

Veranstaltung

**02.05.
Samstag**

Pängäon, Berg der Mythen und der Nymphen

16.30 -
18.30 Uhr
Großer Saal

Das Bergmassiv Pangäon liegt im Westen der ehem. Präfektur Kavalas und bildet die Grenze zur ehem. Präfektur Serres. In den antiken Zeiten war es dem Gott des Weines Dionysos gewidmet. Dort lebten auch die Nymphen Mainaden, die in ihrem Rausch Orpheus töteten. In diesem Gebirge ist das älteste Kloster Europas zu finden. An den Hängen des Berges sind viele alte traditionelle Dörfer, alte Handelsstraßen, Brücken und Herrenhäuser.



Veranstalter: Philos - Städtepartnerschaft

**03.05.
Sonntag**

Digital Independence Day

13.30 -
17.30 Uhr
Raum 113

Unabhängiger und selbstbestimmter werden - „Big-Tech“ Konzernen den Rücken kehren

Du hast Fragen oder willst dich zu Alternativen zu den digitalen Monopolisten informieren? Dann komm vorbei! Wir helfen mit Infos oder direkt beim Umzug: egal ob Twitter/X zu Mastodon, WhatsApp zu Signal oder Windows zu Linux. Auch bei Fragen zu Cybersicherheit oder digitalem Stalking geben wir Unterstützung.



*Veranstalter*innen: Die Haecksen*

Veranstaltung

06.05.

MahlZeit für Nachbarn

15.05.

Gemeinsamer Mittagstisch für

18.05.

Seniorinnen und Senioren der

26.05

Nürnberger Weststadt

12.30 -
13.30 Uhr
EG 01 oder
Kleiner Saal

Gemeinsam schmeckt es besser. MahlZeit lädt ältere Menschen aus dem Quartier zu einem wöchentlichen Mittagessen in netter Runde ein. Hier entstehen Gespräche und Kontakte - und bei Bedarf auch kleine Unterstützungen im Alltag. Vor Ort sind Ehrenamtliche die uns begleiten.

Direkt im Anschluss an den Mittagstisch ist eine Sprechzeit für kleine Hilfen im Alltag.

Menü:

- frisch zubereitet
- vegetarisch
- ausgewogen und abwechslungsreich

Kosten: 7,- Euro, 3,- Euro ermäßigt.

Anmeldung: Anna Miller,
Tel. 09 11 - 300 031 19 oder
E-Mail: anna.miller@diakoneo.de
Bitte mind. 7 Tage vorher anmelden



MAHLZEIT

Gemeinsam Essen.

Nachbarschaft stärken

Kleine Hilfen ermöglichen



Veranstalter: Seniorennetzwerk West, Bistro-West,
Nachbarschaftshaus Gostenhof

Veranstaltung

08.05.

Freitag

12 - 22 Uhr
verschiedene Räume

Zukunftsforum 2026 -

Demokratie im Fokus!

Wir sind überzeugt: Nachhaltiger Wandel gelingt nur gemeinsam. Beim Zukunftsforum 2026 in Nürnberg bringen wir Menschen aus Zivilgesellschaft, Wissenschaft, Politik und Verwaltung zusammen.

Es gibt Workshops, Diskussionen, Führungen und Rahmenprogramm - lasst uns darüber sprechen, wie wir Demokratie stärken und echte Teilhabe möglich machen!

Die Auftaktveranstaltung „Demokratie im Stresstest“ findet am 07.05 im Planetarium statt.

Weitere Infos unter:
zukunftsforum-mfr.de



Der Eintritt ist frei.

Veranstalter: *forum1.5 Mittelfranken e.V. in Kooperation mit dem Bildungszentrum Nürnberg*



08.05.

Freitag

16.30 -
18.30 Uhr
Kleiner Saal

Momvasia

Monemvasia od. Malvasia ist eine Stadt auf einer Insel vor den Küsten Lakoniens. Der Name stammt vermutlich von Moni Emvasi. Die Altstadt ist umgeben von einer Stadtmauer. Dort finden wir auch das Haus des Dichters Jannis Ritsos.

