



### **Was wir Ihnen noch bieten können:**

Computernutzung (zwei gleichzeitig) während der Öffnungszeiten

#### **Und nach vorheriger Terminabsprache:**

- persönliche Beratungsgespräche in der Kontaktstelle
  - Telefonberatung
  - Online-Video-Beratung
- Nutzung der Waschmaschine

Wir stehen Ihnen für Einzelkontakte im folgenden Zeitraum zur Verfügung:  
montags, donnerstags und freitags: 10.00 - 16.00 Uhr  
dienstags: 14.00 - 16.00 Uhr und mittwochs: 10.00 - 12.00 Uhr

#### **Sprach- und Integrationsmittler:innen**

Wünschen Sie ein Beratungsgespräch oder möchten Sie die Angebote des Sozialpsychiatrischen Zentrums kennenlernen, benötigen aber Hilfe bei der deutschen Sprache? Sie können sich durch einen Sprach- und Integrationsmittler begleiten lassen, der Sie unterstützt. Rufen Sie uns an. Wir informieren Sie gerne.

#### **Kontakt:**

Sozialpsychiatrisches Zentrum Köln-Mülheim  
Regentenstr. 48  
51063 Köln  
Tel.: 0221/96559-20  
[www.spz-koeln-muelheim.de](http://www.spz-koeln-muelheim.de)  
[kob-muelheim@stadt-koeln.de](mailto:kob-muelheim@stadt-koeln.de)

SOZIALPSYCHIATRISCHES ZENTRUM  
KÖLN-MÜLHEIM



## **Kontakt- und Beratungsstelle Programm Oktober 2021**



Liebe Besucher:innen,

wir freuen uns, dass Sie sich für die Angebote der Kontakt- und Beratungsstelle interessieren. Bitte beachten Sie die Einschränkungen unseres Angebots aufgrund der Corona-Schutzverordnung. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr KoB-Team

# Programm und Aktivitäten Oktober 2021

## Montag

- 11.30 - 12.30 Uhr Frühstück (6 Personen mit Anmeldung)
- 13.00 - 16.00 Uhr Offener Treff (15 Personen ohne Anmeldung)
- 13.00 - 15.30 Uhr Kunstgruppe (selbstorganisiert)

## Dienstag

- 14.00 - 15.30 Uhr Kreativgruppe
- 14.00 - 18.00 Uhr Offener Treff (15 Personen ohne Anmeldung)
- 16.30 - 17.30 Uhr 19.10. ärztliche Sprechstunde mit Hr. Radermacher
- 16.30 - 17.30 Uhr 26.10. offene Psychoedukationsgruppe mit Hr. Elbing

**Vollversammlung am 05.10.21 von 16.30 bis 17.30 Uhr**  
**Die Kontaktstelle hat am 12.10.21 geschlossen**

## Mittwoch

- 10.00 - 12.00 Uhr Offener Treff (15 Personen ohne Anmeldung)
- 10.00 - 12.00 Uhr Nähgruppe
- Ab 12.00 Uhr Außenaktivitäten
- 13.10. Kinobesuch (siehe Aushang)
- 27.10. Spaziergang am Rhein (siehe Aushang)

**Die Kontaktstelle hat am 06.10.21 geschlossen**

## Donnerstag

- 12.00 - 18.00 Uhr Offener Treff (15 Personen ohne Anmeldung)
- 14.00 - 18.00 Uhr Kochgruppe (6 Personen mit Anmeldung)
- 17.15 - 18.00 Uhr Sportangebot des Mülheimer Turnvereins und des SPZ in der Turnhalle der Tagesklinik  
Anmeldung bei Fr. Adjano, Tel.: 0221 627442

## Freitag

- 09.30 Uhr Lauftreff (Anmeldung über die Tagesstätte)
- 10.30 - 13.00 Uhr Einzelkontakte ohne 3G
- 14.00 - 16.00 Uhr Offener Treff (15 Personen ohne Anmeldung)

## Was gibt es Neues bei uns?

### **3G-Regelung**

Ab dem 01. Oktober dürfen nur noch geimpfte, genesene oder getestete Besucher:innen in die Kontaktstelle (**Gruppenangebote und Offener Treff**). Der Schnelltest ist nachzuweisen und darf nicht älter als 48 Stunden sein.  
[Ab dem 11. Oktober haben Sie die Möglichkeit, sich in der Kontaktstelle testen zu lassen. Wir holen Sie an der Türe ab.](#)

### **Ohne 3G**

Sind Sie weder getestet, genesen noch geimpft, haben Sie die Möglichkeit [freitags einen Termin als Einzelkontakt](#) zu vereinbaren. Auch die Nutzung der Waschmaschine und des PCs ist möglich.

### **Ärztliche Sprechstunde**

Eine ärztliche Sprechstunde findet ab Oktober wieder statt. Erstmals am 19.10.21 in der Kontaktstelle. Keine Anmeldung nötig.

### **Psychoedukationsgruppe**

Eine offene Psychoedukationsgruppe wird erstmals am 26.10.21 mit Herrn Elbing in der Kontaktstelle stattfinden. Keine Anmeldung nötig.

### **!! Umweltgruppe in Planung !!**

Ab Oktober wird es in der Kontaktstelle Raum für Diskussionen, Austausch und selbstorganisierte Aktionen rund um das Thema Umwelt gehen. Die Gruppe organisiert sich selbst, findet zwei Mal im Monat statt und kann über Themen, Aktionen und Ablauf mitbestimmen. Weitere Infos erhalten Sie in der Kontaktstelle.

