



Gruppen des SPZ und Selbsthilfegruppen im SPZ 2023



Montag	<u>1. und 3. Montag</u> Café Plus - für Menschen ab 60 16:00 - 17:30 Uhr, Karlstr. 4 Information: Herr Eckhardt Tel.: 0214 8333-22	<u>März - September</u> <u>Monatlich - immer der 4. Montag</u> Radeln für die Seele Start: 14:15 Uhr, Karlstr. 4 Anmeldung: Herr Schumacher Tel.: 0214 8333-41	<u>2. und 4. Montag</u> Genesungs-Gruppe 16:00 - 17:30 Uhr, Karlstr. 4 Anmeldung u. Information: Sozialpsychiatrische Ambulanz Tel.: 0214 8333-22
Dienstag	<u>Wöchentlich</u> Selbsthilfegruppe Kreativ-Oase 16:00 - 17:30 Uhr, Karlstr. 6 Information: Herr Schumacher Tel.: 0214 8333-41		
Mittwoch	<u>Wöchentlich</u> Meeting-Point Ein Café - offen für alle 15:00 - 16:30 Uhr, Karlstr. 4 Information: Sozialpsychiatrische Ambulanz Tel.: 0214 8333-22	<u>Jeden 4. Mittwoch im Monat</u> Selbsthilfegruppe „Dämonenjäger“ - Für Menschen mit Depressionen 18:00 - 20:00 Uhr, Karlstr. 6 Information: Herr Weigandt E-Mail: shg.anmeldung@gmail.com	
Donnerstag	<u>Bei Interesse bitte melden</u> STEPPS-Trainingsprogramm (bei Borderline-Störung) Information: Frau Neitzert Tel.: 0214 8333-22		
Freitag	<u>Wöchentlich</u> Selbsthilfegruppe „Scherbenkunst“ - Kreatives Gestalten mit Mosaiken 16:00 - 18:00 Uhr, Karlstr. 6 Information: Frau Koops-Glüssenkamp Tel.: 0157 52238339		
Sonntag	<u>Jeden 2. Sonntag im Monat</u> Selbsthilfe-Café Spielen, Kaffee trinken, klönen 15:15 - 17:15 Uhr bzw. 18:15 Uhr, Karlstr. 6 Information: Frau Westhoff, Tel.: 0176 51296717 Herr Hauf, Tel.: 0176 92107186		

