



Adresse:  
Olpenerstr. 114  
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:  
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1  
Bus 153

Ansprechpartner  
Marcel Drexler

Tel: 0221-99182-56  
Mobil: 0157-35306752

drexler.spzkalk@gmail.com

Sie möchten neue Leute  
kennenlernen und  
gemeinsam in der  
Gruppe...

kochen

sich  
austauschen

nach draußen  
gehen

Sport  
treiben

entspannen  
und es sich  
gut gehen  
lassen

... dann kommen Sie in  
die U30-Gruppe!

Wir treffen uns jeden Dienstag um  
17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk.  
Eine Anmeldung per SMS oder Anruf ist  
erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson  
mitgebracht werden.

## U30- Gruppe

Freizeittreff  
für Menschen  
unter 30  
Jahren mit  
psychischen  
Problemen

Programm

für

Mai 2018 - Juli 2018



Förderverein für psychisch Kranke im Stadtbezirk  
Köln-Kalk und Stadtteil Deutz e.V.

## Mai 2018

Di. 01.05.

**Ausfall wegen Feiertag**

Di. 08.05.

**Besuch in der Eisdielen**

1,-€ Eigenbeitrag

Di. 15.05.

**Ausflug in einen Tierpark**

Di. 22.05.

**Playstation-Abend  
(Virtual Reality)**

Di. 29.05.

**Barbesuch**

1,-€ Eigenbeitrag

Treffpunkt um 19:00 Uhr vor der Kneipe  
„Museum“

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -

## Juni 2018

Di. 05.06.

**Picknick  
mit Draußenspielen**

Jeder bringt was mit

Di. 12.06.

**Spieleabend:  
Einführung ins Pen & Paper-  
Rollenspiel**

Di. 19.06

**Sportangebot**

Di. 26.06.

**Themenabend  
„Umgang mit Krankheitsdiagnosen“**

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -

## Juli 2018

Di. 03.07.

**Batik-Angebot**

Jeder bringt sich helle Kleidung zum  
Batiken selbst mit

Di. 10.07.

**Ausflug in die Poller Strandbar**

1,50 € Eigenbeitrag

Di. 17.07.

**Fahrradtour**

(Wer sich ein Fahrrad ausleihen möchte,  
bitte bis zum 10.07. anmelden)

Di. 24.07.

**Beautyabend**

Di. 31.07.

**Grillabend**

Jeder bringt was mit

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -