# Sozialpsychiatrisches Zentrum Düsseldorf Süd
# Monatsplan Mai 2025

Kontakt: spz@awo-duesseldorf.de / 0211 – 60025-839, Schlossallee 12a

| | | |
|---|---|---|
| **Montags** | 10:00 – 11:30 Uhr | **Frühstückchen**<br>Mit Petra und Andreas, Bitte anmelden |
| **05. + 19.05.** | 17:30 – 19:00 Uhr | **Angehörigengruppe**<br>3. Etage, Anmeldung: 0211-60025600 |
| **12. + 26.05.** | 18:00 – 20:00 Uhr | **„Gut weiterleben – trotzdem!“**<br>Selbsthilfegruppe für psychisch Erkrankte<br>3. Etage, Anmeldung: a_kernchen@gmx.de |
| **Dienstags** | 11:00 – 12:30 Uhr | **Methoden der Stressreduktion und Selbstfürsorge** |
| | 12:00 – 14.00 Uhr | **Offene Beratung** |
| **1 x monatlich** | Ab 16:00 Uhr | **Kochgruppe**<br>3. Etage, Anmeldung unter: 0152 – 28547079 |
| **Mittwochs** | 16:15 – 17:15 Uhr | **Nordic Walking oder Walk&Talk** |
| **Donnerstags** | 12:00 – 14.00 Uhr | **Offene Beratung** inkl. erfahrungsfokussierte Beratung für **Stimmenhörende** |
| | 12:15 – 14:15 Uhr | **Offener Treff für Senioren** |
| | 16:00 – 18.00 Uhr | **Spielenachmittag und Freizeittreff „drinnen oder draußen“** 3.Etage |
| **08.05.** | 15:30 Uhr | **Schwimmgruppe** Badehaus Benrath, treffen vor Schlossalle 12 B, Anmeldung: 0163/7602540, Kosten 6,20€/4,10€ |
| **Freitags** | 10:30 - 12:00 Uhr | **Ausdrucksmalen an der Wand**<br>Mit Anleitung und Unterstützung, Bitte anmelden |
| | 17:00 – 19:30 Uhr | **Offener Treff** |
| **Sonntags** | 14:30 – 18:00 Uhr | **Offener Treff** |

Sozialpsychiatrisches Zentrum | AWO VITA gGmbH
Schloßallee 12a | 40229 Düsseldorf | Tel.: 0211 60025-839 | Fax: 0211 60025-381
spz@awo-duesseldorf.de | www.awo-duesseldorf.de

Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf
VITA gGmbH

# Treff Programm
# Mai 2025

| | | |
|---|---|---|
| Freitag, 02.05.25 | 17:00 - 19:30 Uhr | Abendbrot |
| Sonntag, 04.05.25 | 14:30 – 18:00 Uhr | Geburtstags-Café |
| Freitag, 09.05.25 | 17:00 - 19:30 Uhr | Abendbrot |
| Sonntag, 11.05.25 | 14:30 – 18:00 Uhr | Kreativangebot |
| Freitag, 16.05.25 | 17:00 – 19:30 Uhr | Abendbrot |
| Sonntag, 18.05.25 | 14:30 - 18:00 Uhr | Tischtennis |
| Freitag, 23.05.25 | 17:00 - 19:30 Uhr | Abendbrot |
| Sonntag, 25.05.25 | 12:00 – 16:00 Uhr | Inklusionsfest |
| Freitag, 30.05.25 | 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

Sozialpsychiatrisches Zentrum | AWO VITA gGmbH
Schloßallee 12a | 40229 Düsseldorf | Tel.: 0211 60025-839 | Fax: 0211 60025-381
spz@awo-duesseldorf.de | www.awo-duesseldorf.de

Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf
VITA gGmbH

# Seniorentreff des SPZ
# Mai 2025

| | | |
|---|---|---|
| Donnerstag: 01.05.2025 | 12:15 – 14:15 Uhr | Entfällt/Feiertag |
| Donnerstag: 08.05.2025 | 12:15 – 14:15 Uhr | Waffeln |
| Donnerstag: 15.05.2025 | 12:15 – 14:15 Uhr | Bingo |
| Donnerstag: 22.05.2025 | 12:15 – 14:15 Uhr | Joghurt+Obstsalat |
| Donnerstag: 29.05.2025 | 12:15 – 14:15 Uhr | Entfällt/Feiertag |

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

Sozialpsychiatrisches Zentrum | AWO VITA gGmbH
Schloßallee 12a | 40229 Düsseldorf | Tel.: 0211 60025-839 | Fax: 0211 60025-381
spz@awo-duesseldorf.de | www.awo-duesseldorf.de