Stadt Fürth

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

Neues aus der fübs

Oktober/November 2023

„Jeder, der aufhört zu lernen, ist alt, egal ob das mit zwanzig oder mit achtzig ist."

(Henry Ford)

Liebe Leserinnen und Leser,

alle wollen alt werden, aber niemand will alt sein. Doch leider geht das Eine ohne das Andere nicht. „Alt werden ist nichts für Feiglinge" – ein bekannter Spruch, der gerne zitiert wird. Und es ist ja auch etwas dran, denn die früher oder später auftretenden Einschränkungen beim Älterwerden zu akzeptieren und in Würde mit ihnen zu leben, erfordert Mut!
Aber es gibt auch andere – und durchaus positive - Aspekte zum Thema Älterwerden. Im November feiern wir 20 Jahre kommunale Seniorenarbeit in Fürth und gemeinsam mit der AG „Reif fürs Leben" haben wir die Wanderausstellung des BMFSFJ „Was heißt schon alt?" nach Fürth geholt. Sie entstand aus einem Fotowettbewerb über die verschiedenen Lebenssituationen älterer Menschen und regt dazu an, sich mit alten und neuen Altersbildern auseinanderzusetzen. Mehrere interessante Begleitveranstaltungen zur Ausstellung finden Sie unter den November-Angeboten. Wir laden Sie herzlich ein, mit uns zu feiern - je nach Geschmack bei klassischer Musik, fränkischem Brauchtum oder Rockmusik.
Bis dahin wünschen wir Ihnen einen sonnigen Herbst und eine schöne Kirchweih bei hoffentlich gutem Wetter!

Rückblick

Hinter uns liegt ein veranstaltungsreicher Sommer. Vieles konnte bei schönem Wetter stattfinden, aber leider mussten manche Angebote auch aufgrund des Wetters ausfallen – gut für die Natur,

schlecht für die Teilnehmenden. Wir haben uns jedenfalls sehr über die zahlreiche Teilnahme an unseren Angeboten gefreut und hoffen, dass wir Sie auch im Herbst wieder begrüßen dürfen. Verabschieden müssen wir uns leider von unserem Minigolftreff und den Radtouren des Seniorenrates. Beide Angebote gehen ab Oktober in die Winterpause.
Nachfolgend zeigen wir Ihnen einige Eindrücke unseres Freunde-Speed-Datings 60+ und der Einweihung der Plauderbank im Südstadtpark.

Freunde – Speed - Dating im Sozialen Zentrum

Einweihung der Plauderbank im Südstadtpark

Regelmäßige Veranstaltungen des Seniorenrates

Veranstaltungen ohne Anmeldung:

Jeden letzten Donnerstag im Monat **14:30 Uhr**

Seniorenstammtisch für Jedermann

im Grüner Brauhaus, Comödienplatz 1

Jeden Sonntag **09:30 Uhr**

Nordic Walking

Zügiges Gehen mit Gymnastik

Treffpunkt: NH-Parkplatz im Stadtwald

Veranstaltungen mit Anmeldung:

Kegeln

Montag 09.10. und 13.11.2023 **14:00 Uhr**
Beim TV 1860 Fürth, Coubertinstr. 9-11
Kosten: 2€ pro Person

Donnerstag 12.10. und 16.11.2023 **17:00 Uhr**
Gaststätte Superb Gebersdorf, Neumühlenweg 160
Kosten: 2€ für die Bahn
Anmeldung bei der fübs

`Die Kartelakademie´

Schafkopf und andere Kartenspiele

Dienstag 03.10. und 07.11.2023
Mittwoch 18.10. und 15.11.2023 **jeweils von 14:00-18:00 Uhr**
Gemeindesaal Wilhelm-Löhe-Gedächtniskirche, Kronacher Straße 27
Anmeldung bei der fübs

Scrabble – gute Laune garantiert!

