

# BEWEGUNG UND BEGEGNUNG

Veranstaltungen des  
Treffs Bleiweiß

April bis Juli 2022



## Bewegung und Begegnung

### Veranstaltungen des Treffs Bleiweiß

Auf den folgenden Seiten finden Sie Veranstaltungen des Treffs Bleiweiß in den Rubriken Musik und Unterhaltung, Kunst, Theater und Literatur, Vorträge und Workshops, Besichtigungen, Gesund und aktiv im Stadtteil sowie Ausflüge und Wanderungen. Veranstalter ist das Seniorenamt der Stadt Nürnberg, Treff Bleiweiß.

Für alle Angebote gilt die 3G-Regel. Zutritt haben hier nur Personen, die bezüglich SARS-COV-2 vollständig geimpft oder genesen sind oder die ein aktuelles negatives Corona-Testergebnis vorweisen können. Entsprechende Nachweise werden vor Beginn der Angebote bzw. am Einlass ins Haus kontrolliert. Je nach Entwicklung des Infektionsgeschehens und abhängig von politischen Entscheidungen zur Eingrenzung der Corona-Pandemie kann es sein, dass für die Teilnahme an Veranstaltungen veränderte Infektionsschutzmaßnahmen gelten.

**Für sämtliche Veranstaltungen ist eine vorige Anmeldung erforderlich (begrenzte Teilnehmendenzahl).** Der Treffpunkt / Veranstaltungsort wird bei der Anmeldung bekannt gegeben. Die Anmeldung ist ab sofort bis spätestens eine Woche vor der Veranstaltung möglich. Es gelten die aktuellen infektionshygienischen Regelungen und Maßnahmen.

Anmeldung telefonisch unter 09 11 / 2 31 82 32 oder via E-Mail an [seniorentreffs@stadt.nuernberg.de](mailto:seniorentreffs@stadt.nuernberg.de)  
Büro- und Kassenzeiten: i.d.R. Mo–Do, 9 bis 13 Uhr

## Musik und Unterhaltung

### Werden Sie Kulturgast!

Wenn Sie Kultur erleben aber ungern alleine weggehen, werden Sie doch ein Kulturgast! Das „Curatorium Altern gestalten“ kümmert sich um eine ehrenamtliche Begleitperson. Bei der Suche nach Veranstaltungen stehen Ihre Interessen im Mittelpunkt. Sie lernen Ihren Kulturpaten/ Ihre Kulturpatin vor dem ersten Kulturbesuch kennen und planen diesen gemeinsam.

**Donnerstag, 31. März 2022, 14 bis 15 Uhr;** Eintritt frei  
Vortragender: G. Weigl

## Musik und Unterhaltung

### Filmnachmittag: Mitten im Leben – Der Museumsgerch

Das Original aus Rückersdorf widmete sein Leben dem Aufbau eines Heimatmuseums. Jahrzehntlang trug der Sammler bäuerliche, handwerkliche und hauswirtschaftliche Exponate zusammen. Das Filmteam Renate und Walter Utzmann und Klaus Weingärtner besuchten Georg Berger 2017 kurz vor seinem Tod. Der Text ist in fränkischer Mundart.

**Dienstag, 10. Mai 2022, 14 bis 15 Uhr;** Eintritt frei

### Caféhausmusik

Treffpunkt für alle, die gern singen, einfach der Musik lauschen und einen bunten Nachmittag in netter Gesellschaft genießen möchten. Durch den Nachmittag führt Christine Ziegerer, Helmut Betzelt spielt Akkordeon. Liedtexte stehen zur Verfügung.

**Freitag, 20. Mai 2022, 14 bis 16 Uhr;** Eintritt frei.

### Filmnachmittag: Mitten im Leben – Bayrischer Kultur-Mischmasch

Mit drei Filmen, die die großartige kulturelle Vielfalt unserer näheren Heimat beleuchten, bieten die Filmemacher Renate und Walter Utzmann außergewöhnliche Erlebnisse quasi vor der Haustür. Lassen Sie sich überraschen, „Wo Bayern auf Nepal trifft“, wo „Die Tochter des Soldatenkönigs“ ihre Spuren hinterließ und warum Bamberg als „Das fränkische Rom“ bezeichnet wird.

