1. Beschreibung und Grundlage des Verfügungsfonds

Der Verfügungsfonds der Techniker Krankenkasse (TK) ist eines von mehreren Kooperationsprojekten mit Krankenkassen des Fachbereichs Gesundheitsförderung, welches im Rahmen des Förderschwerpunkts „Gesunde Kommune“ gefördert wird. Grundlage ist das Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und Prävention (PrävG) auf Grundlage des § 20 SGB V.

Besonders die Kommune spielt als Lebenswelt und Setting für die Umsetzung des PrävG eine zentrale Rolle. Bedarfe können vor Ort aufgegriffen werden, Maßnahmen können sich direkt daran orientieren und dadurch eine bessere Wirkung erzielen. Zudem können Personen, die nicht an strukturelle Settings angebunden sind, wie beispielsweise ältere Alleinlebende oder Arbeitslose, besser erreicht werden.

Der Verfügungsfonds schließt dabei eine Lücke in Nürnberg, da hiermit regionale Bedarfe niedrigschwellig und kurzfristig aufgegriffen und gedeckt werden können.

Seit 2023 wird dieses Ziel durch den von der TK bereitgestellten Verfügungsfonds verfolgt. Der Bereich Gesundheitsförderung des Gesundheitsamts Nürnberg koordiniert die Vergabe und berät Institutionen und Einrichtungen, damit kurzfristig und bedarfsgerecht Angebote und Maßnahmen im Setting Kommune entwickelt und umgesetzt werden können.

Der Verfügungsfonds kann jährlich bei der TK beantragt werden. Projekte können stets im jeweiligen Haushaltsjahr realisiert werden. Ausrichtung bei der Koordination durch den Bereich Gesundheitsförderung und –planung des Gesundheitsamts Nürnberg ist die Förderung der gesundheitlichen Chancengerechtigkeit. Freie Träger, Vereine, Verbände und auch die Stadtverwaltung selbst haben so die Möglichkeit, Projekte in Nürnberg zu realisieren, die zu 90% von der TK über diesen Verfügungsfonds finanziert werden. 10% sind von dem jeweiligen Antragsteller bzw. der Antragstellerin zu tragen.

Der Verfügungsfonds versteht sich als ein flexibles und wirkungsvolles Instrument der Engagement- und Gesundheitsförderung. Es handelt sich dabei stets um kleinere Maßnahmen, die innerhalb eines Jahres umgesetzt und schnell und unbürokratisch realisiert werden sollen.

Der Verfügungsfonds dient u.a. der Anschubfinanzierung gesundheitsförderlicher (Mikro-) Projekte. Projekte reichen dabei von kleineren Beträgen von mehreren hundert bis zu größeren Projekten mit mehreren tausend Euro. Gefördert werden können Projekte im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention wie beispielsweise:

- Angebote zur Vermittlung von Gesundheitsinformationen oder auch praktischen Fertigkeiten (z.B. Kochangebote, Bewegungsangebote …)
- Qualitätssicherung, Dokumentation und Evaluation
- Maßnahmen zur Qualifizierung z.B. von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren
- Schulungen oder Aktivitäten zur Vernetzung und Koordination wie beispielsweise der Einrichtung von Arbeitsgruppen.

Nicht darüber gefördert werden beispielsweise Individualangebote, Angebote zur Therapie, Angebote, die zu Pflichtaufgaben von Einrichtungen gehören, aber auch Investitionskosten wie Baumaßnahmen, Einrichtungsgegenstände etc.

Im Jahr 2023 standen für den Verfügungsfonds erstmalig 30.000 € für die Umsetzung von Projekten zur Verfügung. Aufgrund der erfolgreichen Umsetzung im ersten Jahr wurde der Verfügungsfonds für das Jahr 2024 auf 45.000€ erhöht. Seit 2024 wird seitens der TK jährlich diese Summe zur Verfügung gestellt. Von 2023 bis 2025 (Zahlen für 2026 stehen noch nicht zur Verfügung) konnten darüber mehr als 3.000 Personen direkt und weitere Personen über Multiplikatoreneffekte indirekt erreicht werden (s. auch 3.).

