

ALTEN

AKADEMIE

Nürnberg e. V.

PROGRAMM
**Winter-
semester
2025**

Sept. 2025
bis Febr. 2026

Laut Beschluss der Mitgliederversammlung
vom 24.06.2025 heißen wir künftig:

AKADEMIE
Nürnberg e.V.

60
plus

**Bildung, Kultur und Bewegung als Gemeinschaftserlebnis
unter Seniorinnen und Senioren**

In Kooperation mit dem Bildungszentrum im Bildungscampus Nürnberg

Liebe Hörer*innen,

Nomen est omen lautet eine lateinische Redensart und bedeutet „der Name ist ein Zeichen“. Sie wird meist gebraucht, um auszudrücken, dass der Name eine Person oder Sache treffend kennzeichnet. Der Name Alten-Akademie erfüllt dies, jedoch haben sich immer mehr unserer Mitglieder, Hörer*innen und Dozent*innen damit nicht mehr identifizieren können. Der Wunsch auf Namensänderung wurde immer öfters an uns herangetragen. Nach langer und intensiver Diskussion wurde nun in der Mitgliederversammlung am 24.06.2025 die Namensänderung in „Akademie 60plus Nürnberg e.V.“ einstimmig beschlossen.

Nun werden die einen sagen: Endlich hat die Alten-Akademie einen neuen Namen und die anderen werden sagen: Leider hat die Alten-Akademie einen neuen Namen. Wir bekamen einige Anregungen und Zuschriften von (Gründungs)mitgliedern die am vertrauten Namen „Alten-Akademie“ hängen, wir bekamen aber auch viele Aufforderungen von Mitgliedern, Hörer*innen und Interessenten, „endlich“ den Namen zu ändern. Hauptsächliche Gründe waren u.a. die Meinung, dass der Begriff „Alt“ diskriminierend sei. Aber auch der Hinweis, dass das Lebensalter früher in drei Abschnitte eingegrenzt wurde: Kindheit und Jugend / Erwachsenenalter mit Erwerbstätigkeit und Familiengründung / Ruhestand. Zwischenzeitlich sprechen wir von einem vierten Lebensalter bzw. dem dritten als junges Alter sowie dem vierten als hohes Alter, das ab ca. 85 Jahren in der Praxis von Forschung und Sozialberichterstattung angegeben wird.

Unsere Hörer*innen kamen zu Gründungszeiten aus dem 3. Lebensabschnitt. Hörer*innen, die jetzt ab ca. 55 Jahren den Ruhestand beginnen, können sich -lt. deren Empfinden- mit dem Namen Alten-Akademie nicht identifizieren. Wir möchten jedoch auch diese Gruppe für unser Programm zum Gemeinschaftserlebnis für Bildung, Kultur und Bewegung gewinnen, schon deshalb ergibt die Namensänderung -meinen wir- Sinn.

Wir freuen uns - und hoffentlich auch Sie- über unseren neuen Namen. Lassen Sie uns gemeinsam zuversichtlich und zukunftsorientiert ein neues Kapitel unserer Akademie aufschlagen!

Es ist uns ein Anliegen, Ihnen in unserem Programm ein interessantes Angebot zusammen zu stellen -zugeschnitten auf unser Motto „Bildung, Kultur und Bewegung – nachberuflich“. Dazu tragen unsere ausschließlich ehrenamtlich tätigen Kolleg*innen bei, deren unermüdlichem Engagement und Einsatz unser herzlicher Dank gilt. Unsere Ehrenamtlichen sind unverzichtbar und die tragende Säule unseres Vereins. Ohne dass diese ihre Zeit, Energie und Hingabe zur Verfügung stellen, wären die in unserem Programm angebotenen Veranstaltungen nicht machbar. Bis demnächst in der Akademie 60plus Nürnberg e.V., wir freuen uns auf Sie!

Klara Rebhan
1. Vorsitzende

Grundsätze der Alten-Akademie Nürnberg e.V.

Dozentinnen und Dozenten der Alten-Akademie stellen nachberuflich im Ehrenamt ihr Wissen und ihre Fähigkeiten älteren Menschen im 3. Lebensabschnitt durch Kurse, Vorträge, künstlerische und musikalische Veranstaltungen, in Gesprächs- und Arbeitskreisen, Führungen und bei Studienfahrten zur Verfügung. Die Alten-Akademie Nürnberg e.V. bietet älteren Menschen unter Gleichgesinnten ein attraktives und kostengünstiges Bildungs- und Kulturangebot. Zum Besuch unserer Vorträge und Kurse benötigen Sie einen Akademiepass mit gültiger Passmarke für das jeweilige Studienjahr. Falls zusätzlich eine Kursgebühr oder ein Fahrpreis anfällt, ist dies im Programmheft ausdrücklich angegeben.

Wichtige Informationen

Die Alten-Akademie.....	4
Akademiepass.....	4
Anmeldung zu Kursen und Veranstaltungen.....	5

Veranstaltungen

Sonderveranstaltungen	7
Bewegung und Wanderungen	8
Geschichte, Politik, Zeitgeschehen	16
Kunst und Kultur, Künstlerisches Gestalten	22
Leben im Alter und Gesundheit.....	25
Literatur.....	38
Musik.....	41
Natur und Wissenschaft	42
Psychologie, Religion und Philosophie	46
Reiseberichte	49
Spiele	51
Sprachen.....	52
Führungen	55
Konzerte & kulturelle Veranstaltungen.....	58
Studienfahrten.....	60
Übersicht Einzelveranstaltungen (chronologisch)	29
Übersicht Kurse	35
Formular Anmeldung Veranstaltungen	62
Formular Anmeldung Akademiepass	63

Geschäftsstelle der Alten-Akademie Nürnberg e.V.

Anschrift: Gewerbemuseumsplatz 1 | 90403 Nürnberg
Telefon: 0911 537010 | E-Mail: info@aakn.de | Web: www.aakn.de

Konto: Sparkasse Nürnberg · **DE85 7605 0101 0001 9024 20**

Bürozeiten ab dem 09.09.2025:

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag 12:00 bis 15:00 Uhr - außer an Feiertagen.

Zu folgenden Zeiten ist die Geschäftsstelle geschlossen:

01.11.25 - 07.11.25	Herbstferien
22.12.25 - 05.01.26	Weihnachtsferien

Unsere Ansprechpartner:

Geschäftsstelle: Dieter Becker (2. Vorsitzender), Programmauswahl und Programmheft: Gisela Hoffman (3. Vorsitzende), Programmplanung: Rosie Michalik

Akademiepass

Beantragung:

Im Internet oder per Post mit Formular (siehe Seite ...) sowie Überweisung der Studiengebühr auf das Konto der Alten-Akademie. Danach erhalten Sie per Post den Akademiepass mit gültiger Passmarke. Der Pass gilt für ein Studienjahr (Winter- und Sommersemester) und wird nicht automatisch verlängert.

Verlängerung:

Falls Sie schon einen Akademiepass besitzen und die Verlängerung für ein weiteres Studienjahr wünschen, überweisen Sie bitte die Gebühr mit dem Zusatz „Studiengebühr für Akademiepass Nr.“. Nach Eingang des Betrages übersenden wir Ihnen eine neue Passmarke.

Studiengebühr:

Diese beträgt für ein Studienjahr (Winter- und Sommersemester mit über 300 Veranstaltungen) unabhängig vom Zeitpunkt des Beitritts 40 €, für Inhaber des Nürnberg Passes 30 €.

Mit dem Akademiepass ist die Teilnahme an den Veranstaltungen überwiegend kostenfrei.

Veranstaltungen – Anmeldung/Abmeldung

Anmeldung: Für die meisten Veranstaltungen ist keine Anmeldung notwendig.

Nur wenn dies ausdrücklich im Programmheft vermerkt ist. Dann mit Angabe Ihrer Passnummer sowie Nummer, Datum und Titel der Veranstaltung anmelden. Falls die Veranstaltung bereits ausgebucht sein sollte, werden Sie zeitnah informiert.

Abmeldung: Bitte melden Sie sich ab, falls Sie verhindert sind, nur so ermöglichen Sie anderen Interessenten die Teilnahme.

Weitere Infos zu Veranstaltungen:

- Veranstaltungen im BZ (Bildungszentrum) finden im Gebäude des BZ, Gewerbemuseumsplatz 2 statt (Haltestellen ÖPNV: U-Bahnhof Wörther Wiese oder Straßenbahnhaltestelle Marientor). Die Raumnummer ist jeweils angegeben.
- Bei Veranstaltungen außerhalb des BZ ist der Ort/Treffpunkt jeweils angegeben.
- Bitte informieren Sie sich auf unserer Homepage über kurzfristige Änderungen bei Veranstaltungen (Absagen, zusätzliche Veranstaltungen und freiwerdende Teilnehmerplätze).
- Bitte den Akademiepass bei allen Veranstaltungen vorzeigen.
- Alle Teilnehmer*innen von Veranstaltungen sind verpflichtet, sich in die ausliegenden Teilnehmerlisten mit ihrer Akademiepassnummer einzutragen.
- Aus versicherungsrechtlichen Gründen sind die Dozent*innen bei Veranstaltungen mit aufgrund der Raumgröße begrenzter Teilnehmerzahl verpflichtet, darauf zu achten, dass die Teilnehmerzahl nicht überschritten wird.
- Eine Haftung wird von der Alten-Akademie gegenüber Teilnehmer*innen der Veranstaltungen nur für grob fahrlässiges oder vorsätzliches Verhalten gemäß §§ 31a und 31b BGB übernommen.

In eigener Sache

Um Ihnen auch zukünftig ein interessantes und reichhaltiges Programm anbieten zu können, brauchen wir tatkräftige Unterstützung in folgenden Bereichen:

- Teamkolleg*in für Verwaltungsarbeiten in unserer Geschäftsstelle
- Referent*in für anschauliche Zeitreisen durch ehemals ausgeübte Berufe
- Leiter*in für Spanischkurs
- Leiter*in für Bewegungskurse wie z.B. Seniorengymnastik, Nordic Walking oder Qi Gong
- Leiter*in für gesellige Studienfahrten zu kulturhistorischen Stätten
- Teamkolleg*in für Entwicklung und Konzeption unserer Programme

Die Mitarbeit in der Alten-Akademie erfolgt grundsätzlich ehrenamtlich. Voraussetzung für eine ehrenamtliche Tätigkeit bei uns ist Nachberuflichkeit. Auf Grundlage der Satzung der Alten-Akademie Nürnberg e.V. erhalten Kurs- und Seminarleiter/-innen für ihre Leistungen eine Aufwandsentschädigung, deren Höhe durch § 3 Nr. 26 EStG begrenzt ist.

Ich bestimme An- und Abfahrt

Das Deutschlandticket der VAG.

VAG RAD
600
FREIMINUTEN*



So individuell wie meine Ziele.



VAG

* zzgl. Startgebühr

Sonntag, 21.09.25

29502

10:30-12:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.14 Fabersaal



Matinée

Seit 2007 spielen Friederike Oertel-Benchouchou / Geige und Marcus Stadler / Akkordeon als Kern der Weltmusikcombo TRIGANE zusammen, seit 2014 mit Timea Teleki als perfekte Ergänzung mit diversen Percussions und Gesang. Virtuos und humorvoll unternehmen sie seitdem Streifzüge durch die europäischen Konzertsäle und Jazzbars der 20er bis 50er Jahre und zeigen dabei die Vielfalt, die durch die Bereicherung der hiesigen Musiktradition mit Einflüssen aus anderen Kulturreihen entstanden ist, auf: Gypsieswing, Balkanmusik, Tangos, Canzones, Paso Doble, Musette, Chansons, orientalische Arabesken, Rhumbas und Boleros.

Ausblick auf das
neue Programm mit
Klara Rebhan und
Peter Trappe

Einlass 10 Uhr
Nur für Akademiepassinhaber (und Partner)

Mittwoch, monatlich

29206

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Lasst uns reden - miteinander statt übereinander

Impuls (15 min.) anschließend Diskussion zu einem aktuellen gesellschaftspolitischen Thema (wird auf der Alten-Akademie Webseite rechtzeitig angekündigt).



01.10.25: Gespräch mit
Herrn Hermann Imhof,
ehem. Landtagsabgeordneter



17.12.25: Gespräch mit
Frau Brigitte Wellhöfer,
Mitgründerin von „zammrüggn“



19.11.25: Gespräch mit
Herrn Sascha Müller,
Bundestagsabgeordneter



21.01.26: Gespräch mit
Herrn Wolf Maser,
Mitinitiator von „zammrüggn“

Mittwochs n.V.**Anmeldung Leitung****201.008**

n.V., Treffpunkt wird bei Anmeldung festgelegt (meist Hbf Nürnberg)

Wandergruppe

Wandergruppe Mittwochs 1-2 Mal im Monat nach Vereinbarung in der WhatsApp Gruppe oder per E-Mail. Ausgangspunkt wird meist der Nürnberger Hbf sein mit Ziel eine VGN Bahnhofs. Die Streckenlänge und Höhenmeter sind aus dem mitgeteilten Komoot-Tracker ersichtlich. Angestrebgt werden ca. 10 km mit Einkehr in einem Gasthaus.

Leitung: **Michael Eitel**, 01705707810, michaeloeitel@gmail.com**Dienstag, ab 23.09.25****Anmeldung Leitung****29114**

14:00-15:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.20, 10 Plätze

LineDance light: das Original! - Kurs 1

für Beginner mit geringen Vorkenntnissen. Die Tänze bauen auf dem bisher Erlernten auf. Anmeldung, Information und Kurseinteilung bei der Organisation Frau Birgit Ritter, 015254252874, birgitmritten@gmail.com

Termine: ab 23.09.25 bis 27.01.26, wöchentlich, 15 EinheitenLeitung: **Gabi Röper**, 015254252874, birgitmritten@gmail.com**Dienstag, ab 23.09.25****Anmeldung Leitung****29116**

15:15-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.20, 10 Plätze

LineDance light: das Original! - Kurs 2

für Beginner mit guten Vorkenntnissen. Fortsetzung zum bisher Gelernten.

Anmeldung, Information und Kursreinteilung wie Kurs 1

Leitung: **Gabi Röper****Freitag, ab 26.09.25****Anmeldung Leitung****29416**

16:15-17:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum U.36, 10 Plätze

LineDance light: das Original! - Kurs 3

Für Beginner ohne Kenntnisse / Wiedereinsteiger. Nach dem Lern-Konzept der ausgebildeten Tanztrainerin Birgit Ritter. Line Dance ist Training für Körper, Geist und Seele. und Geist. Wir tanzen gemeinsam in Linien neben- und hintereinander – ohne Partner – zu unterschiedlichen Musikstilen. Anmeldung, Information und Kurseinteilung bei der Organisation, Frau Birgit Ritter

Termine: ab 26.09.25 bis 30.01.26, wöchentlich, 15 EinheitenLeitung: **Birgit M. Ritter**, 015254252874, birgitmritten@gmail.com

Donnerstag, 25.09.25

Anmeldung Leitung

201.001

09:20 Uhr, Treffpunkt: Hbf Nürnberg, Infopoint

Spazierwanderung von Treuchtlingen nach Pappenheim

Spazierwanderung 5-7 km, Verlängerung nach Absprache möglich. Wir wandern mit dem ortskundigen Herrn Lichei die Altmühl flussabwärts zum Luftkurort Pappenheim. Einkehr ist möglich, Vesper vorsichtshalber mitbringen.

