

Angebote im Treff Bleiweiß

Bewegung und Begegnung

Treff Bleiweiß

Hintere Bleiweißstraße 15
90461 Nürnberg
Öffentlicher Nahverkehr:
Straßenbahnlinien 7, 8 – Haltestelle
Schweigigerstraße;
Straßenbahnlinie 6 – Haltestelle Hars-
dörfferplatz

Die Angebote sind in der Hoffnung ge-
plant, dass sich zum jeweiligen Veran-
staltungszeitpunkt mehrere Menschen aus
verschiedenen Haushalten unter Beach-
tung infektionsschützender Maßnahmen
begegnen können bzw. dürfen. Je nach
Entwicklung des Infektionsgeschehens
und abhängig von politischen Entschei-
dungen zur Eingrenzung der Corona-
Pandemie kann es sein, dass Termine
abgesagt werden müssen.

Hinweis

**Für sämtliche Veranstaltungen
auf dieser Seite gilt:
Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich
(begrenzte Teilnehmerzahl).**

Der Treffpunkt/Veranstaltungsort wird
bei der Anmeldung bekannt gegeben.
Die Anmeldung ist ab sofort, bis spätes-
tens eine Woche vor der Veranstaltung,
möglich.

Es gelten die aktuellen infektionshygieni-
schen Regelungen und Maßnahmen.

Anmeldung telefonisch unter
09 11 / 2 31 82 24 oder 09 11 / 2 31 82 32
oder via E-Mail an

seniorentreffs@stadt.nuernberg.de

Büro- und Kassenzeiten:
i.d.R. Mo-Do, 9 bis 13 Uhr



Ausflüge und Wanderungen

Von Cadolzburg nach Langenzenn

Donnerstag, 22. April 2021, 9.50 bis 17 Uhr
Beitrag: 3 Euro, vor Ort zu entrichten
(1,50 Wanderführer: Helmut Ros; Wander-
strecke: ca. 10 km; Fahrkarte: TagesTicket
Plus, Zone 4

Auf dem Kirchenweg rund um Simmelsdorf

Donnerstag, 20. Mai 2021, 9.10 bis 17.45 Uhr
Beitrag: 3 Euro (1,50 Euro Nürnberg-Pass)
Wanderstrecke: ca. 11 km
Fahrkarte: TagesTicket Plus, Zone 7

Besichtigungen

Miau – Nürnbergs Katzencafé

Lassen Sie sich vom Inhaber Wolfgang Bayer
das Konzept erläutern und aus den bislang
gewonnenen Erfahrungen bei einer Tasse
Kaffee berichten.
Dienstag, 20. April 2021, 14 bis 15.30 Uhr
Leitung: Wolfgang Bayer

Masken – Kulturgeschichte und Bedeutung

Masken sind zur Zeit auf jeder Nase. Werner
Feist weiß bei seiner Führung im Naturhis-
torischen Museum Interessantes über Kul-
turgeschichte und Bedeutung zu berichten.
Donnerstag, 29. April 2021, 14 bis 15 Uhr
Beitrag: 3 Euro (1,50 Euro Nürnberg-Pass)

Mit dem Rad entlang des Goldbachs bis zum Holzweiher

Sie radeln auf eigene Gefahr.
Dienstag, 11. Mai 2021, 14 bis 15.30 Uhr
Leitung: Rainer Eck; Beitrag: 1 Euro

Das Garnisonmuseum Hohe Marter

Museumsleiter Michael Kaiser veranschau-
licht die Wechselbeziehungen zwischen Mi-
litär und Gesellschaft in den verschiedenen
Epochen. Zugang nicht barrierefrei.
Mittwoch, 19. Mai 2021, 14 bis 15.30 Uhr
Beitrag: 4 Euro (2 Euro Nürnberg-Pass)

Spaziergang durch den Hummelsteiner Park

Neben einem Spielplatz und dem maleri-
schen Schloss ist ein Teil botanischer Garten
angelegt. Lassen Sie sich von André Winkel
(SÖR) durch diesen Park mit seiner langen
Geschichte führen.
Donnerstag, 20. Mai 2021, 16 bis 17 Uhr
Leitung: Andre Winkel; Eintritt frei

Bader, Pest und andere Plagen

Auf unserem Spaziergang durch die Zeiten
hören Sie am ehemaligen Friedhof St. Mi-
chael von Todesursachen und Totenkronen.
Erzählt wird von Behandlungen durch den
Bader, von Lepra, Pest und Hungerthypus.
Sonntag, 23. Mai 2021, 11 bis 12.30 Uhr
Leitung: Gerda Distler
Beitrag: 5 Euro, vor Ort zu entrichten.

Gesund und aktiv im Bleiweiß-Viertel

Vitamin D – Mode oder Mangel?

