albatros social

Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle (KBS) Lichtenberg „der blaue laden“
Hagenstr. 5, 10365 Berlin, Tel.: 557 -86 86 oder -84 84

Angebote im „blauen laden“ – im November 2026

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
Di	13:00 – 18:00 Uhr
Fr	10:00 – 15:00 Uhr
Sa	13:00 – 17:30 Uhr sind wir vor Ort erreichbar, keine Telefonberatung
So	14:00 – 17:30 Uhr sind wir vor Ort erreichbar, keine Telefonberatung

Gruppenangebote:

Gesprächsgruppe am Montag, 16:00 - 17:30 Uhr, (feste TN-Gruppe, keine Neuauf. möglich!) **(Ausfall am 23.11.!)**

Offener Treff am Dienstag, ab 14:00 – 18:00 Uhr, ohne Anm.

Yogagruppe am Mittwoch, 13.30 – 15.00 Uhr (Bitte mit Anmeld.!)

Englisch am Mittwoch entfällt vorerst im November!!!

Frühstücksgruppe am Donnerstag, 10:00 - 10:30 Uhr gemeinsames Herrichten, Ende 12:00 Uhr
Eigenanteil: 1,50 € und eine Sache für das Frühstück mitbringen, o. Anmeldung

Billard- Skat- & Spielegruppe am Donnerstag 12:00 - 15:00 Uhr, o. Anmeldung

Angst- und Depressionsgruppe am Donnerstag,15:30 - 17:00 Uhr, (keine. Neua.. mgl.)

Musikgruppe am Donnerstag, 16:00 - 18:00 Uhr, ohne Anmeldung

Ausfall am SA 28.11./SO 29.11. – die KBS ist SA nur zum Adventskranzbinden geöffnet!

Malgruppe am Samstag, 13:00 - 15:00 Uhr, ohne Anmeldung **(Ausfall am 28.11.)**

Offener Treff am Samstag, 15:30 - 18:00 Uhr, **mit Kaffeetafel** 15:30 – 16:30 Uhr, ohne Anmeldung
(Ausfall am 28.11.)

Offener Treff am Sonntag, 14:00 - 18:00 Uhr, **mit Kaffeetafel** 14:30 - 15:30 Uhr, ohne Anmeldung
(Ausfall am 29.11.)

Sonderveranstaltungen im November:

Di 03.11. **Infonachmittag**, Besuch Projekt: JobPoint Lichtenberg, weitere Themen siehe Aushang 16.30 – 18.00 Uhr

Mi 04.11. **Trialog im Rathaus Lichtenberg,** 17.00 – 18.30 Uhr, Treff v.d. Rathaus mit Sami um 16.45 Uhr, Thema: ADHS – Modediagnose oder echte Not?

Mo 09.11. **Persische Kochgruppe**, 16.30 – 20 Uhr Anmeld. und Bez. 6€ bis 04.11.

Mi 11.11. **Thermenbesuch in Bad Saarow**, 10.30 Uhr Treff DB-Haupthalle Bhf.Lichtenberg, Weitlingstr., an der Anzeigentafel, Rückfahrt 16 Uhr, Kosten 28€ ohne Deutschlandticket, 22,50€ mit Deutschlandticket, verbindl. Anmeld. und Bez. bis 05.11.26, 3h Therme

Fr 13.11. **Kreativgruppe – Weihnachstschmuck basteln** (f. d. Lichtermarkt), 13-16 Uhr

Mo 16.11. **Wellnessabend**, 16-18 Uhr, Anmeld. + Bez. bis 09.11. von 3,00€

Di 17.11. **Bardiensttreffen**, 15.30 Uhr (internes Treffen)

Mi 18.11. **Filmreihe** "Irrsinnig menschlich" CineMotion Hohenschönhausen: **"Chaos im Kopf"** zum **Thema: ADHS**, Treff blauer laden: 16.40 Uhr oder vor dem Kino: 17.20 Uhr, Anmeld. +Bez.: 3,00 € bis 16.11.

Fr 20.11. **Ausstellung „Dark Matter“**, eine „Licht- u. Klangreise“, Treff: 15 Uhr am blauen laden, verbindliche Anmeld. + Bez.: 13€ bis 12.11.

Backen für den Lichtermarkt
Mi 25.11. 11 – 16 Uhr
Do 26.11. 12 – 15 Uhr
Fr 27.11. 10 – 13 Uhr

Sa 28.11. **Adventskränze binden und -verzieren**, 11 – 16 Uhr, f.s.selbst + f. d. Lichtermarkt + KBS, Preis nach Materialverkauf

aus diesem Grund fällt an diesem Samstag die Malgruppe und der Offene Treff aus!

So 29.11. **die KBS bleibt geschlossen!** Wir freuen uns aber über helfende Hände bei der **Stand**betreuung **am Lichtermarkt** und über Besucher und Besucherinnen auf dem Lichtermarkt, der **Weihnachtsmarkt rund um das Rathaus Lichtenberg, 13 bis 18 Uhr** nur am 1. Adventssonntag!

ngb-Sportangebote:
MO Linedance, freitags 14-15.30 Uhr, Einstieg jederzeit mögl.; Ansprechpartnerin: Frau Cecily Schallock 01578-0598065, genaue Zeiten f. Anfänger und Fortgeschr. bitte erfragen Sporthalle Klützerstr. 36
MO Kubb & Cornhole, 14 - 16 Uhr ab Okt.-Apr. indoor, bitte Ort erfragen, Ansprechpartner: Stefan Bendel 030/51658058
DI Schwimmen, 14.30 Uhr, Helene-Weigel-Platz 9, Ansprechpartner: Falko Schröder + Anmeld. 030-221 922 295
Volleyball, (ab Okt. Winter indoor, bitte Ort und Zeit erfragen), BeachMitte, Ansprechpartnerin: Ditte Zische 030-57795227
FR Tischtennis und Badminton, 14.30 Uhr Sporthalle Welsestr. 50
FR 1x mtl. Wandertag: genauere monatliche Infos dazu a. d. Infotafel im laden

Bei Ausflügen sind wir unter folgender Nummer zu erreichen: 0178 – 1019939, Mehr Informationen gibt es auf **unserer Homepage**: www.albatros.social , auf Aushängen im blauen laden oder sie sind telefonisch bei uns im Laden zu erfragen!