

## Teilhabezentrum „Zum Treppchen“

Öffnungszeiten	
Montag	10:00 – 13:00 Uhr *
Dienstag	13:00 – 18:00 Uhr *
Mittwoch	10:00 – 16:00 Uhr *
Donnerstag	13:00 – 19:00 Uhr *
Freitag	10:00 – 16:00 Uhr *
Samstag	10:00 – 13:00 Uhr



Teilhabezentrum „Zum Treppchen“  
Kontakt- und Beratungsstelle  
Präsidentenstraße 44  
16816 Neuruppin  
AWO-OPR: Frau Janzen  
Volkssolidarität: Frau Herrmann  
03391 651905  
kbs.neuruppin@awo-opr.de  
thz.neuruppin@awo-opr.de

Sprechzeiten **Gesundheitsamt:**  
Koordinierungszentrum EGH

Frau Pelzer

Beratung zur sozialen Teilhabe  
Terminvereinbarung unter: 03391 6885391

Sprechzeiten **Gesundheitsamt:**  
Sozialpsychiatrischer Dienst

Frau Pietschmann

Beratung für Betroffene und Angehörige  
Donnerstag 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Sprechzeiten **EUTB – Ergänzende**  
unabhängige Teilhabeberatung:

Frau Wlodarski

Unabhängige Teilhabeberatung  
Terminvereinbarung unter: 03391 4069100

## Monatsplan November 2024

### Wochenplan – wiederkehrende Angebote

Tag	Uhrzeit	Angebot / Inhalte / Ort	Information / Hinweis
Montag	10:00-13:00 10:00-12:00	gesunde Ernährung: Kochen Beratung mit Termin	3,00 €
Dienstag	10:00-12:00 13:00-15:00 16:00-18:00	Beratung mit Termin „Projekt „Grün“ im Garten Foto-AG	
Mittwoch	10:00-13:00 14:00-16:00	gesunde Ernährung: Kochen Handarbeitstreff	3,00 €
Donnerstag	13:00-15:00 15:00-17:00	Bewegungsangebot Offener Treff / Gesellschaftsspiele	
Freitag	10:00-13:00 10:00-12:00 14:30-16:00	gesunde Ernährung: Kochen Beratung mit Termin Gespräche bei Kaffee & Kuchen	3,00 € 2,00 €
Samstag	10:00-13:00	Brunch	3,00 €

### Zusatzinformation:

\* Beratungen können von Montag bis Freitag außerhalb der Öffnungszeiten vereinbart werden.

### besondere Angebote

Tag / Datum	Uhrzeit	Angebot / Inhalte / Ort	Information / Hinweis
dienstags / 05.11.; 19.11.	16:30-18:00	Bandprobe	
Donnerstag 07.11.	10:00-12:00	Martinimarkt	

### Selbsthilfegruppen

Tag / Datum	Uhrzeit	Angebot / Inhalte / Ort
montags / 11.11.; 25.11.	15:00-16:30	Selbsthilfegruppe Angst / Depressionen
dienstags / 05.11.; 19.11.	18:30-19:30	Freie Selbsthilfegruppe
mittwochs	16:30-18:00	Depressionsgruppe „Aufschwung“
mittwochs / 13.11.; 27.11.	18:00-20:00	Elternkreis suchtkranker Kinder