**Dienstag, 28. Juni 2022, 14 bis 15 Uhr;** Eintritt frei

### Sängertreffen 2022 im Bleiweiß

Nach zwei Jahren coronabedingten Ausfalls laden die Singkreisleiterin Christine Ziegerer und Musiker Helmut Betzelt zu einem bunten Liederreigen ein. Zum 14. Mal freuen sich alle Singkreismitglieder auf viele Gäste, die gerne alte Volksweisen und Schlager hören und mit in die Lieder einstimmen wollen.

**Freitag, 08. Juli 2022, 14 bis 16.30 Uhr;** Eintritt frei  
Leitung: Christine Ziegerer und Helmut Betzelt

## Theater, Literatur und Kunst

### Der Gott des Gemetzels – Inszenierung der Gruppe „Bühnenreiz“

Nachdem auf dem Schulhof der elfjährige Maximilian und der gleichaltrige Julius in einen Streit geraten, schlägt der eine dem anderen ins Gesicht. Als Julius mit zwei ausgeschlagenen Vorderzähnen nach Hause kommt, sind seine Eltern so geschockt, dass sie beschließen, Maximilians Eltern zu einem klärenden Gespräch zu bitten. Mit Fortschreiten des Abends bröckelt die Fassade von Höflichkeit und Anstand.

**Sonntag, 03. April 2022, 15 bis 16.30 Uhr** (Einlass ab 14 Uhr)

Sonderpreis: 5 Euro; Info: 0911 / 23985741

Karten: [www.okticket.de](http://www.okticket.de) (Stichwort „Bleiweiß“ in die Suchmaske eingeben)

### Es waren Wunder – unglaubliche Rettungen der Geschichte

Eine Reise zu hochdramatischen, nicht für möglich gehaltenen Rettungsaktionen, die sich vom Altertum bis 2018 rund um den Erdball ereignet haben und dann so berühmt wurden, dass sie danach in Liedern, Gedichten oder Filmen verewigt wurden. Die in sich abgeschlossenen Episoden werden auch durch Bildprojektionen unterstützt.

**Donnerstag, 21. April 2022, 15 bis 16.30 Uhr**

Autorenlesung mit Conrad Roth.

Eintritt frei

### Vernissage der Bilderserie „Jedem Ende wohnt ein Anfang inne...“

„Und jedem Ende wohnt ein Anfang inne. Da gibt es eine Schönheit des Vergehens.“ Ausgehend von diesen Zeilen schuf Marlene Scharff anmutige Aquarelle, die von der belebenden Vergänglichkeit der Dinge zeugen.

**Freitag, 06. Mai 2022, 15 bis 17 Uhr**

Eintritt frei

## Theater, Literatur und Kunst



### Literaturgenuss mit Anja Weigmann: „Auf dem Zauberberg – Literarische Spaziergänge in und um Davos“

Das Thema beinhaltet weit mehr als den berühmten Roman von Thomas Mann. Und es geht auch nicht nur um Lungenkranke, sondern dazu um Skifahrer, Patrioten, Ökonomen und andere ... Lassen Sie sich überraschen!

**Dienstag, 14. Juni 2022, 14 bis 15.30 Uhr**

Beitrag: 5 Euro (2,50 Euro Nürnberg-Pass)

### Jahresausstellung 2022 der „Werkbund-Werkstatt-Nürnberg“

Absolventinnen und Absolventen des Werkstattjahres 2022 zeigen ihre Arbeiten aus den Bereichen Textil, Glas, Holz und Metall. Schulleiter Norbert Zlöbel gibt einen interessanten Einblick in Geschichte und inhaltliche Konzepte der vor ca. 30 Jahren gegründeten Einrichtung.

**Dienstag, 12. Juli 2022, 10 bis 11.30 Uhr**

Eintritt frei

## Vorträge und Workshops

### Die wunderbare Welt der Tablets

Seminar 4 – Navigation und Wandern: 30. März 2022

Seminar 5 – E-Books: 06. April 2022

Seminar 6 – Gesundheit und Fitness: 13. April 2022

Seminar 7 – Essentielle Apps: 20. April 2022

**jeweils mittwochs, 14 bis 16 Uhr** (Seminare unabhängig buchbar)

Seminarleitung: J. Wölfel und C. Bellaj

Beitrag je Seminar: 18 Euro (bei der Seminarleitung zu entrichten)

### Leonardo da Vinci – Leben und Werk

Zum 570. Geburtstag des Universalgenies beleuchtet Elfriede Winge Leben und Werk Leonardo da Vincis. Passend zur Osterzeit steht dabei sein Gemälde „Das letzte Abendmahl“ im Fokus.

