

Veranstaltungskalender SIGENA Sündersbühl November und Dezember 2024

Besondere Veranstaltungen:

Kochen mit dem Thermomix

Lernen Sie an einem Abend die Welt des Thermomix kennen und probieren Sie gemeinsam mit anderen Interessierten saisonale Rezepte aus. Der Kochkurs ist sowohl für Neueinsteiger*innen als auch für erprobte Thermomix Köch*innen geeignet. Bitte melden Sie sich bei der Leiterin Andrea Kirschner unter 0151 / 40 04 84 44 an.

Am 27. November 2024 um 18:00 Uhr im SIGENA Nachbarschaftstreff

SIGENA-Weihnachtsfeier

Alle SIGENA-Besucher*innen sind herzlich zur Weihnachtsfeier eingeladen. Wir lassen das Jahr gemeinsam ausklingen bei selbstgebackenen Plätzchen und warmem Punsch.

Bitte melden Sie sich bei der SIGENA-Koordinatorin an, es gibt eine begrenzte Platzzahl.

Am 10. Dezember 2024 von 14:00 bis 16:00 Uhr

Rathausbesuch im Advent

Was passiert eigentlich im Nürnberger Rathaus? Diese Frage beantwortet uns bei einer persönlichen Führung Jan Gehrke, Stadtratsmitglied für die ÖDP und Bewohner des Stadtteils St. Leonhard/Schweinau. Herr Gehrke freut sich auf unsere Fragen rund um das Nürnberger Rathaus! Anschließend schauen wir bei einer Stadtratssitzung zu und lassen den Nachmittag auf dem Christkindlesmarkt ausklingen.

Bitte melden Sie sich bei der SIGENA-Koordinatorin an. Der Besuch im Rathaus ist kostenlos, das U-Bahnticket und alle etwaigen Ausgaben auf dem Christkindlesmarkt müssen selbst bezahlt werden.

Am 11. Dezember 2024, Treffen um 13:30 Uhr im SIGENA Nachbarschaftstreff

Weihnachtsurlaub und Schließzeit des SIGENA Nachbarschaftstreffs

Vom **20. Dezember 2024 bis zum 06. Januar 2025** ist der SIGENA Nachbarschaftstreff geschlossen. In dieser Zeit befinden sich die Ehrenamtlichen und die SIGENA-Koordinatorin im Urlaub. Es finden keine Veranstaltungen und auch keine privaten Vermietungen statt.

Wir freuen uns, Sie im neuen Jahr wieder bei uns begrüßen zu dürfen.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Regelmäßige Veranstaltungen:

Offener SIGENA Treff

Kaffeetrinken, Zusammen sein, Plaudern, Gesellschaftsspiele und Vieles mehr!

Jeden **Dienstag** von 14:00 bis 16:00 Uhr

Am **10.12.** findet die diesjährige Weihnachtsfeier statt.

Digital-Café

In Kooperation mit dem Projekt „Wege in die digitale Welt für Ältere“ des Seniorenamts Nürnberg veranstalten wir ein Digital-Café für ältere Menschen. Tauschen Sie sich bei einer Tasse Kaffee oder Tee über Ihre Erfahrungen mit dem Smartphone oder Tablet aus und holen Sie sich hilfreiche Tipps von Gleichgesinnten. Unterstützt werden Sie dabei von zwei ehrenamtlichen Digitallotsen*innen, die Ihre Fragen gerne beantworten. Das Digital-Café können Sie kostenlos und ohne Anmeldung besuchen!

Jeden **3. Donnerstag im Monat** von 15:00 bis 16:00 Uhr

Nächste Termine: **21.11. und 19.12.**



Digital-Sprechstunde

In Kooperation mit dem Projekt „Wege in die digitale Welt für Ältere“ des Seniorenamtes Nürnberg veranstalten wir eine Digital-Sprechstunde für ältere Menschen. Ein ehrenamtlicher Digitallotse hilft Ihnen bei Ihren Fragen rund um Ihr Smartphone oder Tablet gerne weiter und macht Sie fit im Umgang mit digitalen Geräten. Bitte melden Sie sich bei der SIGENA-Koordinatorin an, wenn Sie die Sprechstunde besuchen möchten.

Jeden **1. Donnerstag im Monat** von 15:00 bis 18:00 Uhr

Nächster Termin: **07.11. und 05.12.**



Kurs zur Sturzprophylaxe – neuer Termin

Der Diplom-Sportökonom Bernd Seibold startet eine neue Reihe seines Bewegungskurses. Durch rumpfstabilisierendes und koordinatives Training verbessern Sie Ihre Fitness, Ihr Gleichgewicht sowie Ihre Kraft und Beweglichkeit. Der Kurs geht über 10 Termine und kostet 75€. Es kann grundsätzlich eine Erstattung durch die gesetzliche Krankenkasse erfolgen. Bitte melden Sie sich bei der SIGENA-Koordinatorin an.

Jeden Montag **ab dem 23.09.2024 bis zum 02.12.2024**

Gruppe 1: 13:45 Uhr bis 14:45 Uhr

Gruppe 2: 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Kochgruppe für Senioren*innen

Es werden gemeinsam und unter ehrenamtlicher Anleitung gesunde und günstige Rezepte gekocht. Die Teilnahme kostet 4,50€ pro Kochtag, **für Menschen mit einem Nürnberg-Pass 2,00€**. Bitte melden Sie sich bei der SIGENA-Koordinatorin an!

Jeden **Dienstag** von **10:30 bis 13:30 Uhr**

Am **22.11.** backen wir gemeinsam Plätzchen für die SIGENA-Weihnachtsfeier.

Reparaturreff

Beim Reparaturreff repariert unser ehrenamtlicher Handwerker mit Ihnen gemeinsam defekte Haushaltsgegenstände, kaputte Lampen oder andere Besitztümer. Kommen Sie mit Ihrem defekten Gegenstand zum SIGENA-Nachbarschaftstreff und leisten Sie gemeinsam mit Ihren Nachbar*innen etwas für die Nachhaltigkeit in Sündersbühl. Dies ist ein kostenloses Angebot. Für die Reparatur wird keine Haftung übernommen.

Am **15. November 2024** von **16:00 bis 18:00 Uhr**

Kostenloses Büchertauschregal

Schmökern Sie in unserem umfangreichen Bücherregal und entdecken Sie etwas Passendes für Ihre Mußestunden. Historische Romane oder Krimis, Ratgeber oder kleine Geschichten: Hier ist für jeden etwas dabei. Von Nachbarn*innen für Nachbarn*innen.

Bitte beachten Sie: Aktuell nehmen wir aus Platzmangel keine Bücherspenden auf.

Nähere Informationen und Anmeldungen bei der SIGENA-Koordinatorin Imke Kassner

SIGENA Sündersbühl
Bertha-von-Suttner-Straße 47
90439 Nürnberg – Sündersbühl

(0911) 96 58 44 48
sigena@diakonie-team-noris.de

**Dienstags und donnerstags
von 10:00 – 14:00 Uhr
oder nach Vereinbarung**