Leitung: **Rita Ascheid**, Anmeldung ab 15.09.25 nach 17 Uhr 0911/5047918, am Tag der Wanderung ab 9 Uhr 01707858691

Donnerstag, ab 25.09.25

201.013

09:30-10:30 Uhr, Treffpunkt: an dem kleinen Platz in Kleinweidenmühle

Walking im Wiesengrund

Jeden Donnerstag laufen wir – mit oder ohne Stöcke – in den Pegnitzauen Nürnberg-West. Bei Interesse gerne mit Abstechern zu Sehenswertem in den anliegenden Stadtteilen. Termine ab 25.09.25 bis 29.01.26, wöchentlich, 16 Einheiten

Leitung: **Dr. Ursula Pascual**

Donnerstag, ab 25.09.25

Anmeldung Leitung

201.010

10:00-11:00 Uhr, Treffpunkt: Wohnwagenparkplatz an der Kilianstr.

Nordic Walking im Marienbergpark

Wir walken gemeinsam im Marienbergpark und verbessern unsere Mobilität zwischen-durch mit einfachen gymnastischen Übungen. Egal wie fit Sie sind: Der Spaß steht im Vordergrund. Bitte eigene Stöcke mitbringen.

Leitung: **Richard Hennig**, 01713800730, richard@fitnessbaer.de

Donnerstag, ab 25.09.25

Anmeldung Geschäftsstelle

29306

10:00-11:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.07, 10 Plätze

Seniorengymnastik - Kurs 3

Gymnastik verbessert die Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit des Körpers. Wir trainieren die Muskelkraft, die Flexibilität und das Gleichgewicht. Eine Entspannungseinheit rundet unsere Übungsstunde ab. Warteliste vorhanden.

Termine: 25.09.25 bis 29.01.26, wöchentlich, 16 Einheiten

Leitung: **Gertraud Lotter**

**Wir sind Ihr Einrichtungspartner und
Problemlöser, bei jeder Frage rund
ums Wohnen.**

holzträume.de



Wir bieten:

Rückengerechtes Liegen
Bettumbau auf angenehme Sitzhöhe
Umbau Doppelbett zu Einzelbett
Nachrüsten von Motorrahmen
Rückengerechtes Sitzen
Polstermöbel nach Maß
Schlafsofas
Motor-Sessel
Barriere-Freiheit schaffen



**Uns sind die speziellen Herausforderungen
des Wohnens im Alter bekannt. Wir bieten Lösungen.**

Rufen Sie uns an: 0911 – 67 22 107

Holzträume GmbH
Willstätterstr. 60
90449 Nürnberg

Daueröffnungszeiten:
Mo, Di, Mi von 10:00 bis 15:00 Uhr
Do, Fr von 10:00 bis 19:00 Uhr

Holzträume
Gracklauer®
Ihr Schreiner Meisterbetrieb und
Fachgeschäft für gesundes Wohnen

Donnerstag, ab 25.09.25 Anmeldung Geschäftsstelle 201.011

16:00-17:00 Uhr, Schwimmbad Erziehungswissenschaftliche Fakultät, Regensburger Str. 160, Linie 6, Haltestelle Fliegerstr./EWF

Wassergymnastik 1

Maximal 25 TeilnehmerInnen je Kurs, Kursgebühr 30 €. Falls Ihre Teilnahme möglich ist, erhalten Sie von uns eine Bestätigung. Bitte überweisen Sie erst danach die Kursgebühr unter Angabe Ihres Namens, der Akademiepass-Nummer und der Kursnummer, spätestens bis zum 11.09.25 auf unser Konto. Die Anmeldung gilt für alle Kurstermine.

Termine: 25.09., 09.10., 23.10., 13.11., 27.11., 11.12.25, 08.01., 22.01.26, 8 Einheiten

Leitung: **Margret Henniger**, 25 Plätze

Donnerstag, ab 02.10.25 Anmeldung Geschäftsstelle 201.012

16:00-17:00 Uhr, Schwimmbad Erziehungswissenschaftliche Fakultät, Regensburger Str. 160, Linie 6, Haltestelle Fliegerstraße/EWF

Wassergymnastik 2

Wie Kurs 1.

Termine: 02.10., 16.10., 30.10., 20.11., 04.12., 18.12.25, 15.01., 29.01.26, 8 Einheiten

Leitung: **Margret Henniger**, 25 Plätze

Freitag, ab 26.09.25 Anmeldung Leitung 29412

14:45-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum U.36, 10 Plätze

Erlebnistanz Senioren

Musik und Rhythmus wecken unsere Lebensgeister und animieren uns zum Tanzen. Die Freude am Mitmachen steht stets im Vordergrund. Jeder kann tanzen und mitmachen, auch ohne Vorkenntnisse: Blocktänze, Kreistänze, Paartänze (Sie brauchen KEINEN festen Partner) Zweipaartanz, Dreiertänze, Gassentänze oder Squares. Sie werden von einer Tanztraineerin angeleitet. Mehrere Gruppen, Kurseinteilung und Anmeldung bei Frau Birgit Ritter

Termine: ab 26.09.25 bis 30.01.26, wöchentlich, 15 Einheiten

Leitung: **Birgit M. Ritter**, 015254252874, birgitritter@gmail.com

Dienstag, ab 30.09.25 Anmeldung Leitung 201.009

10:00-11:00 Uhr, Treffpunkt: Eingang Westbad

Nordic Walking

Bitte eigene Stöcke mitbringen. Genießen Sie unsere „Walk and Talk“ Zeit mit Spaß & Fitness in der freien Natur. Termine ab 30.09.25 bis 09.12.25, 14-tägig, 6 Einheiten

Leitung: **Barbara Maria Geist-Leupold**, 01625265559, b.geisterung@gmx.net

Donnerstag, 02.10.25 **Anmeldung Leitung** **201.003**

09:10 Uhr, Treffpunkt: Hbf Nürnberg, Infopoint

Wanderung auf dem Skulpturenweg

Die leichte Wanderung (ca. 7 km, 3 Stunden) von Ammerndorf nach Finkenbrunn zurück nach Ammerndorf (Mittagseinkehr).

Die Tour findet bei jedem Wetter statt.

Leitung: **Siegfried und Waltraud Bauer**, 15 Plätze, Anmeldung bis 20.09.25
0911/454290, waltraud.stumpf@t-online.de

Mittwoch, 08.10.25 **Anmeldung Leitung** **201.002**

10:00 Uhr, Treffpunkt: Linie 6 Haltestelle Hallerstr.

Spazierwanderung von Johannis nach Schniegling

Hier finden wir nicht nur die Hesperidengärten, sondern den Johannis- und Westfriedhof, die Pegnitz und Schleuse, biologische Gärten, Schulgarten und zuletzt die Seeling Promenade in Fürth. Einkehr ist möglich, bitte vorsichtshalber Vesper mitbringen.

Leitung: **Rita Ascheid**, Anmeldung ab 30.09.25 nach 17 Uhr 0911/5047918, am Tag der Wanderung ab 9 Uhr 01707858691

Mittwoch, ab 08.10.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29262**

10:00-11:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum U.16, 10 Plätze

Feldenkrais - Kurs A

Feldenkrais - mit achtsamen Bewegungen den Alltag erleichtern. In den Feldenkrais-Stunden verbessern Alt und Jung, gesunde oder kranke Menschen ihr Bewegungsvermögen. Das hilft alltägliche Tätigkeiten leichter, ökonomischer und schmerzärmer auszuführen.

Termine: 08.10., 15.10., 22.10., 29.10., 12.11., 19.11.25, 6 Einheiten

Leitung: **Lilly Rösner**

Mittwoch, ab 08.10.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29264**

11:15-12:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum U.16, 10 Plätze

Feldenkrais - Kurs B

wie Kurs A

Leitung: **Lilly Rösner**

Donnerstag, ab 09.10.25

Anmeldung Geschäftsstelle

29324

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 12 Plätze

Realistische Selbstverteidigung mit und ohne Alltagsgegenstände

Angepasste Selbstverteidigung für Jedermann. Tief-/Unterleibsschutz ist erforderlich (kann über den Kursleiter bezogen werden).

Termine: 09.10., 16.10., 23.10., 30.10., 13.11., 20.11., 27.11., 04.12., 11.12., 18.12.25, wöchentlich, 10 Einheiten

Referent: **Norbert Köhler**

Donnerstag, 16.10.25

Anmeldung Leitung

201.004

09:00 Uhr, Treffpunkt: Hbf Nürnberg, Infopoint

Wanderung durch die grüne Tunnelallee

Die leichte Wanderung (ca. 9 km, 3 Stunden) von Ochenbrück nach Rummelsberg nach Altenthann (Mittagseinkehr) und nach Burghann. Die Tour findet bei jedem Wetter statt.

Leitung: **Siegfried und Waltraud Bauer**, 15 Plätze, Anmeldung bis 11.10.25
0911/454290, waltraud.stumpf@t-online.de



Tanzschule
Köpke • Rupprecht

TANZEN • BEWEGEN
FIT BLEIBEN

TANZFIT

TanzFit „Ich bin, bleibe und werde fit durchs Tanzen“

Für Menschen ab 50 mit Freude an Musik, Bewegung und Gemeinschaft, die fit und agil sein wollen.

Wir tanzen Reihentänze, Gesellschaftstänze und Partytänze ohne Tanzpartner und holen Sie mit abwechslungsreichen Schrittfolgen schwungvoll aus dem Alltag.

Probieren Sie es aus.

Die erste Stunde TanzFit können Sie unverbindlich testen.



www.ts-kr.de

Vereinbaren Sie einen Termin unter

0911 - 55 68 60 oder kontakt@ts-kr.de

Sonntag, 02.11.25 **Anmeldung Leitung** **201.005**

09:10 Uhr, Treffpunkt: Hbf Nürnberg, Infopoint

Wanderung zum ‚Raubtiersasyl‘

Die leichte Wanderung (ca. 13,5 km, 4 Stunden) von Ansbach nach Brodswinden (Mittagseinkehr) zum Raubtiergehege zurück nach Ansbach. Die Tour findet bei jedem Wetter statt.

Leitung: **Siegfried und Waltraud Bauer**, 15 Plätze, Anmeldung bis 28.10.25
0911/454290, waltraud.stumpf@t-online.de

Donnerstag, 06.11.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29354**

10:00-13:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.20, 13 Plätze

Health Qigong & Meditationsworkshop für Fortgeschrittene

Qigong ist eine innere chinesische meditative Praxis mit über 3000 Jahren Geschichte, die oft langsame, anmutige Bewegungen und kontrollierte Atemtechniken verwendet. Durch sanftes Training, das den Geist, die Atmung und den Körper einbezieht, wird die Durchblutung des Qi im menschlichen Körper gefördert und seine Gesundheit insgesamt verbessert.

Bitte bequeme Kleidung und Schuhe anziehen!

Leitung: **Dr. Shimei Liu-Schumacher**

Freitag, 07.11.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29410**

10:00-12:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.20, 13 Plätze

Health Qigong für Anfänger

wie Health Qigong für Fortgeschrittene

Leitung: **Dr. Shimei Liu-Schumacher**

Dienstag, 11.11.25 **29148**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 20 Plätze

Musikalische Bewegung in die Leichtigkeit

Musikalisch untermalte Bewegungseinheiten mit einfache Tanzchoreographien zur Verbesserung der Haltung, Koordination, Schrittsicherheit und Balance für mehr Freude im Alltag. Let's dance!

Referentin: **Nilgün Kaiser**

Sonntag, 14.12.25

Anmeldung Leitung

201.006

13:55 Uhr, Treffpunkt: Hbf Nürnberg, Infopoint

Wanderung zum Weihnachtsmarkt auf der Burg Hoheneck

Die leichte Wanderung (ca. 8 km, 2,5 Stunden) von Ipsheim zur Burg Hoheneck und zurück nach Ipsheim (Einkehr am Weihnachtsmarkt). Die Tour findet bei jedem Wetter statt.

Leitung: **Siegfried und Waltraud Bauer**, 15 Plätze, Anmeldung bis 11.12.25
0911/454290, waltraud.stumpf@t-online.de

Donnerstag, 22.01.26

Anmeldung Leitung

201.007

08:55 Uhr, Treffpunkt: Hbf Nürnberg, Infopoint

Wanderung Winterromantik im Pegnitztal

Die leichte Wanderung (ca. 9 km, 3 Stunden) von Hohenstadt nach Artelshofen (Mittagseinkehr) und nach Vorrat. Die Tour findet bei jedem Wetter statt.

Leitung: **Siegfried und Waltraud Bauer**, 15 Plätze, Anmeldung bis 17.01.26
0911/454290, waltraud.stumpf@t-online.de

Photovoltaik vom Fachmann

- + Persönliche Ansprechpartner
- + Qualifiziertes Fachpersonal aus Dachprofis & Elektrikern
- + Schnelle & hochwertige Umsetzung



Hackspieder Weg 5, Schwanstetten
T 09170 90 999 70 | kontakt@photovoltaik-werkstatt.de
www.photovoltaik-werkstatt.de

Montag, 22.09.25

29028

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Der Bauernkrieg

Der deutsche Bauernkrieg 1525 - ein historisches Datum. Ursachen, Ablauf und Folgen sollen in diesem Vortrag in den Blick genommen werden (siehe Landesausstellung).

Referentin: **Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend**

Dienstag, 23.09.25

29112

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.11, 60 Plätze

Die Rüstungsspirale anhalten

Seit Donald Trump das Sagen hat, überschlagen sich die Ereignisse - und auch die Rüstungsspirale dreht sich schneller denn je. In Afghanistan, im Irak und Syrien, in Libyen zeigte sich, dass sich politische Konflikte auch mit noch so überlegenem Militär nicht lösen lassen. Im Gegenteil! Ein Umdenken ist dringend geboten.

Referent: **Georg Escher**

Sonntag, 28.09.25

Anmeldung Geschäftsstelle

202.002

11:00 Uhr, Galerie Röver, Großweidenmühlstr. 19, barrierefrei

Würzburg 1945

Am 16. März 1945 wurde Würzburg bombardiert. Erinnerungen eines Augenzeugen.

Leitung: **Otto Röver**, 20 Plätze

Montag, ab 29.09.25

29042

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Vortragsreihe: Bilder erzählen Geschichte

Fortsetzung der Vortragsreihe.

Unterschiedliche „Bilder“ die uns entscheidende (und weniger entscheidende) geschichtliche Erkenntnisse liefern, werden in den Focus genommen

29.09. Teppich von Bayeux (Wkinger/Normannen)

06.10. Graltuch von Turin (Reliquiengeschichte)

13.10. Picassos „Guernica“ etc. (Spanischer Bürgerkrieg)

Referentin: **Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend**

Dienstag, 30.09.25

29122

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Die DDR von der Staatsgründung (1949) bis zum Mauerbau (1961)

Im Westen entstand die Bundesrepublik Adenauer'scher Prägung. Wie verlief die Entwicklung in der DDR? Themen werden sein der Aufbau des Sozialismus, die Integration der DDR in den Ostblock, der Aufstand vom 15. Juni 1953, Fluchtbewegung und Mauerbau.

Referentin: **Gisela Sapke**

Mittwoch, ab 01.10.25

29204

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, 14 Plätze

Zeitreisen in der Geschichte

„Leider werden wirklich in der Geschichte immer diejenigen Männer als »groß« gefeiert, die viele Kriege begonnen und gewonnen haben. Aus diesen Gründen habe ich mich nie für Geschichtshelden wie Napoleon, Friedrich den Großen, Alexander oder Julius Cäsar begeistern können“ (Bernhard Grzimek).

