

Tagaktiv

kultur infos bewegung 60+



Weihnachtslieder-
Singen 2023

Oktober - Dezember 2024

**Senioren
Rat** der Stadt Fürth

**f ü b s**
Stadt Fürth
Fürther Fachstelle für
Seniorinnen und Senioren
und die Belange von
Menschen mit Behinderung

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



01.10./16.10./05.11./12.11./03.12./18.12.

14:00 - 18:00 Uhr

Schafkopf-Spielen



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

Schafkopf kann jeder lernen – auch Anfänger sind herzlich willkommen.

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

Kosten: 2€ inkl. Softdrinks/Kaffee/Tee und was zum Naschen

Anmeldung bei der Fübs oder einfach vorbeikommen!



Montag 07.10., 04.11., 09.12.

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.

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

Kosten: 2€ pro Person/Stunde für die Bahn

Anmeldung bei der fübs oder Franz Cerny (0151-2810-594-353)

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



Donnerstag 10.10., 14.11., 12.12

17:00 Uhr

Kegeln im Superb Gebersdorf

Schwungvoll geht's in den Herbst. In der Sportgaststätte „Superb“ haben wir weiterhin die Gelegenheit, die Treffsicherheit zu 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€ für die Bahn

Anmeldung bei der fübs



Donnerstag 10.10., 24.10., 07.11., 21.11., 12.12.

14:00 Uhr

Scrabble – gute Laune garantiert



Scrabbeln macht Spaß und hält die grauen Zellen auf Trab. Spielen Sie mit, wir sind eine nette Runde.

Ort: Koordiniertes Stadtteilnetzwerk Hard, Komotauer Str. 32
Ⓜ Hardhöhe (Bus 171, U1)

Anmeldung bei der fübs



Die Teilnehmenden sollten die Grundzüge des Spiels beherrschen.

Donnerstag 17.10., 07.11., 05.12.

14:30 Uhr

Neu im Angebot: Dart in der „Ruine“



Wer trifft ins Schwarze? In fröhlicher Runde wollen wir das beim Automaten-Dart herausfinden. Pfeile haben wir für Sie.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Treffpunkt: Sportgaststätte ‚Ruine‘, Erlanger Str. 70,
Ⓜ Alte-Reut-Straße (Bus 179)

Kosten: 3€

Anmeldung bei der fübs



Montag 28.10., 25.11., 16.12.

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 1920er bis 1970er Jahre. Genießen Sie Musik, Tanz und angenehme Gesellschaft!

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

Kosten 5€ / 3€ (zahl, was du kannst)

Anmeldung bei der fübs



Dienstag 01.10., 15.10., 12.11., 26.11., 10.12.

14:00 Uhr

Rollator-Tanz in der Tanzschule Streng

Ein attraktives Kursangebot erwartet Sie!

Ort: Tanzschule Streng, Theaterstraße 5

Weitere Infos und Anmeldung bei der Tanzschule unter: 777-444
oder unter www.tanzschule-streng.de

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

FIMO - der fitte Montag an der vhs

Montag 07.10.

14:00 - 15:30 Uhr

Bunte Stützen für die Beine

Claudia Höfler, Venenfachbeauftragte der Adler-Apotheke in Stadeln, gibt Informationen zum Thema Stützstrümpfe und einen Überblick über die verschiedenen Materialien und deren Anwendungsgebiete.

Montag 04.11.

14:00 - 15:30 Uhr

Gemeinsam gesund

Wie soziale Kontakte sich auf unsere Gesundheit auswirken

Die Seniorenbeauftragte Christiane Schmidt erklärt, wie Gesundheit und Gemeinschaft zusammenhängen, warum Einsamkeit krank machen kann und was wir für eine gute Gemeinschaft tun können.

Montag 02.12.

14:00 - 15:30 Uhr

Geriatric am Klinikum Fürth

Der Chefarzt der Geriatrie am Klinikum Fürth – Dr. Peter Neumeier – berichtet über die Geschichte der Geriatrie, ihren Auftrag und aktuelle Behandlungsmöglichkeiten

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

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



Montag 04.11., 11.11., 18.11.

