

Sozialpsychiatrisches Zentrum

Kontakt- und Beratungsstelle „Treffpunkt“

Unsere Einrichtung ist offen für alle Ratsuchenden – ob Menschen in einer seelischen Krise oder deren Angehörige, unabhängig von religiöser Zugehörigkeit oder Wohnort.

→ Beratungsgespräche

Wir beraten Betroffene und Angehörige. Eine kurzfristige Terminvereinbarung ist nach telefonischer Absprache möglich. Rufen Sie uns an!

→ Gruppenangebote

Wir stellen für Betroffene und Angehörige Angebote in den Städten Mettmann, Hochdahl und Haan bereit.

Darüber hinaus bietet das Sozialpsychiatrische Zentrum weitere Hilfen im Rahmen des **Ambulant Betreuten Wohnens** und der **Tagesstätte/Tagesstruktur** an.



Kontakt:

Kontakt- u. Beratungsstelle

Neanderstraße 68 – 72
40822 Mettmann

Telefon 021 04. 14 19 - 125

Mo – Do 8.30 – 16.30 Uhr
Freitag 8.30 – 13.00 Uhr

Sozialpsychiatrisches Zentrum

Beratung und Hilfe für Betroffene und Angehörige



Kontakt- und Beratungsstelle

Tel. 021 04. 14 19-125 | spz@skfm-mettmann.de

Ambulant Betreutes Wohnen

Tel. 021 04. 14 19-125 | wohnen@skfm-mettmann.de

Tagesstätte / Tagesstruktur

Tel. 021 04. 14 19-130 | tagesstaette@skfm-mettmann.de

Beschäftigungsförderung – Qualifizierung | Zuverdienst
Tel. 021 04. 14 19-160 | beschaeftigung@skfm-mettmann.de

Anerkannter Betreuungsverein Mettmann-Wülfrath

Gesetzliche Betreuungen | Begleitung Ehrenamtlicher |
Vormundschaften und Pflegschaften für Minderjährige
Tel. 021 04. 14 19-0 | btg@skfm-mettmann.de

esperanza – Schwangerschaftsberatung | Väterberatung
Tel. 021 04. 14 19-245 | esperanza@skfm-mettmann.de

Frühe Hilfen – Eltern-Café MeKi | Familienhebamme
Tel. 021 04. 14 19-0 | info@skfm-mettmann.de

Frauenberatung – Allgemeine Frauenberatungsstelle
Telefon 02104.1419-232 | frauenberatung@skfm-mettmann.de

Gewaltschutz

Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt

Tel. 021 04. 14 19-226 | sexualisiertegewalt@skfm-mettmann.de

Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt

Tel. 021 04. 14 19-221 | interventionsstelle@skfm-mettmann.de

Frauen- und Kinderschutzhaus

Tel. 021 04. 92 22 20 (Tag+ Nacht) | frauenhaus@skfm-mettmann.de

Wohnprojekt nach häuslicher Gewalt

Tel. 021 04. 14 19-224 | wohnprojekt@skfm-mettmann.de

Hilfen für geflüchtete Frauen

Tel. 021 04. 14 19-0 | info@skfm-mettmann.de

„Der Laden“ – Second Hand für die ganze Familie
Mettmann Tel. 021 04. 14 19-150 | Wülfrath Tel. 020 58. 8 93 61 80

Ihre Spende hilft!

Kreissparkasse Düsseldorf . BIC: WELADED1KSD
IBAN: DE65 3015 0200 0001 7322 47

SKFM Mettmann e.V.

Neanderstraße 68 – 72 . 40822 Mettmann
Tel. 021 04. 14 19-0 | info@skfm-mettmann.de

www.skfm-mettmann.de



Treffpunkt

Kontakt- und Beratungsstelle



SKFM



Gruppenangebote



Angehörigengruppe

→ Mettmann

Montag

9.30 – 12.30 Uhr

Frühstückscafé

Nutzergeleitetes Angebot mit der Möglichkeit zum Frühstück und Austausch

Dienstag

14.00 – 17.00 Uhr

Kaffeeklatsch –

»Aber bitte mit Sahne!«

Offener Treff für alle Altersgruppen

Dienstag

17.30 – 20.30 Uhr

Dienstag-Treff

Offener Treff für Jüngere und Junggebliebene zum Austausch und zur gemeinsamen Freizeitgestaltung

Donnerstag

9.30 – 13.00 Uhr

Kochen für Einsteiger und Fortgeschrittene

Angebot zum Ausprobieren von Kochrezepten in einer Gruppe. Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Donnerstag

14.30 – 16.00 Uhr

Männergruppe

»Die wilden Kerle«

Austausch und gemeinsame Aktivitäten

Donnerstag, 14-tägig

18.00 – 21.00 Uhr

»Alles ist möglich«

Kochen, Spielen, Quatschen, Feiern – Offene Gruppe mit wechselndem Programm

1. Samstag im Monat

14.00 – 16.00 Uhr

»Café Klönschnack«

Nutzergeleitetes Angebot zum Erzählen und Spielen bei Kaffee und Kuchen

Kursveranstaltungen

Mittwoch

16.00 – 18.00 Uhr

»STEPPS«

Trainingsprogramm bei Borderline-Erkrankungen und Emotionsregulationsstörungen

Freitag

10.00 – 12.00 Uhr

Psychoedukative Gruppe

Diagnoseübergreifendes Seminar zur Krankheitsbewältigung und Rückfallvermeidung

Training zur

Stressbewältigung

Gruppenprogramm zum besseren Umgang mit Stress und Belastungen

Die Kurse finden im Wechsel statt.

Kulturelles Angebot

Einmal im Monat bieten wir eine besondere Aktion – von Bastelangebot bis Segelausflug – an.

Bitte beachten Sie die Aushänge und Hinweise.

→ Haan

Montag

10.30 – 12.30 Uhr

Kunsttherapie

Kreative Entfaltung zur seelischen Balance

→ Hochdahl

1. und 3. Dienstag im Monat

18.30 – 20.30 Uhr

Angehörigengruppe

Erfahrungsaustausch für Familienangehörige und Partner*innen psychisch erkrankter Menschen. Um Voranmeldung wird gebeten. Forum Sandheide . Hildener Straße 28

Unsere Mitarbeiter*innen unterliegen der Schweigepflicht. Die Angebote sind kostenlos und unabhängig von Ihrer Konfession.



Veranstaltungsorte:

Mettmann, Neanderstraße 68 – 72
Haltestelle „Neanderstraße“

Erkrath-Hochdahl, Hildener Straße 28
Haltestelle „Hochdahl S“ oder „Schimmelbuschstraße“, Erkrath

Haan, Kaiserstraße 40
Haltestelle „Haan, Markt“