Was waren ihre Leistungen? Was haben sie uns hinterlassen? Elend? Bauwerke? Wir erarbeiten ein kurzes Porträt, ihr Zeitalter und was geblieben ist.

- 01.10. Ramses II. und das Neue Reich Alt-Ägyptens
- 08.10. Perikles und das klassische Zeitalter
- 15.10. Alexander und der Hellenismus
- 22.10. Julius Caesar – von der Republik zum Kaiserreich
- 29.10. Paulus und seine Reisen
- 12.11. Justinian und der Aufstieg des Byzantinischen Reichs
- 19.11. Karl der Große und das Frankenreich
- 26.11. Heinrich II. und Bamberg
- 03.12. Friedrich II. von Hohenstaufen und Südalien
- 10.12. Karl IV. und die Goldene Bulle
- 17.12. Karl V. und die Entdeckungsreisen

Referent: **Werner Gerstmeier**

Donnerstag, ab 09.10.25

29322

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Rom - geschichtliche Rundgänge in der ewigen Stadt

Die Stadtspaziergänge (bebildert) sind chronologisch angelegt:

- 09.10. Antike und frühes Christentum
- 16.10. Mittelalter
- 23.10. Renaissance
- 30.10. Risorgimento
- 13.11. Faschismus

Referentin: **Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend**

Dienstag, 14.10.25

29136

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Die Entwicklung des Kalten Krieges und die Auswirkungen auf Deutschland

Nach dem gemeinsamen Niederringen Nazi-Deutschlands (1945) traten die ideologischen Gegensätze zwischen den USA und der Sowjetunion deutlich hervor. Der Kampf um die Vorherrschaft in der Welt begann, der sich auch in der Entwicklung der beiden deutschen Staaten niederschlug.

Referentin: **Gisela Sapke**

Freitag, 17.10.25

29406

16:00-17:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.11, 60 Plätze

Wohin gerät man, wenn man außer sich gerät

Hermann Kesten und Ingeborg Bachmann verband eine tiefe Freundschaft, dokumentiert durch Briefe aus den 1950er Jahren. Dr. Gerhard Brack, Journalist und Autor aus München, und Eva Homrighausen, ehemalige Direktorin der Stadtbibliothek Nürnberg, geben einen persönlichen Einblick in bisher zum Teil unveröffentlichtes Material.

Referentin: **Eva Homrighausen**

Montag, 20.10.25

29056

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Die Geschichte des Nürnberger Blechspielwarenherstellers Carette

Der in Paris geborene Georges Carette gründete nach einer Lehre bei der Firma „Gebr. Bing AG“ 1886 eine Fabrik für optische, mechanische und elektrische Spielwaren mit angegliederter Abteilung für Haus- und Küchengeräte aus Metall. Mit etwa 450 Beschäftigten war Carette 1914 eine der größten Blechspielwarenfirmen in der Stadt. Doch mit dem Ausbruch des Ersten Weltkriegs kam für das Unternehmen das jähre Ende.

Referent: **Peter Ullein**

Dienstag, 28.10.25

29144

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Johann Witschel (1769-1847) Ein vergessener Nürnberger Dichter

Witschel, Mittagsprediger in Nürnberg, erster Dekan in Gräfenberg, war seinerzeit ein viel gelesener Autor. Besonders sein Andachtsbuch „Morgen- und Abendopfer in Gesängen“ war bis in die 1920er Jahre weit verbreitet. Doch dann war er fast schlagartig vergessen.

Referent: **Dr. Bernhard Schneider**

Donnerstag, 13.11.25

Anmeldung Geschäftsstelle

202.001

10:00 Uhr, Treffpunkt: Family Search Center, Kesslerplatz 8, Eingang

Ahnensuche im genealogischen Forschungszentrum

Es werden die Möglichkeiten der Ahnensuche im Familienforschungs-Zentrum von Family Search von Herrn Grünke erklärt. Teilnehmende können zur Vorbereitung schon bei Anmeldung angeben, nach welchen Personen sie suchen.

Leitung: **Karl Heinz Fietta**, 15 Plätze

Donnerstag, 27.11.25

29346

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Napoleon (I., II., und III.)

Vom kleinen Korsen zum Kaiser der Franzosen und Verwandler Europas - eine spektakuläre Karriere. Auch sein gleichnamiger Sohn und Neffe (Napoleon II und III) werden kurz behandelt.

Referentin: **Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend**

Donnerstag, 04.12.25

29348

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

König Ludwig I von Bayern (1825 - 1848)

Dieser Wittelsbacher Herrscher ist wohl nicht so bekannt wie sein gleichnamiger Enkel, der „Märchenkönig“, doch lohnt sich die Beschäftigung mit dieser Herrscherpersönlichkeit auf dem bayrischen Thron auf jeden Fall.

Referentin: **Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend**

Dienstag, 09.12.25

29164

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Berühmte Frauen in China

Interessante Geschichten und Bilder von berühmten Frauen in China - von der Antike bis in die Moderne. Die Referentin ist promovierte Sinologin.

Referentin: **Dr. Barbara Kaulbach**

Donnerstag, 08.01.26

29303

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Mythos Rennes-le-Château

Heute wie damals im 19./20. Jahrhundert haben die geheimnisvollen Ereignisse im südfranzösischen Languedoc am Fuß der Pyrenäen, speziell in Rennes-le-Château, nichts an Aktualität eingebüßt.

Referent: **Helmut Herrmann**

Dienstag, 13.01.26

29101

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.11, 60 Plätze

Frieden im „Heiligen Land“: Geht das noch?

Der Konflikt zwischen Israel und den Palästinensern ist in einer Weise eskaliert wie seit Jahrzehnten nicht mehr. Längst geht es nicht mehr nur um den unfassbaren Überfall der Hamas am 7. Oktober 2023. In weiten Teilen des Nahen Ostens herrscht Krieg. Lässt sich dieser Flächenbrand überhaupt noch eindämmen?

Referent: **Georg Escher**

Mittwoch, 14.01.26

202.003

15:00-16:30 Uhr, Treff Bleiweiß, Hintere Bleiweißstr. 15, Saal

Was wir Sie schon immer fragen wollten, Herr Karl-Heinz Enderle

Die Altstadtfreunde nehmen in Nürnberg eine herausragende Position ein. Über 5.000 Mitglieder, 20 sanierte Baudenkmäler, der rekonstruierte prächtige Hof im Pellerhaus, das Museum Kühnertsgasse und die Kulturscheune Zirkelschmiedsgasse sind beispiellos. Aktuell will der Verein das einsturzgefährdete Pilatushaus retten und seine Arbeit krönen. Karl-Heinz Enderle, seit 2010 Vorsitzender, steht uns Rede und Antwort.

Moderation: **Gerhard Kratzer**, 130 Plätze

Donnerstag, 15.01.26

29305

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Die Thatcher-Ära in Großbritannien

War Thatcher's Regierungszeit ein radikaler Neubeginn? Es war jedenfalls eine bewegte Zeit mit Falkland-Krieg, „Brittenrabatt“, Bergarbeiterstreik, „Big-Bang“ in London und vieles mehr. Was zwang die „Iron Lady“ 1990 zum Rückzug.

Vortragssprache Deutsch, Englischkenntnisse hilfreich für die verwendeten kurzen Videoclips.

Referent: **Gerhard Nickl**

Montag, 26.01.26

29021

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Ausgrabungen in Pompeji – Paestum – Herculaneum und Oplontis

Der Ausbruch des Vesuus im Jahre 79 n.Chr. hat das Leben der römischen Bevölkerung unter Schutt und Asche konserviert. Die erfolgten Ausgrabungen erschließen uns Kunst, Kultur und die Lebenseinstellungen der römischen Bewohner.

Referent: **Armin Ulbrich**

Dienstag, 27.01.26

29111

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Die Wikinger - und wie ihr Erbe weiter wirkt

Als im Jahr 793 Seefahrer aus Skandinavien das englische Kloster Lindisfarne überfielen, war das der Anfang einer 300 Jahre dauernden Zeit gewaltsamer Eroberungen. Diese sogenannte Wikingerzeit hat aber ihre Auswirkungen bis in die Gegenwart, denn ein Mythos war geboren. Nicht nur harmlose Mittelalterfans, sondern auch manche rechtsgerichteten Kreise versuchen das Wikingerbild heute für sich zu nutzen.

Referent: **Hermann Schuster**

Mittwoch, 28.01.26

29205

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.14, 20 Plätze

Wo waren die Reichskleinodien?

Nürnberger Beamte versteckten sie 1945 in einem Felsenbunker vor den US-Truppen

Referent: **Horst Otto Mayer**

Freitag, ab 26.09.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29402**

10:00-11:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.20, 15 Plätze

Aquarellkurs für Fortgeschrittene

Wir malen aus Freude an Farben und Formen, entwickeln dabei Kreativität und Fantasie. Die Erweiterung des eigenen Malstils wird angestrebt.

Termine: 26.09.25 bis 30.01.26., wöchentlich, 15 Einheiten

Leitung: **Herbert Runge**

Mittwoch, ab 15.10.25

29224

14:30-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Seniorenfilmnachmittag

Gemeinsamer Filmnachmittag mit anschließendem Austausch über den Film. Die Filminhalte werden kurz vorher auf unserer Homepage veröffentlicht: Lassen Sie sich einfach überraschen!

15.10., 19.11., 03.12.25, 21.01.26 Programm laut Homepage

Leitung: **Manuela Campero**

Freitag, 17.10.25

203.002

17:00-18:30 Uhr, DACIA e.V., Brunhildstr. 3

Kennenlernnachmittag im Deutsch-Rumänischen Kulturzentrum DACIA e.V. in Nürnberg

Ein interkulturelles Austauschprogramm bringt rumänische und deutsche Senioren zusammen, um gemeinsame kulinarische Erlebnisse zu genießen, literarische Werke zu entdecken, kulturelle Traditionen zu teilen und generationenübergreifende Freundschaften zu knüpfen.

Leitung: **Ionela van Rees-Zota (Kulturzentrum Dacia e.V.**

Montag, ab 10.11.25

29066

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Italien: Dia-Vorträge

10.11. Kunstreise durch Italien – mit Eckart Peterich im Gepäck

17.11. Venedig und die Lagune

24.11. Rom – die ewige Stadt

01.12. Apulien und Sizilien

08.12. Der Golf von Neapel

15.12. Dolomiten – Blumen und Berge

Referent: **Werner Gerstmeier**

Dienstag, 11.11.25

29146

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, 14 Plätze

Streitgespräch zwischen Engelsgruß und Sakramentshaus der Lorenzkirche

Es geht auch um Stifter, um den 2. Weltkrieg, um den Absturz, um alles Wichtige zu den beiden Kunstwerken in lockerer, amüsanter Form, aber mit voller Information.

Referentin: **Betty Götschel**

Mittwoch, 12.11.25

Anmeldung Geschäftsstelle

29256

14:00-17:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 15 Plätze

Interkulturelle Unterschiede

Wir betrachten die Themen Kultur und Wahrnehmung sowie Kulturunterschiede und Kulturvergleich. Dabei knüpfen wir an die Erfahrungen der Teilnehmer an und wechseln zwischen Kurzvorträgen und handlungsaktiven Phasen.

Referent: **Udo Schmeiser**

Mittwoch, ab 12.11.25

29254

15:00-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 15 Plätze

Vortragsreihe: Kunstgeschichte(n)

Kunstwerke erzählen Geschichten! Sie schildern uns spannende, aber auch nachdenkliche und eindringliche Episoden hinter den einzelnen Werken. Kunst wird zum Erlebnis und erhält oft eine ganz neue Wertung.

Unsere Themen:

12.11. „Kunst auf der Couch“

26.11. „Stadtluft macht frei!“

10.12. „Bis das der Tod uns scheidet“ – Eine Künstlereihe

14.01. „Dissonantes Leben“

Referentin: **Angela Lodes**

Montag, 17.11.25

29072

16:00-17:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Von Achilles bis Zeus

Die schönsten Sagen des klassischen Altertums.

Referent: **Gerhard Döpfert**

Mittwoch, ab 07.01.26

29201

14:00-15:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, 14 Plätze

Die Goldenen Zeitalter Spaniens und der Niederlande

Innerhalb einiger Jahrhunderte erlebten Spanien und die Niederlande ihr goldenes Zeitalter. Wir beschäftigen uns mit berühmten Malern (z.B. Velasquez und Rembrandt) und gewinnen dadurch einen Einblick in diese Zeit.

07.01., 14.01., 21.01., 28.01.26 Goldenes Zeitalter

Referent: **Werner Gerstmeier**

Montag, ab 12.01.26

29013

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Mittelmeerregion: Dia-Vorträge

12.01. Byzantinische Kunst – die Bilderwelt des östlichen Mittelmeerraums

19.01. Die griechische Mythologie und die Psychologie Carl Gustav Jungs

26.01. Ägypten – Götter, Gräber und Gelehrte

Referent: **Werner Gerstmeier**

Mittwoch, 14.01.26

29203

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.14, 20 Plätze

Das Epitaph für Friedrich Schön in der Lorenzkirche

Das streng geometrisch gegliederte Epitaph will wie das Starck'sche Epitaph in St. Sebald mit je vier biblischen und mythologischen Motiven die unverletzte Jungfräulichkeit Marias belegen.

Referent: **Dr. Bernhard Schneider**



Ihre Trauerfeier – so individuell wie Ihr Leben
Gemeinsam mit Ihnen gestalte ich Ihre persönliche
Trauerrede – ganz nach Ihren Wünschen.
So wird der Abschied würdevoll, entlastend
für Ihre Angehörigen und passend zu Ihrem Leben.

0157 51 61 04 88 ∞ christine.trauerreden@gmail.com



Mittwoch, 24.09.25

29212

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.11, 30 Plätze

Die „gute“ Vorsorgevollmacht

Wie können Sie eine Vorsorgevollmacht gut gestalten, insbesondere auch um einen Missbrauch zu vermeiden? Ist vielleicht eine Betreuungsverfügung die bessere Wahl? Auch auf die Patientenverfügung wird eingegangen.

Referentin: **Rechtsanwältin Christine Kölble**

Donnerstag, 25.09.25

29302

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, 14 Plätze

Heizen und Lüften – wie es richtig geht!

Der Vortrag gibt viele Hinweise zu einem vernünftigen Verhalten, wenn es ums Heizen und Lüften geht. Sind Lüftungsanlagen wirklich unverzichtbar oder warum reicht nicht mehr einfach das Öffnen der Fenster? Welche Heiz- und Lüftungsmöglichkeiten gibt es überhaupt?

Sie erfahren außerdem alles Wichtige über normale Konvektionsheizkörper, Heizrandleisten, Fußbodenheizung, Wärmewände und Lüftungsanlagen.

Referent: **Uwe Dippold**

Mittwoch, 01.10.25

29216

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.11, 30 Plätze

Testamentsgestaltung

Zehn Fehler - anhand von Fällen illustriert - und wie Sie diese bei der Errichtung eines Testaments vermeiden können.

Referentin: **Rechtsanwältin Christine Kölble**

Mittwoch, ab 15.10.25

29228

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.23, 16 Plätze

Was uns bewegt

Gespräche über Alltags-, Zeit- und Lebensfragen in offener, wertschätzender Atmosphäre mit kurzen inhaltlichen Impulsen.

