

 -Elternfrühstück trifft sich jeden  
dritten Dienstag im Monat im Cafe Sofa!  
Der nächste Termin ist am  
**17.02.25 von 9:00-11:30 Uhr**



## Monatsprogramm des Sozialpsychiatrischen Zentrums Meckenheim/Bornheim

### Februar 2024

jeden Montag 13:30 bis 15:30 Offener Treff in Meckenheim

Jeden Dienstag 14:00 bis 15:00 Offene Beratung mit dem Schwerpunkt Junge Erwachsene in Bornheim

Jeden Mittwoch 13:30 bis 15:30 Offener Treff in Meckenheim

Jeden Mittwoch 14:00-16:00 Offene Beratung in Heimerzheim

Jeden Donnerstag 14:00 bis 17:00 Offener Treff in Bornheim



**Neues Angebot!**

Sie wollen nicht mehr alles zerdenken?  
Sie wollen ein leichteres Leben führen?  
Sie wollen Ihre Gedanken wieder selbst steuern können?  
Wenn Sie alles mit JA beantworten können, dann haben wir etwas für Sie!

Das D-MKT (Metakognitives Training bei Depressionen) – welches in einer Gruppe stattfindet – hilft Ihnen, Ihre Gedankengänge zu erkennen und zu verändern



Kommen Sie zur Infoveranstaltung  
Wann? 04.02.25 um 13 Uhr  
Wo? SPZ Meckenheim, Adolf-Kolping-Str. 5  
Bitte melden Sie sich bei Frau Lutter oder Frau Schliefer bis zum 31.01.25 an unter:  
tagesstaette@skm-rhein-sieg.de  
ODER  
02225-9997618

Beratung in Meckenheim mit und ohne Absprache:

Montag bis Donnerstag im  
von 9:00-15:00 Uhr

Telefonsprechstunde ADele:

Mittwoch 14:00-16:00 Uhr 02225/99976-23



SPZ Meckenheim: Adolf-Kolping-Str. 5 ☎ 02225 9997611  
SPZ Bornheim: Königstr. 25 ☎ 02222 8047517  
SPZ Heimerzheim: Kirchstr. 25 ☎ 02225 9997611



Die Selbsthilfegruppe „Plan B“ trifft sich in der „Kaffeebude“ des  
SPZ Meckenheim Kontakt: [Plan-b-spz@gmx.de](mailto:Plan-b-spz@gmx.de)

Beratungen für Betroffene und Angehörige und der Besuch der Offenen Treffs sind kostenfrei!

[www.skm-rhein-sieg.de](http://www.skm-rhein-sieg.de)