



# Gemeinsam und warm durch den Winter 22/23

Veranstaltungen und Angebote für Interessierte ab 60

in den Stadtteilen  
**Mögeldorf, Zabo,  
Laufamholz und Rehhof**



Im kommenden Winter bieten Ihnen die Seniorennetzwerke Nürnberg mit all ihren Netzwerkpartnern einen bunten Strauß an Veranstaltungen und Angeboten an. Hier können Sie Zeit in Gemeinschaft verbringen, etwas für Ihr Wohlbefinden, Ihre Gesundheit oder auch Bildung tun. Oder einfach nur etwas Schönes im winterlichen Alltag erleben und für ein paar Stunden Sorgen und Ängste vergessen. Und das auch ohne große Kosten.

Sie machen sich zunehmend Sorgen oder fürchten sich vielleicht sogar davor, die steigenden Energie- und Lebenshaltungskosten nicht mehr bewältigen zu können?

Wir nehmen Sie und Ihre Nöte ernst und möchten Ihnen mit den Angeboten ein bisschen Wärme ins Herz zaubern, Ihnen ein bisschen Licht in den Alltag bringen und zeigen, dass Sie nicht alleine sind.

Nutzen Sie die Angebote und kommen Sie so gemeinsam mit anderen Menschen bei netten Gesprächen und interessanten Veranstaltungen warm durch den Winter.

## Wir freuen uns auf Sie

### Seniorennetzwerk Mögeldorf/Zabo

#### Themencafé

Kaffee und Kuchen in geselliger Runde und wechselnde Themen

Termin: i.d.R. jeden 3. Donnerstag im Monat

15.12.22: „Adventslichter“; Januar und Februar: Pause; 16.03.23

Ort: Begegnungsstätte OASE, Ziegenstraße 33

Kostenfrei

Anmeldung erbeten unter Telefon 09 11 / 9 95 41 51

### Begegnungsstätte OASE

Ziegenstraße 33, 90482 Nürnberg

#### Offener Mittagstisch

Wechselnde Gerichte mit Tee, Kaffee und Gesprächen in gemütlicher Runde

Termine: Montag bis Sonntag, 12.00 bis 14.00 Uhr

Anmeldung zwischen 10.30 bis 11.00 Uhr unter Telefon 09 11 / 9 95 41 51

# Kulturladen Loni-Übler-Haus

Marthastraße 60, 90482 Nürnberg, Telefon 09 11 / 2 31-1 15 40

## Kurse

### **Irish Set Dancing-Kurs (8 Termine)**

Datum/ Uhrzeit: jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 18.45 bis 20.45 Uhr

Kosten: 37 Euro, mit Nürnberg-Pass 18,50 Euro

Information und Anmeldung: 09 11 / 2 31-1 15 40, [www.kuf-kultur.de/loni](http://www.kuf-kultur.de/loni)

## Gruppen und Treffs

### **Seniorenschach für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene – Offene Gruppe**

Datum/ Uhrzeit: jeden Donnerstag, 14.00 bis 18.00 Uhr

kostenfrei

Veranstalter: Schachclub Noris-Tarrasch 1873 e.V.,

Information und Anmeldung: Horst Dähne, Telefon 09 11 / 48 74 92,

Homepage: [www.noris-tarrasch.de](http://www.noris-tarrasch.de)

### **Lonis Handarbeitstreff – Raum für Kreative**

Datum: Dienstag, 13.12.2022

Uhrzeit: 19.00 bis 20.30 Uhr

kostenfrei

ohne Anmeldung

## Veranstaltungen:

### **Mögeldorf Adventskalender**

Eine Aktion des Kulturladens Loni-Übler-Haus veranstaltet von und für die Nachbarschaft

Datum: 01.12.2022 bis 24.12.2022

Uhrzeit: jeweils um 17.00 Uhr öffnen sich in Mögeldorf 24 Adventsfenster  
kostenfrei

Infos: [www.kuf-kultur.de/loni](http://www.kuf-kultur.de/loni)