Veranstalter: *Philos - Städtepartnerschaft*



Veranstaltung

09.05.

Samstag

13.30 -

19.30 Uhr

Hof

Interkulturelles Hoffest

Vielfalt begegnen, Vielfalt erleben

Ein Fest von Gruppen für Gruppen und Nachbarschaft mit kulturellem Begleitprogramm.

- Traditionelle Musik und Tänze
- Landesspezifische kulinarische Angebote
- Infostände mit wissenswertem zu den Gruppen/Vereinen sowie aus den Regionen
- Austausch und Kennenlernen
- Kinderprogramm
- Tavla - Backgammonturnier



Beirat

Veranstalter: *Beirat, verschiedene Gruppen des Hauses, Nachbarschaftshaus Gostenhof*

13.05.

Mittwoch

19 Uhr

Kleiner Saal

Sitzung des Beirates

Der Beirat im NHG nimmt gemäß Satzung seine Handlungsmöglichkeiten wahr. Er bringt Themen ein, greift Themen und Vorschläge auf, initiiert Aktionen, diskutiert Themen, die auch über das NHG Geschehen hinaus gehen. Alle Sitzungen des Beirates sind öffentlich!

Beirat

Veranstalter: *Beirat des Nachbarschaftshauses*

Veranstaltung

14.05.

Donners-

Das Nachbarschaftshaus ist geschlossen

Wir wünschen allen Besucherinnen und Besuchern einen schönen Feiertag.

14.05.

Donners-

19 Uhr

Kneipenquiz im Bistro West

Wir laden wieder zu unserem gut besuchten Kneipenquizz ein. In lockerer Atmosphäre könnt ihr mit eurem Team um den Gewinn quizzeln und euer Wissen auspacken. Wie immer gibt es währenddessen von uns Drinks und unsere leckeren Flammkuchen.

Ohne Voranmeldung - alle sind willkommen - fair und respektvoll miteinander
2€ Teilnahmegebühr pro Person.

Veranstalter: *Bistro-West*

Bistro
West

23.05. -
25.05.

Das Nachbarschaftshaus ist geschlossen

Wir wünschen allen Besucherinnen und Besuchern ein schönes Pfingstwochenende.



Veranstaltung

26.05.

Seniorentanz mit Dj Rio Perfetti

Dienstag

14 - 17
Uhr

Großer
Saal

Der ehrenamtliche DJ Rio Perfetti begleitet uns mit schwungvollen Melodien und einer Mischung an bekannten Evergreens durch den Nachmittag. Tanzen verbindet Menschen und hält uns in Schwung. Nutzen Sie die Gelegenheit und kommen Sie vorbei. Wir freuen uns über treue Stammgäste genauso wie über neue Gesichter.

Der Eintritt ist frei.



Veranstalter: Nachbarschaftshaus Gostenhof

29.05.

Karaokeabend im Bistro West

Freitag

21 Uhr

Das Bistro wird zur Bühne für eure Lieblingssongs. Kommt einfach vorbei, schreibt euren gewünschten Song auf und singt aus vollem Halse mit. Drinks könnt ihr euch währenddessen holen und im Vorfeld unsere leckeren Flammkuchen essen.

Veranstalter: Bistro West

Veranstaltung

30.05.

Fachvortrag Diabetes /

Samstag

Endokrinologie und Osteologie

15 - 18 Uhr

Großer Saal

Bei diesem Vortrag steht die Gesundheit im Mittelpunkt. Der Facharzt Dr. med. Kbrom Goitom informiert verständlich und praxisnah über wichtige Themen wie Diabetes, Endokrinologie und Osteologie.

Ziel des Angebotes ist es, medizinisches Wissen alltagsnah zu vermitteln, Risiken frühzeitig zu erkennen und Wege für einen gesunden Lebensstil aufzuzeigen. Es gibt Tipps und Platz für Fragen .

Der Eintritt ist frei.



Veranstalter : Eritreische Gemeinschaft

31.05.

Tanztreff im Nachbarschaftshaus

Sonntag

15 - 18 Uhr

Großer Saal

Tanzen Sie in gemütlicher Atmosphäre zu ausgewählter Musik und bei freiem Eintritt.

