

Steinwaldnetz April 26



07

Offenes Singen

Singen und die Seele baumeln lassen - in ungezwungener Atmosphäre. Es werden geistliche und weltliche Lieder angestimmt.

WANN: Di, 07.04. von 18.00-19.00 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
MIT: Christine Höllerer (Kostenlos u. ohne Anmeldung)

13

Ü60-Gymnastik – Bewegung macht fit!

Bewegung hält Körper und Geist in Schwung: Mit einfachen Übungen stärken wir Beweglichkeit, Koordination und Wohlbefinden. Gemeinsam aktiv bleiben und Spaß an der Bewegung haben – mach mit!

WER: Alle ab 60 Jahren, die sich gerne bewegen
WANN: Jeden Montag von 14.00 – 15.00 Uhr
WO: Steinwaldhalle, Friedenfels
MIT: Zita Schuster-Taler auf **Spendenbasis**

14

Treffen für pflegende Angehörige

Unter fachlicher Begleitung können pflegende Angehörige ihre Erfahrungen austauschen, Fragen klären, für sie wichtige Themen besprechen und ein wenig Entspannung im Alltag finden.

WANN: Di, 14.04. von 18.30- ca. 20.00 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
KURSLEITUNG: Alexandra Fuchs (Pflegefachkraft)

16

Cafe Kinderwagen

Offener Treff für junge Mamas und Papas mit ihren Babys und Kleinkindern in entspannter Atmosphäre.

WANN: Do 16.04. von 09.00- ca. 10.30 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
Anmeldung & Ansprechpartnerin: Sarah Gallitzendörfer
Bitte mitbringen: Spielzeug für die Kinder/gerne ein Kissen oder kleine Decke

16

Lese-Treff

Jeden ersten Donnerstag im Monat laden wir ein zu einer (Vor-)Leserunde mit anschließendem Austausch. Kostenlos & ohne Anmeldung.

WANN: Do. 16.04. ab 19:00 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
Ansprechpartnerin: Karoline Lehner

15&
22

Walk & Talk Gruppe im Steinwaldnetz

Gehen tut gut – dem Körper und dem Kopf. In dieser offenen Gruppe verbinden wir Bewegung an der frischen Luft mit entspanntem Austausch. Gemeinsam spazieren wir in angenehmem Tempo und lassen im Gespräch Raum für alles, was uns bewegt.

WANN: Mi, 15.04. ab 11.00 in Friedenfels
Mi, 22.04. ab 11:00 in Krummennaab
Anmeldung: Steinwaldnetz@diakonie-weiden.de

21

Nachbarschaftshilfe im Quartier – Infoveranstaltung

Wir möchten unser Quartier noch lebenswerter gestalten und das Miteinander weiter stärken. Dafür planen wir ein Projekt zur Nachbarschaftshilfe: Ziel ist es, unkomplizierte Unterstützung im Alltag zu ermöglichen und gegenseitige Hilfe zu fördern. Eingeladen sind alle, die sich eine Mitarbeit vorstellen können, ebenso wie Menschen, die Unterstützung suchen. Zu Gast ist Heidi Banzer, die von ihren Erfahrungen berichtet.

WANN: Dienstag 21.04., ab 15.30 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
MIT: Pflgelotsin Frau Dal & Frau Banzer

freitags

LEBENSFREUDE- Frauengruppe

In der Lebensfreude-Frauengruppe entdecken wir gemeinsam neue Kraftquellen durch kreatives Gestalten, Bewegung, Rhythmus und Austausch. Eine wertschätzende Gruppe für mehr Gelassenheit, Selbstliebe und Zuversicht.

WANN: Freitags 14.30- ca. 16.00 Uhr (Termine werden intern abgestimmt)
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
MIT: Uschi Hahn für **Warteliste Interessierte werden um Anmeldung gebeten**

30

Die Wildlinge -Kreative.Raus.Zeit für Kinder

Für Kinder ab 6 Jahren: Gemeinsam entdecken wir die Natur, beobachten genau, hören zu und lassen uns von unserer Umgebung inspirieren. Dabei üben wir Achtsamkeit und entdecken spielerisch unsere kreative Seite – ob malen, basteln oder kleine Naturkunstwerke gestalten. Ein Abenteuer für alle Sinne!