### **Digitalvortrag des ADFC: Sizilien**

Mit Fahrrad und Fähre zu den Liparischen Inseln

Datum: Mittwoch, 07.12.22

Uhrzeit: 19.30 Uhr

Eintritt: 5 Euro / Eintritt für ADFC-Mitglieder frei

Veranstalter: Allgemeiner Deutscher Fahrradclub (ADFC), Infos und Kontakt

unter Information: 09 11 / 39 61 32, [www.adfc-nuernberg.de](http://www.adfc-nuernberg.de)  
Ohne Anmeldung

### **33 Jahre Frauenkabarett im Loni: Patrizia Moresco – Schlimmer die Glocken nie klingen...**

Datum: 11.12.2022

Uhrzeit: 20.00 Uhr

Kosten: 23 Euro, mit Nürnberg-Pass 5 Euro

Veranstalter: Kulturladen Loni-Übler-Haus, Tickets über eventim und an allen bekannten VVK-Stellen

### **Zu wenig oder zu viel: ich habe Hunger nach... – Essstörungen**

Themenabend Dezember

Datum: 21.12.2022

Uhrzeit: 19.30 Uhr

kostenfrei

Veranstalter: MÄNNER FORUM Nürnberg, Info: Nur für Männer!

### **Digitalvortrag des ADFC: Zwischen Bächen und Vulkanen**

Der Haidenaab-Radweg

Datum: Mittwoch, 11.01.22

Uhrzeit: 19.30 Uhr

Kosten: 5 Euro / Eintritt für ADFC-Mitglieder frei

Veranstalter: Allgemeiner Deutscher Fahrradclub (ADFC)

Information und Kontakt unter Tel. 09 11 / 39 61 32, [www.adfc-nuernberg.de](http://www.adfc-nuernberg.de)

Ohne Anmeldung

### **Oltre la natura – über die Natur hinaus**

Kunstausstellung von Sabine Braun

Datum: bis 15.01.2023, während der Öffnungszeiten des Kulturladens Loni-Übler-Haus

kostenfrei

Veranstalter: Kulturladen Loni-Übler-Haus, Tickets über eventim und an allen bekannten VVK-Stellen

### **Mann – Dein Lieblingsgedicht**

#### **Themenabend**

Datum: Mittwoch, 18.01.23

Uhrzeit: 19.30 Uhr

Kostenfrei

Veranstalter: MÄNNER FORUM Nürnberg. Begleitet von Schumi Döpfer

Ohne Anmeldung

## **Kunst ist Kindheit nämlich – Kunstarbeiten von Walli Popp**

Datum: Donnerstag, 19.01.23

Uhrzeit: 19.00 Uhr Ausstellungseröffnung.

Ausstellungsduer bis 29.04.23 zu den Öffnungszeiten des Kulturladens

Kostenfrei

Ohne Anmeldung

## **Digitalvortrag des ADFC: Mitteldeutschland**

Eine Geschichte von zwei Radreisen

Datum: Mittwoch, 01.02.23

Uhrzeit: 19.30 Uhr

Kosten: 5 Euro / Eintritt für ADFC-Mitglieder frei

Veranstalter: Allgemeiner Deutscher Fahrradclub (ADFC),

Information und Kontakt unter Telefon: 09 11 / 39 61 32,

[www.touren-termine.adfc.de](http://www.touren-termine.adfc.de)

Ohne Anmeldung

## **33 Jahre Frauenkabarett im Loni: Andrea Bongers – Bock drauf!**

Datum: 04.02.23

Uhrzeit: 20.00 Uhr

Kosten: 23 Euro, mit Nürnberg-Pass 5 Euro

Veranstalter: Kulturladen Loni-Übler-Haus, Tickets über eventim und an allen bekannten VVK-Stellen

## **Wie lebt es sich als Mann aus dem Irak?**

### **Themenabend**

Datum: Mittwoch, 15.02.23

Uhrzeit: 19.30 Uhr

Eintritt frei

Veranstalter: MÄNNER FORUM Nürnberg

Ohne Anmeldung

## **Über die Zeit – Bühne 58**

Eine Wohnung, ein Jahrhundert, drei Geschichten von jungen Frauen, die sich den jeweils gegenwärtigen Herausforderungen stellen. In dieser historischen Szenencollage von Mirjam Messingschlager wechselt die Zeit (1920/1970/2020), wohingegen der Ort der Gleiche bleibt.

