

Angebote aus dem Seniorennetzwerk im Nürnberger Süden

→ Bitte melden Sie sich für das jeweilige Angebot bei Frau Schilling an.

Digitale Sprechstunde im Nürnberger Süden:

Haben Sie Fragen rund um Ihr Smartphone, Ihren Laptop oder Ihr Tablet? Benötigen Sie Unterstützung, um z. B. Fotos zu verschicken, (Video-)Anrufe zu tätigen, SMS zu verschicken, E-Mails zu schreiben, Informationen im Internet zu suchen oder Updates zu machen?

Unser erfahrener, ehrenamtlicher Digitallotse aus Gaunhofen hilft Ihnen gerne weiter! Nach vorheriger Kontaktaufnahme mit der Koordinatorin Ines Schilling vereinbaren Sie anschließend einen individuellen Termin, kommen mit Ihrem Endgerät in die digitale Sprechstunde und lassen sich im Zweiergespräch beraten.

Erste Schritte mit Smartphone/Tablet im 1:1 Tandem für Einsteiger*innen:

Sie haben bis jetzt (fast) noch keine Erfahrung mit Smartphone, Laptop oder Tablet? Wagen Sie erste Schritte in die digitale Welt!

Für einen möglichst leichten Einstieg treffen Sie sich mit einem Digitallotsen wöchentlich im 1:1-Tandem. Gemeinsam üben Sie dabei die grundlegende Bedienung vom jeweiligen Gerät.

Zudem gibt es die Möglichkeit, zum unverbindlichen Ausprobieren ein Smartphone oder Tablet kostenfrei über das Projekt „Wege in die digitale Welt für Ältere“ des Seniorenamtes auszuleihen.

Haben Sie Interesse am Angebot „Erste Schritte mit Smartphone / Tablet im 1:1-Tandem“? Melden Sie sich gerne bei der Koordinatorin des Seniorennetzwerkes.

Ein Angebot des Seniorennetzwerks im Nürnberger Süden im Rahmen des Projektes „Wege in die digitale Welt für Ältere“ des Seniorenamtes der Stadt Nürnberg.

DigitalPakt Alter: Der Kleine Laden Herpersdorf als Treffpunkt für PC- und Internetstunden: Marpergerstraße 16a, 90455 Nürnberg (Telefon: 0911 3927260 und unter www.kleiner-laden-nbg.de)

"DigitalPakt Alter", initiiert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ), mit dem Ziel, ältere Menschen bei der digitalen Teilhabe zu unterstützen und auf geeignete Lernangebote aufmerksam zu machen, wählte und zeichnete den kleinen Laden Herpersdorf als Erfahrungsort aus. Im Kleinen Laden treffen sich regelmäßig am 1. und 3. Mittwoch im Monat von 16.00 bis 17.30 Uhr ältere Menschen zu einer PC- und Internetstunde. Herr Burtak, der Leiter des PC-Treff's, bereitet hierfür einzelne Themen vor (z.B. E-Mails schreiben, Dateien und Ordner anlegen, Urlaubsbuchung, etc.). Für eigene Themen und Fragen bleibt ebenfalls auch Raum und Zeit. Ziel ist es, selbstständig und sicher mit dem Computer/Internet etc. umzugehen.

Beratung: Internet-Treff 50+

Im AWO Bürgertreff, Johannes-Brahms-Str. 6, 90455 Nürnberg

Sie haben Fragen oder Probleme beim Umgang mit dem eigenen Handy, Tablet, Laptop, Digitalkamera oder Navigationsgerät? Wir helfen gerne weiter. Sascha Bluhme steht Ihnen vor Ort als Ansprechpartner zur Verfügung.

Termine: 30.09.2022 **Uhrzeit:** 15-17 Uhr

Anmeldung bei Frau Schilling

Unterhaltung und Genuss: Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren

In Gesellschaft essen, gemeinsam am Mittagstisch sitzen, anderen Menschen begegnen und neue Bekanntschaften knüpfen. In Kooperation mit den örtlichen Gasthöfen können sich Seniorinnen und Senioren das Mittagessen für **9,90 €** (Hauptgericht und ein kleines alkoholfreies Getränk) unter **vorheriger Anmeldung bei Frau Schilling** munden lassen.

Nächste Termine:

- Im August findet kein Mittagstisch statt
- Mittwoch, den 21.09.2022: **12 Uhr im „Grünen Baum –Blödel“**
- Mittwoch, den 19.10.2022: **12 Uhr im „Weißen Lamm“**

Anmeldung bei Frau Schilling

Tanzen 60+ mit Gerda Erlbacher (Tanzleiterin) -Tanz mit, bleib fit – Bewegung, die Spaß macht-

Im AWO Bürgertreff, Johannes-Brahms-Str. 6, 90455 Nürnberg-Katzwang

Die AWO Tanzgruppe 60 + und sucht noch interessierte Mittänzerinnen. Das Tanzen findet jeden Donnerstag von 10-11:30 Uhr im AWO Bürgertreff statt.

Jeder Tanz wird immer wieder neu eingeübt. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Grundkenntnisse sind nicht erforderlich. Kommen Sie unverbindlich vorbei oder rufen Sie an.

Gerda Erlbacher: Tel. 0911/884684

Bewegung: Tanzen im Sitzen – Sie sind interessiert?

Sitztanz wirkt sich positiv auf die kognitiven Fähigkeiten, die Reaktionszeit, die motorische Leistungsfähigkeit sowie die Balance aus. Überdies ist es ein tolles Mittel, um präventiv Demenzerkrankungen vorzubeugen. Das gesteigerte Lebensgefühl trägt darüber hinaus zu einer gesunden und stabilen psychischen Verfassung bei.

Möchten Sie sich selbst davon überzeugen, dann melden Sie sich bei mir.

Ein Kursstart wäre **(wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht ist)** nach Absprache möglich.

Kursort: nach Absprache im Pfarrheim St. Marien Katzwang, Stadtweg 36 in 90453 Nürnberg
Kursleitung: Brigitte Schmidt (ausgebildete Tanzleiterin)

Kontakt: so erreichen Sie die Koordinatorin Ines Schilling

Mittwoch: 9-12 Uhr, Freitag 13-16 Uhr und nach Absprache

Tel.: 09122-1885481 und Email: i.schilling@awo-mfrs.de

Gemeinsame Modellverantwortung:

