

Seniorenamt

NÜRNBERG

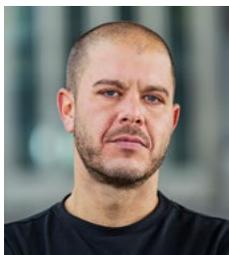
Treff Bleiweiß

# BEWEGUNG UND BEGEGNUNG

September 2024 bis Februar 2025

VERANSTALTUNGEN & KURSE

# Ihr Team im Treff Bleiweiß



**Herr Leib**  
Fachbereichsleitung



**Frau Birkel**  
Verwaltung



**Frau Herbort**  
Soz.päd. Arbeit, inhaltl.  
Veranstaltungsarbeit



**Frau Knopf**  
Soz.päd. Arbeit, inhaltl.  
Veranstaltungsarbeit



**Frau Polster**  
Haus- und Veranstal-  
tungsmanagement

## Kontakt für Anmeldungen, Kartenreservierungen und Fragen

Telefon 09 11 / 2 31-82 32 oder -82 24

E-Mail: [seniorentreffs@stadt.nuernberg.de](mailto:seniorentreffs@stadt.nuernberg.de)

Sprechzeiten: Mo, Di, Mi und Fr 9 bis 14 Uhr; Do 11 bis 14 Uhr

Kassenzeiten: Mo, Di, Mi 9 bis 13 Uhr; Do von 11 bis 13 Uhr

Das nächste Veranstaltungs- und Kursprogramm erscheint im Januar 2025.

## Bitte beachten Sie unsere Schließzeiten 2024/25

<b>Tag der Dt. Einheit</b>	03. und 04. Oktober 2024 (Donnerstag und Freitag)
<b>Allerheiligen</b>	Freitag, 01. November 2024
<b>Weihnachten 2024/25</b>	Montag, 23. Dezember 2024 bis Montag, 06. Januar 2025 (einschl.)

## Was machen wir denn heute?

... vielleicht spazieren wir durch unsere schöne Stadt, schauen uns interessante Orte, Kuriositäten oder eine Kunstausstellung an, lauschen der ein oder anderen Lesung, genießen gute Musik in guter Gesellschaft? Vielleicht informieren wir uns über Dinge, die uns umtreiben, werden nachdenklich, ernst, zuweilen auch ein bisschen albern? Und weil wir wissen, wie gut uns Bewegung und Begegnung tun, machen wir ein bisschen Sport und erweitern im kreativen Schaffen unseren Blickwinkel. Und weil man dann weniger allein ist, machen wir das gemeinsam. So sieht's aus bei uns im und ums Bleiweiß.

Fürs leibliche Wohl ist übrigens auch wieder gesorgt, denn das neue Café Bleiweiß ist ab sofort für Sie geöffnet. Simona Leyzerovich bietet neben leckeren Kaffeespezialitäten und einer Vielfalt an Kaltgetränken auch richtig guten hausgemachten Kuchen an. Und ab September wird dann aller Voraussicht nach auch wieder zu Mittag gekocht. Guten Appetit!

**Wir freuen uns auf Sie, auf Euch!**

P.S. für mehr Infos zum Café Bleiweiß bitte einmal umblättern.

## Pflegestützpunkt Nürnberg – Außenstelle Bleiweiß

**Sprechstunde jeden Donnerstag**

(außer an Schließtagen)

**von 10 bis 17 Uhr**

Telefon 09 11 / 2 31-87 880

E-Mail: [info@pflegestuezpunkt.nuernberg.de](mailto:info@pflegestuezpunkt.nuernberg.de)



## SeniorenNetzwerk Südstadt Ost

**i.d.R. Montag, Dienstag und Mittwoch**

**jeweils von 10 bis 15 Uhr**

Koordinatorin: Frau Storm

Telefon 09 11 / 37 67 85 85

E-Mail: [Anna\\_Storm@noa.nuernberg.de](mailto:Anna_Storm@noa.nuernberg.de)



# KAFFEE, KUCHEN, KÜHLE GETRÄNKE

**WIR SEHEN UNS IM CAFÉ BLEIWEIß!**

Montag–Donnerstag: 10:00–16:00 Uhr

Freitag: ..... 10:00–14:00 Uhr

Und ab September:

Mittagstisch ..... 12:00–14:00 Uhr

Café Bleiweiß im Treff Bleiweiß

Hintere Bleiweißstraße 15

90461 Nürnberg

Kontakt: [info@cafe-bleiweiss.de](mailto:info@cafe-bleiweiss.de)

# Veranstaltungsübersicht

Offene Treffs im Bleiweiß			
Mo		Offener Spielenachmittag	S. 8
Di		Offener Tischtennis-Treff	S. 8
Do		Bunte Runde der VielfAlt	S. 8
Do		Spanische und lateinamerikanische literarische Abende	S. 9
Do		Häkeln, Stricken & Co.	S. 9
Spaziergänge und Führungen			
Do	12.09.24	Der Stadtpark – die heimliche Liebe der Fürther	S. 10
Di	17.09.24	Entlang der Regensburger Straße in Zerzabelshof	S. 10
Do	26.09.24	Führung durch den „Alten Jüdischen Friedhof“ in Fürth	S. 11
Di	15.10.24	Von der Wilhelm-Späßh-Straße zum Treff Bleiweiß	S. 11
Di	05.11.24	Naturkunst im Hummelsteiner Park	S. 12
Wanderungen des Fränkischen Albvereins e.V.			
So	01.09.24	Bio Erlebnistag: Apfelsaftweinfest zum Erntebeginn	S. 13
Sa	26.10.24	Von den Höhlen im Aufseßtal zu den Höhlen im Wiesenttal	S. 13
So	17.12.24	Zum Weihnachtsmarkt auf der Burg Hoheneck	S. 14
Do	16.01.25	Von Feucht nach Winkelhaid	S. 14
Initiative „Persönliche Stadtansichten“			
Di	24.09.24	Prominenz auf dem Sockel	S. 15
Mi	25.09.24	Die Nordstadt	S. 15
Di	08.10.24	Der Sebalder Pfarrhof und das Sebalder Chörlein	S. 15
Fr	11.10.24	999 Jahre Mögeldorf	S. 16
Mi	06.11.24	St. Jakob und St. Elisabeth	S. 16
Do	07.11.24	Zerstörung und Erneuerung	S. 16
Besichtigungen			
Sa	12.10.24	Offene Probe: „Deadline oder der Roman, der nie endet!“	S. 17
Mi	30.10.24	Führung durch die Peterskirche	S. 17
Di	12.11.24	DaVinci® trifft Medizin – Robotische Chirurgie am Nordklinikum	S. 18
Do	21.11.24	Zu Besuch bei Radio Z	S. 18
Do	09.01.25	Hinter den Kulissen des Rathauses	S. 18
Theater, Kunst und Literatur			
Do	10.10.24	LeseZeit mit frieda	S. 19
Mi	06.11.24	Ausstellung der Töpfergruppe Bleiweiß	S. 19
Fr	22.11.24	Literaturcafé mit frieda – Wandel Wechsel Wortwärts...	S. 19
Di	22.10.24	Zum 151. Geburtstag von Gustav Hochstetter: „Ich und der Sekt“	S. 20
So	27.10.24	Deadline oder der Roman, der nie endet!	S. 20
Mi	13.11.24	Hin und weg & Reintreten – Lesung mit Musik	S. 21

# Veranstaltungsübersicht

## Theater, Kunst und Literatur (Fortsetzung)

Sa	07.12.24	Vorhang auf! Nur welcher? Führung im Theater rote Bühne	S. 21
Mo	20.01.25	Patchwork-Ausstellung	S. 22
Fr	31.01.25	„Der beste Kusz“ mit preisgekrönten fränkischen Songs von Peter Trappe	S. 22
Do	13.02.25	LeseZeit mit frieda	S. 19

## Freitagskonzerte

Fr	27.09.24	Dusty Walkers	S. 23
Fr	15.11.24	Die Franconian Jazzband	S. 23
Fr	17.01.25	BigYellowTaxi	S. 23

## Musik, Tanz und Unterhaltung

Sa	07.09.24	Anfänger-Schnupperstunde Tango Argentino	S. 24
Mi	16.10.24	Klaus Karl-Kraus ... fasst zam. Eine Zwischenbilanz.	S. 24
Fr	08.11.24	Caféhausmusik mit dem Singkreis Bleiweiß	S. 25
Sa	16.11.24	Tanztag im Herbst	S. 25
Mi	20.11.24	Das „Bernstein Ensemble“	S. 25
Do	21.11.24	Filmnachmittag: Natur erleben	S. 26
Fr	29.11.24	Anfänger-Schnupperstunde Tango Argentino	S. 24
Sa	14.12.24	WeihnachtsTreff zur Bleiweißen Weihnacht	S. 26
Do	19.12.24	Weihnachtsgala des Seniorenamts in der Meistersingerhalle	S. 27
Fr	20.12.24	Weihnachtsgala des Seniorenamts in der Meistersingerhalle	S. 27
Di	21.01.25	Swing-Tanzparty zu Livemusik mit Jazz Session	S. 28
So	26.01.25	Prunksitzung im Treff Bleiweiß mit der K. K. Buchnesia	S. 28
Mi	29.01.25	Filmnachmittag: Südtirol	S. 26
Fr	07.02.25	Goldsinger Vocalensemble	S. 29
Di	18.02.25	Swing-Tanzparty zu Livemusik mit Jazz Session	S. 28

## Vorträge und Workshops

Di	10.09.24	Pedelec-Fahrfertigkeitstraining mit dem ADFC	S. 30
Di	22.10.24	Das uralte Wissen des Ayurveda	S. 30
Mi	23.10.24	Zentangle® – Kreativ entspannen mit Stift und Papier	S. 31
Do	12.12.24	Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung	S. 31
Fr	10.01.25	Kreativer Schreibworkshop – für Schnuppernde und Geübte	S. 32
Fr	24.01.25	Kreativer Schreibworkshop – für Schnuppernde und Geübte	S. 32
Do	30.01.25	Wohin nur mit dem Müll? Welche Tonne ist die Richtige?	S. 32
Fr	07.02.25	Kreativer Schreibworkshop – für Schnuppernde und Geübte	S. 32

# Veranstaltungsübersicht

Tablet, Smartphone und Co.			
Di	ab 10.09.	Digitalcafé im Treff Bleiweiß (jeden 2. und 4. Dienstag im Monat)	S. 34
		<b>Die wunderbare Welt der Tablets und Smartphones</b>	S. 33
Mi	18.09.24	Grundlagenseminar 1	S. 33
Mi	25.09.24	Grundlagenseminar 2	S. 33
Mi	02.10.24	Foto und Film	S. 33
Mi	16.10.24	Navigation und Wandern.	S. 33
Mi	30.10.24	E-Books, E-Magazinen	S. 33
Mi	11.12.24	Unentbehrliche Apps	S. 33
Mi	22.01.25	Zusatzseminar Grundlagen 1	S. 33
Mi	05.02.25	Zusatzseminar Grundlagen 2	S. 33
Mi	20.11.24	Orientierung im Technik- und Preisdschungel (Teil 1)	S. 34
Mi	27.11.24	Orientierung im Technik- und Preisdschungel (Teil 2)	S. 34
Der Pflegestützpunkt Nürnberg informiert			
Do	26.09.24	Zu Hause wohnen bleiben – Möglichkeiten der Wohnungsanpassung	S. 35
Do	24.10.24	Der Entlastungsbetrag – Vortrag in russischer Sprache	S. 35
Do	28.11.24	Leistungen der Pflegeversicherung	S. 36
Do	23.01.25	Leistungen der Pflegeversicherung in russischer Sprache	S. 36
Do	27.02.25	Der Pflegestützpunkt Nürnberg und die Notfallmappe	S. 36
Im Quartier			
Di	15.10.24	„Speed Dating“ für Freundschaft und Freizeit	S. 37
Di	18.02.25	„Speed Dating“ für Freundschaft und Freizeit	S. 37
Gesund und aktiv älter werden im Stadtteil			
Mo	ab 30.09.	Männersport	S. 38
Mo	ab 30.09.	Bewegungsspaß im Bleiweiß	S. 38
Mi	13.11.24	Den Novemberblues auslachen...	S. 39
Mo		3000 Schritte-Treff: jetzt am Dutzendteich!	S. 39
Gruppen & Treffs			
		VideoFilmClub Nürnberg 50plus e.V.	S. 50
		Deutsche Rheuma-Liga, Landesverband Bayern e.V.	S. 51
		Herzsportgruppe der DJK Sparta-Noris Nürnberg	
		Senioren-gymnastik der AWO Bleiweiß-Lichtenhof	
		Töpfergruppe	
		Künstlergruppe Farbpalette	
		Singkreis	
		Digitalcafé	
		Digitale Fotogruppe DIFOG Nürnberg	
		Theosophische Arbeitsgruppe	
		Schachgruppe	
		Offene Treffs siehe Seite 5	

# Offene Treffs im Bleiweiß

## Offener Spielenachmittag

Zusammen spielen und Spaß haben, lachen, fiebern, sich ärgern und freuen. Gemeinsam mit dem Treff Bleiweiß stellt das SeniorenNetzwerk Südstadt Ost Spieleklassiker zur Verfügung. Es können aber auch gerne eigene Spiele mitgebracht werden. Wir freuen uns auf Sie! Keine feste Gruppe, Neulinge jederzeit willkommen. Zusätzlich laden an jedem zweiten Montag im Monat Studierende der TH Nürnberg Georg Simon Ohm zum gemeinsamen Ausprobieren von Videospiele und anschließendem geselligen Austausch über die Spiele ein. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



**Spieletreff: Jeden Montag, 14 bis 16 Uhr**

**Spieletreff mit Videospiele (zusätzlich): 09. September, 14. Oktober, 11. November, 09. Dezember 2024; 13. Januar, 10. Februar 2025; jeweils 14 bis 16 Uhr**

Treff Bleiweiß, Werkraum

Keine Anmeldung erforderlich.

