



# Gemeinsam und warm durch den Winter 22/23

Veranstaltungen und Angebote für Interessierte ab 60

im Stadtteil  
Nordostbahnhof

Ohne große Kosten!



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 Nordostbahnhof**

Plauener Straße 7 (im SIGENA Nachbarschaftstreff), 90491 Nürnberg  
Information: Helga Beßler, Telefon 09 11 / 5 19 27 77

#### **Wirbelsäulengymnastik**

Termin: jeden Freitag im Monat

Uhrzeit: 18.00 bis 19.00 Uhr

Kosten: 3 Euro pro Teilnahme

Information und Anmeldung: Frau Riedel, Telefon 09 11 / 9 53 38 75

#### **Seniorenstammtisch**

Termin: 21.12.22 (Weihnachtsfeier), 25.01.23, 21.02.23, 29.03.23

Uhrzeit: 14.00 bis 16.00 Uhr

Kosten: 2,50 Euro

#### **Gedächtnistraining**

Termin: jeden Donnerstag im Monat

Uhrzeit: 13.30 bis 15.30 Uhr

Kosten 2 Euro pro Termin

Information: Frau Grünwedel, Telefon 09 11 / 6 49 45 06

## Seniorenkreis Allerheiligen

Pfarrzentrum Allerheiligen, Graudenzer Straße 11, 90491 Nürnberg

Jeweils Mittwoch von 14.30 bis 16.30 Uhr

07.12.22: Block- und Sitztänze

14.12.22: Adventsfeier in der Kirche mit Hr. Pfarrer Gast, anschließend Kaffee

11.01.23: Genesis, ein spielerisches Raten auf Großleinwand

18.01.23: Block- und Sitztänze

25.01.23: Film über Dalmatien von Frau Frühauf

01.02.23: Block- und Sitztänze

08.02.23: Fasching

15.02.23: Block- und Sitztänze

22.02.23: Aschermittwoch

## Stadtteiltreffpunkt Nordost

Leipziger Straße 55, 90491 Nürnberg

Information: Christina Behrens, Telefon 09 11 / 5 10 98 25

E-Mail: SHA-Stadtteiltreff-Nordost@stadt.nuernberg.de

### **Kreativ- und Freizeitgruppe für Seniorinnen und Senioren**

Diese Gruppe bietet verschiedene Angebote, sich kreativ zu entfalten und eigene Talente zu entdecken. Gemeinsam in der Gruppe wird z.B. gebastelt, gestrickt oder andere Ideen umgesetzt.

Termin: jeden Dienstag

Uhrzeit: 14.00 bis 16.00 Uhr

### **Besondere Veranstaltungen im Dezember 2022**

06.12.22: gemeinsamer Besuch des Christkindlmarkts

13.12.22: Weihnachtsplätzchen backen

20.12.22: gemütliche Weihnachtsfeier

Kostenfrei

Anmeldung: nicht erforderlich aber wünschenswert

Information: Christina Behrens, Telefon 09 11 / 5 10 98 25

## **Die N-ERGIE informiert und berät**

Folgende Themen werden besprochen:

- Tipps zum Energiesparen
- Hintergründe zu den Preisanpassungen
- Aktuelle Entwicklungen am Energiemarkt
- Hilfen bei Zahlungsschwierigkeiten

Ort: Stadtteiltreffpunkt Nordost

Termin: 05.12.2022 und 06.12.2022

Uhrzeit: 13.00 bis 18.00 Uhr

Kostenfrei

Keine Anmeldung erforderlich

## **Stadtbibliothek Schoppershof**

Merseburgerstraße 6, 90491 Nürnberg

Telefon 09 11 / 2 31 41 43

Öffnungszeiten: Dienstag und Freitag 14.00 bis 18.00 Uhr

(Weihnachtsferien ausgenommen)

U-Bahn Haltestelle U2 „Nordostbahnhof“ und

Buslinien 30, 35, 45, 46, 49, 65, 95

Die Stadtbibliothek ist ein Treffpunkt, Lernort und Ort kreativer Freizeitgestaltung für alle Generationen und Bevölkerungsgruppen. Sie unterstützt bei der Alltagsbewältigung und schafft Zugänge zur „Erlebniswelt Literatur“.

### **Medien zum Ausleihen:**

Bücher, Comics, Hörbücher, Musik-CDs, Spiele, DVDs, Zeitschriften u.v.m.

### **Ausleihgebühr:**

12 Monate 15 Euro (ermäßigt 7,50 Euro)

3 Monate 6 Euro

### **Gut zu wissen:**

-nicht barrierefrei

-kostenlos surfen am PC vor Ort (15 Minuten)

-kostenfreies WLAN

# SIGENA Nordostbahnhof

Plauener Straße 7 (im Nachbarschaftstreff), 90491 Nürnberg  
Information: Frau Beßler und Frau Gugel, Telefon 09 11 / 5 19 27 79

## Mittagessen

Termin: jeden Dienstag und Donnerstag  
Kosten: Menü 3,50 Euro oder mit Nürnberger Pass 1,50 Euro  
Information und Anmeldung: Anmeldung spätestens einen Werktag zuvor bis 12.00 Uhr, Telefon 09 11 / 5 19 27 79

## Gemeinsames Handarbeiten

Termin: jeden Montag  
Uhrzeit: 13.30 bis 17.00 Uhr  
Kostenfrei  
Information: Frau Dennerlein, Telefon 09 11 / 51 55 45

## Smartphone Benutzung

Beratung bei Fragen und Problemen durch engagierten Schüler  
Termin: jeden Donnerstag  
Uhrzeit: 13.30 bis 15.00 Uhr  
Kostenfrei  
Information: Telefon 09 11 / 5 19 27 79

## Offener SIGENA Nachbarschaftstreff

Kaffeetrinken, Plaudern, Spielen, Nachbarn kennenlernen....  
Termin: 07.12.22, 14.12.22, 04.01.23, 11.01.23, 01.02.23, 08.02.23, 15.02.23,  
01.03.23, 08.03.23, 15.03.23, 22.03.23  
Uhrzeit: 14.00 bis 16.00 Uhr  
Kosten: 2,50 Euro



**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