

Tagaktiv

kultur infos bewegung 60+



Liebe 3x anders
mit Oper + am 17.07.2023

Juli - September 2023

**Senioren
Rat** der Stadt Fürth


Stadt Fürth
Fürther Fachstelle für
Seniorinnen und Senioren
und die Belange von
Menschen mit Behinderung

Liebe Tagaktiven,

erneut wartet ein vielseitiges Programm auf Sie! Ob Musik, Tanz, Spiel, Sport, Literatur oder Kunst - wir bemühen uns, allen Interessen gerecht zu werden. Genießen Sie mit unseren Veranstaltungen einen aktiven und ereignisreichen Sommer!

Sie halten hier das gemeinsame Veranstaltungsprogramm des Seniorenrates und der fübs in Ihren Händen. Auf den Seiten 2 bis 7 finden Sie mit grünem Balken abgesetzt die Veranstaltungen, die mehrmals oder regelmäßig angeboten werden. Ab Seite 8 sind die einmaligen Angebote nach Datum aufgelistet und mit blauem Balken abgesetzt.

Die Ausgabe des tagaktivs für die Monate Oktober bis Dezember erscheint Anfang September.



Induktionsanlage vorhanden; bei Anmeldung bitte Bedarf anmelden

Weitere Informationen erhalten Sie über:



fübs, Alexanderstraße 9 (1. OG)

Telefon 974-1785

Fachstelle-fuebs@fuerth.de

Öffnungszeiten: Di 9:00 - 12:00 Uhr
Do 9:00 - 12:00 Uhr und 13:30 - 16:00 Uhr

Tel. Sprechzeiten: Mo - Fr 9:00 - 12:00 Uhr



Königstraße 86 (im Rathaus hinter den Bushaltestellen)

Telefon 974-1839

seniorenrat@fuerth.de

Öffnungszeiten: Di und Do 9:00 - 12:00 Uhr

Regelmäßige Veranstaltungen

Fürther Nachbarschaftsstammtisch

Jeden 1. Dienstag

16:00 - 19:00 Uhr

Treffpunkt: Babylon Fürth
Keine Anmeldung nötig



Seniorenstammtisch für Jedermann

Jeden letzten Donnerstag im Monat

14:30 Uhr

Im Grüner Brauhaus
Comödienplatz 1



Fürth bewegt

Nach der Sommerpause startet „Fürth bewegt“ in die 2. Runde. Ab 01.09. bietet das beliebte Angebot wieder unterschiedliche Bewegungs- und Sportangebote in verschiedenen Stadtteilen.

Angebote, Orte und Uhrzeiten können Sie dem Flyer „Fürth bewegt“ (erhältlich bei den öffentlichen Stellen im Stadtgebiet) oder der Homepage www.fuerth-bewegt.de entnehmen.

04.07., 19.07., 01.08., 16.08, 05.09., 20.09.2023

14:00 - 18:00 Uhr

Mit dem Seniorenrat Schafkopf spielen

Neue Termine und geänderte Anfangszeiten. Wir spielen jetzt im großen Saal des Gemeindehauses. Anfänger und Profis sind herzlich willkommen.

Gemeindsaal Wilhelm-Löhe-Gedächtniskirche, Kronacher Str. 27 (H)

Storchenstr. (Bus 177, 179)

Unkostenbeitrag jeweils: 2 € darin sind Getränke (Softdrinks, Kaffee, Tee) enthalten



Donnerstag 13.07, 27.07., 07.09., 21.09.2023

14:00 Uhr

Scrabble – gute Laune garantiert

Kommen Sie und scrabbeln Sie mit, wir sind eine nette Runde.

Koordiniertes Stadtteilnetzwerk Hard, Komotauer Str. 27 (H) Hardhöhe

(Busse, U1)

Anmeldung bei der fübs (974-1785)



17.07. und 21.08.2023

18:00 Uhr

21.09.2023

17:00 Uhr

Lachyoga mit Caroline

Unter dem Motto „Wer hätte gedacht, wie schön das ist, wenn die Gedanken nichts mehr zu denken haben, weil die Gefühle sich so gut fühlen“ veranstaltet die Lach-Trainerin Caroline Peters das Lachyoga.

