

Aktionen in St. Leonhard

 @grow_happy_nbg



GROW HAPPY NBG <



Bouldern mit der Streetwork - Bouldern für Resilienz

Wann?

Jeden 2. Freitag im Monat
16:30-19:30 Uhr

Wo?

Treffpunkt: AWO Streetwork,
Phillipp-Körber-Weg 1, Nbg

Für wen?

Junge Erwachsene

Was?

Durch Bouldern zu positiven
Selbstwirksamkeitserfahrungen

Anmeldung

Ja
felix.hofmann@awo-nbg.de

Anbieter*in

AWO Streetwork St. Leonhard



Spiel und Sport mit dem Post SV

Wann?

Dienstags, 16:30-18 Uhr
15 - 17 Uhr

Wo?

Spielhof / Pausenhof
Mittelschule St. Leonhard

Für wen?

Kinder

Was?

Bewegung, Entspannung und gemeinsame
Spiele im Freien

Anmeldung

Nein

Anbieter*in

Post SV



Familienyoga

Wann?

08.05., 10.07.
14:30 Uhr

Wo?

Kinderkrippe MIRA
Am Pferdemarkt 30, Nbg

Für wen?

Eltern mit Kleinkindern

Was?

Yoga und gemeinsame Entspannung

Anmeldung

Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Christina Skaper



Stressabbau durch Kreativität

Wann?

25.03./29.04./03.06./15.07./14.10./09.12.
15-17 Uhr

Wo?

Mädchenzentrum e.V.
Georgstr. 5, Nbg

Für wen?

Mädchen

Was?

Kreative Auseinandersetzung mit eigenen
Gefühlen und Stress, Modellieren mit Ton

Anmeldung

Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Mädchenzentrum e.V.



Auftanken
“Manchmal ist uns alles zu viel!”

Wann?	Mittwochs, 15.00-16.0 Uhr 19.03., 09.04. (weitere Termine bei Instagram)
Wo?	Stadtteilhaus leo Kreutzerstr. 5, Nbg
Für wen?	Junge Erwachsene
Was?	Übungen und kreative Methoden für Stressabbau
Anmeldung	Nein
Anbieter*in	Christine Neubert



Kinderyoga
in der Kinderinsel

Wann?	neue Termine ab Mai 2025
Wo?	Rückgebäude MGH Schweinau Schweinauer Hauptstr. 31, Nbg
Für wen?	Kinder 6-10 Jahre
Was?	Yoga für Kinder - kreative Bewegung und Entspannung
Anmeldung	Ja grow-happy@stadt.nuernberg.de
Anbieter*in	Christina Skaper



Elter-Kind-Yoga

Wann?	neue Termine folgen
Wo?	Kita Georgstraße Georgstraße 22, Nbg
Für wen?	Kinder (3-6) und deren Eltern
Was?	Bewegung und Entspannung für Eltern und Kinder
Anmeldung	Ja grow-happy@stadt.nuernberg.de
Anbieter*in	Christina Skaper



ElternKreativKraft - Für eine starke Zukunft der Kinder

Wann?	Dienstags von 10 bis 12 Uhr 13.05.2025 bis 29.7.2025
Wo?	Mehrgenerationenhaus Schweinau, Schweinauer Hauptstraße 31
Für wen?	Alle Eltern
Was?	Austausch und kreatives Arbeiten zu verschiedenen Themen. Kaffee, Tee und Snacks
Anmeldung	Keine
Anbieter*in	AWO Kreisverband Nürnberg



Aktionen im Westen

 @grow_happy_nbg



GROW HAPPY NBG <



Flinta*Connect

Wann? 10.04., 08.05., 05.06., 10.07.

Wo? FMGZ Nürnberg
Fürther Str. 154, Nbg

Für wen? Alle FLINTA*-Personen, 18 – 25 (Frauen, Lesben, inter, non-binäre, trans und agender Personen)

Was? Psychologisch begleitete Gesprächsgruppe zu Identität, Empowerment und Awareness

Anmeldung Ja
info@fmgz-nuernberg.de

Anbieter*in FMGZ – Frauen & Mädchen
Gesundheitszentrum Nürnberg e.V.



