

Veranstaltungskalender SIGENA Sündersbühl

...der Treffpunkt für alle im Stadtteil!

August, September und Oktober 2019

Selbständig und sicher mit dem Hausnotruf!

Ein Hausnotruf gibt mehr Sicherheit und Selbständigkeit im eigenen Zuhause. Frau Claudia Nitschker von den Johannitern stellt Ihnen die Vorteile eines Hausnotrufdienstes vor.

Dienstag, 6. August 2019 von 14:00 – 15:30 Uhr

Neu: Schritt für Schritt mobil – trittsicher im Alltag.

Sich gemeinsam bewegen und dabei Spaß haben.

Kurs Sturzprävention für Senioren*innen mit 10 Einheiten

Kursleitung: Dipl.-Sportökonom Bernd Seibold

jeweils am Montag von 14:15 – 15:15 Uhr ab dem 30.09.2019

(Anmeldung erforderlich, keine Teilnahmegebühr)

Dies ist ein Angebot in Kooperation mit dem Gesundheitsamt Nürnberg und dem Seniorennetzwerk St. Leonhard/Schweinau.

Neu: „Gut, gesund und günstig kochen!“

Kochgruppe SIGENA Sündersbühl mit 10 Einheiten

Kursleitung: Dipl.-Ökothrophologin Frauke Dietz-Wellhausen

jeweils am Dienstag von 11:30 – 13:30 Uhr ab dem 01.10.2019

(Anmeldung erforderlich, keine Teilnahmegebühr)

Dies ist ein Angebot in Kooperation mit dem Gesundheitsamt Nürnberg und dem Seniorennetzwerk St. Leonhard/Schweinau.

Neu: Offener Handarbeitstreff im SIGENA Sündersbühl

In geselliger Runde finden wir uns zusammen, geben uns gegenseitig Tipps und holen uns Anregungen. Keine Teilnahmegebühr. Organisatorin: Martina Schöbel, Tel. 461 00 99

jeweils am ersten und dritten Donnerstag im Monat um 17:30 Uhr ab dem 10.10.2019

Regelmäßige Veranstaltungen

Offener SIGENA-Treff für die Sündersbühler Nachbarschaft

zum Kaffeetrinken, Plaudern, Gesellschaftsspiele etc. – jeder ist willkommen!

jeden Donnerstag von 14:00 – 16:00 Uhr

Handysprechstunde

Kostenfreie und verständliche Hilfe bei der Benutzung Ihres Handys oder Tablets mit Regina Sell und Dieter Fuhr

jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat von 14:30 – 15:30 Uhr

3000 Schritte *extra*

Wir gehen in angemessenem Tempo durch die Parkwohnanlage West. Auch für die Benutzer von Rollatoren und Rollstühlen gut geeignet. Treffpunkt beim Eingang SIGENA Sündersbühl.

jeden Freitag (außer bei extremen Wetterverhältnissen) von 10:30 – 11:30 Uhr

Nähere Informationen und Anmeldungen bei:

Marion Beede

SIGENA – Koordinatorin

Bertha-von-Suttner-Straße 47

90439 Nürnberg – Sündersbühl

Tel. 0911 – 9658 4448

E-Mail. sigena@diakonie-team-noris.de

Ich freue mich auf Ihr Kommen!