

Herzliche Einladung

an alle Bürger*innen aus Laufamholz und Rehhof zu unserem Programm von

Mittwoch Aktiv

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

Wieder ein Programm bei dem sicherlich für jede und jeden was dabei ist. Von Musik über Sicherheit bis zu gutem Hören und Fitness. Ebenso Kaffee und Kuchen am Nachmittag mit Zeit für Gespräche.

Bitte beachten Sie die aktuell geltenden Infektionsschutzauflagen und die Hinweise auf der Innenseite. Achten Sie bitte auch auf die im Gemeindehaus ausgehängten Hygieneregeln - und vergessen Sie Ihre Maske nicht.

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



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 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 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

Mittwoch Aktiv

Ort der Begegnung
für Laufamholz und Rehhof



Programm für November 2021

Treffpunkt-Gemeinsam aktiv
in unserem Stadtteil



Programm November 2021

03.11.2021

- 09:00 Uhr **Frühstück** - Zeit gemeinsam den Mittwoch zu beginnen
- 10:00 Uhr **Tango Argentino - Rhythmus pur!** Informationen und Eindrücke von **Karl-Heinz Becker**
- 14:00 Uhr **Seele baumeln lassen - Waldspaziergang im Reichswald**
- ab 15:30 Uhr Zeit für **Gespräche bei Kaffee und Kuchen**

10.11.2021

- 09:00 Uhr **Sekt-Frühstück** - Jeder nur ein winziges Schlückchen...
- 10:00 Uhr **Gutes Hören ist Lebensqualität! Frau Krotter vom Amplifon Hörgeräte Team Mögeldorf** stellt uns Hörlösungen vor und beantwortet Fragen
- 14:00 Uhr **Sicherheit am Telefon und der Haustür - Wie schütze ich mich vor Betrug?!** **Herr Barge vom Stadt seniorenrat** informiert uns
- ab 15:30 Uhr Zeit für **Gespräche bei Kaffee und Kuchen**

17.11.2021

- 09:00 Uhr **Weißwurst-Frühstück!** Ohne Wurst nix los...
- 10:00 Uhr **Fit von Kopf bis zu den Sohlen - Gedächtnistraining für Kopf und Körper** mit **Barbara Rath**
- 14:00 Uhr **Himmlisches Basteln mit Sigrun Pompe!** Nur keine Hemmungen! Sigruns Ideen sind für jeden machbar!
- ab 15:30 Uhr Zeit für **Gespräche bei Kaffee und Kuchen**

Veranstaltungsort: Evangelisches Gemeindehaus, Am Doktorsfeld 13 - Großer Saal

24.11.2021

Abfahrt: 8:30 Uhr an der Evangelischen Kirche Heilig-Geist, Moritzbergstraße 62.

Tagesausflug mit Bus nach Donauwörth und Burg Harburg. Wir holen den für November 2020 geplanten Ausflug nach.

Beschwingt durch ein Gläschen Sekt erreichen wir gegen 10:30 Uhr Donauwörth. Dort lernen wir im Rahmen einer **historischen Stadtführung** Donauwörth kennen und besichtigen auch das berühmte **Liebfrauenmünster**. Kraft schöpfen werden wir beim Mittagessen im Goldenen Hirschen. Mit dem Bus geht es weiter zur **Burg Harburg**. Uns erwartet eine ca. 1,5 stündige Führung von der wir uns in der Burgschenke bei Kaffee und Kuchen erholen können. Voller neuer Eindrücke und geschafft fahren wir nach Hause, wo wir gegen 19:00 Uhr wieder gesund und vollzählig ankommen.

Kosten pro Person: 38,00 € inkl. Busfahrt, Eintritte, Führungen und Münsterbesichtigung;

Bitte beachten Sie, dass bereits die Anmeldung verbindlich ist und zur Zahlung der Kosten verpflichtet.

Bitte beachten Sie: Die Zahl der Teilnehmenden ist bei allen Veranstaltungen begrenzt. Eine Voranmeldung telefonisch oder per Mail ist notwendig. Während der Busfahrt und in Gebäuden ist das Tragen einer FFP2-Maske verpflichtend. Die 3G-Regel, d.h. Zutritt und Teilnahme nur mit Nachweis als Geimpfter, Genesener oder negativ Getesteter findet für alle Anwendung!!! Bitte beachten Sie auch, dass nur Personen zu den Veranstaltungen zugelassen sind, die:

- in den letzten 14 Tage **keinen** Kontakt zu einem bestätigten an COVID-19-Erkrankten hatten oder
- **keine** Symptome aufweisen, die auf eine COVID-19-Erkrankung hindeuten können oder
- **keinen Quarantänebeschränkungen** unterliegen oder
- sich **nicht** in einem Gebiet aufgehalten haben, das durch das Robert-Koch-Institut (RKI) zu einem **Hoch-Risikogebiet** ausgewiesen war oder innerhalb von 14 Tagen danach als solches ausgewiesen worden ist.