



SOMMERPROGRAMM

› April bis September 2021



caritas
in Kelsterbach
Beratung · Betreuung · Begegnung



CARITASVERBAND
Offenbach/Main e.V.




› Kelsterbacher Caritasteam



› Herzlich willkommen bei der Caritas in Kelsterbach!

Mit dem Wechsel der Jahreszeiten erscheint auch in diesem Jahr wieder das nächste Halbjahresprogramm des Mehrgenerationenhauses und Familienzentrums Kelsterbach. Erneut haben wir ein buntes Programm entworfen - trotz aller Einschränkungen durch die Pandemie. Dieses Programm entsteht nicht nur „trotz“ Ein- und Beschränkungen des sozialen Lebens, sondern die darin enthaltenen Angebote „trotzen“ der Krise und setzen im Rahmen unserer Möglichkeiten ein Zeichen der Hoffnung, dass wir uns bald wieder sorglos und unbeschwert begegnen können. So wie die Natur sich jedes Jahr nach dem Winter erneut entfaltet, wird auch das soziale Leben nach dieser Krise in gewohnter Vielfalt und seinen verschiedensten Formen aufblühen. Deswegen finden sich bei uns neben den Angeboten in Zeiten der Pandemie auch Angebote, die bei einer verbesserten Lage stattfinden können. Wir hoffen auf Ihre zahlreiche Teilnahme, Beteiligung und Gestaltungsfreude.

Wir danken Ihnen an dieser Stelle für Ihre Treue, wünschen Ihnen Gesundheit und hoffen auf ein baldiges Wiedersehen im Mehrgenerationenhaus und Familienzentrum Kelsterbach.

› Inhalt

- 02 › Geld – Zeit – Ideen
- 03 › Kooperations- und Förderpartner
- 04 › **Beratung**
- 14 › **Betreuung**
- 18 › **Begegnung / Bildung**
- 23 › Wochenübersicht
- 24 › Monatsübersicht
- 44 › **Gemeinsam Kirche**

› Geld – Zeit – Ideen

Spenden für soziale Projekte

Die Caritas in Kelsterbach engagiert sich dafür, dass Familien mit geringem Einkommen am gesellschaftlichen Leben teilhaben können. So bieten wir z. B. jede Woche ein kostenfreies Frühstücksangebot für junge Eltern an. Aktuell suchen wir Geldspenden für folgende Projekte:

- **Aktion Schulranzen:** Schulanfänger*innen aus Familien, die im Leistungsbezug stehen, erhalten gegen einen kleinen Eigenanteil von uns einen neuen Markenschulranzen inkl. Zubehör (Mäppchen, Turnbeutel, etc.)
- **Urlaub ohne Koffer:** Ferianausflüge für Familien mit geringem Einkommen in den Sommerferien.

Spendenkonto

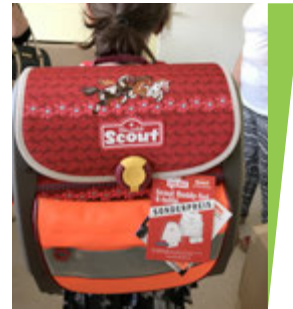
Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung! Ihre Spende können Sie auf folgendes Konto überweisen: Caritasverband Offenbach / Main e. V.
IBAN: DE92 3706 0193 4002 5000 57
Verwendungszweck: Spende (*hier Name des Projekts angeben*)

Sozialtarif

Wir übernehmen für Familien mit geringem Einkommen 50 – 100% des Teilnehmerbeitrags unserer Angebote. Sprechen Sie uns gerne darauf an.

Hier ist Platz für Sie

Vielfältige Aufgaben, interessante Themen im Ehrenamt. Sie wollen etwas bewegen, verändern und weiterentwickeln? Bei uns können Sie sich ehrenamtlich engagieren, ganz nach Ihren Fähigkeiten und Wünschen. Der Spaß und die Freude daran, sich für andere Menschen einzusetzen, soll im Vordergrund stehen. Die Tätigkeiten der ehrenamtlichen Personen sind als wertvolle ergänzende Unterstützung zu den hauptamtlichen Mitarbeiter*innen zu werten und sind unabhängig von Konfessionszugehörigkeit, Kultur und beruflichem Werdegang. Die ehrenamtliche Arbeit ist unentgeltlich, eine Aufwandsentschädigung kann vergütet werden, jedoch soll der Gewinn nicht im Fokus stehen.



› Mitmachen und Unterstützen

Wir suchen Menschen ...

- für ehrenamtl. Engagement
- für Spenden und -aktionen
- zum Mitarbeiten
- als Türöffner*innen
- als Ideengeber*innen
- als Kooperationspartner*innen

› Bedanken möchten wir uns bei unseren Kooperationspartnern:

- Kath. Kirchengemeinde Herz-Jesu
- Alzheimer- und Demenzerkrankengesellschaft Rüsselsheim
- NH-Projektstadt
- Initiative Arbeit im Bistum Mainz e. V.
- Karl-Kroloppe-Schule
- Werner-Heisenberg-Schule Rüsselsheim
- Frauenzentrum e. V. Rüsselsheim



Seien Sie dabei – gestalten Sie mit – melden Sie sich!

› Förderpartner:

- Kreis Groß-Gerau
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
- Land Hessen, Sozialministerium
- Stadt Kelsterbach





BERATUNG

Wir beraten Sie gerne – vieles ist möglich. Jeder Mensch kann in eine schwierige Situation kommen, aus der er oder sie alleine keinen Ausweg findet. Im alltäglichen Leben gelingt nicht alles wie gewünscht und oft entstehen Notlagen. Diese können zur Folge haben, dass sich Betroffene aus der Gesellschaft zurückziehen. Mit unserem Beratungsangebot unterstützen wir Sie dabei, persönliche Notlagen zu bewältigen und Bereiche Ihres Lebens neu zu ordnen.

Wir beraten Familien und Paare in Erziehungsfragen und bei familiären Konflikten, Schwangere, Menschen mit Fluchtgeschichte sowie weitere Personen in besonderen Lebenslagen.

Die Beratungen unterliegen der gesetzlichen Schweigepflicht!



› Erziehungs- und Eheberatung

Für Familien und Paare

Die Erziehungs- und Eheberatung bietet durch eine Vielzahl an Angeboten eine ganzheitliche und individuelle Hilfe für Ratsuchende an. Das Zusammenleben von Familien, Eltern, Kindern und Jugendlichen kann in vielen Zeiten sehr bereichernd sein, ist aber auch einem ständigen Wandel und vielen Veränderungen ausgesetzt. Hieraus können

sich unterschiedliche Herausforderungen, Verunsicherungen, Fragen oder Probleme für Familien ergeben. Beratung kann dann ein Ort der Unterstützung, Orientierung und konkreter Hilfe sein. Wir beraten:

- Familien
- Eltern / Bezugspersonen
- Kinder
- Jugendliche und junge Erwachsene

- Paare
- Fachkräfte

Termin – Nach Vereinbarung

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)

Leitung – Frau Stoll-Seegel und Herr Schaper

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – Terminvereinbarung unter 069 20 000-445

› Schwangerenberatung

Beratung für Frauen in Schwangerschaft und Notsituationen

Wir beraten Sie gerne bei allen Fragen zu Schwangerschaft und Geburt. Sollte sich im Verlauf der Schwangerschaft herausstellen, dass Sie ein Kind mit Behinderung erwarten, begleiten wir Sie durch den Prozess der PND. Auch bei Konflikten in der Schwangerschaft oder finanziellen Notlagen können Sie

gerne mit uns sprechen. Nach der Schwangerschaft gibt es Fragen zur Familienplanung, gerne können wir einen Termin vereinbaren. Natürlich informieren wir auch über Leistungen für Kinder und Familien wie: Bundesstiftung „Mutter und Kind“, Mutterschutz, Elternzeit, Elterngeld.

