

## Freizeit-, Kultur- und Bildungsangebote

### Erzählcafé und Spielkreis | mit Anmeldung

Dienstag, 06.05. und 20.05., 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr  
Telefon.....02653 915173-1  
E-Mail.....mgh.schieferland@vg.kaisersesch.de

### Digitalbotschafter | Kostenfreie Einzelsprechstunde rund um Smartphone, Tablet, Laptop und PC | mit Anmeldung

Dienstag, 06.05. und Donnerstag, 08.05., 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr  
Dienstag, 20.05. und Donnerstag, 22.05., 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr  
Telefon.....02653 915173-1  
E-Mail.....mgh.schieferland@vg.kaisersesch.de

### Do-It-Yourself (DIY)-Workshop | Wolle vielfältig verarbeiten | ohne Anmeldung

Mittwoch, 07.05.2025, 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr  
Mittwoch, 21.05.2025, 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr  
Telefon.....02653 915173-1

### Tischfußball | für alle Generationen | mit Anmeldung

Jeden Donnerstag, 19:00 Uhr bis 22:00 Uhr  
Telefon.....02653 915173-1  
Anmeldung per E-Mail.....kickern-in-esch@web.de

### Zeit und Raum für trauernde Menschen | offener Gesprächskreis für Trauernde | ohne Anmeldung

Mittwoch, 14.05.2025, 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr  
Telefon.....02653 915173-1

### Lesung „Die Gedanken sind Blei“ – Einblick in das Leben mit Depression | mit Anmeldung

Montag, 19.05.2025, 18:00 Uhr  
Telefon.....02653 915173-1  
E-Mail.....margret.mintgen@vg.kaisersesch.de

### Zeit und Raum für trauernde Menschen | Einzelbegleitung | mit Terminvereinbarung

Einzelbegleitung durch Gemeindefereferent Bernd Gilles  
Terminvereinbarung unter Telefon.....0160 90805172  
E-Mail.....gilles-bernhard@t-online.de

### Offener Maltreff | mit Anmeldung

Montag, 26.05.2025, 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr  
Kosten: 5 € pro Teilnehmer, Anmeldung: Gabriele Wagner,  
Mobil.....0171 2765465

### Kostenlose Nachhilfe in Mathematik und weiteren Fächern für Schülerinnen und Schüler aller Jahrgangsstufen | mit Anmeldung

Jeden Montag, Dienstag und Mittwoch, 13:30 Uhr bis offen  
Telefon.....02653 915173-3  
E-Mail.....martin.kroetz@vg.kaisersesch.de

### Treffen Freundeskreis AussiedlerInnen

Jeden letzten Dienstag, 19:30 Uhr bis 21:30 Uhr  
Telefon.....02653 590715



Unter dem Motto der Landeszentrale für Gesundheitsförderung in Rheinland-Pfalz e.V. „Ich bewege mich – mir geht es gut!“ bietet die Bewegungsbegleiterin Helga Heidkamp-Kurtze einen offenen Bewegungstreff an. Bewegung macht Freude, hält fit und gesund. Das gilt für alle Altersgruppen, besonders aber mit zunehmendem Alter. Eingebettet in einen gesunden Tagesrhythmus reichen meist schon mehrere kurze Bewegungseinheiten aus, um die Mobilität länger zu erhalten.

**Termin:** jeden Montag, von 10:00 bis 11:00 Uhr

**Treffpunkt:** Martinshütte, 56759 Kaisersesch

Der Bewegungstreff findet bei jedem Wetter statt! Bitte bequeme und dem Wetter entsprechende Kleidung und festes Schuhwerk tragen! Eine Anmeldung nicht erforderlich.

Die Teilnahme ist kostenfrei.



## Öffnungszeiten und Kontaktdaten



### Mehrgenerationenhaus (MGH) Schieferland Kaisersesch

Das MGH-Team und seine Kooperationspartner laden Sie herzlich ein, an den vielfältigen Angeboten teilzunehmen. Alle Termine mit den jeweiligen Kontaktdaten für die Anmeldung finden Sie unter dem nachfolgenden Link oder QR-Code.



