

## Angebote im „blauen laden“ – im Oktober 2024

Eine telefonische **Anmeldung und Rückbestätigung durch die Mitarbeiter\*innen** für Gruppen-, Einzelangebote und Beratungen ist teilweise erforderlich.

**Folgende Dinge sind in unseren Räumen zu beachten:**

- bitte **bei Ankunft Hände waschen**
- **teilweise Anmeldung für Gruppen- und Einzelangebote** aufgrund begrenztem Platzangebot
- bei **Krankheitssymptomen** vor allem Fieber, Durchfall, Husten und Atemnot, neuen Störungen des Gehör-, Geruchs- oder Geschmackssinns **bleibt bitte Zuhause!**

**Unsere telefonische Erreichbarkeit ist i.d.R. oder AB:**

Mo, Mi, Do	10:00 – 16:00 Uhr (nicht am 3.10.)
Di	13:00 – 18:00 Uhr
Fr	10:00 – 15:00 Uhr
Sa	13:00 – 17:30 Uhr sind wir vor Ort erreichbar, wir bieten aber keine explizite Telefonberatung an
So	14:00 – 17:30 sind wir vor Ort erreichbar, wir bieten aber keine explizite Telefonberatung an

### Gruppenangebote:

**Yogagruppe am Montag, ACHTUNG - NEUE UHRZEIT!!!! 13:30 - 15:00 Uhr**, mit Anmeldung - **Achtung neue Uhrzeit!** (nicht am 14.10.)

**Gesprächsgruppe am Montag**, 16:00 - 17:30 Uhr, (feste TN-Gruppe) (nicht am 14.10.)

**Offener Treff am Dienstag**, 15:00 - 18:00 Uhr, ohne Anmeldung

**Englischgruppe am Mittwoch**, 14:30 - 16:00 Uhr, mit Anmeldung - auch kurzf. mgl. (Ausfall 30.10.)

**Gesprächsgruppe am Mittwoch**, 14.30 - 16.00 Uhr (feste TN-Gruppe)

**Frühstücksgruppe am Donnerstag**, 10:00 - 10:30 Uhr gemeinsames Herrichten, Ende 12:00 Uhr Eigenanteil: 1,50 € und eine Sache für das Frühstück mitbringen, ohne Anmeldung (nicht am 3.10.)

**Billard- Skat- & Spielegruppe am Donnerstag** 12:00 - 15:00 Uhr, ohne Anmeldung (nicht am 3.10.)

**Angst- und Depressionsgruppe am Donnerstag**, 14:30 - 16:00 Uhr, (feste TN-Gruppe) (nicht am 3.10. und am 31.10.)

**Musikgruppe am Donnerstag**, 16:00 - 17:30 Uhr, ohne Anmeldung (nicht am 3.10.)

**Malgruppe am Samstag**, 13:00 - 15:00 Uhr, ohne Anmeldung

**Offener Treff am Samstag**, 15:30 - 18:00 Uhr, **mit Kaffeetafel** 15:30 – 16:30 Uhr, ohne Anmeldung

**Offener Treff am Sonntag**, 14:00 - 18:00 Uhr, **mit Kaffeetafel** 14:30 - 15:30 Uhr, ohne Anmeldung

## Sonderveranstaltungen im Oktober:

- DO 03.10.** die KBS bleibt an diesem Feiertag geschlossen
- DI 08.10.** **Wanderung Karower Teiche**, Anmeld. bis 7.10, Fahrkarte mitbringen, Wanderung beträgt ca. 7-8km Treff: 12.30 Uhr Bhf. Lichtenberg
- DO 10.10.** **Start der Woche der seelischen Gesundheit mit einem vielfältigen Programm in -**  
**- 20.10.** **ganz Berlin**
- DO 10.10.** **Trialog im Rathaus Lichtenberg**, Raum 114. Thema: „Politik trifft Irrsinn!“ 17:00-19:00 Uhr, Treff vor Ort: 16.20 Uhr am Laden. Ohne Anmeldung.
- MO 14.10.** die KBS bleibt geschlossen - Teamtag für das blauen-laden-Team
- DI 15.10.** **Ausstellungseröffnung Bilderausstellung des GPV Lichtenberg "Bilderfluten"** im Rathaus Lichtenberg, 16.00 - 17.00 Uhr
- DI 15.10.** **Trockenblumenkränze basteln**, 15-18 Uhr, Anmeld. bis 08.10.
- MI 16.10.** **Vortrag im Rahmen der Wo.d.seel.Gesundheit im blauen laden zum Thema Prokastination** (Aufschieberitis), 17-18.30 Uhr - ohne Anmeldung
- MI 16.10.** **Filmreihe „Irrsinnig Menschlich“ im CineMotion Hohenschönhausen.** Film: „Auf der Andamat“ z. Thema Portrait einer Tagesklinik, Beginn: 17:30 Uhr - keine Begleitung durch die KBS möglich!
- FR 18.10.** **Kreativnachmittag mit Kreppblumenbasteln** (Ines/Malgr.) und angefangene Bastelarbeiten fertigstellen für den Lichtermarkt etc., 12 - 14 Uhr, Anmeld. bis 16.10.
- DI 22.10.** **Bardiensttreffen**, 15.30 Uhr - Achtung veränderter vorgezogener Termin!
- DI 22.10.** **Besuch Revue Friedrichstadtpalast**, Treff 18.00 Uhr am Laden, Eigenanteil 3€ ermäßigt, 13€ normaler Tarif, bitte Ermäßigungsvoraus.beachten, Anmeld. und Bez. bis 02.10.
- FR 25.10.** **Asiatische Kochgruppe**, am 25.10., 15.30 - 19.30 Uhr, Anm.+ Bez. bis 07.10. mit 7€
- MO 28.10.** **Wellnessabend**, 16:00-18:00 Uhr. Eigenbeteiligung: 3€, Anmeldung und Bezahlung bis 22.10.
- DI 29.10.** **Abschied Psychologe Daniel** ab 15.00 Uhr im Offenen Treff bei Kaffee und Kuchen
- MI 30.10.** **Ausflug in die Therme Templin**, Anm.+Bez. bis 24.10. 13/9€ erm., Treff: S-Bhf.Lichtenberg, 10.35 Uhr
- MI 30.10.** **Ausfall der Englischgruppe** an diesem Tag!

### **ngb-Angebote:**

- Sommersaisonabschlussturnier 27.09.
- Tischtennis & Badminton FR 15.00 - 17.00 Uhr Sporthalle Welsestr. 50
- Volleyball outdoor, ab FR 26.04., 10.00 - 12.00 Uhr, BeachMitte Caroline-Michaelis-Str. 8, Wechsel in die **Wintersaison ab 29.10.2024** - immer DI 12.00 - 13.30 Uhr in der Traglufthalle BeachMitte
- Linedance, MO 14.00 - 15.30 Uhr, Sporthalle Kützer Str. 36

Mehr Informationen gibt es auf **unserer neuen Homepage: [www.albatros.social](http://www.albatros.social)**, auf Aushängen im blauen laden oder sind telefonisch bei uns im Laden zu erfragen!