**Freitag, 08. April 2022, 15.15 bis 16.45 Uhr** (Einlass ab 15 Uhr)

Vortragende: Elfriede Winge

Achtung! Info und Anmeldung über die Alten-Akademie Nürnberg e.V.:

Tel. 0911 / 537010 oder [Info@altenakademie-nuernberg.de](mailto:Info@altenakademie-nuernberg.de)



## Vorträge und Workshops

### Digitalcafé im Bistro Bleiweiß

Sie haben erste Erfahrungen mit Smartphone oder Tablet gesammelt und wollen sich über digitale Erfahrungen austauschen und Neues kennenlernen? Digitallotsen stehen als Ansprechpartner zur Verfügung. Das Bistro bietet neben Getränken, Kaffee und Kuchen auch einen günstigen, wechselnden Mittagstisch.

**Dienstag, 12. & 26. April, 10. & 24. Mai, 14. & 28. Juni, 12. & 26. Juli 2022, je 10 bis 11 Uhr**

Keine Anmeldung erforderlich.

Treff Bleiweiß, Bistro

### Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

Regeln Sie schon heute, wer im Ernstfall entscheiden darf. Über die verschiedenen Möglichkeiten informiert Ina Bürkel von der Betreuungsstelle der Stadt Nürnberg.

**Donnerstag, 12. Mai 2022, 14 bis 15.30 Uhr**

Vortragende: Ina Bürkel

Eintritt frei

### Schockanrufe und aktuelle Kriminalphänomene

Polizeihauptkommissar Walter Carl informiert über aktuelle Kriminalfälle im Raum Nürnberg wie z.B. Schockanrufe und Enkeltrick und gibt Tipps, wie man sich schützen kann.

**Mittwoch, 18. Mai 2022, 14 bis 15 Uhr**

Eintritt frei

## Vorträge und Workshops

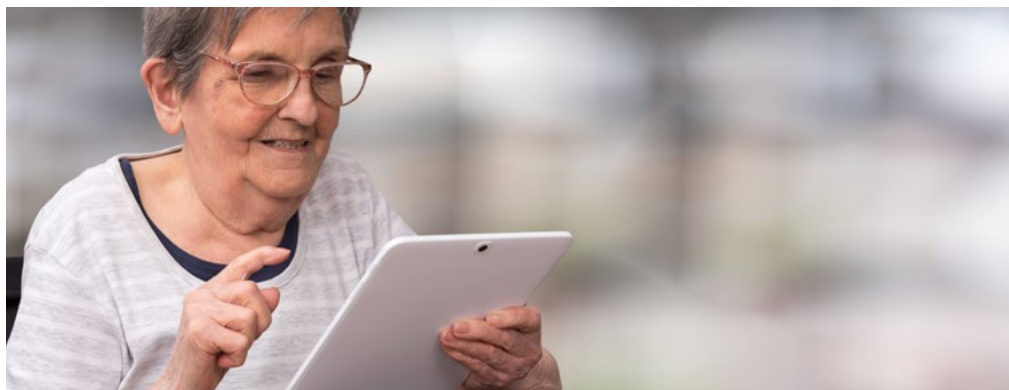
### Notebook, Tablet, Smartphone: Orientierung digitale Medien

Damit Sie im Dickicht der Anbieter, Technologien und Geräte nicht den Überblick verlieren.

**Teil 1: Eigenschaften und Leistungsfähigkeit von Smartphone, Tablet und Notebook: Mittwoch, 18. Mai 2022, 14 bis 15.30 Uhr**

**Teil 2: Telefon- und Handyverträge, Mittwoch, 25. Mai 2022, 14 bis 15.30 Uhr**

Beitrag: je 12 Euro, beim Seminarleiter zu entrichten



### Grundkurs Tablet – Grundlagenseminare 1 und 2

Aufgrund der großen Nachfrage bieten wir in Zusammenarbeit mit Jochen Wölfel und Christian Bellaj ein zusätzliches Grundlagenseminar Tablet an.

