

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? Jeden Dienstag, 16:30-18:00 Uhr (außer in den
Ferien)

Wo? Turnhalle
Mittelschule St. Leonhard

Für wen? Kinder

Was? Bewegung, Entspannung und gemeinsame
Spiele

Anmeldung Ohne Anmeldung

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? 24.2./21.4./19.5./30.6./20.10./1.12.
Dienstags, 15:00-17:00 Uhr

Wo? Mädchentreff e.V.
Georgstr. 5, Nbg

Für wen? Mädchen bis 12 Jahre

Was? Kreative Auseinandersetzung mit eigenen
Gefühlen und Stress, Modellieren mit Ton

Anmeldung Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in Mädchentreff e.V.



Natur erleben, Kreativität entfalten

Wann?

8.5./22.5./5.6./19.6./27.6./3.7./24.7./7.8./21.8./4.9./18.9., 14:00-17:00 Uhr

Wo?

Michael-Ende-Str. 17, Innenhof Wohnanlage Fuggerstraße, Zugang über Holzschuherstraße oder Wolgemustraße

Für wen?

Kinder im Alter von 6-14 Jahren

Was?

Kreative und umweltpädagogische Angebote, z.B. Färben & Filzen, LandArt und Papierschöpfen

Anmeldung

Ohne Anmeldung

Anbieter*in

Kindermuseum Nürnberg/ Museum im Koffer e.V.



Eltern stärken - Kinder wachsen gesund auf

Wann?

Mittwochs, 9:30 Uhr

Wo?

Kinderkrippe MIRA

Für wen?

Für Eltern - auch mit wenig Deutschkenntnissen

Was?

Ein Kurs zu Gesundheit, Sprache und Alltagsbalance für Familien

Anmeldung

Ja, per E-Mail an:
ayree@iska-nuernberg.de

Anbieter*in

ISKA-Institut für soziale und kulturelle Arbeit Nürnberg, Kinderkrippe MIRA

Aktionen im Westen

 @grow_happy_nbg



Wir können Kunst!

Wann? 15.4./22.4./29.4./6.5./13.5./20.5./10.6./17.6./24.6./1.7./8.7./15.7./26.7, mittwochs, 16:00-19:00 Uhr

Wo? Teen Space
Fürther Str. 40, 90429 Nürnberg

Für wen? Jugendliche im Alter von 12-18 Jahren

Was? Kunst- und Kulturprojekt zum Kreativwerden und einen eigenen Ausdruck finden

Anmeldung Ja
mischpacha.nbg@gmail.com

Anbieter*in Lisa Ehm & Mischpacha Nürnberg e.V.



M.M.A.ch mal halblang

Wann? 2.3./16.3./23.3./30.3./13.4./27.4./4.5./11.5.
Donnerstags, 16:00-18:00 Uhr

Wo? Kinder- und Jugendhaus GOST
Eberhardshofstraße 10a, 90429 Nürnberg

Für wen? Jungen 14-21 Jahre

Was? Emotionsregulation durch Boxen und Gruppengespräche stärken

Anmeldung Ja
Am Tresen im Jugendhaus GOST

Anbieter*in Kinder- und Jugendhaus GOST
Trainer Stjepan Kljajic



Let's Talk

Wann? 22.1./12.2./19.3./28.4./19.5./18.6.2026
19:00 Uhr

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? 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
Costenhof, Nbg

Für wen? Kinder

Was? Spiele, Bewegung und Entspannung auf dem
Jamnitzerplatz - bei jedem Wetter

Anmeldung Nein

Anbieter*in Manufaktur für Gesundheit



PapaZeit - Abenteuer, die uns verbinden

Wann? 28.3./11.4./25.4./2.5./16.5./30.5./6.6.
10:00-12:00 Uhr

Wo? Rosenau-Park & Wolfsgarten Nbg

Für wen? Kinder von 3-6 J. mit ihren Vätern

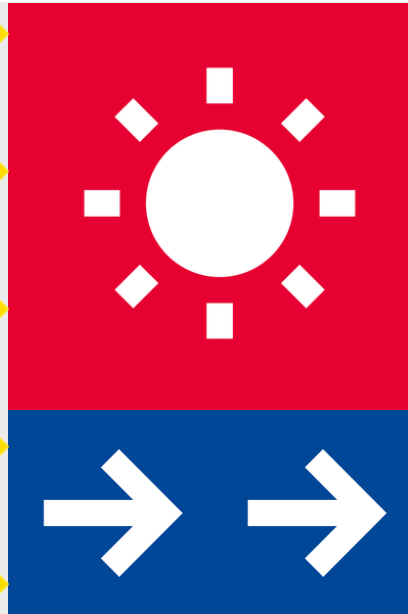
Was? Stärkung der Vater-Kind-Bindung, Stress-
bewältigung, Achtsamkeit & Selbstwahrnehmung

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

Anbieter*in FBS - Evangelische Familienbildungsstätte

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 Ohne Anmeldung

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? Alle im Alter von 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 im Alter von 12-17 Jahren

