



Jahresprogramm 2023

für Selbsthilfegruppen in Köln

Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln

Marsilstein 4-6, 50676 Köln

Telefon: 0221 95 15 42 23

E-Mail: selbsthilfe-koeln@paritaet-nrw.org

www.selbsthilfekoeln.de

Allgemeine Informationen

- Bitte melden Sie sich telefonisch oder per E-Mail bei uns an. Die **Anmeldefrist** für alle Veranstaltungen entnehmen Sie bitte der Tabelle. Die Anmeldung ist verbindlich. Die Plätze werden nach der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung vergeben. Aus jeder Gruppe können sich max. 2-3 Personen anmelden.
- Ausführliche Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen finden Sie auf unserer Homepage unter: www.selbsthilfekoeln.de unter „Aktuelles/Veranstaltungen“
- Ihre Daten werden zum Zwecke der Veranstaltungsorganisation gemäß der DSGVO elektronisch gespeichert. Verantwortlich hierfür ist die Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln. Die Daten werden gelöscht, sobald sie für die Erreichung des Zweckes ihrer Erhebung nicht mehr erforderlich sind bzw. die Einwilligung zur Datenverarbeitung widerrufen wurde.

Wir freuen uns aus Sie!

Das Jahr im Überblick

Januar	Neujahrsfrühstück und offene Chorprobe bereits stattgefunden
Februar	Infoveranstaltung zur finanziellen Förderung und offene Chorprobe bereits stattgefunden
März	Kegelstammtisch bereits stattgefunden
Mai	Fortbildung „Die Gruppenseele stärken“ mit Klaus Vogelsänger Samstag, 13.05.2023, 10.00-17.00 Uhr (Anmeldung bis 13.04.2023) Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln, Marsilstein 4-6, Innenstadt Austauschtreffen bei einem Picknick im Park Samstag, 06.05.2023 von 14.00-17.00 Uhr (Anmeldung bis 30.04.2023) Treffpunkt: Volksgarten, Köln-Südstadt, auf der Wiese gegenüber vom HELLERS Biergarten Hinweis: Bei Regen und Sturm fällt das Picknick aus. Decken, Geschirr, Getränke und Verpflegung sind selbst mitzubringen. Knabberzeug wird gestellt.
Juni	Radtour durch das frühsummerliche Köln (ca. 20 km) Samstag, 03.06.2023, 11.00-14.00 Uhr (Anmeldung bis 27.05.2023) Treffpunkt: Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln, Marsilstein 4-6, Innenstadt Kegelstammtisch Dienstag, 20.06.2023, 19.00-22.00 Uhr (Anmeldung bis 13.06.2023) Qlosterstüffje, Venloer Str. 221, Ehrenfeld
Juli	Tischtennis im Quäker Nachbarschaftsheim Dienstag, 11.07.2023, 18.00-22.00 Uhr (Anmeldung bis 04.07.2023)
August	„Lass uns gemeinsam frühstücken“ Mittwoch, 30.08.2023, 10.00-12.00 Uhr (ohne Anmeldung) Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln, Marsilstein 4-6, Innenstadt
September	Austauschtreffen bei einer Wanderung im Kölner Umland Samstag, 02.09.2023, 10.00-15.00 Uhr (Anmeldung bis 26.08.2023) Treffpunkt: Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln, Marsilstein 4-6, Innenstadt
November	Fortbildung: Das Psychodrama und seine Bedeutung, die es auch in Selbsthilfegruppen entfachen kann Freitag, 03.11.2023, 17.00-19.00 Uhr & 04.11.2023 von 09.30-16.30 Uhr (Anmeldung bis 15.10.2023) Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln, Marsilstein 4-6, Köln-Innenstadt Offene Bühne „MitGeteilt“ Donnerstag, 09.11.2023, 19.00-22.00 Uhr (Anmeldung bis 12.10.2023) Bürgerzentrum Ehrenfeld e.V., Venloer Straße 429, Ehrenfeld
Dezember	Kegelstammtisch Montag, 04.12.2023, 19.00-22.00 Uhr (Anmeldung bis 27.11.2023) Qlosterstüffje, Venloer Str. 221, Ehrenfeld Gemütliches Weihnachtstreffen Sonntag, 10.12.2023, 14.00-17.00 Uhr (Anmeldung bis 03.12.2023) Selbsthilfe-Kontaktstelle Köln, Marsilstein 4-6, Innenstadt