



gemeinsam leben

„GUTEN MENSCHEN GESELLSCHAFT
ZU LEISTEN IST DIE BESTE
METHODE, SELBST EIN GUTER
MENSCH ZU WERDEN.“

Miguel de Cervantes

Gemeindereferentin **Sandra Bonenkamp** möchte im Sinne des biblischen Verses „Damit sie das Leben in Fülle haben“ jedem die frohe Botschaft bringen. Gern begleitet sie auch Sie ein Stück auf Ihrem Weg. | 243, 254, 573–574



Daniel Löber hat vor einigen Jahren das Wandern im Allgäu für sich als Hobby entdeckt. Die Schönheit der Natur erleben und auf verschlungenen Pfaden unterwegs sein, kann man mit ihm aber auch hier im schönen Nordhessen. | 240–241



Den Partner/die Partnerin zu verstehen und sich verstanden zu fühlen, ist wichtig in einer Beziehung, weiß Sozialpädagogin **Kathrin Drescher-Mattern**. Daher bieten sie und ihr Mann Kommunikationstraining für Paare an. | 230, 232

Als Ehe-, Familien- und Lebensberater ist **Marcus Drescher** in Kontakt mit vielen Paaren. Er erlebt, dass gelingende Kommunikation für eine zufriedenstellende Partnerschaft unerlässlich ist. Dabei unterstützt er Sie gerne. | 230, 232



Pfarrer **Thomas Meyer** möchte Glaubenskompetenz durch Lebenskompetenz stärken. Hierfür bietet er seine Erfahrungen als Krankenhausseelsorger und Exerzitienbegleiter zu den Themen „Spiritualität und Lebensgestaltung“ an. | 210–213



Gemeindereferent **Timo Sachs** bietet seit Jahren Kurse bei uns an. Darin folgt er dem Trend zu pilgern, beginnt aber vor der eigenen Haustür. Er durchstreift unsere schöne Heimatstadt und freut sich, wenn Sie ihn begleiten. | 242



Manfred Gebert beschäftigt sich seit 1970 mit Fotografie und gibt seit 2010 bei uns Kurse zum Thema. Er weiß nicht nur, dass es auf den Blickwinkel ankommt, sondern auch, was für ein Potenzial in Ihrer Kamera steckt. | 220–226

Kooperation mit dem Caritasverband Nordhessen-Kassel und dem Sozialdienst katholischer Frauen

► Voller Energie engagiert fürs Klima – Einladung zum Austausch

In Kassel gibt es viele verschiedene Projekte, in denen sich Engagierte im Bereich der nachhaltigen Energieversorgung und -nutzung für Mitmenschen und Klima einsetzen. Wir laden alle Interessierten ein, in entspannter Atmosphäre in den Austausch zu kommen und verschiedene Projekte und Ansätze kennenzulernen!

Donnerstag	05.09.2024	1 Kurstag
Dauer	18:00 bis 20:00 Uhr	
Gebühr	kostenfrei	
Leitung	Regina Prade und Sebastian Wolf	

! **Treffpunkt:** Cari-Klamotte, Frankfurter Str. 167

! **Ihre Fragen und Ihre Anmeldung** zu diesem Angebot richten Sie bitte an den Caritasverband unter Telefon 0151 72066496 oder per E-Mail an sebastian.wolf@caritas-kassel.de.



► „Heute geht’s um mich!“ – Achtsamer Spaziergang

Gerne sind wir für andere Menschen da und genauso wichtig ist es, für uns selber da zu sein. Denn Achtsamkeit gehört zur Selbstfürsorge. In diesem Jahr führt unser achtsamer Spaziergang durch den neuen Park am Park Schönfeld. Nutzen Sie die Gelegenheit zum Innehalten und gewinnen Sie neue Eindrücke bei der Bewegung an der frischen Luft mit verschiedenen Stationen zur Achtsamkeit. Nach dem ca. einstündigen Spaziergang möchten wir mit Ihnen einkehren und uns über unsere Erfahrungen austauschen.

Dienstag	17.09.2024	1 Kurstag
Dauer	16:00 bis 18:00 Uhr	
Gebühr	kostenfrei	
Leitung	Dorothea Schöppe und Sebastian Wolf	

! **Bitte beachten:** Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter, außer bei Gewitter-, Sturm-, oder Unwetterwarnung, statt.

! **Treffpunkt:** Cari-Klamotte, Frankfurter Str. 167

! **Ihre Fragen und Ihre Anmeldung** zu diesem Angebot richten Sie bitte an den Caritasverband unter Telefon 0151 72066496 oder per E-Mail an sebastian.wolf@caritas-kassel.de.



► Zuhause einfach Energie sparen

Die Energiesparlotsen geben Ihnen einfache und effektive Tipps zum Energiesparen in Ihrem Haushalt. Sie informieren über richtiges Heizen und Lüften, motivieren, den Stromverbrauch zu senken und zeigen, wie Sie weniger Warmwasser verbrauchen. Durch alltägliche kleine Tricks können Sie einiges an Energie sparen und erfreulicherweise wird dadurch Ihre nächste Abrechnung günstiger! Wer will da nicht mitmachen?

A	Dienstag	01.10.2024	1 Kurstag
B	Mittwoch	06.11.2024	1 Kurstag
	Dauer	A: 18:30 bis 20:00 Uhr / B: 10:00 bis 11:30 Uhr	
	Gebühr	kostenfrei	
	Leitung	Sebastian Wolf	

! **Anmeldeschluss:** 27.09.2024 (A) bzw. 01.11.2024 (B)

! **Ihre Fragen und Ihre Anmeldung** zu diesem Angebot richten Sie bitte an den Caritasverband unter Telefon 0151 72066496 oder per E-Mail an energiesparlotsen@caritas-kassel.de.