## Offener Tischtennis-Treff

Falls Sie Lust haben, in lockerer Runde ein bisschen Zellophan über die Platte zu spielen – kommen Sie gern vorbei! Hier soll der Spaß im Vordergrund stehen, nicht der sportliche Wettkampf.

**Jeden Dienstag ab 15.45 Uhr**

(außer am 1. Oktober und zu unseren Schließzeiten, siehe Seite 2)

Treff Bleiweiß, Saal

Kontakt unter 09 11 / 2 31-82 24 oder seniorentreffs@stadt.nuernberg.de

## Bunte Runde der VielfAlt

Offene Runde zum Plaudern, Netzwerken und Diskutieren für queere Menschen.

**Jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat: 12.09., 26.09., 10.10., 24.10., 14.11., 28.11., 12.12.2024; 09.01., 23.01., 13.02., 27.02.2025 , jeweils von 14.30 bis 17 Uhr**

Treff Bleiweiß, Bistro

Kontakt: 09 11 / 2 31-83 68 oder -2 32 97, seniorentreffs@stadt.nuernberg.de



# Offene Treffs im Bleiweiß

## Spanische und lateinamerikanische literarische Abende

CECLAM – Centro Cultural Latinoamericano Alemán de Mittelfranken e.V. möchte den gedanklichen Austausch zu lateinamerikanischer und anderer Literatur fördern. Es werden Werke in Originalsprache mit deutscher Übersetzung vorgestellt und diskutiert. Anschließend kann jede\*r Teilnehmer\*in ein Lieblingsbuch vorstellen, und so den anderen Teilnehmenden neue literarische Perspektiven eröffnen.

**An jedem dritten Donnerstag im Monat, 19 bis ca. 22 Uhr: 19. September, 17. Oktober, 21. November, 19. Dezember 2024; 16. Januar, 20. Februar 2025**  
Treff Bleiweiß, Clubraum  
Kontakt: Esteban Cuya, Tel. 01 76 / 27 59 85 76; [esteban.cuya@fen-net.de](mailto:esteban.cuya@fen-net.de)

## Häkeln, Stricken & Co.

Spaß am Handarbeiten und Kreativität: Ob Anfänger\*in oder Fortgeschrittene\*r, jede\*r ist herzlich eingeladen, am Treff in geselliger Runde mit Andrea Beyerlein teilzunehmen.

**Donnerstag, 19. September, 17.+31. Oktober, 7.+21. November, 05.+19. Dezember 2024, 16.+30. Januar, 6.+20. Februar 2025; jeweils ab 14 Uhr**  
Treff Bleiweiß, Bistro



**i** Weitere regelmäßige Treffs, Gruppen und Initiativen finden Sie auf den Seiten 50 und 51 in diesem Heft.

# Spaziergänge und Führungen

## Der Stadtpark – die heimliche Liebe der Fürther

Die Fürther kennen und lieben ihn, ob zum Flanieren, zum Joggen, zum Erholen oder zum Kaffeetrinken: ihren Stadtpark. Interessant ist die wechselvolle Geschichte dieses wunderschönen Parks. Der einstige Friedhof neben der Auferstehungskirche wurde Zug um Zug zum Park ausgebaut und erhielt 1951 anlässlich einer Gartenschau seine jetzige Gestalt.

**Donnerstag, 12. September 2024, 14 bis 15.30 Uhr**

Treffpunkt: Vor der Auferstehungskirche, Eingang Nürnberger Straße 15, 90762 Fürth

Eintritt: 6 Euro (3 Euro mit Nürnberg-Pass)

Leitung: Gerda Distler

Anmeldung erforderlich.

Für Menschen mit Gehbehinderung geeignet.

## Entlang der Regensburger Straße in Zerzabelshof

Die Führung geht vom Trafohaus, dem heutigen „Burger King“ entlang des neuen Regensburger Viertels mit über 700 Wohnungen zum August-Meier-Heim und dem neuen August-Meier-Haus (inklusive einer dortigen kurzen Führung). Der Ausflug endet im Café vom August-Meier-Haus als Ausklang. Mit der Buslinie 44 direkt vor dem Haus kann man dann Richtung Hauptbahnhof fahren.

**Dienstag, 17. September 2024, 14 bis 15.15 Uhr**

Treffpunkt: an der Bushaltestelle Nürnberg Sportanlage FCN (Linie 44)

Leitung: Rainer Eck

Beitrag: 1 Euro (vor Ort zu entrichten)

Anmeldung erforderlich.

**i** Soweit nicht anders angegeben, sind alle Spaziergänge und Führungen **NICHT GEEIGNET** für Gehbehinderte und Rollstuhlfahrende.

# Spaziergänge und Führungen

## Wovon die Steine zeugen –

### Führung durch den „Alten Jüdischen Friedhof“ in Fürth

Lassen Sie sich beeindruckt von der würdevollen Stimmung dieses Orts. Viele berühmte Rabbiner wie etwa Meschullam Salman Kohn oder wohltätige Mäzene wie der Stifter der ersten Säuglingsklinik in Bayern Alfred Nathan wurden hier begraben. Die alten Grabsteine verraten viel über die lange und bewegte Geschichte der jüdischen Gemeinde in Fürth.

**Donnerstag, 26. September 2024, 14 bis 15.30 Uhr**

Treffpunkt: Schlehenstraße 4, 90792 Fürth

(Eingang zum Alten Jüdischen Friedhof)

Leitung: Gerda Distler

Eintritt: 6 Euro (3 Euro Nürnberg-Pass)

Anmeldung erforderlich.

Hinweis: Männer bitte Kopfbedeckung mitbringen!

## Von der Wilhelm-Späth-Straße zum Treff Bleiweiß

Das N-Ergie-Haus wandelt sich vom Bürokomplex zum Wohnhaus.

Ein Gasthaus mit Geschichte, ein Hochhaus für die Berufsschule ... und nach der Stadtteulführung haben Sie Gelegenheit, das neue Café Bleiweiß im Treff bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen kennenzulernen.

**Dienstag, 15. Oktober 2024, 14 bis 15 Uhr**

Treffpunkt: Am Platz der Opfer des Faschismus,  
erreichbar über die Tram-Linie 8 und Buslinie 36

Leitung: Rainer Eck

Beitrag: 1 Euro (vor Ort zu entrichten)

Anmeldung erforderlich.

# Spaziergänge und Führungen

## Naturkunst im Hummelsteiner Park

Der Herbst schenkt uns Kunst, die wir im Park sammeln. Erde, Wasser, Rinde, Blätter, Äste und Holz oder auch Schnee und Eis dienen als Material für den künstlerischen Ausdruck. Es entstehen vergängliche Kunstwerke im Hummelstein, die dort verbleiben, so lange der Wind sie nicht weiterträgt. Jeanett Mayer, Leiterin des ART90459 Atelier für Bildende Kunst (Pillenreuther Straße 44, 90459 Nürnberg) nimmt Sie mit auf einen besonderen Spaziergang durch die bunte Vielfalt der goldenen Jahreszeit.



**Dienstag, 05. November 2024, 10 bis 13 Uhr**

Treffpunkt: Eingang Hummelsteiner Park gegenüber Normannenstraße 16, 90461 Nürnberg

Eintritt: 4 Euro (2 Euro Nürnberg-Pass)

Anmeldung erforderlich.

**i** Soweit nicht anders angegeben, sind alle Spaziergänge und Führungen **NICHT GEEIGNET** für Gehbehinderte und Rollstuhlfahrende.

# Wanderungen des Fränkischen Albvereins e.V.

## Bio Erlebnistag: Apfelsaftweinfest zum Erntebeginn

Tageswanderung Oberdachstetten – Wippenau – Oberdachstetten

Der Besitzer erklärt uns die Obstmoster- und Brennerei von den Streuobstwiesen. Die Produktion beschränkt sich auf natürliche Fruchtsäfte aus heimischem Streuobst mit frisch gepresstem Apfelsaft. Auf unserem Wanderweg werden wir drei Grenzsteine aus dem 18. Jahrhundert sehen und wir kommen, während der Wanderung, an idyllischen Stellen vorbei.

### Sonntag, 01. September 2024

Treffpunkt: 10.30 Uhr Nürnberg Hauptbahnhof

Abfahrt: 10.38 Uhr (R90, Gl. 18);

umsteigen Ansbach, Abfahrt 11.11 Uhr (RE80, Gl. 3)

(Treffpunkt für Autofahrer\*innen: 11.22 Uhr Bahnhof Oberdachstetten)

Gehzeit ca. 4 Stunden, ca. 13 km; leichtes und steiles Gelände

Benötigte Fahrkarte: TTplus 10

Wanderführerin: Waltraud Bauer

Anmeldung unter Tel. 09 11 / 45 42 90 bis 27.08.2024 möglich.

## Von den Höhlen im Aufseßtal zu den Höhlen im Wiesental

Tageswanderung

Aufseß – Heckenhof – Wüstenstein – Voigendorf – Oswaldhöhle – Muggendorf

### Samstag, 26. Oktober 2024

Treffpunkt: 07.55 Uhr Nürnberg Hauptbahnhof Mittelhalle

Abfahrt: 08.10 Uhr

Gehzeit ca. 4,5 Stunden, ca. 15 km; leichtes und steiles Gelände

Benötigte Fahrkarte: TTplus 10

Wanderführer: Jürgen Lange-Tropper

Anmeldung unter Tel. 0 15 23 / 1 76 71 31, j.lange-tropper@web.de  
bis 23.10.2024 möglich.

# Wanderungen des Fränkischen Albvereins e.V.

## Zum Weihnachtsmarkt auf der Burg Hoheneck

Kurzwanderung Ipsheim – Burg Hoheneck – Ipsheim

### Sonntag, 17. Dezember 2024

Treffpunkt: 13.55 Uhr Nürnberg Hauptbahnhof

Abfahrt: 14.05 Uhr (RE10, Gl. 17) umsteigen in Neustadt a.d. Aisch Bahnhof,

Abfahrt: 14.38 Uhr (R81, Gl. 5) (Treffpunkt für Autofahrer\*innen: Ipsheim

Bahnhof 14.51 Uhr)

Gehzeit ca. 2,5 Stunden, ca. 8 km; leichtes und steiles Gelände

Bitte Taschenlampe für den Heimweg mitbringen.

Benötigte Fahrkarte: TTplus 10

Wanderführer: Siegfried Bauer, erwartet die Gruppe am Bahnsteig Gleis 17

Nürnberg Hauptbahnhof

Anmeldung unter Tel. 09 11 / 45 42 90 bis 11.12.2024 möglich.

## Von Feucht nach Winkelhaid

Tageswanderung Feucht – Winkelhaid

Wir kommen bei der Wanderung am Herrnsitz und Stammsitz der Familie Grundherr von Altenthann und Weiherhaus vorbei.

### Donnerstag, 16. Januar 2025

Treffpunkt: 09.00 Uhr Nürnberg Hauptbahnhof

Abfahrt 09.11 Uhr (S1, Gl. 3)

Gehzeit ca. 3 Stunden, ca. 11 km; leichtes und steiles Gelände

Benötigte Fahrkarte: TTplus 4

Anmeldung unter Tel. 09 11 / 45 42 90 bis 10.01.2025 möglich.

**i** Soweit nicht anders angegeben, sind alle Ausflüge, Führungen und Wanderungen **NICHT GEEIGNET für Gehbehinderte und Rollstuhlfahrende.**

# Initiative „Persönliche Stadtansichten“

## Ausgewählte Führungen

Unter dem Motto „Persönliche Stadtansichten“ zeigen die Mitglieder der Initiative bei Stadtpaziergängen und auch mit dem Fahrrad ihr persönliches Bild von Nürnberg für Interessierte aller Altersstufen.

**Keine Anmeldung erforderlich!**

Unkostenbeitrag: 4 Euro

Veranstalter: Initiative „Persönliche Stadtansichten“

### Prominenz auf dem Sockel

Nürnberg hat verschiedenen berühmten Menschen Denkmäler errichtet. Andere, die es vielleicht auch verdient hätten, sind leer ausgegangen. Wir entdecken, wem in Nürnberg ein Denkmal gewidmet wurde – und wem nicht.

**Dienstag, 24. September 2024, 14 Uhr**

Treffpunkt: Innerer Laufer Platz, Eingang zum Willstätter-Gymnasium

Leitung: Hans-Jürgen Krauß

### Die Nordstadt

Wir entdecken die Nordstadt durch die Pirkheimerstraße und über den Koberger Platz bis zum Stadtpark

**Mittwoch, 25. September 2024 14 Uhr**

Treffpunkt: Friedrich-Ebert-Platz, Ecke Archivstraße

Leitung: Peter Scharrer

### Der Sebalder Pfarrhof – ein Kleinod in der Altstadt – und das Sebalder Chörlein

Das schmucke Chörlein am Sebalder Platz und der hübsch renovierte Pfarrhof bilden eines der schönsten Ensembles des mittelalterlichen Nürnberg.

**Dienstag, 08. Oktober 2024, 16.30 Uhr**

Treffpunkt: Vor dem Sebalder Pfarrhof

Leitung: Gerda Sommer

# Initiative „Persönliche Stadtansichten“

## Ausgewählte Führungen

### 999 Jahre Mögeldorf

In einem Jahr wird Mögeldorf tausend Jahre alt. Wir sehen ehemalige Patrizierschlösschen, mehrere alte Wirtshäuser, eine Schmiede und eine Mühle auf dem Weg zum Kirchenberg mit der mehr als 600 Jahre alten Kirche St. Nikolaus und St. Ulrich.

**Freitag, 11. Oktober 2024, 16 Uhr**

Treffpunkt: Mögeldorfer Plärrer

Leitung: Peter Scharrer

### St.Jakob und St.Elisabeth

Die beiden Nachbarkirchen auf dem ehemaligen Gelände des Deutschen Ordens bilden einen reizvollen architektonischen Kontrast.

