

Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS / whatsapp/ instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

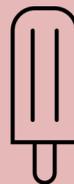
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

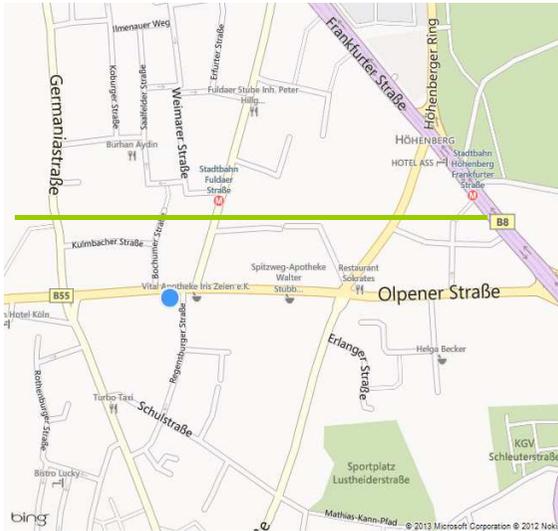
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS / whatsapp/ instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm
 für
 Mai bis Juli
 2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

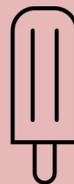
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

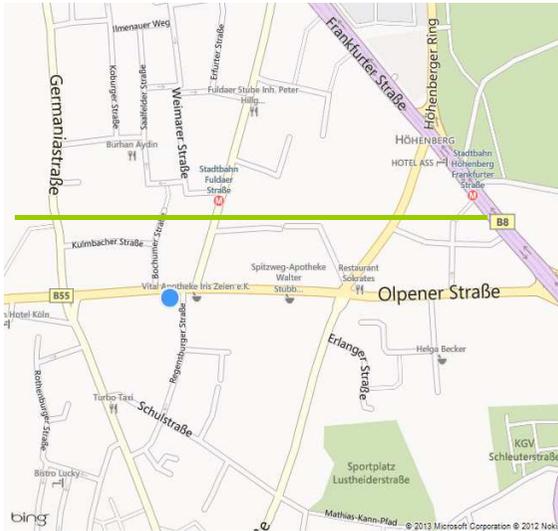
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

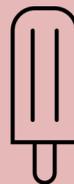
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

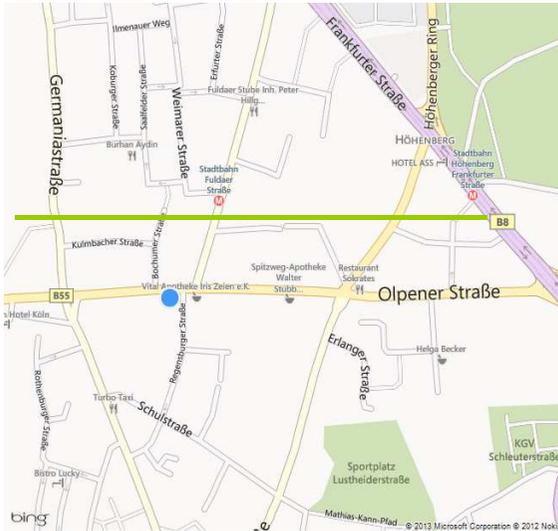
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm
 für
 Mai bis Juli
 2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

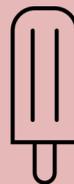
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

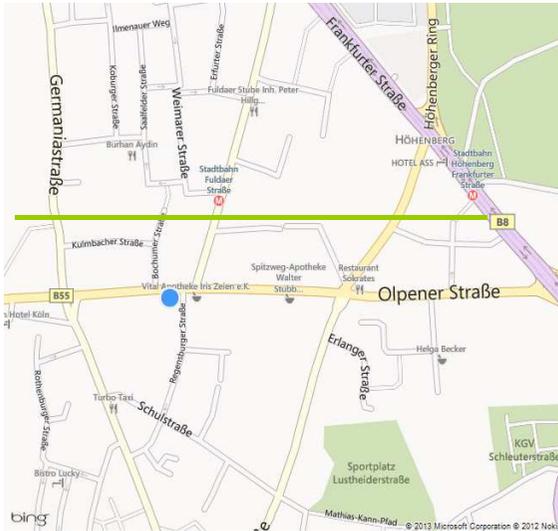
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm
 für
 Mai bis Juli
 2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

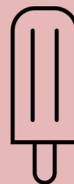
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