14:00 - 17:00 Uhr

Dabei sein – Umgang mit PC und Tablet

An drei Nachmittagen bringen wir Ihnen den Umgang mit der digitalen Welt näher. Sie lernen gemeinsam mit Gleichgesinnten und mit Hilfe erfahrener Dozent*innen moderne Endgeräte wie z.B. Tablets zu bedienen - alltagsnah und leicht verständlich. Die Geräte werden dafür von der vhs zur Verfügung gestellt.

Montag 02.12., 09.12., 16.12.

14:00 – 16:00 Uhr

Dranbleiben „Alltagshilfen“

Für alle, die bereits Grundkenntnisse im Umgang mit digitalen Geräten haben, für die aber die Handhabung von Apps noch schwierig ist, können in diesem Kurs lernen, für den Alltag wichtige Apps, wie z.B. Bahn, VAG, PayPal u.a. zu nutzen.



Für beide Angebote:

Ort: Innenstadtbücherei, Friedrichstraße 6a [Ⓜ] Stadttheater

Anmeldung bei der vhs (974-1700)



Oktober

Donnerstag 03.10.

14:00 - 15:30 Uhr

‘La Vie en Rose’ - Tanztheater der Bürgerbühne Probenbesuch und Mini-Tanzworkshop

Erleben Sie eine der Endproben der Bürgerbühne. Yvonne Swoboda hat das Stück inszeniert und bietet Ihnen die Möglichkeit, bei einer Probe dabei zu sein und selbst tänzerische Einlagen auszuprobieren.

Ort: Kulturforum, Würzburger Straße 2 – Große Halle
📍 Stadthalle (Busse, U1)



Anmeldung bei der fübs oder über QR-Code

Montag 07.10.2024

14:00 - 16:00 Uhr



Seniorenachmittag auf der Kirchweih

Wir dürfen Sie in diesem Jahr wieder herzlich zu unserem Seniorennachmittag in Trixi's Ochsenbräterei einladen. Freuen Sie sich auf einen fröhlichen Nachmittag mit Musik, Kaffee und Kuchen sowie Überraschungen.



Ort: Festzelt Trixi's Ochsenbräterei 📍 Hauptbahnhof

Kosten 2 €

Anmeldung bei der fübs oder über QR-Code

Montag 07.10.

10.30 Uhr - 12:00 Uhr

Stadionführung Sportpark Ronhof I Thomas Sommer

Eine Führung durch die „heiligen Hallen“ mit reichlich spannenden Hintergrundinfos zur Geschichte der Spielvereinigung, dem Standort Ronhof und der Haupttribüne. Wir konnten Jürgen Schmidt, Vorstand und Archivar der Spielvereinigung dafür gewinnen.

Natürlich bieten sich während und nach der Stadionführung auch Gelegenheiten für Ihre Fragen, Anregungen und weitere Hintergrundgespräche.

Ort/Treffpunkt: Laubenweg 60, 90765 Fürth
Ⓜ Sportpark Ronhof (179)

Kosten 5€
Anmeldung bei der fübs



Donnerstag 10.10.

18:00 – 20:00 Uhr

Noch einmal wird alles anders das Geschenk des Älterwerdens

Die evangelische Theologin Cornelia Coenen-Marx erzählt mitreißend von neuen Perspektiven, die das Älterwerden bietet.

„Wenn wir heute in den Ruhestand gehen, ist das ein wahrer Neuanfang. Von vielem befreit und viel wissend entdecken wir neu, wer wir sein und wie wir leben möchten. Es ist tatsächlich noch einmal alles offen.“

Ort: Heilig-Geist-Kirche, Max-Planck-Straße 15
Ⓜ Hardhöhe (Bus 172, U1)

Eintritt auf Spendenbasis
Anmeldung bei der fübs oder über QR-Code



Freitag 18.10.2024

15:00 Uhr

Ökumenischer Seniorengottesdienst Heiterkeit in schwierigen Zeiten

Freuen Sie sich auf einen Gottesdienst, der in unserer schwierigen Zeit etwas Leichtigkeit und Freude vermittelt – vorbereitet und durchgeführt von Pfarrer Rudolf Koch, Marianne Niclaus (Seniorenrat), Renate und Ernst-Wilhelm Schiller, Regine Schramm (St. Heinrich) und Gisela Siemoneit.

Anschließend: gemütliches Beisammensein im Pfarrsaal

Ort: Kirche Unsere Liebe Frau, Königstraße 126 -  Stadttheater (Busse)

Sonntag 20.10.