Der Verfügungsfonds wurde in verschiedenen Arbeitskreisen und Netzwerken bekannt gemacht und vorgestellt (z.B. beim Netz gegen Armut, Netzwerk der Jungen- und Männergesundheit, AG queere Jugendarbeit, Runden Tischen der Seniorenarbeit, Arbeitskreisen der Gesundheitsregion^{Plus}). Zudem wurden gezielt Kooperationspartnerinnen und -partner und koordinierende Akteurinnen und Akteure wie z.B. die Stadtteilkoordinationen oder die Seniorennetzwerkkoordinationen angesprochen.

2. Kriterien zur Förderung von Projekten

Die Projektförderungen müssen über ein durch die TK vorgegebenes Antragsformular beantragt werden. Die Beantragung wird fachlich durch den Bereich Gesundheitsförderung unterstützt und die Antragstellenden beraten. Die Anträge werden stets mit der TK abgestimmt.

Alle Angebote müssen folgende Kriterien enthalten:

1. Sie sind kostenlos für die Zielgruppe und
2. sollen möglichst im Stadtteilsetting angeboten werden.
3. Zudem soll eine Teilnahme ohne große Hürden (Anmeldung, Ausrüstung etc.) möglich sein.

Dies soll der gesundheitlichen Chancengerechtigkeit dienen.

Bevor ein Projekt genehmigt werden kann, müssen folgende Punkte im Vorhinein geklärt sein:

- ☑ **Bedarf**: Welchen Bedarf gibt es bei der Zielgruppe/der Einrichtung?
- ☑ **Ziele:** Welche Ziele werden mit dem Projekt verfolgt? (konkret, realistisch, überprüfbar)
- ☑ **Projektkonzept:** Wie soll das Projekt aufgebaut sein? (Methodik, Zeitraum, Inhalt)
- ☑ **Qualifikation Fach-/Honorarkraft:** Ist eine/mehrere ausreichend qualifizierte (gemäß GKV-Präventionsleitfaden) Fach-/Honorarkräfte vorhanden?
- ☑ **Nachhaltigkeit:** Wie kann die Nachhaltigkeit gewährleistet werden?
- ☑ **Partizipation:** Sind Vertreterinnen und Vertreter der Zielgruppe bei Projektplanung, -durchführung und –auswertung eingebunden?
- ☑ **Eigenmittel:** Welche Kosten können als 10% Eigenanteil übernommen werden?

Jedes Projekt muss anhand eines vorgegebenen Dokumentationsbogens dokumentiert werden, um Teilnahmerzahlen, Inhalte sowie Projektergebnisse zu erfassen. Zudem müssen die Projekte evaluiert werden – dafür gibt es einen vorgefertigten Feedbackbogen, der je nach Zielgruppe z. B. Kinder, Erwachsene, Personen, ohne Deutschkenntnisse, angepasst wird. Bei Gruppen, ohne Deutschkenntnisse, werden die Feedbackmethoden zielgruppengerecht angepasst.

3. Umgesetzte Projekte seit 2023

Bereits seit 2023 werden über den Verfügungsfonds erfolgreich Projekte im Bereich der Gesundheitsförderung umgesetzt (s. auch Gesundheitsausschuss 10/2024 und 10/2025).

Im Jahr **2023** konnten insgesamt **neun** Projekte genehmigt und umgesetzt werden. (Nähere Informationen dazu in Anlage A). Im ersten Jahr konnten darüber etwa 360 Personen direkt erreicht werden – viele davon in regelmäßigen Angeboten, die wöchentlich über einen längeren Zeitraum stattgefunden haben.
Es ist davon auszugehen, dass z.B. durch Multiplikatoreneffekte und die explizite Schulung von Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, bei einer deutlich höheren Personenanzahl indirekte Effekte nachzuweisen wären.