**Mittwoch, 06. November 2024, 14.30 Uhr**

Treffpunkt: Vor der Jakobskirche

Leitung: Gerda Sommer

### Zerstörung und Erneuerung

Wir entdecken reizvolle Spuren der langen wechselvollen Geschichte der Egidienkirche und des gesamten Egidienplatzes, der früher das heimliche Zentrum unserer Stadt war.

**Donnerstag, 07. November 2024, 14 Uhr**

Treffpunkt: Eingang Egidienkirche

Leitung: Hans-Jürgen Krauß

# Besichtigungen

## Offene Probe: „Deadline oder der Roman, der nie endet!“

*Ein Angebot von buehnenreiz e.V. und dem Treff Bleiweiß am Tag der offenen Tür der Stadt Nürnberg*

Der Nürnberger Amateurtheaterverein buehnenreiz e.V. lädt herzlich zur offenen Probe seiner Eigenproduktion „Deadline oder der Roman, der nie endet!“ ein. Diese einzigartige Gelegenheit bietet Ihnen einen exklusiven Blick hinter die Kulissen des kreativen Schaffens der Gruppe.

Die offene Probe findet im Saal statt und beginnt um 10 Uhr. Bis 14 Uhr haben Sie die Möglichkeit, jederzeit den Saal zu betreten und zu verlassen. Bitte achten Sie darauf, leise ein- und auszutreten, um den Probenprozess nicht zu stören.

Erleben Sie hautnah, wie das buehnenreiz-Team dieses spannende Stück inszeniert, das Ende Oktober und November 2024 im Bleiweiß aufgeführt wird. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und Ihre Neugier!

Natürlich können Sie neben der Theaterprobe auch den Treff Bleiweiß an sich besichtigen. Ein\*e Mitarbeiter\*in ist vor Ort und stellt auf Wunsch die Arbeit der Einrichtung vor.

**Samstag, 12. Oktober 2024, 10 bis 14 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Eintritt frei

Keine Anmeldung erforderlich.

## Führung durch die Peterskirche

Im Zuge der Industrialisierung wuchs die Nürnberger Südstadt immer weiter an. 1903 gehörten 36.000 evangelische Christen zur Pfarrei Sankt Peter. Da die Peterskapelle für die rasch wachsende Bevölkerung zu klein wurde, hatte man den Bau einer größeren Kirche beschlossen. Nach der Führung besteht die Möglichkeit gemeinsam in den Petzengarten einzukehren.

**Mittwoch, 30. Oktober 2024, 15 bis 16 Uhr**

Treffpunkt: Treffpunkt: Vor der Peterskirche,

Regensburger Straße 62, 90478 Nürnberg

Leitung: Gerda Sommer

Eintritt frei

Keine Anmeldung erforderlich.

## Besichtigungen

### DaVinci® trifft Medizin – Robotische Chirurgie am Nordklinikum

Aufgrund der hohen Nachfrage bieten wir diese Führung erneut an. Mit dem Operationsroboter DaVinci® ist die Chirurgie auf dem Vormarsch in eine neue Zeit. Im Fachvortrag von Prof. Dr. med. Felix Hüttner, leitender Oberarzt, erhalten wir Informationen zur Entstehung der robotischen Chirurgie sowie zu typischen Einsatzmöglichkeiten und Krankheitsbildern, die mit dieser Methode behandelt werden können. Eine Führung in den Operationssaal (bei Verfügbarkeit) schließt an den informativen Teil an.

**Dienstag, 12. November 2024, 14.30 bis 16 Uhr**

Treffpunkt: Prof.-Ernst-Nathan-Straße 1, 90419 Nürnberg, Eingangsbereich des Dr. h.c. Theo Schöller-Hauses (Glasbau, Haus 10)

Eintritt frei. **Anmeldung erforderlich!**

Für Menschen mit Gehbehinderung und Rollstuhlfahrende nicht geeignet.

### Zu Besuch bei Radio Z

Der Community-Sender Radio Z sendet seit 1987 täglich aus der Nürnberger Südstadt. Mehr als 200 ehrenamtliche Redakteur\*innen senden ein buntes, alternatives Programm aus Musik, Kultur und Politik. Chris Bellaj führt hinter die Kulissen.

**Donnerstag, 21. November 2024, 10 bis 11.30 Uhr**

Treffpunkt: Kopernikusplatz 12, 90459 Nürnberg, Rückgebäude

Beitrag: 5 Euro. **Anmeldung erforderlich!**

Für Menschen mit Gehbehinderung und Rollstuhlfahrende nicht geeignet.

### Hinter den Kulissen des Rathauses

Das alte Nürnberger Rathaus, auch genannt Wolff'scher Bau mit Historischem Rathaussaal und Lochgefängnissen gehört zur „Historischen Meile“ der Noris. Michael Kaiser erzählt von der wechselvollen Geschichte und führt uns in versteckte Räume des Renaissancebaus.

**Donnerstag, 09. Januar 2025, 15 bis 16.30 Uhr**

Treffpunkt: Eingang Rathaus ggü. Sebalduskirche, Rathausplatz 2, Nürnberg

Leitung: Michael Kaiser

Eintritt frei. **Anmeldung erforderlich!**

Für Menschen mit Gehbehinderung und Rollstuhlfahrende nicht geeignet.

# Theater, Kunst und Literatur

## LeseZeit mit frieda

Der Treff Bleiweiß freut sich sehr über die regelmäßigen Lesungen mit fränkischen Autorinnen und Autoren, die sich unterschiedlichsten Lebensthemen widmen, mal in Mundart, mal auf Hochdeutsch, mal in Gedichtform, mal in Prosa. Lassen Sie sich überraschen.

**Donnerstag, 10. Oktober 2024, 14.30 bis 16.30 Uhr**

Vortragende: Frieda Hermann und Christiane Kron-Oettner

**Donnerstag, 13. Februar 2025, 14.30 bis 16.30 Uhr**

frieda Hermann and friends

Treff Bleiweiß, Clubraum

Eintritt frei, Hutspende willkommen, keine Anmeldung erforderlich.

## Ausstellung der Töpfergruppe Bleiweiß

Die Töpfergruppe Bleiweiß präsentiert in der Vorweihnachtszeit ihre schönsten Kreationen. Ob fürs Auge und die eigenen vier Wände oder als Geschenk unter dem Weihnachtsbaum: bis Mittwoch, 04. Dezember 2024 gibt es die Werke zu bestaunen. Bei Kaufinteresse wenden Sie sich bitte an das Team des Treffs Bleiweiß.

**Mittwoch, 06. November 2024**

Treff Bleiweiß, Hobbyraum

Die Ausstellung ist während der Öffnungszeiten des Treffs Bleiweiß bis Mittwoch, 04. Dezember 2024 zu sehen; Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

## Literaturcafé mit frieda – Wandel Wechsel Wortwärts...

Poetisches und Prosaisches von und mit Frieda Hermann: In gemütlicher Café-Atmosphäre eigene Texte vorlesend, vortragend wandelnd. Wortwärts gewandt werden die Gäste von der Autorin zum Mitwirken eingeladen. Bringen Sie gerne Ihre eigenen Texte mit.

**Freitag, 22. November 2024, 14 bis 16.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Hobbyraum

Vortragende: Frieda Hermann

Beitrag: 7 Euro (inkl. 1 Tasse Kaffee und 1 Stück Kuchen); Kaffee und Kuchen können gerne vor der Veranstaltung oder in der Pause eingenommen werden. Anmeldung erforderlich.

# Theater, Kunst und Literatur

## Zum 151. Geburtstag von Gustav Hochstetter: „Ich und der Sekt“

Entdecken Sie einen zu Unrecht vergessenen jüdischen Autor, hören Sie perlende Gedichte und Lieder, frisch und modern, denen man ihr Alter von über 100 Jahren nicht anmerkt. Eva Homrighausen bereichert Sie in Vortrag und Gesang, Walter Molitor (bekannt als Miller the Killer) spielt Klavier.

**Dienstag, 22. Oktober 2024, 15 bis 16.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Beitrag: 9 Euro (4,50 Euro Nürnberg-Pass)

Anmeldung erforderlich.

## Deadline oder der Roman, der nie endet!

*Eine Eigenproduktion der Theatergruppe buehnenreiz e.V.*

„Deadline oder der Roman, der nie endet!“ ist ein emotionales Theaterstück, das die Geschichte von Julia, einer Schriftstellerin mit Schreibblockade, und ihrer Frau Sam, einer erfolgreichen Rechtsanwältin, erzählt. Das Paar, das ein fünfjähriges Kind hat, kämpft mit den Herausforderungen des Familienlebens und beruflichen Drucks. Als Georg Steinmann, Julias Verleger, sie mit einer endgültigen Frist von 14 Tagen für die Fertigstellung ihres Romans konfrontiert, droht die Situation zu eskalieren. Der Besuch von Georg und seiner Frau Elena bringt nicht nur den Druck zum Ausdruck, sondern wird auch von der ständigen Störung durch das Kind aus dem Off begleitet, was die Spannungen weiter erhöht. Das Stück erkundet die Grenzen von Kreativität, Liebe und Verpflichtungen, während die Charaktere versuchen, einen Ausweg aus ihrer Krise zu finden.

„Deadline oder der Roman, der nie endet!“ ist eine tiefgreifende Exploration der menschlichen Natur und der Kämpfe, die entstehen, wenn persönliche und berufliche Verpflichtungen kollidieren. Es lädt das Publikum ein, sich mit den Charakteren zu identifizieren und ihre eigenen Lebenserfahrungen zu reflektieren.

**Sonntag, 27. Oktober 2024, 15 bis 16.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Beitrag: 5 Euro

Anmeldung erforderlich.

Reservierungen behalten bis 20 Minuten vor Beginn der Vorführung ihre Gültigkeit..

# Theater, Kunst und Literatur

## Hin und weg & Reintreten – Lesung mit Musik

*Streifzug zu besonderen Orten in und um Nürnberg mit Jo Seuß (Text) und Heinrich Hartl (Piano)*

Orte mit dem gewissen Etwas spürt der Autor Jo Seuß mit Leidenschaft auf. Der Journalist war über 35 Jahre für die Nürnberger Nachrichten tätig. Seuß hat nicht nur Nürnberg, sondern auch Fürth und Erlangen sowie das Gebiet rund um Nürnberg in der Reihe „111 Orte, die man gesehen haben muss“ unter die Lupe genommen. In den Büchern findet sich ein besonderer Mix an Attraktionen, die von bedeutend über versteckt und spannend bis skurril reichen. Lesungen von Jo Seuß bieten abwechslungsreiche Streifzüge unter dem Motto „Hin und weg“. Dazu gehören auch Kostproben aus dem REINTRETEN!-Fahrradbuch, das im Mai 2023 einen Zukunftspreis der Stadt Fürth erhielt und im Frühjahr 2024 in einer aktualisierten Neuauflage erschienen ist. Jo Seuß liest mit dem Pianisten Heinrich Hartl, der die Texte mit Soundbildern vertieft.

**Mittwoch, 13. November 2024, 18 bis 20 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Beitrag: 10 Euro

Keine Anmeldung erforderlich.

## Vorhang auf! Nur welcher? Führung im Theater rote Bühne

Julia Kempken – Schauspielerin, Sängerin und Tänzerin – gründete 2006 das Theater rote Bühne. Heute finden hier rund 100 Vorstellungen im Jahr statt, größtenteils Eigenproduktionen wie Komödien, dokumentarische Dramen, Revuen, Konzerte und die überregional erfolgreichen Burlesque Shows. In einer sehr persönlichen Führung durch dieses besondere Kleinkunsttheater in der ehemaligen Blechspielzeugfabrik erzählt Julia Kempken über ihre Beweggründe sowie die Geschichte des Ortes. Neben interessanten Einblicken gibt sie eine Kostprobe ihrer Kunst und entführt gesanglich und mit Stepptanz in die Zeit des „Hot Jazz“ und der Swingmusik.

**Samstag, 07. Dezember 2024, 12 Uhr und 13 Uhr (Dauer jeweils ca. 90 Min.)**

Treffpunkt: Theater rote Bühne,

Vordere Cramergasse 11 (im Innenhof), 90478 Nürnberg

Die erste Führung endet mit dem Showprogramm, die zweite Führung beginnt mit dem Showprogramm, deshalb überschneiden sich beide Führungen von 13 bis 13.30 Uhr.

Der Eintritt ist kostenlos, maximal 22 Teilnehmer\*innen pro Führung.

Bitte anmelden unter [info@rote-buehne.com](mailto:info@rote-buehne.com) oder 09 11 / 40 22 13

Weitere Informationen: [www.rote-buehne.de](http://www.rote-buehne.de)

# Theater, Kunst und Literatur

## Patchwork-Ausstellung

Patchwork ist ein Kunsthandwerk, das in vielen Ländern schon vor langer Zeit ausgeübt wurde. Heute ist es hauptsächlich in Amerika dekorativer und nützlicher Bestandteil des täglichen Lebens. Die unendlichen Möglichkeiten mit der Vielfalt der Stoffe, der Farben und Muster, lassen viele schöne Dinge entstehen. Das sind Tagesdecken, Wandbehänge, Krabbeldecken, Kissen, Taschen, Tischdecken und vieles mehr.

**Ab Montag, 20. Januar 2025**

Die Ausstellung ist während der Öffnungszeiten des Treffs Bleiweiß bis Freitag, 28. Februar 2025 zu sehen.

Treff Bleiweiß, Galerie

Künstlerin: Barbara Bibel

Eintritt frei

Keine Anmeldung erforderlich.



## „Der beste Kusz“ mit preisgekrönten fränkischen Songs von Peter Trappe

*Kooperation mit der Alten-Akademie Nürnberg e.V.*

Mundartdichter Fitzgerald Kusz stellt seinen neuesten Gedichtband ‚Der beste Kusz‘ vor. Die schönsten Gedichte aus 50 Jahren seines Schaffens werden von Peter Trappe, Nürnberger Sing- und Songwriter, musikalisch begleitet. Ein Nachmittag voller hintergründigem Witz und Humor in fränkischem Dialekt erwartet Sie!

