

# Wochenplan Offene Angebote der Kontakt- und Beratungsstelle Prenzlomm



Stand 27. Mai 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
<b>Montag 9:00 – 19:00 Uhr, Dienstag geschlossen, Mittwoch - Freitag 09:00-18:00 Uhr (freitags Beratung ab 13:30)</b> <b>Sozial- und/oder psychologische Einzelberatung</b>					
<b>11:00-13:00 Uhr</b> <b>Selbsthilfegruppe:</b> <b>„Dialog Neurodivers“</b> 1. u. 3. Montag im Monat Ort: KBS Bitte anmelden unter: Tel.: <a href="tel:0176-10276578">0176-10276578</a>	<b>Unsere KBS ist dienstags geschlossen.</b>		<b>10:00-11:30 Uhr</b> <b>„Gib Deiner Trainingshose eine Chance“</b> Yoga, Gymnastik, Faszientraining, Workout – je nach Stimmung Ort: <i>Schönhauser Allee 161A, „Tanzsaal“ 3. Etage</i> Bitte anmelden unter: <a href="mailto:diebow@prenzlomm.de">diebow@prenzlomm.de</a>	<b>10:00-12:00 Uhr</b> <b>„Frühstück bei Tiffany“</b>  <b>Frühstücksbrunch im Café KBS</b> Ort: <i>KBS Prenzlomm</i>	
<b>12:00-13:30h</b> <b>„Schwimmgruppe“</b> Ort: <i>Schwimmhalle Ernst-Thälmann-Park</i> Bitte anmelden unter: <a href="mailto:diebow@prenzlomm.de">diebow@prenzlomm.de</a>				<b>14:00-17:00 Uhr</b> <b>„Made by me: Sticken, Stricken, Heiterkeit“</b> Ort: <i>KBS</i>	
				<b>10:45-16:30 Uhr</b> <b>„Ausflug in die Weite“</b> Treffpunkt: <i>KBS</i> Bitte anmelden bei: <a href="mailto:k.morton@prenzlomm.de">k.morton@prenzlomm.de</a> Tel.: 01578-5524348	<b>15:00-16:30 Uhr</b> <b>„Kampfsport“</b> Ort: <i>Tageszentrum Leolo, Winsstr. 32, 10405 Berlin</i> Bitte anmelden unter: <a href="mailto:kbs@prenzlomm.de">kbs@prenzlomm.de</a>
<b>19:00-20:30 Uhr</b> <b>„Dem Gespür auf der Spur“</b> Achtsamkeit Ort: <i>Schönhauser Allee 161A</i> Bitte anmelden in der KBS			<b>15:00-17:00</b> (jeden 2. und 4. Mittwoch) <b>Boulder Gruppe</b> Treffpunkt: 14:30 in der KBS mit Fahrrad oder 15 Uhr bei Berta Block, Mühlenstraße 62, 13187 Berlin	Jeden letzten Donnerstag im Monat: <b>„KBS-Themenabend“</b> 17h Einlass. 18h Start Ort: <i>Schönhauser Allee**</i>	<b>10:00-15:00 Uhr</b> ( <u>1mal im Monat</u> : Jeden 2. Freitag/Monat) <b>„Fühle die Natur“</b> Wandergruppe Prenzlomm Wechselnde Treffpunkte Bitte anmelden unter: <a href="tel:01578-5524411">01578-5524411</a> oder <a href="tel:01590-4381170">01590-4381170</a>

Kontakt- und Beratungsstelle Prenzlomm (KBS), Erich-Weinert-Str. 37, 10439 Berlin, Tel.: 030-4441664, [kbs@prenzlomm.de](mailto:kbs@prenzlomm.de), [www.prenzlomm.de](http://www.prenzlomm.de). \*\*Ort: Belletage, Schönhauser Allee 161A, 10435 Bln.