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:

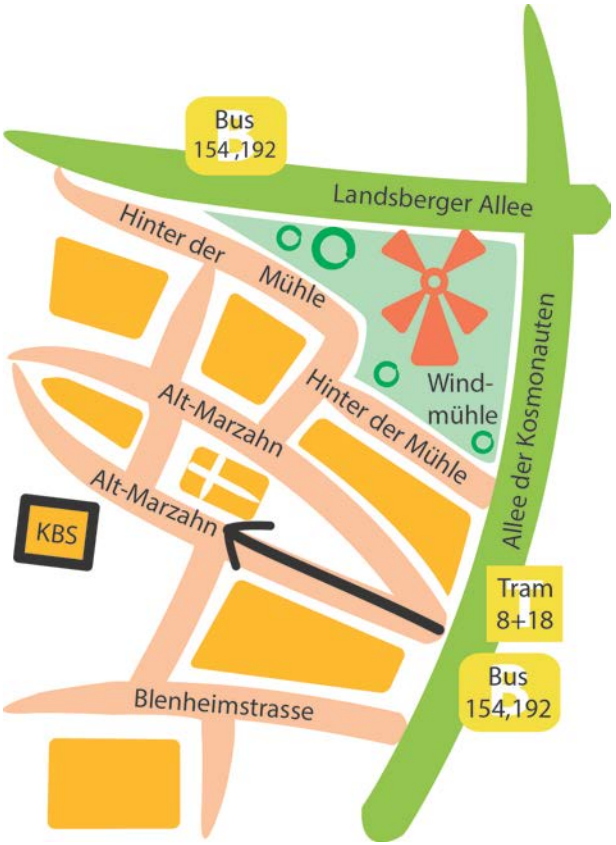
Allee der Kosmonauten 67/69, 1. OG
12681 Berlin
Tel.: 030 / 54 36 98 2
Fax: 030 / 54 39 66 30
www.lebensnaehe.de

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"

Marzahn-Hellersdorf
Berlins beste Aussichten

Lebensnähe
Kontakt - und Begegnungsstätte
KBS "Das Ufer"

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

TÜV SÜD ISO 9001
Zertifiziertes Qualitätsmanagementsystem
www.tuev-sued.de/ms-zert

Zurzeit ist wegen der Covid-19-Pandemie eine Teilnahme an den Angeboten ausschließlich nach Anmeldung möglich.

Unsere Angebote:

Montag

10:00-16:00 Uhr	Offener Treff/Beratung
10:30-12:00 Uhr	Upcycling „Aus Alt mach Neu“
13:00-15:00 Uhr	Fahrradwerkstatt
13:30-14:30 Uhr	Gedächtnistraining
14:00-16:00 Uhr	Schwimmgruppe
14:30-15:30 Uhr	Spanisch für Anfänger
16:00-18:00 Uhr	Treff für junge Erwachsene

Dienstag

10:00-12:00 Uhr	Kleine Tischlerei
13:00-16:00 Uhr	Offener Treff/Beratung
13:00-15:00 Uhr	Teilhabeberatung im BuS
13:00-14:00 Uhr	Psychologische Gesprächsgruppe
14:00-15:15 Uhr	Spanischgruppe
14:00-15:30 Uhr	Malgruppe im BuS (14-tägig)
14:00-15:30 Uhr	„Lebensfreude pur“ im BuS (14-tägig)

Mittwoch

Ausflüge	(siehe Aushang)
10:00-16:00 Uhr	Offener Treff/Beratung/Imbiss
10:30-11:15 Uhr	Tanz und Bewegung I
11:15-12:00 Uhr	Tanz und Bewegung II
12:00-12:30 Uhr	Entspannungsgruppe
13:00-15:00 Uhr	Handarbeitsgruppe
13:00-15:30 Uhr	Tauschbörse auf dem KBS-Hof

Donnerstag

10:00-16:00 Uhr	Offener Treff/Beratung
10:00-12:00 Uhr	Kleine Tischlerei
10:30-11:15 Uhr	Rückenfit I
11:15-12:00 Uhr	Rückenfit II
11:30-12:30 Uhr	Psychologische Gesprächsgruppe
13:00-15:00 Uhr	Teilhabeberatung
13:00-15:00 Uhr	Kreativwerkstatt
13:00-15:00 Uhr	Backgruppe

Freitag

10:00-16:00 Uhr	Offener Treff/Beratung/Imbiss
10:00-12:00 Uhr	Fahrradwerkstatt
13:00-14:00 Uhr	Englischgruppe
13:00-14:30 Uhr	PC-Kurs
14:30-15:30 Uhr	Redaktions- und Fotogruppe

Mobile Psychosoziale Beratung für geflüchtete Menschen

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

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

„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 - Haus 3*
BuS: Beratung und Service	*- Alt-Marzahn 25d*

Stand: Juli 2021