Kunst als Safe Space für Gefühle und Gedanken

Wann? ab 27.02. - 31.07.
16 - 18 Uhr

Wo? Kinder- und Jugendhaus Tetrix
Muggenhofer Str. 118, Nbg

Für wen? Kids und Jugendliche

Was? Kreatives Gruppenangebot

Anmeldung Ja: grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in Helena Merz



M.M.A.ch mal halblang

Wann? Dienstags, 17-20.30 Uhr

Wo? Kinder- und Jugendhaus GOST
Eberhardshofstr. 10a, Nbg

Für wen? Jungen 14-21 Jahre

Was? Stärkung der emotionalen Regulation durch Boxen und Gruppengespräche

Anmeldung Nein

Anbieter*in Kinder- und Jugendhaus GOST



Let's talk!

Wann? 26.3./30.4./26.6./24.7./25.9./23.10./13.11.
19.00 Uhr

Wo? <https://www.treffpunkt-nbg.de/letstalk/#toggle-id-1-closed>

Für wen? Eltern

Was? Online-Elternabend zu verschiedenen Erziehungsthemen und Austausch

Anmeldung Nein

Anbieter*in Treffpunkt e.V.



Outdoor Action auf dem Jamnitzerplatz

Wann?	Donnerstags, 15:00-16:30
Wo?	Jamnitzerplatz Gostenhof, Nbg
Für wen?	Kinder
Was?	Spiele, Bewegung und Entspannung auf dem Jamnitzerplatz
Anmeldung	Nein
Anbieter*in	Manufaktur für Gesundheit



Move happy!

Wann?	24.11.24/23.02.25/11.05.25
Wo?	Kulturwerkstatt auf AEG Fürther Str. 244, Nbg
Für wen?	Familien
Was?	Gemeinsames Bewegen mit Musik
Anmeldung	Nein
Anbieter*in	Kulturbüro auf AEG



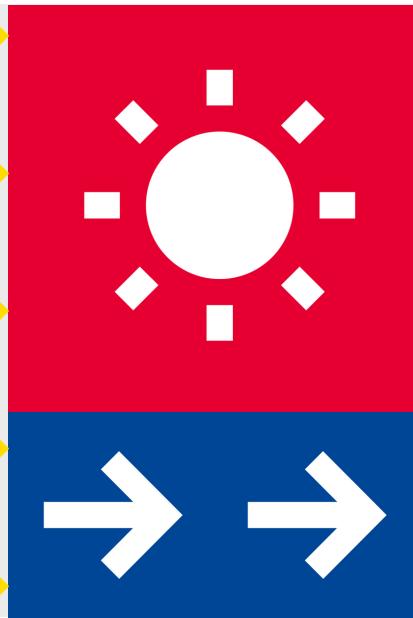
Lesen statt Swipen Vorlesestunde mit Hündin Zuri

Wann?	neue Termine folgen
Wo?	Nachbarschaftshaus Gostenhof Adam-Klein-Str. 6, Zimmer 205
Für wen?	Kinder ab 5 mit Eltern
Was?	Gemeinsam über Geschichten sprechen und reflektieren
Anmeldung	Ja: Diana Wimmer diana.wimmer@stadt.nuernberg.de
Anbieter*in	Nachbarschaftshaus Gostenhof



Aktionen im Süden

 @grow_happy_nbg



**GROW
HAPPY
NBG <**



Stiftung Sozialidee Medien / Kreatives / Kochen

Wann?

Alle Termine bei Instagram oder hier:
<https://stiftung-sozialidee.de/>

Wo?

Stiftung Sozialidee
Peter-Henlein-Str. 10, Rückgebäude, Nbg

Für wen?

Kinder von 6-14 Jahren

Was?

Verschiedene Angebote zur Förderung der psychischen Gesundheit

Anmeldung

Nein.
Fragen? hallo@stiftung-sozialidee.de

Anbieter*in

Stiftung Sozialidee gGmbH



Yoga im FreiRaum mit Silke

Wann?

Mittwochs, 17:30 - 18:30 Uhr
(fällt aus am: 25.6., 9.7., 10.17., 24.9.)

