

Veranstaltungskalender SIGENA Sündersbühl Juli 2025

Besondere Hinweise:

Besuch des Germanischen Nationalmuseums

Im Rahmen eines Aktionstages in unserem Stadtteil bekommt SIGENA Besuch von einem kleinen Team der ING Bank. Nach einem Kennenlernen bei einer Tasse Kaffee fahren wir gemeinsam mit der U-Bahn zum Germanischen Nationalmuseum und beschäftigen uns dort mit dem großen Gemälde der Germania. Zum Thema „**Farben der Demokratie – warum eigentlich schwarz-rot-gold?**“ erhalten wir eine spannende und kurzweilige Führung. Nach einem Mittagessen im Museum geht es zurück zum SIGENA Nachbarschaftstreff und der Tag endet mit einem kreativen Abschluss.

Der Museumsbesuch und das Mittagessen wird freundlicherweise von der ING Bank übernommen und ist damit für alle Teilnehmenden kostenlos! Rollatoren können gerne mitgenommen werden. Alle Teilnehmenden benötigen ein eigenes gültiges U-Bahn-Ticket.

Am 15. Juli 2025 von 09:00 bis 15:30 Uhr, mit Start und Ende im SIGENA

Die Kochgruppe und der offene SIGENA Treff finden am 15. Juli nicht statt!

Bitte melden Sie sich bis zum 01. Juli bei der SIGENA-Koordinatorin an.

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 23. Juli 2025 um 18:00 Uhr im SIGENA Nachbarschaftstreff

Abschied von Imke Kassner als SIGENA-Koordinatorin

Für Imke Kassner beginnt ein neues berufliches Kapitel und es wird einen Wechsel in der SIGENA-Koordination geben. Nach fast vier Jahren voller schöner Veranstaltungen und Projekte nimmt sie Abschied von SIGENA und sagt von Herzen DANKE für diese wunderbare Zeit und das Vertrauen in ihre Arbeit.

Am Dienstag, den 22. Juli 2025 wird der letzte Arbeitstag von Imke Kassner sein.

Bis dahin erreichen Sie die SIGENA-Koordinatorin wie gewohnt im Nachbarschaftstreff.

Offener SIGENA Treff

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

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

Am **15. Juli** findet kein offener SIGENA-Treff statt!

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 22.09.2025 bis zum 01.12.2025**

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 13:00 Uhr

Am **15. Juli** findet die Kochgruppe nicht statt!

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