

Das Mittendrin macht Osterferien vom 25.03. – 05.04.2024: Die offenen Angebote entfallen, das Büro ist nicht besetzt. Einzelne Gruppen finden trotzdem statt.

- Mi., 03.04. [Gruppe für Menschen mit Krebs](#) mit Life-Coach Nina Perl, für Betroffene und Angehörige, 19.00 – 20.30 Uhr, im Mittendrin-Kursraum, kostenlos, mit Anmeldung
- Mo., 08.04. [Beginn Yoga für Mamas](#) 17.30 – 18.30 Uhr und [Beginn Yoga für Schwangere](#) 18.45 – 19.45 Uhr mit Yogalehrerin Beate Kuchenreuther, 5x, Kosten 80 Euro (im Normalfall keine Bezuschussung durch die Krankenkasse), mit Anmeldung
- Di., 09.04. [Bridge-Gruppe](#) für Anfänger und Fortgeschrittene, 19.30 – 21.30 Uhr, kostenlos, mit Anmeldung (weitere Termine am 18.04. und 23.04.2024)
- Mi., 10.04. [Inklusionsprojekt „Kernnaths KinderKunst“](#) mit den Künstlerinnen und Künstlern des Ateliers „Rote Katze“ Bayreuth, 15.00 – 18.00 Uhr, mit Anmeldung
- Mi., 10.04. [Aquarell-Malkurs](#) mit dem Chamer Künstler Günter Haslbeck, 18.30 - 21.30 Uhr im Mittendrin-Kreativraum, Kosten pro Treffen 20 Euro inkl. Material, mit Anmeldung (weiterer Termin am 24.04.24)
- Mi., 10.04. [Spieleabend für Erwachsene](#) mit Sandra Hader und Pirmin Balk, ab 19.00 Uhr immer am zweiten und vierten Mittwoch im Monat im Mittendrin, kostenlos, mit Anmeldung bei Sandra Hader unter 0170/49 77 356 (gern per WhatsApp), weiterer Termin am 24.04.2024
- Do., 11.04. [Stillstunde](#) mit AFS-Stillberaterin Flori Hopp, 9.45 – 11.00 Uhr, kostenlos, mit Anmeldung bis spätestens Mittwochmittag
- Do., 11.04. [Schafkopf-Treff für Frauen](#) mit Heidi Nickl und Christiana Zaglmann, 19.30 – 21.30 Uhr, kostenlos, Anfängerinnen sind jederzeit willkommen, mit Anmeldung (weiterer Termin 25.04.2024)
- Fr., 12.04. und Sa., 13.04. [Kompaktkurs Geburtsvorbereitung](#) mit Hebamme Bernadette Lippert, 14.00 – 18.00 Uhr (freitags) und 9.00 – 14.00 Uhr (samstags) im Mittendrin-Kursraum, kostenlos, da die Krankenkasse die Kosten übernimmt, mit Anmeldung (bereits ausgebucht)
- Mo., 15.04. [Online-Vortrag „Das beste Essen für Kleinkinder“](#) mit Diplom Oekotrophologin Eva Gibhardt, 19.00 – 20.30 Uhr, kostenlos durch die Finanzierung durch das AELF Tirschenreuth – Weiden i. d. Opf., mit Anmeldung
- Di., 16.04. [Beginn Babymassage-Kurs](#) mit Kinderkrankenschwester Michaela Kotlar, 9.15 – 10.00 Uhr, 4x im Kursraum des Mittendrin, Kosten 36 Euro inkl. Öl und Skript, mit Anmeldung
- Di., 16.04. [Gruppe für Menschen mit Depression](#) mit Diplom Psychologin Evelyn Friedberger, 19.00 -20.30 Uhr, Frühlingsspaziergang, Treffpunkt wird noch bekannt gegeben, kostenlos, mit Anmeldung
- Mi., 17.04. [„Greifen, Fühlen, Rollen... Bewegungsspaß für Babys von 5-8 Monaten“](#) mit Diplom Sozialpädagogin Andrea Kick, 9.30 – 11.00 Uhr, im Mittendrin-Kursraum, kostenlos durch die Finanzierung durch das AELF Tirschenreuth – Weiden i. d. Opf., mit Anmeldung
- Mi., 17.04. [Trauertreff](#) mit Trauerbegleiterin Elke Burger, 18.00 – 20.00 Uhr, kostenlos, in Zusammenarbeit mit dem ambulanten Hospizdienst der Caritas TIR, mit Anmeldung bei Frau Burger unter 09642/1699 oder burger.elke@web.de
- Mi., 17.04. [Heilsames Singen](#) mit Andrea Kick und Ulrike Günter, 19.00 – 20.30 Uhr im Mittendrin-Kursraum, gegen freiwillige Spende, keine Anmeldung nötig
- Sa., 20.04. [Workshop „Wunderwerk weiblicher Körper“](#) für Mädchen und Frauen ab ca. 14 Jahren, mit Diplom Sozialpädagogin Theresia Kunz, 13.00 – 16.00 Uhr, gegen freiwillige Spende, mit Anmeldung
- Mo., 22.04. [Vortrag „Planlos durch die erste Zeit mit dem Baby? Erfolgsbausteine und Stolpersteine im ersten Lebensjahr“](#) mit Familienkinderkrankenschwester Susanne Wurm, 19.00 – 20.30 Uhr, in Zusammenarbeit mit der Koordinierungsstelle Frühe Hilfen (KoKi) am Landratsamt TIR, kostenlos, mit Anmeldung
- Do., 25.04. [Treffen pflegender Angehöriger](#) mit exam. Altenpflegerin Alexandra Beyer, 14.30 – 16.30 Uhr, im Mittendrin-Treffpunkt, Anmeldung bei Stefania Baier im „LEBENplus“-Büro unter 09642/91 58 210, Mobil: 0152/22 50 95 70 oder baier@meinlebenplus.de, kostenlos
- Do., 25.04. [Online-Vortrag „Gesund und fit durch die Schwangerschaft“](#) mit Diplom Oekotrophologin Kristina Heinzel-Neumann, 19.00 – 20.30 Uhr, kostenlos durch die Finanzierung durch das AELF Tirschenreuth – Weiden i. d. Opf., mit Anmeldung
- So., 28.04. [Sonntagsfrühstück für alleinerziehende Eltern](#) mit Elke Burger und Donata Zöllner, 9.30 – 12.00 Uhr, Kostenbeitrag auf Spendenbasis, mit Anmeldung



