

## Besondere Angebote im April!

### Klön – Café

Jeden Sonntag 14:00 – 17:00 Uhr

mit Kaffee, Kuchen, und gemütlichem Beisammensein

### Ostereier färben

Mittwoch, 01.04.26 von 13:00 – 15:00 Uhr

Wir färben und bemalen zusammen Ostereier für unseren Osterbrunch am 02.04.26. Ein Lieblings-Ei darf gerne mit nach Hause genommen werden. ☺  
*Ohne Voranmeldung // kostenfrei*

### Osterbrunch in der PHG (\*)

Donnerstag, 02.04.26 von 11:00 bis 13:00 Uhr

Gemeinsames vielfältiges Frühstück in gemütlicher Runde. Im Anschluss gibt es eine leckere Suppe. Wir bitten um rechtzeitige Voranmeldung. Anmeldung & Bezahlung am Empfang // Kosten: 2,80 €

### Digitalisierung für alle!

Donnerstag, 23.04.26 von 15:00 bis 17:00 Uhr

Kursangebot mit Rat für alle, die Handy, Laptop und Co. besser kennenlernen und nutzen möchten.

*Wünschen Sie sich Kontakte? Haben Sie Fragen zu Themen Psychischer Gesundheit? Sind Sie selbst Betroffene:r oder Angehörige:r und suchen Rat?*

***Wir sind für Sie da.***

***Beachten Sie auch gerne unsere Aushänge innerhalb der Kontaktstelle SPZ Nord (Gehrstraße 54, 47167 DU). Dort finden Sie weitere Angebote und Aktionen!***

## Regelmäßige offene Angebote in der Kontakt – und Beratungsstelle

Der offene Treff ist jeden Tag von 9:30 – 14:30 Uhr für Sie geöffnet. Dort kann gespielt, geplaudert, gelesen, gepuzzelt oder gemalt werden – Je nachdem, was gerade guttut!

### MONTAG

09:30 - 11:30 offene Beratung ohne Termin  
11:15 - 12:15 Spieleangebot  
12:30 Mittagessen (\*)  
15:00 - 16:30 Selbsthilfegruppe Depression & Ängste 1  
(Kontakt: Frau Schmidt)

### DIENSTAG

12:30 Mittagessen (\*)  
12:00 - 13:00 offene Beratung  
13:30 - 14:30 Spieleangebot  
14:00 - 16:00 Frauen-Selbsthilfegruppe Depression & Ängste 2 „Horizonte“  
(Kontakt: Frau Schmidt)

### MITTWOCH

10:00 - 11:00 Rückenschule  
11:15 - 12:15 Entspannung  
12:30 Mittagessen (\*)  
13:30 - 15:00 Gesangsgruppe  
15:00 - 17:00 Online-Beratung

### DONNERSTAG

11:15 - 12:15 Stressbewältigung  
12:30 Mittagessen (\*)  
13:30 – 14:30 Kreativgruppe  
15:00 – 17:00 Digitalisierung für alle  
(einmal im Monat: 23.04.26)

### FREITAG

11:15 - 12:15 PHG – Redaktions- & Mediengruppe „Butterflyer“  
12:30 Mittagessen (\*)  
13:30 - 14:30 Tischtennis

Bei Fragen zu den Angeboten melden Sie sich gerne unter ☎ 0157/82214342 bei Frau Schmidt.

Für alle mit (\*) gekennzeichneten Angebote melden Sie sich bitte vorab unter ☎ 0203/34876-1200 an unserem Empfang an.

**April 2026**

## Sozialpsychiatrisches Zentrum - Nord

**Gehrstraße 54  
47167 Duisburg**

**Telefon: 0203/34876-0  
Fax: 0203/34876-1209**

**E-Mail: [spz-nord@phg-du.de](mailto:spz-nord@phg-du.de)**

**[www.phg-du.de](http://www.phg-du.de)**

**PHG  
Duisburg**



*Wir sind ein Sozialpsychiatrisches Zentrum und unterstützen Menschen mit seelischen Problemen und psychischen Erkrankungen sowie deren Angehörige im Duisburger Norden.*

**SPZ-Leitung:** Christian Junghans ☎ 34876-1222

## Beratung

Sie suchen Hilfe, wissen aber nicht, ob es eine Hilfe gibt und welches Angebot das Richtige für Sie ist? Wir stehen Ihnen zur Verfügung und schauen gemeinsam mit Ihnen nach geeigneten Hilfen.

