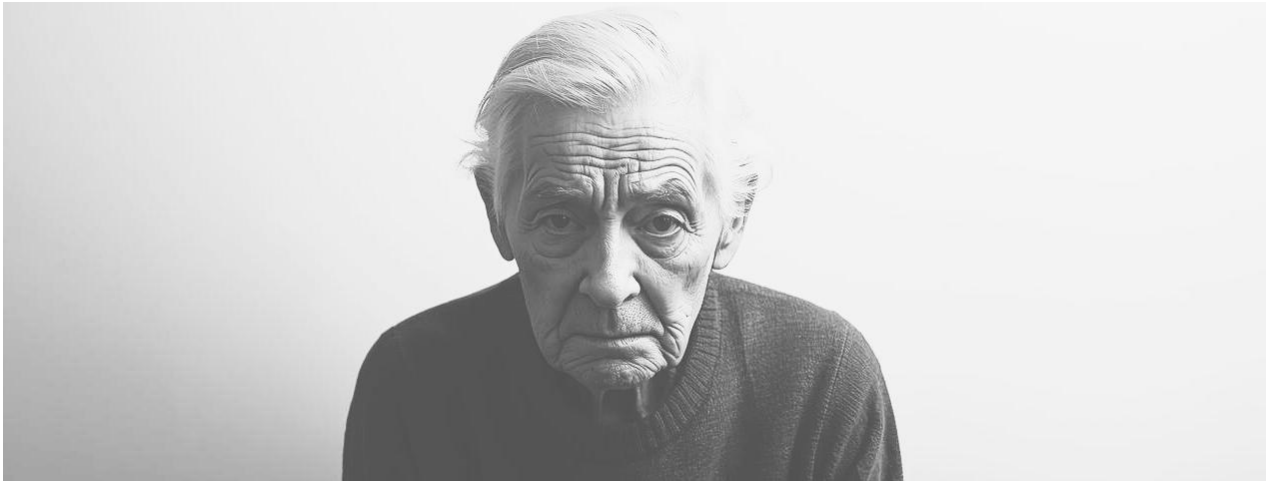




Vortrag zum Thema Depression und Altersdepression

gehalten von Prof. Dr. med. T. Supprian

Depression ist eine weitverbreitete Erkrankung. Wenn Traurigkeit, Hoffnungslosigkeit und Antriebslosigkeit über Wochen oder Monate anhalten - wenn das Leben dauerhaft grau und sinnlos erscheint liegt die Diagnose einer Depression nahe.

Die Altersdepression (meist ab 60-65 Jahren) zeigt sich oft durch körperliche Beschwerden, wie z.B. Schmerzen oder Appetitlosigkeit. Im Vergleich zur allgemeinen Depression sind die Auslöser häufiger Verluste z.B. des Partners, der Gesundheit oder schwindende Kontakte und damit Isolation.

Tag: Donnerstag der 19.02.2026

Beginn: 13:00 Uhr

Ort: Sozialpsychiatrisches Zentrum

Schloßallee 12 a

40229 Düsseldorf

Bitte möglichst anmelden unter: 0211 60025-839



Sozialpsychiatrisches Zentrum Düsseldorf Süd

Monatsplan Februar 2026

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

Montags	10:00 – 11:30 Uhr	Frühstückchen Mit Petra und Andreas, Bitte anmelden
02.02.	17:30 – 19:00 Uhr	Angehörigengruppe 3. Etage, Anmeldung: 0211-60025600
09.+23.02.	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
03. + 18.02.	10:00 – 12:00 Uhr	Frühstückstreff Anmeldung: Tel. oder 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
	Ab 13 Uhr	Vortrag zum Thema Depression und Altersdepression Mit Prof. Dr. med. T. Supprian
Freitags	11:00 – 12:30 Uhr	Kreativangebot Anmeldung unter: 0211 – 60025839/ spz@awo-duesseldorf.de
	17:00 – 19:30 Uhr	Offener Treff
Sonntags	14:30 – 18:00 Uhr	Offener Treff



Treff Programm

Februar 2026

Sonntag, 01.02.26	14:30 – 18:00 Uhr	Geburtstags-Café
Freitag, 06.02.26	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 08.02.26	14:30 – 18:00 Uhr	OT
Freitag, 13.02.26	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 15.02.26	14:30 – 18:00 Uhr	Karneval Helau
Freitag, 20.02.26	17:00 – 19:30 Uhr	Abendbrot
Sonntag, 22.02.26	14:30 – 18:00 Uhr	OT
Freitag, 27.02.26	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



Seniorentreff des SPZ Februar 2026

Donnerstag: 05.02.2026	12:15 – 14:15 Uhr	Geburtstag Elisabeth
Donnerstag: 12.02.2026	12:15 – 14:15 Uhr	Altweiber
Donnerstag: 19.02.2026	12:15 – 14:15 Uhr	Bingo & Kekse
Donnerstag: 26.02.2026	12:15 – 14:15 Uhr	Singen & Kuchen

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

