

## 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](http://www.lebensnaehe.de)

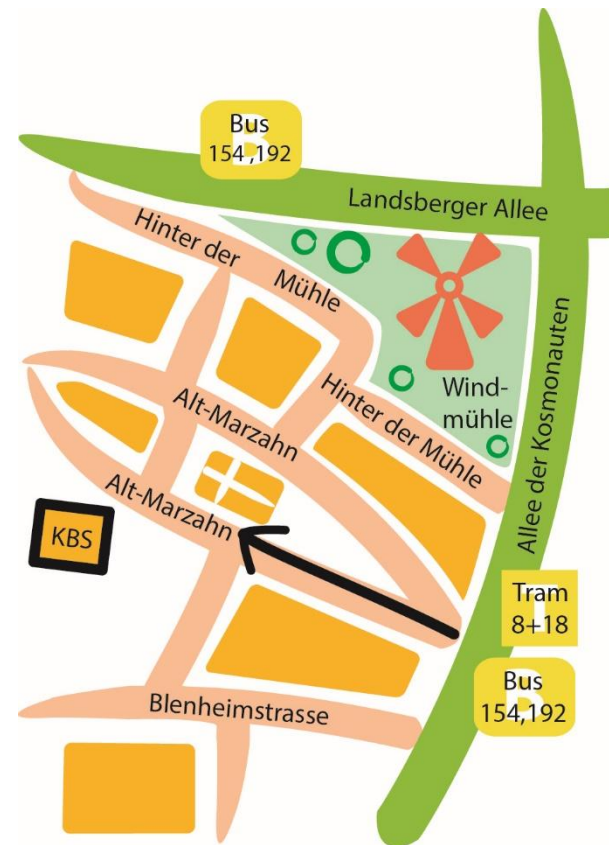
## Im Krisenfall

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"



Teilhaberberatung, Sozialberatung und psychologische Beratung werden im Rahmen des Offenen Treffs angeboten und sind jederzeit nach individueller Terminvereinbarung möglich.

## Unsere Angebote:

### Montag

10:00-16:00 Uhr	Offener Treff
13:00-15:00 Uhr	Fahrradwerkstatt
13:30-14:30 Uhr	Gedächtnistraining
14:00-16:00 Uhr	Schwimmgruppe
13:00-14:00 Uhr	Spanisch (für Anfänger)
14:00-15:00 Uhr	Spanisch
15:00-17:00 Uhr	Treff für junge Erwachsene

### Dienstag

09:00-12:00 Uhr	Projektwerkstatt
10:00-16:00 Uhr	Offener Treff/ Imbiss
13:00-14:00 Uhr	Psychologische Gesprächsgruppe
13:00-14:00 Uhr	Therapeutisches Bewegungsangebot

### Mittwoch

Ausflüge	(siehe Aushang)
13:00-16:00 Uhr	Offener Treff
13:30-15:30 Uhr	Tauschbörse (1. und 3. im Monat)

### Donnerstag

10:00-16:00 Uhr	Offener Treff/Imbiss
10:30-11:30 Uhr	Rückenfit
11:00-13:00 Uhr	Handarbeitsgruppe
12:00-13:00 Uhr	Psychologische Gesprächsgruppe
13:00-15:00 Uhr	Kreativwerkstatt
13:00-15:00 Uhr	Backgruppe
13:00-15:00 Uhr	Projektwerkstatt

### Freitag

10:00-17:00 Uhr	Offener Treff
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

### Samstag

10:30-14:00 Uhr	Offener Treff/Kochen
-----------------	----------------------

“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. 13:00-17:00 Uhr) und informieren Sie sich über weitere Angebote: [www.lebensnaehe.de](http://www.lebensnaehe.de)



### Mobile Psychosoziale Beratung für geflüchtete Menschen

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

Wir beraten Sie in den Sprachen: Farsi/Persisch, Arabisch, Englisch, Spanisch, Italienisch und Russisch

**Toleranz/Kontaktcafé** - Allee der Kosmonauten 69  
**BuS: Beratung und Service** - Alt-Marzahn 25d