Jahres-programm 2023

Durch das Jahr
mit dem Sozialen Netz
und Veranstaltungen
im Café Wunderbar.

Soziales Netz
Großgemeinde Trebur

Suppentag, Waffeltag,
Themenfrühstück,
Spielenachmittag,
Familiencafé, Meditation,
Comedy, Katerfrühstück,
Vorträge, Hilfe, Origami,
Kräuterwanderung,
Reiseberichte, Kooperation,
Bayrische Brotzeit,
Leuchtende Augen,
Nähkurs, Pflege,
Begleitung, Workshops,
Café Wunderbar,
Gespräche, Ehrenamt,
Das Soziale Netz, Bündnis
für Familien, Integration...

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

wir freuen uns, dass im vergangenen Jahr viele unserer Veranstaltungen stattfinden und ausgefallene nachgeholt werden konnten. Der Café-Betrieb hat sich weitgehend normalisiert und wir hoffen sehr, dass dies in 2023 so bleibt.

Wir freuen uns sehr, dass unser Stammpublikum weiterhin dem Café die Treue hält und wir Sie erneut im Café begrüßen dürfen.

Ein herzliches Dankeschön an alle Ehrenamtlichen, die uns verlässlich sowie hilfreich zur Seite stehen und für das *Soziale Netz* aktiv sind.

Alle Mitarbeiter*innen und ich würden uns sehr freuen, wenn auch Sie an der Gestaltung des *Sozialen Netzes* mitwirken möchten und wir Sie als ehrenamtliche Mitstreiter*innen gewinnen könnten.

Ihr

Jochen Engel
Bürgermeister

Gemeinde Trebur

Inhalt

Lokales Bündnis für Familien
in der Großgemeinde Trebur 6

Café Wunderbar 8

Mitarbeiter*innen gesucht 10

Vorträge 12

Workshops
und weitere Veranstaltungen 14

Patientenbegleitung 16

SOS-Rettung aus der Dose 17

Die Gemeindepflegerin stellt sich vor 18

Weihnachtsaktion
„Leuchtende Augen“ 20

Unterstützung Geflüchteter bei der
Integration 22

Veranstaltungskalender 24

Impressum 39

Lokales BÜNDNIS für FAMILIEN in der Großgemeinde Trebur

LOKALE BÜNDNISSE FÜR FAMILIE

Soziales Netz

Das Soziale Netz bietet:

- Einen Treffpunkt für Jung und Alt im Café Wunderbar
- Vermittlung von konkreten Einzelfallhilfen
- Begleitung bei Behördengängen
- Sozialberatung
- Vergabe von Geld- und Sachspenden an finanzschwache Bürger*innen der Großgemeinde
- Unterstützung bei der Ferienbetreuung
- Gemeindepflegerin
- Projekt „Helfende Hand"
- SOS-Rettung aus der Dose
- Patientenbegleitung in Kooperation mit dem GPR Klinikum Rüsselsheim
- Unterstützung Geflüchteter bei der Integration

Informationen und Kontakte

Alle unsere Mitarbeiter*innen arbeiten ehrenamtlich. Die Kursgebühren und die Einnahmen aus dem Cafébetrieb kommen finanzschwachen Mitbürger*innen der Großgemeinde zugute.

Fachdienst: Soziales, Kinder und Senioren
Soziales Netz Trebur

Gemeinde Trebur

Die Ansprechpartnerinnen erreichen Sie folgendermaßen:

Isabel Juli und Karola Baumbusch
06147 208-50 / 208-66
isabel.juli@trebur.de
karola.baumbusch@trebur.de

Gaby Wiffler
06147 208-77
gaby.wiffler@trebur.de

Herrngasse 3
65468 Trebur
soziales.netz@trebur.de
www.soziales-netz-trebur.de

Café Wunderbar
Kleine Grabengasse 7
65468 Trebur

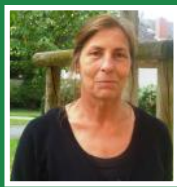
Café Wunderbar

DAS SOZIALE NETZ – EHRENAMT IN DER GROßGEMEINDE TREBUR

In unserem Café Wunderbar gibt es:

- Kaffeetrinken mit netten Leuten
- Kurse und Vorträge für Jung und Alt
- Soziale Beratung
- Möglichkeiten der Beteiligung, Eigeninitiative, Mitgestaltung und Mitverantwortung

⇒ Sprechen Sie uns an! Anregungen und Unterstützung nehmen wir jederzeit gerne an.



