

Sozialpsychiatrisches Zentrum Düsseldorf Süd

Monatsplan November 2025

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

Montags	10:00 – 11:30 Uhr	Frühstückchen Mit Petra und Andreas, Bitte anmelden
17.11.	17:30 – 19:00 Uhr	Angehörigengruppe 3. Etage, Anmeldung: 0211-60025600
10. + 24.11.	16:00 – 18:00 Uhr	„Gut weiterleben – trotzdem!“ Selbsthilfegruppe für psychisch Erkrankte 3. Etage, Anmeldung: a_kernchen@gmx.de
Dienstags	11:00 – 12:30 Uhr	Methoden der Stressreduktion und Selbstfürsorge
	12:30 – 14:00 Uhr	Offene Beratung
Mittwochs	16:15 – 17:15 Uhr	Nordic Walking oder Walk&Talk
05. + 19.11.	10:00 – 12:00 Uhr	Frühstückstreff Anmeldung: spz@awo-duesseldorf.de
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
	15:30 Uhr	Schwimmgruppe treffen vor Schlossalle 12 B, Anmeldung: 0163/7602540, Kosten: 6,20€/4,10€
Freitags	10:30 - 12:00 Uhr	Ausdrucksmalen an der Wand Mit Anleitung und Unterstützung, Bitte anmelden
21.11.	15:00 Uhr	Kochgruppe 3. Etage, Anmeldung unter: 0152 – 28547079
	17:00 – 19:30 Uhr	Offener Treff
Sonntags	14:30 – 18:00 Uhr	Offener Treff



Treff Programm November 2025

Sonntag, 02.11.25	14:30 – 18:00 Uhr	Geburtstags-Café
Freitag, 07.11.25	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 09.11.25	14:30 – 18:00 Uhr	OT
Freitag, 14.11.25	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 16.11.25	14:30 – 18:00 Uhr	Bingo
Freitag, 21.11.25	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 23.11.25	14:30 – 18:00 Uhr	Kreativangebot: Tassen bemalen
Freitag, 28.11.25	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 30.11.25	14:30 – 18:00 Uhr	OT

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



Seniorentreff des SPZ November 2025

Donnerstag: 06.11.2025	12:15 – 14:15 Uhr	Bingo
Donnerstag: 13.11.2025	12:15 – 14:15 Uhr	St. Martin
Donnerstag: 20.11.2025	12:15 – 14:15 Uhr	Singen mit Kuchen
Donnerstag: 27.11.2025	12:15 – 14:15 Uhr	Wilma Geburtstag

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

