

Wie erreiche ich Mitarbeiterinnen
und Mitarbeiter?

Tel.: **0 30 / 54 43 11 45**

Fax: 0 30 / 54 39 66 30

Außerdem bieten wir für Menschen mit seelischer
Behinderung:

- Tagesstätte
- Betreutes Wohnen
- Zuverdienst
- verschiedene Beratungsangebote

Im Krisenfall:

telefonische und persönliche Beratung
des Berliner Krisendienstes
werktags von 16:00 bis 24:00 Uhr,
an Wochenenden und an Feiertagen
von 16:00 bis 24:00 Uhr
Tel.: 0 30 / 3 90 63 70

Geschäftsstelle:

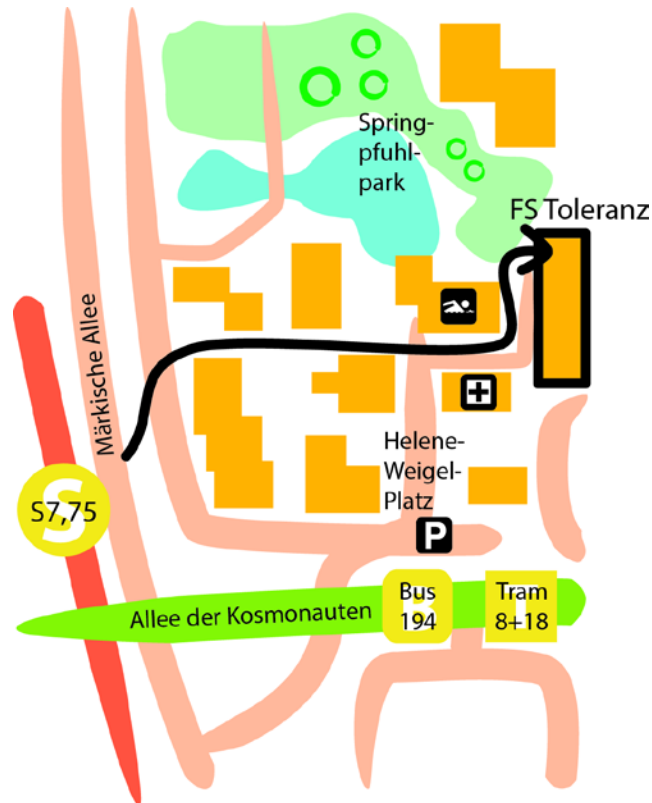
Allee der Kosmonauten 67/69, 1. OG
12681 Berlin
Tel.: 0 30 / 5 43 69 82
Fax: 0 30 / 54 39 66 30

Mail: toleranz@lebensnae.de
Web: www.lebensnae.de



Wie finde ich hin?

Allee der Kosmonauten 69
12681 Berlin



Montag

13:00 – 17:00 Uhr
15:00 – 17:00 Uhr
16:30 – 17:00 Uhr

Offener Treff
Caféangebot
Rhythmus- und
Bewegungsgruppe

Dienstag

14:00 – 17:00 Uhr
15:00 – 17:00 Uhr
16:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff
Caféangebot
Projekt oder
Ausflugsangebot

Mittwoch

13:00 – 17:00 Uhr
15:00 – 17:00 Uhr
16:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff
Caféangebot
Alltagsbewältigung

Donnerstag

13:00 – 17:00 Uhr
15:00 – 17:00 Uhr
16:30 – 17:30 Uhr

Offener Treff
Caféangebot
Lesen/Schreiben/Rechnen

Freitag

13:00 – 17:00 Uhr
15:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff
Caféangebot

außerdem am Freitag

wechselnde Angebote und Sport im FitX
jeden 3. Freitag Besucherversammlung

Samstag

Ausflüge in Berlin und Umland
Informationen im Projekt

11:00 – 14:00 Uhr **Offener Treff**
in der **KBS**

Die Toleranz ist eine Freizeitstätte für
Menschen mit Behinderungen.
Träger der Freizeitstätte ist Lebensnähe gGmbH.

Was bietet die Toleranz?

Neue Kontakte, Gespräche,
Freizeitbeschäftigung, Austausch mit anderen
Besuchern, gemeinsame Unternehmungen,
Aktivitäten und Feste.

Wir bieten sozialpädagogische Beratung und
persönliche Gespräche zu den Themen:

- privates Umfeld
- Alltagsprobleme
- Wohnsituation
- Persönliches Budget
- Schuldnerberatung

im Rahmen der Öffnungszeiten und nach
Vereinbarung.

**Bitte nutzen Sie auch unsere Kontakt- und
Begegnungsstätte „Das Ufer“ (KBS) und
informieren Sie sich über weitere Angebote:
www.lebensnae.de**



Sport im FitX Hellersdorfer Straße 235
Weißenhöher Straße 88-108
KBS „Das Ufer“ Alt-Marzahn 30a
TS: Tagesstätte Allee der Kosmonauten 67

Der „Offene Treff“ bietet Brett- und Kartenspiele, Gesprächsmöglichkeiten, gemeinsame Feiern, Ausflüge, Beratung, Musik hören, Basteln, Gedankenaustausch, Bewegung, Zeichnen, Rätseln, gute Laune u. v. m.

