

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

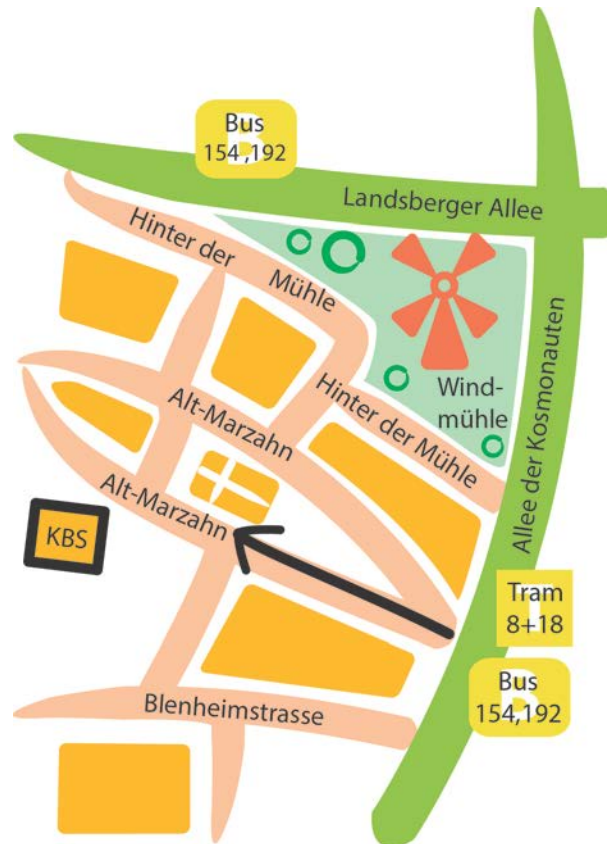
Täglich von 16:00 bis 24:00 Uhr

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 (Beschäftigung und Belastungserprobung)
10:30 – 16:00 Uhr	Offener Treff/Imbiss/Beratung
11:00 – 12:30 Uhr	Tanz und Bewegung
13:30 – 14:30 Uhr	psychologische Gesprächsgruppe
14:00 – 17:00 Uhr	Offener Treff im KC
14:15 – 15:45 Uhr	Kreativwerkstatt
14:30 – 16:30 Uhr	Keramikwerkstatt in der TS (Beschäftigung und Belastungserprobung)

Mittwoch

09:00 – 10:00 Uhr	Frühstück in der TS
Ausflüge	(siehe Aushang)
13:00 – 16:30 Uhr	Offener Treff/Spiele/Beratung
14:00 – 16:00 Uhr	Selbsthilfegruppe „Stimmenhören“ (14täglich)

Donnerstag

10:30 – 11:30 Uhr	Rückenfit
10:30 – 18:00 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 (Beschäftigung und Belastungserprobung)
16:00 – 18:00 Uhr	Themenabend (siehe Aushang)

Freitag

10:00 – 13:00 Uhr	Hundekeksfabrik im WZ (Beschäftigung und Belastungserprobung)
10:00 – 14:00 Uhr	Sportfactory
10:00 – 17:00 Uhr	Offener Treff/Spiele/Beratung
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
15:00 – 16:00 Uhr	psychologische 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, Gruppengespräche 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 - Warener Straße 5

Mobile Psychosoziale Beratung für geflüchtete Menschen

Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter der Telefonnummer: 030 / 54 35 102.

Wir beraten Sie in 8 Sprachen – zum Beispiel: Farsi/Persisch, Arabisch, Englisch, Spanisch, Italienisch, Kurdisch (Sorani).

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