

**Begegnungsstätte
Veranstaltungen
November / Dezember 2025**



Unsere Veranstaltungsorte:

PSD I: Heddernheim, Oberschelder Weg 6 (Hinterhaus)

Tel: 069 2017419-10

ÖPNV: U1/3/8 Zeilweg; Bus 29 Oberschelder Weg

PSD II: Dornbusch, Eschersheimer Landstr. 295 (3. & 4. Stock)

Tel: 069 2045728-60 / ÖPNV: U1/2/3/8; Bus 34/64 Dornbusch

PSD III: Heddernheim, Zeilweg 15 (1. Stock)

Tel: 069 1748920-20

ÖPNV: U1/3/8 Zeilweg; Bus 29 Oberschelder Weg

PSD IV: Bockenheim, Sophienstr. 44 (2. Stock)

Tel: 069 7040386-0

ÖPNV: U4/6/7 Bockenheimer Warte; Tram 16 Juliusstraße

Erreichbarkeit der Beratungsstellen:

Tel: 069 958225-35 E-Mail: psd1@smt-frankfurt.de
oder psd2@smt-frankfurt.de

Die offene Sprechstunde im PSDI entfällt bis auf Weiteres.
Die Beratungsstellen sind telefonisch jederzeit erreichbar. Ein Anruf-
beantworter ist eingeschaltet. Termine finden nach Absprache statt.

**Offene Sprechstunde für Familien und junge
Erwachsene:**

PSD III: 069 1748920-20 / E-Mail: psd3@smt-frankfurt.de

PSD IV: 069 7040386-0 / E-Mail: psd4@smt-frankfurt.de

Die Beratungsstellen sind telefonisch jederzeit erreichbar. Ein Anruf-
beantworter ist eingeschaltet. Termine finden nach Absprache statt.

Besondere Angebote:

KidsTime Workshop: Freitag, 28.11. von 16:00 bis 19:00 Uhr

Im Dezember ist Weihnachtspause.

„Social Familien Event“ für Eltern mit ihren Kindern im Alter von 6 - 12 Jahren.

Kinderstimmen sagen: „Also mir gefällt hier eigentlich alles ganz gut –
dass wir Spiele spielen, reden können, lachen und einen Film
drehen, den wir am Ende alle zusammen gucken. Ich bin stolz,
dass meine Schwester und meine Eltern dabei sind und ich bei
dem Film mitmache.“

Vorgespräch erforderlich. Infos und Anmeldung bei Tamara Plotz-Dehler
(069 1748920-25 / plotz-dehler@smt-frankfurt.de)

Ort: Oberschelder Weg 23a in der Tagesstätte



Klamottenkiste

Unser Second-Hand-Laden hat jeden Dienstag von 14:00 bis 16:00 Uhr geöffnet.

Winterzeit in der Klamottenkiste!

November-Aktion:

Warm eingepackt zum kleinen Preis – alle Winterjacken & Mäntel kosten nur 3 € statt 5 €!

Dezember-Aktion:

Hosenfieber unterm Tannenbaum – jede 2. Hose gibt's gratis!

Reinschauen und freuen statt frieren!

Infos oder individuelle Terminvereinbarung unter 069 958225-45

Sie finden uns im Oberschelder Weg 23a in der Tagesstätte

Wir wünschen erholsame Feiertage

und alles Gute für 2026

Impressum:

Sozialwerk Main Taunus e.V.

Oberschelder Weg 6

60439 Frankfurt am Main

E-Mail: info@smt-frankfurt.de



Wenn Sie dieses Programm regelmäßig per E-Mail zugeschickt bekommen wollen,
so informieren Sie uns bitte unter monatsprogramm@smt-frankfurt.de

Regelmäßige Angebote:

Montag

Malgruppe: wöchentlich von 13:00 bis 16:00 Uhr

Wir laden Sie herzlich dazu ein, Ihrer Kreativität freien Lauf zu lassen und mit verschiedenen Materialien und Farben in entspannter Atmosphäre am künstlerischen Malen teilzunehmen. Anmeldung (erforderlich) und Infos bei Fr. Sachs (069 2017419-23) und Fr. Zielinski (069 2017419-27) / Unkostenbeitrag: 3,00 € / Ort: PSD I

Raus ins Grüne: 10.11. von 10:50 bis ca. 15:00 Uhr

Möchten Sie dem Treiben der Großstadt entrinnen? Dann schließen Sie sich uns an und erleben mit uns die umliegende Natur. Mit allen Sinnen tauchen wir in die heilende Atmosphäre des Waldes ein. Die Fahrtkosten werden übernommen. Es können Hunde anwesend sein. Anmeldung (erforderlich) und Infos bei Fr. Khalik (069 2045728-65) und Fr. Gebhardt (069 2045728-52) / PSD II
Treffpunkt: Bushaltestelle Dornbusch, Bus 34 Richtung Bornheim