Hier ist noch Platz für Ihr Portrait! ;)

Oder hier! ;)

Oder hier! ;)

Wir sind bereits dabei,
aber mehr wären
einfach wunderbar!

Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen für das Café Wunderbar gesucht!

Das Team des Café Wunderbar sucht noch nette, helfende Hände für das

Montags-Frühstück
von 8 bis 11:30 Uhr

und

das Familiencafé donnerstags
von 14 bis 17:30 Uhr

Wer hat Lust, uns beim Kochen von Kaffee, Zubereiten der Frühstücksteller und der Bedienung der Gäste zu unterstützen?

Wir bieten ein harmonisches Team, eine nette Umgebung und viel Spaß beim ehrenamtlichen Engagement!

Sollten Sie interessiert sein, bitte sprechen Sie unsere Mitarbeiter*innen im Café an oder wenden Sie sich an:

Isabel Juli und Karola Baumbusch
06147 208-50 / 208-66
isabel.juli@trebur.de
karola.baumbusch@trebur.de

Gaby Wiffler
06147 208-77
gaby.wiffler@trebur.de

Vorträge Frühjahr/Sommer

Ab 15 Uhr gibt es an diesen Tagen immer Kaffee und selbstgebackenen Kuchen.

- 12. Januar 2023: **entfällt**
- 9. Februar 2023: **Comedy – Humor – Ironie - Fastnacht**, Referent: Kurt Cron, 15:30 Uhr
- 9. März 2023: **Martin Walser**, Referent: Franz Stingl, 15:30 Uhr
- 13. April 2023: **Reisebericht: Flusskreuzfahrt ins Donaudelta**, Referent: Helmut Zahlten, 15:30 Uhr
- 11. Mai 2023: **Reisebericht: Jordanien**, Referentin: Gisela Hanke, 15:30 Uhr
- 8. Juni 2023: **Feiertag**
- 13. Juli 2023: **Mallorca – Insel des Frühlings**, Referentin: Uta Grammes, 15:30 Uhr

SOMMERPAUSE

vom 24. Juli
bis 20. August 2023

Vorträge Herbst/Winter

Ab 15 Uhr gibt es an diesen Tagen immer Kaffee und selbstgebackenen Kuchen.

- 14. September 2023: **Kooperationsveranstaltung mit dem DRK Trebur**, Referentin: Conny Spieler, 15:30 Uhr
- 12. Oktober 2023: **Mein Mensch stirbt – Lesung und Gespräch**, Referentin: Anette Welp, 15:30 Uhr
- 9. November 2023: **Reisebericht: Irland**, Referentin: Renate Kraft, 15:30 Uhr
- 14. Dezember 2023: **Wir stimmen Sie auf Weihnachten ein – besinnliche Texte und Lieder**, 15:30 Uhr

WEIHNACHTSPAUSE

vom 18. Dezember 2023
bis 7. Januar 2024

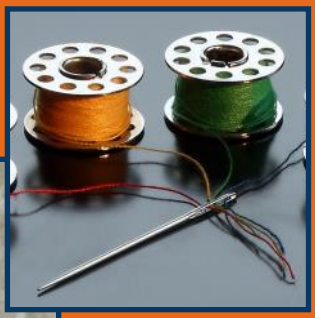
Workshops und weitere Veranstaltungen 2023

Die Termine der folgenden Workshops erfahren Sie rechtzeitig aus der Tagespresse und den Treburer Nachrichten!

Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung!

- **Meditation als Quelle zu mehr Ausgeglichenheit und Entspannung im Alltag!** mit Heilpraktikerin für Psychotherapie Michaela Hagen, immer mittwochs 1. Feb., 1. März, 19. April und 6. Sept., 11. Okt., 1. Nov. 2023 jeweils von 10 bis 11 Uhr, Teilnahmegebühr pro Termin: 15 €
- **„Letzte Hilfe-Kurs"**, Referent*innen: Mitarbeiter*innen der Hospiz-Mainspitze e.V. Im Kurs wird über die Normalität des Sterbens gesprochen. Wie kann man gemeinsam Abschied nehmen, Möglichkeiten und Grenzen. Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Samstag 25. März 2023 von 10 bis 14 Uhr, Teilnahmegebühr: 20 €.

- **Origami für Anfänger*innen** mit Noriko Onodera, Montag 27. März 2023 von 15 bis 16:30 Uhr, Teilnahmegebühr: 5 € inkl. Materialkosten
- **Kräuterwanderung** mit Heilpraktikerin Uta Grammes, Dienstag 18. April 2023 von 10 bis 12 Uhr, Teilnahmegebühr: 8 €, anschließend bei gemeinsamem Wunsch: Suppenessen im Café Wunderbar
- **Yoga-intensiver, sanfter, individueller – Atem-, Körper- und Meditationsübungen**, Termin im Mai und Oktober mit Petra Livingstone, Dauer 1,5 Std., Teilnahmegebühr: 15 €
- Helga Büchse bietet zweimal jährlich einen **Nähkurs für Anfänger*innen und Fortgeschrittene** an. Sollten Sie Interesse haben, bitte kontaktieren Sie uns.



Patientenbegleitung – Kooperationsprojekt mit dem GPR Klinikum Rüsselsheim

Kostenlose ehrenamtliche Unterstützung bei und nach der Krankenhausentlassung für hilfsbedürftige, ältere und behinderte Menschen.

Das Pflegepersonal im GPR stellt im Krankenhaus den Kontakt zu den ehrenamtlichen Helferinnen her, die am Wohnort der Patienten tätig sind.

Gemeinsam mit den Hilfesuchenden bereiten die Helferinnen die Entlassung vor und sind auf Wunsch begleitend auf dem Weg in den Alltag mit dabei.

Je nach Bedarf und Absprache erledigen sie Formalitäten, erste Einkäufe oder notwendige Handreichungen innerhalb der Wohnung.

SOS-Rettung aus der Dose – vom Lions Club Hanau Schloss Philippsruhe

Damit im Notfall schnell Hilfe erfolgen kann, wird in der roten Dose ein Blatt mit den wichtigsten Informationen hinterlegt, z.B. Aufbewahrungsort der Medikamente, Beschreibung aktueller Erkrankungen, Kontaktanschrift Hausärztin/Hausarzt etc.

Die Dose wird an der Innentür des Kühlschranks gut sichtbar aufbewahrt.

Durch einen Aufkleber an der Wohnungs-/ Hauseingangstür (innen) und einem zweiten an der Kühlschranktür (außen) wissen die Helfer-Dienste sofort, dass eine SOS-Dose vorhanden ist.

Die SOS-Dose kann ein Hausnotruf-System ergänzen.

Sie erhalten die Dose zum Selbstkostenpreis in Höhe von 1,50 € bei:

Fachdienst: Soziales, Kinder und Senioren
Soziales Netz Trebur

Ansprechpartnerinnen:

Isabel Juli und Karola Baumbusch
06147 208-50 / 208-66
isabel.juli@trebur.de
karola.baumbusch@trebur.de

Gaby Wiffler
06147 208-77
gaby.wiffler@trebur.de

Die Gemeindepflegerin – ein Angebot für ältere Menschen in der Großgemeinde Trebur

Ein freiwilliges und kostenfreies Angebot

Die Gemeindepflegerin unterstützt Sie und hört Ihnen zu:

Sie möchten so lange wie möglich selbständig in Ihren eigenen Wänden leben?