Datum: Samstag, 25.02.23

Uhrzeit: 19.00 Uhr

Eintritt auf Spendenbasis

Veranstalter: Bühne 58. Dauer ca. 80 Min., eine Pause inklusive

Reservierungen unter Telefon 09 11 / 2 31-1 15 40

## **Digitalvortrag des ADFC: Malta, Zwerginselstaat im Mittelmeer**

eine Reise mit dem Faltrad

Datum: Mittwoch, 01.03.23

Uhrzeit: 19.30 Uhr

Kosten: 5 Euro / Eintritt für ADFC-Mitglieder frei

Veranstalter: Allgemeiner Deutscher Fahrradclub (ADFC), Infos und Kontakt unter Tel.: 09 11 / 39 61 32, [www.touren-termine.adfc.de](http://www.touren-termine.adfc.de)

Ohne Anmeldung

## **Zu Gast bei Loni: Talk, Musik & Kunst mit Heijo Schlein**

Voraussichtlich mit: Johannes Reichert (Countertenor), Dr. Annabelle Hornung (Museum Für Kommunikation), Annekatrin Fries (Amt für Kultur und Freizeit), Tobi Burkert (Redakteur BR), Ibrahim Doudieh (Künstler und Autor eines Kochbüchs), Walli Popp (Künstlerin), Ellin Hermann (Musikerin) & Alexander Jungkunz (VPN)

Gemütliche Sessel, heimeliges Licht und ein schönes Getränk – die perfekte Wohnzimmeratmosphäre. Dazu plaudert Heijo Schlein mit seinen Gästen aus dem Nähkästchen. Gespickt ist das Ganze mit Musik und weiteren tollen Einlagen.

Datum/ Uhrzeit: Freitag, 03.03.23, 19.00 Uhr

Eintritt frei

Information und Anmeldung unter Telefon 09 11 / 2 31 1-1 15 40

## **33 Jahre Frauenkabarett im Loni:**

### **Claudia Pichler – Eine Frau sieht weißblau**

Datum/ Uhrzeit: 04.03.23, 20.00 Uhr

Kosten: 23 Euro, mit Nürnberg-Pass 5 Euro

Veranstalter: Kulturladen Loni-Übler-Haus, Tickets über eventim und an allen bekannten VVK-Stellen

## **Mann – deine nächtlichen Träume**

### **Themenabend**

Datum/ Uhrzeit: Mittwoch, 15.03.23, 19.30 Uhr

Eintritt frei

Veranstalter: MÄNNER FORUM Nürnberg

Ohne Anmeldung

## **33 Jahre Frauenkabarett im Loni: Franziska Wanninger –**

### **Für mich solls rote Rosen hageln**

Datum/ Uhrzeit: 25.03.23, 20.00 Uhr

Kosten: 23 Euro, mit Nürnberg-Pass 5 Euro

Veranstalter: Kulturladen Loni-Übler-Haus, Tickets über eventim und an allen bekannten VVK-Stellen

# MittwochAktiv

Ort der Begegnung für Laufamholz und Rehhof

Gemeindehaus Laufamholz, Großer Saal

Am Doktorsfeld 13

Information und Anmeldung unter Telefon 09 11 / 5 40 74 47

bzw. E-Mail: mittwochaktiv@gemeindevverein-laufamholz.de

## „Wunschbaum für Laufamholz und Rehhof“

Auch in unserem Stadtteil gibt es Familien, deren finanzielle Mittel nur für das Nötigste reichen. Gerade in der Vorweihnachtszeit aber haben besonders Kinder viele Wünsche, die von den Eltern leider nicht erfüllt werden können. Mit der Wunschbaum-Aktion wollen wir solche Herzenswünsche erfüllen.

Darüber hinaus richtet sich unser Wunschbaum aber auch an Erwachsene, die unerfüllte Wünsche haben. Hierbei denken wir nicht nur an materielle Dinge, wie z.B. ein Buch, einen Schal, einen besonderen Tee etc. sondern auch an immaterielle Wünsche, wie ein Besuch, gemeinsam eine Tasse Kaffee trinken, eine Begleitung zum Spazierengehen oder ein Gang über den Christkindlesmarkt oder oder oder...

