AKTUELLE INFORMATIONEN AUS METTMANN-SÜD

Newsletter April
(05/13-2025)

Liebe Besucherinnen und Besucher,
liebe Interessierte des Hauses,

die gute Zusammenarbeit der Evangelischen Kirchengemeinde mit dem Caritas-Netzwerk Mettmann zeigt jeden Tag wie wichtig es ist konfessions-übergreifend nah beim Menschen zu sein. An der Tür des Hauses wird nicht gefragt, ob die/der Besucher/in evangelisch oder katholisch ist, ebenso sind Muslimen bei uns im Haus willkommen.

Es ist das HAUS DER
und vor Allem FÜR BEGEGNUNG

Als Koordinatorin des Caritas-Netzwerkes stehe ich auch für Vielfalt im Haus und unterstütze gerne Projekte, die dies unterstreichen.
Der Workshop „Vorurteile erkennen“ vergangenen Dienstag machte deutlich, dass Jede/r von uns diese hat. Das kann eine schmerzhafte Erkenntnis sein, weil wir uns selbst in der Regel als „Die Guten“ betrachten. Letztendlich ist es aber ausschlaggebend die eigenen Vorurteile zu überwinden, wenn man sich ihrer bewusst wird. Wie handelt man - gehe ich dennoch auf den Menschen zu, gebe ich dennoch dem Menschen die Chance mich positiv zu überraschen? Man mag staunen wie viele Gemeinsamkeiten entdeckt werden im Umgang miteinander.

Knotenpunkt Begegnung für Alt und Jung

Dienstag, 01.04.2025 **10:30 – 12:30 Uhr**	**Workshop: „Parolen Paroli - Argumentationstraining gegen Stammtisch-Parolen nach Dr.Hufer“ mit dem Schauspieler und Theaterpädagogen Jürgen Albrecht**
Donnerstag, 03.04.2025 **10:00 Uhr**	**Gemeinsames Singen Alt & Jung** **im Caritas Altenstift**
Donnerstag, 03.04.2025 **15:00 – 16:30 Uhr**	**Cafè Lebenszeichen** **Der Mond – Spannendes über unseren Erdtrabanten mit Helmut Naaf**
Montag, 14.04.2025 **10:00 Uhr**	**Gemeinsame Gymnastik Alt & Jung** **in der Städt. Kindertagesstätte Händelstraße**

Im April (19.April 2025) findet KEIN Kleidertausch und Reparatur-Treff statt !!

AKTUELLE INFORMATIONEN AUS METTMANN-SÜD

Weitere Termine:

Dienstag, 15.04.2025 **17:30 – 19:00 Uhr**	**Infoabend „positive Psychologie“ – Mut zum Glücklich werden** **Caritas-Suchthilfe, Nordstraße 2, Wülfrath**

Rückblick

Lebensfreude tr tz(t) Einschränkungen

Zur Auftaktveranstaltung am 06.03.2025 waren Mettmann-Sport und das Gesundheitszentrum Florastraße zu Gast im Cafè LebensZeichen der evangelischen Kirchengemeinde Mettmann-Süd.

Kerstin Wegewitz (Rehasport-Leiterin von MeSport), Kim Cremer (Paratriathlet in der Nationalmannschaft) und Thorsten Kober (Hausarzt und Läufer) erzählten von ihren eigenen Erfahrungen und motivierten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer trotz Einschränkungen durch Alter, körperlicher und seelischer Erkrankungen wieder in mehr Mobilität zu kommen. Hierfür ist es nämlich nie zu spät! Bewegung welcher Art auch immer ist so wichtig für Körper und Seele. Im Nachgang gab es viel gutes Feedback.

Schauen Sie gerne in das neue Programm, wie auch Sie Ihre Mobilität erhalten oder aktivieren können 😊

Auch digitales Feedback zum Tag: https://www.instagram.com/p/DHjgCz6ufRq/?igsh=YTNiaDF4ZGh6ZDlv
https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=1174141128049744&id=100063616031750

Haben Sie Themen, die gut in das Projekt passen, melden Sie sich gerne bei mir!

Ganz liebe Grüße
Anita Hungele

Caritas-Netzwerk Mettmann
im Haus der Begegnung
Vogelskamp 120, 40822 Mettmann
Telefon: 02104 22761, Mobil: 0157 80601134
Email: netzwerk-mettmann@caritas-mettmann.de