2024 wurden in **acht** genehmigten und umgesetzten Projekten insgesamt 1000 Personen ausgehend von Dokumentationen der Projektpartnerinnen und Projektpartner erreicht. Auch hier wurden die meisten Personen in regelmäßig stattfindenden Angeboten erreicht. Durch Multiplikatoreneffekte ist auch hier davon auszugehen, dass bei einer deutlich höheren Personenanzahl indirekte Effekte nachzuweisen wären.

Im Jahr **2025** wurden **14** Projekte genehmigt und umgesetzt. In diesen Projekten wurden etwa 1700 Personen direkt erreicht (davon waren etwa die Hälfte Kinder). Jugendliche wurden über die Projekte weniger erreicht. 2025 wurden der TK-Verfügungsfonds gezielt in verschiedenen Arbeitskreisen, Netzwerken und Stadtteilen (u.a. in Langwasser) vorgestellt. Es zeigte sich, dass vor allem in Stadtteilen und Einrichtungen, in welchen bereits Vorerfahrungen mit Projektanträgen über die Krankenkassen und allgemein Anträgen besteht, die Projekte deutlich schneller und einfacher umgesetzt werden können.

2026 sind bereits **18** Projekte beantragt und genehmigt worden. Zwei weitere Anträge sind noch in der Beantragung. Insgesamt wurden ca. 35 Einrichtungen, Vereine etc. in diesem Jahr zum Verfügungsfonds und einer möglichen Antragstellung beraten. Zum Teil sind die Projekte schon umgesetzt, die meisten Projekte laufen jedoch noch bis Ende des Jahres. Damit ist der Verfügungsfonds dieses Jahr bereits im August ausgeschöpft. Die Nachfrage ist dementsprechend groß – es könnten deutlich mehr Projekte umgesetzt und genehmigt werden. Dies zeigt den großen Bedarf und die Notwendigkeit an niedrigschwelligen Angeboten der Gesundheitsförderung. Es zeigt zudem, dass der Verfügungsfonds mittlerweile immer bekannter ist und aufgrund der Niedrigschwelligkeit und Option für die regionale Passgenauigkeit gut von den Kooperationspartnerinnen und -partnern angenommen wird. Diese schätzen die Fachberatung zur Antragsstellung und die somit relativ unkomplizierte und schnelle Antragstellung sowie die Möglichkeit neue Ideen und Angebote umzusetzen, um die Versorgungsstruktur zu verbessern.

Die Dokumentation und Rückmeldungen der Durchführenden sowie die der Kooperationspartnerinnen und -partner zeigen, dass die Projekte sehr gut als Anschub dienen, um „Angebote zu entwickeln und zu testen“. Da die Projekte nicht langfristig über den Verfügungsfonds finanziert werden, wird im Sinne der Nachhaltigkeit schon im Vorhinein geklärt, wie nach einer erfolgreichen Durchführung des Projekts eine Weiterfinanzierung oder Verstetigung gewährleistet werden kann. Eine sehr große Hürde für die Umsetzung und Projektbewilligung stellt zumeist die unzureichende Qualifikation der durchführenden Person(en) dar, weil diese den jeweiligen Vorgaben für das Handlungsfeld des GKV-Präventionsleitfadens zur Umsetzung des Präventionsgesetzes entsprechen müssen.

4. Ausblick – weitere Planungen

Bereits heute (Stand: 19.08.2026) gibt es zahlreiche Anfragen seitens der Kooperationspartnerinnen und -partner sowie potenzieller neuer Antragstellender zur Weiterführung des Verfügungsfonds im Jahr 2027. Die hohe Nachfrage verdeutlicht den Bedarf an einem niedrigschwelligen Förderinstrument, mit dem regionale Bedarfe der Gesundheitsförderung kurzfristig und passgenau aufgegriffen werden können. Die Erfahrungen der vergangenen Jahre zeigen zudem, dass insbesondere kleinere und innovative Projektideen durch den Verfügungsfonds erprobt werden können, die ohne eine Anschubfinanzierung häufig nicht umgesetzt würden. Gleichzeitig verfügen viele dieser Projekte über das Potenzial, bei erfolgreicher Umsetzung verstetigt und langfristig in bestehende Strukturen sowie die kommunale Gesundheitsförderung integriert zu werden.