Im **Grundlagenseminar 1** erfahren Sie Wissenswertes über die verschiedenen Systeme von Tablet- PCs und ihre Handhabung.

Im **Grundlagenseminar 2** wird näher auf die Bedeutung und den Einsatz von sogenannten „Apps“, nützlichen, übersichtlichen Anwendungsprogrammen eingegangen. Gemeinsam suchen wir nach interessanten „Apps“ und nutzen sie.

**Grundlagenseminar 1: Mittwoch, 15. Juni 2022, 14 bis 16 Uhr**

**Grundlagenseminar 2: Mittwoch, 22. Juni 2022, 14 bis 16 Uhr**

Beitrag: 18 Euro, bei den Seminarleitern zu entrichten.

## Vorträge und Workshops

### Der Pflegestützpunkt Nürnberg informiert: Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht

„Wer entscheidet im Notfall, wenn Sie es selbst nicht können? Nicht nur in Zeiten von Corona sollte man Vorsorge treffen! Informieren Sie sich über die Vorsorgemöglichkeiten Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung und treffen Sie für sich die passende Entscheidung, wie Sie vorsorgen möchten.“



**Donnerstag, 23. Juni 2022, 14 bis 15 Uhr**

Referentin: Frau Uhlig

Eintritt frei

### Gilt Albert Schweitzers Ethik der Achtsamkeit als Maxime für die Mensch-Tier-Beziehung in unserer Zeit?

Mit der „Goldenen Regel“ und ausgewählten Passagen aus Albert Schweitzers philosophischen Texten vergegenwärtigen wir uns seine Ethik der Ehrfurcht vor allem, was lebt. Im Anschluss gehen wir der Frage nach, inwieweit sein Denken seitdem Wirkung entfalten konnte und im Umgang mit nichtmenschlichen Lebewesen sichtbar wird. Auf dem Prüfstand: Situation der Tiere im häuslich-familiären und im Freizeit-Bereich, in der landwirtschaftlichen Tierhaltung und bei Tierversuchen. Gestaltet wird der Vortrag von der Projektgruppe Anima, Tierschutz und Mitweltpädagogik.

**Mittwoch, 29. Juni 2022, 14 bis 15 Uhr**

Eintritt frei

## Besichtigungen

### Besuch des Nürnberger Oxfam Shops

Ehrenamtliche verkaufen gespendete Dinge für den guten Zweck. Christine Blaufuß, ehernamtliche Mitarbeiterin, erklärt die Organisation und das Konzept hinter den Oxfam-Shops.

**Dienstag, 05. April 2022, 10.30 bis 11.30 Uhr**  
Eintritt frei, Spenden willkommen.

### LUX – Junge Kirche Nürnberg

LUX fördert und animiert junge Menschen, ihre künstlerischen Fähigkeiten einzubringen. Es gibt eine Plattform für Events, Konzerte und Kunstaktionen. Pfarren Johannes Amberg erklärt die Idee einer jungen Kirche, die einen anderen Ansatz hat.

**Mittwoch, 06. April 2022, 14 bis 15.30 Uhr**  
Beitrag: 3 Euro

### Kulturgeschichte und kulturhistorische Bedeutung von Masken

Eine Maske hat momentan jeder auf jeder Nase. Doch wissen wir eigentlich um die Kulturgeschichte und die Bedeutung verschiedenster Masken? Werner Feist weiß Interessantes zu berichten. Zudem sichten wir afrikanische und Südseemasken.

**Donnerstag, 21. April 2022, 14 bis 15 Uhr**  
Vortragender: Werner Feist  
Beitrag: 3 Euro (an der Museumskasse zu entrichten)

### Besichtigung des Stadt-Archivs

Wer hat früher in meinem Haus gelebt? Wo haben meine Vorfahren gewohnt? Antworten finden sich im Stadtarchiv. Ulrike Swoboda informiert über die Bestände und Archivalien und gibt einen Überblick über die Arbeitsschwerpunkte eines Stadtarchivars.

