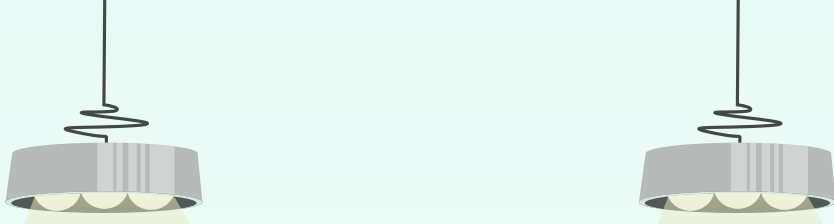


Info Lounge *plus*

Information und Begegnung





Die InfoLounge plus ist der ideale Ort für alle, die sich kurz vor oder nach dem Ruhestand befinden und gut informiert diesen neuen Lebensabschnitt gestalten möchten. Mit einem abwechslungsreichen Programm und in entspannter Atmosphäre bei Getränken und Snacks bieten wir relevante Vorträge zu wichtigen Themen:

- **„Die Rente kommt“ – Welche Schritte vor dem Ruhestand wichtig sind**
- **„Leben mit kleiner Rente“ – Tipps für finanzielle Sicherheit**
- **„Sicherheit für die Zukunft schaffen“ – Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht**
- **„Hier ist was los“ – Kultur und Freizeitangebote im Stadtteil entdecken**
- **„Kontakte knüpfen“ – Neue Leute kennenlernen durch unser „Nachbarschafts-Slow-Dating“**

Neben wertvollen Informationen steht vor allem der persönliche Austausch im Vordergrund: Treffen Sie Gleichgesinnte, teilen Sie Ihre Erfahrungen und knüpfen Sie neue Kontakte.

Informieren, vernetzen, wohlfühlen – gestalten Sie Ihren Ruhestand aktiv, gut vorbereitet und mit interessanten Begegnungen bei der InfoLounge plus!



Wir freuen uns auf Sie!

Das Projektteam der „InfoLounge plus“





Info Lounge *plus*

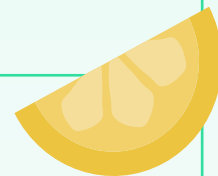
Veranstaltungsübersicht

2025

Termin	Thema	Referent*in, Ort
Januar Mo, 27.01.2025 17 Uhr	Die Rente kommt Wichtige Schritte vor dem Ruhestand	Corinna Amschler, Deutsche Rentenversicherung Nordbayern Veranstaltungsort: Institut für Psychogerontologie (Hörsaal), Kobergerstr. 62, 90408 Nürnberg
Februar Di, 25.02.2025 15 Uhr	Leben mit kleiner Rente Tipps und Hilfen für finanzielle Sicherheit	Stadt Nürnberg, Sozialamt Veranstaltungsort: Kirchengemeinde St. Matthäus, Rollnerstr. 104, 90408 Nürnberg
März Mo, 31.03.2025 14 Uhr	Sicherheit für die Zukunft schaffen Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmachten	Marit Hamer, Leben in Verantwortung e.V. Veranstaltungsort: Heinrich-Schick-Haus, Schmausengartenstr. 10, 90409 Nürnberg



Termin	Thema	Referent*in, Ort
April Fr, 25.04.2025 14 Uhr	Vorgesorgt statt fremdbestimmt Patientenverfügung	Marit Hamer (Leben in Verantwortung) Veranstaltungsort: Stift St. Martin, Grolandstr. 67, 90408 Nürnberg
Mai Di, 27.05.2025 14 bis 17 Uhr	Kontakte knüpfen Neue Leute kennenlernen im Slow Dating	Team „Slow-Dating“ Veranstaltungsort: Cafe Max Piano, Am Stadtpark 67,90409 Nürnberg
Juni Do, 26.06.2025 14 Uhr	Und wenn der Notfall eintritt? Von der Notfallmappe zum Handlungsplan	Stadt Nürnberg, Pflegestützpunkt Veranstaltungsort: Adolf-Hamburger-Heim, Arno-Hamburger-Str. 1, 90411 Nürnberg
Juli Fr, 18.07.2025 10 Uhr	Hier ist was los Kultur erleben, Freizeit gestalten – was gibt’s im Stadtteil	Infostand am Koberger Platz Veranstaltungsort: Bauernmarkt, Koberger Platz, 90408 Nürnberg
August Fr, 01.08.2025 Frühstück von 10 Uhr	Lebensfreude bewahren Wege aus Angst und Depression	Doreen Degenkolbe, Krisendienst Mittelfranken – Ruhepunkt Veranstaltungsort: Kirchengemeinde Maxfeld, Berliner Platz 20, 90489 Nürnberg



Termin	Thema	Referent*in, Ort
September Do, 18.09.2025 15 Uhr	Labyrinth des Vergessens Demenz verstehen – Angehörige unterstützen	Ursula Kukrecht , Caritas Sozialstation und Tagespflege Nürnberg-Nord e.V. Veranstaltungsort: Adolf-Hamburger-Heim, Arno-Hamburger-Str. 1, 90411 Nürnberg
Oktober Mi, 22.10.2025 17 Uhr	Was mache ich mit dem was ich kann und weiß? Ehrenamt: Neue Stärken entwickeln, Kompetenzen einbringen	Dr. Beate Wittich , Zentrum Aktiver Bürger (ZAB) Veranstaltungsort: Nachbarschaftstreff „SIGENA Nordbahnhof“, Grünewaldstr. 16c, 90408 Nürnberg
November Fr, 07.11.2025 15 Uhr	Wenn die Reise zu Ende geht Wichtige Schritte für den Abschied	Andreas Kraus , Beerdigungsinstitut Anton und Nikola Curic , Hospiz-Team Nürnberg Veranstaltungsort: Stift St. Martin, Grolandstr. 67, 90408 Nürnberg
Dezember Mi, 10.12.2025 16 Uhr	Pflegebedürftig – was nun? Unterstützung und Versorgungsmöglichkeiten kennenlernen	Stadt Nürnberg, Pflegestützpunkt Veranstaltungsort: Altenheim Hensoltshöhe, Am Stadtpark 130 (Saal 4.OG), 90409 Nürnberg



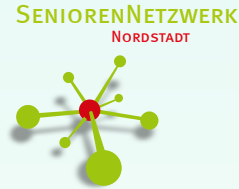
Projektteam:



NERIA
Ambulanter
Pflegedienst

Adolf
Hamburger
Heim

stsr
Stadtseniorenrat
NÜRNBERG



Mit finanzieller Unterstützung von:

Diakonie
Bayern

Modellverantwortung für das Seniorennetzwerk Nordstadt:

Diakoneo
weil wir das Leben lieben.

NÜRNBERG
Seniorenamt

Bitte anmelden unter:

Seniorennetzwerk Nordstadt
Heinrich-Schick-Haus
Schmausengartenstraße 10
90409 Nürnberg

Ansprechpartnerin: Monika Ittner
Telefon 09 11 / 30 00 3-139
Di: 15 bis 17 Uhr, Do: 9 bis 11 Uhr

E-Mail: monika.ittner@diakoneo.de