Termine: 15.10., 29.10., 12.11., 26.11., 10.12.25, 14-tägig, 5 Einheiten

Referent: **Dr. Edwin Petek**

Dienstag, ab 21.10.25

29138

15:00-17:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.11, 60 Plätze

Herz-Kreislauf-Erkrankungen Teil I - III

Teil I: Das Herz: Aufbau, Kardiomyopathien, Myokarditis, Erkrankungen der Herzklappen, Erkrankungen des Endokards, Herzbeutelentzündung, Herzrhythmusstörungen, Herzinfarkt, Tumore des Herzens.

Teil II: Gefäßsystem und Kreislauf: Aufbau der Kreisläufe, Atherosklerose, Metabolisches Syndrom, Koronare Herzkrankheit, Schaufensterkrankheit, Schlaganfall, Bluthochdruck und Therapie, Hypotonie, Herzinsuffizienz, Erkrankungen der Aorta.

Teil III: Das Blut: Blutbestandteile, Blutsenkung, Hämoglobin, Blutgruppen (ABO, Rhesus), Blutstillung und -gerinnung, Blutverdünner, Eisenmangelanämie, Makrozytäre Anämie, Leukämien (Blutkrebs) und Therapien.

21.10. Teil I Das Herz

18.11. Teil II Gefäßsystem und Kreislauf

09.12. Teil III Das Blut

Referent: **Dr. Günther Döllein**

Selbstbestimmt leben!

- Vorsorgevollmachten
- Patientenverfügungen
- Betreuungsverfügungen
- Testament



persönlich - individuell - professionell



KANZLEI FÜR VORSORGE

CHRISTINE KÖBLE

Rechtsanwältin

Obstmarkt 8

90403 Nürnberg

Telefon 0911 24279855

Telefax 0911 24279856

Mobil 0176 44577395

koelble@kanzlei-koelble.de

www.kanzlei-koelble.de

Mittwoch, 22.10.25

29230

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Feng Shui – Wind und Wasser

Wohn- und Aufenthaltskunst des alten China. Dieses zentrale Thema der Harmonielehre, die gleichmäßig durch alle Wohnräume auch außen fließen soll. Die unsichtbare, lebenspendende Kraft Chi wird heute oft vernachlässigt. Auch hier gibt es einfache Lösungen.

Referentin: **Rita Ascheid**

Montag, 27.10.25

29060

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Von der Bestattungsvorsorge bis zum Abschied am Grab

Nach einem Sterbefall müssen die Angehörigen über die Form, den Ort und die Ausgestaltung der Beisetzung entscheiden. Im Falle der Bestattungsvorsorge macht man das zu Lebzeiten selbst. Die Angebote städtischer, privater und kirchlicher Dienstleister, der Nürnberger Friedhöfe und an Grabformen sowie die Spannen der anfallenden Kosten werden vorgestellt.

Referent: **Gerhard Kratzer**

Montag, 27.10.25

29062

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Gemeinsam Wissen schaffen - Citizen Science („Bürgerwissenschaft“)

Die Veranstaltung gibt Ihnen einen Einblick in die Welt der Bürgerwissenschaft. Sie lernen das Projekt ACTIVATOR der FAU Erlangen-Nürnberg kennen und erfahren, wie Sie sich aktiv in Initiativen einbringen können.

Referentin: **Anne-Marie Lipphardt (Institut für Lern-Innovation _FAU)**

Montag, 10.11.25

29064

16:00-17:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Mehr Lebensfreude durch Licht

Winterdepressionen lassen sich heute mit Licht in vielen Fällen erfolgreich verhindern. Schlafstörungen können mit Licht zur richtigen Zeit beeinflusst werden. Müde und überanstrengte Augen sind oft die Folge falsch eingesetzten Lichts. In diesem Kurs wird die Wirkung von zu viel und zu wenig Licht in Bezug auf unsere Lebensqualität leicht verständlich.

Referent: **Peter Bernhard**

Mittwoch, ab 12.11.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29252**

14:00-15:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.04, 12 Plätze

Geistige Fitness im Alter

In dem Kurs werden die Konzentrationsfähigkeit und das Langzeitgedächtnis durch ausgewählte Übungen trainiert. Die Übungseinheiten sollen den Teilnehmern Freude und Erfolgserlebnisse in der Gruppe vermitteln.

Termine: 12.11., 19.11., 26.11., 3.12., 10.12. und 17.12.25, wöchentlich, 6 Einheiten

Leitung: **Felix Baur-Pantoulier**

Montag, 17.11.25

29078

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 20 Plätze

Wellness & Beauty Tipps für Golden Girls

Kosmetische Tipps und Impulse rund um die Hautpflege, Aktivierung der Ausstrahlung, mehr Mut zu Farben in den reiferen Jahren - für mehr Selbstwertschätzung und Selbstbewusstsein.

Hinweis für die Teilnehmer: Bitte einen Handspiegel mitbringen.

Referentin: **Nilgün Kaiser**

Montag, 01.12.25

Anmeldung Geschäftsstelle

29084

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Vitagogik

Wege zum Mitmenschen, zu Austausch und Miteinander.

(für allgemein Interessierte und für bürgerlich oder ehrenamtlich Interessierte)

Referent: **Dr. Edwin Petek**

Dienstag, 02.12.25

Anmeldung Geschäftsstelle

29160

14:00-15:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 12 Plätze

Geistig fit bleiben! Gedächtnistraining für Senioren 60plus!

Diese Schnupperstunde für Gedächtnistraining von Birgit Birchner gibt einen kleinen Einblick.

Referentin: **Birgit Birchner**

EINZELVERANSTALTUNGEN ÜBERSICHT

Anmeldung:

Gemäß farblicher Markierung in der **Geschäftsstelle** oder direkt bei der/dem **Dozentin/Dozenten**.

Termin	BZ	Titel	S.
Mi 27.08. 08:00		Studienfahrt Altmühlthal mit Schiffahrt	60
So 14.09. 08:00		Studienfahrt Abo Wallberg (1/3)	60
So 21.09. 08:30	●	Matinée mit ‚Trigane‘	7
Mo 22.09. 14:30	●	Der Bauernkrieg	16
Mo 22.09. 16:15	●	Maria Sibylla Merian (1647-1717) - Teil 1	43
Di 23.09. 12:45	●	Reisebericht Nordindien – Spiti, Kinauer, Lahul	49
Di 23.09. 15:00	●	Die Rüstungsspirale anhalten	16
Mi 24.09. 13:00	●	Albert Schweitzer - Leben und Werk	46
Mi 24.09. 15:00	●	Vorsorgevollmacht	25
Mi 24.09. 15:00		Werkstattgespräch/Atelierführung Meide Büdel	55
Do 25.09. 09:20		Spazierwanderung Treuchtlingen nach Pappenheim	9
Do 25.09. 13:00	●	Heizen und Lüften – wie es richtig geht!	25
Do 25.09. 14:00		Führung zur „Natur pur“ am Metthingweiher in Zabo	55
So 28.09. 11:00		Würzburg 1945	16
Mo 29.09. 14:30	●	Vortragsreihe: Bilder erzählen Geschichte (1/3)	16
Mo 29.09. 16:15	●	Maria Sibylla Merian (1647-1717) - Teil 2	43
Di 30.09. 08:00		Studienfahrt Abo Donau-Städte (2/3)	60
Di 30.09. 13:00	●	Die DDR von der Staatsgründung bis zum Mauerbau	17
Di 30.09. 14:00		Spaziergang: 1.FCN Gelände zum August-Meier-Haus	55
Di 30.09. 15:00	●	Lesung aus der Buhl-Biografie	38
Mi 01.10. 13:00	●	Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (1/11)	17
Mi 01.10. 14:30	●	Lasst uns reden - miteinander statt übereinander (1/4)	7
Mi 01.10. 15:00	●	Testamentsgestaltung	25
Do 02.10. 09:10		Wanderung auf dem Skulpturenweg	12
Do 02.10. 13:00	●	Musik und Sprache neu erleben (1/2)	41
Do 02.10. 13:30	●	Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (1/11)	43
Do 02.10. 15:00	●	Reisebericht Baltikum: Litauen-Lettland-Estland	49
Mo 06.10. 14:30	●	Vortragsreihe: Bilder erzählen Geschichte (2/3)	16
Di 07.10. 13:00	●	Kippunkte im Klimasystem	44
Di 07.10. 14:45	●	Reisebericht: Nationalparks in West-Kanada, Teil 2	49
Mi 08.10. 10:00		Spazierwanderung von Johannis nach Schniegling	12

EINZELVERANSTALTUNGEN ÜBERSICHT

Termin	BZ	Titel	S.
Mi	08.10. 13:00	● Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (2/11)	17
Mi	08.10. 15:30	● Reisebericht Irland	49
Do	09.10. 11:00	Auf den Spuren von „Superstar“ Albrecht Dürer	55
Do	09.10. 13:30	● Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (2/11)	43
Do	09.10. 15:00	● Vortragsreihe: Rom - geschichtliche Rundgänge (1/5)	17
Fr	10.10. 14:00	Tiergarten Führung	56
So	12.10. 15:00	Nürnberg - Königstraße – Gotische Bauten	56
Mo	13.10. 14:30	● Vortragsreihe: Bilder erzählen Geschichte (3/3)	16
Mo	13.10. 15:30	● Maria: Leben - Bedeutung - Verehrung (Teil 1)	46
Di	14.10. 13:00	● Kalter Krieg und Auswirkungen auf Deutschland	18
Di	14.10. 13:00	● Musik und Sprache neu erleben (2/2)	41
Di	14.10. 15:00	● Märchen von Musik und Gesang	38
Mi	15.10. 13:00	● Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (3/11)	17
Mi	15.10. 13:00	● Lesung: Die Auswanderung	38
Mi	15.10. 14:30	● Seniorenfilmnachmittag (1/4)	22
Mi	15.10. 15:00	● Gesprächsreihe: Was uns bewegt	25
Do	16.10. 09:00	Wanderung durch die grüne Tunnelallee	13
Do	16.10. 11:00	Einmal um den Hauptmarkt - mit Abstechern	56
Do	16.10. 13:30	● Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (3/11)	43
Do	16.10. 15:00	● Vortragsreihe: Rom - geschichtliche Rundgänge (2/5)	17
Fr	17.10. 07:00	Studienfahrt Wien - Glanz und Gloria	60
Fr	17.10. 16:00	● Wohin gerät man, wenn man außer sich gerät	18
Fr	17.10. 17:00	Deutsch-Rumänisches Kulturzentrum DACIA e.V.	22
Mo	20.10. 13:15	● Erderwärmung: Stand der Dinge	44
Mo	20.10. 15:00	● Die Firma Georges Carette	18
Di	21.10. 12:45	● Reisebericht: Lebenslust im Veneto (1/2)	49
Di	21.10. 15:00	● Herz-Kreislauf-Erkrankungen Teil I - III (1/3)	26
Mi	22.10. 12:45	● Feng Shui – Wind und Wasser	27
Mi	22.10. 13:00	● Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (4/11)	17
Mi	22.10. 15:00	Cafehaus-Gespräch mit Ingrid	38
Mi	22.10. 15:00	● Sängerinnen des Jazz - Part 3	41

EINZELVERANSTALTUNGEN ÜBERSICHT

Termin	BZ	Titel	S.
Mi	22.10. 17:45	Ausgewählte Exponate im GNM Nürnberg (neu)	56
Do	23.10. 13:30	● Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (4/11)	43
Do	23.10. 14:00	St. Egidien und der Egidienplatz	57
Do	23.10. 15:00	● Vortragsreihe: Rom - geschichtliche Rundgänge (3/5)	17
Fr	24.10. 14:00	Führung Dürerhaus mit Agnes	57
Fr	24.10. 15:00	Freitagskonzert: 'Spinning Coin'	58
Mo	27.10. 13:00	● Von Bestattungsvorsorge bis Abschied am Grab	27
Mo	27.10. 14:30	● Gemeinsam Wissen schaffen - Citizen Science	27
Mo	27.10. 15:00	Hermann Hesse - Gedichte mit Harfenbegleitung	58
Mo	27.10. 15:30	● Maria: Leben - Bedeutung - Verehrung (Teil 2)	46
Di	28.10. 08:00	Studienfahrt Abo Kulmbach, Thurnau (3/3)	60
Di	28.10. 12:45	● Reisebericht Dolpo – Reise in die Vergangenheit	50
Di	28.10. 15:00	● Johann Witschel (1769-1847)	18
Mi	29.10. 13:00	● Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (5/11)	17
Mi	29.10. 13:00	● Balladen und Romanzen	39
Mi	29.10. 14:30	● Frau Thomas Mann	39
Mi	29.10. 15:00	● Gesprächsreihe: Was uns bewegt	25
Do	30.10. 13:30	● Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (5/11)	43
Do	30.10. 15:00	● Vortragsreihe: Rom - geschichtliche Rundgänge (4/5)	17
So	02.11. 09:10	Wanderung zum 'Raubtiersasyl'	14
Do	06.11. 10:00	● Health Qigong & Meditation für Fortgeschrittene	14
Fr	07.11. 10:00	● Health Qigong für Anfänger	14
Fr	07.11. 13:30	● Chinesischen Schriftzeichen	54
Mo	10.11. 13:00	● Die Beatles - Musikalische Entwicklung, Teil 5	41
Mo	10.11. 14:30	● Vortragsreihe Italien: Dia-Vorträge (1/6)	22
Mo	10.11. 16:00	● Mehr Lebensfreude durch Licht	27
Di	11.11. 12:45	● Reisebericht: Lebenslust im Veneto (2/2)	49
Di	11.11. 13:00	● Musikalische Bewegung in die Leichtigkeit	14
Di	11.11. 15:00	● Lorenzkirche: Engelsgruß und Sakramentshaus	23
Di	11.11. 15:00	● Lesung „Nürnberger mit Piep“	39
Mi	12.11. 13:00	● Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (6/11)	17

EINZELVERANSTALTUNGEN ÜBERSICHT

Termin	BZ	Titel	S.
Mi 12.11. 14:00	●	Interkulturelle Unterschiede	23
Mi 12.11. 15:00	●	Vortragsreihe: Kunstgeschichte(n) (1/4)	23
Mi 12.11. 15:00	●	Gesprächsreihe: Was uns bewegt	25
Do 13.11. 09:00	●	Aufstellungen: Workshop (1/2)	47
Do 13.11. 10:00		Ahnensuche im genealogischen Forschungszentrum	19
Do 13.11. 13:30	●	Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (6/11)	43
Do 13.11. 15:00	●	Vortragsreihe: Rom - geschichtliche Rundgänge (5/5)	17
Fr 14.11. 09:00	●	Aufstellungen: Workshop (2/2)	47
Mo 17.11. 13:00	●	Wellness & Beauty Tipps für Golden Girls	28
Mo 17.11. 13:00	●	Arabische, römische und andere Ziffern	44
Mo 17.11. 14:30	●	Vortragsreihe Italien: Dia-Vorträge (2/6)	22
Mo 17.11. 16:00	●	Von Achilles bis Zeus	23
Di 18.11. 13:00	●	Extremwetter und Klimawandel	44
Di 18.11. 15:00	●	Herz-Kreislauf-Erkrankungen Teil I - III (2/3)	26
Mi 19.11. 13:00	●	Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (7/11)	17
Mi 19.11. 14:30	●	Seniorenfilmnachmittag (2/4)	22
Mi 19.11. 14:30	●	Lasst uns reden - miteinander statt übereinander (2/4)	7
Do 20.11. 13:30	●	Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (7/11)	43
Fr 21.11. 15:00		Freitagskonzert: ,St. Petersberger Duo'	58
Mo 24.11. 14:30	●	Vortragsreihe Italien: Dia-Vorträge (3/6)	22
Di 25.11. 12:45	●	Reisebericht Rupshu – Gebiet in Ladakh/Nordindien	50
Di 25.11. 15:00	●	Vom Umgang mit Missverständnissen	48
Mi 26.11. 13:00	●	Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (8/11)	17
Mi 26.11. 14:30		Fairer Kaffee – fairer Genuss!	57
Mi 26.11. 15:00	●	Vortragsreihe: Kunstgeschichte(n) (2/4)	23
Mi 26.11. 15:00	●	Gesprächsreihe: Was uns bewegt	25
Do 27.11. 13:30	●	Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (8/11)	43
Do 27.11. 15:00	●	Napoleon (I., II., und III.)	19
Fr 28.11. 15:00		Freitagskonzert: ,Franconian Jazzband'	58
Mo 01.12. 14:30	●	Vortragsreihe Italien: Dia-Vorträge (4/6)	22
Mo 01.12. 15:00	●	Vitagogik	28