Donnerstag 05.10., 19.10., 02.11., 16.11. und 30. 11.2023 **14:00 Uhr**
Koordiniertes Stadtteilnetzwerk Hard, Komotauer Straße 32
Anmeldung bei der fübs

Veranstaltungen und Angebote im Oktober

Donnerstag 05.10. und 19.10. **13:30 – 15:00 Uhr**

Strick-Café

Koordiniertes Stadtteilnetzwerk Eigenes Heim, Friedrich-Ebert-Str. 51
Anmeldung unter 4777 2888 oder eigenesheim@diakonie-fuerth.de

Donnerstag 05.10. **19:00 Uhr**

Ich erinnere mich genau

Theaterstück zum Thema Demenz von Brian Lausund

Hardenberg-Gymnasium-Einzelhalle
Eintritt 6€
Kartenverkauf bei der fübs

Sonntag 08.10. **10:00 – 16:00 Uhr**

Hofflohmarkt in Vach und Mannhof

Weitere Infos unter www.hofflohmarkt-fuerth.de

Dienstag 10.10. – 06.12. **14:00 – 15:30 Uhr**

zusammen digital@soldner

Offenes Beratungscafé zum Thema Internet und Smartphone
Mittelschule, Soldnerstraße 60

Dienstag 10.10. **14:00 – 15:30 Uhr**

Einbruchschutz

Informationsveranstaltung mit der Kriminalpolizei

Koordiniertes Stadtteilnetzwerk Eigenes Heim, Friedrich-Ebert-Str. 51
Anmeldung unter 4777 2888 oder eigenesheim@diakonie-fuerth.de

GESUND & LEBENDIG im QUARTIER

Angebote für Poppenreuth Nord

Dienstag 10.10. 17 Uhr Übungen für einen entspannten Alltag
Dienstag 24.10. 17 Uhr Übungen für einen entspannten Alltag
Gemeinschaftshaus Sonnenberger Straße (erstes Haus links)
Veranstalter: Projektbüro IGS

Mittwoch 11. und 18.10.2023 **13:30 – 15:30 Uhr**

POP-UP CAFÉ

Im Quartiersbüro Oststadt, Lange Straße 57

ab Mittwoch 11.10.2023 **14:00 – 15:00 Uhr**

Zusammen digital@schickedanz hilft gegen die Unsicherheit im Internet

Schüler helfen bei Fragen und Unsicherheiten im Umgang mit Tablets und Smartphones
Dr.-Gustav-Schickedanz-Schule, Zimmer 63
Anmeldung bei der fübs

Dienstag 17.10.2023 **14 Uhr**

Best Before Date – Kristina Schuldt

Im Dialog. Führung für Menschen 55+
kunst galerie fürth
Unkostenbeitrag: 4€
Anmeldung bei der kunst galerie (974-1690)

Freitag 20.10.2023 **10:00 -12:00 Uhr**

Seniorenrat on Tour

Mobile Sprechstunde

Informationen für Ältere am Sparkassen-Bus auf dem Parkplatz Gartencenter Dauchenbeck

Freitag 20.10. **12:00 – 14:00 Uhr**

Vespertreff – Brotzeit und Gespräche

Koordiniertes Stadtteilnetzwerk Eigenes Heim, Friedrich-Ebert-str. 51

Freitag 20.10.2023 **15:00 Uhr**

Ökumenischer Seniorengottesdienst

Thema „Früher war alles besser?!“

Kirche St. Michael

Sonntag 22.10.2023 **15:00 Uhr**

Frankenstein

Musical nach dem gleichnamigen Roman von Mary Shelley

Stadttheater Fürth
Karte 10€
Kartenverkauf ab 09.10. bei der fübs

Dienstag 24.10.2023 **14:00 Uhr**

Rollatoren erobern die Tanzfläche!

Ort: Quartiersbüro Oststadt, Lange Straße 53
Veranstalter: Seniorenrat
Unkostenbeitrag 3€
Anmeldung bei der fübs

Mi. 25.10., Do. 23.11., Di. 19.12., Do. 18.01., Di. 20.02., Do. 21.03.
18:00 – 19:00 Uhr

Lachyoga mit Caroline

Der Behindertenrat freut sich, dass Interessierten jeden Alters, mit und ohne Einschränkungen, im Herbst und Winter wieder barrierefreie Termine mit der Lachyoga-Trainerin Caroline Peters angeboten werden können.