Der Alltag fällt Ihnen zunehmend schwer und Sie benötigen Hilfe?

Dabei kann Ihnen die Gemeindepflegerin, Anja Studt, helfen!

- bei Fragen rund um das Thema Pflege
- bei der Suche nach Hilfsangeboten, die Ihren Alltag erleichtern können – wie z.B. Essen auf Rädern
- bei der Organisation von Arztbesuchen
- bei der Organisation von Behördengängen
- beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen
- Kontakt zu Ihren Mitbürger*innen herzustellen
- in besonderen Lebenslagen

Anja Studt arbeitet mit dem Pflegestützpunkt Groß-Gerau, ambulanten Pflegediensten, stationären Pflegeeinrichtungen, Ärzten, Sozialberatung und vielen mehr zusammen.

- Sie stellt den Kontakt zu weiteren Hilfsangeboten her
- kommt zu Ihnen nach Hause
- hört Ihnen zu
- bildet die Schnittstelle für eine optimale Versorgung zu Hause
- sucht mit Ihnen gemeinsam nach guten Lösungen für Ihr Leben Zuhause

Melden Sie sich – ich helfe Ihnen gerne!

Fachdienst: Soziales, Kinder und Senioren
Soziales Netz Trebur

Gemeindepflegerin Anja Studt
Herrngasse 3
65468 Trebur
Tel.: 06147 208-46
Mobil: 0174 2314824
Fax: 06147 3969
E-Mail: anja.studt@trebur.de

leuchtende Augen

Weihnachtsaktion „Leuchtende Augen“

Das Soziale Netz Trebur sucht Menschen, die zu Weihnachten Kindern eine Freude machen wollen. Im Foyer des Rathauses wird ein Wunschbaum aufgestellt, an dem Karten mit Kinderwünschen hängen in einem Wert von ca. 25 Euro. Alle diese Kinder befinden sich in besonderen Lebensumständen und freuen sich über Ihre Geschenke.

Nähere Informationen erfahren Sie ab Ende November 2023 bei:

Astrid Plahuta
Soziales, Kinder und Senioren
Tel.: 06147 208-55
astrid.plahuta@trebur.de

Helfen Sie mit!

Seit dem Jahr 2015 betreuen ehrenamtliche Helfer*innen die Geflüchteten in der Großgemeinde.

Neben Deutschunterricht, Hausaufgabenbetreuung und alltäglichen Hilfen im Alltag stehen sie den Geflüchteten mit Rat und Tat zur Seite. Damit die Integration der Asylsuchenden erleichtert wird und gelingen kann, benötigt der Helfer*innenkreis tatkräftige Unterstützung.

Wer interessiert ist, Kontakt zu den neuen Mitbürger*innen aufzunehmen um, z. B. gemeinsame Aktivitäten zu unternehmen, ist uns sehr willkommen.