**Freitag, 31. Januar 2025, 15 bis 16.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Eintritt frei

Keine Anmeldung erforderlich.

Veranstalterin: Alten-Akademie Nürnberg e.V.

# Freitagskonzerte

## der Alten-Akademie Nürnberg e.V.

### Dusty Walkers

Staubiger Americana trifft kratzigen Blues, Country und natürlich Rock'n'Roll. Es baut sich das flimmernde Klangbild eines fränkischen Death Valley auf, welches gleich hinter Nürnberg beginnt. Mal puristisch, mal fett: Auf der Bühne geben die Dusty Walkers nicht nur Vollgas, hier zählen auch die leisen Töne.

Alle fünf Musiker sind alte Hasen aus artgerechter regionaler Haltung: Ute Reckhardt (Vocals, Harmonika), Heinz Christ (Gitarre, Vocals), Stephan Stöcker (Gitarre), Andy Dorn (Bass), Gerhard Kenner aka Kenni (Drums).

**Freitag, 27. September 2024, 15 bis 17 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

### Die Franconian Jazzband

Eine feste Größe in unserem Musikprogramm ist die Band, die sich den Old-Time-Jazz des New Orleans zu Beginn des 20. Jahrhunderts verschrieben hat. Ihr Erfolg resultiert aus ihrer Spielfreude, der Virtuosität und dem Temperament, die in besonderer Kreativität und musikalischem Individualismus zum Ausdruck kommen.

**Freitag, 15. November 2024, 15 bis 17 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

### BigYellowTaxi

BigYellowTaxi verarbeiten ihre Lieblings-Swing-, Pop-, Soul- und Rock'n'Roll-Schätze von Nat King Cole, Chuck Berry, The Queen, Eric Clapton, Stevie Wonder, Bill Withers, Michael Jackson, Sting, und anderen Künstlern der letzten hundert Jahre liebevoll augenzwinkernd zu oft überraschenden Arrangements mit Raum für Improvisation und viel Gelegenheit zum genussvollen Lauschen, Mitsingen und Tanzen. Fan-Zitat: „Bei denen kriegt man einfach gute Laune!“

Hendrik Dikhoff (Piano, Vocals), Mike Fix (Gitarre, Vocals), Andreas Müller (Bass, Vocals) und Shep Riedel (Drums, Vocals).

**Freitag, 17. Januar 2025, 15 bis 17 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

# Musik, Tanz und Unterhaltung

## Anfänger-Schnupperstunde Tango Argentino

Wer schon immer mal Tango Argentino kennenlernen wollte und dafür auf die richtige Gelegenheit gewartet hat, darf sich freuen: auf einen Schnupperkurs, der behutsam die Tür zum Tango Argentino öffnet. Für Menschen mit tänzerischer Neugier und ohne Tango-Erfahrung gibt es hier Einblicke und erste Schritte, die Lust machen sollen ... auf Bewegung, Tiefgang und Lebensfreude in diesem wundervoll sinnlichen Paartanz. Im Tango gibt es eine führende und eine folgende Person – diese Rollen sind jedoch nicht geschlechterabhängig, eine Anmeldung paarweise ist deshalb nicht nötig. Der Schnupperkurs dauert eine Stunde, daran schließt sich die Neolonga „go tango nuevo!“ an. Dort wird Tango Nuevo getanzt, eine Variante des traditionellen Tangos, auf moderne Musik. Wer mag, kann gerne bleiben, um noch mehr Tangoluft zu schnuppern. Es freuen sich DJane floora und Ernst Lehmann als Tanzlehrer.

**Samstag, 07. September und 29. November 2024,  
jeweils von 20 bis 23.59 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Beitrag: 5 Euro

Keine Anmeldung erforderlich.

## Klaus Karl-Kraus ... fasst zam. Eine Zwischenbilanz.

*Kooperation mit der Alten-Akademie Nürnberg e.V.*

In seinem neuen Kabarett-Programm zieht Klaus Karl-Kraus eine Zwischenbilanz. Es ist keine Abrechnung. Es ist die Summe eines immer künstlerischen und immer den Menschen zugewandten Lebens. Und da kommt ganz schön was zusammen: Die Erfahrung als Marketingdirektor eines Bankinstituts, der Groove als Musiker, die Spielfreude des Sportreporters und der kritische Blick des Kabarettisten. Und schließlich die Erlebnisse als Hochschuldozent und Coach. Klaus Karl-Kraus ruht immer in sich, aber er tritt nie auf der Stelle. Immer auf dem Weg, immer neue Ideen.

**Mittwoch, 16. Oktober 2024, 15 bis 16.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Eintritt frei

Keine Anmeldung erforderlich.

# Musik, Tanz und Unterhaltung

## Caféhausmusik mit dem Singkreis Bleiweiß

Die Caféhausmusik im Bleiweiß – begleitet von Helmut Betzelt am Akkordeon – ist ein beliebter Treffpunkt für alle, die gerne singen, die einfach der Musik lauschen oder einen bunten Nachmittag in netter Gesellschaft genießen möchten. Durch den Nachmittag führt Christine Ziegerer. Liedtexte stehen zur Verfügung.

**Freitag, 08. November 2024, 14 bis 16.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Cafeteria

Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

## Tanztag im Herbst

Mit Tanzleiterin Christa Frohse genießen Sie beschwingte Musik und einfache Bewegungsabläufe bei Tänzen aus Europa und Amerika. Getanzt wird zu zweit oder in der Runde. Vorkenntnisse sind von Vorteil.

**Samstag, 16. November 2024, 10 bis 16 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Beitrag: 6 Euro, keine Anmeldung erforderlich.

## Das „Bernstein Ensemble“

*Eine Veranstaltung der SeniorenNetzwerke Südstadt Ost und Südstadt West*



Lassen Sie sich von den Klängen einer Epoche verzaubern in der der Bernstein als „Edelstein“ hoch im Kurs war – dem ausgehenden 19. Jahrhundert bis in die 30er Jahre des 20. Jahrhunderts hinein. Der Ursprung dieses Genres der unterhaltenden Musik liegt im Salon, dem Stolz jedes großbürgerlichen Haushaltes. Hier empfing man seine Gäste, hier stellte man seinen meist üppigen Geschmack zur Schau, man pflegte gehobene Konversation und frönte einem genussreichen Lebensstil. Zu diesem Umfeld gehörte natürlich auch die entsprechende Musik: eine, die unterhält, schmeichelt, nicht tief dringen muss, aber geistvoll ist.

**Mittwoch, 20. November 2024, 15 bis 17 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Eintritt: 7 Euro (3,50 Euro Nürnberg-Pass)

Telefonische Anmeldung und Information über Anna Storm (Kordinatorin des SeniorenNetzwerks Südstadt Ost), Tel. 09 11 / 37 67 85 85 ab sofort möglich; reservierte Karten liegen ab 14 Uhr bis 20 Minuten vor Beginn zur Abholung an der Tageskasse bereit.

# Musik, Tanz und Unterhaltung

## Filmnachmittage

*Mit freundlicher Unterstützung des VideoFilmClubs 50+ unter Leitung von Hans-Werner Müller*

## Natur erleben

Klaus Belschner stellt einige seiner Werke vor: Alter Kanal im Wandel der Jahreszeiten – Filmische Beobachtungen der Natur am Ludwig-Donau-Main-Kanal im Wandel des Jahres. Yellowstone – Ein Reisebericht aus dem ältesten Nationalpark der USA. Mein Freund der Baum – Die Lebensgeschichte eines Baumes über den Zeitraum von 75 Jahren. Blühende Jahreszeiten – Farbenfreudige Blüten erfreuen das menschliche Auge das ganze Jahr. Allerlei Viecherei – Tierbeobachtungen mit einem gehörigen Schuss Humor.

**Donnerstag, 21. November 2024, 14 bis 15.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

## Südtirol

Urlaub in Südtirol – Der goldene Herbst rund um Meran mit abwechslungsreichen Ausflügen. Südtirol im Frühling – Aus dem blühenden Vinschgau nach Kastelruth und auf die Seiser Alm und andere schöne Ecken Südtirols.

**Mittwoch, 29. Januar 2025, 14 bis 15.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

## WeihnachtsTreff zur Bleiweißen Weihnacht

Offenes Beisammensein im WeihnachtsTreff Bleiweiß mit verschiedenen Angeboten von Akteur\*innen des Hauses; Kunstverkauf der künstlerischen Gruppen und Kurse; musikalische Untermalung durch die Musikgruppe Bleiweiß; Fotoausstellung und -verkauf, Weihnachtsdeko-Tauschbasar; Glühwein, Punsch und Spekulatius ... weihnachtliche Stimmung garantiert!

Am Ruth-Schloss-Platz veranstalten unsere Freunde vom Kunst- und Kurhaus Kata-na e.V. an diesem Tag übrigens ihr weihnachtliches Straßenfest „Bleiweiße Weihnacht“. Um 18 Uhr gehen wir gesammelt nach drüben zum gemeinsamen Singen.

**Samstag, 14. Dezember 2024, 13 bis 20 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

# ANMELDEFORMULAR FÜR KURSE

Kursprogramm ab Seite 40

Zur Anmeldung bitte heraustrennen,  
ausgefüllt und unterzeichnet  
zurücksenden an:

Treff Bleiweiß  
Hintere Bleiweißstr. 15  
90461 Nürnberg

oder per Mail als Scan / Foto an:  
[seniorentreffs@stadt.nuernberg.de](mailto:seniorentreffs@stadt.nuernberg.de)

**Bei Bedarf bitte heraustrennen.**

## Seniorenamt

Zur **Kursanmeldung** bitte bis ausgefüllt und unterzeichnet zurücksenden an:

*Treff Bleiweiß*  
*Hintere Bleiweißstr. 15*  
*90461 Nürnberg*

oder als Scan an [seniorentreffs@stadt.nuernberg.de](mailto:seniorentreffs@stadt.nuernberg.de)

## Anmeldung im Kurssemester Herbst/Winter 2024/25 des Treffs Bleiweiß/Heilig-Geist

1. KURS

EVTL. 2. KURS

Kursnummer:

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Kursbezeichnung:

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Wochentag:

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Uhrzeit:

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Kursleitung:

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_



## Verbindliche Anmeldung [erforderliche Angaben sind mit Stern\* gekennzeichnet]

\* Vor- und Nachname in Blockschrift (bitte gut lesbar)

---

E-Mail-Adresse (falls vorhanden) \_\_\_\_\_

Telefonnummer (für Rückfragen) \_\_\_\_\_

\* Lastschriftinzugermächtigung zum Einzug der Kursgebühren bereits erteilt?

Ja

Nein  (falls nein, bitten wir um persönliche Anmeldung im Treff Bleiweiß)

**Hiermit melde ich mich verbindlich und kostenpflichtig unter Anerkennung der Teilnahmebedingungen (siehe Kursprogrammheft) für die Teilnahme am oben genannten Kurs an.** Zu Ihrer Information: Es werden grundsätzlich keine Anmeldebestätigungen versandt. Wir kontaktieren Sie nur bei Rückfragen oder falls eine Anmeldung nicht möglich ist (etwa weil die maximale Teilnehmeranzahl bereits erreicht war).

\*Ort, Datum \_\_\_\_\_

\*Unterschrift \_\_\_\_\_

---



# Datenschutzhinweis zur Kursanmeldung bei den Seniorentreffs Bleiweiß und Heilig-Geist

**Verantwortlich für die Datenerhebung:** Stadt Nürnberg,  
Amt für Senioren und Generationenfragen,  
Hans-Sachs-Platz 2, 90403 Nürnberg, Telefon: 09 11 / 2 31-67 01

Zur verschlüsselten Übertragung elektronischer Nachrichten verwenden Sie bitte das Kontaktformular auf der Internetpräsenz des Seniorenamts der Stadt Nürnberg:

[www.nuernberg.de/internet/seniorenamt/kontakt.html](http://www.nuernberg.de/internet/seniorenamt/kontakt.html)

**Datenschutz:** Bei Fragen zum Thema Datenschutz wenden Sie sich bitte an Stadt Nürnberg, Behördlicher Datenschutz, Rathausplatz 2, 90403 Nürnberg  
Telefon: 09 11 / 2 31-51 15

Zur verschlüsselten Übertragung elektronischer Nachrichten:  
[www.nuernberg.de/global/ajax\\_kontaktformular.html?cfid=17995](http://www.nuernberg.de/global/ajax_kontaktformular.html?cfid=17995)

**Zwecke und Rechtsgrundlage der Verarbeitung:** Die Daten werden zur Gewährleistung eines reibungslosen Kurs- und Veranstaltungsbetriebs auf Grundlage des Art. 6 Abs. 1 Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO), Art. 57 Abs. 1 Bayerische Gemeindeordnung, § 71 Abs. 1, Abs. 2 Nr. 5 Sozialgesetzbuch XII erhoben.

**Weitergabe von Daten:** Es erfolgt keine Weitergabe von Daten.

**Übermittlung an Drittländer:** Es erfolgt keine Übermittlung.

**Speicherzeitraum:** Ihre Daten werden bei der Stadt Nürnberg bis zu drei Jahre nach der letzten Anmeldung gespeichert bzw. so lange, wie dies unter Beachtung der gesetzlichen Aufbewahrungsfristen des § 147 Abgabenordnung (AO) erforderlich ist.

