

Unterstützungsangebote für psychisch erkrankte Menschen und deren Angehörige außerhalb der Klinik

Von therapeutischen Maßnahmen, über Beratungsstellen bis hin zu Selbsthilfegruppen

Ich fühle mich oft so einsam. Ich möchte wieder mehr unternehmen und unter Leute kommen.

Manchmal brauche ich einfach nur einen kurzen Rat oder jemanden zum Reden ...

Wer hilft mir, wenn ich finanzielle Probleme habe?

Wie soll ich das bloß alleine schaffen?

Mir tut es gut mich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

Mir fällt es so schwer abstinent zu bleiben. Ich muss immer wieder an Alkohol denken.

Ich will doch niemandem zur Last fallen. Ich will meine Familie nicht unnötig belasten.

Inhaltsverzeichnis

Kontakt- und Beratungsstellen.....	
Sozialpsychiatrische Zentren für den Kreis Wesel und Duisburg	1
Sozialpsychiatrische Dienste	2
Suchtberatungsstellen für den Kreis Wesel und Duisburg	3
Drogenberatungsstellen für den Kreis Wesel und Duisburg	4
Sozialberatungsstellen für den Kreis Wesel und Duisburg	5
Schuldner- und Insolvenzberatung für den Kreis Wesel und Duisburg	6
Erziehungs- und Familienberatungsstellen für den Kreis Wesel	7
Erziehungs- und Familienberatungsstellen für Duisburg.....	8
Lebenserfahrende Menschen und Senioren.....	
Seniorenberatungsstellen für den Kreis Wesel und Duisburg	9
Gerontopsychiatrische Beratungsstelle für den Kreis Wesel	10
Freizeitangebote und Seniorentreffs	11
Kurzbeschreibung von ambulanten Hilfen für Senioren	18
Gesprächskreise und -angebote	
Selbsthilfegruppen im Kreis Wesel und Duisburg	19
Angehörigengruppen zum Thema psychische Erkrankungen	23
Erfahrungsgruppen für Menschen mit Depressionen.....	24
Ambulante Hilfen und Anschlussversorgung.....	
Kurzbeschreibung von Hilfen für psychisch erkrankte Menschen	25
Unterscheidung der Begrifflichkeiten: Psychiater und Psychologischer Psychotherapeut	26
Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie für Dinslaken, Voerde, Moers und Dorsten.....	27
Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie für Duisburg	28
Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie für Oberhausen und Mülheim a.d.R.....	29
Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie für Bottrop, Bocholt, Borken und Gladbeck	30
Ambulante psychotherapeutische Praxen in Dinslaken.....	31
Ambulante psychotherapeutische Praxen in Voerde.....	32
Ambulante psychotherapeutische Praxen in Wesel	33

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Duisburg	34
Ambulante psychotherapeutische Praxen in Hamminkeln	37
Ambulante psychotherapeutische Praxen in Dorsten.....	38
Ambulante psychotherapeutische Praxen in Oberhausen.....	39
Ambulante psychotherapeutische Praxen in Bocholt	40

Sozialpsychiatrische Zentren im Kreis Wesel und Duisburg

Caritas Dinslaken	Spix e.V. Wesel	PHG Duisburg
<p>Oscar-Romero-Haus Duisburger Straße 101 46535 Dinslaken</p> <p><u>Zuständigkeit</u> Dinslaken, Voerde, Hünxe, Duisburg-Walsum</p> <p>Ansprechpartner: Frau Litzbarski Telefon: 02064/ 449351</p> <p>Frau Becker Telefon: 02064/ 449352</p> <p>Frau Friedrich Telefon: 02064/ 449351</p> <p><u>Grobe Übersicht des Angebots</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Beratungsgespräche -Ermittlung des individuellen Unterstützungsbedarfs -Beratung und Vermittlung in weiterführende Unterstützungsangebote -Krisenbegleitung -Offene Treffs, Gesprächsgruppen, Freizeitgestaltung, Kreativgruppen -Angebote für Angehörige 	<p>Kaiserring 16 46483 Wesel</p> <p><u>Zuständigkeit</u> Wesel, Hamminkeln, Schermbbeck</p> <p>Ansprechpartner: Frau Freund o. Frau Pohler Telefon: 0281/ 16333-17</p> <p><u>Grobe Übersicht des Angebots</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Einzelberatung und fachlich begleitete Gruppengespräche -Online-Beratung -Offene Treffs und Freizeitangebote -Vermittlung in andere Fachbereiche oder Einrichtungen -Angehörigengruppen -Selbsthilfegruppen (z.B. für Menschen mit Depressionen und Ängsten / Panikattacken, Hochsensible, Essstörungen und für Menschen mit Suchtproblemen) -Psychose-Seminare -Informationen zu psychischen Erkrankungen und den Umgang damit 	<p>Gehrstraße 54 47167 Duisburg</p> <p><u>Zuständigkeit</u> Duisburg</p> <p>Ansprechpartner: Hr. Junghans Telefon: 0203/ 34876-0</p> <p><u>Grobe Übersicht des Angebots</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -Beratungsgespräche -Gruppenangebote -Online-Beratung -Offene Treffs und Freizeitangebote -Ermittlung des individuellen Unterstützungsbedarfs -Selbsthilfegruppen -Angehörigenberatung, auch für Kinder von psychisch erkrankten Menschen -Beratung von traumatisierten Menschen -Beratung kann nach Wunsch auf folgenden Fremdsprachen erfolgen: türkisch, arabisch, russisch, englisch

Sozialpsychiatrische Dienste für den Kreis Wesel und Duisburg

Der Sozialpsychiatrische Dienst bietet Beratung und Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen und ihren Angehörigen. Schwerpunkte sind psychische Gesundheit, psychische Erkrankungen sowie Suchtprobleme im legalen Bereich (z. B. Alkohol, Medikamente, Spielsucht). Die Beratung ist kostenlos, vertraulich und kann abhängig vom Einzelfall persönliche Gespräche, Hausbesuche, telefonische Beratung, Vermittlung zu weiteren Hilfen, Gesprächsgruppen, Therapievorbereitung und ärztliche sowie psychotherapeutische Sprechstunden beinhalten. Das Team besteht aus medizinischen, sozialpädagogischen und therapeutischen Fachkräften.

Sozialpsychiatrischer Dienst Kreis Wesel	Sozialpsychiatrischer Dienst Duisburg
<p>Beratungsstelle Wesel Jülicher Straße 6 46483 Wesel</p> <p>Telefon: 0281/ 2077526 christiane.krieger@kreis-wesel.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Do 08:30 – 12:00 Uhr 14:00 – 15:30 Uhr Fr 08:30 – 12:30 Uhr</p> <p>Beratungsstelle Dinslaken Klosterstr. 15 46535 Dinslaken Telefon: 0281/ 2077526</p> <p>Möglichkeit der ärztlichen Beratung ist gegeben.</p>	<p>Medical Center Ruhrort Ruhrorter Straße 195 47119 Duisburg</p> <p>Telefon: 0203/ 283985047 spdi@stadt-duisburg.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Fr 08:00 – 16:00 Uhr</p> <p>Möglichkeit der ärztlichen Beratung ist gegeben.</p>

Suchtberatungsstellen für den Kreis Wesel und Duisburg

Sozialpsychiatrischer Dienst Kreis Wesel	Sozialpsychiatrischer Dienst Duisburg	Caritas Duisburg
<p>Beratungsstelle Wesel Jülicher Straße 6 46483 Wesel</p> <p>Telefon: 0281/ 2077526 christiane.krieger@kreis-wesel.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Do 08:30 – 12:00 Uhr 14:00 – 15:30 Uhr Fr 08:30 – 12:30 Uhr</p> <p>Beratungsstelle Dinslaken Klosterstr. 15 46535 Dinslaken Telefon: 0281/ 2077526</p> <p>Möglichkeit der ärztlichen Beratung ist gegeben.</p>	<p>Medical Center Ruhrort Ruhrorter Straße 195 47119 Duisburg</p> <p>Telefon: 0203/ 283985047 spdi@stadt-duisburg.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Fr 08:00 – 16:00 Uhr</p> <p>Möglichkeit der ärztlichen Beratung ist gegeben.</p>	<p>Suchthilfezentrum Nikolausburg Fürst-Bismarck-Str. 34 47119 Duisburg</p> <p>Telefon: 0203/ 809360 suchthilfezentrum@caritas-duisburg.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo/ Di/ Do 09:00 – 17:00 Uhr Mi 09:00 – 18:00 Uhr Fr 09:00 – 14:00 Uhr</p> <p>Offene Sprechstunde Mi 15:00 – 18:00 Uhr</p> <p>Durchführung einer amb. Suchtrehabilitation ist möglich</p>

Drogenberatungsstellen für den Kreis Wesel und Duisburg

Diakonisches Werk im Ev. Kirchenkreis Dinslaken	Drogenberatungsstelle Wesel	Drogenberatung Duisburg-Hamborn
<p>Haus der Diakonie Wiesenstraße 44 46535 Dinslaken</p> <p>Telefon: 02064/ 434710 Fax: 02064/ 434719 drogenberatung-dinslaken@ekir.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Do 09:00 – 16:00 Uhr Fr 09:00 – 12:00 Uhr und nach Vereinbarung</p> <p><u>Zuständigkeit</u> Dinslaken, Voerde, Hünxe</p> <p>Außersprechstunde Dinslaken Familienbüro der Stadt Dinslaken Friedrich-Ebert-Str. 20 46535 Dinslaken</p> <p>Telefon: 02064/ 434710 Fax: 02064/ 434719 drogenberatung-dinslaken@ekir.de</p> <p>Öffnungszeiten jeden 1. Mittwoch im Monat, 13:00 – 15:00 Uhr</p> <p>Außersprechstunde Voerde Familienbüro der Stadt Voerde Rathausplatz 22, 1. Etage 46562 Voerde</p> <p>Telefon: 02064/ 434710 Fax: 02064/ 434719 drogenberatung-dinslaken@ekir.de</p> <p>Öffnungszeiten freitags 11:00 – 13:00 Uhr</p>	<p>Fluthgrafstraße 21 46483 Wesel</p> <p>Telefon: 0281/ 46091660 Fax: 0281/ 4609166-29 info@fsz-wesel.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo/ Mi/ Fr 09:00 – 12:00 Uhr Mo/ Di/ Mi 14:00 – 16:30 Uhr Do 14:00 – 18:00 Uhr</p> <p><u>Zuständigkeit</u> Wesel, Hamminkeln, Schermbbeck</p> <p>Zusätzliches Angebot: „FitKids“ auch für suchterkrankte Eltern und ihre Kinder erreichbar Kontaktaufnahme per Telefon oder Whatsapp unter: 0157/ 54084537</p>	<p>Rathausstr. 2 47166 Duisburg</p> <p>Tel. 0203/ 984302-60 Fax 0203/ 984302-69 info@suchthilfeverbund-duisburg.de</p> <p>Tel. Terminvereinbarung Mo bis Fr 10:00 – 13:00 Uhr Mo/ Mi/ Do von 14:00 – 16:00 Uhr</p> <p><u>Zuständigkeit</u> Duisburg</p> <p>Offene Sprechstunde Di 10:00 – 13:00 Uhr</p> <p>Täglich von 10:00 – 13:00 Uhr geöffnet für Einrichtung einer Postadresse und Spritzentausch</p>

