Tagaktiv

kultur infos bewegung 60+

Juli - September 2024

Seniorenrat der Stadt Fürth

Stadt Fürth

fübs

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

Liebe Tagaktiven,

auch in diesem Sommer bieten wir Ihnen wieder einen bunten Strauß unterschiedlichster Veranstaltungen und freuen uns, wenn für Sie etwas Interessantes dabei ist. Damit Sie Sommer, Sonne und Natur genießen können, sind viele Angebote im Freien geplant - wir hoffen, dass das Wetter dafür passt. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Sie halten hier das gemeinsame Veranstaltungsprogramm des Seniorenrates und der fübs in Ihren Händen. Auf den Seiten 2 bis 9 finden Sie mit grünem Balken abgesetzt die Veranstaltungen, die mehrmals oder regelmäßig angeboten werden. Ab Seite 10 sind die einmaligen Angebote nach Datum aufgelistet und mit blauem Balken abgesetzt.
Die Teilnahme an den Veranstaltungen findet auf eigene Verantwortung statt.

Die Ausgabe des Tagaktivs für die Monate Oktober bis Dezember 2024 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

Seniorenrat der Stadt Fürth
Königstraße 86 (im Rathaus hinter den Bushaltestellen)
Telefon 974-1839
seniorenrat@fuerth.de
Öffnungszeiten: Di und Do 9:00 - 12:00 Uhr

Seniorenstammtisch für Jedermann

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

Ort: Grüner Brauhaus
Comödienplatz 1

Nordic Walking

„Zügiges Gehen mit Gymnastik“

Jeden Sonntag **9:30 Uhr**

Treffpunkt: NH-Parkplatz im Stadtwald

Keine Anmeldung nötig

02.07., 17.07., 06.08., 21.08., 03.09., 18.09.2024 **14:00 - 18:00 Uhr**

Schafkopfspielen

Der Seniorenrat der Stadt Fürth und das koordinierte Stadtteilnetzwerk Ronhof laden ein:

Jeden 1. Dienstag und jeden 3. Mittwoch im Monat.

Schafkopfen kann jeder lernen - Anfänger sind herzlich willkommen.

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

Unkostenbeitrag: 2 € incl. Softdrinks/Kaffee/Tee und auch was zum Naschen

Anmeldung bei der fübs (974-1785) oder einfach vorbeikommen!

Donnerstag 18.07. und 12.09.2024 **17:00 Uhr**

Kegeln im „Superb“ Gebersdorf

Ort: Sportgaststätte „Superb“, Neumühlenweg 160 in Gebersdorf.
Kosten: 2 € pro Person/Stunde für die Bahn

Infos/Anmeldung bei der fübs (974-1785)

Montag 15.07., 12.08., 09.09.2024 **14:00 Uhr**

Montags-Kegeln beim TV 1860 Fürth

Treffpunkt: Eingang TV 1860 Fürth, Coubertinstr. 9 – 11

Kosten: 2 € pro Person/Stunde für die Bahn

Infos/Anmeldung bei der fübs (974-1785) oder Franz-Josef 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 04.07., 18.07., 01.08., 05.09., 19.09.2024 **14:00 Uhr**

Scrabble – gute Laune garantiert

Ort: Koordiniertes Stadtteilnetzwerk Hard Komotauer Str. 32

Kosten: keine

keine Anmeldung nötig

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten Grundkenntnisse des Spiels beherrschen.

Montag 29.07. und 30.09.2024 **14:30 - 16:30 Uhr**

Tanztee im Weißengarten

Jeden letzten Montag im Monat können Sie in der Tanzschule Streng zu beliebter Musik der 20er bis 70er Jahre das Tanzbein schwingen.

Ort: Tanzschule Streng, Theaterstraße 5 Ⓗ Katharinenstraße (Bus 172)

Unkostenbeitrag: 5 € oder 3 € (Sie zahlen was Sie können!)

Anmeldung *bei der fübs (974-1785) oder über QR-Code*

Dienstag 09.07. 23.07. und 17.09.2024 **14:00 Uhr**

Rollatoren erobern die Tanzfläche. Seien Sie dabei!

Wir haben ein attraktives Kursangebot für Sie geschnürt:

5er-Karte für 6 Tanzstunden in Folge (1 Tanzstunde ist gratis) zu 25 €
10er-Karte für 12 Tanzstunden in Folge (2 Tanzstunden sind gratis) zu 45 €.