Tanzbegeisterte sind immer herzlich willkommen!

Die Gastronomie des Hauses hat Sonntags geschlossen. Versorgen Sie sich bitte gerne selber mit Getränken.



Veranstalter: Nachbarschaftshaus Gostenhof

Veranstaltungen im Juni

- 04. Juni Das Haus ist geschlossen
- 06. Juni Sommerfest griech. Thessalienverein
- 13. Juni Sommerfest griech. Pontierverein
- 14. Juni Musikalischer Abend - russische Romantik
- 16. Juni Beiratssitzung
- 20. Juni Stadtteilstadt Jamnitzer Platz
- 20. Juni Sommerfest griech. Peleponnes Verein
- 27. Juni Weinfest griech. Epirus Verein
- 28. Juni Tanztreff
- 30. Juni Seniorentanz DJ Perfetti



Was bedeuten die Logos in der linken Spalte?

gefördert durch



Veranstaltungen, die durch die Stadt Nürnberg, Nachbarschaftshaus Gostenhof gefördert werden.



Veranstaltungen des Nachbarschaftshauses Gostenhof

Und sonst?!

Digitale Sprechstunde der DIGI IQ

DIGITALE GRUNDBILDUNG IM QUARTIER

Digital-Sprechstunde

Digi-Coaches im Nachbarschaftshaus

Digital-Sprechstunde in deutscher und anderer Sprache

- Hilfe bei Fragen zur Technik
- Unterstützung bei Online-Anträgen/Formularen (z.B. Wohngeld)
- Allgemeine Hilfe, um sich in der digitalen Welt zurecht zu finden
- ...

Wichtig:

- die Beratung ist **kostenlos**
- bitte vorher anmelden: Fatima Hourch, hourch@parabol.de oder 0911 810 26 50

Wann? Jeden 2. Mittwoch im Monat

14. Januar	11. Februar
13. März	08. April
13. Mai	10. Juni
08. Juli	

Wo 14:15 – 16:15 Uhr
Nachbarschaftshaus Gostenhof
Raum 101

Logo: Partnerschaft von der Europäischen Union, PARABOL, GfP, HILFENETZ

Die Digitale Sprechstunde der Digi-Coaches findet jeden 2. Donnerstag nach Absprache statt. Anmeldung unter: hourch@parabol.de oder 09 11 - 810 26 50

Sprachcafé

In kleiner Runde sprechen wir zusammen Deutsch. Wir lernen neue Wörter und üben Grammatik.

Kommt vorbei, wir freuen uns auf euch.

Jeden Mittwoch 15 - 17 Uhr,

NOA **Städt. Nürnberg v.** **HILFENETZ**

Sprachcafé

im Nachbarschaftshaus Gostenhof

Jeden Mittwoch 15:00 – 17:00 Uhr

In kleiner Runde sprechen wir zusammen Deutsch. Wir lernen neue Wörter und üben Grammatik.

Kommt vorbei, wir freuen uns auf euch!

Info unter:
Mail: beatrix.taumann@noa.nuernberg.de
Tel.: 0911 81 00 97-65

In Kooperation mit dem Nachbarschaftshaus und dem Beirat des Nachbarschaftshauses Gostenhof.

Gefördert durch: **Städt. Nürnberg v.** **HILFENETZ** **EUROPEAN UNION**

Ko-finanziert von der Europäischen Union

Ausstellung im Großen Saal



Vernissage

20. März, 16.00

Nachbarschaftshaus
Gostenhof

Theres (Michaela Görlitz) will durch Ihre Bilder Menschen würdigen, die Wertvolles schaffen oder geschaffen haben. Unter den Portraits finden sich Literaten, Musikerinnen, Malerinnen, politisch Aktive....
Besichtigung nach Absprache.

So erreichen Sie uns

Adresse:

Adam-Klein-Str. 6,
90429 Nürnberg

Telefon 09 11 / 2 31- 70 80

FAX 09 11 / 2 31- 70 87

E-Mail: nachbarschaftshaus@stadt.nuernberg.de

Internet: www.nachbarschaftshaus.nuernberg.de

 [Facebook.com/Nachbarschaftshaus.Gostenhof/](https://www.facebook.com/Nachbarschaftshaus.Gostenhof/)



Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 9 bis 22.30 Uhr

Samstag von 10 bis 22.30 Uhr

Sonntag von 10 bis 21 Uhr

An gesetzlichen Feiertagen geschlossen.

