

## FÜR WEN SIND WIR DA?

Sie fühlen sich psychisch angeschlagen, kommen im Moment mit Schule, Ausbildung oder Ihrem Alltag nicht klar?

Sie haben schon mehrere Maßnahmen abgebrochen?

Sie wollen wissen, woran das liegt und wie Sie das ändern können?

**Dann sind Sie bei uns richtig.  
Bei uns können Sie üben, wieder ins Gleichgewicht zu kommen.  
Wir helfen Ihnen, wieder in den Alltag zu finden.**

## WAS KÖNNEN SIE BEI UNS LERNEN?

- /// Regelmäßiger Tagesablauf
- /// Konzentrationsfähigkeit
- /// Alltagskompetenzen
- /// Belastbarkeit
- /// Kontakt zu anderen
- /// Umgang mit einer Erkrankung



## WAS BIETEN WIR AN?

- /// Klärung Ihres individuellen Hilfebedarfs
- /// Gemeinsames Kochen und Haushaltstraining
- /// kreatives Arbeiten
- /// Info-Runden
- /// Bewegungsangebot
- /// Wechselnde Projekte
- /// Regelmäßige Gespräche
- /// Erarbeiten von realistischen Zielen



## WELCHE VORAUSSETZUNGEN BRAUCHEN SIE FÜR EINE TEILNAHME?

/// Sie sind unter 25 Jahre alt.

/// Sie möchten in der Lage sein,  
Ihren Alltag besser bewältigen zu können.

/// Sie möchten gemeinsam mit uns  
eine Perspektive für sich entwickeln.

Näheres erläutern wir Ihnen gerne in  
einem persönlichen Beratungsgespräch.

**Vereinbaren Sie einen Termin mit uns!**

### WER SIND WIR?

Wir sind ein Team aus Sozialpädagogen,  
Sozialarbeitern und Ergotherapeuten.

**Telefon: (0 22 1) - 356 508 10**

E-Mail:

[Proberaum-worx2.koeln@alexianer.de](mailto:Proberaum-worx2.koeln@alexianer.de)

[www.alexianer-koeln.de](http://www.alexianer-koeln.de)

[www.spz-rodenkirchen.de](http://www.spz-rodenkirchen.de)

## SO ERREICHEN SIE UNS:

**Siegburger Str. 233, 50679 Köln**



Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:  
KVB Linie 7, Haltestelle Poller Kirchweg

Ein Gemeinschaftsprojekt der Alexianer Köln GmbH  
und des Jobcenter Köln

**jobcenter**  
KÖLN

Herausgeber:

 **Alexianer**  
ALEXIANER KÖLN GMBH

Alexianer Köln GmbH  
Kölner Straße 64, 51149 Köln,  
Telefon: (0 22 03) 36 91 - 10000  
[www.alexianer-koeln.de](http://www.alexianer-koeln.de)



**Alexianer**  
ALEXIANER KÖLN GMBH

## WIEDER INS GLEICHGEWICHT KOMMEN



Proberaum  **WORX<sup>2</sup>**