Im Preis enthalten ist jeweils ein Glas Mineralwasser oder Schorle pro Tanzstunde.

Ort: Tanzschule Streng, Theaterstraße 5

Weitere Information und Anmeldung *bei der Tanzschule unter: 777-444*
Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.
Der Seniorenrat übernimmt keine Haftung

Senioren Rat der Stadt Fürth

Jeden Donnerstag **14:00 Uhr**

Boule im Südstadtpark

Ein versierter Spieler ist vor Ort. Die Teilnahme ist kostenlos, Anmeldung nicht nötig, Kugeln sind vorhanden. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Ort: Plätze neben der `Grünen Halle‘, Einfahrt Flößaustraße

Bei Regen entfällt die Veranstaltung ersatzlos.

Dienstag 09.07., 06.08., und 03.09.2024 **14:00 – 16:00 Uhr**

Minigolf-Treff 60+

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

Ort: Fürther FreiZeit, Ulmenstraße 6 Ⓗ Poppenreuther Str. (Busse)

Kostenfrei (Getränke und Speisen müssen selbst gezahlt werden)

Anmeldung über BRK (0911 7798 128) – Di-Fr 9-11 Uhr

Kooperation mit dem BRK

Fürth bewegt

Das beliebte Angebot „Fürth bewegt“ bietet über den Sommer wieder unter-schiedliche Bewegungs- und Sportangebote in sechs 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.

E-Bike-Touren des Seniorenrats

Wir fahren gemäßigt auf möglichst ebenen Radwegen oder wenig befahrenen Straßen und halten für kleine Besichtigungen. Wir essen in Gasthäusern/ Biergärten gemeinsam zu Mittag und sind im Laufe des Nachmittags wieder zu Hause.
Die Touren sind kostenlos, Speisen und Getränke gehen auf eigene Rechnung.

Donnerstag 18.07.2024 **(Ausweichtermin 25.07.2024)**

E-Bike-Tour nach Oedenreuth und Roßtal

Wir fahren an der Regnitz entlang über Oberasbach nach Lind und weiter nach Oedenreuth, wo wir im Gasthof Kressenhof unsere Mittagspause einlegen. Danach geht‘s nach Roßtal, wo wir die Kirche St. Laurentius mit der Krypta besichtigen. Über Buttendorf, Neusses, Ammerndorf und Zirndorf geht der Heimweg zurück nach Fürth.
Gesamt ca. 35 km

Treffpunkt: 10:00 Uhr, Ginsterstraße - Einfahrt Mercedesniederlassung an der Schwabacherstr. 380

Donnerstag 08.08.2024 **(Ausweichtermin 15.08.2024)**

E-Bike-Tour rund um den Dechsendorfer Weiher

Wir fahren im Regnitzgrund bis Erlangen. Über den Neumühl-Steg durch Alterlangen zur Schleuse Möhrendorf. Von dort durch den Wald bis zum Dechsendorfer Weiher, den wir umrunden. Nach der obligatorischen Rast geht‘s am RMD-Kanal zurück nach Fürth. Am Solarberg endet unsere gemeinsame Tour. Gesamt ca. 38 km.

Treffpunkt: 10:15 Uhr, Kulturforum Fürth

Mittwoch 04.09.2024 **(Ausweichtermin 11.09.2024)**

E-Bike-Tour nach Oberreichenbach

Wir fahren an der Regnitz entlang nach Zirndorf, den Radweg weiter über Egersdorf nach Cadolzburg. Weiter durch den Wald bis Kirchfarrnbach und Oberreichenbach, wo wir im Landgasthof „Alte Schmiede“ unsere Mittagspause einlegen. Die Rückfahrt geht über Unterschlauersbach, Großhabersdorf und Ammerndorf. Gesamt ca. 40 km.

Treffpunkt: 10:00 Uhr, Ginsterstraße - Einfahrt Mercedesniederlassung an der Schwabacherstr. 380.

