

Herzliche Einladung

an alle Bürger*innen zu unserem Programm

MittwochAktiv

Im Gemeindehaus - Am Doktorsfeld 13 - Großer Saal mit den auf der Innenseite stehenden Veranstaltungen!

Im Januar sind die guten Vorsätze noch frisch - und wir setzen sie gleich um: mit Spaß und Schwung bei MittwochAktiv.

Wir bitten zur Deckung unserer Kosten um eine Spende in Höhe von mindestens 5 € pro Vormittags- bzw. Nachmittagsbesuch.

Weitere Informationen zum Programm finden Sie in diesem Flyer, den Plakaten und auf unserer Homepage.

Über kurzfristigen Änderungen informieren wir Sie per Aushang und auf unserer Homepage www.gemeindeverein-laufamholz.de/mittwochaktiv. Hier finden Sie immer den aktuellen Stand.

Nach wie vor sind unsere Angebote grundsätzlich kostenfrei - Spenden sind erwünscht. Für die Ausflüge und Besichtigungen müssen wir einen finanziellen Eigenanteil einfordern, um entstehende Kosten zu decken. Es ist uns ein Anliegen, dass eine Teilnahme nicht aus finanziellen Gründen scheitert. Bitte wenden Sie sich bei Bedarf an die Koordinatorin Kathrin Leuner, Telefon: 0911 / 540 74 47

MittwochAktiv in Rehhof

immer montags von 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr (außer an Feiertagen und in den Ferien). Leichte Bewegung und Konzentration - bitte bequeme Kleidung tragen und Schuhe, in denen man festen Halt hat.
Ort: Cafeteria im Diakoneo Servicewohnen in Rehhof.

Termine: 12. Januar 2026 | 19. Januar 2026 | 26. Januar 2026

MittwochAktiv^{plus}: Essen und Mehr

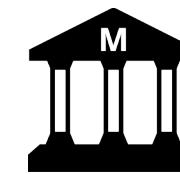


09.01.2026 ab 12:00 Uhr

Wir besuchen das **Gasthaus Weißes Ross in Oedenberg** und lassen uns mit fränkischen Spezialitäten verwöhnen.
Oedenberger Hauptstr. 2, 91207 Lauf.

Anmeldung bis spätestens 07.01.2026.

MittwochAktiv^{plus}: Kultur



16.01.2026 - 11:00 Uhr

Anlässlich des 100. Geburtstag von Oskar Koller zeigt die **Kunstvilla** eine Ausstellung mit dem Titel „Aus Freude am Malen“ des fränkischen Künstlers. Kunstvilla, Blumenstr. 17, 90402 Nürnberg..

Anmeldung bis spätestens 14.01.2026.

MittwochAktiv^{plus}: Kegeln



23.01.2026 ab 17:00 Uhr

Ort: **TSV Behringersdorf 06 e.V.**, Günthersbühler Str. 75, 90571 Schwaig-Behringersdorf - sofern Gaststätte geöffnet. Die Anzahl der Teilnehmenden ist begrenzt.

Neue Teilnehmende melden sich bitte bis Mittwoch, 21.01.2026.

Um unser Angebot auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche abzustimmen, brauchen wir Ihre Rückmeldung und Unterstützung. Bitte wenden Sie sich mit Ihren Fragen, Anregungen, Hobbys und Ideen an uns. Vermitteln Sie uns Kontakte zu Referent*innen und Themen. Als Ansprechpartnerin steht Ihnen unsere Koordinatorin Kathrin Leuner unter den unten aufgeführten Kontaktdata gern zur Verfügung.



Ebenso freuen wir uns über Mithilfe jeglicher Art!
Werden Sie aktiv!

Gern können Sie unser Projekt auch finanziell unterstützen.

Spendenkonto:

IBAN DE03 7605 0101 0001 074255
bei der Sparkasse Nürnberg

Lassen Sie uns gemeinsam an der Erreichung unseres Ziels - die Lebensqualität in Laufamholz und Rehhof zu erhalten und zu verbessern - arbeiten!

**Sie wollen aktiv werden!
Melden Sie sich bei uns.
0911 / 540 74 47**

Evang.-Lutherischer Gemeindeverein Nürnberg-Laufamholz e.V.
Moritzbergstraße 62 - 90482 Nürnberg-Laufamholz
Email: mittwochaktiv@gemeindeverein-laufamholz.de
Internet: www.gemeindeverein-laufamholz.de/mittwochaktiv

MittwochAktiv

Ort der Begegnung
in Laufamholz und Rehhof



Programm für Januar 2026

Treffpunkt-Gemeinsam aktiv
in unserem Stadtteil



Gemeindeverein Laufamholz-Rehhof

Als Sozialer Treffpunkt
von der Stadt Nürnberg
gefördert.



