



## Angebote aus dem Seniorennetzwerk im Nürnberger Süden

### **+** Beratung: Senioren-Sprechstunde in Nürnberg Herpersdorf

Um Seniorinnen und Senioren außerhalb von Katzwang einen möglichst einfachen Zugang zum Beratungsangebot zu bieten, stellt „Der Kleine Laden“ in Nürnberg-Herpersdorf (Marpergerstraße 16a, 90455 Nürnberg) seine Räumlichkeiten für eine Beratung von Seniorinnen, Senioren und deren Angehörige zur Verfügung.

**Immer am 2. Mittwoch eines Monats** ist Ines Schilling dort von **11-12 Uhr** anzutreffen (Termine: 09.09, 14.10, 11.11 und 09.12.2020).

### **+** Beratung: Internet-Treff 50+ im AWO Bürgertreff Katzwang

Sie haben Fragen oder Probleme beim Umgang mit dem eigenen Handy, Tablet, Laptop, Digitalkamera oder Navigationsgerät? Wir helfen Ihnen gerne weiter. Sascha Bluhme steht Ihnen vor Ort als Ansprechpartner zur Verfügung. **Uhrzeit: 15-17 Uhr → Termine: 11.09.; 02.10.; 06.11.**

**Bitte melden Sie sich vorab bei Frau Schilling an.**

### **+** Hilfe: Repair-Café im AWO Bürgertreff Katzwang

Am 26.09.2020 von 14-18 Uhr. **Mit verbindlicher Anmeldung bei der Koordinatorin Ines Schilling.**

### **+** Austausch: Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren in Kornburg

In Gesellschaft essen - Beisammen am Mittagstisch sitzen, anderen Menschen begegnen und neue Bekanntschaften knüpfen - unter diesem Motto startet in Kornburg der erste gemeinsame Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren. In Kooperation mit den örtlichen Gasthöfen „Weißes Lamm“ und „Grüner Baum“ können sich Seniorinnen und Senioren das Mittagessen für **9,90 €** (Hauptgericht und ein kleines alkoholfreies Getränk) unter **vorheriger Anmeldung** munden lassen.

Das erste gemeinsame Mittagessen findet am **12.10.2020 um 11:30 Uhr im „Weißen Lamm“ (Flockenstraße 2, 90455 Nürnberg) statt** und ist aus aktuellem Anlass voraussichtlich auf 10 Personen beschränkt.

**Zweiter Termin** für das gemeinsame Mittagessen ist der **12.11.2020** und findet im „Grünen Baum“ (Venatoriusstraße 7, 90455 Nürnberg) statt.

**Bitte melden Sie sich bei der Koordinatorin Ines Schilling an.**

### **+** Fit und aktiv: „Mobilitätstraining 65+“ des Post SV Nürnberg im AWO Bürgertreff Katzwang

Ziel ist es, die Selbstständigkeit von Seniorinnen und Senioren zu erhalten und zu verbessern, Stürze zu vermeiden, die Kräftigung der Muskulatur zu bewirken sowie Gleichgewichtssinn und Beweglichkeit zu fördern. Die 10 Einheiten starten **ab dem 07.10.2020** (letzter Termin ist der 09.12.2020) immer mittwochs von **9:30-10:30 Uhr**. Die Kosten belaufen sich auf 95€ (keine Mitgliedschaft erforderlich). **Eine verbindliche Anmeldung erfolgt über Frau Schilling.**

### **+** Kontakt: so erreichen Sie die Koordinatorin Ines Schilling

Bürozeiten im AWO Bürgertreff Katzwang (Johannes-Brahms-Str. 6, 90455 Nürnberg):

Mittwoch: 9-12 Uhr und Freitag 14-17 Uhr und nach Absprache (aus gegebenem Anlass bitte mit vorheriger Anmeldung):

**Tel.: 09122-1885481 und Email: [i.schilling@awo-mfrs.de](mailto:i.schilling@awo-mfrs.de)**

### **+** Urlaub der Koordinatorin: vom 17.08.-04.09.2020

Gemeinsame Modellverantwortung:



Kreisverband  
Mittelfranken-Süd



Seniorenamt