

Herzliche Einladung

an alle Bürger*innen zu unserem Programm

Mittwoch Aktiv

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 Vormit-
tags- 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-
ein-laufamholz.de/mittwochaktiv](http://www.gemeindeverein-laufamholz.de/mittwochaktiv). Hier finden Sie immer
den aktuellen Stand.

Nach wie vor sind unsere Angebote grundsätzlich kos-
tenfrei - 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 finanzi-
ellen Gründen scheitert. Bitte wenden Sie sich bei Be-
darf an die Koordinatorin Kathrin Leuner,
Telefon: 0911 / 540 74 47

Mittwoch Aktiv in Rehhof

immer montags von 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr (außer an Feiertagen und in den Ferien). **Leichte Bewe-
gung 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

Mittwoch Aktiv +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.

Mittwoch Aktiv +plus: Kultur



16.01.2025 - 11:00 Uhr

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

Anmeldung bis spätestens 14.01.2026.

Mittwoch Aktiv +plus: Kegeln



23.01.2026 ab 17:00 Uhr

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

**Neue Teilnehmende melden sich bitte bis Mitt-
woch, 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, Hob-
bys und Ideen an uns. Vermitteln Sie uns Kon-
takte zu Referent*innen und Themen. Als
Ansprechpartnerin steht Ihnen unsere Koordi-
natorin Kathrin Leuner un-
ter den unten aufgeführ-
ten Kontaktdaten 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 Laufam-
holz und Rehhof zu erhalten und zu verbes-
sern - 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

Mittwoch Aktiv

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. Nähere 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 anbieten wird, 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 Gemeindeverein 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 (Gehilfen, Rollatoren, Toilettensitze ec.), 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. Nähere 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 liebevolle 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 Stadt-

führung 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@gemeindeverein-laufamholz.de

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