Programm Januar 2026

07.01.2026

Wegen Weihnachtsferien KEIN MittwochAktiv

09.01.2026 Mittwoch Aktiv^{plus}: Essen und Mehr

ab 12:00 Uhr: Wir besuchen das Gasthaus Weißes Ross in Oedenberg. Nähtere Info siehe Rückseite. Anmeldung bis spätestens Mittwoch, 07.01.2026.

14.01.2026

ab 09:00 Uhr Gemeinsames Frühstück - mit netten Gesprächen starten wir in den Tag...
10:00 Uhr Sturzprophylaxe mit Jürgen Zenner; Schnupperstunde für alle Interessierten! Endlich haben wir einen Trainer gefunden, der regelmäßig (einmal im Monat) Übungen anbietet, um das Risiko zu stürzen zu reduzieren. Wir wollen Kraft und Balance trainieren.
14:00 Uhr Geistig fit - wir spielen Karten! Alte und neue Kartenspiele fordern unsere Konzentration.
ab 15:30 Uhr Zeit für Gespräche bei Kaffee und Kuchen.

16.01.2026 Mittwoch Aktiv^{plus}: Kultur

ab 11:00 Uhr In der Kunstvilla besuchen wir die Ausstellung "Aus Freude am Malen" von Oskar Koller (siehe auch Rückseite). Anmeldung bis spätestens Mittwoch, 14.01.2026.

21.01.2026

ab 09:00 Uhr Weißwurst-Frühstück - Mit und ohne Senf
10:00 Uhr Treffen mit unserem Digital-Lotsen, Herrn Dederek: Deutsche Bahn-App - wie funktioniert sie? Wie nutze ich sie im Alltag? Für die anschließende Sprechstunde können Sie einen Termin über den Gemeindevverein vereinbaren.
14:00 Uhr Herr Danisan vom Reha-Team Schwaig stellt uns Hilfsmittel vor, die den Alltag erleichtern können. Es geht um Pflege-, Alltags- und Reha-Hilfen (Gehhilfen, Rollatoren, Toilettensitze etc.), welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen und worauf bei der Wahl zu achten ist.
ab 15:30 Uhr Zeit für Gespräche bei Kaffee und Kuchen.

Programm Januar 2026

23.01.2026 Mittwoch Aktiv^{plus}: Kegeln

ab 17:00 Uhr monatliches Kegeln beim TSV Behringersdorf 06 e.V. Nähtere Info siehe Rückseite.
Neue Teilnehmende melden sich bitte bis Mittwoch, 21.01.2026 an.

28.01.2026

9:00 Uhr Halbtagesausflug nach Altdorf

Unser heutiger Ausflug führt uns mit der S-Bahn nach Altdorf. Im Rahmen einer Stadtführung erkunden wir das liebenswerte Städtchen und hören interessante Geschichten und Anekdoten. Wir besichtigen die Stadtkirche, die einst Universitätskirche war sowie die ehemalige Universität, die Altdorfina. Anschließend kehren wir zum Mittagessen in das Restaurant „Alte Nagelschmiede“ ein. .



Foto: Buendia22, Wikimedia Commons, CC BY-SA 4.0
Kultur-Rathaus, Altdorf

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 20 Personen begrenzt.
Kosten pro Person: 15,00 €; im Preis enthalten ist die Stadtführung in Altdorf und Begleitung; Fahrscheine sind selber zu besorgen;
Verbindliche Anmeldung bis 21. Januar 2026 zwingend erforderlich; Abfahrt S-Bahn Laufamholz 9:06 Uhr, S-Bahn Rehhof 9:08 Uhr.

Wir bitten zur Deckung unserer Kosten um eine Spende in Höhe von mindestens 5,00 € pro Vormittags- bzw. Nachmittagsbesuch.

Veranstaltungsort: Evangelisches Gemeindehaus - Am Doktorsfeld 13 - Großer Saal
Anmeldungen sind ab sofort möglich unter Telefon 0911/5407447 bzw.
E-Mail: mittwochaktiv@gemeindevverein-laufamholz.de

Für einige ausgewiesene Aktivitäten ist eine Anmeldung notwendig. Alle übrigen Veranstaltungen können ohne vorherige Anmeldung besucht werden.