



**Sprechen Sie uns an!**

**Koordination: Patrick Schröder**

**Kontakt- und Beratungsstelle: Jeannette Wieser, Sarah Kazubinski,  
Daniel Hollenberg, Falk Hohm**

**Genesungsbegleiterinnen: Andrea Olteanu, Maria Rottpeter**

**Was wir Ihnen noch bieten können:**

Computernutzung während der Öffnungszeiten

**Und nach vorheriger Terminabsprache:**

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

**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 März**



Liebe Besucher:innen,

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

Ihr KoB-Team

# Programm und Aktivitäten März 2023

## Montag

13.00 - 16.30 Uhr Offener Treff  
13.00 - 15.30 Uhr Kunstgruppe (selbstorganisiert)  
18:30 - 19:30 Uhr Philosophischer Gesprächskreis

## Dienstag

13.00 - 16.30 Uhr Offener Treff  
15.00 - 16.00 Uhr Vollversammlung am 07.03.  
16.30 - 17.30 Uhr Offene Psychoedukationsgruppe (14.03. / 28.03.)  
18:30 - 20:00 Uhr Angehörigengesprächskreis von Rat & Tat e. V.

## Mittwoch

13.00 - 16.30 Uhr Offener Treff  
13.00 - 15.00 Uhr Fotogruppe (01.03. / 15.03. / 29.03.)

## Donnerstag

13.00 - 18.00 Uhr Offener Treff  
14.00 - 16.00 Uhr Nähgruppe mit Fr. Engels (02.03. / 09.03.)  
16.00 - 17.00 Uhr 09./23.03. ärztl. Sprechstunde mit Hrn. Radermacher  
14.00 - 18.00 Uhr Kochgruppe (6 Personen mit Anmeldung und **2G+**)  
17.15 - 18.00 Uhr Sportangebot in der Turnhalle der Tagesklinik  
Anmeldung bei Fr. Adjano, Tel.: 0221 627442  
18.30 - 20.30 Uhr 02./16.03. Selbsthilfegruppe: Lebenswert –  
Depressionen, Ängste, Trauer  
Anmeldung: Anlaufstelle Rheinland - Landesverband  
Psychiatrieerfahrene NRW, Tel: 0221 96476875

## Freitag

09.30 Uhr Lauftreff /bei schlechtem Wetter drinnen  
(Anmeldung über die Tagesstätte)  
13.00 - 16.30 Uhr Offener Treff  
13.00 - 15.00 Uhr Kreativgruppe mit Fr. Engels (03.03. / 10.03.)  
13.30 - 15.30 Uhr Trommelgruppe (selbstorganisiert)

## **Der Sonntagstreff (14.30 – 16:30 Uhr)**

Termine: 12.03. und 26.03.

## Was gibt es Neues?

### **Veranstaltungshinweis:**

**Infoabend seelische Gesundheit - Kunst und Resilienz**

**Donnerstag, 23.03.2023, 19:30 Uhr in der VHS Mülheim,  
Wiener Platz 2a, 51065 Köln.**

**In Kooperation von VHS Köln, Landesverband  
Psychiatrieerfahrene NRW, SPZ Kalk und SPZ Mülheim.**

**Weitere Informationen zu den Selbsthilfegruppen finden  
Sie unter:**

**[www.ratundtat-ev.koeln](http://www.ratundtat-ev.koeln)**

**<http://anlaufstelle-rheinland.de/>**