

Sozialpsychiatrisches Zentrum Düsseldorf Süd

Monatsprogramm Dezember 2024

Kontakt: spz@awo-duesseldorf.de / 0211 60025-839

Unsere wöchentlichen Angebote in der Schloßallee 12a:

Montags	12:00 – 14:00 Uhr	Erfahrungsfokussierte Beratung für Stimmenhörende
Montag 2 x monatl.	17:30 – 19:00 Uhr	Angehörigengruppe Familientreff Holthausen Geeststraße 99 (Termine bitte erfragen)
Montag 09.12.	18:00 – 20:00 Uhr	„Gut weiterleben – trotzdem!“ Selbsthilfegruppe für psychisch Erkrankte 3. Etage Anmeldung: a_kernchen@gmx.de
Dienstags	11:00 – 12:30 Uhr	Stressreduktion durch Stretching-, Achtsamkeits- und Entspannungsübungen
Dienstag	12:30 – 14.30 Uhr	Offene Beratung
Dienstag 1 x monatl.	Ab 15:00 Uhr	Kochgruppe 3. Etage Anmeldung unter: 0152 – 28547079 (Termin bitte erfragen)
Mittwochs	16:15 – 17:15 Uhr	Nordic Walking oder Walk&Talk
Donnerstags	11:00 – 13.00 Uhr	Offene Beratung
	12:15 – 14:15 Uhr	Offener Treff für Senioren
	16:00 – 18.00 Uhr	Spielenachmittag und Freizeittreff „drinnen oder draußen“ 3.Etage
Freitags	17:00 – 19:30 Uhr	Offener Treff
Sonntags	14:30 – 18:00 Uhr	Offener Treff



Seniorentreff des SPZ Dezember 2024

Donnerstag: 05.12.2024	14:30 – 16:30 Uhr	Weihnachtsfeier
Donnerstag: 12.12.2024	12:15 – 14:15 Uhr	Weihnachtsbingo
Donnerstag: 19.12.2024	12:15 – 14:15 Uhr	Weihnachtssingen + Weihnachtskuchen

Der Treff findet in der **Schlossallee 12a** in Eller statt.
Für unsere offenen Gruppenangebote ist keine Anmeldung erforderlich!
Telefonisch erreichen Sie uns unter 0211/60025839

Herzliche Grüße vom SPZ-Team



Treff Programm Dezember 2024

Sonntag, 01.12.24	14:30 – 18:00 Uhr	Geburtstags-Café
Freitag, 06.12.24	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 08.12.24	14:30 – 18:00 Uhr	Kreativangebot
Freitag, 13.12.24	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 15.12.24	14:30 – 18:00 Uhr	Tanzkaffee
Freitag, 20.12.24	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 22.12.24	14:30 – 18:00 Uhr	Offener Weihnachtstreff
Freitag, 27.12.24	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 29.12.24	14:30 – 18:00 Uhr	Bingo

Der Treff findet in der **Schlossallee 12a** in Eller statt.

Für unseren Treff ist keine Anmeldung erforderlich!

Telefonisch erreichen Sie uns unter 0211 60025839

Herzliche Grüße vom SPZ-Team

