

## Aktionen in der Corona-Zeit

---

### Gemeinsame Spaziergänge

Rufen Sie mich an und wir vereinbaren einen Termin für einen Spaziergang im Stadtteil

---

### Balkon- und Fenstergespräche

Ich bin einmal in der Woche im Stadtteil unterwegs und unterhalte mich mit Ihnen über Ihren Balkon hinweg oder einfach aus dem Fenster heraus oder treffe Sie auf der Straße zum Plaudern.

---

### Gymnastik im Sitzen **entfällt leider derzeit**

(bis zu 10 Personen)

In einer kleinen Gruppe können Sie an der Gymnastik teilnehmen, **Voranmeldung** erforderlich, Tel. 0911 / 393634 272

---

### Nachbarschaftshilfe

Wir können Ihnen weiterhelfen, wenn Sie jemanden zum Einkaufen oder für Botengänge brauchen. Melden Sie sich einfach bei uns zu den angegebenen Bürozeiten.

---

### Kaffee-Treff (bis zu 10 Personen)

In kleinen Gruppen können Sie sich zum Kaffeetrinken und Plaudern treffen, **Voranmeldung** erforderlich, Tel. 0911 / 393634 272

Wöchentlich mit wechselnden Themen:

Gedächtnistraining-Singen-Lesungen- Spiele spielen-Gymnastik- verschiedene Vorträge- Orgel Besichtigung....und was uns sonst noch einfällt.

---

### Lauftreff Rennschnecken

1000 Schritte zusätzlich durch Gibitzenhof mit Rollator möglich. Ich freue mich auf jeden der Lust hat ein paar zusätzliche Schritte zu machen.

Termin: Jeden Mittwoch 9.00Uhr ab 4.8.21 wöchentlich, bei trockenem Wetter

Treffpunkt: SIGENA Nachbarschaftstreff, Speyerer Str.2a

## August, September, Oktober 2021

### Auch in der Corona-Krisenzeit:

Für Einzelberatungen, Formularhilfen oder einfach zum Reden ist das Büro  
Mittwoch und Freitag von 11 bis 13 Uhr Donnerstag von 14 bis 16 Uhr besetzt.  
Oder wenn die Fahne vor der Tür steht, sind Sie willkommen!

Gerne können Sie einen Beratungstermin auch per Telefon 0911 / 393634 272 oder  
Mobil 015127012576 vereinbaren.

Bettina Jurkat, [sigena-gibitzenhof@rummelsberger.net](mailto:sigena-gibitzenhof@rummelsberger.net)  
90443 Nürnberg, Speyerer Str. 2a, Eingang am Dr. Luppe Platz

---

### Bitte beachten Sie!

Es wurden bewusst keine Angaben zu Wochentagen und Uhrzeiten gemacht um  
große Menschenansammlungen zu bestimmten Zeiten zu vermeiden.

Wenn Sie sich für ein Angebot interessieren, rufen Sie mich an, Änderungen sind  
derzeit leider häufig notwendig.

**Informieren Sie sich daher bitte auch über die aktuellen Aushänge**

- 
- ✓ Bei allen Veranstaltungen besteht die Pflicht eine Mund-Nase-Bedeckung zu tragen.
  - ✓ Selbstverständlich wird in den Räumen auf den vorgeschriebenen Abstand geachtet
-