Veranstaltungen & Angebote der Toleranz im August 2024:

Donnerstag ist Gartentag
im Bauerngarten Ahrensfelde

Montag, 05.08/19.08.2024
Singen

Mittwoch, 07.08.2024
Workshop Fermentieren

Freitag, 09.08.2024
Grillen

Mittwoch, 14.08.2024
Spaziergang

Mittwoch, 21.08.2024
Spaziergang

Mittwoch, 28.08.2024
Schloss Biesdorf

*Treffpunkte & weitere Informationen entnehmen Sie bitte den aktuellen Aushängen in der Toleranz.
Bei Ausflügen und Gruppenangeboten, bitte anmelden!
Für einige Aktivitäten wird ein Eigenanteil erhoben.*

*Bitte denken Sie daran, soweit vorhanden, Ihren Renten- o. Schwerbehindertenausweis
und die BVG-Sozialkarte / Monatskarte mitzunehmen!*



Programmänderungen vorbehalten

Wir laden ein zu unserem
Fermentier-Workshop
in der Toleranz



Neben dem klassischen Einkochen ist Fermentieren aktuell ein großes Thema. Das Fermentieren ist eine Methode der Konservierung, die quasi von jedermann durchgeführt werden kann.



Wir möchten unser Gemüse aus unserem Garten haltbar machen für den Winter. In unserem Workshop wollen wir allen Interessierten zeigen wie es geht.

Wann? Am 07.08.2024,
Beginn 13:30 bis ca. 16:00 Uhr

Wo? in unserer Freizeitstätte „Toleranz“
Allee der Kosmonauten 69
12681 Berlin

Bitte melden Sie sich telefonisch bis zum 05.08.2024 unter der
Telefonnummer: 0 30 / 54 43 11 45 an.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Trialogische Gespräche



Bild: D. Schneider, 2021

Veranstaltungsort:
Bezirksamt Marzahn-Hellersdorf
von Berlin
Rathaus/Rathaussaal

Alice-Salomon-Platz 3
12627 Berlin

Anfahrt:
Bus: X 54, 195 - Haltestelle: U Hellersdorf
Tram: M 6, 18 - Haltestelle: U Hellersdorf
U-Bahn: U5 - Hellersdorf

Einmal im Monat treffen sich montags krisenerfahrene Menschen, Angehörige und Freunde, Nachbarn, hauptberufliche Helfer, bürgerschaftlich Engagierte und Studierende zum gleichberechtigten, trialogischen Erfahrungsaustausch im Psychoseseminar. Eine 15-minütige Pause ist jeweils eingeplant.

Themen

(Termine unter Vorbehalt, bitte informieren!)

09.09.2024, 16.30 – 18.15 Uhr

„Der recovery-orientierte Behandlungsansatz – Genesung von psychischen Erkrankungen ist möglich!“

14.10.2024, 16.30 – 18.15 Uhr

„Wie finden Angehörige und Helfer eine gute Balance zwischen Autonomie des Betroffenen und dringend benötigter Unterstützung?“

11.11.2024, 16.30 – 18.15 Uhr

„Angebote zur Selbsthilfe im Bezirk Marzahn-Hellersdorf“

09.12.2024, 16:30 – 18:15 Uhr

„Rückblick und Ausblick im Trialogischen Gespräch“
(Themensammlung für das 1. Halbjahr 2025)

Bei Rückfragen:

Katrin Dähne, Lebensnähe gGmbH: 0177/9152703 o. daehne@lebensnaehe.de

Mandy Wentzel, Lebensnähe gGmbH: 0178/6204026 o. wentzel@lebensnaehe.de

**Wir laden zum
Vortrag der Berliner Verbraucherzentrale
zum Thema: „Sparen beim Einkaufen und Essen“**



Kleiner Geldbeutel – steigende Preise?

*Für immer mehr Menschen wird das Einkaufen von Lebensmitteln zur echten Herausforderung. In unserem Vortrag erfahren Sie, wie Sie beim Einkaufen und Essen Geld sparen können. Es geht an's Vorräte checken und Einkäufe planen. Wir geben Tipps, wie Sie Lebensmittel günstig einkaufen können und Preise richtig vergleichen. Dann geht's wieder in die Küche – denn Energie sparen beim Kochen schont den Geldbeutel und die richtige Lagerung verringert Abfälle und spart dazu noch Geld!
Wir geben Anregungen zum Sparen, ohne dass Sie auf ausgewogene Mahlzeiten verzichten müssen.*

verbraucherzentrale

Berlin

© Verbraucherzentrale Berlin

Wann? am Mittwoch, den 11.09.2024; 14:00-16:00 Uhr

Wo? in unserer Freizeitsstätte „Toleranz“
Allee der Kosmonauten 69
12681 Berlin

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