EINZELVERANSTALTUNGEN ÜBERSICHT

Termin	BZ	Titel	S.
Di 02.12. 12:45	●	Reisebericht Bolivianische Impressionen	50
Di 02.12. 14:00	●	Gedächtnistraining für Senioren 60plus!	28
Mi 03.12. 13:00	●	Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (9/11)	17
Mi 03.12. 14:30	●	Seniorenfilmnachmittag (3/4)	22
Mi 03.12. 15:00	●	Sänger des Jazz – Part 4	42
Mi 03.12. 15:00		Budderblädzli, Bunsch und Bäggli	59
Do 04.12. 13:30	●	Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (9/11)	43
Do 04.12. 15:00	●	König Ludwig I von Bayern	19
So 07.12. 16:00		Adventskonzert mit dem Polizeichor	59
Mo 08.12. 14:30	●	Vortragsreihe Italien: Dia-Vorträge (5/6)	22
Mo 08.12. 15:00	●	Lesung: Weihnachtliches	40
Mo 08.12. 15:00	●	Der Bund Naturschutz	45
Di 09.12. 13:00	●	Berühmte Frauen in China	19
Di 09.12. 15:00	●	Herz-Kreislauf-Erkrankungen Teil I - III (3/3)	26
Mi 10.12. 13:00	●	Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (10/11)	17
Mi 10.12. 15:00	●	Vortragsreihe: Kunstgeschichte(n) (3/4)	23
Mi 10.12. 15:00	●	Gesprächsreihe: Was uns bewegt	25
Do 11.12. 13:30	●	Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (10/11)	43
Do 11.12. 15:00	●	Advent, Advent, der Kranz der brennt...	40
So 14.12. 13:55		Wanderung zum Weihnachtsmarkt auf Burg Hoheneck	15
Mo 15.12. 14:30	●	Vortragsreihe Italien: Dia-Vorträge (6/6)	22
Di 16.12. 13:00	●	Fakt oder Fake? – Geologische Kontroversen	45
Mi 17.12. 13:00	●	Vortragsreihe: Zeitreisen in der Geschichte (11/11)	17
Mi 17.12. 14:30	●	Lasst uns reden - miteinander statt übereinander (3/4)	7
Do 18.12. 13:30	●	Vortragsreihe: Chronik der Erde und des Lebens (11/11)	43
Do 18.12. 15:00	●	Lesung „Das angeknabberte Jesuskind“	40
Mi 07.01. 14:00	●	Reihe: Goldene Zeitalter Spaniens u.d. Niederlande (1/4)	24
Do 08.01. 13:00	●	Mythos Rennes-le-Château	20
Do 08.01. 14:00	●	Vortragsreihe: Philosophie am Donnerstag (1/4)	48
Do 08.01. 15:00		Führung Dürerhaus mit Agnes	57
Mo 12.01. 14:30	●	Vortragsreihe Mittelmeerregion: Dia-Vorträge (1/3)	24

EINZELVERANSTALTUNGEN ÜBERSICHT

Termin	BZ	Titel	S.
Di	13.01. 13:00	● Wie sorge ich für das Alter vor?	37
Di	13.01. 15:00	● Frieden im „Heiligen Land“: Geht das noch?	20
Di	13.01. 15:00	● Geldanlage mit gutem Gewissen?	37
Mi	14.01. 13:00	● Lorenzkirche: das Epitaph für Friedrich Schön	24
Mi	14.01. 14:00	● Reihe: Goldene Zeitalter Spaniens u.d. Niederlande (2/4)	24
Mi	14.01. 15:00	Was wir Sie schon immer fragen wollten	20
Mi	14.01. 15:00	● Vortragsreihe: Kunstgeschichte(n) (4/4)	23
Do	15.01. 13:00	● Reisebericht Rumänien-Rundreise	50
Do	15.01. 14:00	● Vortragsreihe: Philosophie am Donnerstag (2/4)	48
Do	15.01. 15:00	● Die Thatcher-Ära in Großbritannien	20
Mo	19.01. 14:30	● Vortragsreihe Mittelmeerregion: Dia-Vorträge (2/3)	24
Mo	19.01. 16:00	● Ein Brückenschlag zwischen den Generationen	37
Di	20.01. 12:45	● Reisebericht: Von China über Tibet nach Nepal	50
Di	20.01. 15:00	● Märchen vom Duft des Lebens	40
Mi	21.01. 14:00	● Reihe: Goldene Zeitalter Spaniens u.d. Niederlande (3/4)	24
Mi	21.01. 14:30	● Seniorenfilmnachmittag (4/4)	22
Mi	21.01. 14:30	● Lasst uns reden - miteinander statt übereinander (4/4)	7
Do	22.01. 08:55	Wanderung Winterromantik im Peggitztal	15
Do	22.01. 14:00	● Vortragsreihe: Philosophie am Donnerstag (3/4)	48
Fr	23.01. 14:30	● Frank-Gedanken	40
Mo	26.01. 13:00	● Mehr Licht - die Geschichte der Beleuchtung	45
Mo	26.01. 14:30	● Ausgrabungen in Pompeji	21
Mo	26.01. 14:30	● Vortragsreihe Mittelmeerregion: Dia-Vorträge (3/3)	24
Di	27.01. 12:45	● Die Wikinger - und wie ihr Erbe weiter wirkt	21
Mi	28.01. 14:00	● Reihe: Goldene Zeitalter Spaniens u.d. Niederlande (4/4)	24
Mi	28.01. 15:00	● Wo waren die Reichskleinodien?	21
Do	29.01. 14:00	● Vortragsreihe: Philosophie am Donnerstag (4/4)	48
Fr	30.01. 15:00	Freitagskonzert mit der Hochschule für Musik (HfM)	59
Fr	06.02. 15:00	Freitagskonzert: „Schdambala“	59

Anmeldung:

Gemäß farblicher Markierung in der **Geschäftsstelle** oder direkt bei der/dem **Dozentin/Dozenten**.

KURSE ÜBERSICHT

Zeit	ab	Kurs	Titel		S.
------	----	------	-------	--	----

Montags

10:00	10.11.	29070	Imagination und Entspannung, Kurs 1		47
10:00	12.01.	29015	Imagination und Entspannung, Kurs 2		47
10:45	22.09.	29032	Parliamo Italiano		52
12:30	22.09.	29036	Schachspielen am Montagmittag		51
12:45	22.09.	29022	Englisch mit Herrn Lutz		52
12:45	22.09.	29024	English conversation		52
13:00	24.11.	29080	Philosophie-Kurs		48
13:00	22.09.	29094	Neugriechisch		52
15:00	06.10.	29046	Let's go down under		53

Dienstags

10:00	30.09.	201.009	Nordic Walking		11
13:00	07.10.	29130	Diskussion Gewaltfreie Kommunikation		46
14:00	23.09.	29114	LineDance light: das Original! - Kurs 1		8
15:00	11.11.	29150	Kurs Schreibwerkstatt für Anf. u. Fortg.		39
15:15	23.09.	29116	LineDance light: das Original! - Kurs 2		8

Mittwochs

n.V.	n.V.	201.008	Wandergruppe		8
10:00	08.10.	29262	Feldenkrais - Kurs A		12
11:15	08.10.	29264	Feldenkrais - Kurs B		12
12:45	24.09.	29210	Englisch bei Frau Münderlein		53
13:00	08.10.	29220	Sprachkurs Britain and Europe		54
14:00	12.11.	29252	Geistige Fitness im Alter		28
14:30	08.10.	29222	Gesprächskreis Literatur		38
15:00	24.09.	29208	Singkreis		41

Zeit	ab	Kurs	Titel		S.
------	----	------	-------	--	----

Donnerstags

09:30	25.09.	201.013	Walking im Wiesengrund		9
10:00	25.09.	201.010	Nordic Walking im Marienbergpark		9
10:00	25.09.	29306	Seniorengymnastik - Kurs 3		9
12:45	25.09.	29314	Englisch bei Frau Vassilatos		53
13:00	09.10.	29324	Realistische Selbstverteidigung (Praxis)		13
14:00	25.09.	211.002	Spielenachmittag		51
14:45	16.10.	29342	Französisch - Konversation		54
14:45	09.10.	29326	Parler français librement		54
16:00	25.09.	201.011	Wassergymnastik 1		11
16:00	02.10.	201.012	Wassergymnastik 2		11

Freitags

10:00	26.09.	29402	Aquarellkurs für Fortgeschrittene		22
14:00	26.09.	211.001	Skat – ein unterhaltsames Gedächtnistraining		51
14:45	26.09.	29412	Erlebnistanz Senioren		11
16:15	26.09.	29416	LineDance light: das Original! - Kurs 3		8

Anmeldung:

Gemäß farblicher Markierung in der **Geschäftsstelle** oder direkt bei der/dem **Dozentin/Dozenten**.

Dienstag, 13.01.26

Anmeldung Referentin

29105

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 30 Plätze

Wie sorge ich für das Alter vor?

Die Referentin informiert sie über die verschiedenen Möglichkeiten der Vorsorge, macht Sie mit den rechtlichen Hintergründen vertraut und informiert über Fallstricke in der Praxis.

Referentin: **Dipl. Sozialpäd. Sabine Wangel**, 0911/3107814,
sabine.wangel@skf-nuernberg.de

Dienstag, 13.01.26

29103

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.07, 20 Plätze

Geldanlage mit gutem Gewissen?

Immer mehr Menschen möchten auch mit ihrer Geldanlage Gutes tun. Aber ist das überhaupt möglich? Der Vortrag diskutiert die Probleme einer nachhaltigen Geldanlage und stellt verschiedene Möglichkeiten vor.

Referent: **Dr. Peter Kührt**

Montag, 19.01.26

29017

16:00-17:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Ein Brückenschlag zwischen den Generationen

„Kindern zu einem guten Start ins Leben helfen“ und damit „Zukunft stiften“ ist unsere Vision.

Referent: **Gerhard Berndt (Großeltern stiften Zukunft e.V.)**



**Malerfachbetrieb
BRÜCKNER**

Kompetenz in Farbe

**MALEN - TAPEZIEREN
LACKIEREN**

Passauer Straße 25, 90480 Nürnberg

⌚ 0172/5969104

✉ christian.brueckner@malerfachbetrieb-brückner.de

www.malerfachbetrieb-brückner.de

Dienstag, 30.09.25 **29120**

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.11, 60 Plätze

Lesung aus der Buhl-Biografie

Wolfgang Buhl (*1925 in Zwickau; †2014 in Nürnberg), Autor, Journalist und Studioleiter beim BR-Studio Nürnberg von 1963-1990. Unter seiner Ära erlebte das Studio eine Blütezeit und bald nannte man es „Musenhof“, in Anlehnung an die herzogliche Unterstützung Goethes in Weimar. Es gelang ihm, bekannte Autoren wie Böll, Kästner, Kesten, Elisabeth Engelhardt, Kusz, Schamberger u.a. zu einer Zusammenarbeit zu bewegen.

Referentin: **Ingeborg Höverkamp**

Mittwoch, ab 08.10.25 **Anmeldung Geschäftsstelle 29222**

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.23, 16 Plätze

Gesprächskreis Literatur

Wir besprechen überwiegend Romane des 20. Jahrhunderts. Am ersten Gesprächstermin behandeln wir den Roman von Uwe Tellkamp „der Turm“. Die danach geplanten Romane gebe ich am ersten Gesprächstag bekannt. Neue Teilnehmer sind willkommen.

Termine: 08.10., 22.10., 19.11., 03.12., 17.12.25, 07.01., 21.01.26, 7 Einheiten

Leitung: **Dieter Rosenthal**

Dienstag, 14.10.25 **29134**

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Märchen von Musik und Gesang

Die Märchen zeigen uns welche Macht Musik und Gesang haben und zum Guten führen.

Referentin: **Christine Lübeling**

Mittwoch, 15.10.25 **29226**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Die Auswanderung

Ein Auszug aus meinem Gegenwartsroman.

Referentin: **Malwine Markel**

Mittwoch, 22.10.25 **205.002**

15:00-17:00 Uhr, Laurentius Café-Restaurant; Lorenzer Platz 8-10

Cafehaus-Gespräch mit Ingrid

Cafehausgespräch mit Ingrid und Fragen zu Terminen etc. zur Akademie 60plus mit Klara Rebhan.

Leitung: **Ingrid Röhrs**

Mittwoch, 29.10.25 **29234**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Balladen und Romanzen

Balladen und Romanzen aus alter und neuer Zeit von Goethe, Schiller, Fontane, Heine, Rilke, Erich Kästner und Ringelnatz und anderen Autoren.

Referentin: **Esther Pecher**

Mittwoch, 29.10.25 **29246**

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Frau Thomas Mann

Das Leben der Katharina „Katia“, geborene Pringsheim, als Mutter seiner Kinder, Begleiterin und Ratgeberin, als Managerin eines erfolgreichen wie bedrohten Betriebs.

Referent **Hans-Eberhard Rückert**

Dienstag, ab 11.11.25 **Anmeldung Geschäftsstelle 29150**

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.04, 10 Plätze

Kreative Schreibwerkstatt für Anfänger und Fortgeschrittene

Im spielerischen Umgang mit Sprache üben wir verschiedene Techniken, wie Figurenentwicklung, Plot, Erzählperspektiven, Dialoge usw. Wir besprechen unsere eigenen Texte, um gegenseitige Hilfe, Anregung und Anerkennung zu erhalten.

Termine: 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.25, 6 Einheiten

Leitung: **Petra Sonnenschein**

Dienstag, 11.11.25 **29152**

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.11, 60 Plätze

Lesung „Nürnberger mit Piep“

Der Autor liest aus seiner unter dem Pseudonym „Bruno Busch“ erschienenen Kurzgeschichten-Sammlung und singt dazu gemeinsam mit dem Publikum bekannte Kirchen-, Volks- und Wanderlieder.

Referent: **Ingo Stauch**

Montag, 08.12.25

29088

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Weihnachtliches

Erzählungen über Advent und Weihnachten in Siebenbürgen.

Referentin: **Malwine Markel**

Donnerstag, 11.12.25

29350

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Advent, Advent, der Kranz der brennt...

Lustiges, fränkisches und originelles zur Adventszeit. Humorvoll, aber auch nachdenklich, manchmal sogar ein bisschen zynisch!

