

Tagaktiv

kultur infos bewegung 60+



im Mai
Fränggisch Riweiw
mit Bernd Händl und
Jürgen Leuchauer

April - Juni 2022

**Senioren
Rat** der Stadt Fürth


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

Liebe Tagaktiven,

das neue `tagaktiv´ bietet im Frühling wieder nicht nur, aber doch viele Veranstaltungen im Freien an. Die Zeichen stehen gerade auf Entspannung und wir alle hoffen, dass dies so bleibt.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Besuch unserer Angebote!

Bitte beachten:

Gerade wurden die Bestimmungen für Veranstaltungen im kulturellen und sportlichen Bereich gelockert. Derzeit ist mit 2G fast alles möglich. Da wir jedoch nicht wissen, wie sich die Bestimmungen in den nächsten Monaten entwickeln, können wir Ihnen erst an den Anmeldeterminen die dann gültigen Regelungen bekannt geben.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Fürth-Pass-Besitzer*innen erhalten auf alle angegebenen Veranstaltungen 50% Ermäßigung.

Falls nicht explizit erwähnt, sind die Veranstaltungsorte barrierefrei.

Weiter Informationen erhalten Sie über:



fübs, Hirschenstraße 2b (Technisches Rathaus)

Telefon 974-1785

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



Königstraße 86 (im Rathaus hinter den Bushaltestellen)

Telefon 974-1839

Öffnungszeiten: Di und Do 9:00 - 12:00 Uhr (derzeit nur telefonisch)

April, Mai, Juni

FIMO – der fitte Montag an der vhs

Ab April werden an jedem ersten Montag im Monat Vorträge und Gesprächsrunden zum Thema 'Gesundheit in der zweiten Lebenshälfte' geboten.

Veranstalter: GesundheitsregionPlus, AOK, fübs, Seniorenrat und vhs.

Montag 04.04.2022

14:00 - 16:30 Uhr

Vital in den Frühling - Gutes für das Immunsystem

Referentin:

Dorothea Willberg (Dipl. Ökotrophologin)

Montag 02.05.2022

14:00 - 16:30 Uhr

Augenspaziergang – gutes Sehen unterstützen

Referentin:

Claudia Böschl (Sportwissenschaftlerin, zertifizierte Sehtrainerin)

Montag 30.05.2022

14:00 - 16:30 Uhr

Alltag im Gleichgewicht - Gleichgewicht erhalten, Stürze vorbeugen

Referent:

Benedikt Hofmeister (M.A. Prävention und Gesundheitsmanagement)

Montag 13.06.2022

10:00 - 13:00 Uhr

Resteküche – gemeinsames Kochen

Im Rahmen des fitten Montags werden gemeinsam Gerichte zur Resteverwertung ausprobiert.

vhs Bistro, Hirschenstraße 27 ☺ Rathaus (Busse, U1)

Anmeldung bei der fübs (974-1785)

Weitere Informationen erhalten Sie im dazugehörigen Flyer oder bei der fübs.

April, Mai, Juni

Der Seniorenrat bietet ab April pro Monat jeweils eine Tagestour für E-Bikes und eine Tour für nicht motorisierte Fahrräder an. Die Räder müssen dafür technisch in Ordnung sein und es wird nur mit Helm gefahren. Die Touren werden in Eigenverantwortung durchgeführt. Bei Regen oder starkem Wind entfallen die Touren.

Fahrradtouren mit E-Bikes

Donnerstag 07.04.2022

Vier Täler-Tour nach Burgstall mit Einkehr im Landgasthof Bär
Tourenlänge 35 km

Treffpunkt: 10:15 Uhr am Kulturforum (Würzburger Straße 2)

Anmeldung bis 31.03. bei der fübs

Mittwoch 04.05.2022

Zum Dillberg bei Cadolzburg mit Einkehr im Gasthof 'Drei Linden' in
Zautendorf

Tourenlänge 37 km

Treffpunkt: 10:00 Uhr am Bahnhof FÜ-Dambach

Anmeldung bis 27.04. bei der fübs

Donnerstag 02.06.2022

Ins Kirschenland nach Kalchreuth mit Einkehr im Gasthof Meisel in
Kalchreuth

Tourenlänge 55km

Treffpunkt: 10:00Uhr Ulmenstraße (unter der Ludwigbrücke)

Anmeldung bis 27.05. bei der fübs



April, Mai, Juni

Fahrradtouren ohne Akku

Donnerstag 21.04.

Entlang der Fürther Flussauen

Tourenlänge 15 km

Treffpunkt: 13:30 Uhr Ecke Dambacherstraße/Herrnstraße

Tourenende: Fürther Stadtpark-Café zum gemeinsamen Kaffee trinken

Anmeldung bis spätestens 14.04. bei der fübs

Dienstag 24.05.