15:00 Uhr

La Vie en Rose

eine tänzerische Expedition mit Damen und Herren ab 65

Wenn Sie die Möglichkeit hätten, alles noch einmal zu tun, was würden Sie ändern? Wären wir mutig genug, mehr zu lieben, mehr zu wagen, mehr zu leben?

Der neue Tanztheaterabend aus dem Brückenbau wirft mit Bürgerinnen und Bürgern ab 65 einen Blick auf die existenziellen Fragen des Seins: Was macht ein gut gelebtes Leben aus? Was ein glückliches?

Inszenierung: Yvonne Swoboda

Ort: Kulturforum, Würzburger Straße 2 – Großer Saal
 Stadthalle (Busse, U1)

Kosten: 10€ / 5€ (zahl, was du kannst)

Kartenvorverkauf ab 23.09. bei der fübs

Gemütlicher Waldspaziergang durch den herbstlichen Stadtwald

Bei einem geführten Spaziergang entdecken wir den herbstlichen Stadtwald wieder ein wenig abseits der ,ausgetretenen Pfade.

Bitte tragen Sie festes Schuhwerk.

Bei starkem Regen oder Wind entfällt der Spaziergang.

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Der Seniorenrat übernimmt keine Haftung.

Treffpunkt: Bushaltestelle Eschenau (Linie 178)

Dauer: 1,5 bis 2 Stunden

Anmeldung ab 23.09. bei der fübs



Dienstag 22.10.

14:00 Uhr

kunst
galerie
fürth

Inge Gutbrod

Take a bath in my light-soaked bodies

Im Dialog. Führung für Menschen 55+

Die Fürther Künstlerin beschäftigt sich mit dem Material Wachs, dessen Ausdrucksmöglichkeit sie seit vielen Jahren auslotet. Neben dem Experiment mit Form und Farbe rückt sie auch die Eigenschaft der Transluzenz dieses sinnlichen Materials in den Fokus.

Ort: Kunstgalerie, Königsplatz 1 (nicht barrierefrei)

Kosten: 4€ / 2€

Anmeldung bis 2 Tage vorher bei der kunstgalerie (974-1690)

Mittwoch 23.10.2024

14:00 Uhr

Fürth-Quiz

mit einer besonderen Überraschung

Unser Fürth Quiz geht in die dritte Runde. Gemeinsam mit dem „Koordinierten Stadtteilnetzwerk Ronhof/Kronach“ laden wir Sie herzlich dazu ein. Natürlich haben wir für 2024 neue Themen und Fragen. 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.

Im Unkostenbeitrag sind alkoholfreie Getränke/Kaffee enthalten. In der Pause servieren wir ein kleines Büffet und Gebäck.

Und ... wir haben einen tollen Sonderpreis, alle Teilnehmenden haben die einmalige Chance ... mehr verraten wir noch nicht.

Ort: Wilhelm-Löhe-Gedächtniskirche, Kronacher Str. 27

Ⓜ Storchenstr. (Bus 177, 179)

Kosten: 5€

Anmeldung ab 23.09. bei der fübs

**Senioren
Rat** der Stadt Fürth

Donnerstag 24.10.

ab 13:30 Uhr

Kunstmuseum Erlangen Jubiljahre (Gruppenausstellung)

Das Kunstmuseum Erlangen zeigt Kunst aus Franken und der Oberpfalz nach 1945. Im Jahr 2024 gibt es ein Jubiläum: 35 Jahre ehrenamtliche Tätigkeit um das Kunstmuseum. Dies ist auch der Anlass für die Ausstellung „Jubiljahre“. Nach dem Museumsbesuch besteht die Möglichkeit für einen gemeinsamen Austausch.

Treffpunkt: Fürth Hauptbahnhof Gleis 2 (Zugticket bitte vorher lösen)
Eintritt für das Museum ist kostenlos, eine Spende ist möglich
Anmeldung ab 23.09. bei der fübs (974-1785)

Das Museum ist nicht barrierefrei!



Dienstag 29.10.

14:00 – 15:30 Uhr

kunst
galerie
fürth

Großeltern-Enkel-Tag

Kunst für Groß und Klein

Gemeinsam erkunden wir die Ausstellung und nehmen die gezeigten Kunstwerke zum Anlass, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Eine Kunstvermittlerin begleitet durch das generationsverbindende Programm aus Führung und Kreativangebot.

