



Für den **Bürgerstar 2026** wurde unsere Vorsitzende Karin Spörl mit dem Elisabeth-Verein Pottenstein nominiert. Wir würden uns freuen, wenn ihr für Karin Spörl abstimmt und somit den Verein in den Vordergrund stellt. Einfach registrieren und bis 03. Oktober abstimmen unter: <https://www.bayreuth85.de/> Hier geht's zur Abstimmung: <https://forum.bayreuth85.de/viewtopic.php?t=1021> Herzlichen Dank!

Am 30. August war unser **Musik Café** im CuraVivum Pottenstein. Unser Bernhard Bauernschmitt sorgte wieder für die musikalische Unterhaltung. Vielen Dank an Bernie und an das Personal vom CuraVivum, welches zusammen mit unserem Verein für eine große Kuchen- und Tortenauswahl gesorgt haben.

Maria Anna Terassa und Iris Rost sorgten am 2. September für die für **Bewegung im Sitzen**. Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat findet in Kirchenbirkig in der alten Schule Sportangebote und Bewegung im Sitzen statt. Dieses Sportangebot ist ideal für Senioren, Menschen mit Bürojob, zu Reha-Zwecken und für alle, die beweglich bleiben wollen. Es kann jeder kommen und mitmachen. Wir freuen uns auf euch.

Wir haben im **Helferkreis** am 2. September Frau Andrea Burgis, Kinaesthetic-Trainerin als Referentin gewinnen können. Es war ein sehr bewegender Abend mit vielen Praxisbeispielen. Es wurde erklärt, was **Kinaesthetics** ist und wie man sein eigenes Gewicht nutzen kann um z.B. einen Transfer von einem Stuhl zum anderen oder zur Unterstützung, um aus dem Auto zu kommen. Dies werden wir noch intensiver bei einem 3-Tagesseminar im Oktober üben.



Rikscha-Team: Am 2. September ist unsere Melanie ins CuraVivum eingeladen worden und sie fuhr mit einigen Bewohnern durch unser Felsenstädtchen und an der Püttlach entlang. Wieder mal mit dem Rad unterwegs zu sein, war für die Bewohner ein bereicherndes Erlebnis.

Sie hat auch am 3. September eine **Geburtsfahrt mit der Rikscha** durchgeführt. Eine Frau aus Nürnberg hat ihrer Freundin zum 82. Geburtstag eine Fahrt geschenkt, da sie nicht mehr so gut zu Fuß ist. Ein gelungenes Geburtstagsgeschenk.

Du bist gerne draußen, liebst den Kontakt mit Menschen und suchst eine besondere Tätigkeit im Ehrenamt mit Bewegung und Spaß? Dann komm in unser Team! Wir suchen **neue Rikscha-Fahrer** – Erfahrung brauchst du keine, denn wir bilden dich professionell aus. Egal ob Student/in, Rentner/in oder auf der Suche nach einem sinnvollen Ehrenamt – wir freuen uns auf dich! Mail an: Rikscha@elisabeth-verein-pottenstein.de oder Handy: 01512 50 29 198 (mit AB)

Elisabeth-Lädla:

Es gibt 5 % **Rabatt** im Lädla für alle **Besitzer einer Ehrenamtskarte** (nur gegen Vorlage beim Einkauf). Ausgenommen von der Ermäßigung sind Wanderkarten, Bücher, Elisabeth-Kaffee und CDs. Unser Lädla hat jetzt immer zusätzlich am 1. Samstag im Monat von 9.00 - 12.00 Uhr geöffnet!

Wer hat Lust einmal im Monat das Ladenteam zu unterstützen? Das Elisabeth Lädla in der Hauptstraße 3 hat Montag und Donnerstag von 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr geöffnet. Meldet euch per Mail: info@elisabeth-verein-pottenstein.de oder Handy: 0151-542 405 79 (Anrufbeantworter) ihr werdet zeitnah zurückgerufen.

Unsere kommenden Veranstaltungen:

- Freitag, 09.10.2026 um 18.00 Uhr: **Ökumenische Andacht** mit musikalischer Begleitung in der Kunigundenkirche Pottenstein mit dem Thema „Danke“
- Donnerstag, 15.10.2026 um 10.00 Uhr: **Informationsveranstaltung zum Smartphone-Kurs für Seniorinnen und Senioren** in Berners Brotzeitstüberl in Prüllsbirkig
- Samstag, 10.10.2026, Samstag 17.10.2026 und Samstag, 24.10.2026 jeweils um 09.00 - 17.00 Uhr - **Mehr Beweglichkeit erreichen. Grundkurs Kinaesthetics für pflegende Angehörige.** Ein Angebot der BARMER in Zusammenarbeit mit Andrea Burgis, Kinaesthetictrainerin und Ergotherapeutin in der alten Schule Kirchenbirkig, Lohweg 2. Der Kurs umfasst drei Samstage.
- Freitag, 04.12.2026: **Weihnachts-Cafe** im Bürgerhaus mit der Stadt Pottenstein (Seniorenbeauftragte)



Alle Neuigkeiten und Veranstaltungen im Detail gibt es kostenlos auf unserem Whats App Kanal - einfach Code scannen.