Sozialberatungsstellen im Kreis Wesel und Duisburg

Diakonie Dinslaken Allgemeine Soziale Beratung	Caritas Dinslaken und Wesel Sozial- und Lebensberatung	Caritas Duisburg Allgemeine Beratung
<p>Beratungszentrum Café Komm Bahnhofsplatz 4-6 46535 Dinslaken</p> <p>Telefon: 02064/ 434745 julia.glettenberg@ekir.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo 09:00 – 17:00 Uhr Di/Do 09:00 – 14:00 Uhr Mi 09:00 – 16:00 Uhr Fr 09:00 – 12:00 Uhr</p> <p>Offene Sprechstunde Di 09:00 – 12:00 Uhr</p> <p><u>Offene Sprechstunden an anderen Standorten</u></p> <p>„In der Blauen Bude“ Hünxer Str. 422 46537 Dinslaken Do 14:00 – 15:30 Uhr</p> <p>Gemeindehauses Walsum Aldenrade Schulstr. 2 47179 Duisburg Do 09:00 – 10:30 Uhr</p> <p>Beratungszentrum Voerde Rönskenstr. 77 46562 Voerde Mo 09:30 – 11:00 Uhr</p>	<p>Düppelstraße 2 46535 Dinslaken</p> <p>Telefon: 02064/ 4650671 s.rauenschwender@caritas- dinslaken.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo/ Do/ Fr 09:00 – 13:00 Uhr Di 09:00 – 16:00 Uhr Und nach Vereinbarung</p>	<p>Caritaszentrum Nord Jägerstr. 2 47166 Duisburg</p> <p>Telefon: 0151/ 10637838 dirk.schuster@caritas- duisburg.de</p> <p>Öffnungszeiten Mi bis Fr 08:00 – 17:00 Uhr</p> <p>Terminabsprache vorab immer per Mail oder Telefon</p> <p>Zudem wird eine anonyme und kostenlose Onlineberatung zu diversen Themen angeboten.</p>

Schuldner- und Insolvenzberatung im Kreis Wesel und Duisburg

Diakonie Dinslaken Beratungszentrum Café Komm	Diakonisches Werk Wesel	Caritas Duisburg Caritaszentrum Nord
<p>Bahnhofsplatz 4-6 46535 Dinslaken</p> <p>Tel. 02064/434748 info@diakonie-wesel.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo 09:00 – 17:00 Uhr Di 09:00 – 14:00 Uhr Mi 09:00 – 16:00 Uhr Do 09:00 – 16:00 Uhr Fr 09:00 – 12:00 Uhr</p> <p>Zuständigkeit: Dinslaken, Duisburg-Walsum, Hünxe</p> <p>Interessenten aus Voerde sollen sich telefonisch bei der Diakonie Dinslaken melden</p>	<p>Korbmacherstraße 12-14 46483 Wesel</p> <p>Tel. 0281/ 156250 info@diakonie-wesel.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo – Fr 09:00 – 12:00 Uhr Mo – Do 14:00 – 16:00 Uhr</p> <p>Zuständigkeit: Wesel, Hamminkeln, Schermbeck</p>	<p>Jägerstr. 2 47166 Duisburg</p> <p>Tel. 0203/ 9940623 martin.sollondz@caritas- duisburg.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo – Mi 08:00 – 16:00 Uhr</p> <p><u>Offene Sprechstunde</u> Do 08:00 – 12:00 Uhr</p> <p>Zuständigkeit: Duisburg</p> <p>Hinweis: Keine Beratung bei selbstständigen Personen oder Immobilienbesitzern</p>

Erziehungs- und Familienberatungsstellen im Kreis Wesel

Bistum Münster Ehe-, Familie- und Lebensberatung	Caritas Dinslaken und Wesel Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle	Kreis Wesel Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder
<p>Beratungsstelle Dinslaken Danziger Str. 3 46535 Dinslaken</p> <p>Telefon: 02064/ 58645 Fax: 02064/ 479553 efl-dinslaken@bistum-muenster.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Mi 08:00 – 12:00 Uhr Do 14:00 – 18:00 Uhr</p> <p>Beratungsstelle Wesel Sandstraße 24 46483 Wesel</p> <p>Telefon: 0281/ 25090 efl-wesel@bistum-muenster.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo 08:30 – 11:00 Uhr 17:00 – 18:00 Uhr Di 09:00 – 12:00 Uhr Do 14:00 – 18:00 Uhr</p>	<p>Maximilian-Kolbe-Haus Kurfürstenring 2 43483 Wesel</p> <p>Telefon: 0281/ 338340 erziehungsberatung@caritas-wesel.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Fr 08:30 – 12:30 Uhr Mo bis Do 14:00 – 17:00 Uhr</p> <p>Offene Sprechstunde Mo 09:00 – 11:00 Uhr</p>	<p>Hans-Böckler-Str. 9 46535 Dinslaken</p> <p>Telefon: 0281/ 2075915 Fax: 0281/ 2075922 eb-dinslaken@kreis-wesel.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Fr 08:00 – 12:00 Uhr Mo/ Di 14:00 – 17:00 Uhr Mi/ Do 14:00 – 16:30 Uhr</p> <p>Offene Sprechstunde im Familienbüro der Stadt Dinslaken Friedrich-Ebert-Str. 20 46535 Dinslaken</p> <p>Di 14:00 – 16:00 Uhr</p>
<p>Diakonie Wesel Ev. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen</p> <hr/> <p>Korbmacherstraße 12-14 46483 Wesel</p> <p>Tel. 0281/ 156210</p> <p>Öffnungszeiten Mo – Do 09:00 – 12:00 Uhr 14:00 – 16:00 Uhr Fr 09:00 – 12:00 Uhr</p> <p>Die Beratung findet auch am Standort Schermbeck statt</p>		

Erziehungs- und Familienberatungsstellen in Duisburg

Caritas Duisburg Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche	Stadt Duisburg Institut für Jugendhilfe Erziehungsberatung	Ev. Beratungsstelle Duisburg/Moers (Erziehungsberatung, Familien-, Ehe- und Lebensberatung)
<p>Grünstraße 12 47051 Duisburg</p> <p>Telefon: 0203/ 2865650 Fax: 0203/ 286548 familienberatung@caritas- duisburg.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Do 08:00 – 14:00 Uhr Fr 08:00 – 12:00 Uhr</p>	<p>Nebenstelle Nord Duisburger Str. 213 47166 Duisburg</p> <p>Telefon: 0203/ 2835273 institut-jugendhilfe@stadt- duisburg.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Do 08:00 – 16:00 Uhr Fr 08:00 – 15:00 Uhr</p>	<p>Duisburger Str. 172 47166 Duisburg</p> <p>Tel. 0203/ 990690</p> <p>Öffnungszeiten Mo bis Mi 08:30 – 12:00 Uhr und 14:00 – 16:00 Uhr Do 14:00 – 17:00 Uhr Fr 08:30 – 12:00 Uhr</p> <p>Offene Sprechstunde in DU-Röttgersbach</p> <p>Ev. Bonhoeffer Familienzentrum Wittenberger Str. 15 47167 Duisburg</p> <p>Tel. 0203/ 75969702 Fr. Mathis</p> <p>Mo 08:15 – 09:45 Uhr oder 10:15 – 11:45 Uhr (alle 14 Tage im Wechsel)</p>

Seniorenberatungsstellen für den Kreis Wesel und Duisburg

Seniorenbüro Wesel	Seniorenbüro Dinslaken	Seniorenbüros Duisburg Walsum
<p>Seniorenbüro Herzogenring 34 46483 Wesel</p> <p>1. Etage (ein barrierefreier Aufzug befindet sich im Hinterhof) Raum 123/124/125</p> <p><u>Ansprechpartner</u> (Aufteilung nach Buchstaben) (A-B) Frau Nalepa Telefon: 0281/ 2032790 (C-I) Frau Bongers Telefon: 0281/ 2032792 (J-Q) Frau Strehlau Telefon: 0281/ 2032794 (R-Z) Frau van Rennings Telefon: 0281/ 2032791</p> <p>E-Mail: seniorenbuero@wesel.de</p> <p>Offene Sprechstunde Mo bis Fr 08:30 – 10:00 Uhr</p> <p>Beratung ist kostenlos und unterliegt der Schweigepflicht. Zudem kann eine Beratung zur Pflege für Angehörige stattfinden. Rentenberatung ist ausgenommen.</p>	<p>Seniorenbüro (Stadthaus) Wilhelm-Lantermann-Straße 65 46535 Dinslaken</p> <p><u>Ansprechpartner</u> Melanie Segerath Zimmernummer: 001 Telefon: 02064/ 66-549 melanie.segerath@dinslaken.de</p> <p>Benedikt Terhorst Zimmernummer: 002 Telefon: 02064/ 66-783 benedikt.terhorst@dinslaken.de</p> <p>Sarah Köster Zimmernummer: 002 Telefon: 02064/ 66-596 sarah.koester@dinslaken.de</p> <p>Öffnungszeiten Mo/ Mi 09:00 – 12:00 Uhr Terminvergabe nach vorheriger telefonischer Absprache</p>	<p>Beratung findet in den verschiedenen Begegnungs- und Beratungszentren „BBZ“ statt.</p> <p><u>Beratungstelefon</u> für Senior*innen in Duisburg</p> <p>Telefon 0203/ 289608060 Mo bis Fr 08:00 – 16:00 Uhr</p> <p>Begegnungs- und Beratungszentrum Walsum Franz-Lenze-Platz 47 47178 Duisburg (Walsum)</p> <p>Sonja Kelling Telefon: 02064/ 434722 Mobil: 0176/ 40474689 sonja.kelling@ekir.de</p> <p>Begegnungs- und Beratungszentrum Walsum-Vierlinden AWO-Duisburg e.V. Rudolfstraße 19 47178 Duisburg (Walsum)</p> <p>Pascal Braun Telefon: 0203/ 55589102 Mobil: 0151/ 62910342 braun@awo-duisburg.de</p>

Gerontopsychiatrische Beratungsstelle für den Kreis Wesel

Die gerontopsychiatrische Beratung bezeichnet eine spezialisierte Form der Beratung, die sich auf die psychische Gesundheit älterer Menschen konzentriert.

