

Neuigkeiten aus dem Mittendrin – dem Familien- und Bürgerzentrum der Stadt Kemnath Dezember 2024

Hallo Ihr lieben Freundinnen und Freunde unseres Mittendrin,

auch in diesem Jahr haben wir bereits wieder ein irres Pensum an Vorträgen, Kursen, Gruppen und weiteren Veranstaltungen organisiert. Wir freuen uns sehr darüber, dass unser Angebot einen so großen Zuspruch erhält. Euer positives Feedback bestärkt uns total in unserer Arbeit.

Den Dank und die lieben Worte geben wir natürlich immer gerne an unsere 60 wunderbaren Ehrenamtlichen, unsere Kursleiterinnen und Kursleiter, sowie alle Menschen, die „mittendrin im Mittendrin“ sind, weiter.



Wir Hauptamtlichen – Kerstin Graf, Deborah Bregler und ich, Jessika Wöhrl-Neuber – arbeiten jeden Tag daran, dass das Mittendrin ein guter Ort ist, an dem alle willkommen sind, gesehen und wertgeschätzt werden. Es ist uns eine große Freude, dass wir vom Baby im Bauch bis hin zu Menschen im höheren Lebensalter ganz viele unterschiedliche Personen unter unserem Dach vereinen.

Wusstet Ihr eigentlich, dass wir in einem normalen Jahr an die **1500 unterschiedliche Besucherinnen und Besucher** haben? Als wir vor fast 13 Jahren unter der Trägerschaft des Kemnather Kinderschutzbundes gestartet sind, war es für viele undenkbar, dass man so etwas hier im Ort braucht. Zahlreiche Jahre intensive Arbeit und die Unterstützung der Stadtmütter und –väter der Stadt Kemnath haben aber gezeigt, dass das Mittendrin ein Gewinn für Kemnath ist. **Familie sieht heute anders aus als noch vor 20 Jahren.** Die Zeiten wandeln sich – manchmal in einem atemberaubenden Tempo. Deshalb braucht es Orte, an welchen Familien – und alle Bürgerinnen und Bürger - auftanken können, ein wohnortnahes Angebot und Unterstützung in vielen Lebenslagen bekommen.

Unsere Leistungen reichen vom **einfachen Bieten eines offenen Ortes**, an dem man mit einem Lächeln begrüßt wird, bis hin zur **Hilfe bei tiefgreifenden Lebensproblemen**, wie sie besonders auch in den Selbsthilfegruppen besprochen werden. **Wir Menschen sind soziale Wesen, die ein Miteinander und Leben um sich herum brauchen.**

Deshalb hat das Mittendrin offene Türen. Aus dem altbekannten Motto „Gemeinsam statt einsam“ wird auf gut Oberpfälzisch unser Slogan **„Wir bringen`s zamm“** (Oder auch gern mir bringa`s zamm ☺).

Ein wunderbares Beispiel für die offenen Türen und die herzliche Atmosphäre sind die **Spieleabende**, die Sandra Hader und Pirmin Balk immer am zweiten und vierten Mittwoch im Monat ab 19.00 Uhr anbieten.

Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind jederzeit herzlich willkommen.

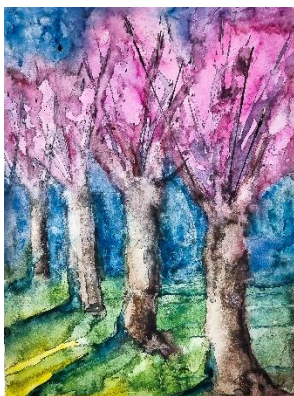
Sandra und Pirmin bringen die unterschiedlichsten Spiele mit, die bei uns im Café zusammen ausprobiert werden. Ihr könnt aber gern auch das eigene Lieblingsspiel einpacken.

Bitte meldet Euch vorher bei Sandra an, am besten per WhatsApp unter 0170/49 77 356, damit das Organisationsteam besser planen kann.