Termin – Individuelle Terminvereinbarung

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)

Leitung – Claudia Staarmann

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich für individuelle Termine

Mehr Infos – 069 20 000-444 oder claudia.staarmann@cv-offenbach.de

› Allgemeine Lebensberatung

Allgemeine Lebens- und Sozialberatung

Allgemeine Lebens- und Sozialberatung informiert, berät und unterstützt Sie bei:

- allgemeinen Lebensfragen und persönlichen Krisen
- finanziellen Notlagen und Existenzproblemen (z. B. Kontosperrung)
- drohendem Wohnungsverlust / drohender Energiesperre

- sozialrechtlichen Fragen zu Arbeitslosengeld, Grundsicherung und anderen Sozialleistungen
- der Beantragung von Sozialleistungen und Hilfe bei der Durchsetzung von Ansprüchen
- dem Umgang mit Behörden und Institutionen

Termin – Individuelle Terminvereinbarung

Zeit – 09:00 – 12:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)

Leitung – Frau Staarmann

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich für individuelle Termine

Mehr Infos – 069 20 000-444 oder claudia.staarmann@cv-offenbach.de

› Kommunale Sozialberatung

Individuelle Terminvereinbarung

Das Angebot richtet sich an alle Bürger*innen Kelsterbachs mit Integrations- und Beratungsbedarf.

Ein Schwerpunkt liegt hierbei auf der Beratung von Menschen mit Fluchterfahrung. Wir beraten unter anderem in asyl- und aufenthaltsrechtlichen Angelegenheiten sowie in Fragen der

Existenzsicherung und unterstützen im Umgang mit Behörden und Institutionen.

Unser Ziel ist es, Menschen mit Beratungsbedarf durch die Hilfe zur Selbsthilfe in ihrer eigenständigen Lebensgestaltung zu unterstützen und eine gesamtgesellschaftliche Teilhabe zu fördern.

Termin – Individuelle Terminvereinbarung

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)

Leitung – Team Kommunale Sozialberatung

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich für individuelle Termine

Mehr Infos – 069 20 000-440 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

› Caritaszentrum Rüsselsheim

Umfassende Beratung

Die Caritaszentren Rüsselsheim und Kelsterbach arbeiten im Kreis Groß-Gerau eng vernetzt. Folgende Angebote finden Sie in Rüsselsheim zusätzlich zu den Angeboten vor Ort in Kelsterbach:

- Sucht- und Drogenberatung
- Beratung und Begleitung bei psychischen Erkrankungen
- Migrationsberatung
- Gesetzliche Betreuung

Termin – Nach Vereinbarung

Ort – Caritaszentrum Dicker Busch / Rüsselsheim

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – Terminvereinbarung unter 06142 40967-0

› Rundum gesund! (ein Angebot der Stadt Kelsterbach)

Für Eltern mit Kindern im 1. Lebensjahr

Jedes Kind ist anders und entwickelt sich in seinem individuellen Tempo. Junge Eltern sind manchmal verunsichert und haben viele Fragen zum gesunden Aufwachsen ihres Kindes. Es werden alle Fragen rund um Ernährung, Füttern, Gesundheit, Größe und Gewicht beantwortet.

Termin – 2. Mittwoch im Monat

Zeit – 09:00 – 11:00 Uhr

Ort – Aufgrund der aktuellen Situation findet die Beratung derzeit telefonisch statt: 0151 5989 6921.

Eine Anmeldung ist dann nicht erforderlich.

Anmeldung – Erforderlich bei persönlicher Beratung

Mehr Infos – Per Mail an christine.mueller@cv-offenbach.de oder telefonisch unter 06142 40967-435

› Willkommen im Leben (ein Angebot der Stadt Kelsterbach)

Willkommensbesuch für Neugeborene

Ein Angebot im Rahmen des Projekts „Kelsterbach Familienstadt“ für alle frisch gebackenen Eltern. Freuen Sie sich auf einen Besuch von Frau Stoll-Seegel, sie bringt Ihnen eine Willkommensmappe und ein Geschenk für den Start ins neue Leben. Erhalten Sie Informationen über Angebote für junge Eltern und

alle Fragen rund um Gesundheit, Entwicklung, Betreuung usw.

Termin – Individuelle Vereinbarung

Ort – Ganz bequem zu Hause

Leitung – Bettina Stoll-Seegel

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – Frau Gröber: 06107 773-296



› Frühberatung

Für Eltern mit Fragen zur Entwicklung ihres Kindes (0 – 6 Jahre)

Im Alltag kann es immer wieder vorkommen, dass Fragen zur Entwicklung Ihres Kindes auftauchen. Die Frühförder- und Beratungsstelle bietet Ihnen die Möglichkeit, sich mit diesen auseinanderzusetzen und gemeinsam nach Lösungen zu schauen. Melden Sie sich gerne, wenn ...

- Ihr Kind Auffälligkeiten in seiner Bewegung, Sprache oder seinem Spielverhalten zeigt
- Ihr Kind auffallend ruhig oder unruhig ist oder sich schwer konzentrieren kann



- Ihrem Kind der Kontakt zu anderen Kindern schwer fällt oder es schnell in Konflikte gerät
- Ihr Kind zu früh geboren ist und Sie sich Sorgen um die Entwicklung machen
- Sie werdende Eltern sind und wissen, dass Ihr Kind eine Behinderung haben wird

Termine – Jeden 2. Donnerstag im Monat. Vereinzelt kann es zu Abweichungen kommen.

Zeit – 09:00 – 11:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)

Leitung – Christine Klein

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erwünscht

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

› Stromsparcheck (ein Angebot der Initiative für Arbeit e. V.)

Stromverbrauch senken – mehr Geld in der Tasche

- Sie werden kostenlos zu Hause beraten
- Sie sparen sofort Energie und bares Geld
- Sie bekommen einen persönlichen Energiesparplan
- Sie erhalten gratis tolle Energiesparartikel im Wert von 70 €

Termin – Individuelle Vereinbarung

Ort – Bei Ihnen zu Hause

Leitung – Mitarbeiter der Initiative Arbeit e. V.

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 06142 8867984 oder stromsparcheck-GG@initiativearbeit.com



› Unterstützung des Bewerbungsprozesses

Richtig bewerben

Lebenslauf optimal aufbereiten, das Anschreiben passgenau formulieren, die Vorbereitung auf den Umgang mit Fragen im Vorstellungsgespräch, Feedback zu den eigenen Bewerbungsunterlagen, Tipps und Tricks. Hier bekommen Sie eine individuelle Beratung für Ihren Bewerbungsprozess.

Termin – Nach Absprache

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)

Leitung – Dipl. Ing. Harald Heppner (langjährige Führungskraft und Coach)

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-440 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› Gesprächskreis und Beratungsmöglichkeit Demenzerkrankung

(ein Angebot der Alzheimer- und Demenzerkrankengesellschaft Rüsselsheim)

Für Angehörige von Demenzerkrankten in Kelsterbach

Der Gesprächskreis für Angehörige von Alzheimer- und anderen Demenzerkrankten trifft sich am ersten Mittwoch des Monats von 14 bis 16 Uhr in den Räumen des Katholischen Gemeindezentrums Walldorfer Str. 2 B. Angeboten wird diese Selbsthilfegruppe von der Alzheimer Gesellschaft Rüsselsheim e.V. in Kooperation mit der Stadt Kelsterbach.

Die Teilnehmer*innen tauschen ihre Erfahrungen untereinander aus, und zusätzlich werden

unter fachlicher Anleitung spezielle Themen rund um die Demenz aufgegriffen und vertieft. Neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen.

Die Möglichkeit für ein persönliches Beratungsgespräch in Kelsterbach gibt es ebenfalls an diesem Tag von 16 bis 17 Uhr. Nach vorheriger telefonischer Absprache werden auch Hausbesuche durchgeführt.

Termine – 05.05. / 02.06., weitere Termine bitte erfragen

Zeit – 14:00 – 16:00 Uhr (Gesprächskreis) / 16:00 – 17:00 Uhr (Beratung)

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Alzheimer- und Demenzerkrankengesellschaft Rüsselsheim

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Telefonisch unter 06142 210373 (Gesprächskreis und Beratung)

Mehr Infos – www.alzheimer-ruesselsheim.de oder 06142 210373



› Berufliche Beratung für Frauen *(ein Angebot des Frauenzentrums Rüsselsheim)*

Beratung für Frauen in beruflichen Veränderungen

Orientierung, Wiedereinstieg, Vereinbarkeit Familie und Beruf, Perspektiventwicklung, Bewerbung, Weiterbildung, Ausbildung, Karriere, Studium, Arbeitslosigkeit: Sie stehen vor beruflichen Veränderungen?

