

Ausstellung



Betty Feix | Das Leben ist bunt | Oktober & November 2025

Die farbenfrohen Bilder von Betty Feix machen einfach gute Laune und sind im Genre Art Brut schon ein Geheimtipp (Malerin im VIA Atelier Blumenfisch).

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.



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

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



MÄRCHENLAND

Freitag 07. Nov. 2025 | 18 Uhr | Märchenabend: Verzaubert Verwunschen Verwandelt

(Achtung: wir öffnen erst um 17 Uhr!)



Freitag 28. Nov. 2025 15 Uhr | Gästeforum zum Thema Kürzungen u.a.

Anwesend ist auch der KommRum-Geschäftsführer Michael Webers



Saturday-5-Disco am 29. November von 18-22 Uhr

Warmtanzen - bis zu 180 BPM (Achtung: wir öffnen erst um 18 Uhr!)

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: h.pahl@kommrum.de oder Katayoun Rashidian: k.rashidian@kommrum.de (für Farsi oder Dari).



MITTWOCH | 14-20 Uhr | Offener Treff & Café

NEU! Mittwoch 19. Nov. | KunsTour_107 | Hamburger Bahnhof - Klára Hosnedlová „embrace“

Bitte 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 Hamburger Bahnhof, Invalidenstraße 50, 10557 Berlin-Mitte

Mittwoch | 14-15.30 Uhr | Handarbeitsgruppe

Kontakt: Andrea Berner

NEU! 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. & 31.12.2025 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: 12. & 26. Nov., 10. Dez. 2025

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: 05. & 19. Nov., 03. & 17. Dez. 2025

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

Leitung: Sabine Gericke (Genesungsbegleiterin). Termine: 05. Nov., 05. Dez. 2025



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 €)

30. Okt. | Kürbissuppe mit Kokos und Chili, vegetarisch

06. Nov. | Gemüsesuppe mit Nudeln und Hühnerbrühe

13. Nov. | Pekingsuppe, mit Huhn

20. Nov. | Mulligatawnysoup, mit Huhn

27. Nov. | Suppe von Roter Bete und Pastinake, veg.

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., 13., 20., 27. Nov. + 04. Dez. 2025 (es geht weiter 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 | 14.30-15.30 Uhr | Workshop: Entspannen mit langschalen und Düften

Leitung: Patricia Sanders. Anmeldung bitte unter: kbs-friedenau@kommrum.de oder Tel. 030.85078729. Termine: 21. Nov., 12. Dez. 2025 (bitte kurzfristig nachfragen, ob die Termine stattfinden.)

Freitag | 15-18 Uhr | Wir spielen Skat

Um 15 Uhr werden die Karten gemischt.

Kontakt: Harald Reinke

NEU! Freitag 28. Nov. 2025 | 15 Uhr | GÄSTEFORUM zum Thema KÜRZUNGEN

Was bedeuten die Kürzungen im sozialen Bereich 2026 für KommRum? Zu diesem Thema ist der KommRum-Geschäftsführer und Vorstand Michael Webers anwesend und wird dazu informieren.

Freitag | 16-18 Uhr | Spiele Treff für alle

Leitung: Sabine Gericke, Termine: 14. & 28. Nov., 05. Dez. 2025

Freitag | 17 Uhr | Musik- Rondell

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

NEU! Freitag 07. Nov. 2025 | 18 Uhr | Märchenabend: Verzaubert Verwunschen Verwandelt

(Achtung: wir öffnen erst um 17 Uhr!) Info siehe Flyer



SAMSTAG | 14-18 Uhr | Offener Treff & Café

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

Kuchen & Kontakte, Leitung: Claudia Legner & Co, Termine: 15. Nov., 13. Dez.

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

» Interkulturelles Angebot «

Kontakt: Kati Rashidian 0157 85506314 und Lennart Bär (Mobiles Team KommRum e.V.)

NEU! Mittwoch den 12.11. | kostenloses Lunch-Konzert in der Philharmonie

Treffpunkt: 11:45 Uhr KommRum oder 12:30 Uhr vor der Philharmonie | Herbert-von-Karajan-Straße 1, 10785 Berlin-Tiergarten

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

Materialkostenbeitrag: 1 € pro Termin. Leitung: vorläufig selbstorganisiert, Termine: 01. & 15. Nov., 06. Dez. 2025

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

Gemeinsam singen mit Andreas Hänsch (Genesungsbegleiter). Termine: 08. & 22. Nov., 13. Dez. 2025 (letzter Termin)

NEU! Saturday-5-Disco | 29. Nov. von 18-22 Uhr

Warmtanzen - bis zu 180 BPM

(Achtung: wir öffnen erst um 18 Uhr!)