Referent: **Hans Meyer**

Donnerstag, 18.12.25

29352

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Lesung „Das angeknabberte Jesuskind“

Der Autor liest aus seinen unter dem Pseudonym „Bruno Busch“ erschienenen „Weihnachtsgeschichten von B.“ und singt dazu gemeinsam mit dem Publikum bekannte Advents- und Weihnachtslieder.

Referent: **Ingo Stauch**

Dienstag, 20.01.26

29109

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.07, 20 Plätze

Märchen vom Duft des Lebens

„Traue deiner Sehnsucht“ sagen die Märchen, deiner Sehnsucht nach Leben, nach Freude und gehe dem nach.

Referentin: **Christine Lübeling**

Freitag, 23.01.26

29420

14:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Frankn-Gedankn

Fränkisches kann so originell, pfiffig und hintsinnig sein. Hören und lachen Sie über eine Auswahl der besten Franken-Literatur.

Referent: **Hans Meyer**

Mittwoch, ab 24.09.25

29208

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Singkreis

Gemeinsames Singen und Musizieren verbindet und stärkt Seele und Geist. Wir wollen zu Musikbegleitung am Klavier sowohl altbekannte Volkslieder singen, als auch einige moderne Stücke einstudieren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Klavier: Ingrid Körner

Termine: 24.09.25 bis 28.01.26, wöchentlich, jedoch nicht am 01.10., 19.11., 15.12.25 und 21.01.26, 12 Einheiten

Leitung: **Helga Lederer**

Donnerstag, ab 02.10.25

Anmeldung Geschäftsstelle

29318

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 15 Plätze

Musik und Sprache neu erleben

Rezept für die Seele im Alltag: mitmachen und mitlachen bei Klang und Sprache. Das ergibt samt Musikanekoden und etwas Musik- und Tanzgeschichte ein Menü für alle, die sich gerne auf Neues einlassen.

Termine: Do. 02.10., Di. 14.10.25, 2 Einheiten

Referentin: **Ingrid Renate Korn**

Mittwoch, 22.10.25

29232

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Sängerinnen des Jazz - Part 3

Bessie Smith Es gibt keine Sängerin, die so identisch ist mit dem was sie singt, wie Bessie Smith - die Kaiserin des Blues. Natürlich sind Ella Fitzgerald und Billie Holiday großartige Sängerinnen und wir hören auch eindrucksvolle Stimmen, von denen man in Europa nahezu nichts weiß.

Referent: **Paul Geier**

Montag, 10.11.25

29068

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Die Beatles - Geschichte ihrer musikalischen Entwicklung Teil 5

Die Aufnahmen werden immer mehr zu Soloprojekten; ein Film über Live-Aufnahmen (Let it be) scheitert. Das „Apple“ Unternehmen wird zum Flop. John Lennon gründet die „Plastic Ono Band“.

Referent: **Peter Trappe**

Mittwoch, 03.12.25

29258

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Sänger des Jazz – Part 4

Bevor es Jazz gab, gab es Blues, Work songs und Spirituals. Aus dieser Musik ist der Jazz entstanden. Der Jazzvokalist behandelt seine Stimme wie ein Instrument, wie z.B. eine Trompete. Nicht umsonst sind einige der besten Sänger des Jazz Instrumentalisten - allen voran Luis Armstrong oder Chet Baker.

Referent: **Paul Geier**

Ihr Haus der Gesundheit in der Region Nürnberg
 Sanitätshandel • Orthopädie-Technik • Orthopädie-Schuhtechnik • Bequemschuhe



Wellness
Weite H



Himona
Weite H



Phil
Weite H



waldläufer

FÜR SCHUHLIEBHAERINNEN
HARTJES®

Nicht alle Modelle & Hersteller an allen Standorten erhältlich.

Gesundheit beginnt bei den Füßen. Überzeugen Sie sich von unserer Qualität.

5 € RABATT-GUTSCHEIN*
auf Ihre Einlagen oder Schuhreparatur



Haus der Gesundheit
Riedel & Pfeuffer
Tucholskystraße 2
90471 Nürnberg

Blickfang –
Schuhe, die laufen
Trödelmarkt 1a
90403 Nürnberg

Schübel & Hofmann
Gesunde Schuhe
Hallplatz 5-7
90402 Nürnberg




RIEDEL

*Nur anrechenbar auf den Privatpreis. Gültig bei Vorlage bis 31.10.25 in allen Filialen.
 Nicht kombinierbar mit anderen Gutscheinen. Keine Barauszahlung möglich.

Montag, 22.09.25

29026

16:15-17:45 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Maria Sibylla Merian (1647-1717) - Teil 1

Eva Homrighausen stellt die in Nürnberg 1675-1680 entstandenen Blumenbücher in den Mittelpunkt des Vortrages sowie die Forschungen um die „Metamorphose“ der „Sommervögelein“, wie die Merianin die Schmetterlinge nannte.

Referentin: **Eva Homrighausen**

Montag, 29.09.25

29038

16:15-17:45 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Maria Sibylla Merian (1647-1717) - Teil 2

Im zweiten Vortrag über die Künstlerin, Naturkundlerin und Geschäftsfrau stehen ihr Netzwerk in Amsterdam, wo sie ab 1691 lebte und ihre in vielfältiger Hinsicht abenteuerliche Reise nach Surinam (1699-1701) im Fokus. Das Publikum kann sich an Abbildungen exotischer Pflanzen und Tiere erfreuen.

Referentin: **Eva Homrighausen**

Donnerstag, ab 02.10.25

29316

13:30-15:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, 14 Plätze

Eine Chronik der Erde und des Lebens

Wie ist vermutlich Leben entstanden? Welche Baupläne waren erfolgreich, welche nicht?

Wir betrachten – mit Staunen und Ehrfurcht - die Entwicklung der Lebensformen von den Anfängen vor ca. 4 Milliarden Jahren bis heute und bekommen einen Einblick in die Schönheit der Natur.

02.10. Wie die Geologie entstand: Berühmte Geologen und Paläontologen

09.10. Datierungsmethoden: Wie bestimmt man das Alter von Fossilien, Gesteinen und vom Ötzi?

16.10. Was braucht man zu einer Zelle?

23.10. Baupläne des Lebens – Pflanzen

30.10. Baupläne des Lebens - Tiere

13.11. Erdurzeit – von den Anfängen

20.11. Erdaltertum: Kambrium bis Silur, Karbon und Perm

27.11. Erdmittelalter: Trias und Jura

04.12. Erdmittelalter: Kreide

11.12. Erdneuzeit: Tertiär und Eiszeiten

18.12. Geologische Sehenswürdigkeiten in unserer Heimat und in den Alpen

Referent: **Werner Gerstmeier**

Dienstag, 07.10.25

29126

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Kippunkte im Klimasystem

Die Strömungen im Nordatlantik, der Permafrost, die Amazonaswälder und die Korallenriffe könnten durch den Klimawandel instabil werden. Wie nahe sind wir diesen Kippunkten, und was wären die Folgen?

Referent: **Stephan Matthiesen**

Montag, 20.10.25

29052

13:15-14:45 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.21, 28 Plätze

Erderwärmung: Stand der Dinge

Die Folgen der Erderwärmung sind viel schneller eingetroffen als erwartet.

Referent: **Rüdiger Frisch**

Montag, 17.11.25

29076

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Die Erfindung der Null. Arabische, römische und andere Ziffern

Den geschlungenen arabischen Ziffern sieht man ihre Herkunft noch an. Römische Ziffern sind strikt und gerade. Außer dem Zehnersystem gibt es noch andere Stellenwertsysteme. Bitte Bleistift und Papier mitbringen und vielleicht einen Taschenrechner.

Referent: **Rüdiger Frisch**

Dienstag, 18.11.25

29154

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Extremwetter und Klimawandel

Hitzewellen und Dürren ebenso wie Sturzfluten und Überschwemmungen haben auch 2023 wieder für Schlagzeilen gesorgt. Wie hängen ihre Häufigkeit und Intensität mit dem Klimawandel zusammen?

Referent: **Stephan Matthiesen**

Montag, 08.12.25

29086

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Der Bund Naturschutz

Hiltrud Gödelmann zeigt das breite Spektrum von Aktivitäten vom Kröten sammeln über Biotope pflegen bis zum Schutz von Bäumen und Freiflächen.

Referentin: **Hiltrud Gödelmann (Bund Naturschutz)**

Dienstag, 16.12.25

29166

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Fakt oder Fake? – Geologische Kontroversen

Wir gehen geologischen Kontroversen auf den Grund (Kontinentalverschiebung; Meteoritenkrater Nördlinger Ries; Sintflut; ...) und erläutern, wie sich die Erklärungen für die Phänomene verändert haben.

Referent: **Dr. Wolf-Ulrich Henken-Mellies**

Montag, 26.01.26

29019

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, 14 Plätze

Mehr Licht - die Geschichte der Beleuchtung

Die Entwicklung des Menschen ist eng verbunden mit der Nutzung des Lichts. Als tagaktive Akteure in der Natur sind wir auf Licht zum Leben angewiesen. Es ist ein wichtiges „Lebensmittel“ für uns. Hier wird erläutert und gezeigt wie die Entwicklung der Beleuchtung unser Leben verändert hat - im Guten, wie im Schlechten.

Referent: **Peter Bernhard**

GENIESSERMENÜS

Fäßler bringt's: die regionale Frische, mit bio-zertifizierten Produkten, direkt zu Ihnen ins Haus. Täglich individuelle Menüs, frisch zubereitet, damit SIE lange fit und aktiv bleiben.

Ein Familienbetrieb seit über 45 Jahren.
Ihr Menübringdienst frei Haus, www.hans-faessler.de



Mittwoch, 24.09.25**29202**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Albert Schweitzer - Leben und Werk

Rückblicke auf Leben und Werk von Albert Schweitzer anlässlich seines 150. Geburtstages im Januar 2025.

Referent: **Hans-Detlev Roth**

Dienstag, ab 07.10.25**Anmeldung Geschäftsstelle****29130**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Diskussionsrunde „Gewaltfreie Kommunikation“

Wir wollen über aktuelle gesellschaftliche und politische Themen debattieren. Fachleute wie Rosenberg, Schulz von Thun u.a. zeigen, wie wir dabei durchaus selbstbewusst unsere eigene Meinung vertreten können. Darüber hinaus aber sollten wir uns bemühen, unsere Konfliktpartner besser zu verstehen. Egoismus und Altruismus bestimmen unser Leben. Schön, wenn beide im Gleichgewicht sind. Übrigens: Wenn wir andere wertschätzen, steigt unser Selbstwertgefühl ungemein!

Termine: 07.10., 11.11., 09.12.25, 13.01.26, 4 Einheiten

Leitung: **Helmut Wehrfritz und Susanne Morath**

Montag, 13.10.25**29048**

15:30-17:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Maria: Leben - Bedeutung - Verehrung (Teil 1)

Über Abstammung und Jugend Marias findet sich in der Bibel nichts; die Stammbäume für Jesus im Matthäus- und Lukasevangelium wollen Jesus Abstammung von Joseph und damit aus dem Geschlecht Davids aufzeigen.

Referentin: **Renate Götz**

Montag, 27.10.25**29058**

15:30-17:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.21, 20 Plätze

Maria: Leben - Bedeutung - Verehrung (Teil 2)

Von Maria wird in der Bibel nur berichtet, dass sie in Nazareth zuhause, mit Joseph verlobt und mit Elisabeth verwandt war; vermutlich stammte sie aus priesterlichem Geschlecht, da Elisabeth mit dem Priester Zacharias verheiratet war.

Referentin: **Renate Götz**

Montag, ab 10.11.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29070**

10:00-11:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.23, 15 Plätze

Imagination und Entspannung als Kraftquellen im Alter Kurs 1

In der Teilnehmer orientierten Veranstaltung werden Entspannungsverfahren durchgeführt und durch Imaginationen zu verschiedenen Themenbereichen ergänzt.

Termine: 10.11., 17.11., 24.11., 01.12., 08.12., 15.12.25, wöchentlich, 6 Einheiten

Leitung: **Dipl. Psych. Ute Zachmann**

Montag, ab 12.01.26 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29015**

10:00-11:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.23, 15 Plätze

Imagination und Entspannung als Kraftquellen im Alter Kurs 2

Ein Auffrischungskurs für frühere Teilnehmer. In der Teilnehmer orientierten Veranstaltung werden Entspannungsverfahren durchgeführt und durch Imaginationen zu verschiedenen Themenbereichen ergänzt.

Termine: 12.01., 19.01., 26.01.26, wöchentlich, 3 Einheiten

Leitung: **Dipl. Psych. Ute Zachmann**

Donnerstag, ab 13.11.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29418**

09:00-12:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.23, 15 Plätze

Aufstellungen: Workshop

Im Lauf des Lebens bleiben einem knifflige Situationen erhalten. Das kann der Umgang mit schwierigen Kollegen oder Bekannten sein oder eine Entscheidungssituation. Selbst das Erreichen klarer Ziele kann eigenartig zäh verlaufen. Diese Anliegen lassen sich in einzelne Aspekte zerlegen und von den Teilnehmern einer Gruppe im Raum repräsentativ darstellen. Durch Umstellen dieses Bildes kann man so neue Sichtweisen gewinnen und dadurch möglicherweise einer Lösung näher kommen.

Termine: 13.11., 14.11.25, 2 Einheiten

Referent: **Udo Schmeiser**

Montag, ab 24.11.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29080**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, 12 Plätze

Philosophie-Kurs: Einführung

Der Kurs setzt die Einführung in die Philosophie fort. Wir erarbeiten und mit Texten und Gesprächen die wesentlichen Themen der theoretischen und praktischen Philosophie. Hierbei steht der Dialog im Vordergrund.

Die Materialien (Texte) werden vom Dozenten gestellt.

Termine: 24.11., 01.12., 08.12., 15.12.25, wöchentlich, 4 Einheiten

Referent: **Peter Kopf**

Dienstag, 25.11.25 **29158**

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Vom Umgang mit Missverständnissen

„SO habe ich das doch gar nicht gesagt. Das habe ich SO doch gar nicht gemeint“. Missverständnisse sind nicht immer lustig, sie können auch zu unbewussten Spannungen und Konflikten führen. Sind Missverständnisse vermeidbar? Oder gehören sie einfach zu einer nicht gelingenden Kommunikation. Also: „Verstehen Sie mich bitte richtig“.

Referent: **Andreas Cramer**

Donnerstag, ab 08.01.26 **29301**

14:00-15:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.03, 14 Plätze

Philosophie am Donnerstag - Fragen, Antworten und Gedankenspiele

Der englische Philosoph und Mathematiker Bertrand Russell soll gesagt haben: Als ich jung war, sagte ich immer, dass Philosophieren ein Forschen nach endgültigen Antworten sei. (...) Es ist ein Forschen nach endlosen Fragen. Stellen wir einfach Fragen, vielleicht finden wir sogar Antworten, und wenn wir keine finden, erfreuen wir uns einfach an diesen Gedankenspielen.

08.01., 15.01., 22.01., 29.01.26

Philosophie am Donnerstag

Referent: **Werner Gerstmeier**

Dienstag, 23.09.25**29110**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Nordindien – Spiti, Kinauer, Lahul

Eine Reise mit vielen Hindernissen. Drei ehemalige Königreiche mit buddh. Prägung und uralten Klöstern. Frei nach dem Buchtitel „Im Himalaya ist alles anders“, vor allem der Begriff „Zeit“.