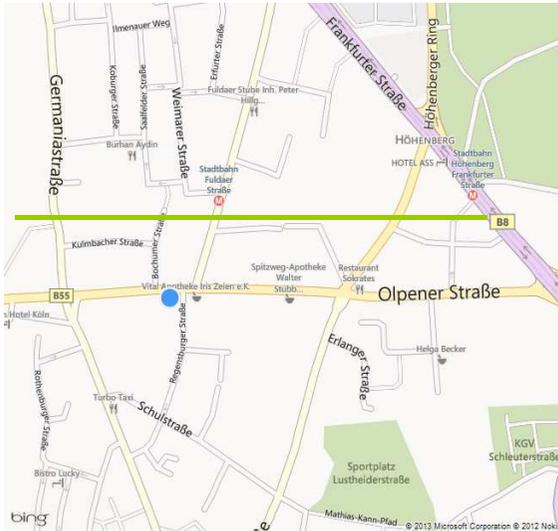
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

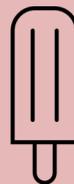
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

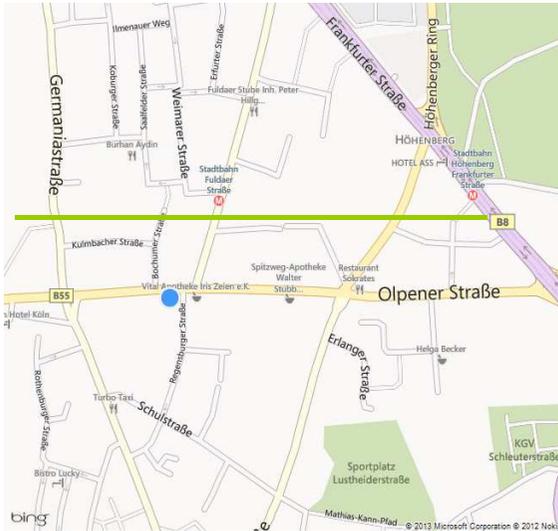
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

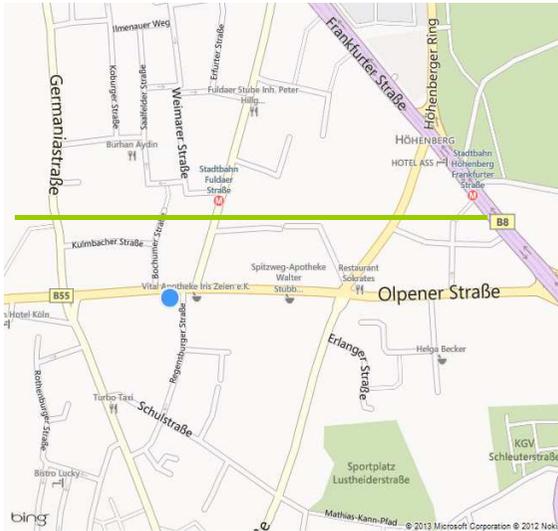
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS / whatsapp/ instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

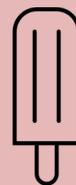
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

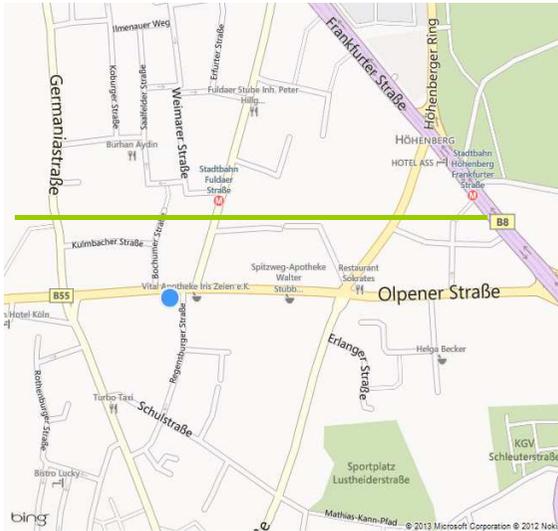
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