Anmeldung bis jeweils 4 Tage vor Fahrt bei der fübs 974-1785 oder direkt bei Tourguide Hans Gau 0175-725-0112 (auch über WhatsApp)
Die Räder müssen technisch in Ordnung sein. Wir fahren alle mit Helm und nach der StVO. Bitte nehmen Sie Trinkwasser mit. Die Tour wird in Eigenverantwortung durchgeführt. Bei Regen und/oder starkem Wind findet die Tour eine Woche später statt.

FIMO - der fitte Montag an der vhs

Montag 01.07.2024 **14:00 - 16:00 Uhr**

Fit in Erster Hilfe – Schwerpunkt Hitze

Referent: BRK Kresiverband Fürth
Sie erfahren hier, wie Erste Hilfe bei typischen altersbedingten Not- oder Unfällen geleistet werden kann. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf Beschwerden, die durch Hitze entstehen können.

Ort: vhs Bistro, Hirschenstraße 27 Ⓗ Rathaus (Busse, U1)

Anmeldung bei der fübs (974-1785) oder der vhs (974-1705) oder über den QR-Code

Kooperation mit GesundheitsregionPlus, AOK, Seniorenrat, vhs

Jeden Dienstag **14:00 - 15:30 Uhr**

zusammen digital @ soldner
Offenes Beratungscafé

Die Mittelschule Soldnerstraße bietet auch weiterhin ein offenes Beratungsangebot für ältere Bürgerinnen und Bürger bei Fragen zu Internet und Smartphone. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich – einfach vorbeikommen!

Während der Sommerferien findet keine Beratung statt.

Ort: Mittelschule Soldnerstraße, Soldnerstraße 60
Ⓗ Buslinie 171, 176 und U-Bahn Haltestelle Hardhöhe

Mittwoch 03.07., 10.07.2024 **14:00 – 15:30 Uhr**

zusammen digital @ schickedanz hilft gegen die Unsicherheit mit dem Internet

Schülerinnen und Schüler der Dr.-Gustav-Schickedanz-Mittelschule helfen Seniorinnen und Senioren dabei, sicher mit Smartphones, Tablets und anderen digitalen Geräten umzugehen. Gemeinsam lösen sie alltägliche Herausforderungen in 1:1 Gesprächen. Das Ziel ist es, die Freude an der Nutzung digitaler Möglichkeiten zu entdecken. Das Projekt wird vom Bildungsbüro der Stadt Fürth und dem Bayerischen Digitalministerium unterstützt.

Ort: Dr.-Gustav-Schickedanz-Schule - Zimmer 63, Finkenschlag 45 Ⓗ Riemenschneiderstr. (Bus 171, 175)

Anmeldung bei der fübs (974-1785)

Juli

Montag 15.07.2024 **14:00 Uhr**

Dachgeschichten

„Dürers Knechtlein“ - Lesung mit Kerstin Trimble

Albrecht Dürer hat keine Geduld für Lehrbuben, nur der feinsinnige Adrian berührt ihn mit seiner außergewöhnlichen Gabe. Doch das Wunderkind ist ein Mädchen. Gemeinsam mit dem Trickbetrüger Jakob täuscht Klara den Dürerhaushalt und treibt in der gesamten Reichsstadt wahnwitzige Possen. Während sie an immer mächtigere Gegner geraten, ahnt Dürer nicht, dass auch sein guter Name in großer Gefahr ist…

Ort: Innenstadtbibliothek (4 OG) Ⓗ Fürther Freiheit (Busse)

Eintritt 2 €

Anmeldung ab 11.06. bei der fübs (974-1785)

Mittwoch 17.07.2024 **16:00 - 20:00 Uhr**

Seniorenrat on Tour

Anlässlich des Nachbarschaftstreffs „rollt“ der Seniorenrat Fürth mit einem Bus, der von der Sparkasse zur Verfügung gestellt wird, durch die Südstadt von Fürth. Er stellt sich und seine Arbeit vor, beantwortet Fragen und kümmert sich um die Anliegen der älteren Bürgerinnen und Bürger.
Alle Interessierten sind herzlich eingeladen!

Ort: Paulskirche, Amalienstraße Ⓗ Paulskirche (Bus 177, 179)

Dienstag 23.07.2024 und **14:00 Uhr**
Dienstag 17.09.2024

kunst
galerie
fürth

Dashdemed Sampil

Im Dialog. Führung für Menschen 55 +

Werkschau mit dem Nürnberger Künstler Dashdemed Sampil (*1971 in Songino Sum, Mongolei). Er malt, zeichnet und schafft archaisch anmutende Installationen und Objekte. Seine Arbeiten sind kraftvoll und ausdrucksstark. Zuletzt sind auch digitale Zeichnungen und Kurzvideos hinzugekommen, denen er die Ästhetik eines kindlichen Gestus verleiht und die er über Social Media Plattformen veröffentlicht.