Grundsätzlich hat die TK für 2027 Interesse an einer weiteren Zusammenarbeit mit der Stadt Nürnberg und dem Bereich Gesundheitsförderung im Rahmen des Verfügungsfonds signalisiert. Die bisherigen Erfahrungen zeigen, dass der Verfügungsfonds von den Kooperationspartnerinnen und -partnern sehr gut angenommen wird und einen wichtigen Beitrag zur Entwicklung, Erprobung und Weiterentwicklung gesundheitsförderlicher Angebote in Nürnberg leistet. Vor diesem Hintergrund erscheint eine Fortführung des Verfügungsfonds aus fachlicher Sicht sinnvoll.

Für 2027 ist jedoch derzeit noch unklar, inwieweit der Verfügungsfonds erneut beantragt werden kann. Die Beantragung und Genehmigung des Verfügungsfonds ist seitens der TK an die personellen Ressourcen zur Koordination, Fachberatung und Begleitung der Projekte geknüpft. Der § 3 des Vertrags vom 16.10.2025 zum TK-Verfügungsfonds definiert die Leistungen der Stadt Nürnberg, in welchem geregelt ist, dass die Stadt Nürnberg ausreichend personelle Ressourcen zur Verfügung stellt, um den TK-Verfügungsfonds in angemessener Weise (z. B. Fachberatung und Prüfung) zu unterstützen und zu begleiten.

Der Großteil der Stellen im Bereich Gesundheitsförderung und -planung wird derzeit über den ÖGD-Pakt finanziert und ist bis zum 31.12.2026 befristet. In der Sitzung des Gesundheitsausschusses vom 11.06.2026 wurde zuletzt über die laufende Organisationsuntersuchung des Gesundheitsamtes sowie die in diesem Rahmen vorgesehene befristete Verlängerung dieser Stellen berichtet. Eine entsprechende Entscheidung wird voraussichtlich im Personal- und Organisationsausschuss am 20.10.2026 getroffen. Mit den anstehenden Entscheidungen werden wichtige Voraussetzungen für die zukünftige personelle Absicherung des Bereichs geschaffen.

Anlage A: Darstellung der bisher umgesetzten Projekte

Nr.	Titel des Projekts	Inhalt	Zielgruppe(n)	Antragsteller
2023				
2023-01	Aufbau eines Netzwerkes & Sensibilisierung von Fachkräften	Geschlechtersensible Prävention m. Fokus auf (werdende) Eltern von Kindern mit Varianten der Geschlechtsentwicklung bzw. intergeschlechtliche Menschen	Multiplikator*innen, Fachkräfte	pro familia Nürnberg e.V.
2023-02	Junge sein - Mann werden	Jungenprojekt zur Reflektion der Rollenbilder & Gewaltprävention	Jungen	Jungenbüro des Schlupfwinkel e.V.
2023-03	Bewegung und Entspannung im Freien	Bewegungstreffs und Entspannungsangebote für alle in vier Stadtteilen	alle	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung
2023-04	Gebersdorf bewegt	Bewegungstreffs in Gebersdorf mit 2 Angeboten an unterschiedlichen Standorten	alle	ATV 1873 Frankonia Nürnberg e.V./Gesundheitsamt Nürnberg
2023-05	Yoga-Projekt für Mädchen	Angebot zur Stressbewältigung und Entspannung für unterschiedliche Altersgruppen	Mädchen	Internationales Frauen- und Mädchenzentrum
2023-06	Man-Power. Fit und stark in jedem Alter.	Bewegungsangebot für Rentner zur körperlichen Aktivierung und sozialen Interaktion	Ältere Männer	Noris Arbeit / Post SV
2023-07	Yoga für Frauen - Entspannt durch den Herbst	Bewegungsangebot für Frauen des iranischen Kulturvereins	Frauen	Iranischer Kulturverein Khayam e.V.
2023-08	Manns-Bilder	Gewaltprävention, Entspannung & Stressbewältigung, Beteiligung & Aktivierung, seelische Gesundheit	Jungs 14-18 Jahren, junge Männer von 18-25 Jahren.	Gewaltberatung Nürnberg e.V.
2023-09	Bewegung und Entspannung im Freien - im Herbst	Bewegungstreffs und Entspannungsangebote für alle in vier Stadtteilen (Fortführung Projekt 2023-03 im Herbst)	alle	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung

2024				
2024-01	Yoga für Frauen – Bewegt und entspannt durch das Jahr	Bewegungs- und Entspannungsangebot für Frauen inkl. Kinderbetreuung	Frauen aus verschiedenen Kulturkreisen	Iranischer Kulturverein Khayam e.V.
2024-02	Bohnenpower: Kleine Helden auf dem Teller	Ernährungsangebot für Alleinerziehende (und ihren Kindern) zum Kochen mit Hülsenfrüchten und Co. – Hinführung zu einer ballaststoffreichen und gesunden Ernährung	Alleinerziehende	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung & evangelische Familienbildungsstätte Gostenhof
2024-03	Bewegung und Entspannung im Freien	Bewegungs- und Entspannungsangebot an sieben unterschiedlichen Standorten in fünf Stadtteilen für alle Bewohnerinnen und Bewohner offen	alle	ATV 1873 Frankonia Nürnberg e.V./Gesundheitsamt Nürnberg
2024-04	Bewegungsspaß im Luitpoldhain	Bewegungsangebot im Freien im Luitpoldhain im Juni und Juli für Senioren und Seniorinnen im Nürnberger Süden	Senior*innen	Seniorennetzwerk Südstadt West, Noris-Arbeit (NOA) gGmbH
2024-05	Manns-Bilder – Teil II	Fortführung der Reihe von 2023, Angehende Erzieherinnen und Erzieher der Fachakademie für Sozialpädagogik werden zum Umgang mit Rollenbildern und Gewalt in ihrer täglichen Praxis sensibilisiert und geschult	Multiplikator*innen, Fachkräfte	Gewaltberatung Nürnberg e.V.
2024-06	Präventionslotsen	Schulung von ehrenamtlichen Lots*innen zu Gesundheitskompetenzen, Bewegung, Entspannung und Ernährung; Einsätze der Lots*innen in verschiedenen Einrichtungen zur Weitervermittlung der Inhalte	Menschen aus verschiedenen Kulturkreisen & mit verschiedenen Sprachkenntnissen	Frizu e.V.
2024-07	Wo wächst denn sowas?	Ernährungsprojekt für Kinder mit und ohne Behinderung zur Vermittlung von praktischem und theoretischem Ernährungswissen, inkl. Führung durch die Gärtnerei	Kinder von 6-12 Jahren	Erlebnisgärtnerei Marienbergpark, Noris Inklusion

2024-08	Achtsamkeitswochen	Verschiedene Angebote zur Achtsamkeit in der Weihnachts- und Adventszeit	Erwachsene	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung
2025				
2025-01	Kochkünstlerinnen	Vermittlung von Wissen zu gesunder und regionaler Ernährung; praktischer Baustein (Kochen mit regionalen Lebensmitteln) sowie Besuch eines Bauernhofs als weiterer Baustein	Mädchen von 6-10 & 11-16 Jahren	Internationales Frauen – und Mädchenzentrum
2025-02	Mental Gesundheit im Fokus	Mental Health First Aid Kurs (Erster Hilfe Kurs zu psychischer Gesundheit) - Workshop zur Vermittlung von Wissen zu psychischen Erkrankungen, Symptomen, Anlaufstellen etc.; Online-Workshops zu psychischer Gesundheit für Schüler*innen	Kinder und Jugendliche, ehrenamtliche Mitarbeiter	aelius Förderwerk e.V.
2025-03	Mobil und standfest im Alter	Bewegungsangebot für ältere Menschen zur Verbesserung der Standfestigkeit, Training des Gleichgewichts und der Koordination	Senior*innen	Seniorennetzwerk Südstadt West, Noris-Arbeit (NOA) gGmbH
2025-04	Bewegung und Entspannung im Freien	Bewegungs- und Entspannungsangebot an fünf unterschiedlichen Standorten in vier Stadtteilen für alle Bewohnerinnen und Bewohner offen	alle	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung
2025-05	Väter im Austausch	Gemeinsames Frühstück, inkl. moderiertem Gruppengespräch – und arbeiten zum Thema Stress und der Vaterrolle	Väter und Kinder	Gewaltberatung Nürnberg e.V. /Stadtteilhaus FiSch
2025-06	Mobil und standfest im Alter – Teil II	Fortführung Projekt 2025-03 im Herbst	Senior*innen	Seniorennetzwerk Südstadt West, Noris-Arbeit (NOA) gGmbH