Spargel-Tour über Buch, Neunhof, Boxdorf

Einkehr im Landgasthof „Grüner Baum“, Neunhof

Tourenlänge 18 km

Treffpunkt: 10 Uhr Parkplatz Friedenstraße

Anmeldung bis spätestens 17.05. bei der fübs

Mittwoch 15.06.

Gemütliches Radeln zum Felsenkeller

Brotzeit im Felsenkeller

Tourenlänge 12-14 km

Treffpunkt: 14:30 Uhr Freibad Scherbsgraben

Anmeldung bis spätestens 10.06. bei der fübs

Die Touren werden kostenfrei angeboten. Speisen und Getränke müssen selbst gezahlt werden.

Bitte denken Sie an Impfnachweis, Maske und Trinkwasser.

Eine ausführliche Beschreibung der Touren finden Sie auf der Homepage des Seniorenrates. (<https://senioren-rat-fuerth.hpage.com>)



April, Mai, Juni



Fürth bewegt

Ab 04.04. findet das beliebte Angebot „Fürth bewegt“ wieder statt. Von Anfang April bis Ende Juli werden an vier verschiedenen Orten unterschiedliche Bewegungs- und Sportmöglichkeiten angeboten. Anfang August bis Mitte September wird pausiert und Mitte September bis Ende Oktober geht es dann in fünf Stadtteilen weiter.

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

Nordic Walking „Zügiges Gehen mit Gymnasik“

Die Nordic-Walking-Gruppe des Seniorenrats trifft sich trotz Corona weiter und es können wieder neue Interessierte dazukommen. Es sind keine Vorkenntnisse über Nordic-Walking nötig und es kann selbstverständlich auch ohne die passenden Stöcke mit „gewalkt“ werden.

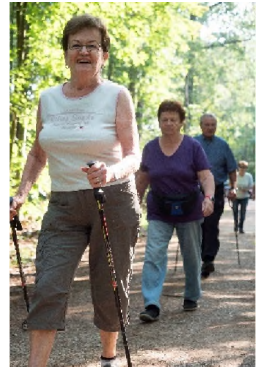
Die Leitung der Gruppe wird ab sofort von Herrn Plischke übernommen. Die Touren werden in Eigenverantwortung durchgeführt.

Eine Anmeldung ist momentan nicht nötig.

Jeden Sonntag

9:30 Uhr

Treffpunkt: NH-Parkplatz im Stadtwald



April

Dienstag 05.04.2022

14:00 Uhr und 15:00 Uhr

Sonderausstellung „Fürth und Nürnberg“



100 Jahre gescheiterte Vereinigung –
100 Jahre gemeinsame Geschichte

Mit der Volksabstimmung vor 100 Jahren stemmte sich die Mehrheit der Fürther gegen einen Zusammenschluss mit Nürnberg. War sie ausschlaggebend dafür, dass den beiden Städten bis heute eine gewisse Rivalität nachgesagt wird? Gibt es diese Rivalität wirklich oder gibt es nicht doch sehr viel mehr Gemeinsamkeiten als nur eine gemeinsame Stadtgrenze? Die bekannteste „Gemeinsamkeit“ von Fürth und Nürnberg ist sicher die erste Eisenbahn Deutschlands, die 1835 zwischen den beiden Nachbarstädten verkehrte. Wenn Sie mehr über die Gemeinsamkeiten und Unterschiede der beiden Nachbarstädte erfahren wollen, laden wir Sie herzlich zu einem Besuch der Sonderausstellung mit Führung (Dauer 45 Min.) ein.

Stadtmuseum Fürth, Ottostr. 2 [Ⓜ] Mathildenstr. (Bus 172)

Unkostenbeitrag 2 €

Anmeldung bei der fübs (974-1785)

Donnerstags vom 07.04.2022 bis 26.05.2022

19:45 Uhr

Kostenloses Schnupper-Schwimmen

Schwimmen ist eine sehr gesunde sportliche Bewegung. Für April und Mai hat der MTV Stadeln gemeinsam mit dem Seniorenrat sein Angebot nun erweitert und lädt jeden Donnerstag zum einmaligen, kostenlosen Schnupper-Schwimmen für Seniorinnen und Senioren ins Hallenbad ein. Die Gäste schwimmen wie es ihnen Spaß macht und guttut. Die Stunde endet mit einer leichten Wassergymnastik.