Veranstalter:  **Behindertenrat** - unterstützt von der fübs.

Wiese unterhalb der Rodelbahn im Stadtpark (H) Fürther Freiheit (Busse)

Anmeldung bei der fübs (974-1785)

Bei Regen fällt das Lachyoga ersatzlos aus.

Montag 03.07., 31.07., 14.08., 11.09.2023

14:00 Uhr

Montags-Kegeln beim TV 1860 Fürth

Weiter geht's mit dem Kegeln auf den Bundesliga-Bahnen des TV 1860. Unterstützung dabei erhalten Sie von einem erfahrenen Kegler, der auch dafür sorgt, dass die Freude an diesem Sport nicht zu kurz kommt.

Eingang TV 1860 Fürth, Coubertinstr. 9 – 11  Dambach / FÜ
Coubertinstr. (Bus 178)

Kosten: 2 € pro Person/Stunde für die Bahn

Anmeldung bei der *fübs* (974-1785) oder Franz Cerny (0151-2859-4353)

*Bitte beachten: Die Bahn darf nur mit Turnschuhen betreten werden.
Tragen Sie bequeme Kleidung. Sie sollten schon etwas Erfahrung im
Kegeln haben.*



Donnerstag 20.07., 14.09.2023

17:00 Uhr

Kegeln im Superb Gebersdorf

In der Sportgaststätte „Superb“ können wir weiterhin die die Treffsicherheit testen. Wer mag, kann im Anschluss an die sportliche Aktivität ein kühles Getränk oder einen Imbiss genießen.

Treffpunkt: Sportgaststätte Superb, Neumühlenweg 160 in Gebersdorf
Bus Nr. 67 hält gegenüber

Kosten: 2 € pro Person/Stunde für die Bahn

Anmeldung bei der *fübs* (974 1785)



Der Seniorenrat bietet für Juli und September jeweils eine Tagestour für E-Bikes und eine Tour für nicht motorisierte Fahrräder an. Die Räder müssen dafür technisch in Ordnung sein und wir fahren alle mit Helm. Die Touren werden in Eigenverantwortung durchgeführt.

Bei Regen und/oder starkem Wind entfällt die Tour.

Radwanderungen ohne Akku



Donnerstag 20.07.2023

Durchs Knoblauchsland über den Irrhain nach Kraftshof (Tour 18 km)

Treffpunkt: 10:00 Uhr Kulturforum Fürth

Mittwoch 06.09.2023

Zur Thalmühle nach Erlangen (Tour 24km)

Treffpunkt: 10:30 Uhr Kulturforum Fürth

Fahrradtouren mit E-Bikes



Mittwoch 26.07.2023

E-Bike Tour zum Dechsendorfer Weiher (Tour 48 km)

Treffpunkt: 10:00 Uhr Kulturforum Fürth

Mittwoch 13.09.2023

E-Bike Tour nach Kirchfarnbach (Tour 40 km)

Treffpunkt: 10:00 Uhr Ginster Str., Einfahrt Mercedesniederlassung,
Schwabacher Str. 380

Anmeldung bis eine Woche vor der Tour möglich bei der fübs (974-1785)

Die Touren sind kostenfrei. Speisen und Getränke gehen auf eigene Rechnung. Bitte bringen Sie ausreichend Trinkwasser mit.

Eine ausführliche Beschreibung der Touren finden Sie auf der Homepage des Seniorenrates unter Veranstaltungen. (<http://www.seniorenrat-fuerth.de>)

Montag 31.07. und 25.09.2023

14:30 - 16:30 Uhr

Tanztee im Weißengarten

Immer am letzten Montag im Monat können Sie in der Tanzschule Streng das Tanzbein schwingen – zu beliebter Musik der 20er bis 70er Jahre. Genießen Sie Musik, Tanz und angenehme Gesellschaft!