Ort: Sitzungssaal im Technischen Rathaus (Hinterhof)
kostenfrei, ohne Anmeldung
Bei Rückfragen: behindertenrat@fuerth.de, 974-1783 (Di. 10 bis 13 Uhr)

Donnerstag 26.10.2023 **14:00 – 16:30 Uhr**

Bunte Palette – Gestaltungsangebot 55+

KunstWerkRaum, Geleitsgasse 4
Unkostenbeitrag 6€
Anmeldung bei der Kunstgalerie (974-1690)

Donnerstag 26.10.2023 **17:30 – 20:30 Uhr**

Inklusives Schnupperklettern

Anmeldung über die Homepage der Climbing Factory
Climbing Factory, Fahrradstraße 58, 90429 Nürnberg

Donnerstag 26.10.2023 **18:00 Uhr**

Pflegestammtisch Nürnberg-Fürth

Thema Palliativ- & Hospizversorgung

BRK Fürth, Henri-Dunant-Straße 11

Donnerstag 26.10.2023 **20:00 Uhr**

Der `Seitenblick´ für frische Lese-Ideen

Vorstellung neuer Bücher

Innenstadtbibliothek, Friedrichstraße 6A, 4. Stock

Sonntag 29.10.2023 **10:00 – 19:00 Uhr**

Jubiläumsfeier Rundfunkmuseum

30 Jahre Rundfunkmuseum Fürth und 100 Jahre Radio in Deutschland

Buntes Programm zum Motto „Soundmedien – gestern und heute“
Ort: **Kulturforum**, Würzburger Straße 2

Montag 30.10.2023 **14:30 - 16:30 Uhr**

Tanztee im Weißengarten

Tanzschule Streng, Theaterstraße 5
Unkostenbeitrag 3€
Anmeldung bei der fübs

Veranstaltungen und Angebote im November

Ab 02.11.2023

Was heißt schon alt?

Fotoausstellung über die vielfältigen Lebensentwürfe älterer Menschen

Veranstalter AG „Reif fürs Leben“

02.11.	**18:00 Uhr**	**Ausstellungseröffnung im Gemeindezentrum St. Heinrich**
08.-13.11.:	Foyer des Gemeindezentrums Heilig-Geist; Max-Planck-Straße 15	
13.-22.11.:	aufgeteilt auf verschiedene Einrichtungen im Stadtgebiet	
23.-27.11.:	Foyer des Kulturforums, Würzburger Straße 2	

Donnerstag 02.11.2023 **19:00 – 21:00 Uhr**

Postjugendlich / Älterwerden ist voll sexy, man stöhnt mehr

Sabine Bode präsentiert Standup-Comedy über die Freuden und Leiden des Älterwerdens.
Veranstalter: AG `Reif fürs Leben´
Pfarrzentrum St. Heinrich
Eintritt: 5€
Karten im Vorverkauf bei der fübs

Samstag 04.11.2023 **17:00 – 20:00 Uhr**

Blend of Ages – Rock für Generationen

20 Jahre Seniorenarbeit

Rockmusik aus dem 60er-80er Jahren
Pfarrzentrum St. Heinrich
Eintritt 5€
Karten im Vorverkauf bei der fübs

Dienstag 07.11.2023 **14:00 Uhr**

Erste Hilfe-Kurs für Seniorinnen und Senioren

BRK Haus in der Henri-Dunant-Str. 11
Unkostenbeitrag 2€
Anmeldung ab 09.10. bei der fübs

GESUND & LEBENDIG im QUARTIER

Angebote für Poppenreuth Nord

Dienstag 07.11. 17 Uhr Bewegungsförderung mit Fitness und Muskelaufbau
Dienstag 21.11. 17 Uhr Übungen für einen entspannten Alltag
Gemeinschaftshaus Sonneberger Straße (erstes Haus links)
Veranstalter: Projektbüro IGS

Dienstag 07.11.2023 **18:30 Uhr**

Hallo Seele!

November im Kopf – Einsichten in die Innenwelten der Depression

Corinna Rabe/Eva Simmerlein (Sozialpsychiatrischer Dienst Fürth)
St. Heinrich, Großer Saal, Sonnenstraße 21

Freitag 10.11.2023 **18:00 – 20:00 Uhr**

Noch einmal ist alles offen

Lesung und Vortrag von Cornelia Coenen-Marx über die neuen Perspektiven, die das Älterwerden bietet
Veranstalter AG „Reif fürs Leben“
Heilig-Geist-Kirche, Max-Planck-Straße 15
Anmeldung bei der fübs

Dienstag 14.11.2023 **14:00 Uhr**

Rollatoren erobern die Tanzfläche!