Wenn Euch der Sinn mehr nach Kartenspielen ist, seid Ihr herzlich zur **Bridgegruppe** oder zum **Schafkopftreff für Frauen** eingeladen. Beide Angebote sind kostenlos und finden unter ehrenamtlicher Leitung statt.

Die aktuellen Termine findet Ihr immer im Wochenplan oder auf der Homepage.



Wunderschöne, zur Jahreszeit passende Bilder könnt Ihr im **Aquarellkurs** mit dem Chamer Künstler Günter Haslbeck hier bei uns im Mittendrin gestalten. Der Aquarellkurs ist offen für alle Interessierten - Anfänger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen herzlich willkommen. Der Kurs findet alle zwei Wochen am **Mittwoch von 18.30 - ca. 21.00 Uhr** im Mittendrin-Kreativraum statt. Die einzelnen Einheiten sind abgeschlossen - und Ihr könnt jedesmal ein fertiges Bild mit nach Hause nehmen. Die nächsten Termine sind am **04.12. und 18.12.2024**. Die Kosten pro Aquarellabend betragen 20 Euro inkl. dem kompletten Material. Auch totale Anfänger (wie z.B. die Autorin dieses Newsletters ☺) gestalten mit Günter Haslbecks Hilfe wirklich schöne Bilder zum Mitnehmen.

Unsere offenen, ehrenamtlich geleiteten Angebote **Familienfrühstück** (Dienstag von 9.00 – 11.00 Uhr) und **Familiencafé** (Mittwoch von 15.00 – 17.00 Uhr) finden normalerweise jede Woche statt.

Allerdings kann es sein, dass ein Angebot bei Krankheit kurzfristig entfallen muss.



Für das Frühstück brauchen wir bitte eine Anmeldung vorab. Bitte meldet Euch wegen der besseren Planbarkeit ab jetzt auch zum Familiencafé an. Es reicht hier eine kurze Mail oder eine Nachricht am AB – bitte mit Angabe einer Telefonnummer, unter der wir Euch gut erreichen können.

ACHTUNG: In den Monaten November 2024 bis einschließlich Januar 2025 haben wir eingeschränkte Büro-Öffnungszeiten.

Ihr erreicht uns folgendermaßen:

Montag – Freitag: 9.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch: 14.30 – 17.30 Uhr

Das letzte **Reparaturcafé mit Techniksprechstunde** hat am 09.11.2024 mit großem Reparaturerefolg stattgefunden.

Im Dezember ist Pause, aber am **25.01.2025** starten wir wieder durch. Uhrzeit: Immer **14.00 – 16.00 Uhr**.

Anmeldungen sind jedoch schon möglich, weil diese Termine immer sehr gefragt sind.



Unsere verschiedenen Selbsthilfegruppen stehen allen Betroffenen und Angehörigen offen:


Gruppe für Menschen mit Depression

Treffen für Betroffene und Angehörige mit
Diplom Sozialpädagogin Elke Pinkert

einmal im Monat dienstags
von 19.00 – 20.30 Uhr
im Kennrather Familien- und Bürgerzentrum „Mittendrin“

Termine erstes Halbjahr 2025

28.01., 18.02., 11.03., 15.04., 27.05., 17.06. und 15.07.2025



Die Teilnahme an der Gruppe ist dank der Unterstützung der Stadt Kennath und unserer Spenderinnen und Spender kostenlos.

Anmeldung und weitere Informationen im Mittendrin, dem Familien- und Bürgerzentrum der Stadt Kennath

Familien- und Bürgerzentrum Mittendrin
Rathausplatz 1
95478 Kennath

MITTENDRIN
FAMILIEN- UND BÜRGERZENTRUM
DER STADT KENNATH

Telefon: 09642 7033800
team@mittendrin-kennath.de
www.mittendrin-kennath.de

Die **Gruppe für Menschen mit Depression** kommt einmal im Monat am **Dienstagabend von 19.00 – 20.30 Uhr** im Mittendrin zusammen.

Nach dem Umzug der alten Gruppenleiterin Evelyn Friedberger geht es im neuen Jahr weiter mit Diplom Sozialpädagogin Elke Pinkert.