Welche Aufgaben und Funktionen Vitamin D
im menschlichen Körper besitzt und welche
Grenzen der Anwendung es gibt, stellt
Fachapothekerin Margit Schlenk vor.

In Kooperation mit dem Seniorennetzwerk
Südstadt-Ost

Montag, 07. Juni 2021, 14 bis 15 Uhr

Vortragende: Margit Schlenk; Eintritt frei

Pranayama – Spaziergang mit Atemübungen aus dem Yoga

Bei einem Spaziergang um den Dutzend-
teich macht uns Yogalehrerin Inge Zink mit
verschiedenen Atemtechniken vertraut.

In Kooperation mit dem Seniorennetzwerk
Südstadt-Ost

Donnerstag, 10. Juni 2021, 14 bis 15 Uhr

Eintritt frei

Kunst und Literatur

Erzählen unterm Pflaumenbaum – »Jetzt mal im Ernst«

Freuen Sie sich auf eine vergnügliche Mi-
schung aus Kabarett und bewegter Lesung.

Dienstag, 01. Juni 2021, 14 bis 15 Uhr

Beitrag: 4 Euro (2 Euro Nürnberg-Pass)

Veranstaltungsreihe »Lebensspur«

»Es gibt keine alte Venus«? – Plädoyer für einen veränderten Schönheitsbegriff

»Schön ist, was das Leben hervorbringt.«
Vortrag mit anschließender Aussprache.

Montag, 12. April 2021, 14 bis 15.30 Uhr

Vortragende: Prof. Dr. Barbara Städtler-Mach,
Ev. Hochschule Nürnberg; Eintritt frei

Mode mit mehr Wert

VINTY'S verbindet den ökologischen Um-
gang mit Mode und das Engagement für die
»Eine Welt«. Termine rund um das Sorti-
ment oder originelle DIY-Aktionen zum Auf-
peppen liebgewonnener Kleidung runden
das Angebot ab. Irina Seidner gibt Einblicke.

Freitag, 16. April 2021, 11 bis 12.30 Uhr

Eintritt frei

Haben nur schöne Menschen Sex?

Welche Rolle spielt Schönheit – individuell und gesellschaftlich? Wie passt das Älterwerden dazu und was hat das mit Sexualität zu tun? Vortrag und Gespräch mit Simone Hartmann (Pro Familia).

Montag, 19. April 2021, 15.30 bis 17 Uhr
Eintritt frei

Trockenschwimmen

In Zusammenarbeit mit dem »Filmhaus Nürnberg« zeigen wir den Film »Trockenschwimmen«. Regisseurin Susanne Kim begleitet einen SeniorInnenschwimmkurs und lotet dabei die biografischen und historischen Untiefen der Verbindung von Wasser und Leben aus.

Mittwoch, 21. April 2021, 14 bis 16.30 Uhr
Beitrag: 7 Euro (4,50 Euro Nürnberg-Pass)

Gesund abnehmen – wie sinnvoll und nachhaltig sind Diäten?

Diätassistentin Franziska Franke zeigt, wie man gesund und nachhaltig das Gewicht reduzieren kann, um sich wieder rundum wohl zu fühlen.

Mittwoch, 28. April 2021, 14 bis 15 Uhr
Eintritt frei

Fashion Tour Gostenhof

Treffen Sie auf dem Rundgang unter kundiger Führung des Fresh Fashion Clubs engagierte Besitzer*innen von Labels und Läden.

Freitag, 30. April 2021, 15.30 bis 17.30 Uhr
Beitrag: 10 Euro
Kartenreservierung ab sofort im Treff Bleiweiß bis 12.04. Reservierte Karten können am 13.04. oder 14.04. abgeholt werden. Kassenzeiten: 9 bis 13 Uhr.

Wa(h)re Schönheit

Was hat es auf sich mit der Ware Schönheit, was verstehen wir unter wahrer Schönheit und ist Schönheit wirklich eine Frage des Alters? Sabina Keresztes, seit 30 Jahren international als Model-Agentin tätig, beschäftigt sich berufsbedingt seit vielen Jahren der Schönheit und beleuchtet sie von verschiedenen Seiten.

Montag, 03. Mai 2021, 16.30 bis 17.30 Uhr
Eintritt frei

Besuch des Seifen-Werks der Lebenshilfe Nürnberg

Handgemachte Seifen, Duschgele und Badesalze, hergestellt in der inklusiven Werkstadt. Vertriebsmitarbeiter Helmut Mackert erläutert Einzelheiten zur Herstellung und gibt einen Überblick über Arbeitsweise und Weiterentwicklung der Werkstadt.

Mittwoch, 05. Mai 2021, 14 bis 15 Uhr
Eintritt frei

Apps für ein gepflegtes Äußeres und Gesundheit

Um die Wahl im App-Store zu erleichtern, filtert IT-Fachmann Chris Bellaj die hilfreichsten Apps heraus und erläutert deren Installation und Deaktivierung.