Das Ziel der gerontopsychiatrischen Beratung ist, die psychische Gesundheit älterer Menschen zu fördern und/oder zu erhalten, die Lebensqualität zu steigern und soziale Isolation zu verhindern. Die Beratung können auch pflegende Angehörige in Anspruch nehmen.

Ansprechpartnerin:

Kirsten Bovenkerk

gerontopsychiatrische.beratungsstelle@st-vinzenz-hospital.de

Telefon: 02064/ 44-1220

St. Vinzenz-Hospital Dinslaken (PIA)

Dr.-Otto-Seidel-Str. 31 – 33

46535 Dinslaken

Dienstzeiten

Mo bis Do 09:00 bis 16:00 Uhr

Fr 09.00 bis 15.00 Uhr

Nach Absprache sind auch Hausbesuche möglich.

Für berufstätige Angehörige sind nach Absprache auch spätere Termine möglich.

Freizeitangebote und Seniorentreffs

Hier finden Sie eine Auswahl an Freizeitangeboten, die speziell auf die Bedürfnisse und Interessen älterer Menschen zugeschnitten sind. Von Freizeitaktivitäten über Bildungsangebote bis hin zu sozialen Veranstaltungen – wir möchten Ihnen Inspiration und Anregungen bieten, um Ihren Alltag abwechslungsreicher gestalten zu können. Für detailliertere Informationen und Beratung empfehlen wir Ihnen Kontakt zu der Seniorenberatung Ihres Wohnortes aufzunehmen. Neben einem persönlichen Gespräch können Sie dort auch einen Seniorenwegweiser erhalten, welcher Ihnen eine Gesamtübersicht der Angebote bietet.

Dinslaken

Bingo am Sonntag

Gaststätte „König am Altmarkt“

Eppinghover Str. 36, 46535 Dinslaken

Wann? Jeden 4. Sonntag im Monat, Einlass 14:00 Uhr, Kaffeetrinken 15:00 Uhr,

Bingo ca. 15:30 Uhr (Zu gewinnen gibt es Geldpreise aus dem Verkauf der Spielscheine)

AWO Schlosscafé

Betreuungscafé für Menschen mit Demenz

Schlossstr. 5, 46535 Dinslaken

Tel.: 02064/ 601724

Wann? Donnerstag 14:30-17:30 Uhr

Einzelne Angebote wie Gedächtnistraining, Bewegungsrunde, Singkreis, Tagesausflüge+

Begegnungsstätte des Caritasverbandes Dinslaken

Frühstück und Mittagessen im Café

Mutter-Teresa-Haus

Bismarckstr. 28, 46535 Dinslaken

Tel.: 02064/ 47540823

Evangelische Kirchengemeinde Hiesfeld

Seniorengruppe 60+

Gemeindehaus Kirchstraße 7, 46539 Dinslaken

Telefon: 0160/ 4062211

Wann? Einmal im Monat am Donnerstag von 14:30 Uhr – 16:30 Uhr

Gemütliches Kaffeetrinken, Spielen, Basteln, Gedächtnistraining, Ausflüge und Veranstaltungen

Frauengymnastik

Telefon: 02064/ 80910

Wann? Mittwochs von 08:30 – 09:30 Uhr und 09:30 – 10:30 Uhr im Turnraum

Seniorenturnen

Telefon: 0160/ 4062211

Wann? Freitags 14:00 Uhr – 15.00 Uhr im Turnraum

Wesel

Spieletreff im AWO Treffpunkt Feldmark

Dorotheenweg 2

46483 Wesel

Telefon: 0281/ 66658

Wann? Jeden 2. Und 4. Mittwoch im Monat

(Sommerzeit ab 15:30 Uhr/ Winterzeit ab 14:30 Uhr)

Dauer ca. 2 Stunden, Angebot ist kostenlos, nicht barrierefrei (paar Stufen vorhanden),

Anmeldung telefonisch abklären.

Seniorenkreis ev. Kirchengemeinde Blumenkamp

Gemeindezentrum „Arche“

Feuerdornstr. 16

46487 Wesel

Telefon: 0281/ 65268

Wann? Jeden 2. Und 4. Freitag im Monat ab 15:00 Uhr

Gymnastik-Schule Wesel

Trappstr. 14

46483 Wesel

Telefon: 0171/2188777

Verschiedene Sport- und Gymnastikangebote für alle Altersklassen. Bzw.

Gymnastik/Kräftigung in der Erich-Kästner-Halle

Mehrgenerationenhaus Bogen

Pastor-Janßen-Str. 7

46483 Wesel

Telefon: 0281/ 95238-135

- Kaffeeklatsch und Gedächtnistraining
Wann? Jeden Dienstag von 14:00 Uhr – 16:30 Uhr
- Spielenachmittage
Wann? Jeden ersten Donnerstag im Monat von 15:00 Uhr – 17:00 Uhr
- Gymnastik für Senior/innen
Wann? Wann & Wo: Jeden Dienstag unterteilt in drei Gruppen
Gr. 1: 09:00 Uhr – 10:00 Uhr
Gr. 2: 10:00 Uhr – 11:00 Uhr
Gr. 3: 11:00 Uhr – 12:00 Uhr
Anfallende Kosten: 24€ pro Halbjahr
- Wohlfühl-Yoga für Späteinsteiger/innen
Wann? Immer mittwochs, genaue Termine und Uhrzeiten nach Kontaktaufnahme
Anfallende Kosten: pro fünf Termine 37,50 Euro
- Wunschgroßeltern – Kindern Zeit schenken
Teilnehmen können Personen ab 50 Jahren, die gerne Zeit mit Kindern verbringen möchten und Familien oder Alleinerziehende aus Wesel. Auch werdende Eltern sind herzlich willkommen.
Ansprechpartnerin: Jennifer Sniegon (Tel. 0281/ 95238-52)

Seniorentreff Deutsches Rotes Kreuz - Kreisverband Dinslaken-Voerde-Hünxe

im Rathaus (neben dem Bürgerbüro)

Rathausplatz 20, 46562 Voerde

Telefon: 02855/ 307409

- Marktfrühstück (Kaffe 1€, halbes belegtes Brötchen 1,30€)
Wann? Dienstag und Freitag von 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr
- Handarbeitsnachmittag
Wann? Jeden Montag von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr
- Denken macht Spaß
Wann? Jeweils donnerstags 10:00-11:30 Uhr
- Handarbeitsnachmittag
Wann? Jeden Montag von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Es werden zudem Ausflüge und andere Veranstaltungen angeboten. Das Frühstück sowie Kaffee und Kuchen etc. müssen bezahlt werden. Keine vorherige Anmeldung erforderlich, die Einrichtung ist barrierefrei.

Seniorenclub Friedrichsfeld

Spellener Straße 49, 46562 Voerde

Telefon: 0281/ 4607614

Wann? Mittwochs 14:30 – 16:30 Uhr

Treffen zur gemütlichen Runde bei Kaffee und Kuchen.

Kosten: 4,-€ (man erhält Kaffee, andere Getränke, Likörchen, Kuchen oder z.B. Waffeln)

Zugang barrierefrei, keine vorherige Anmeldung erforderlich.

Gemeinde St. Elisabeth

Maximilian-Kolbe-Haus

Spellener Str. 60, 46562 Voerde

Telefon: 0281/ 16431-0

Gedächtnistraining

Wann? Jeden 2. Und 4. Dienstag in Monat 16:30 – 18:30 Uhr

Seniorentanz

Wann? Jeden 2. Und 4. Dienstag im Monat 17:00 – 18:30 Uhr

Kulturring Voerde

Stadt Voerde, Fachdienst Bildung, Sport und Kultur

Tel.: 02855/80310

Bieten Ausflüge zu verschiedenen Kulturveranstaltungen im Jahr an. Es wird ein Jahresbeitrag erhoben. Bei Interesse direkt bei der zuständigen Mitarbeiterin der Stadt Voerde unter o.g. Nummer melden.

Hammingeln

Akademie Klausenhof

Klausenhofstraße 100
46499 Hammingeln-Dingden
Telefon: 02852/ 891332

Bietet Computerkurse für Seniorinnen und Senioren an. Wann diese starten und stattfinden kann bei der Akademie Klausenhof erfragt werden.

Frühstück für Senioren mit verschiedenen Referenten zu politischen wie auch gesellschaftlichen Themen

Begegnungsstätte AWO Ringenberg
Am Koppelgarten 20
46499 Hammingeln

Wann? Jeden 1. Mittwoch im Monat

Telefon: 02852/ 3333 (Bernd Störmer), 0171/ 6977052 (Josef Klein-Hitpaß)

Sowohl die AG 60 Plus als auch die Senioren Union organisieren immer wieder Fahrten und Ausflüge.

