



# Wochenplan Kontakt- und Beratungsstelle TERRA in Neukölln

## Montag

- 9:30 - 11:30 Uhr Wir singen Lieder aus aller Welt
- 12 - 17 Uhr Gartengruppe (nur mit Voranmeldung)
- 12 - 13:30 Uhr Gemeinsam lesen (nur mit Voranmeldung)
- 15 - 17 Uhr Rhythmus und Percussion (nur mit Voranmeldung)

## Dienstag

- 9:30 - 11:30 Uhr Rhythmus und Percussion (nur mit Voranmeldung)
- 11:30 - 13 Uhr Gesprächsgruppe/Männergruppe im 14-tägigen Wechsel (nur mit Voranmeldung)
- 14 - 16 Uhr Töpfern (nur mit Voranmeldung) - in externen Räumen
- 14 - 17 Uhr Offener Treff

## PSYCHOSOZIALE BERATUNG

Wir bieten Beratung durch Sozialarbeiter\*innen sowie durch unsere Psychologin auf Anfrage und bei Bedarf an. Hierzu vereinbaren Sie bitte einen Termin mit uns.

Bei Bedarf stehen Mitarbeiter\*innen mit Sprachkenntnissen in Englisch und Rumänisch zur Verfügung. Außerdem können wir auch mit Sprachmittlung in weiteren Sprachen arbeiten.

## Mittwoch

- 10.30 - 13 Uhr Frauentreff
- 11 - 13 Uhr Yoga (nur mit Voranmeldung)
- 13 - 15 Uhr Yoga II (nur mit Voranmeldung)
- 11 - 17 Uhr Gartengruppe (nur mit Voranmeldung)
- 14 - 17 Uhr Offener Treff
- 14 - 17 Uhr JobCenter-Beratung (keine Leistungsberechnung möglich) durch Ex-In-Mitarbeiter | jd. 4. Mi/Monat (nur mit Voranmeldung)
- 14:30 - 15:30 Uhr Info Café | 1. & 2. Mi im Monat (nur mit Voranmeldung)

## Donnerstag

- 11:30 - 15:30 Uhr Kreatives Kochen (nur mit Voranmeldung)
- 15:30 - 17 Uhr Innere Stabilität (nur mit Voranmeldung)

## TELEFONISCHE SPRECHZEITEN

Wir sind während folgender Zeiten zur telefonischen Beratung erreichbar: Mo/Di/Mi/Fr 12 - 16 Uhr, Do 12 - 15 Uhr. Gerne können wir auch einen Termin vereinbaren

KBS TERRA | Hertzbergstraße 7/8 | 12055 Berlin  
 Telefon 030 / 6 87 19 77  
 Fax 030 / 56 82 29 51  
[kbs@nk.unionhilfswerk.de](mailto:kbs@nk.unionhilfswerk.de)  
[www.unionhilfswerk.de/kbs](http://www.unionhilfswerk.de/kbs)

## Freitag

- 10 - 12 Uhr Stuhlyoga (nur mit Voranmeldung)
- 12 - 14 Uhr Kreativgruppe
- 12 - 17 Uhr Gartengruppe (nur mit Voranmeldung)
- 14 - 17 Uhr Offener Treff
- 14:30 - 17 Uhr Malgruppe

## Samstag

Kulturausflug 1x/Monat | Termin und Ziel bitte in der KBS TERRA erfragen

## Sonderveranstaltungen

Wir bieten regelmäßig Sonderveranstaltungen an, diese können Sie gerne vor Ort erfragen oder unserem Newsletter entnehmen.

Unsere Offenen Treffs können Sie ohne Voranmeldung besuchen.

## GARTEN

Unseren Garten können Sie im Rahmen der Gartengruppen das ganze Jahr über nutzen - auf Anfrage auch außerhalb dieser Zeiten. Bei schöner Wetterlage finden unsere Angebote ebenfalls im Garten statt.