

Picknick im Park

Dienstag, 11.08.26

11.30 Uhr bis ca. 14.00 Uhr



Essen, Spielen, Klönen im Lutherpark

Cocktailnachmittag (alkoholfrei)

Mittwoch, 19.08.2026

13.30 - 15.00 Uhr



Anmeldung im SPZ



Abendangebot

am Mittwoch 26.08.2026 um 16.30 Uhr
Biergarten Hafensturm o. Spielen
(je nach Wetter und Interesse)

Infos und Anmeldung zu allen Angeboten
im SPZ

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Der „offene Treff“ ist für Sie geöffnet:

Montag bis Freitag 8.30 Uhr bis 15.00 Uhr

Belegte Brötchen täglich ab 9.00 Uhr

Mittagessen täglich um 12.30 Uhr (Anmeldung bis 9.30 Uhr)

Wochenendöffnung:

am 2. Wochenende im Monat,
näheres an der SPZ-Infowand oder telefonisch (im SPZ)

(Peer-) Beratungen und Spätberatungen

finden nach (telefonischer) Vereinbarung oder zu den
offenen Sprechstunden statt

Fahrradwerkstatt

Öffnungszeiten: Mo. 9.00-12.30 Uhr, Mi. 13.00-16.30 Uhr, Fr.
9.00-12.30 Uhr und telefonisch: 0203/ 34876-2507

Selbsthilfegruppen Angst / Depression

Infos und Anmeldung im SPZ

Regelmäßige Angebote im SPZ:

Montag

10:30-11:30	Walking
11:30-12:30	offene Sprechstunde (Peerberatung)
13:30-14:30	„Meine Zeit“ (Gymnastik+Entspannung)
14:30-15:30	Feier- und Ausflugsplanung

Dienstag

11:00-12:00	Psychosegruppe
13:00-14:00	offene Sprechstunde (Peerberatung)
14:00-15:00	Entdeckergruppe (Ressourcen)
16:30-18:00	Selbsthilfegruppe Angst Gruppe I, gerade KW

Mittwoch

14:00-15:30	Kreativangebot
16:30-18:00	Selbsthilfegruppe Angst Gruppe II, gerade KW
16:30-19:00	Abendangebot (z.B. gemeinsames Kochen), 14-tägig (siehe Aushang)

Donnerstag

11:00-12:00	Psychoedukation
13:30	Kicker-Treff
14:00-16:00	Backen
16:30-18:00	Selbsthilfegruppe Depression+Ängste gerade KW

Freitag

10:00-11:00	„tierisch bewegt durch die Gemeinde“
11:00-12:00	Konzentrationstraining
13:30-14:00	VocalVibes – Komm & Sing!
14:00-15:30	„Tasse & Törtchen“ - Kaffeeklatsch

Sozialpsychiatrisches Zentrum Homberg

August 2026

Wilhelmstraße 23
47198 Duisburg

Telefon: 0203/ 34876-1230

Fax: 0203/ 34876-1239

E-Mail: spz-homberg@phg-du.de

www.phg-du.de

PHG
Duisburg



Wir sind ein Sozialpsychiatrisches Zentrum (SPZ) in Homberg und unterstützen Menschen mit seelischen Problemen und psychischen Erkrankungen sowie deren Angehörige.

SPZ-Leitung: Mailin Doobe ☎ 0203 34876-1231

Beratung für Betroffene und Angehörige

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: Kathrin Gruner ☎ 0203 34876-1230
Stefanie Watzke

- **Peerberatung:** Beratung durch eine Fachkraft mit eigener Erkrankungsgeschichte

Kontakt: Luna Stitz ☎ 0203 34876-1230

- **Online-Beratung:** Sie sind auf der Suche nach einer Beratung, die Sie von zu Hause aus am Handy oder PC wahrnehmen können? Jeden Mi. von 15 - 17 Uhr können Sie mit Fachkräften chatten o. 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>

Tagesstruktur

- **Kontaktstelle**

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

Kontakt: Kathrin Gruner ☎ 0203 34876-1230
Stefanie Watzke

- **Tagesstätte**

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

Kontakt: Stefanie Watzke ☎ 0203 34876-2502

Wohnen

- **Ambulant Betreutes Wohnen (BeWo)**

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

Kontakt: Mailin Doobe ☎ 0203 34876-1231

Angebote an anderen Standorten der PHG:

Wohnen

- **Gastfamilien**

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

Kontakt: Stefan Stutzmann ☎ 0203 34876-2103

- **Trauma BeWo**

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

Kontakt: Fentje Gerstenberg ☎ 0203 34876-2202

Beratung

- **SPKoM (Migrationsfachdienst)**

Hier erhalten Sie Beratung, wenn Sie sich mit ihren seelischen Problemen lieber an eine russisch- oder türkischsprachige Fachkraft wenden möchten.

Kontakt: Tatiana Hülsmann ☎ 0203 34876-2110
Mehtap Avsar ☎ 0203 34876-2108

- **SPDi (Sozialpsychiatrischer Dienst)**

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

Kontakt: Peter Jablonowski ☎ 0203 34876-1200

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.

- **Projekt Arbeitsinitiative Nord (PAN)**

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

Kontakt: Elisabeth Werner ☎ 0203 34876-1501

Jugendhilfe

- Hilfen für Eltern, Kinder und Jugendliche

Kontakt: Andreas Bruns ☎ 0203 34876-2701

- **KipE^{Rheinland}**

(Beratungsstelle für Kinder psychisch kranker Eltern)

Kontakt: Andrea Blum ☎ 0203 34876-1240

medizinische Angebote

- **Ergotherapie**

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

Kontakt: Michel Jansing ☎ 0203 34876-1400
Ergo-Praxis: Hollenbergstr. 9, 47137 Duisburg

- **Ambulante Pflege**

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

Kontakt: Bianca Koch ☎ 0203 34876-1445

Der Weg zu uns:

mit den **Buslinien** 911, 925, 926, 929 – Haltestelle: „Bismarckplatz“ oder mit dem **PKW** über die Autobahnen A 40 – Abfahrt: „Duisburg-Homberg“ und A 42 – Abfahrt: „Duisburg-Baerl“



SPZ Homberg

Wilhelmstr. 23
47198 Duisburg

☎ 0203/ 34876-1230