Tanzschule Streng, Theaterstraße 5  Katharinenstraße (Bus 172)

Unkostenbeitrag: 3 €

Anmeldung bei der fübs (974-1785)

Nordic Walking

„Zügiges Gehen mit Gymnastik“

Jeden Sonntag

9:30 Uhr

Treffpunkt: NH-Parkplatz im Stadtwald

Keine Anmeldung nötig



Donnerstag 13.07., 10.08., 07.09.2023

14:00 Uhr

Boule im Garten des Wilhelm-Löhe-Gemeindezentrums

Ein versierter Spieler ist vor Ort. Bitte spielen Sie umsichtig, um Stürze zu vermeiden. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung!

Gemeindezentrum Wilhelm-Löhe-Gedächtniskirche, Kronacher Str. 27

 Storchenstr. (Bus 177, 179)

Unkostenbeitrag: 2€

Anmeldung ab drei Wochen vor der Veranstaltung bei der fübs (974-1785)

Bei Regen entfällt die Veranstaltung ersatzlos.



Rollatoren erobern die Tanzfläche. Seien Sie dabei!

Dienstag 25.07.2023 **14 Uhr**

In der Tanzschule Streng, Theaterstraße 5 (nicht barrierefrei)

Dienstag 19.09.2023 **14 Uhr**

Im Gemeindesaal der Wilhelm-Löhe-Gedächtniskirche, Kronacherstr. 27

Unkostenbeitrag: 3 € (ein Glas Mineralwasser/Schorle inkl.)

Anmeldung bei der fübs (974-1785)

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Der Seniorenrat übernimmt keine Haftung.



25.07., 15.08., 12.09.2023

14:00 Uhr

Minigolf-Treff 60+

Gemeinsam mit dem BRK Fürth laden wir Sie wieder zu unseren regelmäßigen Minigolf-Treffs ein. Wie auch im vergangenen Jahr wird in Vierer-Teams von einer Bahn zur nächsten „gegolft“.



Fürther FreiZeit, Ulmenstraße 6 ☎ Poppenreuther Str. (Busse)
Kostenfrei (Getränke und Speisen müssen selbst gezahlt werden)

Anmeldung ab 27.06. beim BRK (7798 128) Di - Fr 9-11 Uhr

Juli

Samstag 01.07.2023

14:00 - 17:00 Uhr

Aktive Nachbarschaft in Fürth

Aktionsnachmittag bei Kaffee und Kuchen für alle, die in der Nachbarschaftshilfe aktiv werden oder die in ihrem Umfeld eine lebendige Nachbarschaft aufbauen wollen.

Veranstalter: AG „ambulante Hilfen für Senioren“

Gemeindezentrum St. Paul, Dr.-Martin-Luther-Platz 1  Paulskirche
(Bus 177, 179)

Anmeldung bei der *fübs* (974-1785)



Montag 03.07.2023

14:00 - 16:00 Uhr

FIMO – der fitte Montag an der vhs Umgang mit Hitze

Unsere Sommer werden zunehmend heißer und Temperaturen im Bereich von 35 Grad und mehr sind heutzutage keine Seltenheit. Hohe Temperaturen belasten die meisten Menschen und gerade mit zunehmendem Alter fällt es dem Körper schwerer, Hitze auszugleichen. Dies kann zu Kreislaufproblemen, Erschöpfung und Benommenheit führen. Im Vortrag von Christiane Schmidt (Fachstelle fübs) und Diana Perkins (Umweltamt) erhalten Sie Informationen, wie Hitze auf unseren Körper wirkt – aber auch Tipps, wie Sie sich in Hitzeperioden behelfen können.

vhs Bistro, Hirschenstraße 27  Rathaus (Busse, U1)

Anmeldung bei der *fübs* (974-1785) oder
Benedikt Hofmeister (974-1705) von der VHS





Horch ämool!

