

Wochenplan Offene Angebote der Kontakt- und Beratungsstelle Prenzlomm

Stand 28. Oktober 2025



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Montag 9:00 – 19:00 Uhr, Dienstag geschlossen, Mittwoch - Freitag 09:00-18:00 Uhr (freitags Beratung ab 13:30) Sozial- und/oder psychologische Einzelberatung				
11:00-13:00 Uhr Selbsthilfegruppe: „Dialog Neurodivers“ 1. u. 3. Montag im Monat Ort: KBS <u>Bitte anmelden unter:</u> <u>Tel.: 0176-10276578</u>	Unsere KBS ist dienstags geschlossen.		10:00-11:30 Uhr „Gib Deiner Trainingshose eine Chance“ Yoga, Gymnastik, Faszientraining, Workout – je nach Stimmung Ort: Schönhauser Allee 161A, „Tanzsaal“ 3. Etage <u>Bitte anmelden unter:</u> <u>diebow@prenzlomm.de</u>	10:00-12:00 Uhr „Frühstück bei Tiffany“ 😊 Frühstücksbrunch im Café KBS Ort: KBS Prenzlomm
„Schwimmgruppe“ Achtung neue Halle für Sommerzeit: Stadtbad Tiergarten, Seydlitzstr. 7, 10557 Berlin Mitte <u>Bitte anmelden unter:</u> <u>diebow@prenzlomm.de</u>				14:00-17:00 Uhr „Made by me: Sticken, Stricken, Heiterkeit“ (Pause bis 17.10.2025) Ort: KBS
			10:45-16:30 Uhr „Ausflug in die Weite“ Treffpunkt: KBS <u>Bitte anmelden bei:</u> <u>k.morton@prenzlomm.de</u> Tel.: 01578-5524348	15:00-16:30 Uhr „Kampfsport“ (alle plätze belegt) Ort: Tageszentrum Leolo, Winsstr. 32, 10405 Berlin <u>Bitte anmelden unter:</u> <u>kbs@prenzlomm.de</u>
19:00-20:30 Uhr „Dem Gespür auf der Spur“ Achtsamkeit Ort: Schönhauser Allee 161A <u>Bitte anmelden in der KBS</u>		15:00-17:00 (jeden Mittwoch) Boulder Gruppe Treffpunkt: 15 Uhr bei Berta Block, Mühlenstraße 62, 13187 Berlin	Jeden letzten Donnerstag im Monat: (Pause bis 2026) „KBS-Themenabend“ 17h Einlass. 18h Start Ort: Schönhauser Allee**	10:00-15:00 Uhr (1mal im Monat: Jeden 2. Freitag/Monat) „Fühle die Natur“ Wandergruppe Prenzlomm Wechselnde Treffpunkte <u>Bitte anmelden unter: 01578-5524411 oder 01590-4381170</u>

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