Ort: Kunstgalerie, Königsplatz 1 (nicht barrierefrei)
Kosten: 5€ für Erwachsene mit Kind – plus 1€ für jedes weitere Kind und 4€ für jeden weiteren Erwachsenen (geeignet für Kinder ab 6 Jahren)
Anmeldung bis 22.10. bei der Kunstgalerie (974-1690)

Jetzt geht's los – Lebensabschnitt Rente

Veranstaltungsreihe für (baldige) Neurentner/-innen und andere Interessierte

Freitag 11.10.

17:00 - 18:00 Uhr

Blühen-Reifen-Ernten

Achtsamkeits-Spaziergang durch den Fürther Stadtpark

Treffpunkt: Auferstehungskirche, Nürnberger Straße 15

Ab Dienstag 15.10.

18:00 – 21:00 Uhr

Jetzt geht's los

interaktiver Kurs zum Übergang in die Rente

Der Kurs ist für Menschen, die in nächster Zeit oder gerade in den Ruhestand wechseln und sich darauf vorbereiten wollen.

Mittwoch 06.11.

18:00 – 20:00 Uhr

Nach der Arbeit

Der Dokumentarfilm zeigt fünf Protagonisten beim Übergang zwischen Arbeit und Ruhestand.

Ort: Babylon, Nürnberger Straße 3

Dienstag 12.11.

18:00 – 20:00 Uhr

Ernte-Rente-Segen

Gottesdienst

Anschließend: Snacks und gute Gespräche

Ort: Kirche Heilig-Geist, Max-Plank-Straße 15

Weitere Infos über www.reif-fuers-leben.de oder die fübs

November

Dienstag 05.11.

14:00 Uhr

Häuser und Straßen erzählen Geschichten

Ein virtueller Rundgang durch die Fürther Südstadt mit der Stadtheimatpflegerin Karin Jungkunz

Entdecken Sie beim „Spaziergang im Sitzen“ die Bauschönheiten des größten Fürther Stadtteils und erfahren Sie mehr über dessen spannende Entwicklung von der Industrialisierung bis heute.

Ort: Gemeindesaal St. Paul, Dr. Martin-Luther-Platz 1

Kosten: 2€

Anmeldung ab 08.10. bei der fübs



Freitag, 08.11.2024

17:00 Uhr - ca. 20:30 Uhr

Einlass ab 16:30 Uhr

Lieder, Songs und G'schichtli Konzert in der Löhe-Kirche



Der Seniorenrat und das koordinierte Stadtteilnetzwerk Ronhof proudly present:

Gerhard Keil zusammen mit Nightline-Music

Erleben Sie einen abwechslungsreichen Abend mit deutschen und internationalen Songs, gepaart mit unterhaltsamen Geschichten.

Verkauf von Getränken und Snacks in der Pause

Ort: Wilhelm-Löhe-Gedächtniskirche, Kronacher Str. 27

Ⓜ Storchenstr. (Bus 177, 179)

Kosten: 8€ (freie Platzwahl)

Kartenvorverkauf ab 08.10. bei der fübs



Erste Hilfe: Wundversorgung

Eine Abschürfung beim Fahrradfahren, eine Brand- oder Schnittverletzung im Haushalt, bei welcher nicht gleich der Notarzt kommen muss. Eine erfahrene Ausbilderin des BRK erklärt uns, wie kleine Wunden wirksam versorgt werden können.

Treffpunkt: BRK-Haus, Henri-Dunant-Str. 11

Kosten: 3€

Anmeldung ab 14.10. bei der fübs (974-1785)



Sonntag 17.11.

14:00 Uhr



Viva Classico – virtuos, graziös, brillant

Das neu gegründete Trio mit der ungewohnten Besetzung Querflöte, Geige, Klavier spielt bekannte klassische Stücke, Unterhaltungsmusik bis hin zur Filmmusik. Die Kompositionen werden in ein eigens für die Besetzung neues musikalisches Gewand gekleidet und dem Zuhörer mit großer Leidenschaft und Virtuosität dargeboten. Die drei Musikerinnen sind echte Profis auf ihrem Instrument, haben sie doch alle an der Musikhochschule Nürnberg studiert und können auch Orchestererfahrung vorweisen.

Seien Sie also gespannt auf einen kurzweiligen Konzernachmittag mit tollem Programm.