Frauen in der Elternzeit, Berufsrückkehrerinnen, erwerbslose Frauen oder Frauen, die sich neu orientieren oder aktiv bewerben möchten, können das berufliche Angebot nutzen, um für sich klare Perspektiven zu entwickeln.

Termin – 4. Mittwoch im Monat

Zeit – Ab 09:30 Uhr stündliche

Termine bitte vereinbaren

Ort – Gemeindezentrum

St. Markus (OG)

Leitung – Frauenzentrum

Rüsselsheim

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 06142 965757

oder info@frauenzentrum.de,
www.frauenzentrum.de



› Berufliche (Neu)Orientierung von Frauen *(ein Angebot der Bundesagentur für Arbeit)*

Wie finde ich die passende Arbeitsstelle – Tipps für Frauen und Berufsrückkehrende

Wenn ein beruflicher Wiedereinstieg oder eine Veränderung ansteht, ist vieles zu berücksichtigen.

Die einfache Formel für den persönlichen Plan lautet:

- Wie bin ich?
- Was kann ich?
- Was möchte ich beruflich erreichen?
- Wie komme ich an dieses Ziel?

In der Veranstaltung werden genau diese Punkte und die erforderlichen Voraussetzungen besprochen. Das heißt, Sie müssen Ihre Stärken und Kompetenzen kennen, um sie

auch gut in einem Bewerbungsverfahren präsentieren zu können. Außerdem geht es um den regionalen Arbeitsmarkt und eine Übersicht über Selbstinformationsangebote, damit Ihnen keine berufliche Information und keine geeignete Stelle entgehen. Thema ist auch das Angebot und die Finanzierung von Qualifizierungsangeboten und eine optimale Bewerbung, denn insbesondere das Bewerbungsgespräch kann anspruchsvoll sein. Alle erforderlichen Informationen rund um den Arbeitsmarkt und Ihre Stellensuche werden in kompakter und verständlicher Form gegeben.

Termin – 29.10.21

Zeit – 10:00 – 12:30 Uhr

Ort – Gemeindezentrum
St. Markus (EG)

Leitung – Frau Schubert
(Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt,
Bundesagentur für Arbeit)

Beitrag – Kostenlos

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



Viele Familien im Rhein-Main-Gebiet sind doppelt berufstätig und auf eine qualitativ hochwertige Kinderbetreuung angewiesen. Die Caritas erfüllt in Zusammenarbeit mit der Stadt und der Kath. Kirchengemeinde diesen staatlichen Betreuungsauftrag für Kinder vom 1. – 10. Lebensjahr.



› Kindertagesstätten und Schulkindbetreuung

Der Caritasverband Offenbach/Main e. V. bietet eine bildungsorientierte Kinderbetreuung vom 1. Lebensjahr bis zum Eintritt in die weiterführende Schule, an insgesamt 5 Standorten in Kelsterbach. Damit erfüllen wir den staatlichen Bildungsauftrag in enger Kooperation mit der Stadt Kelsterbach. Unsere Arbeit entlastet, unterstützt und begleitet die Eltern bei der Erziehung ihrer Kinder.

Eine Anmeldung in den Einrichtungen ist jederzeit möglich. Wünschenswert ist, dass die Anmeldung ca. 1 Jahr vor gewünschter Aufnahme erfolgt.

Unsere Einrichtungen haben Montag bis Donnerstag 07:15 – 17:00 Uhr und Freitag 07:15 – 16:30 / 17:00 Uhr geöffnet.

In allen Häusern wird täglich Mittagessen angeboten.

In den ersten drei Wochen der Sommerferien, in den Tagen zwischen Weihnachten und Neujahr sowie an pädagogischen Konzeptionstagen haben die Einrichtungen geschlossen. Weitere Informationen erhalten Sie direkt bei den Ansprechpartner*innen vor Ort.

Sachgebietsleitung Kinderbetreuung

Kindertagesstätten

Leitung – Carola Oberbillig
069 20 000-446

Verwaltung – Nicole Dreyer
069 20 000-447

Ort – Walldorfer Str. 2 B

Kontakt – kita-kelsterbach@cv-offenbach.de

Schulkindbetreuung

Leitung – Sascha Meder
06107 90031-0

Verwaltung – Carina van Loon
06107 90031-11

Ort – Friedensstr. 2

Kontakt – carina.van-loon@cv-offenbach.de

› Unsere Einrichtungen

Schulkindbetreuung der Karl-Treutel-Schule

Leitung: Sascha Meder

Ort – Friedensstr. 2

Kontakt – 06107 90031-0
oder schulkindbetreuung-
kelsterbach@cv-offenbach.de

Schulkindbetreuung der Bürgermeister-Hardt-Schule

Leitung: Martina Pulkis

Ort – Mainstr. 21

Kontakt – 06107 90031-0
oder schulkindbetreuung-
kelsterbach@cv-offenbach.de

Kinderhaus St. Elisabeth

Leitung: Sabine Dahmane

Ort – Lilienstr. 18

Kontakt – 06107 404810
oder kita-st.elisabeth@
cv-offenbach.de

Aufnahme – Ab dem
1. Lebensjahr

Kinderhaus Don Bosco

Leitung: Emilia Pinto und
Katharina Plitt-Köhlhofer

Ort – Walldorfer Str. 2 A

Kontakt – 06107 64759
oder kita-don.bosco@
cv-offenbach.de

Aufnahme – Ab dem
3. Lebensjahr

Kath. Familienzentrum St. Markus

Leitung: Anna-M. Lübbering
und Giovanna Schneider

Ort – Gerauer Str. 1

Kontakt – 06107 3999 oder
kita-st.markus@cv-offenbach.de

Aufnahme – Ab dem
3. Lebensjahr



› TagesKids Kreis Groß-Gerau

(Beratungs- und Vermittlungsstelle rund um die Kindertagespflege im Kreis Groß-Gerau)

Sie suchen einen familiären und liebevollen Betreuungsplatz für Ihr Kind im Alter von 0–3 Jahren? In Kindertagespflegefamilien mit max. fünf Betreuungskindern wird Ihr Kind durch qualifizierte Tagespflegepersonen kompetent und entwicklungsgerecht betreut. Auf diese Weise kann Ihr Kind in einer kleinen Gruppe mit großen Schritten die Welt entdecken. Sie interessieren sich für eine familiennahe berufliche Tätigkeit, haben Spaß am Umgang mit Kindern und arbeiten gerne selbstständig? Dann könnte der Aufbau einer Tagespflegestelle in den eigenen Wohnräumen eine attraktive Tätigkeit für Sie sein: Nach einem grundlegenden Qualifizierungskurs, welcher

Sie auf diese Tätigkeit vorbereitet, können Sie in Ihrer eigenen Tagespflegestelle bis zu fünf Kindern betreuen. Unser Qualifikationskurs startet einmal jährlich. Sie haben Interesse? Wir freuen uns Sie kennenzulernen! Im Tageskidsbüro beraten wir Sie gerne zu einem Betreuungsangebot, dass sich an den Bedürfnissen junger Kinder orientiert und flexibel auf den Betreuungsbedarf von Familien eingeht oder zum Start in der Kindertagespflege als qualifizierte Tagespflegeperson.

