



## Monatsplan März 2026

Präsidentenstraße 44 16816 Neuruppin	☎ 03391 651905 ✉ kbs.neuruppin@awo-opr.de ✉ thz.neuruppin@awo-opr.de	AWO-OPR: Frau Janzen Volkssolidarität: Frau Herrmann
---	--	---

### Öffnungszeiten und wiederkehrende Angebote

Tag / Öffnungszeit		Angebot / Angebotszeit		Information
Montag	10:00-13:30	Gesunde Ernährung: Kochen Sportangebot	10:00-13:00 13:00-13:30	3,00 €
Dienstag	12:00-17:00	Projekt „Grün“ Foto-AG	13:00-14:00 15:00-17:00	
Mittwoch	10:00-16:00	Gesunde Ernährung: Kochen Handarbeitstreff	10:00-13:00 14:00-16:00	3,00 €
Donnerstag	13:00-18:00	Spaziergang / Bewegungsangebot Offener Treff	13:00-15:00 15:00-17:00	
Freitag	10:00-16:00	Gesunde Ernährung: Kochen Kaffee & Kuchen	10:00-13:00 14:30-16:00	3,00 € 2,00 €
Samstag	10:00-13:00	Brunch	10:00-13:00	3,00 €

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

**Aufgrund von Vertretungssituationen im März können Angebote nicht immer wie geplant stattfinden – beachten Sie hierzu unsere Aushänge und Ankündigungen.**

### besondere Angebote

Tag / Datum	Uhrzeit	Angebot / Inhalte / Ort	Information / Hinweis

### Selbsthilfegruppen

Tag / Datum	Uhrzeit	Angebot / Inhalte / Ort
montags / 09.03.; 23.03.	16:30-18:00	Die Montagsgruppe
dienstags / 03.03.; 17.03.	18:30-19:30	Freie Selbsthilfegruppe
mittwochs	16:30-18:00	Depressionsgruppe „Aufschwung“
mittwochs / 04.03.; 18.03.	18:00-20:00	Elternkreis suchtkranker Kinder
donnerstags	18:00-19:30	Angst- und Depressionen

### Angebote der Kooperationspartner\*innen

Gesundheitsamt: Koordinierungszentrum EGH	Frau Pelzer	Beratung zur sozialen Teilhabe Terminvereinbarung: 03391 688 5391
Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung:	Frau Wlodarski	Unabhängige Teilhabeberatung Terminvereinbarung: 03391 4069100