Ort: Gemeindezentrum Heilig-Geist, Max-Planck-Straße 15
Veranstalter: Seniorenrat
Unkostenbeitrag 3€
Anmeldung bei der fübs

Mittwoch 15.11.2023 **14:00 – 16:00 Uhr**

Jubiläumskonzert – Europa furioso

20 Jahre Seniorenarbeit

Feiern Sie mit uns 20 Jahre Seniorenarbeit in Fürth und erleben Sie erstklassige Instrumentalmusik und mitreißende Opernarien unter der Direktion von Johannes Erkes und seinen begabten Musikerkolleg:innen.
Stadthalle Großer Saal
Eintritt 5€ Karten im Vorverkauf bei der fübs

Samstag 18.11.2023 **14:00 Uhr**

Klezmer-Konzert

Musikschule Fürth
Unkostenbeitrag 2€
Anmeldung ab 16.10. bei der fübs

Dienstag 21.11.2023 **10:00 Uhr**

Männer an den Herd

Kochkurs für Männer

VHS, Küche im 2. Stock
Kosten 10€ pro Person

Anmeldung ab 16.10. bei der fübs

Mittwoch 22.11.2023 **15:00 – 17:00 Uhr**

Fränkischer Nachmittag

20 Jahre Seniorenarbeit

Gemeindesaal St. Heinrich
Unkostenbeitrag 2€
Anmeldung ab 16.10. bei der fübs

Freitag 24.11.2023 **18:00 – 20:00 Uhr**

Geschichten von den Älteren

20 Jahre Seniorenarbeit

Theaterpädagogin Cornelia Schuster erzählt Geschichten von älteren Menschen und anderen Altgewordenen. Begleitet wird sie von Philip Tröger am Klavier.
Kulturforum Kleiner Saal
Unkostenbeitrag 3€
Anmeldung ab 09.10. bei der fübs

Montag 27.11.2023 **14:30 - 16:30 Uhr**

Tanztee im Weißengarten

Tanzschule Streng, Theaterstraße 5
Unkostenbeitrag 3€
Anmeldung bei der fübs

Kirchweihticket der infra

Für die Zeit der Fürther Kirchweih (30.09. bis 11.10.) gibt es wieder das Kirchweihticket der infra. Für 17,50€ kann die ganze Familie wieder in ganz Fürth, Nürnberg, Stein, Zirndorf und Oberasbach mit Bus, U-Bahn, Straßenbahn fahren. Das Ticket gibt es in den infra-Vorverkaufsstellen und im Servicecenter im Fürther Hauptbahnhof sowie an den Fahrkartenautomaten der infra und der VAG.

Lieblings-Café im Paritätischen Seniorenheim

Im Paritätischen Seniorenheim in der Stiftungsstraße hat das Café wiedereröffnet – und zwar für alle Bürgerinnen und Bürger. Unter dem Namen „Lieblings-Café“ gibt es leckeren und qualitativ hochwertigen Kaffee und Kuchen. Auch eine Spielecke für Kinder ist vorhanden.

Bis Ende Oktober hat das Café immer Mittwoch bis Sonntag von 12:00 bis 16:00 Uhr geöffnet. Ab November öffnet es Mittwoch bis Sonntag bereits um 10 Uhr und bietet die Möglichkeit zu einem ausgiebigen Frühstück.
Die Örtlichkeiten können auch für Geburtstagsfeste oder ähnliche Anlässe gebucht werden.
Weitere Informationen unter 0177 5019789

Plauderbänke

Im Südstadtpark und in der Friedensanlage in Ronhof wurden Plauderbänke aufgestellt. Sie sollen Menschen in Kontakt bringen und zu Unterhaltungen anregen. Im Südstadtpark finden Sie die Plauderbank auf der Höhe des Sofienheims Richtung Fronmüllerstraße. Auf der Friedensanlage stehen zwei Plauderbänke in der Nähe des Volleyballfeldes.