**Betroffenenrechte:** Nach der Datenschutz-Grundverordnung stehen Ihnen beim Verantwortlichen für die Datenerhebung folgende Rechte zu: Werden Ihre personenbezogenen Daten verarbeitet, so haben Sie das Recht Auskunft über die zu Ihrer Person gespeicherten Daten zu erhalten (Art. 15 DSGVO). Sollten unrichtige personenbezogene Daten verarbeitet werden, steht Ihnen ein Recht auf Berichtigung zu (Art. 16 DSGVO). Liegen die gesetzlichen Voraussetzungen vor, so können Sie die Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung verlangen sowie Widerspruch gegen die Verarbeitung einlegen (Art. 17, 18 und 21 DSGVO). Wenn Sie in die Datenverarbeitung eingewilligt haben oder ein Vertrag zur Datenverarbeitung besteht und die Datenverarbeitung mithilfe automatisierter Verfahren durchgeführt wird, steht Ihnen gegebenenfalls ein Recht auf Datenübertragbarkeit zu (Art. 20 DSGVO). Sollten Sie von Ihren oben genannten Rechten Gebrauch machen, prüft die Stadt Nürnberg, ob die gesetzlichen Voraussetzungen hierfür erfüllt sind. Weiterhin besteht ein Beschwerderecht beim Bayerischen Landesbeauftragten für den Datenschutz.

**Erforderlichkeit der Datenangabe:** Die Daten werden für die Abwicklung der gebuchten Kurse bzw. Veranstaltungen benötigt. Ohne Angabe ist eine Teilnahme an den anmeldepflichtigen Kursen und Veranstaltungen der Seniorentreffs nicht möglich.

**Widerrufsrecht bei Einwilligung:** Sie können Ihre Einwilligung jederzeit für die Zukunft bei der verantwortlichen Dienststelle widerrufen, soweit Art. 17 Abs. 3 Buchstabe a) i. V. m. § 147 AO und Art. 17 Abs. 3 Buchstabe d) DSGVO dem nicht entgegenstehen. Die Rechtmäßigkeit der Verarbeitung bis zum Widerruf wird davon nicht beeinträchtigt.

# Musik, Tanz und Unterhaltung

## Festliche Weihnachtsgala des Seniorenamts in der Meistersingerhalle Nürnberg

Klangvolle Stimmen und weihnachtliche Melodien: In der Vorweihnachtszeit dürfen Sie sich auch 2024 wieder auf einen ganz besonderen Nachmittag freuen. Die beiden festlichen Nachmittagskonzerte sind für viele Gäste als kultureller Glanzpunkt zum Jahresende nicht mehr wegzudenken. Als Stargast dürfen wir Stefan Lex und Christiane Linke, am Flügel begleitet von Sigrid Althoff, begrüßen. Weitere Mitwirkende der festlichen Weihnachtsgala sind eine zauberhafte Überraschung und das Ensemble braspur mit alpenländischer Volksmusik. Die Eleven des Ballett-Förderzentrums Nürnberg runden das Programm mit eleganten Choreografien ab und für eine charmante Moderation sorgt Sylvia Kunert. Wir freuen uns, Sie gemeinsam mit dem Nürnberger Christkind bei diesem Höhepunkt des Veranstaltungsjahres begrüßen zu dürfen.

Wir danken der VR Bank Metropolregion Nürnberg eG für ihre großzügige Unterstützung!

### Donnerstag, 19. Dezember und Freitag, 20. Dezember 2024

#### Dauer: 14 bis ca. 17 Uhr (Einlass ab 13 Uhr)

Die Eintrittskarten zu 20 Euro, 14 Euro und 11 Euro (zzgl. Vorverkaufsgebühren, inklusive VGN Ticket) sind ab Montag, 11. November 2024, 10 Uhr unter anderem bei den aufgeführten Vorverkaufsstellen oder auch online erhältlich. Bitte beachten Sie, dass die Karten, unabhängig von den Öffnungszeiten der jeweiligen **Vorverkaufsstellen**, erst ab 10 Uhr erhältlich sind.

#### Nürnberg:

Nürnberger Nachrichten Ticket Corner, Mauthalle, Hallplatz 2, 90402 Nürnberg  
Tel. 216 27 77, Öffnungszeiten:  
Mo-Fr 10-18 Uhr, Sa 10-13 Uhr

Kulturinformation, Königstr. 93, 90402 Nürnberg, Tel. 231-40 00, (nur Mo, 11. und Di, 12. November, jeweils von 10-15 Uhr; nur bargeldlose Zahlung!)

#### Fürth:

Franken-Ticket, Schwabacherstr. 15, 90762 Fürth  
Tel. 74 93 40, Öffnungszeiten:  
Mo-Fr 9-18 Uhr, Sa 10-14 Uhr

#### Erlangen:

Kartenvorverkauf Fuchsenwiese (im e-Werk), Fuchsenwiese 1, 91054 Erlangen  
Tel. 09131 / 80 05 55  
Öffnungszeiten:  
Mo-Sa 9:30-14 Uhr  
oder

Online Tickets unter der Rubrik „Service und Info“:  
[www.kunstkulturquartier.de](http://www.kunstkulturquartier.de)

Zusätzlich zu den hier gelisteten Vorverkaufsstellen gibt es im erweiterten Stadtgebiet (PLZ-Bereich 90/91) eine Vielzahl weiterer Vorverkaufsstellen, bei denen Sie

Karten für die Weihnachtsgala des Seniorenamts erwerben können.

Eine Liste aller Verkaufsstellen finden Sie unter:  
[www.eventim.de](http://www.eventim.de)

Der Vorverkauf läuft bis 13 Uhr am jeweiligen Veranstaltungstag an den genannten Vorverkaufsstellen, diese geben auch Auskunft zu Plätzen und Reservierungen.

**Beachten Sie bitte: an der Meistersingerhalle gibt es keine Tageskasse.**

# Musik, Tanz und Unterhaltung

## Swing-Tanzparty zu Livemusik mit Jazz Session

In Kooperation mit dem Theater rote Bühne findet dieses Tanz- und Musikevent wieder im Treff Bleiweiß statt. Eine große Tanzfläche mit Parkettboden und eine Swingband mit der Sängerin Julia Kempken bieten Lindy Hop-Tänzer\*innen aus der ganzen Region einen perfekten Abend. Doch auch alle, die nur zuschauen oder zuhören möchten, sind herzlich eingeladen! Etwas trinken, sich mit Freund\*innen treffen, Freestyle tanzen zu dieser mitreißenden Musik oder einen Foxtrott wagen – dieser generationenübergreifende Tanzabend bringt viel Swing in den Alltag!

**Dienstag, 21. Januar 2025, 19 bis 23.30 Uhr und**

**Dienstag, 18. Februar 2025, 19 bis 23.30 Uhr**

19 Uhr Tanzworkshop, ab 20 Uhr spielt das Julia Kempken Quintett, ab 21 Uhr Sessionbeginn (Ende ca. 23.30 Uhr)

Treff Bleiweiß, Saal

Beitrag: 9 Euro (Workshop: zzgl. 5 Euro), Nürnberg-Pass-Inhaber\*innen erhalten 50 % Ermäßigung, für Session-Musiker\*innen ist der Eintritt frei, sowie ein Getränk und eine Butterbreze.

Keine Anmeldung erforderlich – nur Abendkasse.

Veranstalterin: Theater rote Bühne e.V.

## Prunksitzung im Treff Bleiweiß mit der K. K. Buchnesia

Der Fasching hat den Treff Bleiweiß fest im Griff, wenn der bekannte Schlachtruf der Buchnesia „Sell-Sell-Sellerie AHA“ erschallt. Die Aktiven haben das Jahr über geprobt und sind bereit, Ihnen Reden, Tanz und Gesang aus dem neuen Prunksitzungsprogramm zu präsentieren – charmant moderiert von Elferratspräsidentin Annette Ruff.

**Sonntag, 26. Januar 2025, 15 Uhr bis ca. 17 Uhr (Saalöffnung 14.30 Uhr)**

Treff Bleiweiß, Saal

Leitung: Annette Ruff

Beitrag: 8 Euro, Kartenvorverkauf Donnerstag, 12. Dezember 2024 von 11 bis 13 Uhr und Donnerstag, 16. Januar 2025 von 10 bis 12 Uhr im Bistro des Treffs Bleiweiß.

# Musik, Tanz und Unterhaltung

## Goldsinger Vocalensemble

Das achtköpfige Vokalensemble Goldsinger verbindet Melodien aus Jazz, Pop und Film mit der mehrstimmigen Vokalkunst der klassischen Musik. Das Repertoire umfasst Klassiker aus dem Great American Songbook, Kompositionen von Burt Bacharach und ein James-Bond-Medley. Abstecher zu Bossa Nova, ABBA und internationale Volkslieder erweitern die stilistische Vielfalt dieses Abends.

**Freitag, 07. Februar 2025, 19 bis 20.15 Uhr**

Treff Bleiweiß, Saal

Beitrag: 5 Euro (2,50 Euro Nürnberg-Pass)

Keine Anmeldung erforderlich.



## Vorträge und Workshops

### Pedelec-Fahrfertigkeitstraining mit dem ADFC

*Eine Kooperation des Treffs Bleiweiß mit dem ADFC Kreisverband Nürnberg, Umgebung e.V. und dem Stadt seniorenrat Nürnberg*



Pedelecs sind groß im Kommen und zunehmend beliebt in der alltäglichen Fortbewegung. Elektrisch betrieben und deutlich zügiger von einem Ort zum anderen zu gelangen, ist längst nicht mehr nur in jüngeren Lebensjahren praktisch.

Sie sind schon darauf umgestiegen, fühlen sich aber auf dem schnellen und schweren Pedelec noch nicht ausreichend sicher? Sie sind vorher schon länger nicht mehr Rad gefahren und/oder haben nach einem Sturz das Vertrauen ins Radfahren verloren?

Drei ADFC- Fahrsicherheitsrainer\*innen üben mit Ihnen den richtigen und sicheren Umgang und Gebrauch. Außerdem stehen vorausschauendes Radfahren, das sichere Pedalieren in unebenem Gelände und engen Kehren auf dem Trainingsprogramm. Die Fahrsicherheitsrainer\*innen halten darüber hinaus viele Tipps und Hinweise für Akku- und Knie-schonende E-Bike-Touren bereit – sowie praktische Anleitungen zum Üben zu Hause.

Das Angebot ist auch für Nutzer\*innen unmotorisierter Räder geeignet, die ein Mehr an Sicherheit beim alltäglichen Radfahren anstreben.

**Dienstag, 10. September 2024, 9 bis 13 Uhr**

Treffpunkt: Herrmann-Böhm-Straße, am Reichsparteitagsgelände

Leitung: Klaus Tscharnke, ADFC

Beitrag: 30 Euro

Anmeldung erforderlich. Teilnahme auf eigene Gefahr.

### Das uralte Wissen des Ayurveda

Die mehr als 4000 Jahre alte Heilkunde „Ayurveda“ bedeutet übersetzt „das Wissen vom Leben“ und wird insbesondere in Indien als Heilmethode auch wissenschaftlich gelehrt. Petra Volkert, Psychologische Yogatherapeutin und Ayurveda-Ernährungsberaterin beleuchtet im Workshop die zentralen Elemente des Ayurveda und deren ganzheitlichen Ansatz, um die eigene Gesundheit, beispielsweise durch typgerechte Ernährung, zu stärken.

**Dienstag, 22. Oktober 2024, 11 bis 12.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Beitrag: 6 Euro

Anmeldung erforderlich.

# Vorträge und Workshops

## Zentangle® – Kreativ entspannen mit Stift und Papier

Antje Ratzesberger ist zertifizierte Zentangle®-Lehrerin voll Leidenschaft und Hingabe. Ihr Wissen und die Faszination für Zentangle® würde sie gerne mit Ihnen teilen.

Mit Stift und Papier finden Sie mit Zentangle® den Weg zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit. Bei der Zentangle®-Methode werden klar strukturierte und sich immer wieder wiederholende Muster gezeichnet. Verschiedene Muster werden auf einem Papier der Größe 9x9 oder 12x12 cm zusammengeführt und ergeben am Ende ein kleines, feines Kunstwerk. Diese Art zu zeichnen kann wirklich jede\*r erlernen, auch diejenigen, die von sich behaupten, sie könnten nicht zeichnen. Warum das funktioniert liegt an den Schritt-für-Schritt Anleitungen der Muster und Formen, die zu Papier gebracht werden und die von der zertifizierten Zentangle®-Lehrerin angeleitet werden. Wenn Sie die Buchstaben C O S I zu Papier bringen können, dann können Sie auch „tangeln“.

Lassen auch Sie sich begeistern und mitnehmen zu dieser einzigartigen, bereichernden Erfahrung!

**Mittwoch, 23. Oktober 2024, 14 bis 17 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Workshop-Leitung: Antje Ratzesberger

Beitrag: 8 Euro zzgl. 12 Euro Materialgeld direkt an Antje Ratzesberger; das Material beinhaltet hochwertige Papier-Zuschnitte, 2 Fineliner, Bleistift, Papierwischer, Knet-Radiergummi und kann für weitere Zentangle®-Workshops genutzt werden.

Anmeldung erforderlich.

## Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

Wer darf im Ernstfall für mich entscheiden, wenn ich selbst vorübergehend oder dauerhaft dazu nicht mehr in der Lage bin? Bereits heute kann und soll man dafür Vorsorge treffen. Wer durch Krankheit oder Unfall seine Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln kann, bekommt nach dem Betreuungsgesetz einen gesetzlichen Betreuer zur Seite gestellt. In einer Betreuungsverfügung kann jeder Mensch Regelungen für den Fall einer zukünftigen Betreuungsbedürftigkeit treffen.

**Donnerstag, 12. Dezember 2024, 14 bis 16 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Vortragende: Ina Bürkel

Eintritt frei

Anmeldung erforderlich.

## Vorträge und Workshops

### Kreativer Schreibworkshop – für Schnuppernde und Geübte

Sie lesen gerne.

Sie schreiben gerne.

Sie möchten gerne schreiben.

