



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

August bis September

2022

+ U m f r a g e



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

## AUGUST

Mo. 01.08.

**Kultur**

Ggf. abweichender Wochentag

Mo. 08.08.

**Picknick am Aachener Weiher**

Mo. 15.08.

**Aktives in der Merheimer Heide**

Mo. 22.08.

**Tierparkbesuch**

Lindenthal

Mo. 29.08.

**Seilbahn und Skulpturen**

## SEPTEMBER

Mo. 05.09.

**Fahrradtour**

Mit Anmeldung

Mo. 12.09.

**Spiele/Singstar**

Nach Verfügbarkeit

Mo. 19.08.

**Café&Kuchen**

3 Euro Zuschuss

Mo. 26.09.

**Bowling**



- Wetterbedingt kann es zu Planänderungen kommen. -

Wir freuen uns über Feedback!

Schreibe / Erzähle uns gerne  
deine Ideen, Gedanken und  
Wünsche zum U30 Angebot.



Passt der Wochentag?

Stimmen die Zeiten?

Was würdest Du gerne  
unternehmen?

---

---