FREIWILLIGE GESUCHT! Aktuelle Einsatzmöglichkeiten in Fürth

TÜREN ÖFFNEN bringt gemeinnützige Einrichtungen und an Engagement-interessierte Unternehmen zusammen. Dafür sucht das Team noch Verstärkung, um das Unternehmens-Engagement in Fürth auszubauen, z.B. bei der Organisation von Freiwilligen-Tagen und der Akquise von interessierten sozialen Einrichtungen und Unternehmenspartnern.
Das Seniorenheim St. Josef wünscht sich Ehrenamtliche, die Lust haben mit den Bewohner:innen spazieren zu gehen.
Alle zwei Wochen findet der Freizeittreff für Menschen mit Behinderung der Diakonie statt. Ehrenamtliche helfen bei der Planung und Umsetzung und geben unterstützen z.B. bei Kreativangeboten.

Das Mütterzentrum / MGH sucht neue Familienpatinnen und -paten und außerdem Freiwillige mit EDV-Kenntnissen für das wöchentliche PC-Café für Seniorinnen und Senioren.

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei uns im FZF unter 0911-21 74 782 oder per Mail an fzf@iska-nuernberg.de.

Interessantes und Wissenswertes

Lust auf ein Engagement als Mediator:in in Grundschulen?

"Seniorpartner in School" - kurz: "SiS" baut gerade seinen Standort in der Metropolregion Nürnberg/Fürth/Erlangen auf und sucht motivierte Seniorinnen und Senioren, die nach einer Ausbildung zum/zur Schulmediator:in Kinder an Grundschulen bei der Lösung ihrer Konflikte unterstützen. Für die nächste Mediatorenausbildung ab Oktober 2023 gibt es noch freie Plätze für motivierte Fürther:innen 55+. Nach absolvierter Ausbildung werden Sie dann ab März 2024 einmal wöchentlich im Zweierteam an einer Fürther Grundschule mit den Mediationen beginnen. Die ehrenamtlich Engagierten entwickeln mit den Kindern Wege zu eigenständigen Lösungen ihrer Konflikte. Neugierig geworden? Dann melden Sie sich beim Ansprechpartner Gerhard Travnicek unter g.travnicek@sis-bayern.de.
www.seniorpartnerinschool.de/ueber-uns/bayern.html

Fotowettbewerb „VielfALT beeindruckende Bilder vom Leben im Alter:“

Beim Fotowettbewerb „VielfALT“ der BAGSO wurden Fotos eingereicht, die das Leben im Alter in all seinen Facetten darstellen sollen. Insgesamt wurden die Preisträger:innen aus 1.500 eingereichten Fotos ausgewählt und Preise vergeben.
Auf der Internetseite der BAGSO sind die eingereichten Bilder und die ausgezeichneten Fotografien zu sehen.
Zur Internetseite des Fotowettbewerbs

Studie zum Umgang mit Hörschwierigkeiten im Alltag

Das Institut Fraunhofer untersucht, wie sich das Hörvermögen von Menschen über die Zeit verändert und wie Menschen mit Hörschwierigkeiten ihren Alltag bewältigen. Dafür werden noch Teinehmende gesucht, die sich über einen Zeitraum von sechs Monaten wiederholt kurz befragen lassen (1-10Min). Die Studie richtet sich an Menschen ab 40 Jahren mit beginnenden oder fortgeschrittenen Hörschwierigkeiten. Die Nutzung von Hörhilfen ist möglich, aber keine Voraussetzung für die Teilnahme.
Interessierte können sich unter www.scs.fraunhofer.de/hoererleben anmelden.

Der Tipp zum Schluss

Achte auf deine Gedanken, denn sie werden Worte.

Achte auf deine Worte, denn sie werden Taten.

Achte auf deine Taten, denn sie werden Gewohnheiten.

Achte auf deine Gewohnheiten, denn sie werden dein Charakter.

Achte auf deinen Charakter, denn er wird dein Schicksal.

(Talmud)

Impressum

Fürther Fachstelle für Seniorinnen und Senioren und die Belange von Menschen mit Behinderung – fübs
Christiane Schmidt, Josephin Opp
Alexanderstraße 9
90762 Fürth
0911 – 974-1785
Fachstelle-fuebs@fuerth.de

Der nächste Infobrief erscheint Anfang Dezember 2023

Dieser Infobrief kann jederzeit per Mail oder telefonisch abbestellt werden!