Dann lädt Frieda Hermann Sie herzlich ein, sich schreibend auszuprobieren im spielerischen Umgang mit der Sprache. Sie erhalten kreative Impulse zu unterschiedlichen Schreibmethoden, sammeln praktische Schreiberfahrungen und bekommen Anregungen im gemeinsamen Austausch. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Freitag, 10. Januar 2025, 14 bis 17.30 Uhr**

**Freitag, 24. Januar 2025, 14 bis 17.30 Uhr**

**Freitag, 07. Februar 2025, 14 bis 17.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Hobbyraum

Beitrag: 7 Euro inkl. 1 Tasse Kaffee und 1 Stück Kuchen

Hinweis: Kaffee und Kuchen können gerne vor der Veranstaltung oder in der Pause eingenommen werden.

Die Veranstaltungen sind unabhängig voneinander buchbar.

Anmeldung erforderlich.

### Wohin nur mit dem Müll? Welche Tonne ist die Richtige?

Diese Frage kann die Abfallberatung des Abfallwirtschaftsbetriebes der Stadt Nürnberg (ASN) beantworten. Dabei gibt es zahlreiche Informationen zur Abfallvermeidung sowie zur richtigen Abfalltrennung und -entsorgung. Gemeinsam begeben wir uns auf die Suche nach Antworten auf so manches Müllproblem und lösen das Rätsel, was in welcher Tonne entsorgt wird, damit die Wertstoffe erhalten bleiben und die Umwelt geschont wird.

**Donnerstag, 30. Januar 2025, 14.30 bis 16.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Eintritt frei

Keine Anmeldung erforderlich.

# Tablet, Smartphone und Co.

## Die wunderbare Welt der Tablets und Smartphones

Im **Grundlagenseminar 1** erfahren Sie Wissenswertes über die verschiedenen Tablet-/ Smartphone-Systeme, die Hardware (Technik) und Software (Betriebssysteme) und ihre Handhabung. Auch das Thema Sicherheit kommt nicht zu kurz.

Im **Grundlagenseminar 2** erkunden wir die Welt der Apps, Updates und die sogenannten App- bzw. Playstores, die uns Millionen von Apps anbieten. Auch Bezahlungsfunktionen werden vorgestellt.

**Seminar 3** fokussiert die Anwendungsbereiche **Foto und Film**. Selfie, Porträt- oder Landschaftsaufnahmen und Videofunktionen werden ausprobiert. Wohin mit den Bildern? Speichern, ausdrucken oder doch lieber archivieren?

**Seminar 4** steht unter dem Motto **Navigation und Wandern**. Wandern, Radfahren oder einfach das nächste Restaurant finden sind kein Problem mehr mit Tablet/ Smartphone und den passenden Apps, wie Komoot, Google Maps und Co.

In **Seminar 5** beschäftigen wir uns mit **E-Books, E-Magazinen** und mehr: Literatur elektronisch, egal ob Tageszeitung, Sachbuch oder Thriller. Sie können auf E-Book-Readern, Tablets oder Smartphones gelesen werden. Wie kommen wir kostenlos an Weltliteratur oder neue Romane?

In **Seminar 6** geht es um **unentbehrliche Apps**. Aus der unüberschaubaren Menge verfügbarer Apps stellen wir eine Auswahl zusammen, die wirklich Jede und Jeder brauchen kann. Die Installation von Apps sowie das Löschen und Deaktivieren sind ebenfalls Gegenstand des Seminars.

**Grundlagenseminar 1: 18. September 2024**

**Grundlagenseminar 2: 25. September 2024**

**Seminar 3 (Foto und Film): 02. Oktober 2024**

**Seminar 4 (Navigation): 16. Oktober 2024**

**Seminar 5 (E-Books): 30. Oktober 2024**

**Seminar 6 (Unentbehrliche Apps): 11. Dezember 2024**

**Zusatzseminar Grundlagen 1: 22. Januar 2025**

**Zusatzseminar Grundlagen 2: 05. Februar 2025**

Treff Bleiweiß, Clubraum, **jeweils Mittwoch 14 bis 16 Uhr**

Seminarleitung: Chris Bellaj

Beitrag je Seminar: 20 Euro; die Seminare sind voneinander unabhängig buchbar.

Anmeldung erforderlich.

## Tablet, Smartphone und Co.

### Digitalcafé im Treff Bleiweiß

Sie haben erste Erfahrungen mit Smartphone oder Tablet gesammelt und wollen sich darüber austauschen und Neues kennenlernen? Digitallotsen stehen als Ansprechpartner zur Verfügung.

**Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, jeweils von 10 bis 11 Uhr**

Termine: 10. & 24. September, 08. & 22. Oktober, 12. & 26. November, 10. Dezember 2024; 14. & 28. Januar, 11. & 25. Februar 2025

Treff Bleiweiß, Cafeteria

Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

Das Digitalcafé ist ein Angebot im Rahmen des Projekts „Wege in die digitale Welt für Ältere“ des Seniorenamts. Informationen zu den weiteren Angeboten „Erste Schritte mit dem Smartphone/Tablet im 1:1-Tandem“ und den Digitalsprechstunden erhalten Sie im Digitalcafé oder im Seniorenamt unter der Telefonnummer 09 11 / 2 31-66 58.

### Notebook, Tablet, Smartphone und Co. – Orientierung im Technik- und Preisdschungel

Die zweiteilige Informationsveranstaltung soll Ihnen helfen, im Dickicht der Anbieter, Technologien und Geräte, nicht den Überblick zu verlieren.

Christian Bellaj vergleicht in Teil 1 Eigenschaften und Leistungsfähigkeit von Notebook, Tablet und Smartphone. Beleuchtet werden außerdem Vor- und Nachteile der verschiedenen Tablet-Betriebssysteme wie Windows, Apple und Android.

In Teil 2 werden Telefon- und Handyverträge genauer unter die Lupe genommen und diskutiert, welche Leistungen der Telefonanbieter sinnvoll sind. Welche laufenden Kosten sind angemessen, wie viel Datenvolumen braucht man und was versteht man unter „In-App-Käufen“?

**Teil 1: Mittwoch, 20. November 2024, 14 bis 15.30 Uhr**

**Teil 2: Mittwoch, 27. November 2024, 14 bis 15.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Kosten: jeweils 15 Euro

Anmeldung bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung.

# Der Pflegestützpunkt Nürnberg informiert

## Zu Hause wohnen bleiben – Möglichkeiten der Wohnungsanpassung

Zu Hause wohnen bleiben, wer möchte dies nicht? Was, wenn die Badewanne oder eine Treppe zum Hindernis werden? Welche Maßnahmen können das Wohnen zu Hause erleichtern? Die Wohnberatung KOWAB stellt sich vor und zeigt Möglichkeiten auf.

**Donnerstag, 26. September 2024, 14.30 bis 15.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Referent\*innen: Inge Glaser und Werner Krauß

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

## Der Entlastungsbetrag – Vortrag in russischer Sprache

**дополнительная сумма помощи в уходе – как я и мои близкие могу ее разумно использовать?**

Wie kann man den Entlastungsbetrag zur Unterstützung von Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen sinnvoll nutzen? Der Entlastungsbetrag ist im §45b des SGB XI gesetzlich verankert und steht jeder Person mit Pflegegrad zu. Die Referentin informiert Sie in russischer Sprache über die Voraussetzungen, Beantragung und Einsatzmöglichkeiten des Entlastungsbetrags.

Сумма пособия юридически закреплена в разделе 45b SGB XI и доступна каждому человеку с признанной степенью потребности в уходе. Информация на русском языке о требованиях и возможном использовании дополнительной суммы помощи.

**Donnerstag, 24. Oktober 2024, 14.30 bis 15.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Referentin: Arina Alstut, Pflegeberaterin

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

Докладчик: Арина Альштут, специалист- консультант по уходу

Вход свободный

Требуется регистрация

# Der Pflegestützpunkt Nürnberg informiert

## Leistungen der Pflegeversicherung

Im Vortrag informiert die Referentin über das Verfahren der Pflegeeinstufung und gibt einen Überblick über die wichtigsten Leistungen der Pflegeversicherung. Es wird die Möglichkeit geben, eigene Fragen zu stellen.

**Donnerstag, 28. November 2024, 14.30 bis 15.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Referentin: Frau Gibson, Pflegeberaterin

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

## Leistungen der Pflegeversicherung in russischer Sprache

### Страховые выплаты в случае необходимости в уходе

Pflegeberaterin Arina Alstut informiert über das Verfahren der Pflegeeinstufung und gibt einen Überblick über die wichtigsten Leistungen der Pflegeversicherung.

В лекции г-жа Альштут предоставляет информацию на русском языке о процессе установления степени необходимости в уходе и дает обзор наиболее важных преимуществ страхования на случай длительного ухода. У Вас будет возможность задать свои вопросы

**Donnerstag, 23. Januar 2025, 14.30 bis 15.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Referentin: Arina Alstut, Pflegeberaterin

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

Докладчик: Арина Альштут, специалист- консультант по уходу

Вход свободный, Требуется регистрация

## Was bietet der Pflegestützpunkt Nürnberg und wozu benötige ich eine Notfallmappe?

Der Pflegestützpunkt Nürnberg berät zu Hilfen im Alter und zum Thema Pflege. Was kann die Beratungsstelle für mich konkret tun? Wofür brauche ich eine Notfallmappe? Die Referentin informiert ausführlich über die Angebote.

**Donnerstag, 27. Februar 2025, 14.30 bis 15.30 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Referentin: Frau Gibson, Pflegeberaterin

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich.

# Im Quartier

## „Speed Dating“ für Freundschaft und Freizeit

*Eine Veranstaltung in Kooperation von Treff Bleiweiß  
und SeniorenNetzwerk Südstadt Ost*



Sie suchen neue Freunde oder Gleichgesinnte, mit denen Sie gemeinsam etwas unternehmen können? Kommen Sie zum „Speed Dating“ für Freundschaft und Freizeit! Hier können Sie in einer vertrauensvollen Atmosphäre neue Menschen kennenlernen und Freizeit-Freundschaften schließen. Dieses Speed Dating hat NICHT die Partnersuche zum Ziel.

Sie gewinnen reihum in 7-Minuten-Gesprächen einen ersten Eindruck voneinander. Vielleicht sind Sie sich gleich auf Anhieb sympathisch und teilen erste gute Gespräche, gemeinsame Hobbys oder Interessen. Bei einer kleinen Pause mit Kaffee und Kuchen können Sie die Gespräche vertiefen. Im Anschluss können Sie entscheiden, mit wem Sie gerne weiterhin im Kontakt bleiben möchten. Vielleicht bleibt beim Kegeln noch Zeit das Eis zu brechen.

**Bitte beachten Sie, dass es sich hier NICHT um eine Partnervermittlung handelt!**

**Dienstag, 15. Oktober 2024 und 18. Februar 2025, jeweils von 13 bis 16 Uh**  
Treff Bleiweiß, Kegelbahn

Leitung: Anna Storm und Iris Knopf

Eintritt: 5 Euro (Der Eintrittspreis beinhaltet Kaffee und ein Stück Kuchen und die Möglichkeit zu kegn.)

Anmeldung bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung; bitte melden Sie sich ZUVERLÄSSIG ab, falls Sie verhindert sind, damit wir Wartelistenplätze noch vergeben können.



# Gesund und aktiv älter werden im Stadtteil

## Männersport

*Ein Angebot des SeniorenNetzwerks Südstadt Ost*

*Präventionskurs nach §20 SGB V*

Unser Männersport ist für alle Männer ab 60 Jahren. Durch gezielte Übungen wird der Körper gestärkt und fit gehalten; die Muskulatur wird trainiert und das Wohlbefinden verbessert.

SENIOREN**NETZWERK**  
SÜDSTADT OST



**Ab 30. September 2024, immer montags von 12 bis 13 Uhr**

**Termine: 30.09., 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 04.11., 11.11., 18.11.2024**

Treff Bleiweiß, Saal

Kursgebühr: 75 Euro für 8 Übungseinheiten; bezuschusst bis zu 80% von den gesetzlichen Krankenkassen.

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Südstadt Ost

Infos und Anmeldung bei Anna Storm, SeniorenNetzwerk Südstadt Ost.

Telefon: 09 11 / 37 67 85 85

## Bewegungsspaß im Bleiweiß

*Ein Angebot des SeniorenNetzwerks Südstadt Ost*

Mit effektiven Übungen zu mehr Kraft und Gleichgewicht: durch Übungen mit Kleingeräten und den Einsatz des eigenen Körpergewichts wird der gesamte Körper trainiert sowie Balance und Mobilität gesteigert. Machen Sie mit – bleiben Sie fit!

**Ab 30. September 2024, immer montags von 16 bis 17 Uhr**

**Termine: 30.09., 07.10., 14.10., 21.10., 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.2024; 13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02.2025**

Treff Bleiweiß, Saal

Kursgebühr: 35 Euro / 10 Euro (Nbg. Pass) für 10 Übungseinheiten

Der Kurs wird von der erfahrenen Physiotherapeutin Fr. Burkert geleitet.

Veranstalter: SeniorenNetzwerk Südstadt Ost

Infos und Anmeldung bei Anna Storm, SeniorenNetzwerk Südstadt Ost.

Telefon: 09 11 / 37 67 85 85

# Gesund und aktiv älter werden im Stadtteil

## Den Novemberblues auslachen...

....denn wir lassen unsere innere Sonne strahlen mit aufheiternden Lachübungen. Erspüren Sie die wohltuende Wirkung des Lachens kombiniert mit Atem-, Dehn- und Entspannungsübungen aus dem Yoga und machen uns auf eine Fantasiereise. Ein Workshop zum Mitlachen, Energie tanken und Wohlfühlen in der dunklen Jahreszeit.

Bitte bequeme Kleidung und bequeme Schuhe mitbringen.

**Mittwoch, 13. November 2024, 11.30 bis 13 Uhr**

Treff Bleiweiß, Clubraum

Leitung: Inge Zink

Eintritt frei

Anmeldung erforderlich.