Was? gemeinsames Bouldern, an Herausforderungen wachsen, Selbstvertrauen stärken

Anmeldung Ja
markus.menztos@gmail.com

Anbieter*in Boulderhalle E4
Markus Menz (Sozialarbeiter)



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? Alle ab 12 Jahren

Was? Ruhe und Resilienz lernen mit Vinyasa- und Yin-Yoga

Anmeldung Ohne Anmeldung

Anbieter*in Yogastudio Karma Obscura



ElternKreativKraft Für eine starke Zukunft der Kinder

Wann? 16.4./23.4./30.4./7.5./21.5./11.6./18.6./25.6./2.7./9.7./16.7./23.7./30.7./6.8.2026, donnerstags, 9:30-11:30 Uhr

Wo? Südstadtforum, Siebenkeesstr. 4, 90459 Nürnberg (im hinteren Haus, beim Parkplatz)

Für wen? Eltern

Was? Kreativität und Austausch bei Kaffee & Snacks, Kinderbetreuung & Übersetzung ins Türkische

Anmeldung Ohne Anmeldung

Anbieter*in AWO Elternbildungsprogramme



Happy in Motion mit der MfG

Wann? Jeden Donnerstag, 17:00-18:30 Uhr

Wo? Annapark Nürnberg

Für wen? Ältere Kinder und Jugendliche

Was? Gemeinsam bewegen, entspannen, Spiele spielen, & neue Kontakte knüpfen

Anmeldung Ohne Anmeldung und bei jedem Wetter (außer bei starkem Regen oder Schneefall)

Anbieter*in Melissa Hartmann
melissa@manufaktur-fuer-gesundheit.de



Aktiv gegen Stress: Wie Bewegung Körper und Seele stärkt

Wann? Donnerstags ab 18 Uhr & samstags ab 10 Uhr; Do, 11.6./18.6./25.6./2.7./9.7./16.7./23.7./30.7./17.9./24.9.; Sa, 13.6.

Wo? Herrschelplatz Nürnberg

Für wen? Ältere Kinder und Jugendliche

Was? Bewegung, Entspannung und gemeinsame Spiele im Freien

Anmeldung Ohne Anmeldung

Anbieter*in Post SV
Sviatlana Kalodzich; Kalodzich@post-sv.de



Stressbewältigung im Alltag für junge Erwachsene und Eltern 1

Wann? Immer freitags, 15:30-18:00 Uhr vom 22.05.2026 bis 24.07.2026

Wo? AWO Martin-Bäcker-Kinderhaus Pfälzerstraße 18-20, 90443 Nürnberg

Für wen? Junge Erwachsene bis 25 Jahre & Eltern

Was? Austausch zur gelingenderen Stressbewältigung im Alltag & praktische Übungen

Anmeldung Im Kinderhaus unter Tel.: 0911/8100490 oder per E-Mail unter: Stressabbau-kurse@web.de

Anbieter*in Cigdem Durcan



Stressbewältigung im Alltag für junge Erwachsene und Eltern 2

Wann? Immer dienstags, 17:00-19:30 Uhr vom 19.05.2026 bis 07.07.2026

Wo? AWO Martin-Bäcker-Kinderhaus Pfälzerstraße 18-20, 90443 Nürnberg

Für wen? Junge Erwachsene bis 25 Jahre & Eltern

Was? Austausch zur gelingenderen Stressbewältigung im Alltag & praktische Übungen

Anmeldung Im Kinderhaus unter Tel.: 0911/8100490 oder per E-Mail unter: Stressabbau-kurse@web.de

Anbieter*in Markus Steinmüller



Drama Queen - Mach doch Theater!

Wann? 8.5./26.6. & 17.7. jeweils um 16:00 Uhr

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

Für wen? Für 10-12-Jährige

Was? Theaterworkshop zum spielerischen Umgang mit Konflikten, Abgrenzung & Selbstbewusstsein

Anmeldung Per E-Mail an: praeger@fbf-nuernberg.de

Anbieter*in Klara Präger & Nina Siebert vom FBF



Im Körper zu Hause 2 "Spotlight - was gefällt dir an mir?"

Wann? 20.5./27.5./3.6./17.6./24.6.
mittwochs, 16:30-18:30 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? Wir lernen mit Kreativität und Spaß etwas über
unseren Körper und unser Wohlbefinden.

Anmeldung Ohne Anmeldung, einfach vorbeikommen!

Anbieter*in Ada Feile & Yolanda Castillo Kuchenbecker
(Kunstpädagoginnen) für das FBF



Gesund groß werden - Elternabendreihe (inklusive Kinderbetreuung und Snacks)

Wann? Reihe 1, 17-19 Uhr, Raum 1.10: Mi, 10.6./17.6./1.7.
Reihe 2, 17-19 Uhr, Raum 1.09: Do, 2.7./15.7./29.7.

Wo? Südpunkt
Pillenreuther Str. 147, 90459 Nürnberg

Für wen? Eltern

Was? zwei Terminreihen zu den Themen Ressourcen,
Grenzen setzen & gewaltfreie Kommunikation

Anmeldung Über Stab Familienbildung
mail@trawny-systemik.de

Anbieter*in Simone Trawny
