

# Programm

**Café und Kontaktstelle**  
Dienstag - Freitag  
13:00 - 16:00 Uhr

## Montag

13:00 - 15:30 Uhr Kunst & Malerei  
18:30 - 19:30 Uhr Philosophischer Gesprächskreis

## Dienstag

14:00 - 16:00 Uhr Kreativität & Handwerk  
14:30 - 15:30 Uhr Ärztliche Beratung  
18:30 - 20:00 Uhr Angehörigengesprächskreis von Rat & Tat e.V.

## Mittwoch

13:00 - 15:00 Uhr Fotografie 06.11. & 20.11.  
13:30 - 15:30 Uhr Schach  
14:00 - 14:30 Uhr Smart & Digital 13.11. & 27.11.

## Donnerstag

14:00 - 16:00 Uhr Nähen & Handarbeit  
18:30 - 20:30 Uhr Selbsthilfegruppe Lebenswert 07.11. & 21.11.

## Freitag

13:30 - 14:30 Uhr Maschentratsch  
13:30 - 15:30 Uhr Trommeln  
14:00 - 14:45 Uhr Gesprächskreis Genesung (entfällt am 29.11.)

## Sonntag

14:30 - 16:30 Uhr Kaffee & Kuchen  
10.11. & 24.11.

# Informationen

## Termine

Kochen Sie mit uns: Herbstliche Kürbissuppe (bitte anmelden)  
07.11.24 / 13:00 - 15:00 Uhr

Plätzchen backen in der KoB (bitte anmelden)  
21.11. / 13:00 - 15:00 Uhr

Entdecke dein Veedel  
19.11.24 / 13:30 - 14:30 Uhr

Vollversammlung  
29.11.24 / 15:00 - 15:45 Uhr

## Neuigkeiten

Die Kontakt- und Beratungsstelle bleibt diesen Monat an folgenden Tagen geschlossen:

01.11.24 (Feiertag)  
14.11.24 (SPZ - Teamtag)  
28.11.24 (Fortbildung der Mitarbeiter\*innen)

Ab diesem Monat findet immer freitags in der Zeit von 13:30 bis 14:30 Uhr das neue Angebot "Maschentratsch" in der Kontakt- und Beratungsstelle statt! In gemütlicher Runde sitzen wir beinander, beschäftigen uns mit Häkelarbeiten und tauschen uns über alles Mögliche aus. Auch Häkelanfänger\*innen sind herzlich willkommen!

## Selbsthilfegruppen

Anmeldung Selbsthilfegruppe  
"Lebenswert - Depressionen, Ängste, Psychosomatik"  
Anlaufstelle Rheinland - Landesverband Psychiatrieerfahrene NRW  
Tel: 0221 / 96476875

Weitere Informationen zu den Selbsthilfegruppen finden Sie unter:  
[www.ratundtat-ev.koeln](http://www.ratundtat-ev.koeln)  
[www.anlaufstelle-rheinland.de](http://www.anlaufstelle-rheinland.de)