Frühstück für Senioren mit Informationen zu aktuellen Themen im Gasthof Buschmann

Hauptstraße 52
46499 Hammingeln
Telefon: 02852/ 6282

Wann? Jeden 2. Mittwoch im Monat ab 10.30 Uhr

Die Seniorenunion Hammingeln bietet auch weitere Angebote und Ausflüge an. Das Jahresprogramm der Seniorenunion im Internet eingesehen werden.

Übersicht der Angebote der AWO Kreisverband Wesel

Koppelgarten 20
46499 Hammingeln
Telefon: 02852/ 3883

- Frauengesprächskreis
Wann? Montags 15:00 – 17:00 Uhr
- Spiele-Nachmittag
Wann? Jeden 2. Donnerstag im Monat 15.00 - 17.30 Uhr
- Büchertauschbörse
Wann? Montags von 10:00 – 12:00 Uhr & mittwochs von 14:00 – 16:00 Uhr
- Klön-Nachmittag
Wann? Jeden Montag von 15:00 – 17:00 Uhr
- Spielenachmittag
Wann? Alle 14 Tage donnerstags 15:00 – 17:00 Uhr

Seniorentanz im Edith-Stein-Heim

Kirchstraße 17
46499 Hammingeln-Mehrhoog
Wann? Jeden Mittwoch von 09.30 - 11.00 Uhr
Telefon: 02852/ 72788

Hünxe

Spielenachmittag

Ev. Gemeindezentrum „Unsere Arche“
Danziger Platz 10
46569 Hünxe-Bruckhausen
Telefon: 02064 / 46410
Wann? Monatlich mittwochs 15:00 Uhr

Nähkreis

Ev. Gemeindezentrum „Unsere Arche“
Danziger Platz 10
46569 Hünxe-Bruckhausen
Telefon: 02064 / 30516
Wann? Montags von 09:00 – 11:00 Uhr

Männerkreis

Ev. Gemeindezentrum „Unsere Arche“
Danziger Platz 10
46569 Hünxe-Bruckhausen
Telefon: 02064 / 4784866
Wann? Jeden 3. Dienstag im Monat um 20:00 Uhr

Digitalcafé für Senioren

Haus der Begegnung
Dorstener Straße 13a
46569 Hünxe
Telefon: 02858/ 69106
Wann? Dienstags von 10:00 – 12:00 Uhr

Seniorenclub des DRK ev. Kirchengemeinde Drevenack

Kirchstraße 6
46569 Hünxe
Telefon: 02858/ 6082
Wann? Montags 15:00 - 17:00 Uhr

Schwimmfreunde Hünxe - Wassergymnastik für Senioren (Kursangebot)

Hallenbad Hünxe
In den Elsen 26
46569 Hünxe
Telefon: 02858/ 6560
Wann? Mittwochs 08:00 – 08:45 Uhr
Anmeldungen können Online auf der Internetseite der Schwimmfreunde Hünxe gebucht werden. Ansprechpartnerin für den Kurs: Claudia Bougardier

Duisburg

AWO Duisburg Begegnungs- und Beratungszentrum Walsum-Vierlinden

Rudolfstraße 19

47178 Duisburg

Telefon: 0203/ 55589-102

Mobil: 0151/ 62910342

- Bingo
Wann? Jeden Montag 13:30 – 16:00 Uhr
- Waffeltag
Wann? Jeden Mittwoch 14:00 – 17:00 Uhr
- Spielertreff
Wann? Jeden ersten und dritten Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr

Für die bessere Planung - bitte immer vorher anmelden – Einrichtungen sind barrierefrei.

AWO Duisburg Begegnungs- und Beratungszentrum Hamborn

Duisburger Straße 241

47166 Duisburg

Telefon: 0203/ 40000-130

Mobil: 0151/ 62910342

- Beratungs-Café
Wann? Jeden ersten und dritten Mittwoch 13:00 – 14:30 Uhr
- Mittagstisch
Wann? Jeden zweiten und vierten Mittwoch 13:00 – 14:00 Uhr
- Frühstücksbuffet
Wann? Jeden ersten und dritten Donnerstag 09:00 – 11:30 Uhr
- Bingo-Runde
Wann? Donnerstags 13:30 – 16:00 Uhr

Für die bessere Planung - bitte immer vorher anmelden – Einrichtungen sind barrierefrei.

Alten- und Rentnergemeinschaft (ARG) – Senioren in Herz Jesu

Don-Bosco-Pfarrheim

Am Nünninghof 2

47178 Duisburg

Telefon: 0203/ 471197

Alle 14 Tage nach der Heiligen Messe (09:00 Uhr) in der Herz Jesu Kirche findet im anschließend ein gemeinsames Frühstück im Don-Bosco-Pfarrheim statt.

St. Josef Seniorentreff im Adolph Kolping Haus

Kolpingstraße 22

47179 Duisburg-Walsum/ Aldenrade

Telefon: 0203/ 4870044

Telefon: 0203/ 496846

Wann? Jeden dritten Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr

Schermbbeck

Café St. Ludgerus Gemeinde

Erlar Str. 9

46514 Schermbbeck

Telefon: 02853/ 2712

Wann? Mittwochs 14:30 – 16:30 Uhr

Kurzbeschreibung von Hilfen für lebenserfahrende Menschen und Senioren

Diese Übersicht bietet eine Kurzbeschreibung ausgewählter ambulanter Unterstützungsangebote. Sie stellt die am häufigsten genutzten Leistungen vor, wobei es zahlreiche weitere Unterstützungsmöglichkeiten gibt. Für weiterführende Informationen oder eine individuelle Beratung kann ein persönliches Gespräch vereinbart werden.

Tagespflege

Die Tagespflege bietet Senioren eine betreute Umgebung, in der sie den Tag verbringen können. Sie umfasst Aktivitäten, soziale Kontakte, Mahlzeiten und Unterstützung bei der Grundpflege.

Finanzierung: Die Kosten können teilweise über die Pflegekasse (Pflegegrad vorausgesetzt) oder privat abgedeckt werden.

Pflegedienst

Ein ambulanter Pflegedienst unterstützt Senioren direkt zu Hause bei der Körperpflege, Medikamenteneinnahme, Wundversorgung und anderen medizinischen oder pflegerischen Aufgaben.

Finanzierung: Leistungen können über die Pflegeversicherung (Pflegegrad) oder Krankenkasse finanziert werden. Ein Eigenanteil fällt je nach Umfang an.

Betreuungsdienste

Betreuungsdienste kümmern sich um die sozialen und emotionalen Bedürfnisse von Senioren. Dazu gehören Gesellschaft leisten, Spaziergänge, Gespräche oder Begleitung zu Arztbesuchen.

Finanzierung: Leistungen können über die Pflegeversicherung (Pflegegrad) oder Krankenkasse finanziert werden. Ein Eigenanteil fällt je nach Umfang an.

Haushaltshilfe

Die Haushaltshilfe unterstützt Senioren bei alltäglichen Aufgaben wie Putzen, Einkaufen, Wäsche waschen oder Kochen. Sie sorgt dafür, dass das Zuhause sauber und lebenswert bleibt.

Finanzierung: Leistungen können über die Pflegeversicherung (Pflegegrad) oder Krankenkasse finanziert werden. Ein Eigenanteil fällt je nach Umfang an.

Hausnotruf

Der Hausnotruf bietet Sicherheit für Senioren, die allein leben. Mit einem tragbaren Notrufgerät können sie im Notfall schnell Hilfe rufen.

Finanzierung: Die Pflegekasse übernimmt in der Regel einen Großteil der Kosten bei einem bestehenden Pflegegrad.

Essen auf Rädern

Essen auf Rädern liefert frisch zubereitete Mahlzeiten direkt nach Hause. Senioren können meist aus einem großen Menüangebot auswählen.

Finanzierung: Die Kosten werden privat getragen.

Selbsthilfegruppen im Kreis Wesel und Duisburg

Sie finden hier eine Übersicht verschiedener Selbsthilfegruppen im Kreis Wesel und Duisburg. Da nicht alle Gruppen erfasst werden können, informieren Sie sich gerne noch bei den Selbsthilfe-Kontaktstellen und im Internet über weitere Angebote.

Wesel

Selbsthilfegruppe „Hoffnungsschimmer“ [Ängste / Depressionen]

Infos unter: 0281/ 40549525

www.shg-hoffnungsschimmer.de

E-Mail: info-selbsthilfe-wesel@t-online.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum (Spix)

Kaiserring 16

46483 Wesel

Wann? Jeden Dienstag, 19:30 – 21:30 Uhr für Neueinsteiger jeden 1. Dienstag im Monat

Selbsthilfegruppe „Das Ohr“ [Ängste / Depressionen]

Infos unter: 0163/ 1875000 (Roland Stevens)

www.dasohr-wesel.de

E-Mail: hallo@dasohr-wesel.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum (Spix)

Kaiserring 16

46483 Wesel

Wann? Jeden Donnerstag von 19:00 – 21:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Depressionen

Infos unter: 02841/ 900016

E-Mail: selbsthilfe-wesel@email.de

Pastor-Janßen-Str. 7

46483 Wesel

Wann? Alle zwei Wochen dienstags um 18:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Spieler und deren Angehörige

Infos unter: 0162/ 9330941 (Bodo) oder 0152/ 05786500 (Andreas)

E-Mail: shg-wesel@gmx.de

Sozialpsychiatrisches Zentrum (Spix)

Kaiserring 16

46483 Wesel

Wann? Jeden Montag im Monat von 19:00 – 21:00 Uhr

Haminkeln

Selbsthilfegruppe Zauberlichter [Ängste / Depressionen]

Infos unter: 02841/ 900016 (Selbsthilfekontaktstelle Kreis Wesel)

Email: shg.zauberlichter@gmail.com

Wann? An zwei Dienstagen im Monat von 18:30 – 20:00 Uhr

Dinslaken

SHG – Depression

Infos unter: 02064/ 4493-51 oder -52

Edith-Stein-Haus

Duisburgerstr. 98

46535 Dinslaken

Wann? Jeden 1. und 3. Mittwoch von 16:00 – 17:30 Uhr

Männer-Selbsthilfegruppe „Depressionen und Ängste“

Infos unter: 0151/ 70347544 (Jürgen Diestmann)

