

Sozialpsychiatrisches Zentrum Düsseldorf Süd

Monatsprogramm Januar 2025

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 13. + 27.01.	17:30 – 19:00 Uhr	Angehörigengruppe Familientreff Holthausen Geeststraße 99
Montag 2 x monatl.	18:00 – 20:00 Uhr	„Gut weiterleben – trotzdem!“ Selbsthilfegruppe für psychisch Erkrankte 3. Etage Anmeldung: a_kernchen@gmx.de (Termine bitte erfragen)
Dienstags	11:00 – 12:30 Uhr	Stressreduktion durch Entspannungsübungen
Dienstags	12:00 – 14:00 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	12:00 – 14:00 Uhr	Offene Beratung
	12:15 – 14:15 Uhr	Offener Treff für Seniorinnen und 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 Januar 2025

Donnerstag: 09.01.2025	12:15 – 14:15 Uhr	Neujahrsbingo
Donnerstag: 16.01.2025	12:15 – 14:15 Uhr	Singen
Donnerstag: 23.01.2025	12:15 – 14:15 Uhr	Frühstück
Donnerstag: 30.01.2025	12:15 – 14:15 Uhr	Kaffeeklatsch

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

Januar 2025

Freitag, 03.01.25	17:00 - 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 05.01.25	14:30 - 18:00 Uhr	Geburtstags-Café
Freitag, 10.01.25	17:00 - 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 12.01.25	14:30 - 18:00 Uhr	OT
Freitag, 17.01.25	17:00 - 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 19.01.25	14:30 - 18:00 Uhr	Kreativangebot
Freitag, 24.01.25	17:00 - 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 26.01.25	14:30 - 18:00 Uhr	Bingo
Freitag, 31.01.25	17:00 - 19:30 Uhr	Abendbrot

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