## 3000 Schritte-Treff: jetzt am Dutzendteich!

**Miteinander in Bewegung!** Bewegung und soziale Kontakte im Alter halten fit und gesund. Das Angebot 3.000 Schritte richtet sich an ältere Menschen, die nicht (mehr) sportlich tätig sind. Auch mit Rollator ist eine Teilnahme möglich. Der kleine Ausflug wird angeführt von Ehrenamtlichen und dauert, in gemächlicher Geschwindigkeit, etwa eine Stunde. Er führt die Teilnehmer entlang des Dutzendteichs oder durch die Grünanlage Luitpoldhain und motiviert dazu, sich auch im höheren Alter regelmäßig zu bewegen. Die Teilnahme ist kostenlos und erfolgt auf eigenes Risiko. Benötigt werden lediglich dem Wetter angepasste Kleidung und bequeme Schuhe. Die Spaziergänge finden bei jedem Wetter statt (Ausnahme: ganz widrige Wetterlagen wie Glatteis oder Sturm).



**Jeden Montag, 10 Uhr**

Treffpunkt: Straßenbahn-Haltestelle „Doku-Zentrum“ (Linien 6 und 8)

Keine Anmeldung erforderlich.



## Kurse

Aktive Freizeitgestaltung und (Weiter-)Bildung sind kein Privileg jüngerer Generationen. Lebenslanges Lernen, die Verwirklichung eigener Interessen und die erfüllende Gestaltung freier Zeit gemeinsam mit anderen Menschen machen Lebensqualität aus und erhalten die körperliche und geistige Gesundheit. In unseren Kursen finden Sie deshalb Angebote zur gesundheitlichen Vorsorge, zu körperlicher Aktivität und Entspannung, zum Sprachenlernen und zur kreativen Betätigung. Nicht das Streben nach Leistung und hohes Lerntempo stehen bei uns im Vordergrund, sondern die Freude am Lernen und gemeinschaftliche Aktivität.

### Bleiweiß

Hintere Bleiweißstraße 15  
90461 Nürnberg

Straßenbahnlinien 7, 8, 10  
Haltestelle Schweiggerstraße  
Straßenbahnlinie 6, 10  
Haltestelle Harsdörfferplatz

### Heilig-Geist

Spitalgasse 22  
90403 Nürnberg

U-Bahn-Linien 1  
Haltestelle Lorenzkirche  
Buslinien 46, 47  
Haltestelle Heilig-Geist

**i** Die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 49,  
das Anmeldeformular in der Heftmitte.

# Aktiv in Bewegung

Regelmäßige Bewegung ist eine wirksame Maßnahme zur Vorbeugung einer Vielzahl von Erkrankungen und steigert die Lebensfreude. In der Gemeinschaft ist der Spaß an der Sache ungleich höher. Auf den folgenden Seiten finden Sie Bewegungsangebote, die unterschiedlichen Bedürfnissen gerecht werden und für alle Altersgruppen ab 50 geeignet sind. Für Menschen mit Bewegungseinschränkungen gibt es spezielle Kurse, die im Sitzen angeboten werden.

## Gymnastik

Gymnastik verbessert die Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit. Sie kräftigt die Muskulatur und bringt den Kreislauf in Schwung. Bitte bringen Sie zur Gymnastik stets bequeme Sportkleidung und rutschfeste Sportschuhe (mit heller Sohle) mit!

**Kurs 001, jeweils Montag**  
von 10 bis 10.45 Uhr  
**Saal im Treff Bleiweiß**  
Kursleitung: Detlef Olfen  
17x ab 2. September 2024, 20 Plätze  
38,25 Euro

**Kurs 002, jeweils Montag**  
von 11 bis 11.45 Uhr  
**Saal im Treff Bleiweiß**  
Kursleitung: Detlef Olfen  
17x ab 2. September 2024, 20 Plätze  
38,25 Euro

**Kurs 003, jeweils Mittwoch**  
von 10 bis 10.45 Uhr  
**Saal im Treff Bleiweiß**  
Kursleitung: Edda Wagner  
20x ab 4. September 2024, 18 Plätze  
45 Euro

**Kurs 004, jeweils Mittwoch**  
von 11 bis 11.45 Uhr  
**Saal im Treff Bleiweiß**  
Kursleitung: Edda Wagner  
20x ab 4. September 2024, 18 Plätze  
45 Euro

## Sitzgymnastik

Für alle, die trotz Einschränkungen aktiv bleiben wollen. Mit abwechslungsreichen Übungen und Entspannungselementen wird die Freude an der Bewegung erhalten.

**Kurs 008, jeweils Dienstag**  
von 10.45 bis 11.45 Uhr  
**Clubraum im Treff Bleiweiß**  
Kursleitung: Birgit Kürzdörfer  
18x ab 10. September 2024, 12 Plätze  
54 Euro

**Kurs 005, jeweils Mittwoch**  
von 10 bis 11 Uhr  
**Clubraum im Treff Bleiweiß**  
Kursleitung: Birgit Kürzdörfer  
18x ab 11. September 2024, 12 Plätze  
54 Euro

# Aktiv in Bewegung

## Wirbelsäulengymnastik

Rund sechzig Prozent aller Erwachsenen haben Probleme mit ihrem Rücken. Er ist ständig Belastungen ausgesetzt, nur selten ist die Wirbelsäule in ihrem Gleichgewicht. Richtig dosierte Bewegung ist die wichtigste Voraussetzung für einen gesunden, schmerzfreen Rücken. Bitte bequeme Kleidung mitbringen. Hinweis: Diese Kurse bieten keinen Ersatz für eine umfassende und sorgfältige medizinische Therapie. Klären Sie bitte vorher mit Ihrem Arzt bzw. Therapeuten die Teilnahme ab.

### Kurs 006, jeweils Dienstag

von 9.15 bis 10.30 Uhr

Saal im Treff Bleiweiß

Kursleitung: Birgit Kürzdörfer

18x ab 10. September 2024, 15 Plätze

67,50 Euro

### Kurs 007, jeweils Mittwoch

von 8.30 bis 9.45 Uhr

Saal im Treff Bleiweiß

Kursleitung: Birgit Kürzdörfer

18x ab 11. September 2024, 15 Plätze

67,50 Euro

## Beckenbodentraining

Dieses ganzheitliche Körpertraining hilft, die Beckenbodenmuskulatur zu stärken, den Rücken zu stabilisieren und verbessert dadurch die Körperaufrichtung. Inkontinenz und Erkrankungen der Beckenorgane können vermieden werden. Die Übungsreihe setzt sich zusammen aus Spür- und Vorstellungsübungen in Kombination mit Kraft-, Dehn- und Lockerungsübungen im Stehen, Sitzen und Liegen. Bitte bringen Sie Turnschuhe oder rutschfeste Socken, bequeme Kleidung, Decke und Freude an der Bewegung mit.

### Kurs 012, jeweils Dienstag

von 9 bis 10.30 Uhr

Clubraum im Treff Bleiweiß

Kursleitung: Petra Volkert

16x ab 3. September 2024, 11 Plätze

72 Euro

# Geist und Körper

## Yoga

Yoga – das ist Körper, Atem, Seele und Geist. Viele einfache Bewegungen und Körperhaltungen kann man auch im Alter ausführen. Die Übungen geben frische Kraft und Lebensfreude, Entspannungs- und Meditationstechniken verhelfen zu innerer Ruhe. Die Kurse bieten auch eine Einführung in die Yoga-Philosophie.

### Kurs 021, jeweils Donnerstag

von 13.15 bis 14.45 Uhr

Saal im Treff Bleiweiß

Kursleitung: N.N.

10x ab 12. September 2024, 15 Plätze  
45 Euro

### Kurs 022, jeweils Donnerstag

von 15 bis 16.30 Uhr

Saal im Treff Bleiweiß

Kursleitung: N.N.

10x ab 12. September 2024, 15 Plätze  
45 Euro

## Heitere Yoga-Spaziergänge

Mit Senioren-Yoga Übungsleiterin und Lachtrainerin Inge Zink verbringen Sie bei lockeren Spaziergängen eine beschwingte Zeit mit Yoga und Lachübungen an der frischen Luft. Koordinationsübungen, meditative Sequenzen und achtsames Atmen begleiten Sie ebenso wie das Lachen als „beste Medizin“. Keine Matte aber bequeme, wetterfeste Kleidung ist erforderlich.

### Kurs 028, jeweils Montag

von 10.30 bis 12 Uhr

Treffpunkt: Straßenbahnhaltestelle  
Luitpoldhain (Linie 8)

Kursleitung: Inge Zink

6x ab 16. September 2024, 12 Plätze  
27 Euro

## Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan zeichnet sich durch ein ausgewogenes System von Übungen aus, die alle Gebiete der körperlichen Leistungsfähigkeit, Muskelkraft, Ausdauer, Beweglichkeit sowie Atmung ansprechen und positiv auf die Fähigkeit zur Entspannung und die mentale Fitness einwirken. Besonders ältere Menschen profitieren von der sanften Art der Bewegungsschulung, die innerliche und äußerliche Stabilität wiederfinden lässt.

### Kurs 030, jeweils Freitag

von 12 bis 13 Uhr

Saal im Treff Bleiweiß

Kursleitung: Ursula Gottschalk

12x ab 20. September 2024, 20 Plätze  
36 Euro

# Geist und Körper

## QiGong

QiGong basiert auf der Jahrtausende alten Erfahrung der chinesischen Medizin und fördert die Fähigkeit durch Ruhe, Entspannung und Konzentration den Geist zu sammeln, den Körper zu kräftigen, Beweglichkeit und Haltung zu verbessern und den Atem zu regulieren. Da emotionale Strukturen eng mit Atemmustern verknüpft sind, wirkt sich eine tiefe, bewusste Atmung ausgleichend auf eine angespannte Verfassung aus. Energieblockaden werden gelöst, das Immunsystem gestärkt und die Selbstheilungskräfte aktiviert. QiGong-Übungen sind besonders für Menschen reiferen Alters zu empfehlen.

### Kurs 024, jeweils Dienstag

von 11 bis 12.30 Uhr

Saal im Treff Bleiweiß

Kursleitung: Ursula Gottschalk

12x ab 17. September 2024, 20 Plätze

54 Euro

### Kurs 025, jeweils Dienstag

von 14 bis 15.30 Uhr

Saal im Treff Bleiweiß

Kursleitung: Ursula Gottschalk

12x ab 17. September 2024, 20 Plätze

54 Euro

### Kurs 027, jeweils Donnerstag

von 12 bis 13 Uhr

Saal im Treff Bleiweiß

Kursleitung: Ursula Gottschalk

12x ab 19. September 2024, 20 Plätze

36 Euro

## Gedächtnistraining

Sie wünschen sich auch bis ins hohe Alter gesund und geistig frisch zu bleiben? In diesen Kursen erhalten Sie Informationen über Gedächtnisfunktionen, zudem werden gezielt Übungen für die Erhaltung der geistigen Beweglichkeit durchgeführt.

### Kurs 034, jeweils Montag

von 10 bis 11.30 Uhr

Konrad-Groß-Stube im Treff Heilig Geist

Kursleitung: Tilmann Ochner

16x ab 16. September 2024, 12 Plätze

72 Euro

### Kurs 035, jeweils Dienstag

von 10 bis 11.30 Uhr

Cafeteria/ vorderer Gastraum im Treff Heilig Geist

Kursleitung: Elfriede Kühne-Arbeiter

11x ab 24. September 2024, 10 Plätze

49,50 Euro

### Kurs 036, jeweils Freitag

von 10 bis 11.30 Uhr

Clubraum im Treff Bleiweiß

Kursleitung: Tilmann Ochner

16x ab 13. September 2024, 12 Plätze

72 Euro

# Sprachen

## Englisch für Anfänger und Wiedereinsteiger

Für sprachinteressierte Neueinsteiger und für alle, die Ihre Vorkenntnisse in Englisch wieder beleben möchten. Lehrwerk: „NEXT Starter – Aktualisierte Ausgabe: Lehr- und Arbeitsbuch mit Audio-CD/CD-ROM und Companion / Student’s Book Paket“ ISBN: 9783192029301

**Kurs 044, jeweils Donnerstag**  
von 12.15 bis 13.45 Uhr  
**Clubraum im Treff Bleiweiß**

Kursleitung: Rimma Skeini  
16x ab 26. September 2024, 12 Plätze  
72 Euro

## Englisch für Fortgeschrittene (A2)

Einstieg in den Kurs mit einer kurzen Wiederholung A2.1, Brush up A2 (Hueber), Kurs- und Arbeitsbuch mit Audio-CD, ISBN 978-3-19-002936-5

**Kurs 037, jeweils Dienstag**  
von 10 bis 11.30 Uhr  
**Cafeteria/ hinterer Gastraum im Treff Heilig Geist**

Kursleitung: Rimma Skeini  
18x ab 24. September 2024, 12 Plätze  
81 Euro

## Englisch Grammatik (A2-B2)

**Kurs 038, jeweils Dienstag**  
von 11.45 bis 13.15 Uhr  
**Cafeteria / hinterer Gastraum im Treff Heilig Geist**

Kursleitung: Rimma Skeini  
18x ab 24. September 2024, 12 Plätze  
81 Euro

## English Reading Class (14-tägig)

Have you ever wanted to read short stories in their original language? This is your chance to read famous authors' short stories in a relaxed and supportive environment. We will read stories by Agatha Christie, Edgar Allan Poe, Virginia Woolf, Oscar Wilde and more as well as the stories of your choice.