E-Mail: juergen.diestmann@t-online.de

GFO Kliniken Niederrhein - St. Vinzenz-Hospital

Dr.-Otto-Seidel-Str. 31-33

46535 Dinslaken

Wann? Jeden 2. Donnerstag (gerade KW) von 17:00 – 18:30 Uhr

SHG – EA – Emotions Anonymus [bei emotionalen und seelischen Problemen]

Infos unter: 02064/ 4493-51 oder -52

Edith-Stein-Haus

Duisburgerstr. 98

46535 Dinslaken

Wann? Jeden Dienstag um 19:00 Uhr

SHG – Jetzt – Psyche und Sucht

Infos unter: 02064/ 4493-51 oder -52

Edith-Stein-Haus

Duisburgerstr. 98

46535 Dinslaken

Wann? Jeden Donnerstag von 18:45 – 21:00 Uhr

SHG – Frauen – Sucht und Alkohol

Infos unter: 02064 4493-51/-52

Edith-Stein-Haus

Duisburgerstr. 98

46535 Dinslaken

Wann? Jeden 2. und 4. Mittwoch von 19:00 – 21:00 Uhr

Selbsthilfegruppen in Duisburg

Selbsthilfegruppe „Sonnenblume“ [Ängste / Panikattacken]

Ansprechperson: Herr Guder (Sunny)
<https://www.selbsthilfegruppen-sonnenblume.de>
E-Mail: selbsthilfe-sonnenblume.sunny@web.de
Gemeindehaus St. Josef Gemeinde
Kolpingstr. 22
47179 Duisburg
Wann? Alle zwei Wochen dienstags 18:00 – 20:00 Uhr

Selbsthilfegruppe „Depressionen und soziale Ängste“

Infos unter: 0203/ 6099041
www.selbsthilfe-du.de
E-Mail: selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org
Internationales Zentrum (IZ)
Flachsmarkt 15
47051 Duisburg
Wann? Jeden Donnerstag 17:00 – 19:00 Uhr

Selbsthilfegruppe „Grenzgänger“ [Borderline]

Infos unter: 0176/ 60492972
www.grenzgaenger-shg.de
E-Mail: tanja-grenzgaenger-shg@gmx.de
Medienzentrum
Falkstraße 73-77
47058 Duisburg
Wann? Jeden zweiten Mittwoch 18:00 – 20:00 Uhr
(2 Gruppen: von 18-34 Jahren und ab 35 Jahren)

Selbsthilfegruppe „Hisler Aynasi“ [für türkische Frauen mit psychischen Erkrankungen]

Infos unter: 0203/ 348762108
E-Mail: mehtap.avsar@phg-du.de
Sozialpsychiatrischen Zentrum Nord (PHG)
Gehrstr. 54
47167 Duisburg
Wann? Jeden Freitag 10:00 – 12:00 Uhr

Selbsthilfegruppe „bipolar“ [für Betroffene und Angehörige]

Infos unter: 0203/ 6099041
www.selbsthilfe-du.de
E-Mail: selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org
Katholisches Familienbildungswerk
Händelstr. 16
47226 Duisburg
Wann? Jeden 1. Dienstag im Monat 17:30 – 19:00 Uhr

Selbsthilfegruppe „Alzheimer/Demenz“ [für Jungbetroffene und Angehörige]
Infos unter: 0203/ 3095104 (Frau Gaffga)
www.alzheimer-duisburg.de
E-Mail: info@alzheimer-duisburg.de
Duisburg Rumeln-Kaldenhausen
Treffen nach Vereinbarung, bitte telefonisch anfragen

Selbsthilfekontaktstelle

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel (Moers)

Hanns-Albeck-Platz 2
47441 Moers (Hauptstelle)
Telefon: 02841/ 900016
Telefax: 02841/ 900020
E-Mail: selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org

Öffnungszeiten:

Montag: 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr und 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Donnerstag: 13:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Freitag: 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel (Wesel)

Viktoriastr. 10 (2. Etage)
46483 Wesel
(Zweitstelle, in den Räumen der Ergänzenden unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB®))
Telefon: 02841/ 900016
Telefax: 02841/ 900020
E-Mail: selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org

Öffnungszeiten:

Jeden 2. Und 4. Dienstag 14:00 – 17:00 Uhr

Selbsthilfe-Kontaktstelle Duisburg

Musfeldstr. 161-163
47053 Duisburg
Telefon: 0203/ 6099041
Fax: 0203/ 60990-30
E-Mail: selbsthilfe-duisburg@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-du.de

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag 09:30 – 12:30 Uhr

Dienstag 15:00 – 18:00 Uhr

Angehörigengruppen zum Thema psychische Erkrankungen im Kreis Wesel

Angehörigengruppen für Menschen mit psychischen Erkrankungen bieten ein unterstützendes Umfeld für Familienmitglieder und Freunde, die sich mit den Herausforderungen der Betreuung und Begleitung eines psychisch erkrankten Menschen konfrontiert sehen. In diesen Gruppen können sich Angehörige austauschen, Erfahrungen teilen, wertvolle Informationen erhalten und praktische Tipps zur Bewältigung des Alltags austauschen. Der Fokus liegt auf emotionaler Entlastung, dem Aufbau von Verständnis für die Erkrankung und der Förderung von Selbstfürsorge. Diese Gruppen bieten Raum für gegenseitige Unterstützung und stärken das Gefühl der Gemeinschaft.

Angehörigengruppe Dinslaken – St. Vinzenz [psychische Erkrankungen]

Infos unter: 02064/ 4417028

E-Mail: ute.hinze@st-vinzenz-hospital.de

Medienzentrum

Dr.-Otto-Seidel-str. 31-33

46535 Dinslaken

Wann? Jeden 1. Mittwoch von 18:00 – 19:30 Uhr

Angehörigengruppe Dinslaken – Caritas [psychische Erkrankungen]

Infos unter: 02064/ 449350

E-Mail: m.kroeber@caritas-dinslaken.de

Oskar-Romero-Haus

Duisburgerstr. 101

46535 Dinslaken

Wann? Jeden 4. Dienstag von 17:00 – 19:00 Uhr

Angehörigengruppe Wesel im SPZ [psychische Erkrankungen]

Infos unter: 02841/ 900016

Kaiserring 16

46483 Wesel

Wann? Jeden 4. Donnerstag von 19:00 – 20:30 Uhr

Angehörigengruppe „Grenzgänger“ [Borderline]

Infos unter: 0176/ 60492972

www.grenzgaenger-shg.de

E-Mail: tanja-grenzgaenger-shg@gmx.de

Falkstraße 73-77 (Medienzentrum)

47058 Duisburg

Wann? Jeden zweiten Mittwoch 18:00 – 19:30 Uhr

Erfahrungsgruppen für Menschen mit Depressionen im Kreis Wesel und Duisburg

Sie finden hier eine Übersicht verschiedener Erfahrungsgruppen im Kreis Wesel und Duisburg. Erfahrungsgruppen „Depressionen“ dienen als Überbrückungsangebot für Betroffene, die auf eine geeignete Behandlung oder Unterstützung warten. Die Gruppen finden meist an 10 Terminen statt und dauern jeweils 120 Minuten. Teilnahmevoraussetzung ist die Diagnose einer leichten bis mittelschweren Depression.

Wesel

Erfahrungsgruppe „Depression“

Infos unter: 0281/ 1549070
Augustastr. 12
46483 Wesel

1. Gruppe: jeden Dienstag 10:00 – 12:00 Uhr
Ansprechpartnerin Katharina Pacholski, Telefon: 0174/ 1705098 (Vorgespräch erforderlich)

2. Gruppe: jeden Montag 17:30 – 19:30 Uhr
Ansprechpartnerin Melanie Heming, Telefon: 0172/ 6343868 (Vorgespräch erforderlich)

Dinslaken

Erfahrungsgruppe

Infos unter: 02064/ 449350
Caritas Dinslaken
Duisburger Straße 101
46535 Dinslaken

Ansprechpartnerin Martina Kröber (Vorgespräch erforderlich)

Duisburg

Erfahrungsgruppe der PSAG

Ansprechpartnerin Frau Gremmen
Tel. 0151/ 40232785
Mail: erfahrungsgruppen.duisburg@web.de
Gesundheitsamt Duisburg
Ruhrorter Straße 195
47119 Duisburg

vorherige Anmeldung über die Sprechstunde oder telefonisch
Do 10:00 Uhr – 11:30 Uhr
Mi 16:30 Uhr – 18:00 Uhr

Kurzbeschreibung von Hilfen für psychisch erkrankte Menschen

Diese Übersicht bietet eine Kurzbeschreibung ausgewählter ambulanter Unterstützungsangebote. Sie stellt die am häufigsten genutzten Leistungen vor, ergänzt durch zahlreiche weitere Unterstützungsmöglichkeiten. Für weiterführende Informationen oder eine individuelle Beratung kann ein persönliches Gespräch vereinbart werden.

Ambulant betreutes Wohnen (Bewo)

Unterstützung für Menschen mit psychischen Erkrankungen, die in ihrer eigenen Wohnung leben und Hilfe bei der Alltagsbewältigung, Strukturierung, Organisation von Terminen oder sozialen Kontakten benötigen. Die Dauer der Betreuung richtet sich nach dem individuellen Bedarf. Die Kosten werden i.d.R. vom Landschaftsverband übernommen, solange die wirtschaftlichen Verhältnisse nicht die Einkommensgrenze überschreiten.

Tagesstätte für psychisch erkrankte Menschen

Ein Ort, der Tagesstruktur und ein vielfältiges Angebot an Aktivitäten bietet. Ziel ist die Förderung sozialer Kontakte, die Stärkung der psychischen Stabilität und die Entwicklung individueller Fähigkeiten. Die Dauer des Aufenthalts ist flexibel und orientiert sich an den Bedürfnissen der Besucher. Voraussetzung ist, dass man dem ersten Arbeitsmarkt nicht mehr zur Verfügung steht (Bezug durch Erwerbsminderungsrente oder Grundsicherung). Die Kosten werden i.d.R. vom Landschaftsverband übernommen, solange die wirtschaftlichen Verhältnisse nicht die Einkommensgrenze überschreiten. Voraussetzung des Landschaftsverbandes zur Gewährung der Hilfe ist der Besuch an mind. 3 Tagen in der Woche.

