

Monatsprogramm der Kontakt- und Beratungsstelle in Berlin-Wedding
November 2018

m32

wiese30

Tageszentrum *m32*

Malplaquetstr. 32
13347 Berlin

☎ 030 / 455 30 90
@ m32@kbsev.de

Tageszentrum *wiese30*

Wiesenstr. 30
13357 Berlin

☎ 030 / 462 10 62
@ wiese30@kbsev.de

Monatskalender *m32*

Filmsalon

Mittwoch, 14.11., 17.00-19.00 Uhr

In dem Film „Hedi Schneider steckt fest“ erzählt die Regisseurin Sonja Heiss in einer schönen Alltagsgeschichte und mit warmen Humor von Panikattacken, die sie am eigenen Leib erfuhr.

Offene Fahrradwerkstatt

Montag, 26.11., 14.00-16.00 Uhr

Plenum

Mittwoch, 28.11., 17.00-18.00 Uhr

Monatskalender *wiese30*

Brunch

Mittwoch, 07./21.11., 12.00-13.45 Uhr, bitte anmelden

Saddaqa

Dienstag, 13.11., 16.00-19.00 Uhr

Disco : Wo warst du in den 90ern?

Dienstag, 27.11., 16.00-19.00 Uhr

„We care“, die Pflanz- und Pflegeaktion an der Panke findet in der kalten Jahreszeit nicht statt.

Offener Treff *m32*

montags, 12.00-17.00 Uhr

dienstags, 12.00-17.00 Uhr

mittwochs, 12.00-17.00 Uhr

donnerstags, 10.00-14.00 Uhr

freitags, 12.00-17.00 Uhr

montags & freitags mit Abschlussrunde von 17.00-18.00 Uhr

Offener Treff *wiese30*

Donnerstags findet in der wiese30 ein Offener Treff von 14.00-16.00 Uhr statt.

Beratungsangebote *m32*

je:b – Beratung für junge Erwachsene

montags, 14.00-16.00 Uhr

Psychosoziale Beratung

dienstags, 15.00-17.00 Uhr

Z:b – Zuverdienstberatung

donnerstags, 11.00-12.00 Uhr

Wir bieten auch flexible Beratungstermine nach telefonischer Vereinbarung an.

Sonntagstreff *m32*

Jeden 2. Sonntag lädt das Tageszentrum m32 von 14.00-17.00 Uhr zum Offenen Treff ein.
Die Termine im November sind der 11./25.11.

Gruppenangebote *m32*

Literaturgruppe

montags, 10.30-12.00 Uhr

Frauengruppe

montags, 14.00-16.00 Uhr

Bewegungsgruppe

dienstags, 11.00-12.00 Uhr

Gedächtnistraining

dienstags, 13.30-14.15 Uhr

Fotogruppe

dienstags, 14.00-16.00 Uhr

Malgruppe

mittwochs, 14.00-16.00 Uhr

Redaktionstreff

freitags, 14.00-16.00 Uhr, 02./16./30.11.

Teerunde

freitags, 14.00-16.00 Uhr, 09./23.11.

Trommelgruppe

Donnerstags findet im m32 ab 14.00 Uhr eine Trommelgruppe in Selbstinitiative statt.

Gesprächsgruppen *m32*

Gesprächsgruppen

montags, 17.00-19.30 Uhr

mittwochs, 16.00-17.00 Uhr **NEU**

Selbtsicher in Kommunikation & Kontakt

dienstags, 17.00-18.30 Uhr

SH-Gruppe für Menschen mit Depressionen

mittwochs, 14.00-15.45 Uhr

Die Gruppenteilnahme setzt ein Vorgespräch voraus, das telefonisch vereinbart werden kann.



KBS e. V.

Das Netz,
das hält.

www.kbsev.de

Gruppenangebote *wiese30*

Gesangs- und Musikgruppe

montags, 14.00-15.30 Uhr

Spielwiese

dienstags, 16.00-19.00 Uhr, 20.11.

AG Gedenkstein

dienstags, 16.00-19.00 Uhr, 06.11.

Offenes Atelier

dienstags, 16.00-18.00 Uhr, 06./20.11.

Offene Schwimmgruppe

donnerstags, 9.15-13.00 Uhr, 01.11.

Beratung & Gespräch *wiese30*

Die wiese30 bietet montags von 14.00-16.00 Uhr eine psychosoziale Beratung an.

Freitags trifft sich von 14.00-15.30 Uhr eine angeleitete Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen.

Gut durch den Alltag

Diese therapeutische Gesprächsgruppe findet mittwochs von 16.00-17.00 Uhr im m32 statt. Sie bietet Menschen mit Krisen- und Psychoseerfahrung Raum für vertrauensvollen Austausch miteinander. Alle Themen haben Platz! Bei Interesse bitte anmelden.

m32

wiese30

November 2018

Monatsprogramm der Kontakt- und Beratungsstelle in Berlin-Wedding