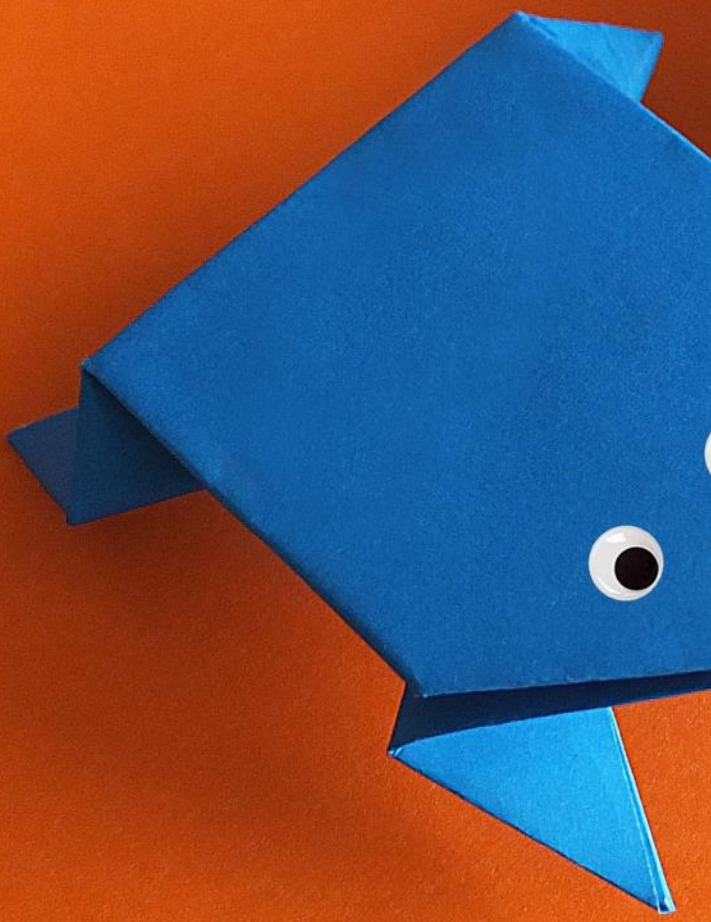
Der Umgang mit den Asylsuchenden ist nicht nur interessant, sondern macht auch viel Freude und Vergnügen. Ihren Einsatz können Sie zeitlich selbst bestimmen.

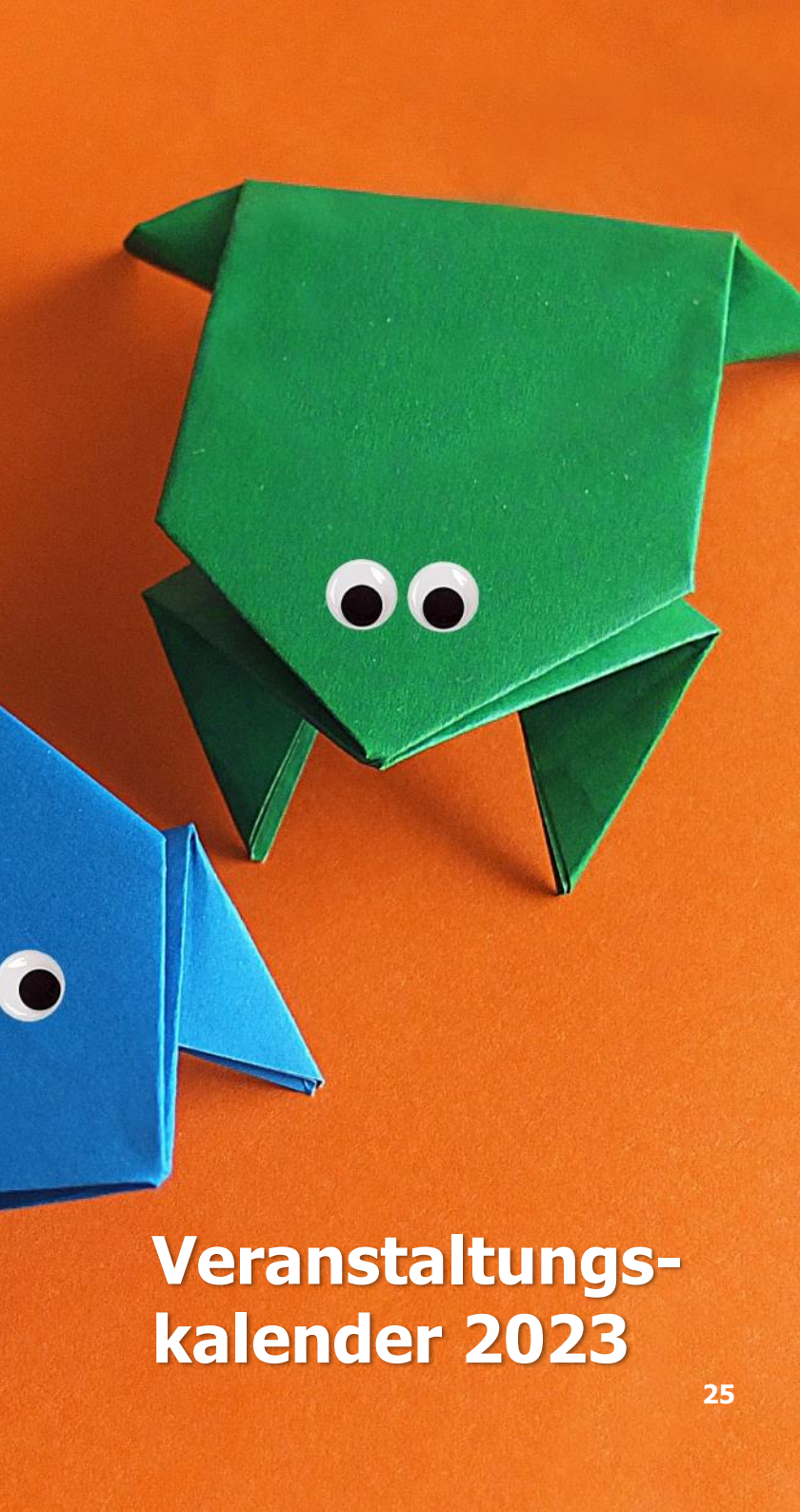
Bei Interesse wenden Sie sich an:

Isabel Juli und Karola Baumbusch
06147 208-50 / 208-66
isabel.juli@trebur.de
karola.baumbusch@trebur.de

Gaby Wiffler
06147 208-77
gaby.wiffler@trebur.de

Jetzt geht's los! Pack die Yoga-Matte ein, hol den Atlas aus dem Regal, setz die Lesebrille auf, leg das bunte Papier bereit und zähl schon mal die Knöpfe!





Veranstaltungs-kalender 2023

Hinweise

Wir möchten darauf hinweisen, dass alle Angebote immer abhängig von der aktuellen „Corona-Lage" und den damit verbundenen Hygieneauflagen sind. Wir halten Sie über die Medien auf dem Laufenden.

Ab sofort bieten wir wieder jeden letzten Montag im Monat ein Themenfrühstück von 11 bis 13 Uhr an. Das Frühstück von 9 bis 11 Uhr entfällt an diesem Tag. Für die Teilnahme am Frühstück ist eine Anmeldung erforderlich.

Januar

- Dienstag 17. Januar 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- Donnerstag 26. Januar 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- Montag 30. Januar 2023:
  Themenfrühstück 11 bis 13 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

Februar

- Mittwoch 1. Februar 2023:
  Workshop: **Meditation** 10 bis 11 Uhr
- Donnerstag 9. Februar 2023:
  Vortrag: **Comedy – Humor – Ironie – Fastnacht** 15:30 Uhr, ab 15 Uhr
  Kaffee und Kuchen
- Montag 20. Februar 2023:
  Katerfrühstück 11 bis 13 Uhr
- Dienstag 21. Februar 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- Donnerstag 23. Februar 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

März

- Mittwoch 1. März 2023:
  Workshop: **Meditation** 10 bis 11 Uhr
- Donnerstag 9. März 2023:
  Vortrag: **Martin Walser** 15:30 Uhr,
  ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen
- Dienstag 21. März 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- Donnerstag 23. März 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- Samstag 25. März 2023:
  Workshop: **„Letzte Hilfe Kurs"**
  10 bis 14 Uhr
- Montag 27. März 2023: **Origami für Anfänger*innen** von 15 bis 16:30 Uhr
- Montag 27. März 2023:
  Themenfrühstück 11 bis 13 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

April

- Donnerstag 13. April 2023:
  Vortrag: **Reisebericht: Flusskreuzfahrt ins Donaudelta** 15:30 Uhr, ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen
- Dienstag 18. April 2023:
  Kräuterwanderung 10 bis 12 Uhr, anschl. nach Wunsch Suppenessen im Café Wunderbar
- Dienstag 18. April 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- Mittwoch 19. April 2023:
  Workshop: **Meditation** 10 bis 11 Uhr
- Montag 24. April 2023:
  Themenfrühstück 11 bis 13 Uhr
- Donnerstag 27. April 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