Die Termine bis zu den Sommerferien stehen schon fest.

Der **Trauertreff** mit Trauerbegleiterin Elke Burger findet einmal im Monat am **Mittwoch von 18.00 – 20.00 Uhr** im Mittendrin-Café statt. Alle, die einen lieben Menschen verloren haben, sind herzlich willkommen, sich im geschützten Raum auszutauschen. Das nächste Treffen am **18.12.2024** wird vertretungsweise von Trauerbegleiterin Ute Böhm aus Tirschenreuth geleitet. Anmeldung gern direkt bei Frau Böhm unter Telefon 09631/4824.

Für Menschen mit Suchterkrankung und deren Angehörige gibt es am Freitagabend im Mittendrin ein hilfreiches Angebot: Die **Anonymen Alkoholiker und die Angehörigengruppe AL-ANON** treffen sich wöchentlich freitags von **20.00 - 21.00 Uhr**. Interessierte kommen einfach gerne vorbei. Gerne stellen wir auch vorab den Kontakt zum Gruppenleiter Gerhard her.

Die ehrenamtlich geleitete **Stillstunde** mit AFS-Stillberaterin Flori Hopp steht kostenlos allen stillenden Müttern offen, die sich informieren möchten oder den Austausch mit anderen suchen. Auch Schwangere sind herzlich eingeladen, sich vorab Infos für einen guten Stillstart zu holen. Der nächste Termin ist am **Donnerstag, den 05.12.2024 von 9.45 – ca. 11.00 Uhr**.

Die nächsten Termine der von Life-Coach Nina Perl ehrenamtlich geleiteten **Gruppe für Menschen mit Krebs** könnt Ihr bei uns im Büro anfragen. Auch für Einzelgespräche nimmt sich Nina auf Anfrage Zeit. Krebserfahrene und Angehörige können sich hier informieren, austauschen und ein offenes Ohr für ihre Anliegen finden.

Diese Außensprechstunden und Beratungsmöglichkeiten findet Ihr regelmäßig bei uns:

- **Dornrose e.V. – Beratungsstelle bei sexualisierter Gewalt:** Immer dienstags von 13.00 – 17.00 Uhr.
Terminvereinbarung über die Hauptstelle in Weiden unter 0961/33 0 99
- **Donum Vitae – Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen:** Montagnachmittag ab 13.30 Uhr.
Terminvereinbarung über die Hauptstelle in Weiden unter 0961/40 16 940

Das Familienfrühstück (Dienstag 9-11 Uhr) und das Familiencafé (Mittwoch 15-17 Uhr) finden bis inkl. 18.12.2024 statt. Das Büro ist bis Freitag, den 20.12.2024 besetzt.

Danach macht das Mittendrin Weihnachtsferien vom 23.12.2024 bis inkl. 06.01.2025.

Am 07.01.2025 sind wir wieder für Euch da. Das Familienfrühstück und das Familiencafé starten wieder am 14. und 15.01.2025.

Und so erreicht Ihr uns:

Wir sind unter der Woche an jedem Vormittag von 9.00 Uhr – 12.00 Uhr und am Mittwochnachmittag von 14.30 – 17.30 Uhr im Mittendrin erreichbar und helfen Euch gerne weiter, wenn Ihr Fragen und Anliegen habt. Einfach unter der Nummer **09642/70 33 800** oder **team@mittendrin-kemnath.de** Kontakt mit uns aufnehmen.

Schaut doch auch auf unsere Homepage www.mittendrin-kemnath.de oder auf unsere Accounts bei Facebook oder Instagram.

Die Terminliste bis Jahresende findet Ihr ebenfalls auf unserer Homepage als Übersicht.

Wir schicken herzliche Adventsgrüße - stellvertretend für das ganze Team der ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Familien- und Bürgerzentrums der Stadt Kemnath,

Kerstin Graf und Jessika Wöhrl-Neuber

Mittendrin - das Familien- und Bürgerzentrum der Stadt Kemnath
Rathausplatz 1, 95478 Kemnath
09642/70 33 800
team@mittendrin-kemnath.de