Ambulant psychiatrische Pflege (APP)

Ein Angebot, das Menschen mit psychischen Erkrankungen im häuslichen Umfeld unterstützt. Dazu gehören Maßnahmen wie Krisenintervention, Training von Alltagsfertigkeiten, psychoedukative Maßnahmen und die Förderung von Selbstständigkeit. Die ambulant psychiatrische Pflege ist auf eine Dauer von 4 Monaten begrenzt und kann nicht verlängert werden. In dieser Zeit findet eine Bedarfserhebung statt und gegebenenfalls die Vermittlung zu weiterführenden Hilfen. Diese Hilfe basiert auf einer ärztlichen Verordnung und wird in der Regel von der Krankenkasse übernommen. Die Verordnung kann ausschließlich durch einen Psychiater oder psychologischen Psychotherapeuten verordnet werden.

Pflegedienst für Medikamentengabe (ohne Pflegegrad, über Verordnung)

Eine Leistung, die die sichere und regelmäßige Einnahme von Medikamenten gewährleistet. Die Durchführung erfolgt auf Basis einer ärztlichen Verordnung, unabhängig von einem bestehenden Pflegegrad. Die Dauer richtet sich nach der Verordnung des Arztes. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Die Medikamentengabe kann individuell gestaltet werden – von mehrmals täglicher Gabe bis hin zum wöchentlichen Stellen der Medikamente ist alles möglich.

Unterscheidung der Begrifflichkeiten: Psychiater und Psychologischer Psychotherapeut

Im folgenden Text werden die Begriffe "Psychiater" und "Psychotherapeut" näher erläutert und die wesentlichen Unterschiede zwischen den beiden Berufsgruppen aufgezeigt. Beide spielen eine wichtige Rolle im Bereich der psychischen Gesundheit, haben jedoch unterschiedliche Aufgaben und Qualifikationen. Ziel dieser Erklärung ist es, ein besseres Verständnis für die jeweilige Fachrichtung und deren jeweilige Funktion in der Behandlung von psychischen Erkrankungen zu vermitteln.

Was ist ein Psychiater?

Ein Psychiater ist ein Arzt, der auf die Behandlung von psychischen Erkrankungen spezialisiert ist. Psychiater haben ein Medizinstudium abgeschlossen und sich anschließend auf das Fachgebiet Psychiatrie konzentriert. Sie können psychische Störungen diagnostizieren und behandeln, wobei sie neben Gesprächen auch Medikamente verschreiben können. Im Gegensatz zu Psychotherapeuten sind Psychiater medizinisch ausgebildet und befassen sich mit der medizinischen und oft auch medikamentösen Behandlung von psychischen Erkrankungen.

Was ist ein Psychologischer Psychotherapeut?

Ein Psychologischer Psychotherapeut unterstützt Menschen mit psychischen Problemen oder emotionalen Schwierigkeiten durch Gesprächstherapien. Er hat ein Studium der Psychologie abgeschlossen und eine zusätzliche, umfangreiche Ausbildung in Psychotherapie absolviert. Psychologische Psychotherapeuten dürfen keine Medikamente verschreiben, sondern konzentrieren sich auf die Behandlung von psychischen Erkrankungen und Belastungen durch unterschiedliche therapeutische Verfahren, wie etwa die Verhaltenstherapie oder die tiefenpsychologisch fundierte Therapie. Sie arbeiten dabei mit dem Ziel, den Patienten zu helfen, ihre Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen besser zu verstehen und zu verändern.

Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie

Dinslaken

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
Dr. med. Jörg Walberg Dr. med. Carolin Barkhausen	Neurologie	Friedrich-Ebert-Str. 79-81 46535 Dinslaken	02064/ 40253
Andreas Werner	Neurologie	Friedrich-Ebert-Str. 58 46535 Dinslaken	02064/ 58008

Voerde

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
MVZ Voerde – Praxis für Psychiatrie Elif Ucar	-	Bahnhofstr. 2 46562 Voerde	02855/ 3031818

Moers

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
Dr. med. Yvonne Helmlich- Ernst Anke Fußhöller	Neurologie	Neuer Wall 24-36 47441 Moers	02841/ 981630
Dr. med. Stephan Ernst	Neurologie	Augustastr. 7 47441 Moers	02841/ 16668
Dr. Dr. med. Marc Schneider Doris Packbiers	Neurologie	Xantener Straße 30 47441 Moers	02841/ 23635

Dorsten

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
MVZ Dorsten – Praxis Dr. med. Wilm Bielefeld	Neurologie	Am Wasserturm 16 46282 Dorsten	02362 / 43333
Andre Freund	-	Südwall 15 46282 Dorsten	02362/ 929529
Andreas Werner	Neurologie	Borkener Straße 114 46284 Dorsten	02362/ 948047

Duisburg

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
Diana Radoykova Özgür Emir-Altuncevahir	Neurologie	Kaiser-Friedrich-Str. 39 47169 Duisburg	0203/ 401160
ZNP Duisburg West (Zentrum für Neurologie und Psychiatrie)	Neurologie Psychosomatik	Friedrich-Alfred-Str. 82 47226 Duisburg	02065/ 90197-0
Melek Sultan Yildirim	-	Krokusstr. 39 47249 Duisburg	0203/ 55247444
Matthias Mahle Sven-Alin Telia	Neurologie	Königstr. 36 47051 Duisburg	0203/ 739970
Praxis für seelische Gesundheit	Neurologie Psychosomatik	Börsenstraße 11 47051 Duisburg	0203/ 22111
Dr. med. Klaus Paul	-	Hamborner Altmarkt 20-22 47166 Duisburg	0203/ 556060
Praxis Dr. med. Alexander Giannakis	-	Oberstr. 5 47051 Duisburg	0203/ 2808893
Alexandra Geis	Neurologie	Emmericher Str. 150c 47138 Duisburg	0203/ 420932
Dr. Peter Donat Dr. Rainer Hahn	Neurologie	Steinsche Gasse 34 47051 Duisburg	0203/ 25792
Kamal El-Khaled	-	Beekstr. 17 47051 Duisburg	0203/ 39209784
Thomas Leißing	-	Tonhallenstr. 10 47051 Duisburg	0203/ 2981389
Dr. med. Joachim Högbe Dr. med. Bettina Weißbach	Neurologie	Ehrenstr. 3 47198 Duisburg	02066/ 34494
Dr. med. Thomas Salamon	Psychosomatik	Heerstr. 144 47053 Duisburg	0203/ 39212581
Christa Graßmann	-	Sonnenwall 10 47051 Duisburg	0203/ 93555999
Dr. med. Sabine Uhlen	Psychosomatik	Kiefernweg 21 47058 Duisburg	0203/ 341174
Susanne Köhler	-	Kaiserstr. 71 47229 Duisburg	02065/ 890786
Dr. Helga Mattheß	Psychosomatik	Großenbaumer Allee 35a 47269 Duisburg	0203/ 767374
Julia Ziskoven	Psychosomatik	Prinzenstr. 5 47179 Duisburg	0203/ 5707805
Dr. med. Andrea Weidig	-	Dorfstraße 50a 47239 Duisburg	02151/ 940836

Oberhausen

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
Dr. med. Robert Eger Dr. med. Brigitta Lüdeke Gerhard Bongers	Neurologie	Bahnhofstr. 64 46145 Oberhausen	0208/ 660040
Ulrike Krebs	-	Lothringer Str. 37 46045 Oberhausen	0208/ 203700
Reza Zarghami Rami Alsammoumi	Neurologie	Willy-Brandt-Platz 4 46045 Oberhausen	0208/ 803242
Eleonora Herber	-	Westfälische Str. 4 46117 Oberhausen	0208/ 8989330
Neuropraxis Kratsch am EKO Lüder Kratsch	Neurologie	Virchowstr. 39 46047 Oberhausen	0208/ 25501
Nicole Baum	Neurologie	Finanzstraße 8 46145 Oberhausen	0208/ 632293
Aristea Sidira-Maser	-	Höhenweg 2 46147 Oberhausen	0208/ 4100090
Dr. med. Karin Münch	Psychosomatik	Königshardter Straße 103 46145 Oberhausen	0208/ 632293

Mülheim an der Ruhr

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
Falko Rath	Neurologie	Leineweberstr. 55 45468 Mülheim a. d. R.	0208/ 3880347
Pia Rezaei	-	Friedrichstr. 44 45468 Mülheim a. d. R.	0208/ 4372398
Dr. med. Susan Henke	Neurologie	Duisburger Str. 282 45478 Mülheim a. d. R.	0208/ 57170
Neurozentrum Aktienstraße Dr. med. Jakob Milkereit und Kollegen	Neurologie	Aktienstr. 214 45473 Mülheim a. d. R.	0208/ 761113
Stefan Radukic	-	Härlestr. 60 45470 Mülheim a. d. R.	0208/ 9415559
Dr. med. Stephanie Hendann	Neurologie	Broicher Waldweg 5 45478 Mülheim a. d. R.	0208/ 38992345
Dr. med. Julia Zolotova	-	Werdener Weg 14 45470 Mülheim a. d. R.	0208/ 7417495
Prof. Dr. med. Markus Jüptner	Neurologie	Wallstr. 3 45468 Mülheim a. d. R.	0208/ 479717

Bottrop

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
Valeara Bottrop	Neurologie	Hochstr. 41 46236 Bottrop	02041/ 18760

Bocholt

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
ZNS (Zentrum für neurologische & seelische Erkrankungen)	Neurologie	Barloer Weg 123 B 46397 Bocholt	02871/ 5829

Borken

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
ZNS (Zentrum für neurologische & seelische Erkrankungen)	Neurologie	Probst-Sievert-Weg 7 46325 Borken	02861/ 6056100

Gladbeck

Praxis	Zusätzlich	Anschrift	Telefonnummer
ZNS (Zentrum für neurologische & seelische Erkrankungen)	Neurologie	Probst-Sievert-Weg 7 46325 Borken	02861/ 6056100

