



Sprechen Sie uns an!

Koordination: Patrick Schröder

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

Genesungsbegleiterinnen: Andrea Olteanu, Maria Rottpeter

„Unsere Besucher*innen stehen in unserem Fokus. Vertrauensaufbau ist unerlässlich. Wir Genesungsbegleiterinnen (= Peer-Beraterinnen) begegnen unseren Besucher*innen auf Augenhöhe und teilen unsere Erfahrungen mit ihnen. Das kann für Entlastung sorgen. Indem wir nachfragen, bekommen wir einen besseren Einblick, welche Unterstützung ihren Wünschen entspricht.“

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

Kontakt:

Sozialpsychiatrisches Zentrum Köln-Mülheim
Regentenstr. 48
51063 Köln
Tel.: 0221/96559-20
www.spz-koeln-muelheim.de
kob-muelheim@stadt-koeln.de

**SOZIALPSYCHIATRISCHES ZENTRUM
KÖLN-MÜLHEIM**



**Kontakt- und Beratungsstelle
Programm Mai**



Liebe Besucher:innen,

wir freuen uns, dass Sie sich für die Angebote der Kontakt- und Beratungsstelle interessieren.

Kommen Sie gerne vorbei!

Ihr KoB-Team

Programm und Aktivitäten Mai 2023

Montag

13.00 - 16.30 Uhr	Offener Treff
13.00 - 15.00 Uhr	Offene Gartengruppe
13.00 - 15.30 Uhr	Kunstgruppe (selbstorganisiert)
18.30 - 19.30 Uhr	Philosophischer Gesprächskreis

Dienstag

13.00 - 16.30 Uhr	Offener Treff
13.00 - 15.00 Uhr	Kreativgruppe
15.00 - 16.00 Uhr	Vollversammlung am 02./16.5
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 (10.05. / 24.05.)
15.00 - 16.00 Uhr	Offene Psychoedukationsgruppe (24.05.)

Donnerstag

13.00 - 18.00 Uhr	Offener Treff
14.00 - 16.00 Uhr	Nähgruppe
14.00 - 18.00 Uhr	Kochgruppe (6 Personen mit Anmeldung)
18.30 - 20.30 Uhr	<u>04./25.05.</u> Selbsthilfegruppe: Lebenswert – Depressionen, Ängste, Trauer Anmeldung: Anlaufstelle Rheinland - Landesverband Psychiatrieerfahrene NRW, Tel: 0221 96476875

Freitag

09.30 Uhr	Laufftreff /bei schlechtem Wetter drinnen (Anmeldung über die Tagesstätte)
13.00 - 16.30 Uhr	Offener Treff
13.30 - 15.30 Uhr	Trommelgruppe (selbstorganisiert)

Der Sonntagstreff (14.30 – 16:30 Uhr)

Termine: 07.05. und 21.05.

Was gibt es Neues?

Außenaktivitäten:

Besuch im MÜLLSEUM

am 04.05.2023 um 11 Uhr (Anmeldung in der KoB)

Führung durch Finkens Garten am 26.05. Infos im Aushang

Offener Tisch der Kochgruppe

Anmeldung zum gemeinsamen Essen erfolgt in der KoB

Der Eigenbeitrag liegt bei 2,50 Euro

Weitere Infos finden Sie im Aushang

Die KoB bleibt an den Feiertagen geschlossen (1.5.; 18.5. und 29.5.)

Hörst Du das auch? - Ein Stimmenhörer berichtet!

Infoabend seelische Gesundheit

Wann: 25.05.23 , 19.30 bis 21.00 Uhr

Wo: VHS im Bezirksrathaus Mülheim

Weitere Informationen zu den Selbsthilfegruppen finden Sie unter:

www.ratundtat-ev.koeln

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