**Wir freuen uns auf Sie!**

[www.kaisersesch.de/beratungsangebote](http://www.kaisersesch.de/beratungsangebote)

### Öffnungszeiten

#### Montag bis Mittwoch

09:00 Uhr bis 12:30 Uhr und 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr

#### Donnerstag

09:00 Uhr bis 12:00 Uhr und 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr

#### Freitag

09:00 Uhr bis 12:00 Uhr

#### Das MGH-Team erreichen Sie unter:

Margret Mintgen-Marquis | Telefon: 02653 915173-1  
E-Mail: [margret.mintgen@vg.kaisersesch.de](mailto:margret.mintgen@vg.kaisersesch.de)

Bianca Sesterhenn | Telefon: 02653 9996-712  
E-Mail: [bianca.sesterhenn@vg.kaisersesch.de](mailto:bianca.sesterhenn@vg.kaisersesch.de)

## Selbsthilfegruppen

### Selbsthilfegruppe Parkinson Kaisersesch

Jeden 1. Montag, 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr  
Telefon (Dr. Alois Scheid).....0170 2384477  
E-Mail.....drscheid@onlinehome.de

### Selbsthilfegruppe chronisch entzündliche Darm- erkrankung (Colitis Ulcerosa/Morbus Crohn)

Jeden 1. Donnerstag, 19:30 Uhr  
Telefon (Erwin Schmitz).....02677 1209  
Telefon (Carmen Liel).....02653 915500

### Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e. V. Trier

Kontakt: Barbara Wendels  
Telefon.....0651 141180  
E-Mail.....barbara.wendels@sekis-trier.de

### Selbsthilfegruppe Depression

Jeden Mittwoch, ab 17:30 Uhr  
Kontakt: Bianca Laux  
Telefon.....0160 5875929  
E-Mail.....bianca.laux73@gmail.com

## Beratungsangebote mit Terminvereinbarung

### Sprechstunde der Jugendsozialarbeit und Elternberatung VG Kaisersesch

Jeden Dienstag, 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr,  
jeden Donnerstag, 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr  
Telefon.....02653 915173-3  
E-Mail.....martin.kroetz@vg.kaisersesch.de

### Offenes Beratungsangebot des Jugendmigrationsdienstes (JMD, IB Cochem)

Mittwoch, 14.05.2025, 11:30 Uhr bis 14:00 Uhr  
Mittwoch, 28.05.2025, 11:30 Uhr bis 14:00 Uhr  
Telefon.....0151 55332453  
E-Mail.....tessa.marx-pope@ib.de

### Pädagogische Elternrunde | online

Dienstag, 20.05.2025, 09:00 Uhr bis 11:15 Uhr  
Telefon.....02653 910264  
E-Mail.....edith@marraonline.de

### Integrationsdienst – Inklusionsberatung des Landkreises Cochem-Zell für Menschen mit Behinderungen

Telefon.....0261 92166-15 oder 01512 8010291  
E-Mail.....jutta.menningen@stiftung-bethesda.de

### Beratung des SKM Cochem-Zell, katholischer Verein für soziale Dienste Cochem-Zell e. V.

Jeden 4. Donnerstag, 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr  
Telefon.....02671 8054 oder 0171 2665083  
E-Mail.....johannes.probst@skm-cochem-zell.de

## Beratungsangebote mit Terminvereinbarung

### Sicherheitsberater (SfS) vor Ort Verbandsgemeinde Kaisersesch

Telefon.....02653 9996-712  
E-Mail.....sfs@kaisersesch.de

### Migrationsberatung des Caritasverbandes Mosel-Eifel-Hunsrück e. V.

Telefon.....02671 9752-0  
E-Mail.....c.ulrich@caritas-meh.de

### Sprechstunde des Ambulanten Kranken- und Altenpflegeteams Pommern

Telefon.....02672 9143120  
E-Mail.....info@pflege-thoennes.de

### Unterstützung für Menschen mit sozialen und seelischen Nöten

Kontakt: Diakon Michael Przesang  
Telefon.....0151 53830976  
E-Mail.....michael.przesang@bgv-trier.de

### Allgemeine Sozialberatung des Caritasverbandes

Telefon.....02671 97520  
E-Mail.....info-cochem@caritas-meh.de

### Beratung, Begleitung und Unterstützung des Betreuungsvereins der AWO Cochem e. V.

Telefon.....02671 91371 oder 0171 2891907  
E-Mail.....awo-betreuungsverein-cochem@t-online.de

### Beratung und Unterstützung in Schwangerschaftsfragen und -konflikten Schwangerschaftskonflikt | Donum vitae

Telefon.....02671 234042

### Beratung für Senioren ab 80 Jahren ohne Pflege- bedarf für alle Bereiche des täglichen Lebens

Kontakt: Gemeindegewerplus Diana Scholten-Schwab,  
Telefon.....02671 61-804  
E-Mail.....gemeindegewerplus@cochem-zell.de

### Sprechstunde des Pflegestützpunktes Gillenbeuren

Telefon.....02677 95942-35  
E-Mail.....ilonka.rocker@pflgestuetzpunkte-rlp.de

### Sprechstunde des Pflegestützpunktes Treis-Karden

Telefon.....02672 9129-400  
E-Mail.....anette.kraemer@pflgestuetzpunkte-rlp.de