Eine typisch fränkische Aufforderung, doch einmal zuzuhören. Und nicht nur, wenn es ums Fränkische geht, lohnt es sich. Der Sprecher des Collegiums Nürnberger Mundartdichter, vielfacher Literaturpreisträger und durch Auftritte, auch im Rundfunk bekannt, nimmt in seiner „theatralischen Lesung“ in humorvoller und hintergründiger Art die Schwächen, Eigenarten der Menschen und die seltsamen Begebenheiten, die sich daraus ergeben, auf Korn. Eine vergnügliche, bisweilen zum Nachdenken anregende Lesung.

Innenstadtbibliothek der Vobü Fürth [Ⓜ] Fürther Freiheit (Busse)

Unkostenbeitrag: 2 €

Anmeldung ab 12.06. bei der fübs (974-1785)



Dienstag 11.07.2023

14:00 Uhr

Wohnraumanpassung im Alter Informationsveranstaltung

Mit zunehmendem Alter zeigen sich in der eigenen Wohnung häufig Hürden, die das Leben erschweren. Hier kann oft mit kleinen oder größeren Aktionen Abhilfe geschaffen werden, so dass Sie auch mit Einschränkungen weiter gut in Ihrer eigenen Wohnung leben können.

Tourist Information im Bahnhof [Ⓜ] Fürth Hauptbahnhof (Busse, U1)

Unkostenbeitrag: 2 €

Anmeldung ab 12.06. bei der fübs (974-1785)



Liebe 3x anders mit Oper+

Kuss oder Ohrfeige? Entscheiden Sie bei diesem interaktiven Programm, wie die Geschichte weitergeht!

Ein Abend – ein Beobachter – und drei Paare an den unterschiedlichsten Punkten ihrer Beziehung. Treffen Sie auf den stürmischen Liebhaber, die selbstbewusste Lady, den schüchternen Nerd, von der Liebe Enttäuschte und selbstverständlich auch auf das Traumpaar im siebten Himmel. Durchleben Sie die verschiedenen Facetten der Liebe mit Musik aus Oper, Operette, Musical und Tonfilm.

Freilichtbühne im Stadtpark Fürth (H) Fürther Freiheit (Busse)

Anmeldung ab 19.06. bei der fübs (974-1785)

Der Veranstaltungsort ist nicht barrierefrei!



August

Dienstag 01.08.2023 und

14:00 Uhr

Dienstag 05.09.2023

kunst
galerie
fürth

Murmelbahn-Projekt

Im Dialog. Führung für Menschen 55 +

Den Sommer über verwandelt sich die Städtische Galerie in eine raum- und ebenen füllende Murmelbahn. Das partizipative und interaktive Projekt, das zugleich eine bespielbare Kunstinstallation ist, richtet sich an Kinder und Erwachsene jeden Alters.

Idee und Konzeption: Stephan Schwarzmann, Annett Langer, Hans-Thomas Langer.

kunst galerie fürth, Königsplatz 1 (H) Rathaus (U1, Busse)

Unkostenbeitrag: 4 € / erm. 2 € (nicht barrierefrei!)

Anmeldung bis eine Woche vor der Führung bei der kunst galerie (974-1690)



„Fürth von oben“ - Sightseeing-Tour -

Andere Perspektiven auf die Dinge zu werfen bringt Abwechslung in unser Leben. Lassen Sie sich von Ihrer Stadt überraschen! Bei dieser gut einstündigen Busrundfahrt kommen Sie an den schönsten und interessantesten Sehenswürdigkeiten, Plätzen und Parks vorbei. Angefangen vom Bahnhof mit dem Centaurenbrunnen, den hochherrschaftlichen Prachtstraßen – Königswarterstraße und Hornschuchpromenade – fahren Sie zum Rundfunkmuseum, weiter zum Stadttheater, entlang der Altstadt, zur Uferpromenade und zurück zur Stadthalle, am Geburtshaus Henry Kissingers vorbei, bis zur Comödie Fürth.

Abfahrt am Bahnhofsplatz Fürth (Taxistand)  Hbf Fürth (Busse, U1)

Unkostenbeitrag: 2 €, Bus ist nicht barrierefrei!

