Unsere Angebote

Steinwaldnetz Dezember 26





01

Offenes Singen
Singen und die Seele baumeln lassen - in ungezwungener Atmosphäre. Es werden geistliche und weltliche Lieder angestimmt.
WANN: Di, 01.12.26von 18.00-19.00 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
MIT: Christine Höllerer (Kostenlos u. ohne Anmeldung)



02

Kreativ-Treff
Wöchentlicher Treff für alle, die gerne gemeinsam stricken, häkeln oder filzen oder es lernen möchten.
WANN: jeden Mittwoch bis Ostern von 17.00- 19.00 Uhr
WO: ev. Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
Ansprechpartnerinnen: Petra Sieder und Diana Uhl
Hinweis: Nadel & Faden sowie sonstiges Material bitte selbst mitbringen



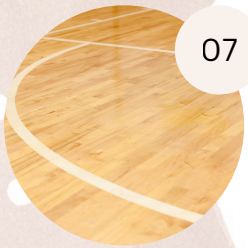
03

Treffen Burnout, Depression & Ängste
In unserer Gruppe können sich Betroffene wie auch Angehörige austauschen und unterstützen. Es handelt sich um eine Selbsthilfegruppe. Das Besprochene wird vertraulich behandelt. Neuanmeldungen sind für 26/27 ab sofort möglich.
WANN: Do. 03.12.26 von 18.00- ca. 19.30 Uhr
WO: Evang. Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
Anmeldung unter steinwaldnetz@diakonie-weiden.de oder per Telefon/Whatsapp



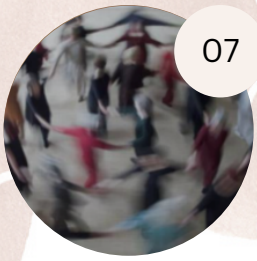
04

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. Materialkosten 5€ pro Teilnehmer.
WANN: Freitag 04.12.26 14.30- ca. 16.00 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
MIT: Frau Dal (Bitte unter pflegelotsin@diakonie-weiden.de anmelden)



07

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**



07

Meditativer Tanz
Erlebe innere Ruhe und Ausgeglichenheit durch sanfte Bewegungen beim Meditativen Tanz – ideal auch für Einsteiger! Der Kurs fördert Balance, Beweglichkeit und schenkt dir neue Kraft für den Alltag.
WANN: Mo, 07.12.26 von 18.00- ca. 19.30 Uhr
WO: Evang. Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
Kursleitung: Margit Janner (Ohne Anmeldung u. auf **Spendenbasis**)
Bitte mitbringen: Bequeme (Sport-)Kleidung; Turnschuhe oder Socken

Hinweis: Es kann kurzfristig zu Änderungen oder Absagen kommen – bitte informieren Sie sich vorab kurz bei der jeweiligen Kursleitung oder auf unserer Homepage.

08

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, 08.12. von 18.30- ca. 20.00 Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
MIT: Pflegelotsin Frau Dal (nur mit Anmeldung unter pflegelotsin@diakonie-weiden.de)



11

Adventlicher Senioren- Nachmittag

Frau Anneliese Krenkel lädt Sie herzlich zu einem geselligen Senioren-Nachmittag ein! Freuen Sie sich auf nette Gespräche, eine gemütliche Kaffeerunde und einen schönen Nachmittag in angenehmer Gesellschaft. Ob zum Plaudern, Lachen oder einfach zum Zusammensein kommen Sie vorbei und genießen Sie ein paar entspannte Stunden.
WANN: Fr 1.12.25 ab 14:00Uhr
WO: Gemeindehaus, Hauptstraße 15, Krummennaab
MIT: Anneliese Krenkel

Von Herzen Danke!

Danke an all die wunderbaren Menschen, die sich mit so viel Herz, Zeit und Engagement im Steinwaldnetz einbringen. Ihr schenkt nicht nur eure Zeit, sondern schafft Begegnungen, Freude und Gemeinschaft.

Dorfweihnacht

29. 11. Krummennaab
12.&13..12. Friedenfels

Weitere Infos direkt bei den Gemeinden.

Wir wünschen allen eine wundervolle Weihnachtszeit voller Wärme, Freude und schöner Momente mit den Menschen, die uns am Herzen liegen.



Wir wünschen Frohe Weihnachten & einen guten Rutsch ins Neue Jahr!

Das Quartiersbüro ist von 14.12.26-08.01.27 geschlossen.
Ab dem 11.01.27 sind wir wieder wie gewohnt für Sie da.

Beratung & Unterstützung

FÜR ALLE IM QUARTIER



Pflegelotsin Eveline Dal

Ihre Ansprechpartnerin rund um Pflegefragen

Kostenfreie Unterstützung bei allen Fragen rund um Pflege, Pflegeleistungen und finanzielle Hilfe, Hilfe bei Anträngen, Vermittlung von Entlastungsangeboten sowie persönliche Gespräche und Hausbesuche.

0151 / 70096471
pflegelotsin@diakonie-weiden.de



Quartiersleitung Sarah Gallitzendörfer

Koordination & Quartiersentwicklung

Offen für Anliegen, Fragen, Wünsche und Ideen: Ich berate und unterstütze bei persönlichen und familiären Themen, vermittle passende Hilfsangebote und entwickle gemeinsam mit den Menschen vor Ort neue Angebote für unser Quartier.

0151 / 74451610
steinwaldnetz@diakonie-weiden.de

KONTAKT:

Quartier Steinwaldnetz
Hauptstraße 15
92703 Krummennaab

0151 / 74451610
steinwaldnetz@diakonie-weiden.de

Homepage
WhatsApp-Kanal

Gefördert durch: Friedenfels · Krummennaab · Reuth · Diakonie Oberpfalz · Deutsche Fernsehlotterie

Hilfe bei Smartphone & WhatsApp

WhatsApp macht Probleme, das Smartphone wirft Fragen auf oder manches funktioniert einfach nicht wie gewünscht? In unserer Gruppe ist Raum für genau solche Alltagsthemen – verständlich, unkompliziert und in netter Runde.

Weitere Informationen zu den Terminen sowie die Anmeldung gibt es bei Pflegelotsin Frau Dal.

Entlastungstag für pfegende Angehörige
Pflegende Angehörige leisten Tag für Tag unglaublich viel – oft ganz selbstverständlich und mit großer Kraft. Umso wichtiger ist es, sich selbst zwischendurch eine Auszeit zu erlauben, durchzuatmen und neue Energie zu sammeln.
Mit unserem Entlastungstag möchten wir genau dafür Raum schaffen: für Erholung, Austausch und eine kleine Pause vom Pflegealltag.
Wer Interesse an diesem Angebot hat, kann sich gerne beim Steinwaldnetz oder bei Pflegelotsin Frau Dal melden.

Kontakt:
steinwaldnetz@diakonie-weiden.de/
pflegelotsin@diakonie-weiden.de