Donnerstag, 06. Mai 2021, 16 bis 17.30 Uhr
Beitrag: 5 Euro (2,50 Euro Nürnberg-Pass)

In jedem Kleidungsstück steckt ein Geheimnis

Die gelernte Handarbeits- und Hauswirtschaftslehrerin Ulla Lechner hat schon ausranierte Jeans zu Taschen oder Röcken umgearbeitet, aber auch alte Hemden zu neuen Oberteilen. Gewinnen Sie einen Einblick in die Arbeit und das Atelier von Frau Lechner.

Freitag, 07. Mai 2021, 16 bis 17 Uhr; Eintritt frei
Für Gehbehinderte nicht geeignet.

Vorträge und Workshops

Infoveranstaltung: Notebook, Tablet, Smartphone & Co.

Teil 1: Eigenschaften und Leistungsfähigkeit von Notebook, Tablet und Smartphone; Vor- und Nachteile der verschiedenen Tablet-Betriebssysteme. Teil 2: Telefon- und Handyverträge – welche Leistungen sind sinnvoll?

Teil 1: Mittwoch, 14. April 2021, 14 – 15.30 Uhr
Teil 2: Mittwoch, 21. April 2021, 14 – 15.30 Uhr
Vortragende: Jochen Wölfel, Chris Bellaj
Eintritt: 12 Euro pro Veranstaltung. Die beiden Veranstaltungen können unabhängig voneinander gebucht werden.

»Mein Nürnberg« – die digitale Service-Plattform der Stadt

Silke Abel zeigt wie »Mein Nürnberg« genutzt werden kann. Smartphone oder Notebook sind für den Besuch des Vortrags nicht erforderlich.

Donnerstag, 15. April 2021, 14 bis 15 Uhr
Eintritt frei

Die wunderbare Welt der Tablets

Grundlagenseminar 1: Verschiedenen Tablet-Computer-Systeme und ihre Handhabung. Grundlagenseminar 2: Bedeutung und Einsatz von Apps

Seminar 3: Foto und Film
Seminar 4: Navigation und Wandern

Grundlagenseminar 1: 05. Mai 2021

Grundlagenseminar 2: 12. Mai 2021

Seminar 3: 19. Mai 2021

Seminar 4: 09. Juni 2021

jeweils Mittwoch, 14 bis 16 Uhr

Seminarleitung: Jochen Wölfel, Chris Bellaj

Eintritt: 18 Euro pro Seminar (Die Seminare sind unabhängig voneinander buchbar)

Foto: Zsanna / photorase.de



Gelenkprobleme? – Entlastung durch einfache Yoga-Übungen

Sie erfahren mehr über die Wirkung der täglichen Gelenkübungen und setzen diese gleich in die Praxis um. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und eine Matte mitbringen!

Montag, 10. Mai 2021, 14 bis 15.30 Uhr
Vortragende: Petra Volkert
Beitrag: 5 Euro (2,50 Euro Nürnberg-Pass)

Hunde als Helfer

Ute Wittig, Leiterin der BRK-Rettungshundestaffel Erlangen/Höchststadt ist mit ihrem Hund »Sina« zu Gast.

Montag, 17. Mai 2021, 14 bis 15 Uhr
Vortragende: Ute Wittig; Eintritt frei

Vegane und vegetarische Ernährung

Ist die überwiegend pflanzliche Nahrung auch wirklich ausgewogen und vollwertig oder kann es zu Mangelerscheinungen kommen?

Referentin: Franziska Franke
Mittwoch, 26. Mai 2021, 14 bis 15 Uhr
Eintritt frei.

Wege aus dem Kennzeichnungsdschungel im Supermarkt

Es ist nicht einfach, das Sortiment eines Supermarkts zu überschauen und die Lebensmittelkennzeichnung mit all ihren Zeichen und Labels zu verstehen. Fragen beantwortet Gabriele Semmler von der Verbraucherzentrale Bayern.

Donnerstag, 27. Mai 2021, 14 bis 15.30 Uhr
Eintritt frei.

Albert Schweitzers Ethik der Achtsamkeit als Grundsatz für die Mensch-Tier-Beziehung?

Auf dem Prüfstand: Situation von Tieren im häuslich-familiären und im Freizeit-Bereich, in der landwirtschaftlichen Tierhaltung und bei Tierversuchen. Vortrag der Projektgruppe Anima, Tierschutz und Mitweltpädagogik.

Mittwoch, 02. Juni 2021, 14 bis 15 Uhr
Eintritt frei.

Für alle Veranstaltungen gilt:

- Begrenzte Teilnehmerzahl
- Anmeldung zwingend erforderlich
- Hygienevorschriften beachten