Mai

- Donnerstag 11. Mai 2023:
  Vortrag: **Reisebericht: Jordanien**
  15:30 Uhr, ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen
- Dienstag 16. Mai 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- Montag 22. Mai 2023:
  Themenfrühstück 11 bis 13 Uhr
- Donnerstag 25. Mai 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- **Termin siehe Tagespresse:**
  Workshop: **Yoga-intensiver, sanfter, individueller – Atem-, Körper- und Meditationsübungen**, Dauer 1,5 Std.
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

Juni

- Dienstag 20. Juni 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- Donnerstag 22. Juni 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- Montag 26. Juni 2023:
  Themenfrühstück 11 bis 13 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

Juli

- Donnerstag 13. Juli 2023:
  Vortrag: **Reisebericht: Mallorca – Insel des Frühlings** 15:30 Uhr,
  ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen
- Dienstag 18. Juli 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

August

- Donnerstag 24. August 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- Montag 28. August 2023:
  Themenfrühstück 11 bis 13 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

September

- Mittwoch 6. September 2023:
  Workshop: **Meditation** 10 bis 11 Uhr
- Donnerstag 14. September 2023:
  Vortrag: **Kooperationsveranstaltung mit dem DRK Trebur** 15:30 Uhr,
  ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen
- Dienstag 19. September 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- Montag 25. September 2023:
  Bayrische Brotzeit 11 bis 13 Uhr
- Donnerstag 28. September 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

Oktober

- Mittwoch 11. Oktober 2023:
  Workshop: **Meditation** 10 bis 11 Uhr
- Donnerstag 12. Oktober 2023:
  Vortrag: **Mein Mensch stirbt** 15:30 Uhr, ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen
- Dienstag 17. Oktober 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr.
- Donnerstag 26. Oktober 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- Montag 30. Oktober 2023:
  Themenfrühstück 11 bis 13 Uhr
- **Termin siehe Tagespresse:**
  Workshop: **Yoga-intensiver, sanfter, individueller – Atem-, Körper- und Meditationsübungen**, Dauer 1,5 Std.
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

November

- Mittwoch 1. November 2023:
  Workshop: **Meditation** 10 bis 11 Uhr
- Donnerstag 9. November 2023:
  Vortrag: **Reisebericht: Irland** 15:30 Uhr, ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen
- Dienstag 21. November 2023:
  Suppentag 12 bis 13 Uhr
- Donnerstag 23. November 2023:
  Waffeltag 15 bis 17 Uhr
- Montag 27. November 2023:
  Themenfrühstück 11 bis 13 Uhr
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