So erreichen Sie uns:

U-Bahn: U1 Haltestelle Gostenhof

Bus: Linie 34 Haltestelle Gostenhof - West



Hinweis:

Veranstaltungen, die nicht vom Nachbarschaftshaus angeboten werden, liegen in der Verantwortung des jeweiligen Veranstalters. Eine Garantie für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der Informationen kann daher nicht übernommen werden.

Impressum

Herausgeber: Stadt Nürnberg –

Amt für Existenzsicherung und soziale Integration – Sozialamt

Nachbarschaftshaus Gostenhof

Gestaltung: Titelseite Harald Bosse Fotos: Nachbarschaftshaus Gostenhof, Pixabay

Druck: Druckerei Safner, 96170 Priesendorf. Auflage: 1000 Stück

Beratung im NHG

Angehörigenberatung

In der Fachstelle für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz werden Sie neutral und kostenlos zu allen Themen rund um die Pflege informiert. Die Beratung ist auch Sitz und Geschäftsstelle der Alzheimer Gesellschaft Mittelfranken e.V..

Beratungstermine nach Vereinbarung.

Bürozeiten: Mo. bis Do. von 8.30 bis 13 Uhr.

Telefon 09 11 / 27 23 73 - 0

E-Mail info@angehoerigenberatung-nbg.de

Raum 118; 1.Stock

Bürgerverein Gostenhof

Der Bürgerverein berät und versucht bei Problemen im Stadtteil zu helfen.

Gespräche nach Vereinbarung.

1. Vorsitzender Heinz-Claude Aemmer,

E-Mail: heinz-claude.aemmer@bv-goho.de

2. Vorsitzende Silvia Seitz

Raum 107; 1.Stock

Casa Latina

Beratung für spanisch sprechende Menschen bei verschiedenen Fragen und Problemen, auch juristisch, psychosozial und bei medizinischen Fragen.

Beratung nur nach telefonischer Vereinbarung. Telefon 0179 3 78 73 41

E-Mail: casalatina.ev@gmail.com

Raum 301; 3.Stock

Club Estia

Beratung - in griechischer und deutscher Sprache - zu Erziehungsfragen, Gesundheit und Soziales, sowie Hilfestellung bei Antragstellung.

Di. und Do. nur nach Absprache. Sa. 14.30 bis 16.30 Uhr.

Telefon 09 11 / 4 46 68 10 (Frau Skarlatos)

Raum 207; 2.Stock

Griechische Gemeinde Nürnberg

Kostenlose Beratung und Informationen in griechischer und deutscher Sprache für Bürgerinnen und Bürger, die aus Griechenland stammen oder die Informationen über Griechenland benötigen.

Mo. und Mi. 15 bis 18 Uhr, Sa. 10.30 bis 13 Uhr und nach Vereinbarung.

Telefon 09 11 / 50 71 62 67

E-Mail info@griechische-gemeinde-nuernberg.de

Raum 105; 1.Stock

Schwerhörige Nürnberg e.V.

Beratung für Schwerhörige und deren Angehörige.

Nur nach telefonischer Vereinbarung,
jeden 2. & 4. Mi. im Monat 16 bis 18 Uhr.

Voranmeldung und Beratung unter Telefon 0155 66 60 07 05

oder E-Mail janina.levent@schwerhoerige-bayern.de

Raum 106; 1.Stock

TIM - Türkisch - Deutscher Verein zur Integration behinderter Menschen

Beratung für Menschen mit Behinderung und für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund.

Bürozeiten: Mo & Di 11 - 17 Uhr und Mi 15 - 17 Uhr.

Beratungszeiten nach telefonischer Vereinbarung,

Telefon 09 11 / 26 04 20 oder 09 11 / 27 74 25 77

E-Mail info@timev.de

Raum 310; 3.Stock



Titel Mai