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Dinslaken

Praxis	Anschrift	Telefonnummer	Tel. Erreichbarkeit
Dr. phil. Johanna Bultmann Julia Stern Caroline ter Beek Almut Atrops	Tilsiterstr. 7 46535 Dinslaken	02064/ 732762	k.A.
Kerstin Engel Christian Lehmke	Marktstr. 3 46535 Dinslaken	02064/ 4774999	Di/ Do 09:00 - 11:00 Uhr
Annika Schubert	Gudrunstr. 57 46537 Dinslaken	02064/ 4570551	k.A.
Dr. rer. medic. Eva-Maria Tenkhoff	Friedrich-Ebert-Str. 42 46535 Dinslaken	02064/ 4704243	Di/ Mi/ Do 08:00 - 17:00 Uhr
Nils Cleve	Marktstr. 3 46535 Dinslaken	02064/ 6704849	Mo/ Mi 11:45 - 12:45 Uhr
Heike Lagenfurth Birgit Storz	Konrad-Adenauer-Str. 30 46537 Dinslaken	02064/ 15281	Mo/ Fr 09:00 – 12:00 Uhr Di 15:00 - 18:00 Uhr
Bettina Kuster-Tenter	Lingelmannstr. 110 46539 Dinslaken	02064/ 93946	Mo 09:00 - 12:00 Uhr Di 09:00 - 11:00 Uhr Mi 15:00 - 17:00 Uhr Do 09:00 - 12:00 Uhr Fr 09:00 - 11:30 Uhr
Anke Dolgner	Friedrich-Hebbel-Str. 7 46537 Dinslaken	02064/ 93946	k.A.
Jasmin Hell	Friedrich-Ebert-Str. 103 46535 Dinslaken	0178/ 3144388	k.A.

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Voerde

Praxis	Anschrift	Telefonnummer	Tel. Erreichbarkeit
Martina Howoritsch- Steinberg	Alnwicker Ring 12 46562 Voerde	0173/ 2600834	k.A.
Meike Tenbergen	Alnwicker Ring 12 46562 Voerde	02855/ 8998541	Di 13:10 - 14:50 Uhr Do 13:00 - 13:50 Uhr
Heike Koriath	Am Schied 11 46562 Voerde	02855/ 303528	k.A.

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Wesel

Praxis	Anschrift	Telefonnummer	Tel. Erreichbarkeit
Ute Bruhn Angela Metthies Susanne Kränzlin	Lipperheyst. 1 46483 Wesel	0281/ 15757	Di 15:30 - 17:30 Uhr Fr 09:00 - 11:00 Uhr
Sarah Klaßen	Viktoriastr. 10 46483 Wesel	0281/ 79878329	k.A.
Bärbel Maul	Viktoriastr. 10 46483 Wesel	0281/ 16494447	Di 12:00 - 12:30 Uhr Mi 12:00 - 12:45 Uhr Fr 08:30 - 09:00 Uhr
Natalia Szargiej	Sandstr. 24 46483 Wesel	0281/ 30026708	k.A.
Barbara Zingraf	Franz-Etzel-Platz 6 46483 Wesel	0281/ 72122	k.A.
Thorben Magdanz	Franz-Etzel-Platz 6 46483 Wesel	0281/ 44260753	k.A.
Johannes Weber	Augustastr. 12 46483 Wesel	0281/ 44618818	k.A.
Oliver Zuschke	Viktoriastr. 5 46483 Wesel	0157/ 56168898	k.A.
Klaus Richter	Sternstr. 16 46487 Wesel	0281/ 9722771	k.A.
Silke Janßen- Rohmann	Wallstr. 8 46483 Wesel	0281/ 47577870	Mo. 10:30 - 12:30 Uhr Do. 10:30 - 12:30 Uhr
Rudolf Oberdorfer	Henningstege 17 46485 Wesel	0281/ 89996	k.A.
Hartwig Lichtenecker	Tiergartenstr. 53 46485 Wesel	0281/ 52124	k.A.
Tina Kosthorst	Breiter Weg 27 46483 Wesel	0152/ 03883079	Do. 11:00 - 13:00 Uhr
Katharina Ackermann	Mühlenweg 32 46483 Wesel	0281/ 40549863	Di 12:00 - 12:40 Uhr Mi 12:30 - 13:00 Uhr Do 12:30 - 13:00 Uhr
Claudia Happe	Hohe Str. 18 46483 Wesel	0281/ 23211	Di 16:15 - 17:15 Uhr Do 09:30 - 11:30 Uhr

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Duisburg

Praxis	Anschrift	Telefonnummer	Tel. Erreichbarkeit
Dirk Schirok	Dammstraße 14 47119 Duisburg	0203/ 29691479	Mo bis Do 10:00 - 11:40 Uhr
Conni Klug	Am Ingenhammshof 1 47137 Duisburg	0172/ 3260904	Mo 08:00 - 11:20 Uhr
Kemal Engin	Königstr. 36 47051 Duisburg	0203/ 9852676	k.A.
Johannes Stricker	Königstr. 36 47051 Duisburg	0203/ 34977323	k.A.
Peter Schmalz	Königstr. 4 47051 Duisburg	0203/ 2814743	Mo 18:00 - 18:15 Uhr
Stephanie Weisgerber	Königstr. 4 47051 Duisburg	0203/ 3177156	Do 13:00 - 14:30 Uhr
Katja Ermisch	Fuldastr. 17 47051 Duisburg	0203/ 2896800	k.A.
Werner Marnette	Fuldastr. 17 47051 Duisburg	0203/ 299966	Di/ Do 08:30 - 09:00 Uhr
Ann-Catherine Reinartz	Fuldastr. 17 47051 Duisburg	0203/ 92879470	k.A.
Norbert Flamme	Angerstr. 1 47051 Duisburg	0203/ 25819	k.A.
Iris Gödecke	Sonnenwall 26 47051 Duisburg	0203/ 3469098	Mo/ Mi 12:30 - 13:30 Uhr
Michael Herner	Düsseldorfer Str. 1-3 47051 Duisburg	0203/ 2814890	Mo/ Mi 11:00 - 12:00 Uhr Di/ Do/ Fr 15:00 - 16:00 Uhr
Britt Schröder	Düsseldorfer Str. 2 47051 Duisburg	0203/ 39205282	Di bis Fr 11:00 - 13:00 Uhr
Rolf Hucklenbruch Hans-Peter Lampar	Münzstr. 13 47051 Duisburg	0203/ 25612	Mo 15:00 - 18:00 Uhr Di bis Do 08:30 - 12:30 Uhr
Andrea Martin	Mainstr. 11 47051 Duisburg	0203/ 66982439	k.A.
Knut Römke Benjamin Stock	Mainstr. 11 47051 Duisburg	0203/ 2980438	k.A.
Carina Graf Susanne Kleine-Pralat Christina Schneider Silke Panthel	Oberstr. 5 47051 Duisburg	0203/ 98630960	k.A.
Janina Waberg	Werrastr. 1 47051 Duisburg	0203/ 71408884	Mo/ Di/ Do 09:00 - 10:00 Uhr
Petra Wichmann	Realschulstr. 51 47051 Duisburg	0203/ 23837	Mo/ Mi 10:00 - 11:00 Uhr
Doris Hausmann- Weber Hardi von Henduck Yvonne Jansen Laura Rose Edith Simon-Regitz	Moselstr. 36 47051 Duisburg	0203/ 9871370	Mo bis Do 08:00 – 11:30 Uhr

Friederike Augustin-Moretti	Grabenstr. 93 47057 Duisburg	0203/ 93319125	Fr 08:30 - 09:00 Uhr
Janine Trunk Elisabeth Christ Kerstin M. Hoffmann Hubert Klein	Bürgerstr. 15 47057 Duisburg	0203/ 31876673	Do 11:00 - 14:20 Uhr
Nicole Schneider	Bürgerstr. 15 47057 Duisburg	0151/ 65697555	k.A.
Daniel Printz Victoria Myburgh	Lotharstr. 186a 47057 Duisburg	0174/ 2898367	Mo/ Do 09:00 - 10:00 Uhr
Svenja Thielemann	Mülheimerstr. 58 47057 Duisburg	0203/ 3785531	Mo/ Mi/ Fr 16:45 - 17:00 Uhr
Corinna Behrendt	Prinz-Albrecht-Str. 65 47058 Duisburg	0203/ 3469786	Mo 09:30 - 10:00 Uhr Do 12:30 - 13:00 Uhr
Nadine Bühring Edda Niederstadt	Prinz-Albrecht-Str. 2 47058 Duisburg	0203/ 60015590	Di 13:25 - 14:00 Mi 13:30 - 14:00 Do 07:20 - 09:00 13:25 - 14:00
Georg Sommer	Moltkestr. 45 47058 Duisburg	0178/ 8034274	k.A.
Christoph Falke Catharina Sauer Sinje Vogt	Moltkestr. 45 47058 Duisburg	0203/ 287847	Di/ Mi 09:30 - 12:00 Uhr
Franka Müller	Moltkestr. 90 47058 Duisburg	0203/ 79909270	Mo bis Do 09:10 - 10:00 Uhr
Viola Hüsgen-Goernemann Anja Gattinger Karina Dimenshteyn Joachim Stengel	Martinstr. 35 47058 Duisburg	0203/ 3463322	Mo 09:00 - 14:00 Uhr
Michael Kleinrensing	Gerhart-Hauptmann-Str. 84 47058 Duisburg	0203/ 284241	Mo 07:30 - 08:20 Uhr Di/ Do 12:45 - 13:10 Uhr
Beatrix Gebhardt Sarah Kloeters	Amtsgerichtstr. 29 47119 Duisburg	0203/ 872841	k.A.
Jörg Hoyer	Luisenstr. 24 47119 Duisburg	0203/ 71492270	Mo/ Mi 13:00 - 14:00 Uhr
Klaus-Josef Richter	Deichstr. 10 47119 Duisburg	0203/ 8787835	k.A.
Daniela Werner Andrea Winkelheide	Richard-Hindorf-Platz 1 47119 Duisburg	0203/ 55249384	Di 08:00 - 08:50 Uhr Fr 08:30 - 08:50 Uhr und 13:30 - 14:00 Uhr
Kerstin Wunderlich	Dammstr. 14 47119 Duisburg	0203/ 255556	k.A.
Nicola Drozdzyński	Rathausstr. 2 47166 Duisburg	0203/ 31745051	Mo 10:00 - 11: 00 Uhr Mi 11:00 - 12:00 Uhr
Brigitte Adolphy	Lehrerstr. 72 47167 Duisburg	0203/ 551555	Mo/ Di 09:00 - 12:00 Uhr Do 15:00 - 17:00 Uhr
Antonio Pascai	Kaiser-Wilhelm-Str. 291 47169 Duisburg	0203/ 994329	k.A.