Dienstag

Gemeinsames Entspannen: in jeder geraden Kalenderwoche von 13:00 bis 14:00 Uhr

Wir freuen uns, Sie begrüßen zu dürfen und laden Sie herzlich dazu ein, gemeinsam die Entspannungsmethoden der progressiven Muskelentspannung (PMR) und Autogenes Training anzuwenden, um Stress zu reduzieren. Wir freuen uns auf Ihr Kommen. Anmeldung (erforderlich) und Infos bei Fr. Land (069 2017419-28) und Fr. Müller-Bady (069 2017419-20) / Ort: Oberschelder Weg 23a in der Tagesstätte

Tischtennisgruppe: in jeder geraden Kalenderwoche von 15:30 bis 17:00 Uhr

Wir laden Sie herzlich dazu ein, mit uns Tischtennis zu spielen. Die Gruppe ist offen für Menschen mit und ohne Vorerfahrung. Wir freuen uns über rege Teilnahme und Neuzugänge. Infos bei Hr. Likar (069 2017419-17) und Fr. Stopp (069 2017419-34)
Ort: PSD I / Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Stabilisierungsgruppe: wöchentlich von 16:00 bis 17:30 Uhr

Präsenz im PSD II 11.11. / 25.11. / 09.12. / 23.12.

Online 04.11. / 18.11. / 02.12. / 16.12.

Einüben von Achtsamkeit, Selbstwahrnehmung und Erfahrungsaustausch sind tragende Elemente eines strukturierten Programms, das Anstöße für einen verbesserten Umgang mit sich selbst gibt. Anmeldung (erforderlich) und Infos bei Fr. Keil (069 2045728-57), Fr. Stempel (069 2045728-64), Fr. Fartuszy (069 2045728-51) und Hr. Eder (069 2045728-62)
Treffpunkt: online oder im PSD II

Mittwoch

Offene Angehörigengruppe: 26.11. und 17.12.* von 18:00 bis 19:30 Uhr.

Ihr Angehöriger ist psychisch krank? Austausch tut gut! Bei uns können Sie betroffene Angehörige kennenlernen, Ihre Ängste, Sorgen und Erfahrungen miteinander teilen und sich untereinander austauschen. Anmeldung (erbeten) und Infos bei Fr. Sklorz (069 7040386-21) und Hr. Oberbeck (069 7040386-12) / Ort: PSD IV

Let's talk about... Seelische Gesundheit: 19.11. und 10.12.*

von 18:00 bis 19:30 Uhr

Du bist zwischen 17 und 26 Jahre alt und hast eine psychische Erkrankung? In unserer Austauschgruppe für junge Erwachsene triffst Du jeden dritten Mittwoch im Monat* Menschen in ähnlichen Lebenslagen und hast die Möglichkeit, mit Ihnen und uns zu sprechen. Hier kannst Du Kontakte knüpfen und Dich mit anderen austauschen. Anmeldung (erbeten) und Infos bei Hr. Foss und Fr. Lotter (069 704038-60 / psd4@smt-frankfurt.de) / Ort: PSD IV

*: die Termine im Dezember finden jeweils eine Woche vor dem üblichen Termin statt

Donnerstag

Kegeln: 13.11. von 15:30 bis 17:30 Uhr

Wir laden Sie ein, mit uns auf der Kegelbahn des Frankfurter Turnvereins in geselliger Runde eine gute Zeit zu verbringen und „eine ruhige Kugel zu schieben“. Die Kegelbahnkosten übernehmen wir. Anmeldung (erbeten) und Infos bei Fr. Poth (069 2045728-63), Fr. Franzen (069 2045728-54) und Hr. Barth (069 2045728-61) / PSD II
Treffpunkt: 15:30 Uhr vor dem Eingang des Frankfurter Turnvereins, Pfingstweidstr. 7 HH

Am 11.12. ist die Kegelbahn besetzt, wir gehen auf den Weihnachtsmarkt.

Treffpunkt: 15:30 Uhr vor dem Zeil-Eingang des Kaufhofs an der Hauptwache

Freitag

Wandern: 21.11. und 05.12. von 10:00 bis ca. 15:00 Uhr

Wir möchten gemeinsam mit Ihnen bei einer Wanderung im Taunus die Natur genießen. Bitte tragen Sie festes Schuhwerk und bringen sich einen kleinen Snack und etwas zu trinken mit. Die Anreise ist selbst zu organisieren. Anmeldung (erforderlich) und Infos bei Fr. Schrimpf (069 2017419-22) und Fr. Sachs (069 2017419-23) / PSD I / Treffpunkt: U-Bahnstation „Hohemark“

Internet-Café: wöchentlich von 13:00 bis 15:00 Uhr

Informationssuche im Internet, Bearbeiten von Dokumenten, Verfassen von Anträgen, Social Media, KI, Onlinespiele usw. – wir unterstützen Sie bei Ihren Anliegen rund um Neue Medien. Bringen Sie gerne Ihr Smartphone, Tablet oder Laptop mit, wenn Sie dazu Fragen haben. Anmeldung (empfohlen) und Infos bei Fr. Zinser (069 2045728-69), Hr. Barth (069 2045728-61 und unter internetcafe@smt-frankfurt.de / Ort: PSD II