

## Stadtteiltreffs

### Kaffeeklatsch 60+

immer am ersten Dienstag im Monat um 14 Uhr

Ort: Café max piano, Am Stadtpark 67, 90409 Nürnberg

Einfach mal Abwechslung in netter Atmosphäre können Sie in der Nürnberger Nordstadt genießen! „Kaffeeklatsch 60+“ bietet einmal monatlich einen offenen Treffpunkt am Nürnberger Stadtpark. Frau und Herr Lange sind ehrenamtlich Aktive im Seniorennetzwerk Nürnberg Nordstadt und freuen sich auf alle, die Gesellschaft und Gespräch suchen.

**Anmeldung: Familie Lange, Telefon 09 11 / 53 67 06**

### Senioren-Stammtisch 14 bis 16 Uhr

- ▷ **Montag, 27.01.20:** „Senioren im Visier von Trickbetrügereien und Dieben“ mit Kriminalhauptkommissar W. Kunze
- ▷ **Montag, 24.02.20:** **Kurzfilme** (VideoFilmClub Nürnberg)
- ▷ **Montag, 30.03.20:** „Notrufsysteme“ (Alexander Lederer, Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.)
- ▷ **Montag, 27.04.20:** „Rätsel über Rätsel“ (spannendes Rätselraten)
- ▷ **Montag, 25.05.20:** „Vorsorgevollmacht und rechtliche Betreuung“ (LiV)
- ▷ **Montag, 29.06.20:** **Reisebericht mit Bildern** „Porto, die heimliche Hauptstadt Portugals“

Ort: Heinrich-Schick-Haus, Schmausengartenstr. 10, Nürnberg

Beim Seniorenstammtisch ist immer für gute Unterhaltung gesorgt – der Alltag gerät in Vergessenheit! Für das leibliche Wohl sorgen hausgemachter Kuchen und Kaffee.

**Falls Sie einen Hol- und Bringdienst benötigen, wenden Sie sich bitte telefonisch an Frau Grunow, Telefon 09 11 / 70 46 303.**

### 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](mailto:monika.ittner@diakoneo.de)



Modellverantwortung für das  
Seniorennetzwerk Nordstadt:



Termine, Kurse, Treffs  
und Veranstaltungen  
in der Nordstadt

Veranstaltungskalender

# 2020

Januar bis Juni

SENIORENNETZWERK  
NORDSTADT



## Stadtteiltreffs

### Café Martin

Informativer und offener Stadtteiltreff in der Grolandstraße

- ▷ **Freitag, 03.01.20:** **Filmnachmittag** : „Die Herbstzeitlosen“
- ▷ **Freitag, 07.02.20:** „Freiland-Terrarium (NHG) und andere **Kurzfilme** aus Nürnberg und Umgebung mit Heinrich Schwarz
- ▷ **Freitag, 13.03.20:** **Frankenlese**  
Anette Röckl – „Neue Abenteuer mit der Kneipen-Katz“
- ▷ **Freitag, 03.04.20:** „Und plötzlich pflegebedürftig...“  
(Christel Krumwiede, Pflegestützpunkt Nbg)
- ▷ **Freitag, 08.05.20:** „Die Frauen am Bauhaus“  
(Dr. Annette Scherer, Kunsthistorikerin)
- ▷ **Freitag, 05.06.20:** „Versicherungen im Alter – welche sind **wirklich sinnvoll?**“ (Sevgi Üstüner, uniVersa-Versicherung)

**jeweils von 14 bis 16 Uhr**

Ort: Cafeteria im Stift St. Martin, Grolandstr. 67, Nürnberg

Im offenen Stadtteiltreff Café Martin trifft man Bekannte von früher und schließt neue Kontakte. Zudem bietet sich die Gelegenheit, unbekannte Seiten der Nürnberger Nordstadt kennenzulernen und Interessantes zu erfahren.

Die Räume sind barrierefrei zugänglich.



## Gesundheit und Prävention

---

### Gedächtnistraining Maxfeld

**Montag, 13. Januar, 17. Februar, 30. März, 27. April, 25. Mai, 22. Juni und 20 Juli 2020, jeweils von 14.30 bis 16 Uhr**

Evang. Gemeindehaus Maxfeld, Clubraum, Berliner Platz 20

Kursleitung: Kathrin Dirkes, Unkostenbeitrag: 4,- Euro  
Veranstaltung in Kooperation mit der Kirchengemeinde Maxfeld und unterstützt durch die Parcside-Apotheke, Nürnberg

### Sicher bewegen – Stürze vermeiden

**Mittwochvormittags, 10 bis 11.30 Uhr**

Gymnastikraum Heinrich-Schick-Haus, Schmausengartenstr. 10

Mit einfachen Hilfsmitteln und Spaß in der Gruppe trainieren Sie ihr Gleichgewicht und Ihre Muskulatur.

