

Antwortkarte bis 12.5.2022 - Welchen Workshop möchten Sie am 21.5.22 gerne mitmachen?

Bitte schreiben Sie in den Workshop Ihrer ersten Wahl die Nr. 1 und in den Workshop Ihrer zweiten Wahl die Nr. 2.

Name, Vorname: Tel.+Mail:

- Workshop 1 **Wir singen...** mit Annette Mahlberg, Musiktherapeutin
- Workshop 2 **Wir tanzen...** mit Birgit Ritter, Line Dance Trainerin
- Workshop 3 **Wir malen...** mit Mike Deüe, Künstler
- Workshop 4 **Wir lachen...** mit Caroline Peters, Lachyogatrainerin
- Workshop 5 **Wir entspannen...** mit Birgit Blickle, Qi Gong Trainerin
- Workshop 6 **Wir bewegen...** mit Rüdiger Schramm, Tai Chi Trainer

Es gelten die aktuell gültigen Hygieneregeln.

So können Sie uns Ihre Workshopwahl mitteilen:

- Antwortkarte in ein Kuvert und per Post an Stadt Nürnberg, Seniorenamt, Stichwort: WERTVOLL-FEST, Hans-Sachs-Platz 2, 90403 Nürnberg
- Per Fax an: Stadt Nürnberg 09 11 / 2 31-5510
- Per Mail an: warmstart.aktivesalter@stadt.nuernberg.de
- Online: <https://doo.net/veranstaltung/103890/buchung>

Wir laden Sie ein zum

WERTVOLL-FEST

am Samstag, den 21.5.2022, 15-20 Uhr
Veranstaltungsort: Altes Rathaus

Danke, dass Sie für ältere Menschen ehrenamtlich aktiv sind!
An diesem Nachmittag sind wir für Sie aktiv

ab 14:30 Uhr Empfang mit Musik Hilde Pohl & Yogo Pausch

15:00 Uhr Begrüßung & Moderation
Elisabeth Ries, Referentin für Jugend, Familie und Soziales der Stadt Nürnberg
Dr. Uli Glaser, Leiter der Stabsstelle für Bürgerschaftliches Engagement der Stadt Nürnberg

15:15 Uhr „Glück im Ehrenamt“, Vortrag Prof. Dr. Karlheinz Ruckriegel

16:15 Uhr Workshops

■ **Wir singen...** mit Anette Mahlberg, Musiktherapeutin

■ **Wir tanzen...** mit Birgit Ritter, Line Dance Trainerin

■ **Wir malen...** mit Mike Deüe, Künstler

■ **Wir lachen...** mit Caroline Peters, Lachyogatrainerin

■ **Wir entspannen...** mit Birgit Blickle, Qi Gong Trainerin

■ **Wir bewegen...** mit Rüdiger Schramm, Tai Chi Trainer

17:30 Uhr Impulse aus den Workshops

ab 18:30 Uhr Flying Buffet, Smalltalk und Live-Musik mit Didschmusic

Nürnberger Arbeitskreis Engagement FÜR Senioren

AWOthek Mehrgenerationenhaus ■ Altenakademie ■ BRK Nürnberg ■ Caritas Nürnberg
Evang.-Luth. Kirche in Bayern ■ Hehanl e.V. ■ Kath. Stadtbildungswerk Nürnberg e.V. ■ Klinikum Nürnberg
Seniorenamt ■ NürnbergStift ■ Stadtseniorenrat ■ Stadtmission ■ Zentrum Aktiver Bürger ■ u.v.m.

Das **WERTVOLL-FEST** wird

gefördert durch



Warmstart
ins aktive Alter
Nürnberger Kompetenz-
& Netzwerkprogramm
für nachberufliche Tätigkeiten



DEUTSCHE STIFTUNG
FÜR ENGAGEMENT
UND EHRENAMT

Veranstalter: Stadt Nürnberg, Stabsstelle Bürgerschaftliches Engagement, Hauptmarkt 18, 90403 Nürnberg
engagiert@stadt.nuernberg.de, https://www.nuernberg.de/internet/nuernberg_engagiert/
Koordination des AK Engagement FÜR Senior:innen: Curatorium Altern gestalten.
info@alterngestalten.de, www.warmstart-aktivesalter.de, Tel. 0160-909 49 663