Treffpunkt: Eingang Hallenbad MTV Stadeln, Hans-Sachs-Str. 36

[Ⓜ] Hans-Sachs-Str. (Bus 173,174) von der Haltestelle zum Bad ca.150m

Ansprechpartner vor Ort: Wolfgang Schüle oder Hans Gau (Seniorenrat)

Anmeldung bei der fübs (974-1785)

Donnerstag 28.04.2022

17.00 Uhr

Schnupper-Kegeln in Nbg-Gebersdorf

Kegeln erfreut seit jeher großer Beliebtheit. Sie haben gemeinsam mit dem Seniorenrat Fürth die Gelegenheit, in der Sportgaststätte „Superb“ schwungvoll unsere Treffsicherheit zu testen. Wobei der Spaß an der Freud' natürlich die Hauptsache ist. Wer mag, kann im Anschluss an die sportliche Aktivität ein kühles Getränk oder einen Imbiss genießen.

Treffpunkt: Sportgaststätte Superb, Neumühlenweg 160 ^H (Bus 67)

Unkostenbeitrag 2 € (Speisen und Getränke nicht enthalten)

Anmeldung bei der fübs (974-1785) bis spätestens 25.04.2022

Der Veranstaltungsort ist nicht barrierefrei!

Mai

Dienstag 03.05.2022 und

14:00 Uhr

Dienstag 21.06.2022

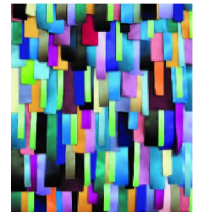
kunst
galerie
fürth

Barbara Engelhard

Dialogführung 55+

Die Ausstellung von Barbara Engelhard wurde verschoben. Daher wiederholt sich die Dialogführung im Mai und Juni noch einmal.

Die Fürther Künstlerin Barbara Engelhard ist für den Einsatz ungewöhnlicher Materialien in ihren Kunstwerken bekannt. Mit farbenfrohen Seidenbändern und Klebetapes oder glänzenden Recyclingstoffen gestaltet sie objekthafte Bilder und Installationen. Die Einzelschau wird anlässlich der Verleihung des Kulturpreises der Stadt Fürth 2020 realisiert.



Shimmering Scales, 2018
Satinband auf Leinwand
© Barbara Engelhard

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

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

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

Mittwoch 11.05.2022

14:00 Uhr



Fürther Frauen-Geschichten

Es waren nicht nur Männer, die Fürths Vergangenheit nachhaltig geprägt haben. Auch viele Frauen haben dazu beigetragen, den Namen unserer Stadt weit über deren Grenzen hinaus bekannt zu machen. Viel zu wenig hat man diese Frauen und ihr Lebenswerk in der Öffentlichkeit gewürdigt. Begeben Sie sich mit Stadtheimatpflegerin Karin Jungkuz auf Spurensuche zu den Fürther Frauen, die Geschichte geschrieben haben!

Gemeindesaal St. Paul  Paulskirche (Bus 177, 179)

Unkostenbeitrag 2€

Anmeldung ab 11.04. bei der fübs (974-1785)


Donnerstag 12.05.2022

14:00 Uhr

Boule im Garten des Wilhelm-Löhe-Gemeindezentrums

Bei Boule oder Pétanque denken wir gleich an Südfrankreich und kühlen Pastis. Aber auch in Deutschland erfreut sich diese Sportart immer größerer Beliebtheit. Heute möchte sich der Seniorenrat Fürth gemeinsam mit Ihnen auf der neuen Boule-Bahn im Garten der Wilhelm-Löhe-Gedächtnis-Kirche daran versuchen. Bei der Kugelsportart spielen Mannschaften oder Formationen gegeneinander, die aus ein bis drei Spielern bestehen. Ziel ist es, mit den eigenen Kugeln möglichst nah an eine Zielkugel zu gelangen. In Frankreich wird die Zielkugel cochonnet (deutsch Schweinchen) genannt. Wie das alles genau geht, wird uns ein erfahrener Boule-Spieler/-Spielerin erläutern. Bei Regen entfällt die Veranstaltung.



Wilhelm-Löhe-Gedächtniskirche, Kronacherstr. 27  Kronacherstr.
(Bus 177, 179)

Anmeldung ab 11.04. bei der fübs (974-1785) bis spätestens 09.05.2022

Ab 16.05.2022

Sportverein-Hopping

-eine Aktion zum Kennenlernen der Fürther Sportvereine-

Die Fürther Sportvereine bieten viele verschiedene Beteiligungsmöglichkeiten für ältere Menschen an. Mit dem Sportverein-Hopping bieten die fübs, GesundheitsregionPlus und der Sportservice der Stadt gemeinsam mit interessierten Sportvereinen ab Mitte Mai die Gelegenheit, verschiedene Sportarten auszuprobieren und sie und die jeweiligen Vereine kostenlos kennenzulernen. So können Sie erfahren, welche Sportart Ihnen Freude bereitet und für Sie geeignet ist.


