

# 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](mailto: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  
ab 03.02. jeden Dienstag (außer in den Ferien)

**Wo?** Turnhalle  
Mittelschule St. Leonhard

**Für wen?** Kinder

**Was?** Bewegung, Entspannung und gemeinsame  
Spiele

**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](mailto:grow-happy@stadt.nuernberg.de)

**Anbieter\*in** Giuseppe Stein



## Stressabbau durch Kreativität

**Wann?** Neue Termine folgen

**Wo?** Mädchentreff 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](mailto:grow-happy@stadt.nuernberg.de)

**Anbieter\*in** Mädchentreff e.V.



## Eltern-Kind-Yoga

**Wann?**

Freitag 16.1., / 23.1.  
weitere Termine folgen

**Wo?**

Kita Georgstraße  
Georgstraße 22, Nbg

**Für wen?**

Kinder von 3-6 Jahren und Eltern

**Was?**

Bewegung und Entspannung für Eltern und Kinder

**Anmeldung**

Ja  
[grow-happy@stadt.nuernberg.de](mailto: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](mailto:info@fmgz-nuernberg.de)

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



## M.M.A.ch mal halblang

**Wann?** 12.1./19.1./2.2./16.2./2.3./16.3./23.3./30.3./13.4./27.4.  
Donnerstags, 16-18 Uhr

**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 II

**Wann?** 22.1./5.2./12.2./26.2./19.3./26.3./16.4./7.5./21.5./28.5.  
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



## Yoga in Goho

**Wann?**

Nachholtermine am Mi, 28.1. um 18 Uhr und  
Mi, 11.2. um 18 Uhr

**Wo?**

Gostenhofer Hauptstr. 50, (RG) im 2. Stock  
Turnhalle GOSTINI DEGRIN-Kinderhort

**Für wen?**

Alle ab 18 Jahren

**Was?**

Yoga, Bewegung, Entspannung und Zeit für  
dich

**Anmeldung**

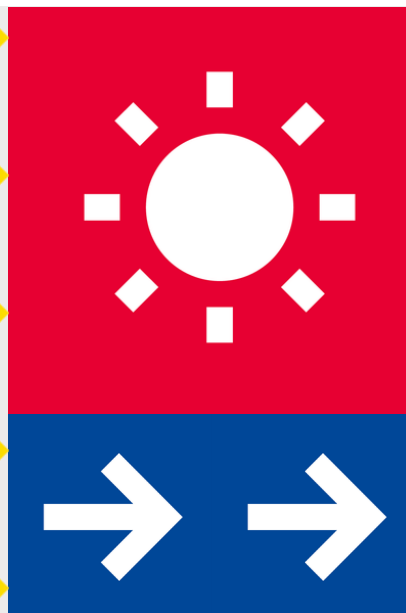
Ja  
michel@degrin.de; 0911-568 363 14

**Anbieter\*in**

Franziska Weber

# 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](mailto: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](mailto:grow-happy@stadt.nuernberg.de)

**Anbieter\*in** Boulderhalle E4  
Markus Menz



## Yoga in der Südstadt für junge Menschen

**Wann?** Mittwochs, 19.30-20.30 Uhr  
Donnerstags, 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