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

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

Anmeldung bis 21.07. bzw. 15.09. unter galerie@fuerth.de oder Tel. 974 1690

Dienstag 23.07.2024 **14:00 Uhr**

Die Frankenbänd

Die Frankenbänd gehören zu Nemberch wie Lebkoung und Brodwärschd. Sie praktiziert ihre fröhliche Gratwanderung zwischen Unterhaltungskunst und Liedermacherei, zwischen „Wärt vo Färth" und „Bubblmoo", zwischen Club und „Strasserboh" seit Jahrzehnten. Wie viel Spaß diese Charakterköpfe noch beim akustischen Musizieren und vokalen Harmonieren haben, bekommen Sie an diesem Nachmittag zu hören. Fai wergli!
"Denn der Blues is unser Kumpl und der Rock'n Roll mei Freind, und der Bluegrass aus Kentucky mit der Volksmusik vereint."

Ort: Freilichtbühne Ⓗ Fürther Freiheit (Busse)

Anmeldung ab 18.06. bei der fübs oder über QR-Code

Dienstag 30.07.2024 **14:00 - 15:30 Uhr**

kunst galerie fürth

Großeltern-Enkel-Tag
Kunst für Groß und Klein

Gemeinsam erkunden wir die Ausstellung des Künstlers Dashdemed Sampil, der 1971 in der Mongolei geboren wurde. Er malt, zeichnet und schafft archaisch anmutende Installationen und Objekte. Wir nehmen die gezeigten Kunstwerke zum Anlass, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Ein generationenverbindendes Angebot aus Führung und Kreativangebot.

kunst galerie fürth, Königsplatz 1 Ⓗ Rathaus (U1, Busse)
Unkostenbeitrag: 5 € pro Erwachsener + Kind / +1 € für jedes weitere Kind / +4 € für jeden weiteren Erwachsenen

Für Kinder ab 6 Jahre (nicht barrierefrei!)

Anmeldung bis 14.07. unter galerie@fuerth.de oder Tel. 974 1690

August

Donnerstag 15.08.2024 **14:00 Uhr**

SKT Kultur-Treff

DIE SCHICKEN SWINGSCHNITTEN
Swingen im Grünen

Im Juli 1999 erblickten sie an der Musikschule Fürth das Licht der Welt: die Schicken Swingschnitten. Stolze 25 Jahre später bes(ch)wingt dieses einzigartige generationsübergreifende Ensemble aus Schülerinnen und Lehrerinnen der Musikschule immer noch schick und schnittig das regionale Publikum. Sie tun dies von Anbeginn bis heute mit unveränderter Spielfreude, mitreißendem Sound und schmissigen Arrangements. Eine Erfolgsgeschichte, die zeigt, dass Musik verbindet. Das gemeinsame Credo der Damen: Hauptsache, es macht Spaß!

Ort: Freilichtbühne Ⓗ Fürther Freiheit (Busse)
Anmeldung ab 15.07. bei der fübs oder über QR-Code

September

Dienstag 10.09.2024 **14:00 – 16:00 Uhr**

Singen im Grünen

Im Café Rodelbahn hinter dem Babylon-Kino singen wir gemeinsam Sommer-, Wanderlieder und andere. Bei Café und Kuchen lassen wir die Melodien - unterstützt und angeleitet vom Ronhofer Männerchor - über den Stadtpark schallen.
Bei schlechtem Wetter wird in der Diele des Babylons gesungen.

