

Ausstellung



Susanne Wever |
Dort oben leuchten die Sterne |
August bis September 2024

Weit, weit weg, mit bloßem Auge nicht erkennbar, finden im Universum grandiose Spektakel statt. In gewaltigen Explosionen vergehen Sterne, und aus Staub, Gasen und

Feuer werden neue Galaxien und Sterne geschmiedet. Dies fasziniert mich und ich selbst experimentiere mit Farben und Glimmerpigmenten und erschaffe mein Universum. Schaut mit mir in die Sterne und fliegt mit mir durch die unendlichen Weiten der Galaxien.

Midissage: Samstag 31. August um 14.30 Uhr

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.

Die Fahrradwerkstatt

Herr Wimmer ist leidenschaftlicher Fahrradbastler. Materialkosten fallen gegebenenfalls an und tatkräftige Unterstützung bei der Reparatur ist erwünscht.

Bitte anmelden: Stefan Wimmer
Tel. 0173 65 90 102
Di, Mi, Do 15-18 Uhr



Diverse Beratungen

Telefonische Anfragen | Di-Sa 14-18 Uhr
Tel: 030.850 787 29, kbs-friedenau@kommrum.de

Psychosoziale Einzelberatung zu (fast) allen Lebensfragen auf Deutsch, Englisch, Farsi, Dari, Niederländisch (bei weiterem Bedarf können Sprachmittler hinzugezogen werden) | Di-Sa 14-18 Uhr. Terminvereinbarung über E-Mail, Telefon oder direkt vor Ort. Kontakt: Team der KBS, E-Mail: kbs-friedenau@kommrum.de oder Tel. 030.850 787 29

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).
Bitte einfach vorbeikommen.

Beratung zu behördlichen Angelegenheiten
Mittwoch 14-tägig | 16.30 -18 Uhr (z.B. Beantragung Behindertenausweis, Reha, betreutes Wohnen usw.) Eleonore Vanoli (e.vanoli@kommrum.de). Bitte einfach vorbeikommen. **Termine:** 28. Aug., 11. & 25. Sept. 2024

Sie benötigen Unterstützung auf Farsi oder Dari?

فارسی یا دری؟

Mi, Do 15-18 Uhr: Tel. 0173 65 90 102
Unsere Kollegin Katayoun Rashidian ist für Sie da:
mobil: 0157 855 06314, E-Mail: k.rashidian@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
www.kommrum.de



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

TIPPS



Freitags ab 02. August |
16.30-17.30 Uhr
**Lesegruppe zum Üben
der deutschen Sprache**



Freitag 16. August
14.30-15.30 Uhr |
**Entspannen mit Klang-
schalen und Düften**



Mittwoch 14. August |
**92_KunstTour
Modigliani im Museum
Barberini / Potsdam**

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, Fahrstuhl rechts, Ausgang 7, 6. Etage), Leitung: Matthias Fernow, m.fernow@kommrum.de

Dienstag | 16-17.45 Uhr | Sprach-Café

Geflüchtete und andere Fremdsprachler/innen lernen spielerisch die deutsche Sprache. Leitung: Heidrun Pahl: h.pahl@kommrum.de oder Katayoun Rashidian: k.rashidian@kommrum.de (für Farsi oder Dari) oder per Tel. 030-85078729.

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

Mittwoch | 14-15.30 Uhr | Handarbeitsgruppe

Kontakt: Andrea Berner

NEU! Mittwoch 14. Aug. | 92_KunstTour | Modigliani.

Moderne Blicke im Museum Barberini, Potsdam

Die Ausstellung entfaltet einen Dialog zwischen der Kunst Modiglianis und den Gemälden, Zeichnungen, Drucken und Skulpturen von u. a. Gustav Klimt, Jeanne Mammen, Pablo Picasso, Natalja Gontscharowa, Egon Schiele und Paula Modersohn-Becker. Anschließend ist die Einkehr im Museumscafé möglich.

Anmelden bei Heidrun Pahl, eMail: h.pahl@kommrum.de oder Tel.030.85078729 oder direkt im KommRum.

