

## 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 16:00-24:00 Uhr  
Tel.: 030 / 3 90 63 70

## Wie finde ich hin?

Alt-Marzahn 30a  
12685 Berlin



## Lebensnähe

Psychosoziale  
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 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  
10:30-11:30 Uhr Rückenfit  
11:00-13:00 Uhr Handarbeitsgruppe  
11:45-12:45 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 Psychosoziale 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)



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

### 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.

## **KBS plus**

### **Flexible, mobile und erweiterte Beratung und Begleitung**

#### Schwerpunkte:

- ☼ Psychosoziale Beratung mit aufsuchender Unterstützung und Begleitung
- ☼ Vermittlung in das Hilfesystem der Regelversorgung
- ☼ Selbsthilfe und Empowerment stärken
- ☼ Vernetzung und Beratung mit Kliniken, Behörden, Selbsthilfegruppen usw.

#### **Ansprechpartner:**

Frau Kluge

Telefon: 0177 / 95 905 32

[kbsplus@lebensnaehe.de](mailto:kbsplus@lebensnaehe.de)

Herr Münch

Telefon: 0177 / 95 905 37

[kbsplus@lebensnaehe.de](mailto:kbsplus@lebensnaehe.de)

*KBS plus ist eine Kooperation von Lebensnähe gGmbH und Wuhletal gGmbH.*