

Aktionen in St. Leonhard

 @grow_happy_nbg



**GROW
HAPPY
NBG** 



Bouldern mit der Streetwork - Bouldern für Resilienz

Wann? Jeden 2. Freitag im Monat, 16-19 Uhr
Feb - Dez 2024

Wo? Treffpunkt: AWO Streetwork,
Phillipp-Körber-Weg 1, Nbg

Für wen? Junge Erwachsene
Zweite Zeile optional

Was? Durch Bouldern zu positiven
Selbstwirksamkeitserfahrungen

Anmeldung Ja
felix.hofmann@awo-nbg.de

Anbieter*in AWO Streetwork
Zweite Zeile optional



Spiel und Sport im Freien mit dem Post SV

Wann? Jeden 2. Dienstag, 16:30-18 Uhr
Start nach den Sommerferien: 24.09.

Wo? Turnhalle Mittelschule St. Leonhard
Treffpunkt: vor der Turnhalle

Für wen? Kinder

Was? Bewegung, Entspannung und gemeinsame
Spiele im Freien

Anmeldung Nein

Anbieter*in Post SV



Familienyoga

Wann? 1x im Monat (Termine auf Anfrage)

Wo? Kinderkrippe MIRA
Am Pferdemarkt 30, Nbg

Für wen? Eltern mit Kleinkindern

Was? Yoga und gemeinsame Entspannung

Anmeldung Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in Christina Skaper



Klettern - kenne deine Stärken

Wann? Dienstags, 14-16 Uhr
(außer in den Ferien)

Wo? Treffpunkt: Mittelschule St. Leonhard
Schweinauer Str. 20, Nbg

Für wen? Jugendliche

Was? Eigene Stärken und Grenzen kennenlernen,
Selbstvertrauen aufbauen

Anmeldung Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in Giuseppe Stein



Boxen für Selbstwirksamkeit

Wann?

ab 10.10.
donnerstags, 17.30-19.00 Uhr

Wo?

Kinder- und Jugendhaus Bertha, Bertha-von-Suttner-Str. 32, Nbg

Für wen?

Jugendliche

Was?

Selbstbehauptung, Selbstverteidigung

Anmeldung

Nein

Anbieter*in

Max Rothenberger



Elter-Kind-Yoga

Wann?

06./13./20. Dezember
Start zwischen 14.00 und 14.30 Uhr

Wo?

Kita Georgstraße
Georgstraße 22, Nbg

Für wen?

Kinder (3-6) und deren Eltern

Was?

Bewegung und Entspannung für Eltern und Kinder

Anmeldung

Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Christina Skaper



Kinderyoga in der Kinderinsel

Wann?

Freitags, 15-16 Uhr
04./11./18./25. Oktober 08./15./22./29. November

Wo?

Rückgebäude MGH Schweinau
Schweinauer Hauptstr. 31, Nbg

Für wen?

Kinder 6-10 Jahre

Was?

Yoga für Kinder - kreative Bewegung und Entspannung

Anmeldung

Ja
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in

Christina Skaper

Aktionen im Westen

 @grow_happy_nbg



Flinta*Connect

Wann? 24.11.2024, 12.01.2025, 23.02.2025

Wo? FMGZ Nürnberg
Fürther Str. 154, Nbg

Für wen? Alle FLINTA*-Personen, 18 - 25 (Frauen, Lesben, inter, non-binäre, trans und agender Personen)

Was? Psychologisch begleitete Gesprächsgruppe zu Identität, Empowerment und Awareness

Anmeldung Ja
info@fmgz-nuernberg.de

Anbieter*in FMGZ - Frauen & Mädchen
Gesundheitszentrum Nürnberg e.V.



Kunst als Safe Space für Gefühle und Gedanken

Wann? ab 01.09. (Termine folgen)

Wo? Kinder- und Jugendhaus Tetrax
Muggenhofer Str. 118, Nbg

Für wen? Jugendliche

Was? Kreatives Gruppenangebot

Anmeldung Nein

Anbieter*in Helena Merz



M.M.A.ch mal halblang

Wann? Dienstags, 17-20.30 Uhr
neue Termine folgen

Wo? Kinder- und Jugendhaus GOST
Eberhardshofstr. 10a, Nbg

Für wen? Jungen 14-21 Jahre

Was? Stärkung der emotionalen Regulation durch Boxen und Gruppengespräche

Anmeldung Nein

Anbieter*in Kinder- und Jugendhaus GOST



Let's talk!

Wann? 17.7./26.9./10.10./06.11./27.11./12.12.
19.00 Uhr

Wo? online: <https://www.treffpunkt-nbg.de/letstalk/>

Für wen? Eltern

Was? Online-Elternabend zu verschiedenen Erziehungsthemen und Austausch

Anmeldung Nein

Anbieter*in Treffpunkt e.V.