Das Programm erhalten Sie ab Mitte April bei der fübs.

Dienstag 17.05.2022

14:00 Uhr

Minigolf-Treff 60+

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

Fürther Freizeit, Ulmenstraße 6  Poppenreuther Str. (Busse)

Kostenfrei (Getränke und Speisen müssen selbst gezahlt werden)

Anmeldung ab 25.04. bei Annika Arning vom BRK (0911 7798 128)

Montag-Freitag 9.00-11.00 Uhr

Donnerstag 19.05.2022


14:00 Uhr



Bunte Palette

Gestaltungsangebot 55+

Die Fürther Künstlerin Barbara Engelhard (*1974) ist für den Einsatz ungewöhnlicher Materialien in ihren Kunstwerken bekannt. Lernen Sie mit ihr im Tape Art-Workshop, aus Klebebändern Bilder zu gestalten.

KunstWerkRaum, Geleitgasse 4  Rathaus (U1, Busse)

Unkostenbeitrag 6 € / erm. 4€

nicht barrierefrei!

Anmeldung bis spätestens 17.05. bei der kunst galerie (974-1690)

Dienstag 24.05.2022

14:00 Uhr

**Freilicht-
bühne Fürth**

Fränggisch Riweiwl „50 Jahre fränkischer Humor“ Mit Bernd Händel & Jürgen Leuchauer

Die fübs lädt Sie gemeinsam mit zwei Ur-Franken zu einem Streifzug durch fünf Jahrzehnte „Fränkischer Humor, fränkisches Liedgut sowie Stamm-tisch- und Wärdshauskultur“ ein. Es wird eine Zeitreise der ganz besonde- ren Art. Erleben Sie gemeinsam mit uns alte und neue Liedla, Gedichtla, Parodien, Geschichtla, Anekdoten und Wärdshausgeschmarri vom Feinsten. An dieser Stelle wollen wir Sie auch ausdrücklich „warnen“, denn bei diesem herrlichen Programm werden wohl auch die ein oder anderen Lachtränen fließen!

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

Anmeldung ab 25.04. bei der fübs (974-1785)

Der Veranstaltungsort ist nicht barrierefrei!

Juni

Mittwoch 08.06.2022

10:00 Uhr

Mobilitätstraining mit Rollator und Rollstuhl

In Fürth verantwortet die infra den ÖPNV. Sie sorgt dafür, dass die Fahrgäste sicher an ihr Ziel kommen. In Zusammenarbeit mit der fübs und dem Seniorenrat bietet sie auch in diesem Jahr Nutzern*innen von Rollatoren/Rollstühlen ein Training, um Unsicherheiten beim Ein- und Aussteigen abzubauen. Was ist beim Betreten oder Verlassen des Busses zu beachten? Wie verhalte ich mich während der Fahrt? Welche Technik ist am sichersten und einfachsten? All das wird vor Ort besprochen und geübt. Das Training ist selbstverständlich kostenlos.

Parkplatz Soldnerstraße, bei U-Bahn Hardhöhe (H) Hardhöhe (U1, Busse)


Anmeldung ab 11.05. bei der fübs (974-1785)

Dienstag 14.06.2022

14:00 Uhr

Minigolf-Treff 60+

Gemeinsam mit dem BRK Fürth laden wir Sie zum monatlichen Minigolf-Treff ein. In Vierer-Teams geht es von einer Bahn zur nächsten. Wichtig ist nicht die Trefferquote, sondern der Spaß am Spiel!

Fürther Freizeit, Ulmenstraße 6  Poppenreuther Str. (Busse)

Kostenfrei (Getränke und Speisen müssen selbst gezahlt werden)

Anmeldung ab 16.05. bei Annika Arning vom BRK (0911 7798 128)

Montag-Freitag 9.00-11.00 Uhr

Mittwoch 22.06.2022

14:00 Uhr

**Freilicht-
bühne Fürth**

Mit(s)wingkonzert



Gemeinsam mit Susie Südstadt, Max Stadler und seinem Akkordeon „trällern“ wir Schlager, Evergreens und deutschen Swing. Singen macht froh und ist nach wissenschaftlichen Erkenntnissen sogar gesund. Was will man mehr? Kommt raus aus dem Schneckenhaus, raus aus der Dusche und rein ins freudige Singvergnügen, das gute Laune garantiert!

Freilichtbühne im Stadtpark Fürth  Fürther Freiheit (Busse)

Anmeldung ab 23.05. bei der fübs (974-1785)

Der Veranstaltungsort ist nicht barrierefrei!

Die eigentliche Kunst
in der Entwicklung
liegt darin,
sich selbst,
trotz Veränderungen,
treu zu bleiben.

Esragül Schönast

