

Die **Kontakt- und Beratungsstelle Tempelhof**, der Kurve gGmbH, ist eine psychosoziale Anlaufstelle für Menschen in **Krisensituationen**. Wir beraten Sie gerne, wenn Sie in einer schwierigen Lebenssituation sind und **Orientierung** und **Unterstützung** benötigen. Wir informieren auch über weiterführende Hilfen. Insbesondere sind wir für Menschen mit eigener **Psychiatrieerfahrung** und deren **Angehörige** da. Bei uns finden Sie einen Raum für Begegnung und **Kontakt**. Sie können an unterschiedlichen **tagesstrukturierenden Angeboten** und Aktivitäten teilnehmen. Alle Angebote und Beratungen sind **kostenlos**.

Beratung und Selbsthilfe

Wir bieten Beratung und Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen an. Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt auf: **Tel. 030/ 7400 6314** **kbs@die-kurve.de**

Psychosoziale Beratung Wir beraten Sie, wenn Sie sich in einer Krise oder einer schwierigen Lebenssituation befinden und nach Orientierung und Unterstützung suchen. Wir informieren zu weitergehenden Hilfeangeboten – insbesondere auch innerhalb des psychiatrischen Versorgungssystems.

Betroffene beraten Betroffene Wir sind selbst Psychiatriebetroffene. Wir möchten anderen Menschen, die sich aktuell in einer Krise befinden, Angst davor haben, in eine Krise zu geraten oder eine Krise durchstanden haben, durch Beratung helfen.

Arbeit Beratung zu den Themen Arbeit und Beschäftigung
Dienstags 13:00-15:00

Angehörigenberatung Angehörige stehen mit ihren Interessen und Belangen im Mittelpunkt. Im Team der KBS arbeiten Mitarbeiter*innen, die selbst Angehörige sind, wie auch Menschen mit eigener Krisen- und Psychiatrieerfahrung. Diesen Erfahrungshintergrund können wir in die Gespräche mit einbringen.

Selbsthilfe Selbsthilfegruppe „Seiltänzer“ für Menschen mit bipolarer Störung
Dienstag 18:00-19:30 Uhr 11.02. vor Ort und 25.02. online. Nur nach Anmeldung!

Borderline Selbsthilfegruppe
Dienstags 18:30-20:30 analog und digital im Wechsel
Nur nach Anmeldung: bpd.selbsthilfe.berlin@gmail.com

KBS Tempelhof

Forddamm 1
12107 Berlin
030 / 7400 6314

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do 12:00-16:00
So 13:00-16:00
jeden 1. und 3. So im Monat

Haltestelle Alt-Mariendorf:
U6 X76 M76 M77 179 181 277
Haltestelle Forddamm: M76 179

Ansprechpartner*innen

Ingo Hüpperling (Teamleiter)
Jessica Bühler
Marie Paschen
Kirsten Wallacher
Barbara Wittkowski
Ariadni Tsamantani (Praktikantin)

kbs@die-kurve.de
www.die-kurve.de

Tagesstruktur und Kontakt – Monatsprogramm Februar 2025

Sie sind herzlich eingeladen die Angebote der KBS zu nutzen. Den **Offenen Treff** können Sie ohne vorherige Anmeldung besuchen. Zu den Angeboten melden Sie sich bitte vorher an. Für **Beratungen** vereinbaren Sie bitte einen Termin. In **Krisensituationen** versuchen wir eine Beratung auch spontan möglich zu machen. Das Programm kann sich auch kurzfristig ändern. Näheres können Sie telefonisch erfragen.

MONTAG		12:00-16:00	Offener Treff
		10:15-11:00	Qi Gong
		11:15-13:00	Suppenküche
		ab 13:00	Suppenausschank
	03.02.	14:00-15:00	Zeit für Spiele
10./24.02.	14:00-15:30	Erzählcafé	
17.02.	14:00-15:00	Zeit für die Pinwand von Besucher*innen für Besucher*innen	

DIENSTAG		12:00-16:00	Offener Treff
		13:00-15:30	Kuchenzeit
		13:00-14:30	Puzzeln
	25.02.	11:15-12:00	Achtsamkeit
	04./25.02.	13:00-15:30	Nähwerkstatt
	11.02.	14:00-15:30	Karaoke
18.02.	13:00-15:30	Offenes Atelier	

MITTWOCH	12./26.02.	12:30-14:00	Gesprächsgruppe
	05./19.02.	15:00-17:00	die junge kurve

DONNERSTAG		12:00-16:00	Offener Treff
		10:30-13:00	Stadtraumerkundung
		11:00-13:00	Kochen
		ab 13:00	Mittagsimbiss
	06.02.	10:00-15:00	Ausflug - KBS geschlossen
	13.02.	09:00-10:30	Treff Älter werden
	13.02.	14:00-15:00	Gedächtnistraining
	13.02.	17:30-20:00	Wahlparty mit BENN Wahlinformation und simulierte Stimmabgabe
	20.02.	14:00-15:00	Miteinander ins Gespräch kommen zum Thema Wahlen
27.02.	14:00-15:00	Vollversammlung	

SONNTAG	02./16.02.	13:00-16:00	Sonntagscafé
----------------	-------------------	--------------------	---------------------