Referent: **Werner Bauer**

Donnerstag, 02.10.25**29320**

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Baltikum Rundreise: Litauen - Lettland - Estland

Litauen: Vilnius – Trakai – Kaunas - Klaipeda -Kurische Nehrung -Nida.

Lettland: Kuldiga – Gutshaus Kukschen - Riga - Gauja-Nationalpark.

Estland: Tartu - Laheema-Nationalpark – Tallinn

Referent **Hans-Eberhard Rückert**

Dienstag, 07.10.25**29128**

14:45-16:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Die großen Nationalparks im Westen Kanadas, Teil 2

In 4 Wochen über die Westernorte zu den riesigen Nationalparks Westkanadas Jasper und Banff. Prärie, Gletscher, Seen und himmelstrebende Gebirge. Am Ende liegen Vancouver Island und die Stadt.

Referent: **Peter Michalik**

Mittwoch, 08.10.25**29218**

15:30-17:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.14 Fabersaal, 60 Plätze

Irland

Eine Rundreise und ein Streifzug in die Geschichte Irlands

Referent: **Matthias Gößmann**

Dienstag, ab 21.10.25**29140**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Lebenslust im Veneto Teil 1

Das Veneto - ein kleines Paradies auf Erden, Villen von Andrea Palladio, Stararchitekt der Renaissance, garnieren die liebliche Landschaft. Die perfekte Ergänzung dazu: kunstvoll angelegte Gärten und Parks. Lassen Sie sich auf die Genüsse der Region ein, zu denen auch Giottos Fresken in Padua und das Teatro Olimpicos in Vicenza gehören.

21.10. Veneto Teil 1 , 11.11. Veneto Teil 2

Referentin: **Maria Mauser**

Dienstag, 28.10.25**29142**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Dolpo – Eine Reise in die Vergangenheit

Dolpo ist das höchste ständig bewohnte Gebiet in Nepal. Man erreicht es nur über 5000 m hohe Pässe. Dort leben nur 4000 Menschen in einer ariden Landschaft von Licht und Farben in nie gesehener Intensität.

Referent: **Werner Bauer**

Dienstag, 25.11.25**29156**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Rupshu – ein kaum bekanntes Gebiet in Ladakh/Nordindien

Ein phänomenaler Flug bringt uns in die dünne Luft von Leh, Hauptstadt von Ladakh. Wir besuchen Klöster im Industal und nehmen 4 Tage am Klosterfest in Phyang teil. Zum Abschluß ein Trekking zum Tso Moriri.

Referent: **Werner Bauer**

Dienstag, 02.12.25**29162**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Bolivianische Impressionen

Bolivien, ein Land voller Kontraste, beeindruckender Natur, reicher Kultur und herzlicher Menschen.

Referentin: **Manuela Campero**

Donnerstag, 15.01.26**29307**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Rumänien-Rundreise

Nürnberg's Partnerstadt Brasov-Kronstadt – Wehrkirche Prejmer - Schloss Bran „Dracula“ – Bukovina Moldauklöster – Maramures Holzkirchen – Transsilvanien mit Bistritz und Klausenburg – Hermannstadt – Kirchenburgen in Siebenbürgen.

Referent **Hans-Eberhard Rückert**

Dienstag, 20.01.26**29107**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 34 Plätze

Von China über Tibet nach Nepal

Mit der höchsten Eisenbahn der Erde von Xining nach Lhasa zum Dach der Welt. In Tibet Tempel und Klöster erkunden, den Sonnenuntergang am Mount Everest Base Camp (5.200 m) erleben und den Himalaya bis Kathmandu überqueren. Eine Reise der Superlative!

Referenten: **Gisela und Gerhard Hoffmann**

Montag, ab 22.09.25

29036

12:30-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.24, 25 Plätze

Schach am Montagmittag

Möchten Sie gerne Schachspielen und haben keinen Partner? Kommen Sie doch mal zu uns. Wir bieten Gelegenheit zum Spielen. Bretter und Figuren sind vorhanden.

Termine: 22.09., 29.09., 06.10., 13.10., 20.10., 27.10., 10.11., 17.11.25, 8 Einheiten

Leitung: **Dieter Schmidt**

Donnerstag, ab 25.09.25

211.002

14:00-15:30 Uhr, Pellerhaus, Egidienplatz 23, Großer Spielesaal, 1. OG

Spieldienachmittag mit Klassikern und Neuheiten

Im Haus des Spiels, der ehemaligen Stadtbibliothek, kann nach Herzenslust und unter fachkundiger Anleitung gespielt werden.

Bitte pünktliches Erscheinen, da die Eingangstür verschlossen ist.

Termine: 25.09., 30.10. 27.11., 18.12.25, 29.01.26, 5 Einheiten

Achtung: nicht barrierefrei!

Leitung: **Sebastian Pfaller**, 36 Plätze

Freitag, ab 26.09.25

211.001

14:00-17:00 Uhr, Heilig-Geist-Spital, Cafeteria im Seniorenamt, Zugang von der Spitalgasse 22 aus oder von der Vorderen Insel Schütt über den Kreuzigungshof

Skat – ein unterhaltsames Gedächtnistraining

Auch SpielerInnen mit Grundkenntnissen sind willkommen. Wir lösen die Gruppen aus und spielen nicht um Geld. Wir spielen jede Woche und auch während der Ferien. Info beim Spielnachmittag und unter 0911/8178982

Leitung: **Herbert Runge**

Montag, ab 22.09.25 **Anmeldung Leitung** **29032**

10:45-12:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 14 Plätze

**Parliamo Italiano Gruppe A: Fortgeschrittene Gruppe
B: WiedereinsteigerInnen**

Ein Italienisch-Kurs für Wortschatz und Grammatik in 2 Gruppen (A oder B) im wöchentlichen Wechsel.

Termine:

Gruppe A: 22.09., 06.10., 20.10., 10.11., 24.11., 08.12.25, 12.01.26, 7 Einheiten

Gruppe B: 29.09., 13.10., 27.10., 17.11., 01.12., 15.12.25, 19.01., 26.01.26, 8 Einheiten

Leitung: **Maria Ruß-Steigmann**, 0911/8189762, russ-steigmann@nefkom.net

Montag, ab 22.09.25 **Anmeldung Leitung** **29022**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.14, 20 Plätze

Englisch mit Herrn Lutz

Wir werden in kleinen Schritten vorhandene Grundkenntnisse in Wort, Schrift, Grammatik und Aussprache auffrischen und erweitern - sowie gelegentlich Geschichten und Artikel lesen. Partner Konversation.

Advanced beginners or higher.

Termine: 22.09.25 bis 26.01.26, wöchentlich, 15 Einheiten

Leitung: **Dieter Lutz**, 0911/3236021, dieter.lutz5@t-online.de

Montag, ab 22.09.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29024**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 12 Plätze

English conversation

Come in and practice - speaking and reading. Whatever your level is!

Termine: 22.09.25 bis 26.01.26, wöchentlich, 15 Einheiten

Referenten: **Bernd Neuroth u. Birgit Chase**

Montag, ab 22.09.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29094**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.04, 10 Plätze

Neugriechisch

Wir lernen die griechische Sprache durch Übungen, Übersetzung und Dialoge. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen, Vorkenntnisse erforderlich!!

Termine: 22.09., 06.10., 20.10., 10.11., 24.11., 08.12.25, 12.01., 26.01.26, 8 Einheiten

Leitung: **Alexandros Datsios**

Mittwoch, ab 24.09.25 **Anmeldung Referentin** **29210**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.17, 18 Plätze

Englisch bei Frau Münderlein

Wir werden in kleinen Schritten vorhandene Grundkenntnisse auffrischen. Die Sprechfähigkeit soll dabei gefördert werden.

Termine: 24.09.25 bis 04.02.26, wöchentlich, außer 12.11.25, 16 Einheiten

Referentin: **Annette Münderlein**, 0911/36670269, a_muenderlein@hotmail.com

Donnerstag, ab 25.09.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29314**

12:45-14:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.14, 16 Plätze

Englisch bei Frau Vassilatos

Vorhandenes Wissen auffrischen. Neues dazulernen. Sich in Alltagssituationen im englischsprachigen Auslandsurlaub zurechtfinden. Grundkenntnisse müssen vorhanden sein.

Termine: 25.09.25 bis 29.01.26, wöchentlich, 16 Einheiten

Leitung: **Jutta Vassilatos**

Montag, ab 06.10.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29046**

15:00-16:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 4.13, 15 Plätze

Let's go down under: Australia – Past and Present

We will take a journey through Australia's fascinating history from the 60,000 years of Aboriginal history to the present. We will examine topics like James Cook's landing in Botany Bay, Australia as a prison colony, the establishment of British settlements, the relationship between the Aboriginal people and the British colonizers, etc. We will also touch aspects of today's Australia, its unique nature, modern cities, rich culture.

Language level: medium to advanced

Termine: 06.10.25 bis 01.12.25, wöchentlich, 8 Einheiten

Leitung: **Gisela Sapke**

Mittwoch, ab 08.10.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29220**

13:00-14:30 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Britain and Europe

We will have a closer look at the decisive moments of Anglo-European relations: from Churchill's idea of the „United States of Europe“ to Britain's decision to join the EC to growing „Euro-scepticism“ and Brexit.

Course language: English, level: medium to advanced

Termine: 08.10. bis 19.11.25, wöchentlich, 6 Einheiten

Referent: **Gerhard Nickl**

Donnerstag, ab 09.10.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29326**

14:45-16:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Parler français librement

Vous voulez parler français couramment et sans hésitations? Alors, venez au cours et parlez!

Termine: 09.10., 23.10., 13.11., 27.11., 11.12.25, 08.01., 22.01.26, 14-tägig, 7 Einheiten

Leitung: **Yannick Laurent**

Donnerstag, ab 16.10.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29342**

14:45-16:15 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum 3.12, 16 Plätze

Französisch - Konversation

Festigen und vertiefen Sie Ihre Fähigkeiten, sich in Alltagssituationen in französischer Sprache auszudrücken und einfache Texte zu lesen und darüber zu sprechen.

Termine: 16.10., 30.10., 20.11., 04.12., 18.12.25, 15.01., 29.01.26, 14-tägig, 7 Einheiten

Leitung: **Hans-Friedrich Schubert**

Freitag, 07.11.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **29408**

13:30-16:00 Uhr, BZ, Gewerbemuseumsplatz 2, Raum E.05, 10 Plätze

Chinesischen Schriftzeichen

Von Bild zum Begriff, aus der Entwicklung der alten Kultursprach Chinesisch lassen sich die Spuren der Geschichte, der Kunst und der Volkswisheit ablesen. Welche Gedanken und Strukturen stecken im Aufbau der Zeichen? Wie entwickelten sich die Zeichen? Versteht man den Ursprung, werden die chinesischen Schriftzeichen plötzlich einfacher zu lernen sein, als man glaubt.

Leitung: **Dr. Shimei Liu-Schumacher**

Mittwoch, 24.09.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **213.003**

15:00 Uhr, Ateliergemeinschaft Euckenweg 33 / Eingang rückseitig in der Bertolt-Brecht-Str. 92 (blaue Tür)

Werkstattgespräch/Atelierführung Meide Büdel

Führung durch die Atelierräume der Ateliergemeinschaft Euckenweg 33 mit Schwerpunkt auf die bildhauerischen Arbeiten von Meide Büdel.

Leitung: **Meide Büdel**, 20 Plätze

Donnerstag, 25.09.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **213.012**

14:00-15:30 Uhr, Treffpunkt: Metthingweiher, Metthingstr. 10

Führung zur „Natur pur“ am Metthingweiher in Zabo

Der BUND Naturschutz zeigt die wilde Natur und deren Bewohner um den Metthingweiher und am Tierbeobachtungshaus. Die Führung wird durch Frau Uteschil und den Herren Wiedenhofer und Kohler durchgeführt.

Leitung: **Bettina Uteschil**, 30 Plätze

Dienstag, 30.09.25 **Anmeldung Geschäftsstelle** **213.004**

14:00-15:00 Uhr, Treffpunkt: an der Bushaltestelle 1.FCN der Linie 44

Spaziergang vom 1.FCN Gelände zum August-Meier-Haus

Spaziergang durch das Gelände des 1. FCN mit Museum, Internat, Hotel, Schwimmbad). Weitere Stationen: Trafohaus der Reichsparteitage, neues Regensburger Viertel, Künstlerdorf von Zabo, August-Meier-Heim, und neues August-Meier-Haus. Am Ende Einkehr in ein Café. Dauer ca. 60 Minuten.

Leitung: **Rainer Eck**, 10 Plätze

Donnerstag, 09.10.25 **213.006**

11:00 Uhr, Treffpunkt: Schöner Brunnen

Auf den Spuren von „Superstar“ Albrecht Dürer in Nürnberg

Weniger als drei Jahre vor dem Mega Gedenktag zum 500. Todestages wollen wir uns in der nördlichen Nürnberger Altstadt (erneut) auf die Spuren des bekanntesten Nürnbergers machen.

Leitung: **Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend**

Freitag, 10.10.25**213.010**

14:00-16:00 Uhr, Treffpunkt: Eingang Tiergarten (Dauer 2 std)

Tiergarten Führung

Warum Erdmännchen nicht zu beneiden sind, warum Giraffen keine Zecken haben und warum Zebras Streifen haben. Erfahren Sie alles bei dieser tierischen Führung.

Leitung: **Hans Meyer**

Sonntag, 12.10.25**213.005**

15:00 Uhr, Treffpunkt: Frauentorturm am Ende der Königstr.

Nürnberg - Königstraße – Gotische Bauten

Gegen Ende des 14. Jh. waren die Straßen nach Regen oder Schneeschmelze nicht angenehm zu begehen. Es wurde Reitern und Fußgängern empfohlen, sich „heimleuchten“ zu lassen, damit man bei Neumond nicht in den Sumpf falle.

Leitung: **Renate Götz**

Donnerstag, 16.10.25**213.007**

11:00 Uhr, Treffpunkt: Schöner Brunnen

Einmal um den Hauptmarkt - mit Abstechern

Unzählige Male geht man als Nürnberger/in über den zentralen Hauptmarkt, der voller Historie steckt, die in diesem Spaziergang (mit Abstechern!) erschlossen werden soll.

Leitung: **Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend**

Mittwoch, 22.10.25**Anmeldung Geschäftsstelle****213.008**

17:45 Uhr, Treffpunkt: GNM Kartäusergasse Eingangshalle

Ausgewählte Exponate im GNM Nürnberg (neu)

Ein neuer Teilrundgang zu ausgewählten Exponaten in unserem einzigartigen Museum soll geschichtliche Interessen vertiefen.

Bitte Kulturkarte für Senioren/innen mitbringen (falls vorhanden).

Leitung: **Dr. Cornelia Kirchner-Feyerabend**, 20 Plätze

Donnerstag, 23.10.25**213.009**

14:00 Uhr, Treffpunkt: Eingang Egidienkirche

St. Egidien und der Egidienplatz

In der Egidienkirche, beim Pellerhaus und rings um den Egidienplatz sind noch wichtige Stationen der Geschichte Nürnbergs sichtbar. Eine Entdeckungstour durch neun Jahrhunderte, in denen erhalten, zerstört und erneuert wurde!

Leitung: **Hans-Jürgen Krauß**

Freitag, 24.10.25**Anmeldung Geschäftsstelle****213.001**

14:00 Uhr, Treffpunkt: Dürerhaus, Kassenraum

Führung Dürerhaus mit Agnes

Eine Führung in die Zeit und das Leben von und mit Albrecht Dürer und seiner Frau Agnes.

