

Wie erreiche ich einen Ansprechpartner?

Tel.: 030 / 54 35 10 2

Fax: 030 / 54 70 88 21

kbs@lebensnaehe.de

Außerdem bieten wir:

- Tagesstätte
- Betreutes Wohnen
- Zuverdienst
- Freizeitaktivitäten

Geschäftsstelle:

Allee der Kosmonauten 67/69 1.OG

12681 Berlin

Tel.: 030 / 54 36 98 2

Fax: 030 / 54 39 66 30

www.lebensnaehe.de

Im Krisenfall

außerhalb unserer Öffnungszeiten:

Berliner Krisendienst - Ost

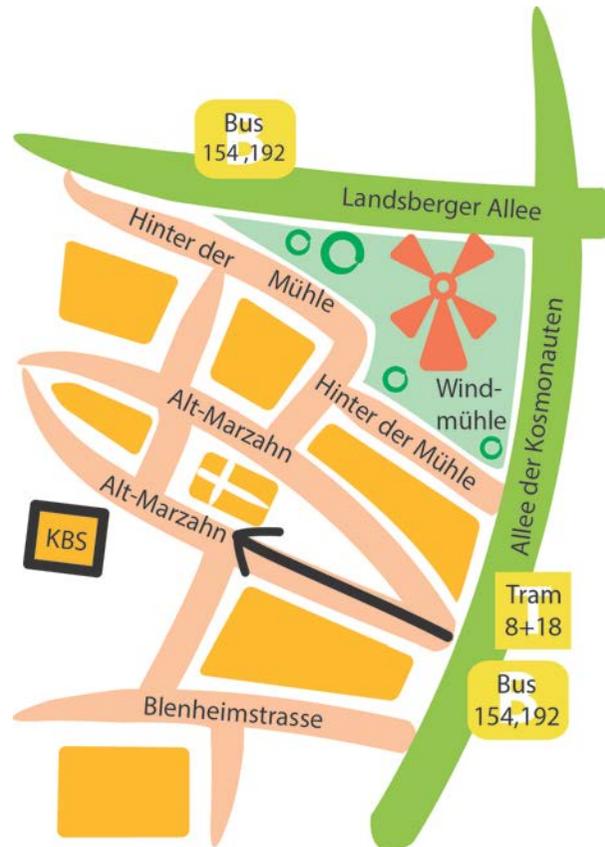
Täglich von 16:00 bis 24:00 Uhr

Tel.: 030 / 3 90 63 70

Wie finde ich hin?

Alt-Marzahn 30a

12685 Berlin



Lebensnähe

Kontakt - und Begegnungsstätte
KBS "Das Ufer"



Unsere Angebote:

Montag

- 10:00 – 12:00 Uhr Brunch
- 11:00 – 15:00 Uhr Sportfactory
- 12:00 – 16:00 Uhr Offener Treff/Beratung
- 12:00 – 12:45 Uhr Bewegung mit Hund
- 12:45 – 13:15 Uhr Entspannungsgruppe
- 13:30 – 14:30 Uhr Gedächtnistraining
- 13:00 – 15:00 Uhr Handarbeitstreff
- 15:00 – 17:00 Uhr Schwimmgruppe
(im Freizeitforum Marzahn)
- 16:00 – 17:00 Uhr Line Dance in der **Toleranz**
(nach Anmeldung)

Dienstag

- 09:00 – 15:00 Uhr Hundekeksfabrik im **WZ**
- 10:30 – 16:00 Uhr Offener Treff/Imbiss/Beratung
- 11:00 – 12:30 Uhr Tanz und Bewegung
- 13:30 – 14:30 Uhr Gesprächsgruppe
- 14:00 – 17:00 Uhr Offener Treff im **KC**
- 14:15 – 15:45 Uhr Malgruppe
- 14:30 – 16:30 Uhr Keramikwerkstatt in der **TS**

Mittwoch

- Ausflüge (siehe Aushang)
- 14:00 – 16:30 Uhr Offener Treff und Spiele
- 14:00 – 16:00 Uhr Selbsthilfegruppe
„Stimmenhören“ (14täglich)
- 14:00 – 16:00 Uhr Skatrunde/Schach-AG
- 14:00 – 17:00 Uhr Offener Treff in der **Toleranz**

Lotsenprojekt Psychosoziale Beratung für geflüchtete Menschen

Mit Terminvereinbarung über die
Telefonnummer: 030 / 54 35 102

Donnerstag

- 10:30 – 11:30 Uhr Rückenfit
- 10:30 – 16:00 Uhr Offener Treff/Imbiss/Beratung
- 11:30 – 12:30 Uhr Hundespaziergang
- 11:30 – 12:30 Uhr Singgruppe
- 13:00 – 15:00 Uhr Kreativwerkstatt
- 13:30 – 15:30 Uhr Backgruppe
- 14:00 – 18:00 Uhr Holzwerkstatt in der **TS**

Freitag

- 10:00 – 14:00 Uhr Sportfactory
- 10:15 – 14:00 Uhr Kochgruppe
- 13:00 – 14:30 Uhr PC- Kurs
- 13:30 – 14:30 Uhr Redaktionsgruppe Newsletter
- 13:00 – 14:00 Uhr Englischgruppe
(mit Anmeldung)
- 14:00 – 17:00 Uhr Offener Treff/Spiele/Beratung
- 15:00 – 16:00 Uhr Gesprächsgruppe
- 15:00 – 17:00 Uhr Fotogruppe

Samstag

- 11:00 – 14:00 Uhr Offener Treff/Kochen/Beratung

Sonntag

- 14:00 – 17:00 Uhr Offener Treff/Beratung
in der **TS**
- 14:00 – 17:00 Uhr Tauschbörse im **KC**
(1x monatlich)

“Das Ufer“ ist eine Kontakt- und Begegnungsstätte (KBS) für erwachsene psychisch kranke Menschen und Angehörige

Was bietet die KBS?

Neue Kontakte, Austausch mit Betroffenen, Beratung für Freunde und Angehörige, gemeinsame Unternehmungen und Aktivitäten, Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung von Alltagsproblemen, Gruppensprache und Tagesstruktur.

Ein Team von Sozialarbeitern und Psychologen steht zur Beratung bei Alltagsproblemen und in psychosozialen Notlagen zur Verfügung. Die Beratung ist anonym, kostenfrei und ohne Antrag (auch telefonisch oder per E-Mail) möglich.

**Besuchen Sie auch
unsere Freizeitstätte „Toleranz“
(Mo. bis Fr. 13:00 – 18:00 Uhr)
und informieren Sie sich über
weitere Angebote:
www.lebensnaehe.de**



KC: Kontaktcafé/Toleranz - Allee der Kosmonauten 69
TS: Tagesstätte - Allee der Kosmonauten 67
Holzwerkstatt - Allee der Kosmonauten 69
WZ: Wohnzentrum - Brebacher Weg 15
Sportfactory - Blumberger Damm 130

Für eine persönliche Beratung vereinbaren Sie bitte einen Termin mit uns.