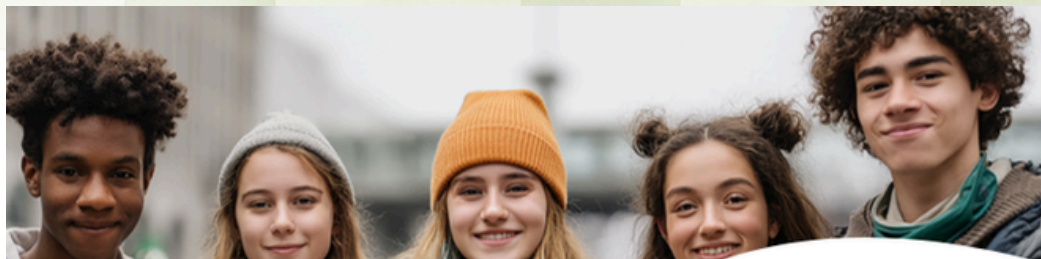
WANN: Do 30.04. von 15.00- ca. 16.30 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
Anmeldung bis zum 14.04.26 wird gebeten nur noch wenige Plätze frei

Beratungsangebot

Sie haben ein Problem oder benötigen Unterstützung? Wir sind für Sie da! Im Steinwaldnetz bieten wir eine kostenlose Beratung an – unkompliziert und vertraulich.

Melden Sie sich gern telefonisch, um einen Termin zu vereinbaren. Gemeinsam finden wir eine Lösung!





wir suchen dich!

Zeit schenken. Geld bekommen. Gutes tun.

Engagiere dich ehrenamtlich – flexibel, sinnvoll und mit Aufwandsentschädigung

Wir starten ein Projekt zur Unterstützung von pflegebedürftigen Menschen im Alltag und suchen Jugendliche ab 16 Jahren.

Deine Aufgabe:

Begleitung im Alltag (z. B. Einkaufen, Spaziergehen, Gespräche)
ca. 1–3 Stunden pro Woche – flexibel nach Absprache

Du bekommst:

- bis zu ca. 131 € pro Monat
- Ehrenamtsnachweis für deinen Lebenslauf
- kostenfreie Schulung (8 Stunden)

Interesse?

- ☛ Infoveranstaltung am 25.03. ab 14:30 Uhr Hauptstraße 15, Krummennaab
- ☛ oder melde dich per Mail / WhatsApp für mehr Infos



Pflegelotsin@diakonie-weiden.de

0151/70096471

Quartier Steinwaldnetz



Diakonie
Oberpfalz

Einladung zum Generationen Picknick



Am **Samstag 16. Mai ab 15 Uhr** laden wir euch herzlich in den Bürgerpark ein, um gemeinsam ein **festliches Picknick für Jung und Alt zu feiern!**

Anlässlich des Ehrentages des Ehrenamts wollen wir das Quartier, das lebendige Miteinander und das Engagement unserer Nachbarschaft würdigen. Es wird ein fröhliches Mitmach-Fest mit verschiedenen Stationen geben – ob aktiv mitmachen oder einfach gemütlich die Zeit zusammen genießen.

Bringt eure Picknickdecke und etwas Leckeres zum Teilen mit, und lasst uns zusammen einen bunten, entspannten Nachmittag verbringen, voller Lachen, Begegnungen und fröhlicher Momente.

Alle Quartiersbewohner:innen sind herzlich eingeladen! Eine offizielle Einladung mit allen Details folgt noch im nächsten Programmheft.

Wir freuen uns auf euch und ein unvergessliches Fest im Park!



In den Osterferien pausieren unsere Veranstaltungen – nur das offene Singen findet wie gewohnt statt. Das Quartiersbüro ist in dieser Zeit nicht besetzt und ab dem 13. April wieder für euch da.

Wir wünschen euch allen eine bunte, fröhliche und erholsame Osterzeit voller Sonnenschein, Freude und gemeinsamer Momente!

Euer Steinwaldnetz

info



Quartier Steinwaldnetz

Hauptstraße 15
92703 Krummennaab

Koordinatorin:

Sarah Gallitzendörfer

Tel.: 0157 540 026 86

Email: steinwaldnetz@diakonie-weiden.de

<https://steinwaldnetz.jimdosite.com>

Gemeinsam *e* aktiv

Weitere
Infos

zu unserer
Homepage



Besuche
uns bei
Instagram



gefördert durch



Friedenfels



KRUMMENNAAB
Meine Gemeinde. Meine Heimat.

