

Wochenplan

Kontakt- und Beratungsstelle TERRA in Neukölln

Montag

- 09:30 - 11:30 Uhr Wir singen Lieder aus aller Welt
(offene Gruppe)
12:00 - 13:30 Uhr Gemeinsam lesen
12:00 - 17:00 Uhr Gartengruppe
15:00 - 17:00 Uhr Rhythmus und Percussion

Dienstag

- 09:30 - 11:30 Uhr Rhythmus und Percussion
11:45 - 13:45 Uhr Kreativ-Gruppe
12:00 - 14:00 Uhr Gedächtnistraining (geschlossen)
14:00 - 17:00 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 zur Verfügung. Außerdem können wir auch mit Sprachmittlung in weiteren Sprachen arbeiten.

Mittwoch

- 10:00 - 13:30 Uhr Kreatives Kochen
11:00 - 13:00 Uhr Yoga
11:30 - 13:30 Uhr Männergruppe (14-tägig)
13:00 - 15:00 Uhr Yoga II
11:00 - 17:00 Uhr Gartengruppe
14:00 - 17:00 Uhr Offener Treff
14:30 - 15:30 Uhr Info Café | 1. & 2. Mi im Monat

Donnerstag

- 11:30 - 15:30 Uhr Kreatives Kochen
15:30 - 17:00 Uhr Psych.-Gruppe

Freitag

- 10:00 - 12:00 Uhr Stuhlyoga
12:00 - 14:00 Uhr Gesprächsgruppe/Achtsamkeit im 14-tägigen Wechsel
12:00 - 17:00 Uhr Gartengruppe
14:00 - 17:00 Uhr Offener Treff
14:30 - 17:00 Uhr Malgruppe (offene Gruppe)

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.

GRUPPENTEILNAHME

Teilnahme an den Gruppenangeboten nur mit Voranmeldung, wir führen Wartelisten. Die Offenen Treffs und offenen Gruppen 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.