**Dienstag, 03. Mai 2022, 14 bis 15.30 Uhr**  
Eintritt frei

## Besichtigungen

### Der Spittlertorturm- Nürnbergs Tor nach Westen

Der Spittlertorturm ist einer der vier markanten, runden Haupttürme der Nürnberger Stadtbefestigung, benannt nach dem ehemaligen Elisabethspital des Deutschen Ordens. Im Zweiten Weltkrieg wurde der Turm als Hochbunker genutzt, seit Juli 2006 beherbergt er Bibliothek und Archiv des Nürnberger Garnisonmuseums. Mit Michael Kaiser, dem Leiter des Museums erklimmen wir die 179 Stufen bis zur Aussichtsplattform und genießen einen grandiosen Ausblick über die Stadt.

**Dienstag, 21. Juni 2022, 14 bis 15.30 Uhr**  
Beitrag: 5 Euro

### Kulturbahnhof Ottensoos

Nach aufwändigen restaurierungsarbeiten bietet das Gebäude heute Raum für Kunstausstellungen, Lesungen, Musikveranstaltungen und ein „Forum für nachhaltige Entwicklung“. Bei der Führung durch das Kleinod werden wir Zeuge einer kreativen Verwandlung. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, im Café Rotes Haus, den Ausflug ausklingen zu lassen.

**Donnerstag, 14. Juli 2022, 13 bis 17 Uhr**  
Beitrag: 5 Euro  
Die Fahrtkosten (TTplus/Preisstufe 5) sind im Eintritt nicht enthalten.

### Besichtigung der Energie- und Umweltstation am Wöhrder See

Auf Stelzen im Wasser des Wöhrder Sees und als Passivhaus gebaut, verkörpert schon die Bauweise der Energie- und Umweltstation die Zielsetzung des Hauses: Naturverständnis, Umweltbewusstsein und nachhaltige Lebensstile zu fördern. Mitarbeiterin Cordula Jeschor erläutert das Konzept und steht für Ihre Fragen zur Verfügung.

**Mittwoch, 20. Juli 2022, 14 bis 15 Uhr**  
Eintritt frei

## Gesund und aktiv im Stadtteil

### Beckenbodentraining: Starke Mitte

Beckenbodenschwäche kann zu Harninkontinenz und Erkrankung der Beckenorgane führen und ist ein durchaus schambesetztes Thema. Petra Volkert geht den Fragen nach wie es zu einer Schwächung kommen kann, wer betroffen ist und wie der Beckenboden gestärkt wird. Praktische Übungen inbegriffen. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Turnschuhe oder rutschfeste Socken mit. Veranstaltung in Kooperation mit dem Seniorennetzwerk Südstadt-Ost

**Dienstag, 29. März 2022, 14 bis 16 Uhr**  
Eintritt frei

### Bewegungsspaß im Luitpoldhain

Effektive Übungen für Kraft und Gleichgewicht mit der Physiotherapeutin und Yogalehrerin Annegret Burkert im Freien. Das Angebot beinhaltet auch Elemente der Sturzprophylaxe und Atemübungen. Ab dem 25. April 10 Mal montags (außer Pfingstmontag) bis zum 04. Juli 2022. Turnschuhe und bequeme, wetterfeste Kleidung sind von Vorteil.

**Montag, 25. April 2022, 14 bis 15 Uhr**  
Eintritt frei  
Die Anmeldung erfolgt telefonisch über 0911 / 81 00 97 83 (Herr Münster, Seniorennetzwerk Südstadt-Ost)

### Besuch des Kontinenz- und Beckenbodenzentrums am Klinikum Nürnberg

Obwohl im Schnitt jede dritte Frau und auch Männer in jeder Altersphase betroffen sind, bleibt das Thema Inkontinenz für viele ein Tabu. Prof. Dr. Sascha Pahernik, Chefarzt der Klinik für Urologie und Leiter des überregional bekannten Zentrums, erläutert Krankheitsbilder, Diagnostik und Behandlungsmöglichkeiten, die von der Beckenbodenschule bis hin zu minimal-invasiven Eingriffen reichen.

**Mittwoch, 15. Juni 2022, 15 bis 16 Uhr**  
Treffpunkt: Prof. Ernst-Nathan-Str. 1, Pforte  
Eintritt frei

## Ausflüge und Wanderungen

### Zu den Fränkischen Drei Zinnen

Hinauf nach Gräfenberg, weiter auf die Hochfläche, vorbei an den Kalksteinbrüchen bis nach Höfles. Nun wandern wir abwärts in das Großenoher Tal. Vorbei an der Spießmühle, zur Mittagsrast im Gasthaus „Zur Sägemühle“ ein. Ein Aufstieg zu den Drei Zinnen lohnt sich. Zurück nach Gräfenberg.