Termine – Dienstags von 09:00 – 12:00 Uhr und mittwochs 14:00 – 18:00 Uhr
Ort – TagesKids-Büro Nord,
Am Stadtzentrum 1,
65479 Raunheim

Ansprechpartnerin –

Frau Rösner

Kontakt – 06142 402285 oder
tageskids-bueronord@kreisgg.de

Mehr Infos – www.kreisgg.de/tageskids





Das Mehrgenerationenhaus / Familienzentrum Kelsterbach ist ein Ort der Begegnung für alle von jung bis alt. Unser Netzwerk bietet verschiedene familienunterstützende und bildungsfördernde Angebote wie z. B. offene Spielangebote oder spezielle Kurse für Senioren*innen. Wir bemühen uns, die Angebote und Aktivitäten möglichst kostengünstig und somit für alle Kelsterbacher Bürger*innen anzubieten. Gerne finden wir im persönlichen Gespräch eine Möglichkeit, alle Interessierten teilhaben zu lassen. Bei uns wird das Miteinander der Generationen aktiv gelebt.

In diesem Heft sind die Angebote unterteilt in Begegnung (grün markiert) und Bildung (gelb markiert).

Durch die Corona-Pandemie ist unklar, ob alle Angebote stattfinden können. Falls Sie sich unsicher sind, rufen Sie uns gerne an und vergewissern Sie sich.



› GfG-Geburtsvorbereitung®

Ganzheitlich – Informativ – Bewegend

Körperarbeit u. -wahrnehmung, Entspannungs- u. Atemübungen, Massagen, Gymnastik, Fantasie-reisen, Stressübungen, Wehen-simulation, Infos über Ernährung und Körperpflege, die Phasen des Geburtsablaufs, das Wochenbett, Stillen, Hilfe bei Beschwerden, Gespräche über Veränderungen, Mutter- und Vaterwerden.

Termine –

1. Kurs: 29.05. + 30.05.21

2. Kurs: 04.09. + 05.09.21

Zeit –

Samstag 10:00 – 14:30 Uhr,

Sonntag 10:00 – 14:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum
St. Markus (UG oder EG)

Leitung – Nadine Heep
(GfG-Geburtsvorbereiterin,

Familienbegleiterin, Erzieherin
und Mutter von 2 Kindern)

Beitrag – Bei Referentin
erfragen; Kursgebühr wird
von einigen Krankenkassen
übernommen

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos –
familyloungehofheim@gmail.com
oder familylounge.info

› Rückbildungskurs nach der Schwangerschaft

Babys herzlich willkommen

Während der Schwangerschaft und der Geburt hat Ihr Körper Höchstleistungen vollbracht. Vor allem der Beckenboden, die Bänder und der Rücken wurden stark beansprucht und brauchen besondere Aufmerksamkeit und Übungen, um in ihre ursprüngliche Form zurückzufinden. Mit

dem Rückbildungskurs können Sie Folgen wie Gebärmuttersenkungen oder Harninkontinenz vorbeugen. Beginn frühestens 6 Wochen nach spontaner Entbindung und 8 – 10 Wochen nach einer Kaiserschnitt-Geburt.
Termine – 8-wöchige Kurse, genauen Start bitte erfragen

Zeit – 18:30 – 19:45 Uhr
Ort – Gemeindezentrum St. Markus (UG)
Leitung – Jana Meiners (BabySteps-Kursleitern, Elternbegleiterin, Fitness-Trainerin)
Beitrag – Bei Referentin erfragen
Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos –
info@rundumfamilie.com
www.rundumfamilie.com

› BauchBuggyGo

Mit Kinderwagen an der frischen Luft trainieren

Mit Ausdauer-, Kraft- und Entspannungstraining wird die Fettverbrennung angekurbelt und eure Energie zurückgeholt! Im Schwerpunkt liegt immer der Beckenboden und eure Körpermitte. Mitmachen können Mütter mit Kindern im Alter von 6 Wochen bis zum Ende der Buggyzeit.
Termine – Donnerstags
Zeit – 09:00 – 10:00 Uhr

Ort – Südpark
Leitung – Jana Meiners (BabySteps-Kursleitern, Elternbegleiterin, Fitness-Trainerin)
Beitrag – Zehnerkarte 100 € (kostenl. Probestunde möglich)
Anmeldung – Erforderlich, um zu erfahren, wann es wieder losgeht
Mehr Infos –
info@rundumfamilie.com oder
www.rundumfamilie.com



› Offene Stillgruppe und Stillberatung

Stillen von Anfang an

Du möchtest gerne mit anderen Still-Mamas Kontakte knüpfen und dich austauschen? Egal ob frisch gebackene oder langzeitstillende Mama – bei uns ist jede herzlich willkommen. Wir treffen uns in gemütlicher Runde und im geschützten Rahmen.
Termine – Alle 14 Tage montags

Zeit – 15:00 – 17:00 Uhr
Ort – Bitte erfragen
Leitung – Kerstin Doncel-Corapi (Stillberaterin in Ausbildung)
Beitrag – Freiwillige Spende 1 – 2 €
Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – kerstin.doncel-corapi@afs-stillen.de



› Welcome-Baby-Frühstück

Offenes Angebot für (werdende) Eltern

Haben Sie vor kurzem Zuwachs bekommen, oder ist Ihr Zuwachs noch unterwegs? In entspannter Atmosphäre haben Sie Zeit, andere Eltern kennenzulernen und sich über Erlebnisse und Erfahrungen auszutauschen.
Termine – Dienstags 06.04. / 20.04. / 04.05. / 18.05. / 01.06. / 15.06. / 29.06. / 13.07. / 27.07. /

10.08. / 24.08. / 07.09. / 21.09.21
Zeit – 09:30 – 11:30 Uhr
Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)
Leitung – Christine Müller
Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – 06142 40967-435 oder christine.mueller@cv-offenbach.de



› Eltern-Kind-Frühstück

Den Tag ohne Stress mit einem leckeren Frühstück beginnen

In kindgerecht gestalteter Atmosphäre können Eltern sich begegnen, während ihre Kinder krabbeln, spielen oder toben. Die Mitarbeiter*innen der Caritas sorgen für ein leckeres Frühstücksbuffet und stehen für Fragen rund um Entwicklung und Erziehung zur Verfügung. Wer möchte, darf eine Kleinigkeit zum Buffet beitragen.

Termine – 14.04. / 28.04. / 12.05. / 26.05. / 09.06. / 23.06. / 07.07. / 21.07. / 18.08. / 01.09. / 15.09. / 29.09.21
Zeit – 09:00 – 11:30 Uhr
Ort – Bitte bei Caritas erfragen
Leitung – Claudia Staarmann
Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – 069 20 000-444 oder claudia.staarmann@cv-offenbach.de



› Spiel(platz)treff

Gemeinsam spielen und toben

Keine Lust, einsam und alleine zu spielen? Lust auf Kaffee oder Tee mit anderen Eltern? Der Spiel(platz)treff ist für Eltern mit Kindern ab dem 1. Lebensjahr. Für reichlich Spielmaterial ist gesorgt.

Termine – Mittwochs
Zeit – 16:00 – 18:00 Uhr
Ort – Bitte bei Caritas erfragen
Leitung – Aysen Sencan
Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Einfach vorbeischaun
Mehr Infos – 069 20 000-442



Alle Termine für Sie als praktische Wochen- und Monatsübersicht zum Heraustrennen.

