

## Kontakt- und Beratungsstelle Schwerte & Holzwickede (KuBS)

Die Kontakt- und Beratungsstelle ist ein offener Treffpunkt für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung, Menschen in Krisen, deren Angehörigen, Freunde und Gäste. In vertrauensvoller Atmosphäre bieten wir Beratung, Gespräche, Freizeitangebote und Veranstaltungen.

### Termine im März 2026

#### März 2026 - besondere Termine

**09. & 23.03.**      **14:00 Uhr**

Frauengruppe

**24.03.**              **11:00 Uhr**

Osterbrunch (wir bitten um Anmeldung)

**25.03.**              **11:00 Uhr**

Kontaktstellenbesprechung

**26.03.**              **15:00 Uhr**

Kino-Nachmittag mit Abendbrot

#### Regelmäßiges Wochenprogramm

(\*wir bitten um Anmeldung)

##### Montag:

14:00Uhr - 18:00 Uhr „offener Treff“

15:00 Uhr Spielenachmittag

17:00 Uhr Abendbrot

##### Dienstag:

09:00 - 14:00 Uhr „offener Treff“

10:00 Uhr Koch- und Küchengruppe

12:00 Uhr Mittagstisch\*

##### Mittwoch:

10:00 – 15:00 Uhr „offener Treff“

10:00 Uhr Back- und Küchengruppe

10:00 – 12:00 Uhr Sei kreativ mit „Nadel & Faden“ (Handarbeitsgruppe)

14:00 – 16:00 Uhr „Kaffeeklatsch“

##### Donnerstag:

14:00 – 19:00 Uhr „offener Treff“

15:00 Uhr Konzentrationstraining

18:00 Uhr Abendessen

##### Freitag:

09:00 – 14:00 Uhr „offener Treff“

11:00 Uhr „Neuigkeiten aus der Welt“

Wir nutzen Zeitung und Internet  
zum informieren

11:00 Uhr Walk & Talk an der Ruhr

Kontakt- und Beratungsstelle Schwerte (KuBS)  
Hagener Str. 7-11 (City Center 1. Etage), 58239 Schwerte  
E-Mail: [tuw-kubs-schwerte@diakonie-mark-ruhr.de](mailto:tuw-kubs-schwerte@diakonie-mark-ruhr.de)  
Telefon: 02304 940 78 20 / Mobil: 0152 21893370  
Internet: [www.dmr-teilhabeundwohnen.de](http://www.dmr-teilhabeundwohnen.de)

**Diakonie**   
**Mark-Ruhr**  
Teilhabe und Wohnen