Kosten: 50,- Euro für 10 Termine, Schnupperstunde auf Anfrage

**Anmeldung: Seniorennetzwerk Nordstadt, Tel. 30 00 3-139**

### Tai Chi Chuan-Kurs zur Sturzvorsorge

**ab Montag, 13. Januar 2020, 15 bis 16.15 Uhr**

Speiseraum im Stift St. Martin, Grolandstr. 67, Nürnberg

Tai Chi Chuan stärkt ihren Körper mit ruhigen, fließenden Bewegungen und trainiert gleichzeitig Ihre Gangsicherheit.

Kosten: 50,- Euro für 10 Termine

**Anmeldung: Tai Chi & Qi Gong Institut,**

**Rüdiger Schramm, Tel. 09 11 / 81 71 41 3**

Veranstaltung in Kooperation mit dem Klinikum Nürnberg (Zentrum für Altersmedizin) und dem Senioren- und Pflegeheim Stift St. Martin

### Tanzkreis im Maxfeld

**Dienstagvormittags, 10 bis 12 Uhr** (nicht in den Ferien)

Evang. Gemeindehaus Maxfeld, Berliner Platz 20, Nürnberg

Beschwingte Tänze aus aller Welt, bei denen jeder (auch ohne Tanzpartner) herzlich willkommen zum Mitmachen und Mittanzen ist.

**Anmeldung: Susanne Hiemeyer, Telefon 09 11 / 240 24 45**

Veranstaltung in Kooperation mit der Kirchengemeinde Maxfeld

### Englische Kontratänze

**Montagnachmittags, 14.30 bis 16.30 Uhr** (nicht in den Ferien)

Evang. Gemeindehaus Maxfeld, Berliner Platz 20, Nürnberg

Kontratänze (Gruppentanz) für alle Tanzbegeisterten zum fröhlichen Mittanzen.

**Anmeldung: Susanne Hiemeyer, Telefon 09 11 / 240 24 45**

Veranstaltung in Kooperation mit der Kirchengemeinde Maxfeld

## Offene Veranstaltungen

---

### Spieletreff

**Sonntag, 12. und 26. Januar, 9. und 23. Februar, 8. und 22. März, 5. und 19. April, 3., 17. und 31. Mai, 14. und 28. Juni 2020, jeweils 14 Uhr**

Ort: Cafeteria im Stift St. Martin, Grolandstr. 67, Nürnberg

„Mensch ärger dich nicht!“ ... denn jeden 2. Sonntag im Monat gibt es die Möglichkeit gemeinsam einen geselligen Nachmittag mit Spielen zu verbringen. Von Gesellschafts- bis Kartenspielen, von Rommé bis Monopoly – hier findet sicher jeder etwas, was ihm Spaß macht.

**Nähere Infos: Seniorennetzwerk Nordstadt**

### „Darf ich bitten“ – Tanznachmittag

**Freitag, 17. Januar, 21. Februar, 20. März, 17. April, 15. Mai und 19. Juni 2020, jeweils von 14 bis 16 Uhr**

Ort: Cafeteria im Stift St. Martin, Grolandstr. 67, Nürnberg

Für beste Unterhaltung und gute Tanzmusik sorgt Richard Müller.  
**Der Eintritt ist frei!**

### Ausflugsfahrt in den Naturpark Frankenhöhe

**Donnerstag, 28. Mai 2020 ab 10 Uhr**

Treffpunkt: **Bushaltestelle Maxfeld** (an der U-Bahn)

In den – im Naturpark Frankenhöhe schön gelegenen Ort Diethofen führt Sie diese Ausflugsfahrt. Geplant ist nach der Besichtigung der architektonisch interessanten katholischen Kirche eine Einkehr im Gasthof Krone, die Weiterfahrt nach Ansbach mit dem Besuch der Orangerie und/oder der Möglichkeit des Spaziergangs im angrenzenden Hofgarten.

**Anmeldung und nähere Infos**

**Seniorennetzwerk Nordstadt, Telefon 09 11 / 30 00 3-139**

### Evergreens zum Mitsingen

**Donnerstag, 4. Juni 2020, 14 Uhr**

Ort: Café Zeitlos im KUNO, Wurzelbauerstr. 29, Nürnberg

Max Marcus Stadler (Akkordeon, Trigane Weltmusik) lädt ein zum beschwingten und begeisternden Mitsingnachmittag. Alle, die Spaß und Freude am gemeinsamen Singen haben sind herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei!

**Nähere Infos: Seniorennetzwerk Nordstadt**