Uhrzeit	09.00	10.00	11.00	12.00	13.00	14.00	15.00	16.00	17.00	18.00
Montag							Sprachcafé (S. 34)	Offene Stillgruppe (14-tägig, S. 21)		
Dienstag				Allg. Lebens- und Schwangerenberatung (S. 6)	Welcome-Baby-Frühstück (14-tägig, S. 21)					
Mittwoch			Berufliche Beratung für Frauen (S. 12)	Eltern-Kind-Frühstück (14-tägig, S. 22)	Nähen am Vormittag (S. 33)	Handysprechstunde (S. 35)			Spiel(platz)treff (S. 22)	
Donnerstag				BauchBuggyGo (S. 20)	Frühberatung (ca. alle 4 Wochen)					
Freitag					Plaudertelefon (S. 38)	Mittagstisch für Senior*innen und Eltern mit Kleinkindern (S. 36)				

April				Mai			
Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot	Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot
27	02.04.	12:00 – 15:00	Café-Bike (Wochenmarkt)	11	05.05.	14:00 – 17:00	Gesprächskreis und Beratungsmöglichkeit Demenzerkrankung
29	06.04.	10:00 – 14:00	Näh-Workshop für Kinder				
8	14.04.	09:00 – 11:00	Rundum gesund	27	07.05.	12:00 – 15:00	Café-Bike (Wochenmarkt)
31	18.04.	11:00 – 14:00	Brunch für Einelternfamilien	30	08.05.	09:00 – 17:00	Erste Hilfe am Kind
				8	12.05.	09:00 – 11:00	Rundum gesund
				31	16.05.	11:00 – 14:00	Brunch für Eineltern- familien
				32	24.05.	14:00 – 17:00	Das Mehrgenerationenhaus wird zur Künstlerwerkstatt
				31	28.05.	16:45 (Einlass)	Teenie-Kino

BERATUNG BETREUUNG BEGEGNUNG BILDUNG KOOPERATIONEN

Juni				Juli			
Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot	Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot
11	02.06.	14:00 – 17:00	Gesprächskreis & Beratungsmöglichkeit Demenzerkrankung	27	02.07.	12:00 - 15:00	Café-Bike (Wochenmarkt)
				8	14.07.	09:00 - 11:00	Rundum gesund
27	04.06.	12:00 – 15:00	Café-Bike (Wochenmarkt)	41	17.07.	15:00 - 18:00	Kräuterspaziergang
8	09.06.	09:00 – 11:00	Rundum gesund	31	18.07.	11:00 - 14:00	Brunch für Eineltern- familien
40	19.06.	10:00 (Beginn)	Kanufahren				
31	20.06.	11:00 – 14:00	Brunch für Eineltern- familien	37	voraussichtl. Juli		Stuhlgymnastik

BERATUNG BETREUUNG BEGEGNUNG BILDUNG KOOPERATIONEN

August

Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot
42	ab 02.08.		Urlaub ohne Koffer
27	06.08.	12:00 - 15:00	Café-Bike (Wochenmarkt)
8	11.08.	09:00 - 11:00	Rundum gesund
39	27.08.	15:00 - 17:00	Café-Bike meets Spielmobil
33	27.08.	20:00 (Einlass)	Filmabend

September

Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot
27	03.09.	12:00 - 15:00	Café-Bike (Wochenmarkt)
40	04.09.	10:30 (Beginn)	Familienklettern
18	04.09.	10:00 - 14:30	GfG-Geburtsvorbereitung (Kursstart)
31	05.09.	11:00 - 14:00	Brunch für Einzeltern-familien
8	08.09.	09:00 - 11:00	Rundum gesund
39	24.09.	15:00 - 17:00	Café-Bike meets Spielmobil

BERATUNG BETREUUNG BEGEGNUNG BILDUNG KOOPERATIONEN

› Offener Treff

Herzlich Willkommen

Unser offener Treff ist ein Begegnungsort, eine Ruhe-Oase, Plauderecke und Infotheke. Er ist für alle geöffnet, die eine Tasse Kaffee, Cappuccino, Latte Macchiato, Tee oder Wasser genießen möchten. Es steht ein Computer zur Verfügung mit freiem W-LAN.

Unser Spielzeugtauschregal steht im offenen Treff, hier kann gespielt, mitgebracht und mitgenommen werden. Um sich zu informieren, liegen Kelsterbacher Wochenzeitungen aus.
Termin – Montags – Freitags
Zeit – 09:00 – 16:00 Uhr, Freitags 09:00 – 13:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)
Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Einfach vorbeischaun
Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

› Café-Bike

Kaffee auf dem Fahrrad? Geht nicht? – Geht doch!

Einen Kaffee, Tee oder Kakao trinken, ins Gespräch kommen, sich Rat holen oder sich informieren über das Mehrgenerationenhaus / Familienzentrum der Caritas Kelsterbach – das ist alles möglich beim Café-Bike.
Termin – 1. Freitag im Monat (findet je nach den aktuellen Bestimmungen statt oder nicht)
Zeit – 12:00 – 15:00 Uhr

Ort – Kelsterbacher Wochenmarkt
Leitung – Annika Geng
Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Einfach vorbeischaun
Mehr Infos – Mieten Sie unser Café-Bike für Ihre Veranstaltung: 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› Eltern-Kind-Treff

Für alle Kinder ab 2–3 Jahren

Sie sind herzlich zum gegenseitigen Kennenlernen, Spielen und Austausch eingeladen. Auch haben Sie und ihr Kind die Möglichkeit, ein wenig Kindergartenluft

zu schnuppern und sich auf die Kindergartenzeit vorzubereiten.

Termine – Montags,
Termine bitte erfragen

Zeit – 14:30 – 16:30 Uhr

› Spielzeugtauschregal

Kaufst du noch oder tauschst du schon?

Neue Spielsachen sind oft teuer und gebrauchte Spielsachen noch nicht reif für die Mülltonne. Bei uns gibt es ein offenes Tauschregal für Spielsachen für die Altersgruppe 0 – 6 Jahre. Jede*r kann Einzelnes bringen, abholen oder tauschen. Wer Lust hat, darf auch noch bei einer Tasse Kaffee verweilen.

Unsere Spielregeln:

- Spielsachen für Kinder von 0 – 6 Jahren
- auch Kinderbücher

- max. 2 Teile bringen, abholen, tauschen
- KEINE Kleidung, Schuhe, Taschen, etc.
- kleine Spielsachen (ca. 30 x 30 x 30 cm)

Termine – Täglich

Mo – Do 08:00 – 16:00 Uhr;
Fr 08:00 – 14:30 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)

Leitung – Annika Geng

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Einfach vorbeischaun

Ort – Kath. Familienzentrum St. Markus (Gerauer Str. 1)

Leitung – Giovanna Schneider

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 06107 3999



› Näh-Workshop für Kinder (ab 10 Jahren)

Wir nähen gemeinsam

Wie wäre es mit einem Do-it-yourself-Projekt? Ein selbstentwerfener individueller Kissenbezug, sei es ein Herz, Stern oder Fisch. Ihr könnt eurer Fantasie freien Lauf lassen. Genäht wird unter der Anleitung von Maßschneidermeisterin Frau Sakalli. Grundkenntnisse sind von Vorteil. Für unsere Nähprojekte

verwenden wir Stoffreste. Die Teilnehmer*innen müssen nichts mitbringen.

Termin – Dienstag, 06.04.21

Zeit – 10:00 – 14:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Maßschneidermeisterin Frau Sakalli, Sara Bouhouchi-Gouhar



Beitrag – 10 €

Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – Bitte angeben, ob eine eigene Nähmaschine mitgebracht werden kann.
01520 9291 602 oder
sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de

› Kunterbunter Bastelspaß

Ein Kreativangebot für Kinder

Ob es ein Hase in der Osterzeit, ein Tannenbaum zu Weihnachten oder im Frühling eine Blume ist, wir wollen zusammen basteln. Unser Angebot Kunterbunter Bastelspaß für Kinder im Kindergartenalter findet momentan leider nicht in Präsenz statt. Als kleinen Trost haben wir uns etwas Schönes ausgedacht. Wir schicken Bastelpost mit tol-

len Ideen, die zu Hause einfach nachgemacht werden können. Über Fotos von euren gebastelten Kunstwerken freuen wir uns sehr. Sobald es die Situation zulässt, treffen wir uns wieder gemeinsam vor Ort.

Termin, Zeit, Ort – Das Angebot findet derzeit postalisch statt
Leitung – Sara Bouhouchi-Gouhar



› PC-Kurs für Kinder 3. – 4. Klasse

Computerkurs

Einfinger-, Zweifinger- oder doch lieber Zehnfingertippen? MS-Office (Word, Excel, PowerPoint, ...), sicheres Speichern und Wiederfinden (nicht dass der Hund die Arbeit wieder gefressen hat) und der generelle Umgang mit Dateien und Ablagen. Sicherheit im Netz. Worauf muss ich

achten, was sollte ich auf keinen Fall anklicken ...