Auch diese Wünsche können an unseren Baum gehängt werden.

## Wie funktioniert das?

Wunschzettel gibt es ab 21. November 2022 im Büro des Gemeindevereins und liegen im Evang. Gemeindehaus, den Kindergärten Laufamholz und Rehhof und der Evang. Kirche Laufamholz aus. Wer einen Wunsch hat, füllt bitte einen Wunschzettel aus und gibt ihm im Büro des Gemeindevereins ab. Die Wunschzettel werden dann ab dem 25. November 2022 am Wunschbaum vor dem Evang. Pfarramt Laufamholz, Moritzbergstr. 62 hängen.

Laufamholzer und Rehhofer Bürger und Firmen, die eine Freude machen wollen, holen sich einen oder mehrere dieser Wunschzettel ab, kaufen das Geschenk und geben es weihnachtlich verpackt im Büro des Gemeindevereins ab. Für die Erfüllung immateriellen Wünsche ist eine direkte Kontaktaufnahme mit dem Büro des Gemeindevereins notwendig, um die Kontaktdaten zu erhalten.

Wichtig ist: Jeder Wünschende behält den unteren Wunschzettelabschnitt. Der Wunscherfüller klebt den Wunschzettel gut sichtbar auf das Geschenk.

## Wann geht es los?

Ab dem 21. November 2022 und bis zum 09. Dezember 2022 können die Wunschzettel ausgefüllt und abgegeben werden.

Ab dem 25. November 2022 bis zum 12. Dezember 2022 können die ausgefüllten Wunschzettel abgenommen und erfüllt werden.

Die Geschenke müssen bis Freitag, 16. Dezember 2022 im Büro des Gemeindevereins abgegeben werden.

Ab Montag, 19. Dezember 2022, können die Geschenke während der Bürozeiten beim Gemeindeverein von den Wünschenden abgeholt werden.

Bitte vergessen Sie nicht, Ihren Wunschzettelabschnitt mitzubringen.

Für Informationen und Rückfragen steht Ihnen Kathrin Leuner unter der Telefonnummer 09 11 / 5 40 74 47 oder per E-Mail: [nachbarschaftshilfe@gemeindeverein-laufamholz.de](mailto:nachbarschaftshilfe@gemeindeverein-laufamholz.de) zur Verfügung.

## Programm Dezember 2022

<b>03.12.2022</b> 15 bis 18 Uhr	<b>Adventszauber in Laufamholz:</b> Herzliche Einladung zu Punsch und Plätzchen und einem kleinen Plausch auf der Wiese neben der Evang. Kirche Laufamholz, Moritzbergstr. 62
<b>04.12.2022</b> 18.00 Uhr	<b>Gemeindekonzert zum Mitsingen und Lauschen</b> „Unter einem guten Stern“ in der Evang. Kirche Laufamholz, Moritzbergstr. 62 Kosten: Um eine Spende für die Nachbarschaftshilfe des Gemeindevereins Laufamholz wird gebeten
<b>07.12.2022</b> ab 09.00 Uhr	<b>Weißwurst-Frühstück!</b> Gestärkt starten wir in unseren Mittwoch...
10.00 Uhr	<b>Weihnachtliches Basteln mit Sigrun Pompe:</b> Mich knutscht ein Elch... Keine Angst, Sigruns Bastelideen sind für jedermann geeignet
14.00 Uhr	<b>Geistig fit- Wir spielen Karten!</b> Wer schon einmal dabei war weiß, es geht hoch her bei uns..... wer hat heute Kartenglück?
ab 15.30 Uhr	<b>Zeit für Gespräche bei Kaffee und Kuchen</b>
<b>14.12.2022</b> ab 09.00 Uhr	<b>Sekt-Frühstück!</b> Beschwingt starten wir in den Tag...
10.00 Uhr	Weihnachtsduft- Plätzchenzeit! Wir backen gemeinsam Plätzchen...
14.00 Uhr	<b>Es ist Advent...</b> wir lauschen Vorweihnachtsgeschichten und Gedichten und singen Lieder.
ab 15.30 Uhr	<b>Zeit für Gespräche bei Kaffee und Kuchen und selbstgebackenen Plätzchen</b>
<b>16.12.2022</b>	<b>MittwochAktiv +plus: Kultur</b> Das bekannteste Museum in Nürnberg ist das Germanische Nationalmuseum, Kartäusergasse 1, 90402 Nürnberg; egal wie oft Sie schon da waren, es gibt immer etwas Neues zu entdecken; Treffpunkt 10 Uhr. Kosten: 8 Euro; 2 Euro mit Nürnberg-Pass; kostenfrei, wenn Kulturkarte der Stadt Nürnberg vorhanden (für 18 Euro im Jahr können 14 Museen pro Jahr kostenlos besucht werden) <b>Interessenten melden sich bitte bis 14.12.2022 an</b>