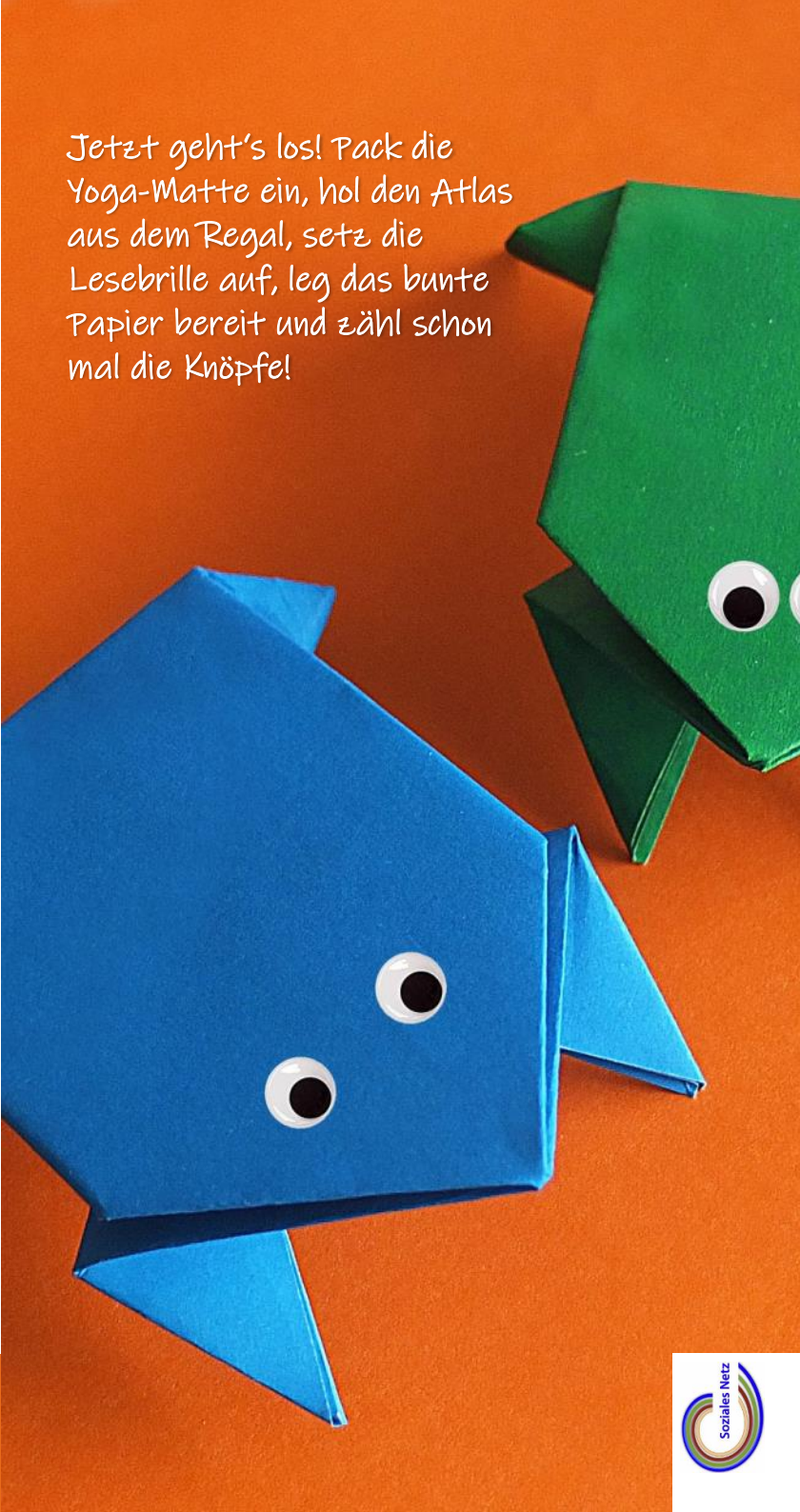
Dezember

- Donnerstag 14. Dezember 2023:
  Wir stimmen Sie auf Weihnachten ein – besinnliche Texte und Lieder
  15:30 Uhr, ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen
- **Termin, siehe Tagespresse**
  Weihnachtsaktion 2023
  „Leuchtende Augen"
- *Montags:* ***Frühstück*** *9 bis 11 Uhr*
- *Dienstags:* ***Spielenachmittag für Jung und Alt*** *15 bis 17 Uhr*
- *Donnerstags:* ***Familiencafé*** *15 bis 17 Uhr*

Impressum

Gestaltung:
Judith Schaub
Inhalt:
Fachdienst
Soziales, Kinder und Senioren
Soziales Netz Trebur
Herrngasse 3
56468 Trebur
Druck: WIRmachenDRUCK
Auflage: 750 Stück
Bildnachweis:
Pixabay, Dennis Möbus

Jetzt geht's los! Pack die Yoga-Matte ein, hol den Atlas aus dem Regal, setz die Lesebrille auf, leg das bunte Papier bereit und zähl schon mal die Knöpfe!



Soziales Netz