Termine – Bitte erfragen

Zeit – Bitte erfragen

Ort – Gemeindezentrum

St. Markus (UG)

Leitung – Tobias Erdmann

Beitrag – 15 € für 6 Termine

Anmeldung – Erforderlich



Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

› Erste Hilfe am Kind

Spezialkurs für Kindernotfälle

In diesem Lehrgang beschäftigen wir uns mit folgenden Themen: Unfallverhütung – Definition Notfall – Verhalten bei Notfällen – Verbrennungen – Sonnenstich – Fieber – Vergiftungen – akuter Bauch – Atemstörung – Insektenstiche – Kinderkrankheiten – Wiederbelebung – Notruf – Vorbeugung zum plötzlichen Säuglingstod –

Wundversorgung – Zeckenbiss etc.

Termin – 08.05.21, weitere

Termine auf Anfrage

Zeit – 09:00 – 17:00 Uhr

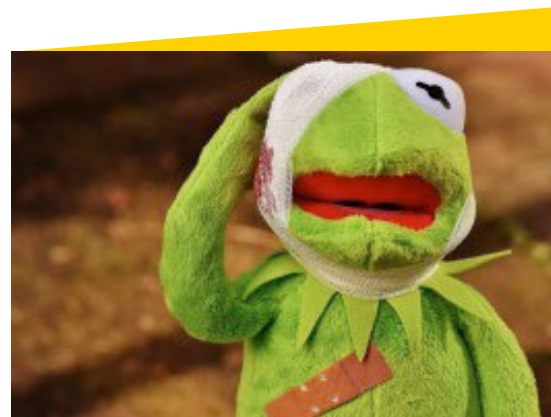
Ort – Schulkinderbetreuung an der KTS

Leitung – Herr Heldmann
(Ausbilder Erste Hilfe)

Beitrag – 15 €

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› Teenie-Kino

Das Gemeindezentrum wird zum Filmpalast

Wir zeigen einen Film ab 6 Jahren. Für alle Kinder und Teenies gibt es eine „Schnuckeltüte“, Getränke können selbst mitgebracht werden.

Termin – 28.05.21

Zeit – 17:00 Uhr Filmstart,
Einlass ab 16:45 Uhr

Ort – Gemeindezentrum
St. Markus

Leitung – Annika Geng

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› ... immer wieder sonntags

Brunch für Einelternfamilien

Sonntags in netter Runde mit anderen Alleinerziehenden frühstücken. Sie und Ihre Kinder setzen sich an den schön gedeckten Tisch, lassen sich das Frühstück schmecken und haben Zeit, sich mit anderen Alleinerziehenden auszutauschen. Eine Kinderbetreuung kümmert sich gleichzeitig um die Kinder.

Termine – 18.04. / 16.05. /
20.06. / 18.07. / 05.09.21

Zeit – 11:00 – 14:00 Uhr

Ort – Caritaszentrum St. Georg
(Rüsselsheim)

Leitung – Christine Müller

Beitrag – 4 – 6 € pro Familie

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 06142 40967-435
oder christine.mueller@cv-offenbach.de



› Das Mehrgenerationenhaus wird zur Künstlerwerkstatt

(Kinder und Jugendliche ab 6 Jahren)

Kreativ die Welt entdecken – Hundertwasser einmal anders

Friedensreich Hundertwasser war ein Maler und Architekt. Auf seine Spuren wollen wir uns begeben: Was macht seine Kunst so unverwechselbar? Wir wollen gemeinsam Hundertwasser-Steine bemalen, mit Serviettenteknik arbeiten, um eine kleine Lampe zu verschönern, und schließlich zusammen eine Leinwand für das Mehrgenerationenhaus gestalten. Bestimmt habt ihr hinterher selbst noch ganz viele eigene Ideen. Mitzubringen sind ein Malkittel als Schutz der Kleidung, Pinsel in verschiedenen Stärken (besonders auch ein feiner Pinsel) und einige mittelgroße, glatte Kieselsteine. Die Plätze sind begrenzt, daher frühzeitig anmelden.

Termin – Pfingstmontag, 24.05.2021

Zeit – 14:00 – 17:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Corinna Winderling (Künstlerin), Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – 10 €

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 01520 9291 602 oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de



› Nähen am Vormittag

Nähcafé

Gemeinsam nähen am Vormittag, eigene mitgebrachte Projekte nähen, bei Kaffee und Tee. Kleider reparieren, statt neu zu kaufen – der Umwelt zuliebe. Jede*r bringt eigenes Nähzubehör und Maschinen mit. Ein paar Maschinen stehen auch zur freien Verfügung.

Termine – jeden 2. Mittwoch

Zeit – 09:30 – 12:00 Uhr

Ort – Bitte bei der Caritas erfragen

Leitung –

Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 01520 9291 602 oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de



› Filmabend

Open Air Kino für alle

Statt Fernsehabend auf der heimischen Couch lieber ein

netter Film in fröhlicher Runde – dazu Popcorn, Chips, Süßigkeiten und leckere Getränke.

Termin – Freitag, 27.08.21

Zeit – Einlass ab 20:00 Uhr, Filmstart bei Sonnenuntergang

Ort – Im Garten hinter dem Gemeindezentrum St. Markus

Leitung – Annika Geng

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – 4 Wochen vorher bei der Caritas

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de; Filmauswahl kann bei der Caritas erfragt werden.



› Sprachcafé (ein Angebot der Stadt Kelsterbach)

Treffen, sprechen, spielen – über Sprache informieren

Im Sprachcafé können Sie:
Familien kennenlernen, Deutsch
hören und sprechen, Kaffee
trinken, mehr über Deutschland
erfahren.

Termin – Montags
Zeit – 14:30 – 15:30 Uhr
Ort – Christuskirche
(Albert-Schweitzer-Str. 30)

Leitung – Ruth Klein
(Sprachexpertin)
Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Einfach
vorbeischauen

› Formularhilfe

Endlich Durchblick im Antragsdschungel

Ein Team aus Ehrenamtlichen
unterstützt Sie beim Ausfüllen
Ihrer Formulare. Das Angebot
besteht für folgende Antrags-
formulare:

- Jobcenter (SGB II, Bildung
und Teilhabe)
- Antrag auf Wohngeld
- Familienkasse (Kindergeld,
Kinderzuschlag)
- Unterhaltsvorschuss
(UVG-Leistungen)
- Ermäßigung oder Befreiung
von Rundfunkgebühren (GEZ)

Termine –
Nach Vereinbarung
Ort – Gemeindezentrum
St. Markus (OG)
Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Erforderlich
unter caritas-kelsterbach@
cv-offenbach.de oder
069 20 000-442



› Handy-Sprechstunde

Unterstützung bei kleinen Unsicherheiten am Handy oder Tablet

Wer Hilfe beim Umgang mit
Handys, Tablets etc. benötigt,
ist herzlich eingeladen, bei der
Caritas Kelsterbach vorbeizu-
kommen. Wir unterstützen Sie
dabei, Kontakte einzuspeichern,
mit dem Handy zu fotografieren,
Bilder zu versenden und vielem
mehr. Deshalb ist es von Vorteil,

das eigene Handy oder Tablet
mitzubringen.

Termine – Mittwochs
Zeit – 11:00 – 12:00 Uhr
Ort – Gemeindezentrum
St. Markus (OG)
Leitung – Alexandros Pavlidis
Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Erforderlich



Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@
cv-offenbach.de

› PC-Kurs für Senior*innen

Computerkurs für fortgeschrittene Anfänger*innen

Sie können Ihren PC einschalten?
Finden Ihre Fotos und Briefe?
Dann wird es Zeit für den nächs-
ten Schritt ... E-Mails, Web,
WhatsApp, Sicherheit beim Sur-
fen ... und alle weiteren Themen,
die Sie beschäftigen ...
Der Kurs orientiert sich primär
an den Fragen / Anliegen der
Teilnehmenden und ist demen-
sprechend aufgebaut.

Termine – Bitte erfragen
Zeit – Bitte erfragen
Ort – Gemeindezentrum
St. Markus (UG)
Leitung – Tobias Erdmann
Beitrag – 45 € für 6 Termine
Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@
cv-offenbach.de



› Mahl-Zeit! Mittagstisch für Senior*innen und Eltern mit Kleinkindern

Eintopfessen, Salat und ein leckerer Nachtisch

Jugendliche der Karl-Krolopfer-Schule kochen einen Eintopf und servieren ihn.