VIVA la musica – VIVA classico!

Ort: Grüne Scheune (Gemeindesaal St. Michael), Kirchplatz 3
Ⓜ Grüner Markt (175) oder Rathaus (Busse und U1)

Eintritt auf Spendenbasis

Anmeldung ab 14.10. bei der fübs



Dachgeschichten – Erlesene Seiten

Unser Rezept für lange, dunkle Wintertage: gute Bücher und gute Gespräche! Wir stellen Ihnen Lesenswertes aus den letzten Monaten vor. Außerdem interessieren wir uns für Ihre literarischen Entdeckungen des letzten Jahres. Bringen Sie gerne Ihr aktuelles Lieblingsbuch mit, um es in der Runde vorzustellen und darüber zu diskutieren. Für Tee und Kekse ist natürlich gesorgt.

Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, sich Anregungen für literarische Weihnachtsgeschenke für Groß und Klein zu holen.

Ort: Innenstadtbibliothek der Vobü Fürth
Ⓜ Fürther Freiheit (Busse)

Kosten: 2€

Anmeldung ab 21.10. bei der fübs



24 Wörter im Advent

Nüsse knacken
Plätzchen backen
Shoppen gehen
Däumchen drehen.

Bude putzen
Bäumchen stutzen
Lieder singen
Zeit verbringen.

Förmchen stechen
Zweige brechen
Karten schreiben
... locker bleiben!

*Das Team der fübs und
der Seniorenrat
wünschen Ihnen eine
wunderbare und
geruhsame Advents-
und Weihnachtszeit!*



Dezember

Sonntag 01.12.

14:00 – 15:30 Uhr

Adventskonzert an der Musikschule

In diesem Jahr lädt die Musikschule uns zu einem Adventskonzert ein. Hören Sie weihnachtliche Weisen und andere Musik von den talentierten Schülerinnen und Schülern der Musikschule Fürth.



Ort: Musikschule Fürth, Im Südstadtpark 1

Kosten: 7€ / 4€ (zahl, was du kannst)

Kartenvorverkauf ab 21.10. bei der fübs (974-1785) oder über QR-Code

Dienstag 10.12.

14:00 Uhr

kunst
galerie
fürth

Inge Gutbrod

Take a bath in my light-soaked bodies

Im Dialog. Führung für Menschen 55+

Die Fürther Künstlerin beschäftigt sich mit dem Material Wachs, dessen Ausdrucksmöglichkeit sie seit vielen Jahren auslotet. Neben dem Experiment mit Form und Farbe rückt sie auch die Eigenschaft der Transluzenz dieses sinnlichen Materials in den Fokus.

Ort: Kunstgalerie, Königsplatz 1 - (H) Rathaus (Busse, U1)

Kosten: 4€ / 2€

Anmeldung bis 2 Tage vor dem Termin bei der Kunstgalerie (974-1690)
(nicht barrierefrei)

Dienstag 10.12.

14:00 Uhr



Geselliges Weihnachtsliedersingen

Wir laden Sie zum gemeinsamen Singen bekannter Weihnachtslieder in den schönen Rathausinnenhof ein.

Der Nachmittag findet unter musikalischer Leitung von Werner Bloß statt und wird von Corinna Krüger am E-Piano begleitet.

Punsch und Glühwein halten uns warm!

Ort: Rathausinnenhof (H) Rathaus (Busse, U1)

Kosten: 2€

Anmeldung ab 06.11. bei der fübs oder über QR-Code



Donnerstag 12.12.

14:00 Uhr

Weihnachts-Modenschau in Stadeln

Sektempfang, ein kleiner Imbiss – so können Sie sich auf die Feiertage einstellen. Der Seniorenrat lädt zu einer Modenschau im Stadelner Modehaus ein: Damenmode bis Größe 56 für jedes Alter.

Wer möchte an diesem Tag hinter die Kulissen schauen? Einmal 60+ Mannequin sein? Für 4 der Teilnehmerinnen machen wir das möglich. Es gibt einen separaten Termin für eine individuelle Anprobe und die Programmbesprechung (bitte verbindlich bei der Anmeldung angeben).

Ort: Stadelner Modehaus, Hauptstr. 82, 90765 Fürth
(H) Fischerberg (Bus 173)

Kosten: 2€ für den Seniorenrat

Anmeldung ab 06.11. bei der fübs (974-1785)