Eintritt Dürerhaus 7,50 € (mit Seniorenkulturkarte frei)

Leitung: **Andrea Ackermann-Hopf**, 25 Plätze

Donnerstag, 08.01.26**Anmeldung Geschäftsstelle****213.002**

15:00 Uhr, Treffpunkt: Dürerhaus, Kassenraum

Führung Dürerhaus mit Agnes

Siehe Kurs am 24.10.25

Eintritt Dürerhaus 7,50 € (mit Seniorenkulturkarte frei)

Leitung: **Andrea Ackermann-Hopf**, 25 Plätze

Mittwoch, 26.11.25**Anmeldung Geschäftsstelle****213.011**

14:30-16:30 Uhr, Haus der Kath. Stadtkirche, Vordere Sternsgasse 1, 2. Stock, Raum 2.01

Fairer Kaffee – fairer Genuss!

Was bedeutet fair eigentlich? Und was hat Kaffee mit dem Klima zu tun? Wie wird Kaffee hergestellt? Viel Interessantes dazu gibt es beim interaktiven Nachmittag im „Fenster zur Welt“. Der Nachmittag wird methodisch abwechslungsreich, man darf mitdiskutieren und natürlich wird es auch eine Kaffeeverkostung geben.

Leitung: **Martina Teichmann**, 20 Plätze

Freitag, 24.10.25

214.001

15:00-16:30 Uhr, Treff Bleiweiß, Hintere Bleiweißstr. 15, Saal

Freitagskonzert: 'Spinning Coin'

Spinning Coin ist eine Band aus erfahrenen Musikern der fränkischen Bluesszene. Keineswegs puristisch bieten Spinning Coin originelle Interpretationen bekannter Klassiker ebenso wie eingängige eigene Songs. Stilistische Vielfalt und groovendes Zusammenspiel sind unverkennbare Merkmale dieser mitreißenden Band.

Planung: **Peter Trappe**, 130 Plätze

Montag, 27.10.25

205.001

15:00-16:30 Uhr, Spielzeugmuseum Nürnberg, Karlstr.

Hermann Hesse - Gedichte mit Harfenbegleitung

Hermann Hesse (Nobelpreis Literatur 1946 – Steppenwolf, Siddhartha), Idol der aufbegehrenden Jugend der 70er Jahre, offenbart sich in seinen über 700 Gedichten als zutiefst zerrissene Persönlichkeit. Eine spannende Auswahl daraus liest Heinz-Peter Lehmann, begleitet von Wolfgang Kerscher an der keltischen Harfe. Die Lesung ist eintrittsfrei, Spenden sind willkommen. Weitere Details auf unserer Homepage. In Kooperation mit dem Spielzeugmuseum.

Planung: **Gisela Hoffmann**, 100 Plätze

Freitag, 21.11.25

214.002

15:00-16:30 Uhr, Caritas Stift St. Martin, Grolandstr. 67 (90 Plätze)

Freitagskonzert: 'St. Petersberger Duo'

„Wir spielen alles, was gerne gehört wird“, sagen Predrag Petronijevic (Violine) und Ljubica Suvorova (Klavier). Vor dem Beginn ihrer Karriere haben beide das Sankt Petersberger Konservatorium als Instrumentalsolisten abgeschlossen. Das „Sankt Petersburger Duo“ brilliert mit klassischen Werken, Musik von Johann Strauß und unsterblichen Melodien aus den bekanntesten Musicals und Operetten.

Planung: **Peter Trappe**

Freitag, 28.11.25

214.003

15:00-16:30 Uhr, Treff Bleiweiß, Hintere Bleiweißstr. 15, Saal

Freitagskonzert: 'Franconian Jazzband'

Sechs erfahrene Musiker aus Franken haben sich dem Old-Time-Jazz des New Orleans zu Beginn des 20. Jahrhunderts verschrieben. Das Markenzeichen der Band sind Spielfreude, Virtuosität und Temperament, die in besonderer Kreativität und musikalischem Individualismus zum Ausdruck kommen. Das Publikum feiert die Musiker immer mit großem Applaus und in bester Stimmung.

Planung: **Peter Trappe**, 130 Plätze

Mittwoch, 03.12.25 Anmeldung Geschäftsstelle **203.001**

15:00-16:30 Uhr, Treff Bleiweiß, Hintere Bleiweißstr. 15, Saal

Budderblädzli, Bunsch und Bäggli

Klaus Karl-Kraus präsentiert fränkisch-humorvolles zur Weihnachtszeit. So betrachtet der Erlanger Kabarettist die immer wiederkehrende besinnliche Weihnachtszeit. Mit der ihm eigenen, unverkennbaren Mischung aus schonungslosem Humor und echt fränkischer Naivität überlässt der Künstler dem Zuhörer die Frage, ob er über die Scheinheiligkeit der anderen lacht oder letzten Endes doch über sich selbst.

In seinem neuen Kabarett-Programm zieht Klaus Karl-Kraus eine Zwischenbilanz. Klaus Karl-Kraus ruht immer in sich, aber er tritt nie auf der Stelle.

Organisation: **Peter Trappe**, 130 Plätze

Sonntag, 07.12.25 **214.004**

16:00-18:00 Uhr, Elisabethkirche am Jakobsplatz

Adventskonzert mit dem Polizeichor

Konzert am 1. Advent vom Polizeichor Nürnberg

Planung: **Klara Rebhan**

Freitag, 30.01.26 **214.005**

15:00-16:30 Uhr, Treff Bleiweiß, Hintere Bleiweißstr. 15, Saal

Freitagskonzert mit der Hochschule für Musik (HfM)

Ensembles der Kammermusikklassen der Hochschule für Musik spielen Meisterwerke der Kammermusikliteratur in unterschiedlichen Besetzungen.

Planung: **Peter Trappe**, 130 Plätze

Freitag, 06.02.26 **214.006**

15:00-16:30 Uhr, Wohnstift am Tiergarten, Bingstr. 30, Konzertsaal

Freitagskonzert: 'Schdambala'

Die Band aus Nürnberg spielt eigene, moderne und tanzbare Songs in den unterschiedlichsten Stilrichtungen mit eigenen Texten im fränkischen Dialekt. Die Musik soll Spaß machen, für ein bewusstes und respektvolles Zusammenleben stehen und heimatverbunden sein. Die Lieder handeln sowohl von Orten (z.B. Schwabach), Begebenheiten (z.B. dem Nightliner) sowie von Veranstaltungen (z.B. Bergkirchweih) in Franken.

Planung: **Peter Trappe**

Tages-Studienfahrten als ABO

– RESTPLÄTZE – 215.001

zum Gesamtpreis von 90 € für Akademiepass-Inhaber,
für einen Gast in Begleitung eines AAK-Passinhabers 105 €.

Anmeldeschluss: 01.09.25

1. Studienfahrt, So. 14.09.25: Wallberg (Teilnahme an Bergmesse möglich) mit Bergbahn und Bus-Führung/Rundfahrt Tegernsee

2. Studienfahrt, Di. 30.09.25: Donau-Städte (Dillingen, Lauingen, Gundelfingen, Höchstädt) mit Führungen

3. Studienfahrt, Di. 28.10.25: Schloss Thurnau und Kulmbach Bäckereimuseum mit Führungen

Abfahrt: 8:00 Uhr (am 14.09. um 7:00 Uhr) ZOB, Rückkehr ca. 20 Uhr ZOB – Leitung:
Klara Rebhan / Doris Pilz-Wiese

Rücktritt bis zum 01.09. kostenfrei.

Sollten Sie an einer der drei Fahrten nicht teilnehmen können informieren Sie bitte die Geschäftsstelle, dass Sie die Fahrt an Freunde oder Bekannte übertragen.

Studienfahrt EINTÄGIG

Mittwoch, 27.08.25 – RESTPLÄTZE –

215.002

Altmühltafel mit Schiffahrt

Abfahrt um 8:00 Uhr (ZOB) Weitere Details über die Geschäftsstelle

Kosten 35 € (Gast 40 €)

Leitung: **Georg Rupp**, min. 25 / max. 50 Plätze

Studienfahrt MEHRTÄGIG

4 Tage vom 17.-20.10.25 – RESTPLÄTZE –

215.006

Wien – Glanz & Gloria

Details finden Sie im letzten Programmheft auf Seite 54 oder auf unserer Homepage.

Hamburg – Tor zur Welt – Hafengeburtstag 4 Tage 10.-13.05.26

Hafencity, Landungsbrücken, Speicherstadt, Elbphilharmonie 215.007

1. Tag: Anreise – Auslaufparade Hafengeburtstag

Nach der Ankunft erleben Sie von einem **Begleitschiff aus die große Auslaufparade des 837. Hafengeburtstag!** Mehr als 250 Großsegler, Traditionsschiffe und Museumsschiffe werden Sie begeistern. Fahrt zum Hotel/Zimmerverteilung. Abendessen in einem typischen Hamburger Restaurant (jeder zahlt selbst).

2. Tag: Sightseeing Hamburg

Ganztägige Besichtigung Hamburg mit örtlicher Reiseleitung. Sie sehen u.a. Außenalster, historische Speicherstadt, Hafencity u. Elbphilharmonie. Gelegenheit zur Besichtigung der Aussichtsplattform. Abendessen in einem typischen Hamburger Restaurant (jeder zahlt selbst).

3. Tag: Miniaturwunderland – Freizeit – fak. Reeperbahnführung

Heute können Sie die größte Modelleisenbahn der Welt im **Miniaturwunderland** besichtigen. **Anschließend Freizeit in Hamburg.** Abendessen in einem typischen Hamburger Restaurant (jeder zahlt selbst).

Fakultativ Reeperbahnführung: Erleben Sie die glitzernde Amüsiermeile mit den Kneipen, Clubs, Table-Dance-Bars und Theatern rund um die weltberühmte Reeperbahn.

4. Tag: Panoptikum - Hann. Münden - Heimreise

Vor Abreise Besuch des **Hamburger Wachsfigurenkabinetts Panoptikum** mit ca. 120 berühmten Persönlichkeiten wie z. B. Queen Elisabeth II., Angela Merkel, Uwe Seeler u.v.m. in Lebensgröße. Unterwegs Stopp in der malerischen Weserrenaissancestadt Hann. Münden.

LEISTUNGEN:

- ✓ Fahrt im modernen Reisebus
- ✓ 3x Übernachtung mit Frühstücksbuffet
- ✓ *** Hotel Commodore Zentrum, Zi.+ Du/WC, Lift, www.hotel-commodore.de
- ✓ Kultur/Tourismustaxe der Stadt Hamburg, Guide für ganztägige Stadtführung Hamburg
- ✓ Begleitschiffahrt zum Auslauf der Hafenparade (ca. 2 Std.)
- ✓ Eintritt Miniaturwunderland und Panoptikum
- ✓ Reiserücktrittskostenversicherung (Basisschutz)

PREIS: pro Person im DZ € 495,-

Einzelzimmerzuschlag € 135,-

(Einzelzimmer nur begrenzt verfügbar)

Fakultativ: Reeperbahnführung am Abend, ca. 2 Stunden € 15,-

Afahrt: 6:00 Uhr Nürnberg, ZOB, Willy-Brandt-Platz

Mindestteilnehmerzahl: 35 Pers. – **Reiseleitung:** Klara Rebhan

ANMELDUNG (mit Geburtsdatum wg. RRV) bei: Geschäftsstelle Alten-Akademie

Reiseveranstalter: VdK-Reisedienst GmbH, 91555 Feuchtwangen, Industriestr. 9

Reisebestätigung/-rechnung erhalten Sie vom VdK-Reisedienst. Unmittelbar nach Anmeldung/Rechnung ist die Anzahlung von 20% des Reisepreises auf das Konto des VdK-Reisedienstes fällig, Restbetrag bis 30 Tage vor Reisetetermin.

Anmeldeschluss: 10.02.26

Hiermit melde ich mich für folgende **Veranstaltungen im Wintersemester 2025** bei der Geschäftsstelle der Alten-Akademie an. Falls eine Anmeldung erforderlich ist, ist die Veranstaltung bei der Kursnummer entsprechend gekennzeichnet. (Die Kursnummern und Seitenzahlen finden Sie im Programmteil des Hefts)

Akademiepass-Nr.	
Name, Vorname	
Telefonnummer/ Mobiltelefon	
E-Mail	

Kurse / Studienfahrten / Einzelveranstaltungen mit Anmeldung

Bitte beachten Sie:

Falls der Kurs / die Veranstaltung bereits ausgebucht sein sollte, werden wir Sie zeitnah, spätestens eine Woche vor der Veranstaltung informieren. Wenn Sie aus persönlichen Gründen an einem Kurs nicht teilnehmen können, rufen Sie bitte in der Geschäftsstelle an oder senden Sie uns eine Nachricht per E-Mail, damit wir Ihren Platz an weitere Interessenten vergeben können.



Name	
Vorname	
Straße, Hausnr.	
PLZ, Wohnort	
Geburtsjahr	
Telefon	
Mobiltelefon	
E-Mail	

Hinweis zur DSGVO und Einwilligungserklärung

Wir möchten unsere Hörer darauf hinweisen, dass gemäß Artikel 7 EU DSGVO die personenbezogenen Daten durch die Alten-Akademie Nürnberg gespeichert und im Rahmen der nachstehenden Einwilligung genutzt werden. Mit Erwerb des Akademiepasses erklären sie sich damit einverstanden, dass die Alten-Akademie Nürnberg mit Ihnen Kontakt aufnehmen darf und Ihre Daten an Dozent*innen der Alten-Akademie Nürnberg weiterleiten darf. Sie haben das Recht, Ihre Einwilligung jederzeit zu widerrufen. Durch Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Der Widerruf der Einwilligung muss schriftlich gegenüber der Alten-Akademie erklärt werden. Durch Ihre Unterschrift bestätigen Sie, dass Sie von den datenschutzrechtlichen Bestimmungen auf der Rückseite Kenntnis genommen haben.

Datum	Unterschrift

Wird von der Alten-Akademie ausgefüllt:

Akademiepass-Nr.	
Akademiepass ausgegeben von:	
Daten in Hörerdatei erfasst von:	

<https://aakn.de/akademie-pass/>



Sie suchen ein
besonderes Geschenk?
**Wie wäre es mit einem
AKADEMIEPASS?**



Er eröffnet der/dem Beschenkten an einer Vielfalt an Bildungs-, Kultur- und Bewegungsangeboten teilzunehmen. Aber auch Spaß und interessante Begegnungen kommen nicht zu kurz.

Der Akademiepass ist für ein Studienjahr gültig und kostet nur 40€.
(Für Besitzer des Nürnberg Passes nur 30€)

Sie können damit an über 300 Veranstaltungen teilnehmen.

Weitere Informationen:
im Internet unter www.aakn.de,
telefonisch unter 0911/537010
oder per E-Mail unter info@aakn.de

ALTE AKADEMIE

Nürnberg e. V.



Webseite



Programm

Impressum

Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Gewerbemuseumsplatz 1
90403 Nürnberg
Telefon: 0911 537010
E-Mail: info@aakn.de
Web: www.aakn.de

Satz & Druck: City Druck Nürnberg

Vorstand i.S.d. BGB: Klara Rebhan, Dieter Becker, Gisela Hoffmann
Gemeinnützigkeit anerkannt unter der Nummer 241/107/00640
VR 2483