► Mit Hand und Hirn – Gedanken sichtbar machen

Bildinformationen kommen im Kopf viel besser an und bleiben hängen. Das wussten schon die Höhlenmalerinnen und -maler der Steinzeit. Am besten geht das beim Zeichnen – also wenn wir Hand und Hirn verbinden. Gemeinsam lernen wir, wie uns einfache Zeichnungen dabei helfen, uns besser zu organisieren, uns etwas zu merken oder anderen mitzuteilen. Das klappt, ganz egal wie viel Zeichenerfahrung Sie mitbringen – im Engagement und zuhause!

	Dienstag	08.10.2024	1 Kurstag
	Dauer	18:00 bis 20:30 Uhr	
	Gebühr	kostenfrei	
	Leitung	Regina Prade	

! **Anmeldeschluss:** 01.10.2024

! **Ihre Fragen und Ihre Anmeldung** zu diesem Angebot richten Sie bitte an Regina Prade unter Telefon 0561 7004-216 oder per E-Mail an ehrenamt@caritas-kassel.de

Basics im sozialen Ehrenamt

Der Caritasverband Nordhessen-Kassel e. V. und der Sozialdienst katholischer Frauen e. V. Kassel bieten eine Schulung nach dem Hessischen Curriculum für ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer an. Referentinnen und Referenten werden Informationen und Wissen zu vielfältigen Themen rund um das Betreuungsrecht vermitteln.

Für die Teilnahme werden Teilnahmebescheinigungen ausgestellt.

Die Termine für die zehn Kurstage:

29.10.2024, 05.11.2024, 12.11.2024, 19.11.2024, 26.11.2024, 07.01.2025, 14.01.2025, 21.01.2025, 28.01.2025 und 04.02.2025

Dienstag	29.10.2024	10 Kurstage
Dauer	18:15 bis 20:15 Uhr	
Gebühr	kostenfrei	

Ihre Fragen und Ihre Anmeldung zu diesem Angebot richten Sie bitte erst ab September 2024 an den Caritasverband unter Telefon 0561 7004-218 oder per E-Mail an betreuungsverein@caritas-kassel.de bzw. den SkF unter Telefon 0561 7004-236 oder per E-Mail an info@skf-kassel.de.

Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

An drei Abenden informieren wir Sie zu folgenden Themen: Die **Betreuungsverfügung** – sie ist sinnvoll, wenn man Niemanden hat, der oder dem man eine Vorsorgevollmacht erteilen kann oder will. Die **Vorsorgevollmacht** – in dieser legt man fest, wie im Falle einer Entscheidungsunfähigkeit von einer zu benennenden Person Entscheidungen getroffen werden sollen. Die **Patientenverfügung** – wir erläutern die Möglichkeiten und auch die Risiken, die bei der Abfassung auf uns zukommen. Sowohl die rechtlichen Vorgaben als auch das Für und Wider nehmen wir in den Blick und kommen mit Ihnen darüber ins Gespräch.

Betreuung	Donnerstag	31.10.2024	1 Kurstag
Vorsorge	Donnerstag	07.11.2024	1 Kurstag
Patienten	Donnerstag	14.11.2024	1 Kurstag
	Dauer	18:00 bis 19:30 Uhr	
	Gebühr	kostenfrei	
	Leitung	Birgit Branß und Claudia Rott	

Ihre Fragen und Ihre Anmeldung zu diesem Angebot richten Sie bitte an den Caritasverband unter Telefon 0561 7004-218 oder per E-Mail an birgit.branss@caritas-kassel.de bzw. den SkF unter Telefon 0561 7004-236 oder per E-Mail an info@skf-kassel.de.

Präventionsschulungen

Gegen sexualisierte Gewalt (für ehrenamtlich Tätige in Pfarrgemeinden)

In der Präventionsordnung im Bistum Fulda sind verbindliche Maßnahmen eingeführt worden, um in allen katholischen Kirchengemeinden, Vereinen und Verbänden ein Klima der Achtsamkeit zu schaffen und wirksam für den Schutz von Kindern und Jugendlichen einzutreten. Dazu gehören Präventionsschulungen aller ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der katholischen Kirche mit dem Ziel, sie zu sensibilisieren und zu informieren, damit Prävention und Intervention wirksam umgesetzt werden können. So entstehen sichere Orte, an denen potentielle Täterinnen und Täter keine Chance haben. Geschult wird u. a. Basiswissen zu sexualisierter Gewalt, Sensibilisierung für Gefährdungsmomente, Reflexion der eigenen Haltung zu Nähe und Distanz, Grenzen und Grenzverletzungen, Krisenintervention und Präventionsmaßnahmen. Die Inhalte werden praxisnah mit verschiedenen Methoden bearbeitet.



Die **dreistündige Veranstaltung** richtet sich an Pfarrsekretärinnen und Pfarrsekretäre, Hausmeisterinnen und Hausmeister, Küsterinnen und Küster, Kirchenmusikerinnen und Kirchenmusiker, Mitglieder kirchlicher Gremien und alle Menschen, die gelegentlich mit Kindern und Jugendlichen in den Pfarrgemeinden zu tun haben.

Die **sechsstündige Basisschulung** ist für Menschen gedacht, die in ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit regelmäßig engen Kontakt zu Kindern und Jugendlichen haben und Maßnahmen mit Übernachtungen begleiten.

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei und finden jeweils an einem Abend bzw. an einem Tag statt.

Bei Interesse sprechen Sie uns bitte im Büro der Familienbildungsstätte an oder melden Sie sich unter Telefon 0561 7004-111 bei uns. Wir stellen dann den Kontakt zur Präventionsstelle gerne für Sie her.