Ort: Café Rodelbahn, Nürnberger Str. 3
Anmeldung ab 05.08. über die fübs oder über QR-Code
Kooperation mit dem Seniorenrat

Mittwoch 11.09.2024 **9:30 - 11:30 Uhr**

„Willkommen im wilden Stadtgrün“

ein geführter Erlebnisspaziergang am stadtökologischen Lehrpfad

Auf einem Spaziergang entlang des Fürther stadtökologischen Lehrpfades wollen wir gemeinsam entdecken, wie Pflanzen unsere Stadt erobern. Was ist eigentlich unser ganz persönlicher Bezug zu Pflanzen? Was geben uns Pflanzen und was brauchen sie? Welche Geschichten und Mythen ranken sich um sie. Zusammen möchten wir hinsehen, hören und spüren. Mit kleinen Aktionen, interessanten Infos und dem Austausch in Bewegung nähern wir uns der Lebenswelt der Pflanzen in unserer Stadt.

Treffpunkt: Kirchenplatz St. Michael, Wilhelm - Löhe Büste
Endpunkt: Waldmannsweiher (Strecke ca. 2,0 km)
Anmeldung ab 06.08. bei der fübs oder über QR-Code
Kooperation mit dem Amt für Umwelt, Ordnung und Verbraucherschutz

Freitag 13.09.2024 **10:00 Uhr**

Mobilitätstraining mit Rollator und Rollstuhl in Stadeln

In Zusammenarbeit mit der fübs und dem Seniorenrat bietet die Infra auch im Herbst Nutzern:innen von Rollatoren oder Rollstühlen ein Training an, um Unsicherheiten bei der Nutzung der Stadtbusse weiter abzubauen.

Was ist beim Betreten oder Verlassen des Busses zu beachten?
Wie verhalte ich mich während der Fahrt?
Welche Technik ist am sichersten und einfachsten?

All das wird vor Ort besprochen und geübt.
Das Training ist selbstverständlich kostenlos.

Ort: Parkplatz beim Feuerwehrhaus Stadeln Ⓗ Stadeln Fischerberg (Bus 173)

Anmeldung ab 12.08. bei der fübs (974-1785) oder über QR-Code

Kooperation mit Seniorenrat und infra

Mittwoch 18.09.2024 **10:00 - 11:30 Uhr**

Kleine Naturschätze entdecken mit Rollator

Auf einem kleinen Spaziergang entlang des stadtökologischen Lehrpfades wollen wir gemeinsam entdecken, welche Naturschätze sich in der Stadt finden lassen. Mit kleinen Aktionen, interessanten Infos und einem Austausch in Bewegung nähern wir uns der Natur in unserer Stadt an und entdecken ihre Besonderheiten. Die Veranstaltung ist von Streckenlänge und Begebenheiten für Menschen mit Rollatoren konzipiert.

Treffpunkt/Endpunkt: U-Bahn Haltestelle Stadthalle/Infotafel stadtökologischer Lehrpfad AB (Strecke ca. 1,5 km)
Anmeldung ab 06.08. bei der fübs oder über QR-Code

Kooperation mit dem Amt für Umwelt, Ordnung und Verbraucherschutz

Donnerstag 26.09.2024 **18:00 – 19:30 Uhr**

Mit Demenz sicher zu Hause wohnen

Wohnberatung Fürth

Referentin: Agathe Kopp-Büeler (Dipl. Architektin)

Die Wohnberatung Fürth berät zur barrierefreien Umgestaltung der eigenen Wohnung – mit dem Ziel, dass Betroffene möglichst lange in ihrer Wohnung leben können. Eine Erkrankung an Demenz bedingt besondere Anforderungen an das Lebensumfeld. Erfahren Sie, welche Maßnahmen in diesem Falle helfen können, damit Betroffenen sich weiter gut zurechtfinden.

Ort: Soziales Zentrum, Hirschenstraße 37 Ⓗ Rathaus (U1, Busse)

Anmeldung ab 19.08. bei der fübs (974-1785) oder über QR-Code

Fürther Demenztage

Im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche im September finden auch in Fürth unter dem Titel „Fürther Demenztage“ verschiedenste Veranstaltungen zum Thema Demenz statt. Neben dem hier bereits angekündigten Vortrag zum Thema „Mit Demenz sicher zu Hause wohnen“ sind unter anderem noch folgende Veranstaltungen geplant:

Demenzforum Fürth - informiert über Krankheitsbild, Krankheitsentwicklung, Beratungsmöglichkeiten und Hilfen

Demenzpartnerschulungen - unterstützen einen zugewandten und wertschätzenden Umgang mit Betroffenen

Das Programm zu den Fürther Demenztagen erscheint Ende Juli und ist über die fübs erhältlich.