Andreas Tiede Jessica Hein Julia Heinen Bella Bezverwi Jennifer Stracke Heike Schwengers	Prinzenstr. 5 47179 Duisburg	0203/ 8609980	k.A.
Barbara Kruse	Birkenstr. 26a 47198 Duisburg	02066/ 56369	Mo bis Fr 08:45 - 09:00 Uhr
Andrea Vitale	Feldstr. 1-3 47198 Duisburg	0171/ 2861140	k.A.
Shixin Cheng	Feldstr. 1-3 47198 Duisburg	02066/ 4214315	k.A.
Marcel Mattheß	Kruppstr. 60 47229 Duisburg	0203/ 92860215	k.A.
Regina Lin	Moerserstr. 59 47239 Duisburg	02151/ 1579053	k.A.
Hendrik Rips	Moerserstr. 59 47239 Duisburg	02151/ 401481	k.A.
Pia Staczan	Altenbrucher Damm 15 47249 Duisburg	0203/ 48800120	Di bis Fr 13:00 - 13:50 Uhr
Pierina Kremer	Zum Goldackershöh 1 47259 Duisburg	0203/ 93126146	k.A.
Yvonne Mühlig	Zum Goldackershöh 1 47259 Duisburg	0203/ 93126148	Mo bis Do 08:30 - 09:00 Uhr
Boris Pigorsch	Mannesmannstr. 19 47259 Duisburg	0203/ 34395509	Mo bis Fr 10:00 - 11:40 Uhr
Patricia Gierke	Isarstr. 22 47269 Duisburg	0203/ 7127005	k.A.
Nao Honekamp- Yamamoto	Donaustr. 42 47269 Duisburg	0203/ 29887790	Mo 09:00 - 10:00 Uhr Do 08:00 - 09:00 Uhr
Maximilian Müller Sabine Schmitz	Altenbrucher Damm 84a 47269 Duisburg	0203/ 7578216	Di 17:00 - 19:00 Uhr
Alexandra Volmer	Wildfängerweg 17 47269 Duisburg	0203/ 711825	Mo/ Mi/ Fr 08:30 - 09:00 Uhr
Anja Arentz	Donaustr. 46 47269 Duisburg	0203/ 93580212	Di 12:00 - 13:00 Uhr Do 12:00 - 12:40 Uhr

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Hamminkeln

Praxis	Anschrift	Telefonnummer	Tel. Erreichbarkeit
Andreas Anton	Marktstr. 19 46499 Hamminkeln	02852/ 9579591	Mi 09:00 - 11:00 Uhr
Dr. Aileen Bremer	Marktstr. 19 46499 Hamminkeln	0174/ 3293206	Do 13:00 - 14:00 Uhr Fr 15:00 - 15:30 Uhr
Stefan Martens	Marktstr. 19 46499 Hamminkeln	0157/ 30655817	Di 14:00 - 15:00 Uhr Do 17:00 - 18:00 Uhr
Kerstin Schiller	Marktstr. 19 46499 Hamminkeln	02852/ 7071313	Mo 08:00 - 09:00 Uhr Fr 13:00 - 14:00 Uhr
Judith Feiertag	Marktstr. 19 46499 Hamminkeln	0163/ 1385699	k.A.
Theo Fehr	Bislicher Str. 3 46499 Hamminkeln	02852/ 5089960	Di bis Fr 12:00 - 13:00 Uhr
Arnt-Enno Worm	Up de Woort 19 46499 Hamminkeln	02852/ 5071128	k.A.
Anna Tripodi	Crispinusplatz 4 46399 Bocholt	02871/ 9558826	Mo bis Do 12:00 - 12:50 Uhr

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Dorsten

Praxis	Anschrift	Telefonnummer	Tel. Erreichbarkeit
Helmut Dikomey	Gahlener Str. 21 46282 Dorsten	02362/ 997796	k.A.
Isabell Gladen	Lortzingstraße 27 46282 Dorsten	0177/ 5292774	k.A.
Gabriele Ostkirchen	Habichtstr. 9 46282 Dorsten	02362/ 9998576	Di/ Do 13:00 - 14:00 Uhr
Bernhard Petters	Ursulastr. 4 46282 Dorsten	0152/ 53593513	Mo bis Mi 09:00 - 12:00 Uhr
Dirk Rohde	Gahlener Str. 21 46282 Dorsten	02362/ 997796	k.A.
Daniela Rüländ	Händelstr. 160 46282 Dorsten	02362/ 7939129	Mo bis Do 13:00 - 13:30 Uhr
Tanja Schorler	Fürst-Leopold-Platz 1 46284 Dorsten	0151/ 41362581	k.A.
Thomas Schregel	Hervester Str. 29 a 46286 Dorsten	02369/ 209277	k.A.
Robert Tenk	Halterner Str. 17 46284 Dorsten	02362/ 995901	k.A.

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Oberhausen

Praxis	Anschrift	Telefonnummer	Tel. Erreichbarkeit
Heide Boos	Paul-Reusch-Str. 69 46045 Oberhausen	0208/ 854863	k.A.
Britta Kastell	Paul-Reusch-Str. 71 46045 Oberhausen	0208/ 46896634	Di 13:30 - 14:00 Uhr
Detlef Kretschmer	Elsässerstr. 39 46045 Oberhausen	0208/ 2054397	k.A.
Birgit Sandkühler	Marktstr. 124 46045 Oberhausen	0208/ 6201340	Fr 17:00 - 17:30 Uhr
Claudia Vogel	Langemarkstr. 22 46045 Oberhausen	0208/ 45159500	k.A.
Andrea Czwink	Johann-Schäfer-Str. 37 46047 Oberhausen	0208/ 78268986	k.A.
Simone Schäfer- Tapken Irene Vormbaum Michael Wilken	Essener Str. 66 46047 Oberhausen	0208/ 2054255	Mo/ Di 11:30 - 12:00 Uhr Mi/ Do 12:50 - 13:00 Uhr
Sigrid Mühlnickel	Münzstr. 10 46119 Oberhausen	0208/ 646072	Fr 08:00 - 09:30 Uhr
Sabine Schreiber	Ripsdörnerstr. 7 46119 Oberhausen	0208/ 38553244	Mo bis Do 13:00 - 14:00 Uhr
Petra Louen-Schenk	Bromberger Str. 79 46145 Oberhausen	0208/ 8842396	k.A.
Nadia Nasrawi	Brandenburger Str. 1 46145 Oberhausen	0208/ 63583583	k.A.
Hendrik Schulz- Lekar	Finanzstr. 8 46165 Oberhausen	0208/ 630551	k.A.
Michaela Pavelka	Höhenweg 2 46147 Oberhausen	0208/ 2055888	k.A.
Christina Schleisiek	Höhenweg 2 46147 Oberhausen	0208/ 2055887	Di 17:20 - 18:20 Uhr Do 16:30 - 18:50 Uhr
Petra Zantner- Mikosch	Bismarckstraße 114 46047 Oberhausen	0208/ 6206762	k.A.
Anja Heringhaus	Marktstraße 124 46045 Oberhausen	0208/ 6201340	k.A.
Nevena Schulte	Marktstraße 45 46045 Oberhausen	0208/ 74176259	k.A.
Franziska Fleischer	Schmachtendorfer Str. 164 46147 Oberhausen	0208/ 74171935	k.A.
Katrin Stolte	Schmachtendorfer Str. 114 46147 Oberhausen	0208/ 44491301	k.A.
Ulrike Krebs	Lothringer Str. 37 46045 Oberhausen	0208/ 203700	Mo 08:00 - 09:00 Uhr Mi 13:00 - 14:00 Uhr
Johannes Stelzer	Marktstraße 82 46045 Oberhausen	0208/ 6965195	Mo/ Di 13:10 - 14:00 Uhr Do 16:20 - 18:00 Uhr
Anette Wiehn-Koch	Bahnhofstr. 64 46145 Oberhausen	0208/ 88227502	k.A.

Ambulante psychotherapeutische Praxen in Bocholt

Praxis	Anschrift	Telefonnummer	Tel. Erreichbarkeit
Evi Küpper-Görkes Rainer Lau	Königstr. 3 46379 Bocholt	02871/ 4110	k.A.
Stefanie Verführt Sonja Bänfer	Königstr. 3 46379 Bocholt	02871/ 2351897	k.A.
Monika Bärbel Wendt	Königstr. 6 46379 Bocholt	02871/ 1898868	k.A.
Eberhard Ritter	Dinxperloer Str. 5 46399 Bocholt	02871/ 233000	Mo bis Fr 08:00 - 12:00 Uhr Do 14:00 - 18:00 Uhr
Marie-Luise Schlütter Eva große-Vehne	Im Bollwerk 2 46397 Bocholt	02871/ 9911631	Mi 16:00 - 16:45 Uhr
Astrid Tebrügge	Europaplatz 5-7 46399 Bocholt	02871/ 3448870	k.A.
ZNS Bocholt - Psychotherapie	Barloer Weg 123B 46397 Bocholt	02871/ 5829	k.A.
Leonie Lehmkuhl	Wiesenstr. 37 46395 Bocholt	02871/ 4763161	k.A.
Ann-Kathrin Parys	Wiesenstr. 37 46395 Bocholt	02871/ 476159	k.A.
Kathrin Krämer	Münsterstr. 92 46397 Bocholt	02871/ 226700	k.A.
Irmgard Schmitz- Gregor	Münsterstr. 92 46397 Bocholt	02871/ 185906	k.A.