

Veranstaltungen und Kurse Oktober 2020

- Do., 01.10.** **Stillstunde** mit der AFS Stillberaterin Flori Hopp, 9.30-11 Uhr, kostenlos, mit Anmeldung
- Fr., 09.10.** **Beginn Babymassage** mit der Kinderkrankenschwester Michaela Kotlar, 9.30-10.30 Uhr, für Babys von 6 Wochen bis etwa 8 Monate, Kosten 48 Euro inkl. Öl und Skript, mit Anmeldung
- Fr., 09.10.** **Selbsthilfegruppe „Menschen mit Zwangserkrankungen“** 18.30-19.30 Uhr, weitere Informationen und Anmeldung im Mittendrin-Büro
- Sa., 10.10.** **Aktionstag „Zu viel home, zu wenig office? – Frauen und die Corona-Krise“** in der Kemnather Mehrzweckhalle, 14-18 Uhr, mit großer Podiumsdiskussion, Vortrag, Grußworten von Prof. Jutta Allmendinger und Deutschlands „First Lady“ Elke Büdenbender, unterstützt vom Bundesprogramm „Demokratie leben!“, kostenlos, mit Anmeldung
- Di., 13.10.** **Vortrag „Babys Ernährung im ersten Lebensjahr“** mit Oekotrophologin Eva Gibhardt, 9.30 – 11.00 Uhr, kostenlos, mit Anmeldung
- Di., 13.10.** **Vortrag „Essen für ein starkes Immunsystem“** mit der Ernährungsberaterin Tanja Franz, 19-20.30 Uhr, Kosten 5 Euro, mit Anmeldung
- Mi., 14.10.** **Aquarellkurs** mit dem Chamer Künstler Günter Haslbeck, 18.30-21.30 Uhr, Kosten 15 Euro inkl. Material, mit Anmeldung
- Mi., 21.10.** **Trauertreff** mit Trauerbegleiterin Elke Burger, 18.00-20.00 Uhr, mit Anmeldung, weitere Informationen unter 09642/1699
- Sa., 24.10.** **Reparaturcafé mit Techniksprechstunde für Senioren** mit unseren Ehrenamtlichen, Computerexperte Jürgen Blumberg und den Jugendlichen des Jugendrotkreuz Kemnath, 14.00 – 16.00 Uhr, weitere Informationen und Anmeldung im Mittendrin-Büro
- So., 25.10.** **„Raus in die Natur! – Spaß und Bewegung bei jedem Wetter“** mit Wanderführerin Martina Dötsch, für Eltern mit Kindern von 2-3 Jahren, 14.30-16.00 Uhr, Treffpunkt beim Herrnhölzl wird bekannt gegeben, kostenlos gefördert vom AELF Tirschenreuth, mit Anmeldung
- Di., 27.10.** **Vortrag „Ernährung für Schwangere“** mit Oekotrophologin Kristina Heinzl-Neumann, 19.00-20.30 Uhr, kostenlos, mit Anmeldung
- Mi., 28.10.** **Aquarellkurs** mit dem Chamer Künstler Günter Haslbeck, 18.30-21.30 Uhr, Kosten 15 Euro inkl. Material, mit Anmeldung

Natürlich finden alle unsere Angebote mit einem eigenen **Hygienekonzept** und einer **beschränkten Teilnehmerzahl** statt.

Eine Teilnahme ist nur nach **vorheriger Anmeldung** möglich.

Vor Kursbeginn muss ein **Fragebogen zum Ausschluss einer Corona-Infektion** ausgefüllt werden.

Menschen, die Anzeichen einer Erkältungserkrankung oder Fieber haben, dürfen **nicht** an den Veranstaltungen teilnehmen.

Beim Betreten und Verlassen der Räume muss ein **Mund-Nasen-Schutz** getragen werden.



zusammenkommen - sich austauschen - sich einbringen

Kurse und Veranstaltungen

Oktober 2020

Familienzentrum Mittendrin Kemnath

Rathausplatz 1

95478 Kemnath

09642/70 33 800 (zu den Öffnungszeiten)

team@mittendrin-kemnath.de

www.mittendrin-kemnath.de

Die Woche im Mittendrin - Kemnath`s Familienzentrum

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Weekende
<p>9.00 - 10.00 und 10.30 - 11.30 Rückbildungsgymnastik fortlaufend freie Plätze auf Anfrage</p>	<p>9.00 - 11.00 Familienfrühstück wöchentlich PAUSIERT WEGEN CORONA FÜR DEN REST DES JAHRES</p> <p>9.30 - 11.00 Vortrag „Babys Ernährung im ersten Lebensjahr“ 13.10.2020</p>		<p>9.30 - 11.00 Stillestunde 01.10.2020</p>	<p>9.30 - 10.30 Beginn „Babymassage“ ab 09.10.2020</p>	<p>14.00 - 18.00 Aktionstag „Zu viel home, zu wenig office? - Frauen und die Corona-Krise“ in der Kemnather Mehrweckhalle, 14-18 Uhr, mit großer Podiumsdiskussion, Vortrag, Grußworten von Prof. Jutta Allmendinger und Deutschlands „First Lady“ Elke Büdenbender, unterstützt vom Bundesprogramm „Demokratie leben!“, kostenlos, mit Anmeldung 10.10.2020</p>
-----	-----	-----	-----	-----	-----
		<p>15.00 - 17.30 Familiencafé wöchentlich PAUSIERT WEGEN CORONA FÜR DEN REST DES JAHRES</p>		<p>16.45 - 19.00 Geburtsvorbereitungskurs ab 25.09.2020 (leider bereits ausgebucht)</p>	<p>14.00 - 16.00 Reparaturcafé mit Technikprechstunde für Senioren 24.10.2020</p> <p>14.30 - 16.00 „Raus in die Natur! - Spaß und Bewegung bei jedem Wetter“ 25.10.2020</p>
-----	-----	-----	-----	-----	-----
<p>19.30 - 20.30 Kreuzbund-Gruppe für Menschen mit Suchterkrankung und Angehörige wöchentlich</p>	<p>19.00 - 20.30 Vortrag „Essen für ein starkes Immunsystem“ 13.10.2020</p> <p>19.00 - 20.30 Vortrag „Ernährung für Schwangere“ 27.10.2020</p>	<p>18.00 - 20.00 Trauertreff 21.10.2020</p> <p>18.30 - 21.30 Aquarell-Malkurs 14.10. und 28.10.2020</p>		<p>18.30 - 19.30 Selbsthilfegruppe „Menschen mit Zwangserkrankungen“ 09.10.2020</p> <p>20.00 - 21.00 Selbsthilfegruppen für Alkoholiker und Angehörige und Freunde von Alkoholikern wöchentlich</p>	

Die Veranstaltungen dürfen nur nach Voranmeldung besucht werden. Anmeldung und weitere Informationen unter team@mittendrin-kemnath.de, 09642/70 33 800,
über Facebook Mittendrin Kemnath oder direkt im Familienzentrum