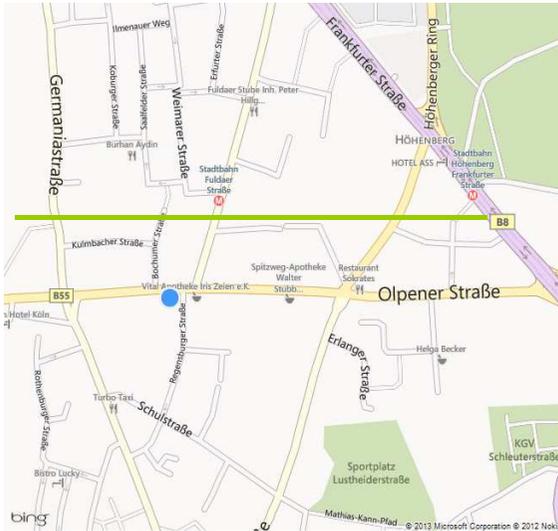
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm
 für
 Mai bis Juli
 2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

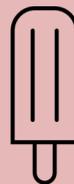
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

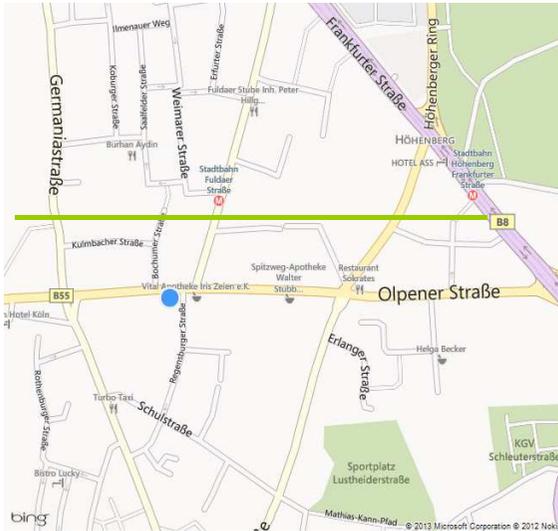
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

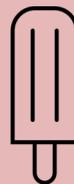
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

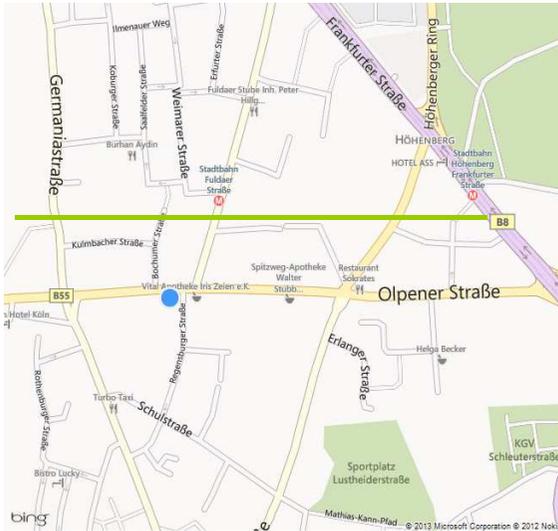
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

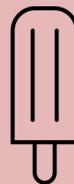
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

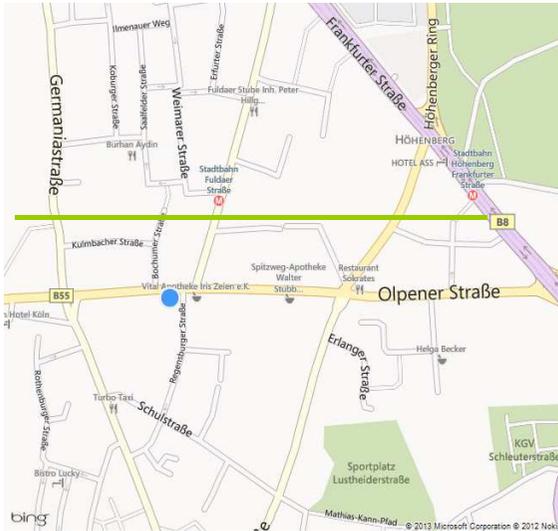
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

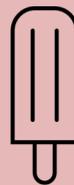
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

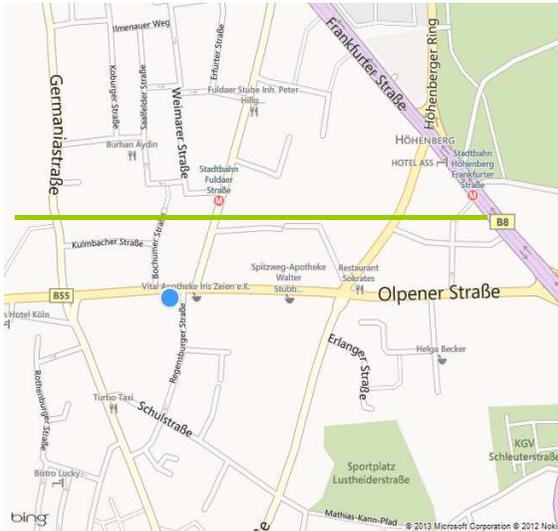
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS / whatsapp/ instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm für
 Mai bis Juli
 2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

