

Aktionen in St. Leonhard

o @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?

Jeden 2. Dienstag, 16:30-18:00 Uhr

Wo?

Spielhof / Pausenhof
Mittelschule St. Leonhard

Für wen?

Kinder

Was?

Bewegung, Entspannung und gemeinsame
Spiele im Freien

Anmeldung

Nein

Anbieter*in

Post SV



Klettern für Resilienz

Wann?

Mittwochs, 14:00-15:30 Uhr

Wo?

Treffpunkt: Mittelschule St. Leonhard

Für wen?

Jugendliche

Was?

Bouldern

Anmeldung

Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Giuseppe Stein



Stressabbau durch Kreativität

Wann?

25.03./29.04./03.06./15.07./14.10./09.12.
15:00-17:00 Uhr

Wo?

Mädchenzentreff 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

Mädchenzentreff e.V.



Familienyoga

Wann?

Ab 26.11.2025
Mittwochs, 9:30 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

Aktionen im Westen

 @grow_happy_nbg



GROW HAPPY NBG <



Flinta*Connect

Wann?

18.9./23.10./20.11./15.01.26/26.02.26
Donnerstags, 19-21 Uhr

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.



M.M.A.ch mal halblang

Wann?

15.9./ 22.9./ 29.9./ 13.9./ 27.10./ 24.11./ 8.12./ 22.12.
Donnerstags, 16-18 Uhr, weitere Termine folgen

Wo?

Kinder- und Jugendhaus GOST
Eberhardshofstraße 10a, 90429 Nürnberg

Für wen?

Jungen 14-21 Jahre

Was?

Stärkung der emotionalen Regulation durch Boxen und Gruppengespräche

Anmeldung

Am Tresen im Jugendhaus GOST

Anbieter*in

Kinder- und Jugendhaus GOST



Let's Talk

Wann?

13.11.2025
22.01./11.02./19.03./ 28.04./19.05./18.06.

Wo?

Online-Elternabend

Für wen?

Eltern, Familien

Was?

Workshops zur Stärkung der Eltern in ihrer Erziehungs- und Elternrolle

Anmeldung

Ja: <https://www.treffpunkt-nbg.de/letstalk/>

Anbieter*in

Treffpunkt e.V.



Abenteuerturnen

Wann?

26.6./10.7./24.7./11.9./25.9./16.10./23.10./6.11./20.11./
4.12./ 11.12. Donnerstags, 15.45-16.45 Uhr

Wo?

FBS - Ev. Familien-Bildungsstätte
Südl. Fürther Str. 18-20, Nbg

Für wen?

Kinder von 4-6 Jahren

Was?

Bewegung und spannende Abenteuer erleben,
gemeinsam Klettern, Hüpfen, Lernen

Anmeldung

Ja: <https://www.fbs-nuernberg.de/kursprogramm/kinderkurse/>

Anbieter*in

FBS - Ev. Familien-Bildungsstätte



Outdoor Action auf dem Jamnitzerplatz

Wann? Donnerstags, 15:00-16:30 Uhr

Wo? Jamnitzerplatz
Gostenhof, Nbg

Für wen? Kinder

Was? Spiele, Bewegung und Entspannung auf dem Jamnitzerplatz

Anmeldung Nein

Anbieter*in Manufaktur für Gesundheit



Kinderyoga mit dem Spielhaus Gostenhof

Wann? 8.10./15.10./22.10./29.10./12.11./26.11./3.12./10.12./17.12
Mittwochs, 15:00-16:00 Uhr

Wo? Yogastudio von Nicole Zurek
Adam-Klein-Str. 32, 90429 Nürnberg

Für wen? Kinder von 6-14 J.

Was? Bewegung & Entspannung

Anmeldung Ja
Aktivspielplatz Gostenhof

Anbieter*in Nicole Zurek

Aktionen im Süden

 @grow_happy_nbg



Medien / Kreatives / Kochen in der Stiftung Sozialidee

Wann?	Freitags, 13:30-15:30 Uhr; alle Termine bei Instagram oder hier: https://stiftung-sozialidee.de
Wo?	Stiftung Sozialidee Peter-Henlein-Str. 10, 90443 Nürnberg
Für wen?	Kinder und Familien
Was?	verschiedene Angebote zur Förderung der psychischen Gesundheit
Anmeldung	Nein
Anbieter*in	Stiftung Sozialidee gGmbH



Yoga im FreiRaum mit Silke

Wann?	Mittwochs, 17.30-18.30 Uhr
Wo?	FreiRaum, Raum der Kirche St. Markus Frankenstraße 31, 90443 Nürnberg
Für wen?	ab 15-25 Jahren
Was?	Einfaches Yoga für alle, Yogamatten gibt es vor Ort
Anmeldung	Ja yogamitsilke@gmail.com
Anbieter*in	Silke Lang (Sozialarbeiterin & 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



Im Körper zu Hause 2
“Das bin ich” Achtsamkeit und Kreativität

Wann? Freitags, ab 15:00 Uhr

Wo? Kinder- und Jugendhaus "Linie 6"
Brehmstraße 15, 90443 Nürnberg

Für wen? Für Mädchen ab 6 Jahren; MINTAs* welcome!
(Mädchen, Inter, Nonbinär, Trans, Asexuelle Personen)

Was? Mit Kreativität und Spaß etwas über Körper
und Wohlbefinden lernen.

Anmeldung Nein

Anbieter*in Fränkisches Bildungswerk für Friedensarbeit
e.V. (FBF)