligen Veranstaltung oder des Termins, der Aufenthalt in den KBS-Räumen ist derzeit nicht möglich.

*Auch für uns gelten die üblichen **Hygienebestimmungen**: vorherige **Anmeldung** wegen begrenzter Platzkapazitäten, **Kontakt**daten hinterlassen, **Händedesinfektion**, **Mindestabstand** von mindestens 1,5 m, das Tragen einer **FFP2-Maske** ist in unseren Räumen verpflichtend. Wir freuen uns darauf, Euch zu begrüßen!*

Wenn nicht anders angegeben bitten wir um Anmeldung entweder persönlich vor Ort, per Telefon unter 030 - 80 40 66 60 oder kbs-fhainkreuzberg@kommrum.de



Kontakt- und Beratungsstelle Friedrichshain

Corona-Sonderwochenprogramm

Januar 2022

Unsere Angebote sind, wenn nicht anders angegeben, kostenlos. Dabei gelten jeweils die aktuellen Hygienebestimmungen.



TÄGLICH VON DI – FR ▼

14.30 – 17.00 Uhr

Kommt wieder rein!

Der Offene Treff und das Café können besucht werden. Jeden Freitag mit Extras. Aufgrund der aktuellen Bestimmungen begrenzen wir die Zahl der Besucher_innen. Bitte meldet Euch vorher an.

DIENSTAG ▼

14.30 – 15.30 Uhr

PC-Reparatur & Beratung | mit Jörg

Derzeit nur schriftlich, telefonisch oder per Fernwartung.

Tipps, Beratung, Fehlersuche und Reparatur bei Computerproblemen. Bei Fragen und Problemen rund um Windows-PCs (Software & Hardware) berät Euch Jörg. Zur Einzelberatung könnt Ihr Eure tragbaren Geräte gleich mitbringen. Bei Bedarf nehmt Ihr bitte direkt mit Jörg per E-Mail: jopex@gmx.de Kontakt auf.

17.00 – 19.00 Uhr | 11.01., 08.02. & 08.03.22

Buchclub | mit Brinja

Wir lesen gemeinsam das Buch „Power“ von Verena Güntner. Die vorab zu Hause gelesenen Kapitel werden in einer kleinen Runde besprochen und anschließend wird gemeinsam weitergelesen. Ein Exemplar des Buches kann ausgeliehen werden. Zeit um sich über andere Bücher auszutauschen bleibt natürlich auch. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

17.00 – 18.45 Uhr | 25.01.2022

Filmabend | mit Praktikant_innen

Wir laden ein zum gemütlichen Filmabend. Die Filmwahl und das Thema werden noch bekannt gegeben. Dazu gibt es leckere Snacks und Zeit zur Diskussion über das Gesehene. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

MITTWOCH ▼

17.00 – 19.00 Uhr

Artefaks Kunstgruppe | mit Cate

Hier findest Du die Möglichkeit, Deine gestalterischen Fähigkeiten wiederzuentdecken und umzusetzen. Du hast die Wahl, ein von Dir gewünschtes Thema zu bearbeiten oder eine vorgegebene Anregung aufzugreifen. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt, wir bitten um vorherige Anmeldung.

17.30 – 19.00 Uhr | alle 2 Wochen

Gesprächsgruppe | mit David

In der angeleiteten Gesprächsgruppe wollen wir den kleinen und großen Problemen des Alltags auf den Grund gehen und uns über Lösungswege austauschen. Ausgehend von konkreten Situationen/Erfahrungen sollen individuelle Handlungen versteh- und nachvollziehbar gemacht und in ihren jeweiligen lebensweltlichen Zusammenhängen reflektiert werden. Zusammen wollen wir der Ausgrenzung und Stigmatisierung entgegenwirken, die viele Menschen mit psychiatrischer Erfahrung täglich erleben. Bei Interesse wende Dich bitte an den Anleiter David.

DONNERSTAG ▼

14.30 – 16.30 Uhr

Probleme mit und Fragen zu Computer, Handy, Smartphone & Co? | mit Frank

Frank unterstützt Euch in einer Einzelberatung bei Problemen mit Eurem Computer, Handy und ähnlichen Geräten und hat für Eure Fragen ein offenes Ohr. Ihr könnt Eure tragbaren Geräte gleich mitbringen. Ebenso Papier & Stift für Notizen. Anmeldung direkt über Frank: der-technikmensch@gmx.de / 030 - 60 98 34 45.

15.30 – 17.00 Uhr

Improtheater im Sitzen | mit Uwe

Uwe lädt Euch ein, Eurer Spielfreude, Kreativität, Fantasie und Spaß freien Lauf zu lassen. Die Kleingruppen finden jeweils donnerstags von 15.30 – 16.15 und 16.15 – 17.00 Uhr statt. Bringt bitte ein Handtuch, Papier und einen Stift mit. Die Gruppengröße ist begrenzt, wir bitten um vorherige Anmeldung.

16.00 – 18.00 Uhr | 06.01. & 20.01.2022

Sozialberatung für Menschen mit Flucht- und Migrationserfahrung | mit Batul & Umar

Hast Du Fragen zum Umgang mit Behörden, offiziellen Schreiben oder Anträgen? Möchtest Du erfahren, welche Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten Du bekommen kannst? Unser Angebot umfasst z.B. Beratung zu sozialrechtlichen Themen; Hilfe beim Ausfüllen von Formularen; Informationen über das Hilfesystem und vermittelt gegebenenfalls an spezialisierte Beratungseinrichtungen. Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und auf Wunsch anonym. Wir bitten um Terminvereinbarung.

17.15 – 18.45 Uhr | 06.01. & 20.01.2022

Gemeinsames Abendessen | mit Praktikant_innen

Wir bieten euch alle 2 Wochen donnerstags ein gemeinsames Abendessen an. Es wird um eine kleine Teilnahmegebühr in Höhe von 1,50 € gebeten, die am Termin bitte bar und passend mitgebracht werden soll. Wir bitten um vorherige Anmeldung.

FREITAG ▼

14.30 – 15.30 Uhr | 28.01.2022

Foodsharing | mit Christine, Claudia & Kerstin

Bei uns werden aus verschiedenen Supermärkten gerettete, überschüssige Lebensmittel zur kostenlosen Mitnahme bereitgelegt. Nur so lang der Vorrat reicht. Bitte eine eigene Tragetasche mitbringen.

15.45 – 19.00 Uhr | 14.01. & 28.01.2022

Repair-Café | mit unserem Repair-Café Team

Hier kannst du zusammen mit erfahrenen Helfer_innen an deinen defekten Elektronikgeräten selbst Hand anlegen. Terminanmeldung nötig: terminland.de/repaircafefriedrichshain

17.00 – 19.00 Uhr | 07.01.2022

Klangreise mit selbstgebauter Tao-Leier | mit Chuy You

Kreativtherapeutin und Heilpraktikerin für Psychotherapie lädt Euch ein, sich zu entspannen und zu sich selbst zu finden. Bringt bitte aus hygienischen Gründen für die Matte ein eigenes Handtuch mit. Mögliche Termine sind: 17.00 – 17.30 Uhr, 17.40 – 18.10 Uhr & 18.20 – 18.50 Uhr. Mit vorheriger Anmeldung.