

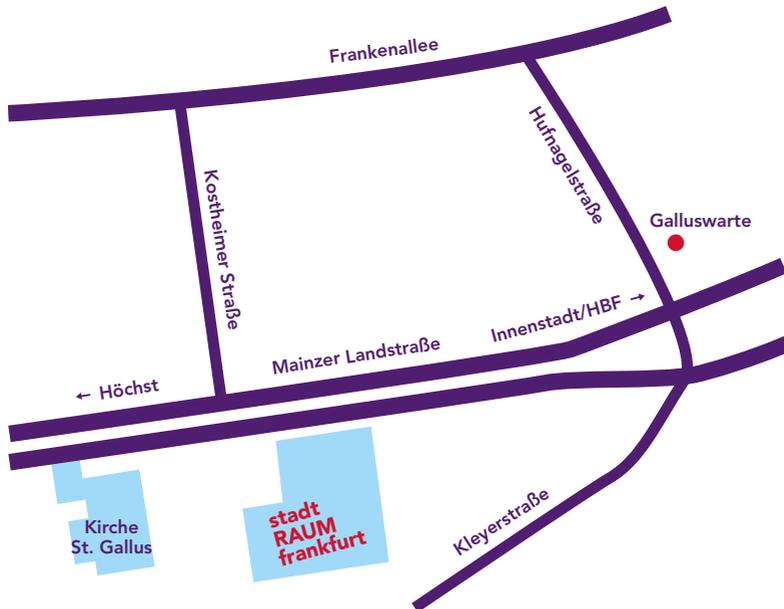
## Bei Fragen wenden Sie sich an:

Nina Herber  
Amt für multikulturelle Angelegenheiten  
im stadtRAUMfrankfurt  
Mainzer Landstraße 293  
60326 Frankfurt am Main

Tel. (069) 212-41515  
E-Mail: [amka.info@stadt-frankfurt.de](mailto:amka.info@stadt-frankfurt.de)

## So kommen Sie zum stadtRAUMfrankfurt:

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln: S-Bahn S3, S4, S5, S6 /  
Bus 52 / Straßenbahn 11, 14, 21, Haltestelle Galluswarte



## Einladung zur Inforeihe

# GUT ZU WISSEN Inforeihe für Engagierte

29.09., 20.10., 10.11. und 15.12.  
16.30 bis 19.30 Uhr

stadt  
RAUM  
frankfurt

Engagieren Sie sich für andere? In der Nachbarschaft, in Ihrer Community oder im Verein? Dann besuchen Sie die Inforeihe „Gut zu wissen“. Sie nimmt in den Blick, was im täglichen Leben von Bedeutung ist: Gesundheit, Familie und Kinder, Wohnen, Beruf und Freizeit.

Vereine und Ämter stellen ihre Arbeit zu bestimmten Alltagsthemen vor. Sie können dazu Fragen stellen und Kontakte knüpfen und machen Bekanntschaft mit anderen Engagierten. „Gut zu wissen“ ist für alle offen, besonders für Menschen aus Migrant\_innen-Organisationen.

Dienstag,  
29.09.2020  
16.30 bis 19.30 Uhr

## Kinder und Familie: Kleine Kinder und gesunde Entwicklung

Eltern verspüren oft Unsicherheiten während der Schwangerschaft und in den ersten Monaten mit dem Nachwuchs. Gerade junge Väter und Mütter, die erst seit Kurzem in Deutschland leben, wünschen sich Beratung. Doch an wen können Sie sich wenden, wenn Sie Fragen zur Entwicklung ihrer kleinen Kinder haben?

Es informieren: Mitarbeiterinnen der Schwangerschaftsberatung im Familienzentrum Monikahaus sowie der Interdisziplinären Frühförderstelle im VAE e.V.

Dienstag,  
20.10.2020  
16.30 bis 19.30 Uhr

## Älterwerden: Auch im Alter gesund und fit bleiben – Wie kann das gelingen?

Die Lebenserwartung steigt, wir werden immer älter. Wie können wir dabei körperlich und geistig gesund bleiben? Wie gelingt es, auch im Alter gestaltend am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen? Lernen Sie Angebote kennen, die Sie dabei unterstützen. Vor Ort sind auch Anlaufstellen für verschiedene Muttersprachen, die sich an die spezifischen Bedürfnisse älterer Migrant\_innen richten.

Es informiert: Carolin Becklas, Hessische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.

Dienstag,  
10.11.2020  
16.30 bis 19.30 Uhr

## Vernetzung: Kennenlernen auf dem Infomarkt

In Frankfurt gibt es viele soziale Beratungs- und Unterstützungsangebote – für jede Lebenslage ist etwas dabei. Auf dem Infomarkt stellen sich zahlreiche Projekte vor. Kommen Sie vorbei, egal ob Sie ehren- oder hauptamtlich tätig sind, tauschen Sie sich aus und knüpfen Sie neue Kontakte.

Dienstag,  
15.12.2020  
16.30 bis 19.30 Uhr

## Handwerkszeug für Ehrenamtliche: Ehrenamt in Zeiten von Corona

Das Jahr 2020 hat die ehrenamtliche Beratung herausgefordert. Persönliche Begegnung war eine Zeitlang kaum möglich, andere Gesprächsformate rückten in den Vordergrund. Wir möchten uns mit Ihnen austauschen: Wie sind Sie mit den Hindernissen umgegangen? Wie haben Sie belastende Situationen bewältigt? Welche neuen Formate haben Sie entwickelt?

Es informiert: Kajetan Tadrowski, Leiter des Schul- und Bildungszentrum im Deutschen Roten Kreuz Frankfurt e.V.

„Gut zu wissen“ ist eine Inforeihe der Katholischen Erwachsenenbildung, Caritas Frankfurt e.V. und des Amtes für multikulturelle Angelegenheiten (AmKA). Weitere Informationen unter [www.amka.de/gut-zu-wissen](http://www.amka.de/gut-zu-wissen).



Gefördert vom Land Hessen.