Dazu gibt es Salat und einen leckeren Nachtisch. Die Plätze sind begrenzt, bitte vorher telefonisch anmelden.

Termine – Freitags (ausgenommen in den Schulferien)

Zeit – 12:00 – 13:30 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Annika Geng

Beitrag – 4 € pro Essen

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› Einkaufshilfe Kelsterbach

Unterstützung für Corona-Risikogruppe oder nicht mehr mobile Menschen

Wegen Ihres Alters oder einer Vorerkrankung gehören zu einer Corona-Risikogruppe und sollten, möchten oder können nicht in Supermärkte gehen? Die Caritas in Kelsterbach bietet Ihnen einen Einkaufsdienst und andere Botengänge (Post,

Apotheke, Bank etc.) an. Sie bezahlen nur die Einkäufe und Besorgungen, der Lieferservice ist kostenlos. Den Einkaufszettel können Sie telefonisch oder per Mail durchgeben.

Termin – Nach Vereinbarung

Ort – Bei Ihnen zu Hause

Leitung – Annika Geng

Beitrag – Kostenfrei –
Spende willkommen

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 01520 9291 602 oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de

› Stuhlgymnastik

Gymnastik im Freien

Nicht nur für Senior*innen bieten wir eine Stuhlgymnastik im Freien an. Unsere Sporttrainerin nutzt den Stuhl als Ausgangspunkt für die Übungen. Die Gymnastik findet sightgeschützt im Garten des St. Markus Kindergartens statt. Bitte Wasser und ein kleines Handtuch mitbringen.

Termine – Voraussichtlich im Juli 2021

Zeit – Bitte erfragen

Ort – Garten Kindergarten St. Markus, Zugang Kirchplatz, Walldorfer Str. 2 C

Leitung – Oneyda Mamet

Beitrag – Spende

Anmeldung – Erforderlich

› Wöchentlicher Postgruß

Über Briefe freut sich jede*r

Wöchentlich werden kostenlos Briefe mit kleinen Grüßen an Senior*innen verschickt. Diese sind gefüllt mit Aufmerksamkeiten wie Rätseln, Witzen, Mandalas, Bastelanleitungen und vielem mehr. Die Briefe sollen eine kleine Freude bereiten und vor

allem gegen die Langeweile in der Corona-Zeit angehen. Haben Sie Interesse, auch einen kleinen Postgruß zu bekommen? Oder ist Ihnen jemand eingefallen, der sich über einen Postgruß freuen würde? Jede*r ist willkommen. Melden Sie sich einfach an.

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



Leitung – Annika Geng

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

› Plaudertelefon

Telefonieren mit bis zu 8 Personen gleichzeitig

Jeden Freitag treffen wir uns telefonisch und plaudern, um uns gemeinsam die Zeit zu vertreiben. Gespräche mit bis zu 8 Personen können über das Plaudertelefon geführt werden. Wer im Festnetz gebührenfrei telefonieren kann, kann kostenlos am Plaudertelefon teilnehmen. Melden Sie sich einfach bei uns an, Sie erhalten die Telefonnummer von uns. Wir freuen uns, Sie zu hören!

Termin – Freitags

Zeit – 11:00 – 12:00 Uhr

Ort – Bei Ihnen zu Hause

Leitung – Annika Geng

Beitrag – Kostenlos

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@
cv-offenbach.de



› Sommercafé für unsere Engagierten

Danke!

Wir möchten uns ganz herzlich bei allen Engagierten bei der Caritas in Kelsterbach für die tollen Angebote bedanken. In gemütlicher Runde mit kleinen Leckereien ist Zeit zum Kennenlernen und Austauschen.

Termin – Dienstag, 13.07.21

Zeit – 16:00 – 17:30 Uhr

Ort – Gemeindezentrum
St. Markus (EG)

Leitung – Annika Geng

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Einladung
erfolgt persönlich

Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@
cv-offenbach.de

› Café-Bike meets Spielmobil

Das Café-Bike in der Aussiger Straße

Die Jugendförderung steht mit ihrem Spielmobil bereit und sorgt für Spiel und Spaß, das Café-Bike besucht das Spielmobil und liefert Getränke, wie Kaffee, Tee oder Kakao.

Termine – 27.08. / 24.09.2021

Zeit – 15:00 – 17:00 Uhr

Ort – Grünfläche Aussiger
Straße, Kelsterbach

Leitung – Annika Geng

Beitrag – Kostenlos



Anmeldung – Einfach
vorbeischauen!

Mehr Infos – 069 20 000-442
oder caritas-kelsterbach@cv-
offenbach.de

› Familienklettern

Kletterpark Rüsselsheim

Gemeinsam begeben wir uns in luftige Höhe im Kletterpark Rüsselsheim. Es erwartet uns eine Erlebniswelt aus Tauen, Balken und Hindernissen, mit spannenden Aufgaben für unser persönliches Abenteuer. Wir erkunden die Natur einmal aus einer anderen Perspektive und lernen unsere Grenzen dabei spielerisch kennen. Spaß ist garantiert! Von Sei-

ten der Caritas kann eine Mitfahrgelegenheit organisiert werden, die Plätze sind jedoch begrenzt. Der Kletterpark ist ebenso mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut zu erreichen. Bitte Mittagssnack für ein Picknick mitbringen.

Termin – Samstag, 04.09.21

Zeit – 10:30 – etwa 15:00 Uhr

Ort – Urban's Kletterpark Rüsselsheim



Leitung – Annika Geng

Beitrag – 10 € ab 13 Jahren, 5 € unter 13 Jahren

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

› Kanufahren für die ganze Familie

Tagesausflug an der Nidda

Auch aus der Bootsperspektive ist die Nidda ein wunderschöner kleiner Fluss, der sich in vielen Schleifen durch eine landwirtschaftlich geprägte Umgebung windet. Nach einer kurzen Einweisung ins Kanufahren bei unserem Einstiegsort Dortelweil geht es in 3er oder 4er Kanadiern

ca. 2 Stunden über die Nidda bis nach Harheim. Am Ende der Bootstour liegt ein Biergarten, wo die Option zur Einkehr besteht. Mit offenem Ende klingt der Abenteuerausflug aus. Ein- und Ausstieg sind mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen.

Termin – Samstag, 19.06.21

Zeit – 10:00 – etwa 15:00 Uhr

Ort – Treffpunkt Dortelweil

Leitung – Annika Geng

Beitrag – 10 € Kinder, 15 € Erwachsene

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

› Die Kräuterküche ist kein Hexenwerk

Ein Ausflug in die Natur für die ganze Familie

Wir machen uns gemeinsam auf den Weg in die Natur, sammeln, verarbeiten und genießen Wildkräuter. Was ist das für eine Pflanze? Kann man dieses Grünzeug wirklich essen? Na klar! Wir beginnen unseren Nachmittag mit einem Ausflug ins Grüne und suchen zusammen nach Wildkräutern.

Die gesammelten Kräuter verarbeiten wir danach und lassen uns das Essen gemeinsam schmecken. Herzlich willkommen sind Familien mit Kindern jeden Alters, mit oder ohne Kinderwagen, und alle Interessierte.

Termin – Samstag, 17.07.21

Zeit – 15:00 – 18:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (Treffpunkt)

Leitung – Corinna Winderling (Kräuterfrau), Annika Geng

Beitrag – 5 € pro Person

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› Urlaub ohne Koffer

Erlebnisse für Familien mit geringem Einkommen

Das Ferienprogramm Urlaub ohne Koffer besteht aus abwechslungsreichen Tagesausflügen in unserer schönen Region. Das Programm ist gedacht als gemeinsame Zeit für Eltern mit ihren Kindern, die sich keinen Urlaub leisten können.

Eine Anmeldung ist erforderlich, die Plätze sind begrenzt.