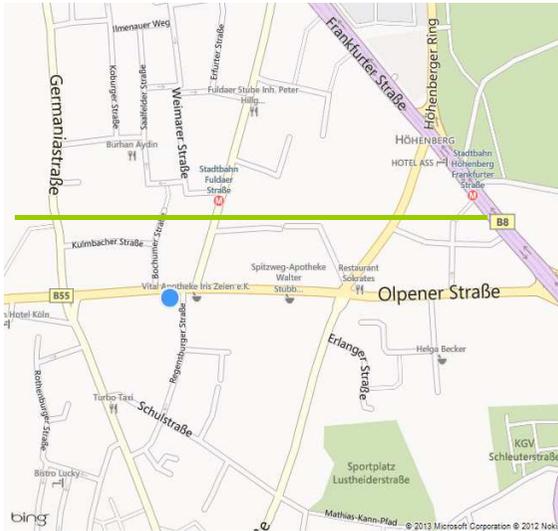
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

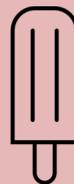
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

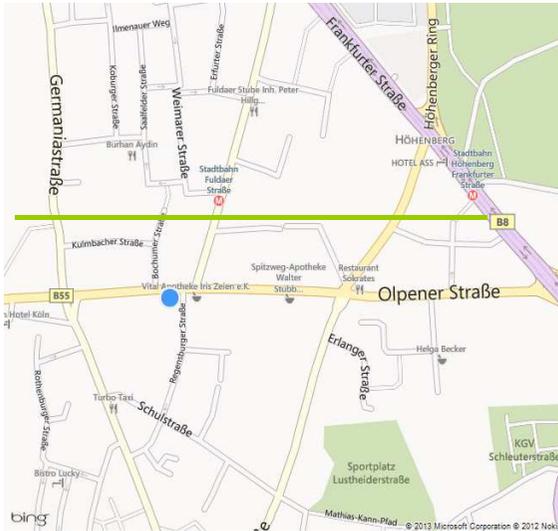
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

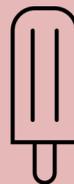
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

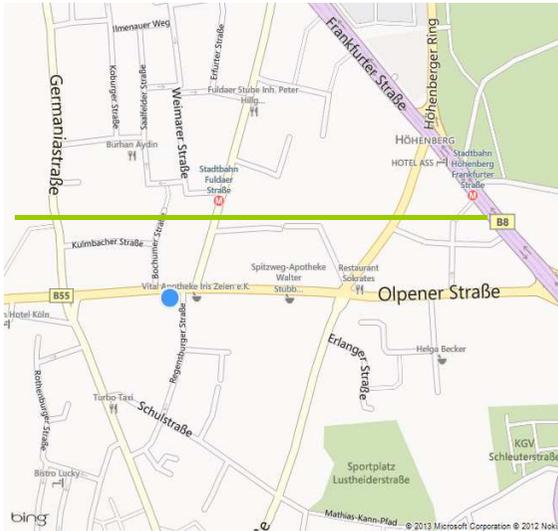
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm
 für
 Mai bis Juli
 2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

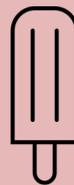
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

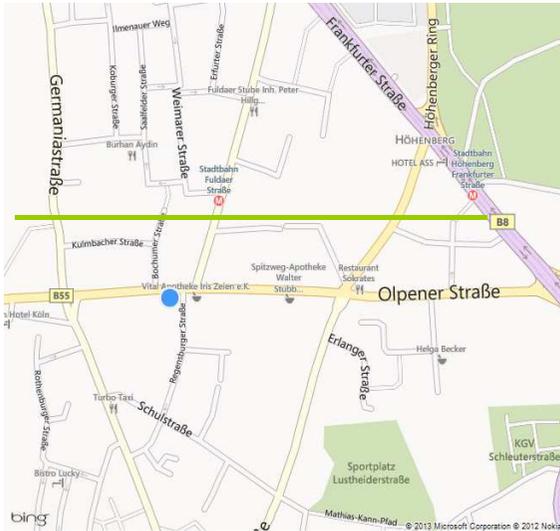
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

