

Treffpunkt Wuhletal

im

Juli 2024

Monatsprogramm der psycho-sozialen
Kontakt- und Beratungsstelle

Ort: **Dorfstr. 46-47 , 12621 Berlin-Kaulsdorf**

Tel.: 030/ 565 995 949
0157 76293163

Mail: kbs@wuhletal.de
www.wuhletal.de

Anfahrt: U5 oder S5 (U&S-Bhf. Wuhletal oder S-Bhf. Kaulsdorf) Bus 191, 195, 269, 291, 389

Bitte Termin vereinbaren, wenn Sie/ Ihr erstmalig zu uns kommt.



Imbissangebot

Mo/ Di/ Do : 9.00 – 13.00 Uhr



Öffnungszeiten für offenen Treff

Mo : 9.00 – 17.00 Uhr

Die/ Do : 9.00 – 15.30 Uhr

Mi/ Fr : 9.00 – 14.00 Uhr

Wir weisen auch auf die Angebote der Krankenhauskirche im Wuhlgarten hin.

Das Cafe der Stille ist täglich von 14.00 bis 16.00 Uhr geöffnet.

Bitte informieren Sie sich zu den jeweils aktuellen Hygienebestimmungen vor Ort.

Beratung in der KBS mit tel. Anmeldung unter 030/565995949

Beratungen ausserhalb der Sprechzeiten, sind in Absprache möglich

 2024 Angebote zum Mitmachen 	Montag	10.00-12.00 Uhr	Soziales Kompetenztraining (- neuer Kurs- geplant im September 2024)	<input checked="" type="radio"/>
		10.00-12.00 Uhr	Korbflechten	<input checked="" type="radio"/>
		13.00-15.00 Uhr	Willkommensgruppe „ankern“ (14 tägig)	<input checked="" type="radio"/>
		13.30-17.00 Uhr	Sport im Elixia Hellersdorf	<input checked="" type="radio"/>
	Besser Schlafen (bitte Einzeltermine vereinbaren - Tel.0157/80630574)			
Dienstag	10.00-12.00 Uhr	TÖPFERWERKSTATT (14-tägig)		<input checked="" type="radio"/>
	13.00-14.00 Uhr	Progressive Muskelentspannung n. Jacobson		<input type="radio"/>
Mittwoch	10.00-12.00 Uhr	Kreatives Gestalten immer am 1. Mittwoch im Monat (voraussichtl. wieder ab Oktober 2024)		<input type="radio"/>
	10.00 -11.30 Uhr	Achtsamkeitstraining		<input checked="" type="radio"/>
	12.00-13.30 Uhr	Assoziatives Zeichnen		<input type="radio"/>
Donnerstag	10.00-11.00 Uhr	Gedächtnistraining in der Dorfstr. 46		<input checked="" type="radio"/>
	10.00-12.00 Uhr	Interessengruppe MALEN		<input type="radio"/>
	10.00-12.00 Uhr	Heilpädagogischer Tanz (neuer Kurs: Beginn Sept. '24, Anmeldung ab Juni '24)		<input checked="" type="radio"/>
	13.00-15.00 Uhr	Holzwerkstatt 14-tägig		<input checked="" type="radio"/>
	18.00-20.00 Uhr	Theatergruppe (14 tägig) – Voranmeldung wird erbeten		<input type="radio"/>
Freitag	10.00-11.00 Uhr	Nordic Walking		<input type="radio"/>
	10.00-13.00 Uhr	Die Kochkünstler*innen (neuer Kurs)		<input checked="" type="radio"/>

offener Kurs
Teilnahme jederzeit
möglich

halboffener Kurs
Teilnahme nach Absprache
möglich

geschlossener Kurs
Teilnahme nach Anmeldung

Bitte denkt bei allen Ausflügen an eure Ticket + Schwerbehindertenausweise !

Aktionen zum Teilnehmen	03.07.24	10.00 Uhr	Besuch der Gärten der Welt, EA: 4€, Treff: Eingang Hellersdorfer Str.
	11.07.24	11.00 Uhr	KBS Sommerfest- Vorbereitung und Fest
	12.07.24	10.30 Uhr	Ausflug zum Wochenmarkt Maybachufer, Treff: S+U Wuhletal (AB-Ticket)
	24.07.24	17.00 Uhr	Livemusik auf der Schlossinsel Köpenick, Treff: KBS (AB-Ticket)
	31.07.24.	10.00 Uhr	Ausflug mit dem Schiff

Vorschau & Hinweise	07.08.24	10.00 Uhr	Wanderung am Wasser entlang
	15.08.24	10.00 Uhr	Stadtfeeling im Sommer Treffpunkt S/U Bhnf. Wuhletal, AB Tickets

*Unser Bistrobereich steht Ihnen auch offen als Ort:
"innerlicher/äußerlicher Wärme". (Netzwerk der Wärme)
Anträge für den Härtefallfonds bei Energieschulden /Beratung in der KBS
(Terminvereinbarung wird erbeten)*

REGIONALER SAISONKALENDER

Im Juli sind die Regale voll regionaler Produkte. Damit wir den Überblick über die heimischen Sorten nicht verlieren, zeigen wir hier im Saisonkalender für Juli, welche regionalen Obst- und Gemüsesorten sowie Salate nun erhältlich sind.

									
APRIKOSEN	ERDBEEREN	BEEREN	KIRSCHEN	MIRABELLEN					
									
PFIRSICHE	BLUMENKOHL	BOHNEN	BROKKOLI	CHINAKOHL	SPINAT	SPITZKOHL	WEISSKOHL	WIRSING	ZUCCHINI
									
ERBSEN	FENCHEL	<small>EINLEGE- UND SCHÄL-</small> GURKEN	KARTOFFELN	KOHLRABI	ZWIEBELN	<small>FRÜHLINGS-</small> ZWIEBELN	EISSALAT	ENDIVIEN-SALAT	FELDSALAT
									
MÖHREN	PORREE	RADIESCHEN	RETTICH	RHABARBER	KOPFSALAT	RADICCHIO	ROMANASALAT	RUCOLA	
									
ROTE BEETE	ROTKOHL	<small>KNOLLEN-</small> SELLERIE	<small>STÄNGEN-</small> SELLERIE	SPEISERÜBEN	GURKEN	TOMATEN	CHICORÉE	KARTOFFELN	



In Krisensituationen bitte an den Berliner Krisendienst wenden:
ab 16.00 Uhr: **030/3906 370** immer erreichbar: **030/3906 300**