Wo?

Im [FreiRaum](#), Raum der Kirche St. Markus
Frankenstraße 31, Nbg

Für wen?

ab 15 - 25 Jahren (gerne auch mit Eltern)

Was?

Einfaches Yoga für alle; jeder Termin hat ein eigenes Thema. Yogamatten vor Ort.

Anmeldung

Ja: yogamitsilke@gmail.com

Anbieter*in

Silke Lange (Sozialarbeiterin B.A. &
Yogalehrerin)



Bouldern - Fokus, Kraft & Achtsamkeit

Wann?

Montags
16:30 - 18:00 Uhr

Wo?

Boulderhalle E4
Allersberger Str. 185, Nbg

Für wen?

Jugendliche von 12-17 Jahren

Was?

gemeinsames Bouldern, an Herausforderungen wachsen, Selbstvertrauen stärken

Anmeldung

Ja: grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Boulderhalle E4
Markus Menz



Yoga in der Südstadt für junge Menschen

Wann?

Dienstags, 19:30 - 20:30 Uhr
Mittwochs, 19:30 - 20:30 Uhr

Wo?

Karma Obscura Yogastudio
Gibitzenhofstr. 62, Nbg

Für wen?

ab 12 Jahren

Was?

Ruhe und Resilienz lernen mit Vinyasa- und Yin-Yoga

Anmeldung

Nein

Anbieter*in

Karma Obscura



Zirkusworkshop

Wann?

Montags (Bis 28.07.)
17:30 - 19:00 Uhr

Wo?

JugendKinderKultur Quibble
Augustenstr. 25, Nbg

Für wen?

ab 6 Jahren

Was?

Selbstbewusst durch Bewegung

Anmeldung

Ja
workshop@zirkus-quartier-franken.de

Anbieter*in

Zirkusquartier Franken e.V.



Viva la Vida

Wann?

Dienstags, 13:30 - 14:30 Uhr
11.02.2025. - 30.09.2025

Wo?

SIGENA Nachbarschaftstreff Gibitzenhof
Speyerer Straße 2a, 90443 Nürnberg

Für wen?

Kinder von 6 - 12 Jahre

Was?

Therapiehund kennenlernen, Emotionen bei
Mensch und Hund spielerisch erfahren

Anmeldung

Ja. javida-beli@outlook.de

Anbieter*in

Bettina Jurkat, Dipl. Sozialpädagogin



ElternKreativKraft - Für eine starke Zukunft der Kinder

Wann?

Donnerstags von 10 bis 12 Uhr
8.5.2025 bis 31.7.2025

Wo?

Freiraum der St. Markus-Kirche
Helmut-Herold-Platz/Frankenstraße 31, Nbg

Für wen?

Alle Eltern

Was?

Austausch und kreatives Arbeiten zu
verschiedenen Themen. Kaffee, Tee und Snacks

Anmeldung

Keine

Anbieter*in

AWO Kreisverband Nürnberg



Kickboxen Kaffee Kuchen: Selbstbehauptung und Elterncafé

Wann?

10.06. / 11.06. / 19.06. / 20.06.
von 15:00 - 17:00 Uhr

Wo?

Südstadtforum
Siebenkeesstr. 4, 90459

Für wen?

Kickboxen: inder von 6 - 15 Jahren
Elterncafé: Eltern

Was?

Kickboxen für psychische Gesundheit +
Austausch in entspannter Runde für Eltern

Anmeldung

Ja: kollektiv@soligesundheit-nbg.de

Anbieter*in

Kollektiv solidarische Gesundheit Nürnberg e.V.



Stark und glücklich durch Kreativität

Wann?

31.05. / 01.06. / 07.06. / 08.06.
Immer von 13:00 - 15:00 Uhr

Wo?

KiTa Terrabia
Meisenstr. 23, 90443 Nürnberg

Für wen?

Kinder von 6-10 Jahren

Was?

verschiedene Kreativ- und Maltechniken, mit
Kunst und Musik entspannen

Anmeldung

Ja: katharinahaus@t-online.de

Anbieter*in

Kita Terravia