Anmeldung **ab 10.07.** bei der *fübs*

Donnerstag 10.08.2023

14:00 - 16:30Uhr



Bunte Palette Gestaltungsangebot 55+

Den Sommer über verwandelt sich die Städtische Galerie in eine raum- und ebenenfüllende Murmelbahn. Das partizipative und interaktive Projekt, das zugleich eine bespielbare Kunstinstallation ist, richtet sich an Kinder und Erwachsene jeden Alters. Aufgrund der Materialvielfalt ergibt sich eine besondere Ästhetik. Wir werden mit einfachen Materialien eigene Murmelbahnen erstellen.

Idee und Konzeption: Stephan Schwarzmann, Annett Langer, Hans-Thomas Langer.

KunstWerkRaum, Geleitgasse 4  Rathaus (U1, Busse)

Unkostenbeitrag: 6 € / erm. 4€ nicht barrierefrei!

Anmeldung **bis spätestens 08.08.** bei der *kunst galerie (974-1690)*

Montag 14.08.2023

14:00 - 15:30 Uhr

Murmelbahn für Groß und Klein

Ein Ferienangebot für Großeltern mit ihren Enkeln ab 5 Jahren

In der kunst galerie fürth—Städtische Galerie haben die Künstler Stephan Schwarzmann, Annett Langer und Hans-Thomas Langer eine gigantische Murmelbahn aufgebaut. Das Kunstprojekt ist bespielbar und regt an, sich über alte und neue Kindheitsspiele auszutauschen. Verschiedene Klangelemente, bunte Schläuche und Bahnen aus Pappröhren lassen den Murmellauf zu einem abwechslungsreichen Spiel aus Klang und Bewegung werden. Außerdem sind dort Ergebnisse aus Workshops mit Schulklassen und Ferienprogrammen versammelt und zeigen, wie vielfältig Murmelbahnen gedacht und gemacht werden können.

Die Ausstellung öffnet extra für die angemeldeten Teilnehmer, eine Kunstvermittlerin begleitet durch das Angebot.

kunst galerie fürth, Königsplatz 1 [Ⓜ] Rathaus (U1, Busse)

Unkostenbeitrag: 3 € pro Großeltern-Enkelkind-Team (nicht barrierefrei!)

Anmeldung ab 17.07. bei der fübs

Donnerstag 17.08.2023

14:00 - 16:00 Uhr

Freunde-Speed-Dating 60+

Beim Freunde-Speed-Dating 60+ lernen Sie Menschen kennen, die in Ihrem Stadtteil oder in der Nähe wohnen. Im gemeinsamen Gespräch können Sie feststellen, wen Sie näher kennenlernen möchten und Kontaktdaten austauschen ... oder Sie verbringen einfach einen Nachmittag in angenehmer Gesellschaft bei Kaffee und Kuchen.

Soziales Zentrum, Hirschenstr.37a [Ⓜ] Mathildenstr. (Bus 172)

Anmeldung ab 17.07. bei der fübs



Gemeinsames Singen im Sommer

Sommer-, Wander-,Volkslieder – singen macht Spaß und tut gut! Werner Bloß vom Gesangverein Ronhof präsentiert eine Auswahl bekannter Volkslieder zum Mitsingen mit musikalischer Begleitung. Die Liedtexte liegen für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer bereit.

Kooperationsangebot von fübs und Seniorenrat

Kirche Maria Magdalena, Liesl-Kießling-Str. 65 [Ⓜ] Magazinstr.

(Bus 179)

Anmeldung ab 24.07. bei der fübs



September

Mittwoch 06.09.2023

ab 15:00 Uhr

Einweihung Plauderbänke

An zwei Standorten in Fürth werden `Plauderbänke` aufgestellt. Sie bieten Gelegenheit, mit fremden Menschen ins Gespräch zu kommen.

Zur Einweihung der Bänke gibt es an den Standorten Kaffee und Kuchen für einen Kaffeeplausch.



(Symbolbild)

Die Standorte erfahren Sie ab August über die fübs oder über die Zeitungen.