**Kontakt:** Stefan Keßler ☎ 34876-2107

### • Peer-Beratung durch Genesungsbegleiter

Betroffener hilft Betroffenen, auf Basis eigener Erfahrungen werden Sie von einer ausgebildeten Fachkraft beraten.

**Kontakt:** Markus Bergs ☎ 34876-2410

### • SPDi (Sozialpsychiatrischer Dienst der Stadt Duisburg)

Beratung und Unterstützung von Menschen mit psychischen Auffälligkeiten und ihrer Bezugspersonen.

**Kontakt:** Meike Prasse ☎ 0203-283985178

### • Online-Beratung

Sie sind auf der Suche nach einer Beratung, die Sie von zu Hause aus am Handy oder PC wahrnehmen können? Jeden Mittwoch von 15 bis 17 Uhr können Sie mit Fachkräften chatten oder eine Videosprechstunde in Anspruch nehmen. Unter folgendem Link können Sie sich kostenlos und anonym anmelden: <https://www.phg-du.de/unsere-angebote/beratung/online-beratung>

## Medizinische Angebote

### • Ergotherapie

als gezielte Unterstützung bei psychischen Erkrankungen auf Verordnung des Arztes, z. B. Hirnleistungstraining, Arbeitstherapie, o.ä.

**Kontakt:** Michel Jansing ☎ 34876-1400

### • Ambulante Pflege

als Hilfe bei der Grund- und Behandlungspflege, Hilfestellungen bei verschiedenen alltagsbezogenen Verrichtungen und Betreuungsleistungen.

**Kontakt:** Bianca Koch ☎ 34876-1445

## Tagesstruktur

### • Kontaktstelle

Eine Möglichkeit zwanglos Kontakt zu anderen Menschen herzustellen und Gruppenangebote zu nutzen (Angebote siehe Rückseite).

**Kontakt:** Corinna Schmidt ☎ 34876-2408  
☎ 0157/82214342

### • Tagesstätte

Dem Alltag Struktur geben – die eigene Zeit sinnvoll gestalten. Die Tagesstätte schafft ein sicheres Umfeld für diese Herausforderung.

**Kontakt:** Julia Böhm ☎ 34876-2405

## Wohnen

### • Ambulant Betreutes Wohnen (BeWo)

Hier erhalten Sie regelmäßige Unterstützung zur Bewältigung des Alltags in der eigenen Wohnung.

**Kontakt:** Christian Junghans ☎ 34876-1222

### • Leben in Gastfamilien

Vermittlung und Begleitung von Menschen mit chronisch psychischen Beeinträchtigungen in Gastfamilien.

**Kontakt:** Stefan Stutzmann ☎ 34876-2103

### • BeWo - Traumafolgestörungen

In einem speziellen Bereich des Ambulant Betreuten Wohnens begleiten und beraten wir Menschen mit komplexen Traumafolgestörungen.

**Kontakt:** Fentje Gerstenberg ☎ 34876-2202

## Arbeit & Beschäftigung

### • NeuOrientierung Arbeit und Hilfen (NOAH)

Ein Angebot für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, die nicht mehr als 3 Stunden am Tag arbeiten können, aber trotzdem ihre beruflichen Perspektiven verbessern möchten.

**Kontakt:** Elisabeth Werner ☎ 34876-1501

### • Projekt Arbeitsinitiative Nord (PAN)

Ein Angebot für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen, die Bürgergeld beziehen und gerne wieder arbeiten möchten.

**Kontakt:** Elisabeth Werner ☎ 34876-1501

## Jugendhilfe

### • Hilfen für Eltern, Kinder und Jugendliche

Beratung und Unterstützung von Familien, die durch ihren Lebensalltag, Erziehung oder den Umgang mit einer psychischen Erkrankung belastet sind.

**Kontakt:** Andreas Bruns ☎ 34876-2701

### • KipE<sup>Rheinland</sup> (Beratungsstelle für Kinder psychisch kranker Eltern)

Begleitung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen in psychisch belastenden Lebenssituationen.

**Kontakt:** Andrea Blum ☎ 34876-2706

### so erreichen Sie uns:

mit den Buslinien 910/935  
bis Haltestelle: „Morianstraße“

oder mit den Straßenbahnlinien 903 bis  
Haltestelle: „Amsterdamer Straße“

oder mit dem PKW über die Autobahn A 42  
Abfahrt: „Duisburg Neumühl/Meiderich“