2025-07	Fit for queer	Bewegungsangebote für queere Personen mit dem Post SV im Rahmen der pride weeks	Queere Personen	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung
2025-08	Mobil & standfest im Alter – in Almoshof	Bewegungsangebot für ältere Menschen zur Verbesserung der Standfestigkeit, Training des Gleichgewichts und der Koordination	Senior*innen	Seniorennetzwerk Knoblauchsland - Diakonieverein Kraftshof e.V.
2025-09	Aktiv & vital in Almoshof	Bewegungsangebot für jüngere Senior*innen zum Fithalten, Verbesserung des Gleichgewichts & der Koordination	Senior*innen	Seniorennetzwerk Knoblauchsland - Diakonieverein Kraftshof e.V.
2025-10	Tolle Knolle	Ernährungsangebot und interaktive Ausstellung für Kinder und Eltern rund um die Kartoffel	Eltern und Kinder	Museum im Koffer e.V. - Kindermuseum
2025-11	Stark und gesund im Leben - mit Wissen, Bewegung und Gelassenheit	Veranstaltungs-/Angebotsreihe rund um die Themen Gesundheitskompetenz, Ernährung, Bewegung und Entspannung (in verschiedenen Sprachen)	Menschen aus verschiedenen Kulturkreisen & mit verschiedenen Sprachkenntnissen	Frizu e.V.
2025-12	Bohnenpower für Familien - Kleine Helden auf dem Teller	Ernährungsprojekt für Eltern und deren Kinder - rund um Bohnen & Hülsenfrüchte	Eltern & Kinder	evangelische Familienbildungsstätte Gostenhof
2025-13	Achtsamkeitswochen	Verschiedene Angebote zur Achtsamkeit in der Weihnachts- und Adventszeit	Erwachsene & Kinder (Eltern-Kind-Angebote)	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung

2025-14	Aktiv & Vital in Schniegling	Bewegungsangebot für jüngere Senior*innen zum Fithalten, Verbesserung des Gleichgewichts etc.	Senior*innen	
2026				
2026-01	Mobil & standfest im Alter_in Gostenhof	Bewegungsangebot für ältere Menschen zur Verbesserung der Standfestigkeit, Training des Gleichgewichts und der Koordination	Senior*innen	Evangelische Familienbildungsstätte Gostenhof
2026-02	Bohnenpower regional - Kleine Helden auf dem Teller	Ernährungsprojekt für Eltern und deren Kinder - rund um Bohnen & Hülsenfrüchte, mit dem Fokus auf regionale Produkte	Familien	Evangelische Familienbildungsstätte Gostenhof
2026-03	Fit in St. Leonhard	Bewegungsangebot zum Training mit dem eigenen Körpergewicht zur Verbesserung der Fitness und Beweglichkeit	Erwachsene, Senior*innen	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung
2026-04	Gemeinsam Stark - Vater-Kind-Zeit zur Stärkung von Väterkompetenzen und seel. Gesundheit	Vater-Kind-Frühstück mit sozialpäd. Betreuung und Themen wie Stressbewältigung, Stärkung pers. Ressourcen, Stärkung Vater-Kind-Beziehung	Väter und ihre Kinder	Stadtteilhaus FiSch, Stadt Nürnberg, Jugendamt
2026-05	PapaZeit erleben - Räume für Väter & Kinder	Aufbau eines Treffpunkts für Väter: Vater-Kind-Frühstück mit sozialpäd. Betreuung und Themen wie Stressbewältigung, Stärkung pers. Ressourcen, Stärkung Vater-Kind-Beziehung	Väter und ihre Kinder	ev. Familienbildungsstätte