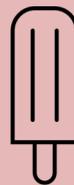
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

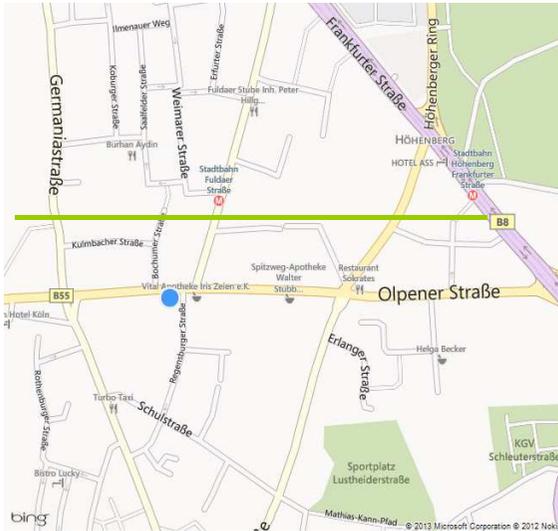
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm

für

Mai bis Juli

2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

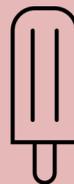
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

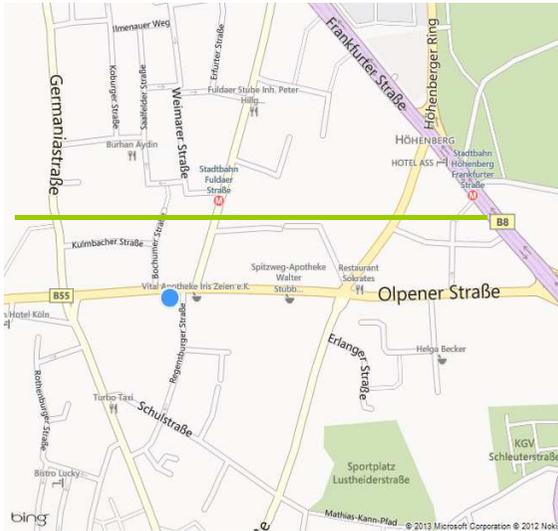
Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -



Adresse:
Olpenerstr. 114
51103 Köln-Höhenberg

Anfahrt:
Haltestelle Fuldaer Str.

Straßenbahnlinie 1
Bus 153

Ansprechpartner:innen:
Marcel Drexler
Sarah Herbst
Mobil: 0157-35306752
drexler.spzkalk@gmail.com

Instagram:
u30gruppespzkalk

Komme gerne vorbei, wenn Du neue Leute kennenlernen und gemeinsam Etwas unternehmen möchtest.



Wir treffen uns jeden Montag um 17.00 Uhr im SPZ Köln Kalk oder am vereinbarten Treffpunkt.
 Es gilt die jeweils aktuelle CoronaschutzVO.

Eine Anmeldung via SMS /whatsapp/instagram ist erwünscht!

Gerne kann eine Begleitperson mitgebracht werden.
 Der Link zum SPZ Flyer:



U30-Gruppe

Freizeittreff für Menschen unter 30 Jahren in psychischen Problemlagen

Programm für Mai bis Juli 2022



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

MAI

Mo. 09.05.
Eisessen

Mo. 09.05.
Flora & Skulpturenpark
Spaziergang

Mo. 16.05.
Kochen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 23.05.
Cafébesuch
Vorschläge willkommen
3 Euro Zuschuss

Mo. 30.05.
Picknick und Tischtennis
In der Merheimer Heide

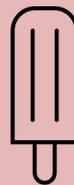
JUNI

Mo. 06.06.
Pfingsten/ kein Treffen

Mo. 13.06.
Tierparkbesuch

Mo. 20.06.
Sommergrillen im SPZ
Mit Anmeldung

Mo. 27.06.
Tretbootfahren



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

JULI

Mo. 04.07.
Kreatives im SPZ

Mo. 11.07.
Strandbar
3 Euro Zuschuss

Mo. 18.07.
Spieleabend am langen Tisch

Mo. 25.07.
Freibadbesuch

Mo. 01.08.
Kulturabend
z.B. Openair
Kino

.. gemeinsames Abstimmen über
die weiteren Aktivitäten und
Details!

- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen -