



SOMMERPROGRAMM

› April bis September 2022



› Team des Caritaszentrums Kelsterbach



› Herzlich willkommen bei der Caritas in Kelsterbach!

Der langersehnte Frühling ist da – und mit ihm Farben und Gerüche, die uns die Schönheit des Lebens vor Augen führen. Dieses Lebensgefühl fest im Blick, haben wir unser diesjähriges Sommer-Programmheft auf die Beine gestellt. Es versorgt Sie mit einer Vielzahl an Begegnungs- und Bildungsangeboten, von denen wir hoffen, dass sie Ihr Interesse finden. Die vor uns liegenden sonnigen und warmen Monate bieten uns die tolle Möglichkeit, Veranstaltungen im Freien durchzuführen – vor Ort oder in der umliegenden Natur. Erwähnt seien hier der Kräuterspaziergang oder die entspannende Naturzeit für Eltern mit Kind. Vielleicht ist auch für Sie etwas dabei.

Das Mehrgenerationenhaus/Familienzentrum will Generationen verbinden und Familien unterstützen. Das vielseitige Beratungsangebot von Caritas in Kelsterbach bietet darüber hinaus Hilfe in schwierigen Lebenslagen, und das Betreuungsangebot hilft Ihnen, Familie und Beruf unter einen Hut zu bringen.

Wir freuen uns über Ihr reges Interesse und Ihre aktive Teilnahme an unseren Angeboten, Veranstaltungen und Aktionen. Lassen Sie uns das soziale Miteinander vor Ort lebendig gestalten und Gemeinschaft in Kelsterbach leben.

Nun wünschen wir Ihnen viel Spaß beim Durchstöbern des Sommerprogrammheftes 2022!

› Inhalt

- 02 › Geld – Zeit – Ideen
- 03 › Kooperations- und Förderpartner*innen
- 04 › **Beratung**
- 14 › **Betreuung**
- 18 › **Begegnung / Bildung**
- 25 › Wochenübersicht
- 26 › Monatsübersicht
- 48 › **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 Kooperationspartner*innen:

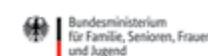
- Kath. Kirchengemeinde Herz-Jesu
- Alzheimer- und Demenzerkrankengesellschaft Rüsselsheim
- NH-Projektstadt
- Initiative Arbeit im Bistum Mainz e. V.
- Karl-Krolopfer-Schule
- Werner-Heisenberg-Schule Rüsselsheim
- Frauenzentrum e. V. Rüsselsheim
- WfB Rhein-Main e.V.



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

› Förderpartner*innen:

- Kreis Groß-Gerau
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
- Land Hessen, Sozialministerium
- Stadt Kelsterbach
- GlücksSpirale
- Wilhelm Emmanuel von Ketteler-Stiftung





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 – Bettina Stoll-Seegel und Tamar Berg

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 – Claudia 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 unter-

stützen 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 20 000-448 / 069 20 000-443 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



> 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 (ein Angebot der Frühförder- und Beratungsstelle der WfB Rhein-Main e.V.)

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 – 09:30 – 11:45 Uhr

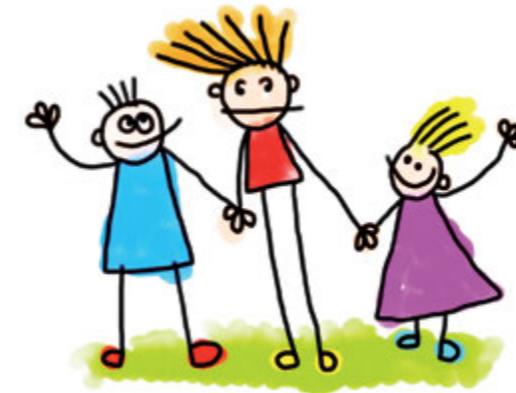
Ort – Caritas Kindertagesstätten

Leitung – Christine Klein (WfB Rhein-Main e.V.)

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erwünscht

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



› Stromsparmcheck (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 stromsparmcheck-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 Demenzerkrankungsgesellschaft 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 – Jeden 1. Mittwoch im Monat

Zeit – 14:00 – 16:00 Uhr

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

Zeit ab Juli 2022 –

15:00 – 16:00 Uhr (Beratung) / 16:00 – 18:00 Uhr (Gesprächskreis)

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Alzheimer- und Demenzerkrankungsgesellschaft 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

> Sprechstunde der Familienkasse Hessen zu Kindergeld / Kinderzuschlag

Beratung im Caritaszentrum Rüsselsheim

Die Familienkasse Hessen bietet regelmäßig einmal im Monat Beratungen im Caritaszentrum Rüsselsheim an. Die Familienkasse ist Ansprechpartnerin, wenn es um Leistungen wie Kindergeld und Kinderzuschlag geht. Häufige Fragen dabei sind: Wer kann einen Antrag stellen? Wie wird der Antrag gestellt? Welche Unterstützungen kann ich für meine Familie bekommen? Ab sofort werden diese Fragen durch die Familienkasse auch im Caritaszentrum Rüsselsheim beantwortet. Dazu ist vorab eine Anmeldung notwendig.

Termine 2022 – 05.04. /

03.05. / 07.06. / 05.07. / 02.08. /

06.09.22

Zeit – 14:30 – 16:30 Uhr

Ort – Caritaszentrum Rüssels-

heim (Eingang Liebigstraße)

Leitung – Herr Boussouf

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 06142 40967-0

oder [caritaszentrum-dicker-](mailto:caritaszentrum-dickerbusch@cv-offenbach.de)

[caritaszentrum-dicker-](mailto:caritaszentrum-dickerbusch@cv-offenbach.de)





BETREUUNG

Viele Familien im Rhein-Main-Gebiet sind doppelt berufstätig und auf eine qualitativ hochwertige Kinderbetreuung angewiesen. Die Caritas erfüllt in Zusammenarbeit mit der Stadt Kelsterbach 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 – schulkindbetreuung-kelsterbach@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 90031-14
oder schulkindbetreuung-
kelsterbach@cv-offenbach.de

Kinderhaus St. Elisabeth

Leitung: Sabine Dahmane
und Verena Miorandi

Ort – Lilienstr. 18

Kontakt – 069 20 000-470
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 069 20 000-450
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
069 20 000-460 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 selbständig? 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, das 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 mitt-
wochs 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](http://www.kreisgg.de/tageskids)





BEGEGNUNG BILDUNG

Das Mehrgenerationenhaus / Familienzentrum Kelsterbach ist ein Ort der Begegnung für alle Menschen von jung bis alt. Unser Netzwerk bietet verschiedene familienunterstützende und bildungsfördernde Angebote wie z. B. offene Spielangebote oder spezielle Kurse für Senior*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 wie geplant stattfinden können. Falls Sie sich unsicher sind, rufen Sie uns gerne an und vergewissern Sie sich. Die Durchführung der Angebote richtet sich nach den geltenden Corona-Regelungen und den Hygienevorschriften.



> 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: 25.06. + 26.06.22
- 2. Kurs: 08.10. + 09.10.22

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

› Offene Stillgruppe und Stillberatung

Stillen von Anfang an

Du möchtest gerne mit anderen Still-Mamas Kontakte knüpfen und dich über das Thema Stillen austauschen? Oder du bist gerade schwanger und möchtest dich gerne auf eure Stillzeit vorbereiten?

Egal ob frisch gebackene oder Kleinkind stillende Mama –

bei uns ist jede herzlich willkommen. Wir treffen uns in gemütlicher Runde und im geschützten Rahmen.

Termine – Alle 14 Tage montags

Zeit – 10:00 – 12:00 Uhr

Ort – Pfarrgasse 2

Leitung – Kerstin Doncel-Corapi (AFS Stillberaterin)

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 – 05.04. / 19.04. / 03.05. / 17.05. / 31.05. / 14.06. / 28.06. / 12.07. / 26.07. / 09.08. /

23.08. / 06.09. / 20.09.2022

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 – Alle 14 Tage mittwochs

Zeit – 09:00 – 11:30 Uhr

Ort – Bürgertreff Mainhöhe

Leitung – Claudia Staarmann

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

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

› Eltern-Kind-Treff

Für alle Eltern mit Kleinkindern von 0 – 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, 14:30 – 16:30 Uhr und dienstags, 09:30 – 11:30 Uhr

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

Leitung – Rosa Luchini

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 06107 3999



› Spielzeugplattform

Kostenlos und nachhaltig

Seit einiger Zeit bieten wir im Caritaszentrum Kelsterbach ein Spielzeugregal zum Tauschen von Spielen an. Damit der Zugang einfacher wird, haben wir parallel eine WhatsApp-Gruppe für Spielzeugspenden gegründet. In dieser Gruppe werden gespendete Spiele gepostet. Bei Interesse kann eine private

Nachricht an uns geschrieben, ein Termin ausgemacht und die Spielsachen abholt werden. Interessierte können gerne in die WhatsApp-Gruppe mit aufgenommen werden!

Termine – Flexibel

Ort der Abholung –

Caritaszentrum Kelsterbach,
Walldorfer Str. 2 C



Leitung –

Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – Kostenlos

Anmeldung – Telefonisch unter
01520 9291 767 oder per WhatsApp
App unter 01575 8493 792

Mehr Infos – 06107 3999

› 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



› 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.

› 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. Unser rotes Café-Bike begleitet unsere Angebote und Veranstaltungen.

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





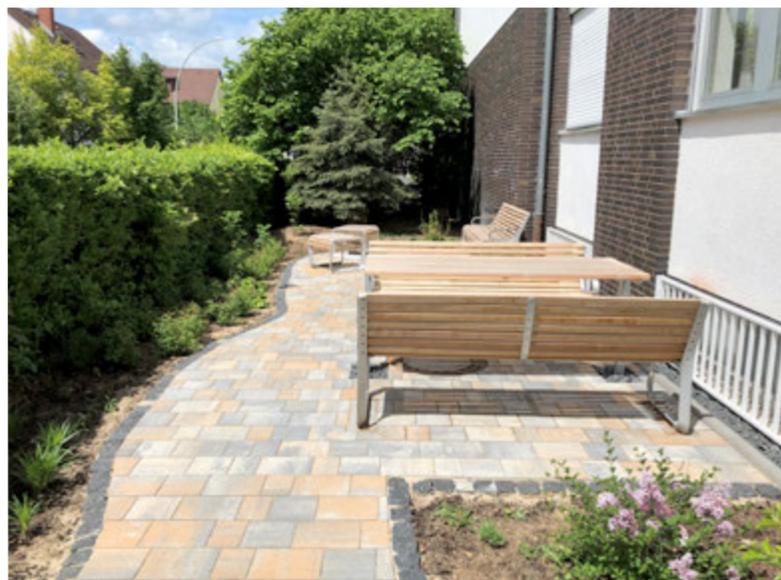
> Begegnungsgarten

Herzlich willkommen in unserer grünen Oase!

Im März 2021 begannen vor dem Katholischen Gemeindezentrum St. Markus die Arbeiten am geplanten Begegnungsgarten, der in Kooperation mit der Kirchengemeinde Herz-Jesu Kelsterbach entstand. Der Umbau der Grünfläche in einen Begegnungsgarten durch die Garten- und Landschaftsbau-firma Sixel wurde maßgeblich von der GlücksSpirale gefördert. Weiterer Sponsor war die Wilhelm Emmanuel von Ketteler-Stiftung. Die zugehörigen Gartenbänke konnten im Rahmen der Tätigkeit des MGH Kelsterbach mit finanzieller Unterstützung aus Bundesmitteln angeschafft werden. Der barrierefrei angelegte Garten ist ein nachhaltiger und offener Ort der gelebten Begeg-

nung und Kommunikation für alle Menschen, unabhängig des Alters, des Herkunftskontextes oder der Religionszugehörigkeit. Die verschiedenen Sitzmöglichkeiten laden dazu ein, sich vor oder nach einem Beratungstermin, einem Kursbesuch oder einer Veranstaltung im Begegnungsgarten aufzuhalten, zu

verweilen, Bekanntschaften zu schließen oder sich schlichtweg eine kleine Auszeit von der Hektik des Alltags zu gönnen. Wir laden Sie herzlich dazu ein, den Begegnungsgarten selbst zu erkunden und zu nutzen. Jede*r ist willkommen! Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



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		Offene Stillgruppe (14-tägig, S. 20)								
Dienstag		Allg. Lebens- und Schwangerenberatung (S. 6)		Welcome-Baby-Frühstück (14-tägig, S. 20)		Eltern-Kind-Treff (14-tägig, S. 21)		Handysprechstunde (S. 31)		
							Familienspaziergang (S. 36)			
Mittwoch		Berufliche Beratung für Frauen (alle 4 Wochen, S. 12)		Eltern-Kind-Frühstück (14-tägig, S. 21)		Muttersprache erlernen Spanisch (S. 40)				
Donnerstag		Frühberatung (ca. alle 4 Wochen, S. 09)		Sprachcafé (S. 34)		Muttersprache erlernen Arabisch (S. 40)				
Freitag		Generationenübergreifender Mittagstisch (S. 36)								

April				Mai				Juni				Juli			
Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot												
32	01.04.	15:30 – 17:30	Kreative Bastelzeit	30	01.05.	11:00 – 14:00	Brunch für Einelternfamilien	11	01.06.	14:00 – 17:00	Gesprächskreis & Beratungsmöglichkeit Demenzerkrankung	37	02.07.	09:00 – 18:00	Erste Hilfe am Kind
11	06.04.	14:00 – 17:00	Gesprächskreis & Beratungsmöglichkeit Demenzerkrankung	11	04.05.	14:00 – 17:00	Gesprächskreis & Beratungsmöglichkeit Demenzerkrankung	30	05.06.	11:00 – 14:00	Brunch für Einelternfamilien	42	02.07.	10:30 – 15:00	Familienklettern
44	30.04.	10:30 – 12:30	Groß und Klein gemeinsam im Wald	35	06.05.	16:45 – 17:45	Stuhlgymnastik (Kursstart)	09	09.06.	09:30 – 11:45	Frühberatung	11	06.07.	15:00 – 18:00	Gesprächskreis & Beratungsmöglichkeit Demenzerkrankung
				09	12.05.	09:30 – 11:45	Frühberatung	09	09.07.	09:00 – 18:00	Erste Hilfe am Kind	37	09.07.	09:00 – 18:00	Erste Hilfe am Kind
								43	25.06.	15:00 – 18:00	Kräuterspaziergang	30	17.07.	11:00 – 14:00	Brunch für Einelternfamilien
								19	25.06.	10:00 – 14:30	GfG-Geburtsvorbereitung (Kursstart)	09	28.07.	09:30 – 11:45	Frühberatung
								45	25.06.	10:00 – 12:00	Waldbaden für Erwachsene				

August

Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot
29	20.08.	10:00 – 14:00	Nähworkshop für Kinder
46	Sommerferien Start je nach Ausflug:		Urlaub ohne Koffer

September

Seite	Datum	Uhrzeit	Angebot
41	01.09.	14:30 – 17:00	Selbstbehauptungskurs für Kinder (Kursstart)
30	04.09.	11:00 – 14:00	Brunch für Einelternfamilien
11	07.09.	15:00 – 18:00	Gesprächskreis & Beratungsmöglichkeit Demenzerkrankung
09	15.09.	09:30 – 11:45	Frühberatung
38	Herbst		Die Hühner sind los!

BERATUNG BETREUUNG BEGEGNUNG BILDUNG KOOPERATIONEN

› Näh-Workshop für Kinder (ab 10 Jahren)

Wir nähen gemeinsam

Wie wäre es mit einem Do-it-yourself-Projekt? Ein selbstentworfenen 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 – Samstag, 20.08.22
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 767 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. Wir schicken Bastelpost mit tollen Ideen, die zu Hause einfach nachgemacht werden können. Über Fotos von euren gebastelten Kunstwerken freuen wir uns sehr.

Termin, Zeit, Ort –

Das Angebot findet postalisch statt.

Leitung –

Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – Kostenlos

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 01520 9291 767 oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de



› PC-Kurs für Kinder ab der 3. Klasse

Computerkurs

Einfinger-, Zweifinger- oder doch lieber Zehnfingertippen? MS-Office (Word, Excel, PowerPoint), sicheres Speichern und Wiederfinden und der generelle Umgang mit Dateien und Ablagen. Sicherheit im Netz. Worauf muss ich achten, was sollte ich auf keinen Fall anklicken ...

Termine – Start voraussichtlich im Juni

Zeit – 15:30 – 17:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Tobias Erdmann

Beitrag – 10 € für 6 Termine

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 – 01.05. / 05.06. / 17.07. / 04.09.22

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



› 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 vorbeizukommen. 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 – Dienstags

Zeit – 10:30 – 12:00 Uhr

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (OG)

Leitung – Yaren Yildiz

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 die nächsten Schritte. Emails, Web, WhatsApp, Sicherheit beim Surfen und alle weiteren Themen, die Sie beschäftigen. Der Kurs orientiert sich primär an den Fragen und Anliegen der Teilnehmenden und ist dementsprechend aufgebaut.

Termine, Zeit – Bitte erfragen

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Tobias Erdmann

Beitrag – 45 € für 6 Termine

Anmeldung – Erforderlich

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



› Kreative Bastelzeit

Nach Jahreszeiten basteln

Soll unser Kunstwerk aus Holz oder Stoff sein? Mit Perlen oder Federn verziert? Vielleicht sogar auch mit Glitzer? Das sind Fragen, die uns bei der kreativen Bastelzeit beschäftigen. Es ist alles da, was wir brauchen, wir können unserer Fantasie freien Lauf lassen. Wir treffen uns mehrmals im Jahr und basteln je nach Jahreszeit. Naschereien dürfen natürlich auch nicht fehlen. Wir freuen uns auf euch!

Termine, Zeit –

Mehrere Termine im Jahr, die bekannt gegeben werden

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Sara Bouhouchi-Gouhar, Christine Müller

Beitrag – 5 €

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 01520 9291 767 oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de



› Teenie-Kino

Das Familienzentrum 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, Zeit, Ort –

Wird bekannt gegeben

Leitung – Annika Geng, Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung –

Erforderlich

Mehr Infos –

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

› Filmabend

Kino für alle

Statt Fernsehabend auf der heimischen Couch lieber ein netter Film in fröhlicher Runde – dazu Popcorn, Chips, Süßigkeiten und leckere Getränke.

Termin, Zeit, Ort –

Wird bekannt gegeben

Leitung – Annika Geng, Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

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, sich über Sprache informieren

Im Sprachcafé können Sie: Deutsch hören und sprechen, mehr über Deutschland erfahren, sich über Sprache informieren und Kaffee trinken, Tipps für die Sprachförderung Ihrer Kinder erhalten, Fragen stellen.

Termin – Donnerstags
Zeit – 09:00 – 10:30 Uhr
Ort – Pfarrgasse 2 (im Unterdorf)
Leitung – Ruth Klein (Kita-Sprachberaterin und Elternbegleiterin)

› Formularhilfe

Endlich Durchblick im Antragsdschungel

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

- 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

Beitrag – Kostenfrei
Anmeldung – Einfach vorbeischauchen! Bitte die üblichen aktuellen Hygieneregeln beachten
Mehr Infos – 06107 508841 oder 0151 41881677



› 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 schattig geschützt im Garten des kath. Familienzentrums St. Markus statt. Bitte Wasser und ein kleines Handtuch mitbringen.
Termine – Start am 06.05.22

Zeit – 16:45 – 17:45 Uhr
Ort – Garten Familienzentrum St. Markus, Zugang Kirchplatz, Walldorfer Str. 2 C
Leitung – Oney
Beitrag – Spende
Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› 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.
Leitung – Yaren Yıldiz
Beitrag – Kostenfrei

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



› Mahl-Zeit! Generationenübergreifender Mittagstisch

Eintopfessen, Salat und ein leckerer Nachtisch

Jugendliche der Karl-Krolopfer-Schule kochen für Senior*innen eine Suppe oder einen Eintopf und bereiten einen leckeren Nachtisch zu. Als Beilage gibt es einen Salat. Es wird gemeinsam gegessen, gescherzt und gelacht. 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



› Familienspaziergang

Gemeinsam spazieren gehen

Endlich wird es wärmer draußen und die ersten Blüten blühen. Wir laden euch herzlich dazu ein, gemeinsam mit uns das schöne Wetter zu genießen. Bei einem Kaffee und ein paar Keksen lässt sich der Nachmittag entspannt verbringen und für die Kleinen packen wir ein paar Spielzeuge ein. Habt ihr Lust neue Orte in

Kelsterbach zu entdecken und die verschiedenen Spielplätze zu besuchen? Dann meldet euch gerne bei uns an!
Termin – Jeden Dienstag
Zeit – 15:30 Uhr
Ort – Gemeindezentrum St. Markus (Treffpunkt)
Leitung – Team Kommunale Sozialarbeit

Beitrag – Kostenlos
Anmeldung – Erforderlich unter rosa.luchini@cv-offenbach.de oder 01520 9291 754



› 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 – 02.07. / 09.07.22
Zeit – 9:00 – ca. 18:00 Uhr
Ort – KTS Schulkindbetreuung, Friedenstraße 2
Leitung – Herr Heldmann (Ausbilder Erste Hilfe)
Beitrag – 15 €
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 Sie 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 – Sara Bouhouchi-Gouhar
Beitrag – Kostenfrei – Spende willkommen
Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – 01520 9291 767
oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de



> Die Hühner sind los!

Wildes Gegacker bei der Caritas

Jeden Herbst besuchen 5 Hühner des Hühnerhofs Lüft Seligenstadt („Rent a Huhn“) für 10 Tage die Caritas. In dieser Zeit freuen sich die Hühner über Besuch, eine Streicheleinheit und mitgebrachtes Futter. Was essen Hühner gerne? Gekochte Nudeln, Reis, Kartoffeln, Obst, Gemüse und Salat. Bitte keine

gewürzten Lebensmittel füttern! Während dieser Zeit findet außerdem ein kleines Eierfest statt – mit Hühnerfüttern und streicheln, Waffeln und Kakao und verschiedenen Bastelaktionen.
Termine – Herbst 2022
Ort – Hinter dem Gemeindezentrum St. Markus



Leitung – Mitarbeiter*innen der Caritas

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Einfach vorbeischaun

> Aktion „Dankestützen“

Eine nette Geste für einen lieben Menschen

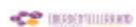
Eine Freundin, ein Kollege oder eine Nachbarin hat Sie während der Corona-Pandemie unterstützt und Sie möchten gerne einfach mal „Danke“ sagen? Wir machen es möglich und gestalten liebevoll für Sie eine „Dankestüte“, die wir dann als Überraschung an die Empfänger*innen verteilen. Die Dankes-

tüte ist gefüllt mit leckerer Fairtrade-Schokolade, einem Grußkärtchen, das personalisiert werden kann, und einer kleinen Überraschung, die Kelsterbach noch bunter und schöner macht.
Termine – Jederzeit
Ort – Innerhalb von Kelsterbach
Leitung – Annika Geng
Beitrag – 4 €



Anmeldung – Erforderlich unter 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de

Mehr Infos – Die Auslieferung der Dankestüten übernimmt ebenfalls die Caritas



> Die Tellerrand-Box – Kochen in der Kiste (ein Angebot von „Über den Tellerrand Kelsterbach“)

Gemeinsames Kochen als Kommunikationsmittel

Unsere Tellerrand-Box reist mit hausgemachten Leckereien von Teilnehmer*in zu Teilnehmer*in und schafft auf ihrem Weg durch Kelsterbach kulinarische Verbindungen.

Wer Lust hat, Leckerer für andere zu kochen und selbst auch bekocht zu werden, meldet sich bei uns. Wir vom Tellerrand-Team planen die Reiseroute und informieren die Teilnehmer*innen, wann die Box zu ihnen kommt. Wer die Box erhält, hat 4 Tage Zeit, sie mit dem eigenen Rezept und Essen zu füllen und zur nächsten Station zu bringen. Es muss kein komplettes Dinner sein, es kann etwas Leckerer sein, das man selbst gerne mag. Entscheidend ist die Geste. Alles verläuft nach A-H-A-Regeln: Man kocht zu Hause und bringt das Essen vor die Haus-



tür, mit Maske und mit Abstand, aber mit Interesse und Zuwendung. So sind kleine und sichere Kontakte möglich.

Termin – Nach Vereinbarung
Uhrzeit – Die Übergabe vereinbaren die Teilnehmer*innen selbst

Ort – Die eigene Küche und der Hauseingang der jeweiligen Empfänger*in

Leitung – Team „Über den Tellerrand Kelsterbach“

Beitrag – Wer mitmacht, spendiert einer anderen Person ein selbstgekoktes Essen und bekommt ein Essen.

Anmeldung – <https://www.facebook.com/groups/tellerrand-kelsterbach> oder kelsterbach@ueberdentellerrand.org oder bei Sara Bouhouchi-Gouhar

Mehr Infos – <https://ueberdentellerrand.org/satelliten/kelsterbach>

› Muttersprache erlernen

Arabischunterricht

Wir bieten für Kinder im Grundschulalter einen Arabischkurs an. Die Kinder lernen, Arabisch zu lesen und zu sprechen. Nur das Mäppchen und das Schultestheft sind mitzubringen.

Termin – Jeden Donnerstag
Zeit – 16:00 – 17:00 Uhr (außer in den Schulferien)

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (UG)

Leitung – Manar Habib

Beitrag – Anmeldegebühr 4 €
Die Teilnahme ist auf Spendenbasis. Die Spenden werden für das Lernmaterial genutzt und kommen so den Kindern zugute.

Anmeldung – Erforderlich

› Muttersprache erlernen

Spanischunterricht

Wir bieten für Kinder im Grundschulalter einen Spanischkurs an. Die Kinder werden die Aussprache, Spanisch lesen und schreiben lernen. Nur das Mäppchen und das Schultestheft sind mitzubringen.

Termin – Jeden Mittwoch

Zeit – 15:00 – 16:00 Uhr (außer in den Schulferien)

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (UG)

Leitung – Yuri Villamil

Beitrag – Anmeldegebühr 4 €
Die Teilnahme ist auf Spendenbasis. Die Spenden werden für

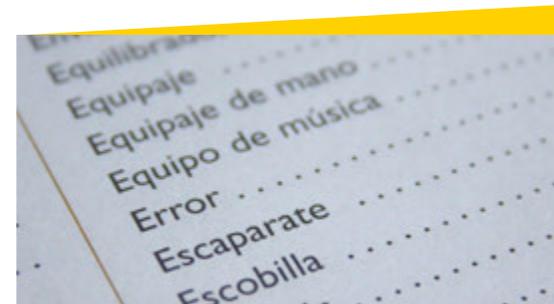


Mehr Infos – 01520 9291 767 oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de

das Lernmaterial genutzt und kommen so den Kindern zugute.

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – 01520 9291 767 oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de



› Selbstbehauptungskurs für Kinder von der Vorschule bis zur 4. Klasse

Selbst Sicher und Stark!

Mut machen, ein Bewusstsein über eigene Stärken und Fähigkeiten aufbauen – das sind Ziele des Selbstbehauptungskurses. Folgende Themenbereiche beinhaltet das Training: Umgang mit aggressiven Gleichaltrigen, Situationen mit dem „fremden Erwachsenen“, Präventionsmaßnahmen gegen sexuellen Missbrauch. Kinder erfahren, dass sie neben einem „Angsthasen“ auch einen „Löwen im Bauch“ haben. Mut zeigen, starke Strategien für den Umgang mit Bedrohung, cool bleiben bei Beleidigungen, sich aktiv Unterstützung holen sind unter anderem Inhalte des Trainings. In vielen Rollenspielen üben die Kinder außerdem wie sie sich verhalten sollen, wenn sie auf dem Heimweg angesprochen werden, ein Auto neben ihnen



hält usw. Mit Buchbesprechungen und Rollenspielen werden Kinder ermutigt, bei Berührungen, die sie nicht wollen „Nein“ zu sagen.

Termin – 3tägiger Kurs am 01.09. / 02.09. / 05.09.22

Zeit – 14:30 bis 15:30

(Vorschulkinder + 1. Klasse)
16:00 bis 17:00 (2. bis 4. Klasse)

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (EG)

Leitung – Michael und Susanne Röder (langjährige*r Selbstbehauptungstrainer*in)

Beitrag – 20 € pro Kind

Anmeldung – Erforderlich
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 und spannenden Aufgaben. Wir erkunden die Natur einmal aus einer anderen Perspektive und lernen unsere Grenzen dabei spielerisch kennen. Spaß ist garantiert!

Von Seiten 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, 02.07.22
Zeit – 10:30 – etwa 15:00 Uhr
Ort – Urban's Kletterpark Rüsselsheim
Leitung – Annika Geng, Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – 10 € ab 13 Jahren, 5 € unter 13 Jahren
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 gemeinsam. Herzlich willkommen sind Familien mit Kindern jeden Alters, mit oder ohne Kinderwagen, und alle Interessierte.

Termin – Samstag, 25.06.22
Zeit – 15:00 – 18:00 Uhr
Ort – Gemeindezentrum St. Markus (Treffpunkt)
Leitung – Heil- und Wildpflanzenpädagogin

Beitrag – 5 € pro Person
Anmeldung – Erforderlich
Mehr Infos – 069 20 000-442 oder caritas-kelsterbach@cv-offenbach.de



› Groß und Klein gemeinsam im Wald

Entspannende Naturzeit für Eltern und Kind

Der Wald ist ein toller Ort für Entdeckung und Entspannung und um mit allen Sinnen zu genießen. Auch mit Kindern bieten sich großartige Möglichkeiten, den Wald zu erleben. In diesem Angebot werden Eltern und Kind dazu eingeladen, mit viel Spaß und Kreativität die Natur bewusst wahrzunehmen und gemeinsam auf eine Entdeckungsreise im Wald zu gehen. Wir wollen uns z.B. auf eine Traumreise begeben, barfuß über „Stock und Stein“ laufen und riechen und anfassen, was wir im Wald so alles finden. Durch das gemeinsame Erleben der intensiven Naturzeit wird die Eltern-Kind-Beziehung gefördert und gestärkt. Gleichzeitig erfahren Kinder, wie wichtig und bedeutsam der Wald für unser Leben ist.

Für: ein Eltern- oder Großeltern- teil mit einem Kind im Vorschul- bzw. Grundschulalter. Das Angebot findet in einer Kleingruppe statt. Bitte entsprechend dem Wetter kleiden.

Termin – Samstag, 30.04.22

Zeit – 10:30 – 12:30 Uhr

Leitung – Eike Pfeiffer

(Erlebnispädagogin, zertifizierte Natur- und Achtsamkeitstrainerin)

Beitrag – 5 €

Anmeldung – Erforderlich

Ort – Waldstück bei Groß- Gerau (Näheres bei Anmeldung)

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



› Waldbaden für Erwachsene

Entspannung für Eltern/-teile (– mit Kinderbetreuung bei Bedarf)

Der Wald ist so viel mehr als ein Ort voller Bäume. Die Natur bewusst wahrzunehmen hat viele positive Einflüsse und kann eine Art der Entspannung hervorrufen, die wir in geschlossenen Räumen so nicht erleben können. Gerade der Alltag mit Kind lässt oft wenig Zeit um die eigenen Akkus nachhaltig aufzufüllen. Wald und Natur bieten eine Fülle von Möglichkeiten zu entsleunigen und ganz bei sich zu sein. In diesem Angebot geht es um Entspannung und den Abbau von Stress. Die einfachen aber wirkungsvollen

Übungen öffnen unsere Sinne und geben uns mehr Achtsamkeit für die alltägliche Routine zu Hause.

Während die Erwachsenen in die Waldatmosphäre eintauchen, wird begleitend vor Ort eine Kinderbetreuung angeboten. Das Angebot findet in einer Kleingruppe statt. Bitte dem Wetter entsprechend kleiden. Im Anschluss an diesen Termin gibt es bei Bedarf die Möglichkeit für eine Fortsetzung.

Termin – Samstag, 25.06.22, ggf. Folgetermin am 16.07.22

Zeit – 10:00 – 12:00 Uhr

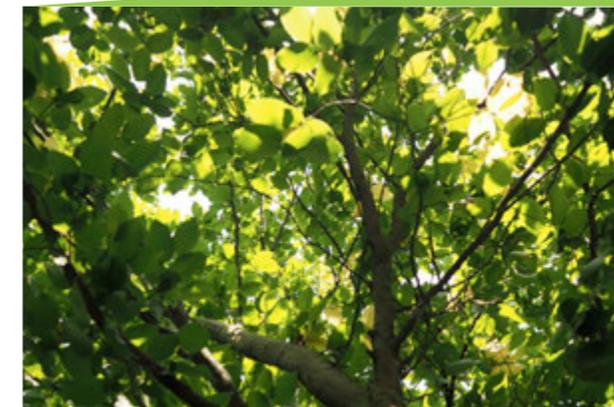
Leitung – Eike Pfeiffer (Erlebnispädagogin, zertifizierte Natur- und Achtsamkeitstrainerin)

Beitrag – 8 € (ggf. zusätzlich 5 € bei Teilnahme am Folgetermin am 16.07.)

Anmeldung – Erforderlich

Ort – Waldstück bei Groß- Gerau / Berkach (Näheres bei Anmeldung)

Mehr Infos – 06142 40967-435 oder christine.mueller@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 und beinhaltet alle Ausflüge.

Termine – Mehrere Termine in den hessischen Sommerferien

Zeit – Je nach Ausflug

Ort – Gemeindezentrum St. Markus (Treffpunkt)

Leitung – Mitarbeiter*innen der Caritas & Ehrenamtliche

Beitrag – Kostenlos

Anmeldung – Erforderlich

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



› Lesezeit!

Lesen macht glücklich

Gesucht werden Lesehelfer*innen, die ein wenig Zeit haben, Kinder im Grundschulalter beim Lesen zu unterstützen. Ob Jugendliche, die sich engagieren möchten, Mütter, die vormittags Zeit haben, wenn die Kinder in der Kita sind oder Großeltern, die das Lesen mit Kindern in vollen Zügen genießen werden.

Alle möchten wir ansprechen.

Termine – Wir richten uns nach Ihnen

Ort – Karl-Treutel-Schule

Leitung – Sara

Bouhouchi-Gouhar

Anmeldung – Bitte melden

Sie sich unter 01520 9291 767 oder sara.bouhouchi-gouhar@cv-offenbach.de



› Sommercafé für unsere Engagierten

Wir sagen 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 – Einladung erfolgt persönlich!

Leitung – Annika Geng, Sara Bouhouchi-Gouhar

Beitrag – Kostenlos

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.



› Ansprechpersonen

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@
bistum-mainz.de

Pfarrbüro – Cornelia Pratschker,
Gerda Heller, Silvia Helmchen

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 – Einmal im Monat

Ort – St.-Markus-Kirche

Leitung – Hanna Erdmann

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – Über
Hanna Erdmann



› Seniorennachmittag

Gemeinsam Zeit verbringen

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

Termine, Zeit –

Bitte im Pfarrbüro erfragen

Ort – Kirche und Gemeinde-

zentrum St. Markus

Leitung – Team Senioren

der Kirchengemeinde

Beitrag – Kostenfrei

Anmeldung – Erforderlich

Mehr Infos – Über das
Pfarrbüro 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, Zeit –

Bitte im Pfarrbüro 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



› Ansprechpersonen 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

Instagram – mghkelsterbach

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** –

Bettina Stoll-Seegel / Tamar Berg

Tel. – 069 20 000-445

Team

Kommunale Sozialberatung

Tel. – 069 20 000-448 /

069 20 000-443

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: istockphoto, romrodinka;

S. 04: istockphoto, SDI productions;

S. 14: istockphoto, monkeybusiness-

images; S. 18 istockphoto, Rawpixel;

S. 45: M. Maxein;

S. 48: istockphoto, Rawpixel;

S. 50: M. G. Grimm bei:

Pfarrbriefservice.de



