



Teilhabezentrum „Vielfalter“  
mit Kontakt- und Beratungsstelle **Wittstock**



Arbeiterwohlfahrt  
Ostprignitz-Ruppin

**VOLKSSOLIDARITÄT**

## Monatsplan März 2025

Am Markt 8 16909 Wittstock	☎ 03394 444213 ✉ kbs.wittstock@awo-opr.de ✉ thz.wittstock@awo-opr.de	AWO-OPR: Frau Ulmer Volkssolidarität: Frau Malitzki
-------------------------------	--	--

### Öffnungszeiten und wiederkehrende Angebote

Tag / Öffnungszeit		Angebot / Angebotszeit		Information
Montag	09:00-13:00	Alles rund um Hauswirtschaft	09:00-13:00	2,00 €
Dienstag	10:00-18:00	Mittagessen - gesunde Ernährung Spielenachmittag/ Kaffeerunde	10:00-13:00 13:00-18:00	3,00 €
Mittwoch	/	/	/	
Donnerstag	12:00-18:00	Gartenprojekt / Blumenpflege / Spielenachmittag Sportgruppe Kaffeerunde oder Abendbrot	12:00-14:00 15:00-16:00 16:00-18:00	(Kegeln, Schwimmen) 3,00 €
Freitag	10:00-13:00	Langschläfer-Frühstück	10:00-12:00	3,00 €
Samstag	09:30-13:00	Brunch oder Mittagessen	09:30-13:00	3,00 €

**Beratungen können von Montag bis Freitag stattfinden. Bitte vereinbaren Sie persönlich oder telefonisch einen Termin mit den Mitarbeiter\*innen.**

### besondere Angebote

Tag / Datum	Uhrzeit	Angebot / Inhalte / Ort	Information / Hinweis
Dienstag/ 04.03.	15:00-17:00	Filzangebot	0,50 € - 2,00 €
Dienstag/ 18.03.	16:30-17:30	Musiktherapie	

### Selbsthilfegruppen

Tag / Datum	Uhrzeit	Angebot / Inhalte / Ort
Dienstag / 06.03.; 20.03.	16:00-18:00	SHG Angst & Depressionen I / Tagesklinik
Montag / 10.03.; 24.03.	16:00-18:00	SHG Angst & Depressionen II
Montag / 03.03.; 17.03., 31.03.	16:00-18:00	SHG Angst & Depressionen III
Montag (wöchentlich)	19:00-20:30	SHG Trockene Alkoholiker
Mittwoch / 05.03.; 19.03.	17:00-18:00	SHG Doppeldiagnosen (Sucht & Psychose)

### Angebote der Kooperationspartner\*innen

Gesundheitsamt: Koordinierungszentrum EGH	Frau Lolischkies	Beratung zur sozialen Teilhabe Terminvereinbarung: 03391 688 5393
Gesundheitsamt: Sozialpsychiatrischer Dienst	Frau Brüning-Lederer	Beratung für Betroffene und Angehörige Dienstag und Freitag 10.30 Uhr bis 12.30 Uhr
Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung:	Frau Wlodarski	Unabhängige Teilhabeberatung Terminvereinbarung: 03391 4069100