Kinderyoga im Spielhaus

Wann? ab 06.11.-18.12.
Mittwochs 14.30 Uhr

Wo? Spielhaus Gostenhof
Veit-Stroß-Platz 1, Nbg

Für wen? Kinder 6-14 Jahre

Was? Yoga für Kinder - Entspannung und Bewegung

Anmeldung Nein

Anbieter*in Nicole Zurek Yoga



Move happy!

Wann? 24.11.24/23.02.25/11.05.25

Wo? Kulturwerkstatt auf AEG
Fürther Str. 244, Nbg

Für wen? Familien

Was? Gemeinsames Bewegen mit Musik

Anmeldung Nein

Anbieter*in Kulturbüro auf AEG



Outdoor Action auf dem Jamnitzerplatz

Wann? ab dem 10.10.
immer donnerstags, 15:30-17:00

Wo? Jamnitzerplatz
Gostenhof, Nbg

Für wen? Kinder

Was? Spiele, Bewegung und Entspannung auf dem
Jamnitzerplatz

Anmeldung Nein

Anbieter*in Manufaktur für Gesundheit



Aktionen im Süden

 @grow_happy_nbg



Kreativ sein - gut fühlen

Wann? Freitags, 13:15 Uhr
08.11. - 29.11.2024

Wo? Stiftung Sozialidee,
Peter-Henlein-Str. 10, Nbg

Für wen? Kinder von 6-14 Jahren

Was? Gemeinsam kreativ werden und Entspannung finden

Anmeldung Nein. Fragen?
hallo@stiftung-sozialidee.de

Anbieter*in Stiftung Sozialidee gGmbH



Yoga im FreiRaum mit Silke

Wann? Mittwochs, 17:30-18:30
ab 16.10. bis 18.12. (außer 6.11. und 11.12.)

Wo? Im FreiRaum, Raum der Kirche St. Markus
Frankenstraße 31, Nbg

Für wen? ab 15 - 25 Jahren (gerne auch mit Eltern)

Was? Einfaches Yoga für alle; jeder Termin hat ein eigenes Thema. Yogamatten vor Ort.

Anmeldung Ja: yogamitsilke@gmail.com

Anbieter*in Silke Lange (Sozialarbeiterin B.A. & Yogalehrerin)



ElternFit - Für eine starke Zukunft der Kinder

Wann? Donnerstags von 10:00-12:00, vom 10.10.24 bis
19.12.24 (außer am 31.10.2024)

Wo? Südstadtforum, Siebenkeesstr. 4, Nbg
(separates grünes Gebäude im Innenhof)

Für wen? Eltern
(Sprachmittlern + Kinderbetreuung vor Ort)

Was? Treffen zu verschiedenen Themen, in
angenehmer Atmosphäre mit Kaffee und Tee

Anmeldung Nein

Anbieter*in AWO KV Nürnberg



Stress in der Familie - Wie helfe ich meinem Kind?

Wann? 11.10.-22.11.2024
Freitags, 15.30-17.00 Uhr (außer an Feiertagen)

Wo? Räumlichkeiten der Noris im Südstadtforum,
Siebenkeesstraße 4, 90459 Nürnberg

Für wen? Eltern

Was? Wie gehe ich mit Stress im Alltag und
Stresssituationen in der Familie um?

Anmeldung Ja:
grow-happy@stadt.nuernberg.de

Anbieter*in Cigdem Durcan



Yoga in der Südstadt

Wann?

Dienstags, 19:30-20:30
Sep-Dez

Wo?

Karma Obscura Yogastudio
Gibitzenhofstr. 62, Nbg

Für wen?

ab 18 Jahren

Was?

Ruhe und Resilienz lernen mit Vinyasa- und
Yin-Yoga

Anmeldung

Nein

Anbieter*in

Karma Obscura



Yoga in der Südstadt für junge Menschen

Wann?

Mittwochs, 19:30-20:30
ab 01.11. bis 16.04.25

Wo?

Karma Obscura Yogastudio
Gibitzenhofstr. 62, Nbg

Für wen?

ab 12 Jahren

Was?

Ruhe und Resilienz lernen mit Vinyasa- und
Yin-Yoga

Anmeldung

Nein

Anbieter*in

Karma Obscura



Skateworkshop für Mädchen

Wann?

Donnerstags, 17 - 19 Uhr
01.10. - 31.12.2024

Wo?

JugendKinderKultur Quibble
Augustenstr. 25, Nbg

Für wen?

Mädchen von 10 - 16 Jahren

Was?

Skaten und eigene Stärken entdecken

Anmeldung

Ja: j.salomon@quibble.de

Anbieter*in

JugendKinderKultur Quibble & Synesisters



Medien und Gesundheit

Wann?

Freitags, ab 13:15 Uhr
06.12.24 - 03.01.25

Wo?

Stiftung Sozialidee
Peter-Henlein-Str. 10, Nbg

Für wen?

Kinder von 6-14 Jahren

Was?

Kreatives Medienangebot zum Mitmachen,
gesunden Umgangs mit Medien erlernen

Anmeldung

Nein.
Fragen? hallo@stiftung-sozialidee.de

Anbieter*in

Stiftung Sozialidee gGmbH