**Kurs 040, jeweils Dienstag**  
von 14 bis 15.30 Uhr  
**Clubraum im Treff Bleiweiß**

Kursleitung: Rimma Skeini  
10x ab 24. September 2024, 12 Plätze  
45 Euro

# Sprachen

## Englisch Konversation

Das Augenmerk gilt der Sprachfertigkeit im Alltag. Gute Vorkenntnisse sind nötig. Für Spracherfahrene und Wiedereinsteige

**Kurs 042, jeweils Mittwoch**  
 von 9.30 bis 11 Uhr  
**Cafeteria/ vorderer Gastraum im Treff Heilig Geist**  
 Kursleitung: Albert Coury  
 15x ab 11. September 2024, 12 Plätze  
 67,50 Euro

**Kurs 043, jeweils Donnerstag**  
 von 10.30 bis 12 Uhr  
**Clubraum im Treff Bleiweiß**  
 Kursleitung: Rimma Skeini  
 16x ab 26. September 2024, 12 Plätze  
 72 Euro

## Spanisch mit Vorkenntnissen (Niveau A1)

**Kurs 041, jeweils Montag**  
 von 15 bis 16.30 Uhr  
**Clubraum im Treff Bleiweiß**

Leitung: Yuli Karol Vacaflores Castro  
 13x ab 7. Oktober 2024, 15 Plätze  
 58,50 Euro

# Kreativ

## Aquarellmalen

Für alle, die Freude am Malen und Gestalten haben. Besonderes Talent oder Vorkenntnisse sind nicht nötig. Für den Kurs fallen zusätzlich Materialkosten an.

**Kurs 050, jeweils Donnerstag**  
von 10 bis 11.30 Uhr  
**Werkraum im Treff Bleiweiß**

Kursleitung: Karl Bloß  
15x ab 5. September 2024, 15 Plätze  
67,50 Euro

## Malen und Gestalten

Schaffen Sie neue Kunstwerke durch Collagen und verleihen Sie Ihrem künstlerischen Drang neuen Ausdruck beim Arbeiten mit Öl-, Aquarell- und Pastellkreide.

**Kurs 052, jeweils Donnerstag**  
von 12 bis 13.30 Uhr  
**Werkraum im Treff Bleiweiß**

Kursleitung: Anneliese Raab  
14x ab 12. September 2024, 12 Plätze  
63 Euro

## Acrylmalen

Acrylfarben lassen sich leicht auf vielerlei Art und Weise verarbeiten. Ihren Ideen sind kaum Grenzen gesetzt.

**Kurs 054, jeweils Freitag**  
von 10 bis 12 Uhr  
**Werkraum im Treff Bleiweiß**

Kursleitung: Irmtraud Westermann  
10x ab 20. September 2024, 10 Plätze  
60 Euro

# Kurse – Übersicht

B = Treff Bleiweiß, H = Treff Heilig-Geist

## Montag

H	10.00 bis 11.30 Uhr	<b>Gedächtnstraining</b> (Kurs 034)	S. 44
B	10.00 bis 10.45 Uhr	<b>Gymnastik</b> (Kurs 001)	S. 41
	10.30 bis 12.00 Uhr	<b>Heitere Yoga-Spaziergänge</b> (Kurs 028)	S. 43
B	11.00 bis 11.45 Uhr	<b>Gymnastik</b> (Kurs 002)	S. 41
B	15.00 bis 16.30 Uhr	<b>Spanisch mit Vorkenntnissen (A1)</b> (Kurs 041)	S. 46

## Dienstag

B	9.00 bis 10.30 Uhr	<b>Beckenbodentraining</b> (Kurs 012)	S. 42
B	9.15 bis 10.30 Uhr	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> (Kurs 006)	S. 42
H	10.00 bis 11.30 Uhr	<b>Gedächtnstraining</b> (Kurs 035)	S. 44
H	10.00 bis 11.30 Uhr	<b>Englisch für Fortgeschrittene (A2)</b> (Kurs 037)	S. 45
B	10.45 bis 11.45 Uhr	<b>Sitzgymnastik</b> (Kurs 008)	S. 41
B	11.00 bis 12.30 Uhr	<b>QiGong</b> (Kurs 024)	S. 44
H	11.45 bis 13.15 Uhr	<b>Englisch Grammatik (A2-B2)</b> (Kurs 038)	S. 45
B	14.00 bis 15.30 Uhr	<b>English Reading Class (14-täglich)</b> (Kurs 040)	S. 45
B	14.00 bis 15.30 Uhr	<b>QiGong</b> (Kurs 025)	S. 44

## Mittwoch

B	8.30 bis 9.45 Uhr	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> (Kurs 007)	S. 42
H	9.30 bis 11.00 Uhr	<b>Englisch Konversation</b> (Kurs 042)	S. 46
B	10.00 bis 10.45 Uhr	<b>Gymnastik</b> (Kurs 003)	S. 41
B	10.00 bis 11.00 Uhr	<b>Sitzgymnastik</b> (Kurs 005)	S. 41
B	11.00 bis 11.45 Uhr	<b>Gymnastik</b> (Kurs 004)	S. 41

## Donnerstag

B	10.00 bis 11.30 Uhr	<b>Aquarellmalen</b> (Kurs 050)	S. 47
B	10.30 bis 12.00 Uhr	<b>Englisch Konversation</b> (Kurs 042)	S. 46
B	12.00 bis 13.00 Uhr	<b>QiGong</b> (Kurs 027)	S. 44
B	12.00 bis 13.30 Uhr	<b>Malen und Gestalten</b> (Kurs 052)	S. 47
B	12.15 bis 13.45 Uhr	<b>Englisch: Anfänger &amp; Wiedereinsteiger</b> (Kurs 044)	S. 45
B	13.15 bis 14.45 Uhr	<b>Yoga</b> (Kurs 021)	S. 43
B	15.00 bis 16.30 Uhr	<b>Yoga</b> (Kurs 022)	S. 43

## Freitag

B	10.00 bis 11.30 Uhr	<b>Gedächtnstraining</b> (Kurs 036)	S. 44
B	10.00 bis 12.00 Uhr	<b>Acrylmalen</b> (Kurs 054)	S. 47
B	12.00 bis 13.00 Uhr	<b>Tai Chi Chuan</b> (Kurs 030)	S. 43

# Teilnahmebedingungen



## Anmeldung

- Per E-Mail an: seniorentreffs@stadt.nuernberg.de oder schriftlich über den Anmeldebogen (bitte Kursnummer und vollständige Adresse mit Telefonnummer angeben).
- Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr.

## Kursgebührenbefreiung

- Nürnberg-Pass-Inhaber sind von den Kursgebühren befreit und zahlen je Kurs lediglich eine pauschale Bearbeitungsgebühr von 7,50 Euro. Hierfür benötigen wir eine einmalig zu erteilende Bankeinzugsermächtigung. Das Formular und nähere Informationen hierzu erhalten Sie im Büro des Treffs Bleiweiß. Wir bitten darum den Nürnberg-Pass unaufgefordert im Büro des Treffs Bleiweiß vorzulegen, wenn die Gültigkeit des Dokuments nach Ablauf verlängert wurde. Ansonsten müssen wir leider die normale Kursgebühr berechnen, wie sie im Programm ausgeschrieben ist.

## Zahlung

- Per Einzugsermächtigung (die Kursgebühr wird nach Antritt des Kurses von Ihrem Konto abgebucht).
- ***Nach dem ersten Kurstag ist die Teilnahme verbindlich – Stornierungen müssen spätestens dann beim Treff Bleiweiß in schriftlicher Form per Einschreiben vorliegen. Es besteht auch die Möglichkeit die Stornierung persönlich im Büro zu den Kassenzeiten abzugeben.***

## Semesterzeiten

- Sommersemester: März bis Juli; Wintersemester: September bis Februar.
- Während der Schließzeit und an gesetzlichen Feiertagen finden keine Kurse statt.
- Die Treffs behalten sich vor, aufgrund von Veranstaltungen Kurse zu verlegen. Auch durch die Kursleiter können individuell kursfreie Tage eingeplant werden.

## Teilnehmerzahlen

- Die Mindestteilnehmerzahl je Kurs ist einzuhalten.
- Bei zu geringen Teilnehmerzahlen kann mit Einverständnis der Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Kursgebühr erhöht oder die Zahl der Kurstage verringert werden. Ansonsten muss der betreffende Kurs leider abgesagt werden.

## Sonstiges

- Ein Versicherungsschutz gegen Unfälle ist in den Kursgebühren nicht enthalten.
- Die angebotenen Kurse sind keine medizinischen oder therapeutischen Angebote und ersetzen in keinem Fall eine persönliche Beratung, Untersuchung oder Diagnose durch einen approbierten Arzt. Wenn Sie sich bereits in Behandlung befinden, so klären Sie bitte vorher mit Ihrem Arzt bzw. Therapeuten die Teilnahme am Kurs ab.

**Vormerkungen sind grundsätzlich nicht mehr möglich!**

# Gruppen & Treffs

## VideoFilmClub Nürnberg 50plus e.V.

Seit zwanzig Jahren ist der VCN50plus ein fester Bestandteil des Kulturangebots im Treff Bleiweiß. Hier finden Freunde und Freundinnen der Medien Film und Video kompetente Partner für ihre Fragen. In den regelmäßigen Treffen werden Erfahrungen ausgetauscht und viele Filme angeschaut. Darüber hinaus entspannt man sich bei verschiedenen Aktivitäten, wie Ausflügen, gemeinsamen Biergartenbesuchen und der alljährlichen Weihnachtsfeier.

Entsprechend dem Bedarf erfolgen gemeinsame Videoproduktionen, sowie Vorführungen von Filmen im Treff Bleiweiß oder in anderen sozialen und kulturellen Einrichtungen.

Ein besonderer Höhepunkt ist die FILMREIHE Kino im Bleiweiß mit dem Motto „Hier trifft man Freunde“ von November bis Februar jeden Jahres.

### Regelmäßige Treffen im Bleiweiß

**Videotreff:** an einem Mittwoch im Monat von 14 bis 16 Uhr;

**MAGIX-Stammtisch:** am 1. Dienstag im Monat von 14 bis 16 Uhr;

**EDIUS-Stammtisch:** am 3. Dienstag im Monat von 14 bis 16 Uhr;

**CASABLANCA-Treff:** am letzten Freitag im Monat von 14 bis 16 Uhr;

Im jährlichen Programmheft des VCN50plus werden alle Termine und Aktivitäten aufgeführt.

Telefon: 09 11 / 409 83 69, Mobil: 0157 / 526 98 953

E-Mail: [info@vcn50plus.de](mailto:info@vcn50plus.de), Website: [www.vcn50plus.de](http://www.vcn50plus.de)

# Gruppen & Treffs

- **Deutsche Rheuma-Liga, Landesverband Bayern e.V.**

Jeden Montag von 14 bis 16 Uhr und Freitag von 9 bis 11 Uhr im Saal des Treffs Bleiweiß, Telefon 09 11 / 33 06 70, E-Mail: rheuma-liga.nuernberg@t-online.de

- **Herzsportgruppe der DJK Sparta-Noris Nürnberg**

Jeden Mittwoch im Saal des Treffs Bleiweiß (außer in den Schulferien)  
Gruppe 1 von 14 bis 15.15 Uhr; Gruppe 2 von 15.15 bis 16.15 Uhr  
Telefon (Fr. Fuchs) 01 57 / 74 60 79 63, E-Mail: sabine.fuchs@vomb.de

- **Senioren gymnastik der AWO Bleiweiß-Lichtenhof**

Jeden Mittwoch von 12 bis 13 Uhr im Saal des Treffs Bleiweiß  
Kontakt: Hr. Kohl; Telefon 09 11 / 43 60 89

- **Töpfergruppe**

Jeden Mittwoch von 9.30 bis 12 Uhr im Werkraum des Treffs Bleiweiß  
Kontakt: Fr. Erlbacher; E-Mail: gerda.erlbacher@arcor.de

- **Künstlergruppe Farbpalette**

Jeden Dienstag von 14.30 bis 16.45 Uhr im Werkraum des Treffs Bleiweiß  
Kontakt: Fr. Raab; Telefon 09 11 / 50 25 08

- **Singkreis**

Jeden 2. Samstag von 10 bis 13 Uhr im Clubraum des Treffs Bleiweiß  
Kontakt: Fr. Ziegerer, Telefon 09 11 / 31 50 613

- **Digitalcafé**

Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 10 bis 11 Uhr  
in der Cafeteria des Treffs Bleiweiß (s. Heftseite 34)

- **Digitale Fotogruppe DIFOG Nürnberg**

Jeden 1. Donnerstag im Monat im Clubraum des Treffs Bleiweiß  
Kontakt: Hr. Leykamm; E-Mail: siegfriedleykamm@online.de

- **Theosophische Arbeitsgruppe**

1x monatlich, jeden 2. Samstag des Monats von 14 bis 17 Uhr im Hobbyraum des Treffs Bleiweiß; Kontakt: Hr. Reinhardt; Telefon 01 57 / 50 15 37 82

- **Schachgruppe**

Jeden Donnerstag von 12 bis 16 Uhr in der Cafeteria des Treffs Bleiweiß  
Kontakt: Hr. Reinhardt, Telefon 01 57 / 50 15 37 82



## Bleiweiß

Hintere Bleiweißstraße 15  
90461 Nürnberg

**Öffentlicher Nahverkehr:**  
Straßenbahnlinien 7, 8, 10  
Haltestelle Schweiggerstraße  
Straßenbahnlinien 6, 10  
Haltestelle Harsdörfferplatz

**Taxi:** Irenenstraße Kreuzung  
Hintere Bleiweißstraße



Zentrale Verwaltung im Treff Bleiweiß  
Telefon 09 11 / 2 31-82 32 oder -82 24  
E-Mail [seniorentreffs@stadt.nuernberg.de](mailto:seniorentreffs@stadt.nuernberg.de)  
Sprechzeiten: Montag, Dienstag, Mittwoch und  
Freitag 9 bis 14 Uhr; Donnerstag 11 bis 14 Uhr  
Kassenzeiten: Montag, Dienstag, Mittwoch 9 bis 13 Uhr  
und Donnerstag von 11 bis 13 Uhr

[www.senioren.nuernberg.de](http://www.senioren.nuernberg.de)