Treffen 13.45 Uhr (!) KommRum oder 15 Uhr vor dem Eingang des Museum Barberini, Alter Markt, Humboldtstraße 5-6, 14467 Potsdam

Eintritt: (mit Nachweis) Berlinpass frei, ermäßigt 10 €, normal 16 €. Wer einen Zuschuss von 5€ möchte, bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Mittwoch alle 2 Wochen | 15-16.30 Uhr | Intuitives Schreiben

Leitung: Eléonore Vanoli (Eli).

Termine: die Gruppe ist vorerst geschlossen. Für einen neuen Block ab 09. Okt. kann man sich wieder anmelden: e.vanoli@kommrum.de

Mittwoch | 16-18 Uhr | Tischtennis im Hof

Die Tischtennisplatte steht mittwochs wieder im Hof und wartet auf Eure Spielfreude.

Kontakt: Helena Knese

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

Gemeinsam kochen und essen wir wechselnde Gerichte aus aller Welt. Die Gruppe findet im Wechsel mit dem "Gemeinsamen Abendessen" statt. Kostenbeitrag 1 €.

Leitung: Charlotte Riemer und Kati Rashidian
Anmeldung: Kati: 0157 855 06314, oder E-Mail: kbs-friedenau@kommrum.de oder direkt im Café

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. Aug., 04. Sept. 2024 (weitere folgen)

Mittwoch ca. 2x im Monat | 18 Uhr | Gemeinsames Abendessen

Wir bieten ca. 2x im Monat ein leckeres Abendessen an, Schmalzstulle oder Pizza, Salat oder Backofen, lasst Euch überraschen. Kosten 2 €.

> 14. Aug. | Landbrot mit Aufstrichen/ Dips, Gemüsesticks

> 28. Aug. | Spanischer Kidneybohnsalat mit rustikalem Brot

 **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 €)

Donnerstag | 16.30-17.30 Uhr | Hatha Yoga

Leitung: Sabine Straube (geprüfte Yogalehrerin BDY, Berufsverband der Yogalehrenden) Einstieg jederzeit möglich.

Termine: neuer 10er-Block ab 05. Sept., Anmeldung ab 22. August möglich unter 030.85078729 oder E-Mail: kbs-friedenau@kommrum.de

Donnerstag | 16.30-19.30 Uhr | Gestalten mit Ton

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

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

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

Leitung: Patricia Sanders. **Anmeldung** bitte unter: kbs-friedenau@kommrum.de oder Tel. 030.85078729.
Termine: 16. August, 20. Sept., 18. Okt., 15. Nov. 2024

Freitag | 16-18 Uhr | Spiele Treff für junge Leute zwischen 18 - 35

Leitung: Helena Knese

NEU! Freitag | 16.30-17.30 Uhr | Lesegruppe

Wir lesen Romane und Zeitungsartikel in deutscher Sprache und erweitern so unseren Wortschatz. Deutsche Grundkenntnisse sind Voraussetzung.

Leitung: Charlotte Riemer

Freitag | 17 Uhr | Musik- Rondell

Beim Musizieren öffnen wir die Sinne – für uns selbst und das Miteinander. Bitte anmelden unter Mail: s.just@kommrum.de oder Telefon unter 0163.4950050 (AB). Sophie Just

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

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

Wir treffen uns in gemütlicher Runde bei Kaffee, Kuchen & Co. Leitung: Claudia Legner & Co
Termine: 24. Aug., 21. Sept. 2024

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

Materialkostenbeitrag: 1 € pro Termin.

Leitung: Birgit Groß / Sarah Elkin

Termine: 03. & 17. Aug. 2024

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

Gemeinsam singen mit Andreas Hänsch (Genesungsbegleiter). **Termine:** 10. 08. (der 24. Aug. entfällt) 2024

Samstag | 16-18 Uhr | Spiele-Treff

Wir spielen Brett- und Kartenspiele aus der großen Sammlung im KommRum oder mitgebrachte.

Kontakt: Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin)

Termine: 10. & 24. Aug., 07. & 21. Sept. 2024

www.kommrum.de

Tel. 030.85078729

kbs-friedenau@kommrum.de