Termine – Mehrere Termine im Zeitraum vom 02.08. bis 13.08.21

Zeit – Je nach Ausflug

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (Treffpunkt)

Leitung – Mitarbeiter*innen der Caritas und Ehrenamtliche

Beitrag – Kostenlos

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› Familienfreizeit

Ein Wochenende in der Natur

Gemeinsame Familienfreizeit in Westernohe mit spannenden Angeboten für Groß und Klein in der ersten Woche der Herbstferien. Mal raus aus dem Alltag übernachten wir in der schönen Umgebung des Hohen Westerwaldes und beschäftigen uns auf vielfältige Weise mit dem Thema Nachhaltigkeit. Wie wollen wir unsere Zukunft nachhaltig gestalten? Was können wir in unserem Alltag dazu beitragen? Welche Rolle spielt Natur in unserem Leben?

Diesen und anderen Fragen werden wir gemeinsam in der Familienfreizeit mal kreativ und spielerisch, mal nachdenklich auf den Grund gehen. Für eine Kinderbetreuung wird von unserer Seite gesorgt.

Haben wir euer Interesse geweckt? Dann kontaktiert uns gerne für mehr Informationen.

Termin – 14.10. – 17.10.21

Ort – Westernohe

Leitung – Annika Geng, Christine Müller, Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – 90 € Erwachsene, 50 € Kinder ab 4 Jahren, unter 4 Jahren ist die Teilnahme frei Auf Anfrage können die Kosten z. T. übernommen werden.

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de





GEMEINSAM KIRCHE

Die Kirchengemeinde Herz-Jesu Kelsterbach besteht aus katholischen Christ*innen unterschiedlicher Herkunftsländer wie z. B. Portugal, Spanien, Italien oder Kroatien. Sie war früher eine kleine Gemeinde, die durch Zuzug sehr stark angewachsen ist.

Die Gottesdienste werden in der Herz-Jesu-Kirche und in der Sankt-Markus-Kirche gefeiert. Viele Veranstaltungen finden im Gemeindezentrum an der Sankt-Markus-Kirche statt.



› Ansprechpartner

Pfarrer – Franz-Josef Berbner
Gemeindereferentinnen –

- Hanna Erdmann
06107 50 36 52 oder
hanna.erdmann@
kath-kelsterbach.de
- Marita Bach
06107 701 69 59 oder
marita.bach@
kath-kelsterbach.de

Pfarrbüro – Cornelia
Pratschker, Gerda Heller

Öffnungszeiten –
Mo, Di, Mi, Fr 08:30 – 09:00,
09:30 – 11:30 Uhr, Fr 15:00 –
17:30 Uhr

Kontakt – Walldorfer Str. 2 C,
65451 Kelsterbach, 06107 3050
pfarrbuero@kath-kelsterbach.de
www.kath-kelsterbach.de



Katholische
Kirchengemeinde
Herz Jesu



› Gottesdienst-Termine

Regelmäßige Gottesdienste finden **samstags um 18:00 Uhr in der Herz-Jesu-Kirche** sowie **sonntags um 10:00 Uhr in der St.-Markus-Kirche** statt. Für die Gottesdienste ist eine Anmeldung im Pfarrbüro erforderlich.

Alle weiteren Termine bitte im Pfarrbüro erfragen.

› Mini-Treff

Treffen der Ministrant*innen zum Austausch, Spielen, Spaß haben

Termin – Ein Mal im Monat

Ort – St.-Markus-Kirche

Leitung – Hanna Erdmann

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – Über
Hanna Erdmann



› Seniorenachmittag

Gemeinsam Zeit verbringen

Alle Senior*innen sind herzlich zum monatlichen Seniorenachmittag eingeladen. Teilweise starten wir mit einem kleinen Gottesdienst und anschließend wird im Gemeindezentrum für das leibliche Wohl gesorgt.

Termine – Bitte im Pfarrbüro erfragen

Zeit – Bitte im Pfarrbüro erfragen

Ort – Kirche und Gemeindezentrum St. Markus

Leitung – Team Senioren der Kirchengemeinde

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – Über das
Pfarrbüro 06107 3050

› Begleitete offene Trauergruppe

Ins Gespräch mit anderen kommen

Wer nach dem Verlust eines nahestehenden Menschen ohne jede Begleitung in seinen Alltag zurückkehrt, trauert ebenso wie jemand, der darüber gerne mit anderen ins Gespräch kommen möchte. Zu unseren Treffen, bei denen man unter Gleichgesinnten ist, nichts erklären muss, bei denen Weinen genauso selbst-

verständlich ist wie Lachen und bei denen man einander zuhört, laden wir Sie ein.

Termine – Bitte erfragen

Zeit – Bitte erfragen

Ort – Gemeindezentrum
St. Markus

Leitung – Marita Bach,
Rosemarie Schneider

Beitrag – Kostenfrei



Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – Frau Bach
06107 701 69 59 oder
06107 3050

› Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Herausforderungen in der Pflege Angehöriger meistern

Pflegen Sie zu Hause, ist Ihr Angehöriger erkrankt? Einen Angehörigen zu pflegen, ist oft eine Herausforderung zwischen dem Wunsch, helfen zu wollen, und der Sorge um den eigenen Lebensalltag. In der Angehörigen-Gruppe bekommen Sie ausführliche Beratung zur Pflege,

zum Umgang mit schwierigen Situationen oder haben einfach die Möglichkeit sich mit anderen auszutauschen.

Termine – Bitte erfragen

Zeit – Bitte erfragen

Ort – Gemeindezentrum
St. Markus

Leitung – Rosemarie Schneider,
Marita Bach

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – Frau Bach
06107 701 69 59 oder
06107 3050



› Ansprechpartner und Kontaktadressen der Caritas in Kelsterbach

Anschrift – Walldorfer Str. 2 B, 65451 Kelsterbach

Tel. – 069 20 000-440 **Fax** – 069 20 000-449

Mail – caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

www.caritas-offenbach.de

www.mgh-kelsterbach.de

Facebook – ‹ siehe QR-Code

Wir sind auch bei **www.nebenan.de** zu finden

Träger – Caritasverband Offenbach/Main e. V.

Öffnungszeiten –

Mo – Do 08:00 – 16:00 Uhr, Fr 08:00 – 14:30 Uhr

Leitung – Axel Hechler

Verwaltung / Leitungsassistentz –

Judith Lutz **Tel.** – 069 20 000-440

Leitung Sachgebiet Kinderbetreuung –

Sascha Meder **Tel.** – 06107 90031-0

Carola Oberbillig **Tel.** – 069 20 000-446

Verwaltung –

Carina van Loon **Tel.** – 06107 90031-0

Nicole Dreyer **Tel.** – 069 20 000-447

Mehrgenerationenhaus / Familienzentrum –

Annika Geng, Christine Müller und Sara Bouhouchi-Gouhar

Tel. – 069 20 000-442

Beratungsangebote

• **Allgemeine Lebensberatung** –

Claudia Staarmann

Tel. – 069 20 000-444

• **Schwangerenberatung** –

Claudia Staarmann

Tel. – 069 20 000-444

• **Erziehungs- und Eheberatung** –

Peter Schaper / Bettina Stoll-Seegel

Tel. – 069 20 000-445

Team

Kommunale Sozialberatung

Tel. – 069 20 000-440

Mail – caritas-kelsterbach@

cv-offenbach.de

**Kindertagesstätten und
Schulkindbetreuung**

siehe im Programm unter
Betreuung

Pfarrbüro

Walldorfer Str. 2 C

65451 Kelsterbach

Tel. – 06107 3050

Impressum

Redaktion – Caritas in

Kelsterbach (s.o.)

Satz / Gestaltung –

Michael Maxein, www.typomax.de

Caritaszentrum Rüsselsheim

Leitung – Eric Niekisch

Virchowstr. 23

65428 Rüsselsheim

Tel. – 06142 409670

Mail – caritaszentrum-

dicker-busch@cv-offenbach.de

Fotonachweis –

Hassan Houseini,

Caritas in Kelsterbach

Weitere Fotos –

Titel: pixabay, Jill Wellington

S. 04: istockphoto, SDI productions

S. 12: istockphoto, fotografixx

S. 18: istockphoto, ViewApart

S. 46: M. G. Grimm.

In: Pfarrbriefservice.de