MITTENDRIN

FAMILIEN- UND BÜRGERZENTRUM DER STADT KEMNATH

Kurse und Veranstaltungen

April 2024

Familien- und Bürgerzentrum Mittendrin
Rathausplatz 1
95478 Kemnath
09642/70 33 800 (Bürozeiten Mo. – Fr. 8.30 – 12.30 Uhr, Mi. 14.30 – 17.30 Uhr)
team@mittendrin-kemnath.de
www.mittendrin-kemnath.de

Die Woche im Mittendrin – dem Familien- und Bürgerzentrum der Stadt Kemnath

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Wochenende
	<p>9.00 – 11.00 Familienfrühstück wöchentlich – außer 02.04.2024</p> <p>9.15 – 10.00 Babymassage ab 16.04.2024</p>	<p>9.30 – 11.00 Workshop „Bewegungsspaß für Babys von 5-8 Monaten“ 17.04.2024</p>	<p>9.45 - 11.00 Stillestunde 11.04.2024</p> <p>9.15 - 11.30 Spiel und Bewegung für Babys ab 07.03.2024 (über VHS TIR)</p>		<p>9.00 – 14.00 Kompaktkurs Geburtsvorbereitung 13.04.2024</p> <p>9.30 – 12.00 Sonntagsfrühstück für alleinerziehende Eltern 28.04.2024</p>
<p>17.30 – 18.30 Yoga für Mamas ab 08.04.2024</p>	<p>16.00 – 17.00 und 17.30 - 18.30 Rückbildungsgymnastik fortlaufend freie Plätze auf Anfrage</p>	<p>15.00 – 17.00 Familiencafé wöchentlich – außer 27.03. und 03.04.</p> <p>15.15 – 16.00 Vorlesestunde für Kinder 14-tägig in der Stadtbücherei</p> <p>15.00 – 18.00 Inklusionsprojekt „Kemnaths KinderKunst 10.04.2024</p>	<p>14.30 – 16.30 Treffen Gruppe pflegende Angehörige 25.04.2024</p> <p>17.30 – 18.30 Yoga für Mamas ab 21.03.2024</p>	<p>14.00 – 18.00 Kompaktkurs Geburtsvorbereitung 12.04.2024</p>	<p>13.00 – 16.00 Workshop „Wunderwerk weiblicher Körper“ Für Mädchen und Frauen ab ca. 14 Jahren 20.04.2024</p>
<p>18.45 – 19.45 Yoga für Schwangere ab 08.04.2024</p> <p>19.00 – 20.30 Online-Vortrag „Das beste Essen für Kleinkinder“ 15.04.2024</p> <p>19.00 – 20.30 Vortrag „Planlos durch die erste Zeit mit dem Baby?“ 22.04.2024</p> <p>19.30 – 20.30 Kreuzbund-Gruppe für Menschen mit Suchterkrankung und Angehörige wöchentlich</p>	<p>19.00 – 20.30 Gruppe für Menschen mit Depression Frühlingsspaziergang 16.04.2024</p> <p>19.30 – 21.30 Bridge-Gruppe 09.04., 18.04. und 23.04.2024</p> <p>19.00 – 20.30 Vortrag „Rechtliche Ansprüche und finanzielle Hilfen rund um Schwangerschaft und Geburt“ 05.03.2024</p>	<p>18.30 – 21.30 Aquarell- Malkurs 10.04. und 24.04.2024</p> <p>18.00 – 20.00 Trauertreff 17.04.2024</p> <p>19.00 – 21.30 Spieleabend für Erwachsene 10.04. und 24.04.2024</p> <p>19.00 – 20.30 Gruppe für Menschen mit Krebs 03.04.2024</p> <p>19.00 – 20.30 Heilsames Singen 17.04.2024</p>	<p>18.45 – 19.45 Yoga für Schwangere ab 21.03.2024</p> <p>19.30 – 21.30 Schafkopf-Treff für Frauen 11.04. und 25.04.2024</p> <p>19.00 – 20.30 Online-Vortrag „Gesund und fit durch die Schwangerschaft“ 25.04.2024</p>	<p>20.00 - 21.00 Selbsthilfegruppen für Alkoholiker und Angehörige und Freunde von Alkoholikern wöchentlich</p>	

[Anmeldung und weitere Informationen unter team@mittendrin-kemnath.de](mailto:team@mittendrin-kemnath.de), 09642/70 33 800 oder direkt im Familien- und Bürgerzentrum Mittendrin