

“Bleib aktiv- aktiv kal” für Frauen ab 50

Unser Projekt „Bleib aktiv-aktiv kal“ ist ein offenes Angebot für ältere türkischsprachige Frauen (50 Plus). Themen rund um die Gesundheit und das Wohnen werden hier durch eine ausgebildete Altenpflegerin behandelt. Zusätzlich finden gelegentlich gemeinsame Aktionen statt.

TERMINE

1. **Freitag, 18.09.2026**
2. **Freitag, 02.10.2026**
3. **Freitag, 16.10.2026**
4. **Freitag, 30.10.2026**
5. **Freitag, 14.11.2026**
6. **Freitag, 28.11.2026**
7. **Freitag, 04.12.2026**
8. **Freitag, 18.12.2026**

UHRZEIT

10:00-12:00 Uhr
10:00-12:00 Uhr
10:00-12:00 Uhr
10:00-12:00 Uhr
10:00-12:00 Uhr
10:00-12:00 Uhr
10:00-12:00 Uhr
10:00-12:00 Uhr

Kursort:

**Denisstr. 25, 90429 Nürnberg,
Tel. 0911-26 91 76**

**Ansprechpartnerin: Demet Bal
Kursleitung: Zehra Yapici**



NÜRNBERG

Seniorenamt

**INTERNATIONALES
FRAUEN-&
MÄDCHENZENTRUM
E.V.**



**BILDUNG · BERATUNG
KOMMUNIKATION**