**21.12.2022**  
ab 17.00 Uhr Es weihnachtet sehr... **Vorweihnachtliches Beisammenstehen mit Glühwein und Bratwurstbrötchen** und Zeit für Gespräche auf der Gemeindewiese, Am Doktorsfeld 13

## **Programm Januar 2023**

### **11.01.2023**

ab 09.00 Uhr Sekt-Frühstück! Beschwingt begrüßen wir das neue Jahr...  
10.00 Uhr **Waldspaziergang:** Mit Schwung geht es ins neue Jahr...  
14.00 Uhr **Am Anfang des Jahres sehe ich ...schwarz, weiß oder bunt?!**?  
Geschichten und Gedankenaustausch mit Blick auf das unbekannte Neue mit **Pfarrerin Sabine Bleise-Donderer und Susanne Bleise**  
ab 15.30 Uhr **Zeit für Gespräche bei Kaffee und Kuchen**

### **18.01.2023**

ab 09.00 Uhr **Weißwurst-Frühstück!** Mit und ohne Senf ...  
10.00 Uhr Thema und Referent stehen noch nicht fest  
14.00 Uhr **Geistig fit!** Gehirntraining und Spiele-Spaß mit alten und neuen Kartenspielen  
ab 15.30 Uhr **Zeit für Gespräche bei Kaffee und Kuchen**

### **20.01.2023**

ab 10.00 Uhr! **MittwochAktiv +plus: Kultur**  
Wir setzen uns mit der Geschichte Nürnbergs auseinander und besuchen das Dokumentationszentrum am Reichsparteitagsgelände, Bayernstr. 110, 90478 Nürnberg;  
Kosten: 6 Euro; 1,50 Euro mit Nürnberg-Pass; kostenfrei, wenn Kulturkarte der Stadt Nürnberg vorhanden (für 18 Euro im Jahr können 14 Museen pro Jahr kostenlos besucht werden)  
**Interessenten melden sich bitte bis 18.01.2023 an**

### **27.01.2023**

#### **MittwochAktiv +plus: Kegeln**

Monatliches Kegeln von 14.00 bis 16.00 Uhr in St. Georg, Bierweg 33, 90411 Nürnberg; die Teilnehmerzahl ist begrenzt;  
**neue Teilnehmer melden sich bitte bis 25.01.2023**



**WINTER DER  
SOLIDARITÄT**

## Hinweis:

Die Liste der hier dargestellten Veranstaltungen und Angebote erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Nach wie vor kann die Corona Pandemie Auswirkungen auf die Durchführung von Veranstaltungen und Angeboten haben. Ob und in welcher Form eine Veranstaltung angeboten werden kann, hängt vom jeweils aktuell geltenden Infektionsschutzgesetz und den damit verbundenen Maßnahmen und Hygieneverordnungen ab.

Herausgegeben vom Seniorenamt der Stadt Nürnberg  
in Zusammenarbeit mit den Seniorennetzwerken Nürnberg

**Stadt Nürnberg**

**Referat für Jugend, Familie und Soziales / Seniorenamt**  
Fachbereich Quartiersentwicklung und Seniorennetzwerke

Hans-Sachs-Platz 2  
90403 Nürnberg

[www.senioren.nuernberg.de](http://www.senioren.nuernberg.de)

SENIORENNETZWERKE  
NÜRNBERG



Seniorenamt