2026-06	Bewegung und Entspannung im Freien	Bewegungs- und Entspannungsangebot an sieben unterschiedlichen Standorten in fünf Stadtteilen für alle Bewohnerinnen und Bewohner offen	alle	Gesundheitsamt/Gesundheits-förderung
2026-07	Konflikte und Krisen - gesund bewältigen	Fachkräftefortbildung/Multiplikatorenschulung zum Umgang mit Stress in Konfliktsituationen	Fachkräfte im sozialen Bereich	FBF Fränkisches Bildungswerk für Friedensarbeit e.V.
2026-08	Frauen im Puls	Bewegungs- und Entspannungsangebot zur Stressbewältigung und Entlastung für Frauen zwischen Familie und Beruf	Frauen mit Migrationshintergrund	Internationales Frauen - und Mädchenzentrum
2026-09	Jugendliche und junge Erwachsene stärken - Mentale Gesundheit fördern	Online-Workshopreihe rund um das Thema Entspannung & Stress	Jugendliche und junge Erwachsene	aelius Förderwerk e.V.
2026-10	Gemeinsam in Bewegung - Aktiv gegen Osteoporose	Bewegungsangebot für Senior*innen zur Prävention von Osteoporose – Förderung von Kraft, Gleichgewicht, Koordination und Beweglichkeit	ältere Personen, Personen ab 50 Jahren	Seniorennetzwerk im Nürnberger Süden - Katzwang
2026-11	Mobil & standfest im Alter_in Gostenhof_Teil II	Bewegungsangebot für ältere Menschen zur Verbesserung der Standfestigkeit, Training des Gleichgewichts und der Koordination	Senior*innen	ev. Familienbildungsstätte
2026-12	Fit for queer	Verschiedene Bewegungs- und Entspannungsangebote für queere Personen in den pride weeks	Queere Community	Gesundheitsamt/Gesundheitsförderung

2026-13	Gemeinsam in Bewegung - Aktiv gegen Osteoporose_Teil II	Weiterführung des Angebots für Senior*innen zur Prävention von Osteoporose - Förderung von Kraft, Gleichgewicht, Koordination und Beweglichkeit	ältere Personen, Personen ab 50 Jahren	Seniorennetzwerk im Nürnberger Süden - Katzwang
2026-14	Bewegung und Entspannung im Freien_II	Erweiterung der Bewegungs- und Entspannungsangebote in zwei Stadtteilen, in einem Stadtteil (Röthenbach) explizit auch für Personen mit Bewegungs – und Sinneseinschränkungen	Erwachsene, Senior*innen	Gesundheitsamt/Gesundheits-förderung
2026-15	Aktiv & Vital - Fit bis ins hohe Alter (Bewegungsangebot in Schniegling)	Bewegungsangebot zur Verbesserung der Muskelkraft, Koordination, Beweglichkeit und Standfestigkeit-	Personen ab 60 Jahren	Seniorennetzwerk Thon/Wetzendorf/Schniegling
2026-16	Achtsam & stark - Mädchen stärken	Angebot zur Entspannung & Stressbewältigung, Stärkung der emotionalen und sozialen Entwicklung & Vermittlung von Kompetenzen für einen gesunden Umgang mit Belastungen, Stress und Konflikten	Mädchen	Internationales Frauen - und Mädchenzentrum
2026-17	Entspannt im Ehrenamt	Angebot zur Entspannung & Stressbewältigung: Alltagsausgleich, Kennenlernen von Entspannungs – und Atemtechniken etc.	Ehrenamtliche bei der ISKA	Institut für Soziale & Kulturelle Arbeit (ISKA) gGmbH
2026-18	Bewegungstreffs in der Südstadt	Bewegungstreffs im Freien an drei Standorten (Parks) in der Südstadt	Erwachsene, Senior*innen	Bildungscampus / Bildungszentrum Stadt Nürnberg- Südpunkt