Mittwoch 13.09.2023

14:00 - 15:30 Uhr

Führung: Friedhofskultur im Wandel

Erleben Sie den Wandel der Grabkultur durch die Jahrhunderte mit prachtvollen Grabmälern, die von der Lebensleistung der Verstorbenen zeugen, bis hin zu den heute bevorzugten schlichten Bestattungsstätten. Erfahren Sie Interessantes über die Kunststile und über die Menschen und die hier begrabenen bekannten Fürther Familien auf einer schönen Tour durch den friedlichen Park.

Friedhof Erlanger Str., Treffpunkt vor Aussegnungshalle  Fürther Friedhof (Busse)

Unkostenbeitrag: 2 €

Anmeldung ab 14.08. bei der fübs (974-1785)



Montag 25.09.2023

10:00 -12:00 Uhr

Musik für alle – Instrumentalkreis 60+

Gemeinsames Musizieren verbindet! Wer immer schon mal im Kreise Gleichgesinnter musizieren wollte oder auch „an seine guten alten Zeiten“ als Musikerin oder Musiker anknüpfen möchte, ist herzlich eingeladen, beim ersten Fürther Musizierkreis der Musikschule Fürth und der fübs dabei zu sein. Die Anleitung übernimmt Robert Wagner, Schulleiter der Musikschule Fürth. Gespielt werden Musikstücke, die gute Laune verbreiten. Auf Wünsche der Teilnehmenden wird selbstverständlich auch eingegangen.

Grundkenntnisse auf dem Instrument sind hilfreich. Wir bitten Sie Ihre eigenen Instrumente mitzubringen. Klavier, Verstärker, Stabspiele (Orff-Instrumentarium) sind vorhanden.

Musikschule Fürth - Südstadtpark  Zeppelinstr. (Bus 179)

Unkostenbeitrag: 3 €

Anmeldung ab 14.08. bei der fübs (974-1785)

Der Veranstaltungsort ist nicht barrierefrei!



Fürth Quiz

Unser Fürth Quiz geht in die nächste Runde. Gemeinsam mit dem „Koordinierten Stadtteilnetzwerk Ronhof/Kronach“ laden wir Sie herzlich dazu ein.

Wer kennt das Quiz noch nicht? Schauen Sie sich auf <https://seniorenrat-fuerth.de/category/aktivitaeten-kbnms/> - dort sind Impressionen von 2022 sowie Fragen und Antworten veröffentlicht.

Natürlich haben wir für 2023 neue Themen und Fragen. Aus besonderem Anlass wollen wir auch noch etwas über unsere Bundeshauptstadt wissen - lassen Sie sich überraschen. Wir spielen wieder in Rate-Teams - bringen Sie Ihre Freundinnen/Freunde mit - diskutieren Sie die Lösungen. Also schnell anmelden und einen der tollen Preise gewinnen.

Gemeindsaal Wilhelm-Löhe-Gedächtniskirche, Kronacher Str. 27 (H)
Storchenstr. (Bus 177, 179)

Unkostenbeitrag: 5 € (Getränke und Snacks inklusive)

Anmeldung ab 14.08. bei der fübs (974-1785)



Jubiläum - 20 Jahre Seniorenarbeit

Die fübs feiert in diesem Jahr 20 Jahre Seniorenarbeit in Fürth. Anlässlich dieses Jubiläums wird im November ein Jubiläumsmonat mit vielen verschiedenen Angeboten stattfinden. Sie dürfen gespannt sein! Unser Jubiläums-Quiz, das bereits Anfang des Jahres begonnen hat, möchten wir Ihnen gern noch einmal vorstellen.

Jubiläums-Quiz

Noch bis November haben Sie Gelegenheit, die Fragen in den Ausgaben der INFÜ zu beantworten und ein Jahresabonnement für die Veranstaltungen des tagaktivs zu gewinnen. Sie haben bisher nicht von unserem Jubiläums-Quiz gehört und möchten noch teilnehmen? Kein Problem! Sie können in der fübs alle Fragen der letzten Ausgaben sichten und noch nachträglich beantworten.