**Donnerstag, 07. April 2022, 9.10 bis 17 Uhr**  
Wanderführer: Helmut Ros, Strecke: ca. 11 km  
Benötigte Fahrkarte: TagesTicket Plus, Zone 5  
Beitrag: 3 Euro (1,50 Euro mit Nürnberg-Pass)

### Rundgang durch Zerzabelshof

Wir streifen den Zabo-Sportpark, erfahren, was es mit dem Liebesweg und dem Bienenheim auf sich hat und gelangen vom Kurhaus Jägerheim über einen besonderen „Geflügelhof“ zum Valznerweiher.

**Dienstag, 26. April 2022, 14 bis 15 Uhr**  
Leitung: Rainer Eck  
Beitrag: 1 Euro (vor Ort zu entrichten)

### Durch das Aurachtal zum Baumhaus

Am Flüsschen Aurach entlang zur Holzmühle. Einkehr im Biergarten Baumhaus in Rennhofen. Durch Wald und Flur zurück nach Emskirchen.

**Donnerstag, 19. Mai 2022, 9.20 bis 17 Uhr**  
Wanderführer: Helmut Ros, Strecke: ca. 10 km  
Benötigte Fahrkarte: TagesTicket Plus, Zone 5  
Beitrag: 3 Euro (1,50 Euro mit Nürnberg-Pass)

## Ausflüge und Wanderungen

### Naturkundliche Wanderung durch das Röthenbachtal

Von Moosbach aus geht es durch den schattigen Wald bis nach Ungelstetten, wo wir im Gasthaus Alte Scheune einkehren. Anschließend wandern wir durch das romantische Röthenbachtal bis nach Brunn.

**Donnerstag, 09. Juni 2022, 9.45 bis 17 Uhr**

Wanderführer: Helmut Ros

Wanderstrecke: ca. 9,5 km

Benötigte Fahrkarte: TagesTicket Plus, Zone 4

Beitrag: 3 Euro (1,50 Euro Nürnberg-Pass)

### Promenade entlang der Rednitz

46 Kilometer lang schlängelt sich der mittelfränkische Fluss von seiner Quelle in Georgensgmünd bis zur Vereinigung mit der Pegnitz hinter Fürth. Auf einem Spaziergang entlang des Fürther Rednitzufers erfahren Sie von Stadtführerin Gerda Distler allerhand Kurioses und Wissenswertes über Menschen und Gebäude am Fluss. Der Eintritt wird vor Ort entrichtet.

**Freitag, 17. Juni 2022, 14 bis 15.30 Uhr**

Leitung: Gerda Distler

Beitrag: 5 Euro (2,50 Euro Nürnberg-Pass)

### Stadtrundfahrt mit Rad: „Vom Valznerweiher über den Eisweiher zum August-Meier-Heim“

Die Tour startet am Valznerweiher. Über den „Platz der Stille“ gelangen wir zur „Russenwiese“, anschließend weiter zum Eisweiher, einem Feuchtbiotop im Reichswald. Über den Bahnhof Fischbach erreichen wir unser Ziel, das neu gestaltete August-Meier-Heim, eine Senioreneinrichtung des Nürnberg Stift, idyllisch in einer Parkanlage gelegen. Sie radeln auf eigene Gefahr!

**Dienstag, 05. Juli 2022, 14 bis 15.30 Uhr**

Leitung: Rainer Eck

Eintritt: 1 Euro (vor Ort zu entrichten)

## Ausflüge und Wanderungen

### Bezaubernde Altstadt von Fürth

Wer noch nie in der Altstadt um St. Michael war, kennt Fürth nicht richtig. Vor allem die vielen kleinen, liebevoll umgestalteten Höfe und das viele Grün entzücken die Besucher. Sie hören auf dem Spaziergang Geschichten über Bewohnerinnen und Bewohner, meist Handwerker, die Fürth auch stark mitprägten. Zudem erfahren Sie, was die Fürtherinnen und Fürther in den nicht immer romantischen Höfen erlebten. Der Eintritt wird vor Ort entrichtet.

**Donnerstag, 21. Juli 2022, 14 bis 15.30 Uhr**

Leitung: Gerda Distler

Beitrag: 5 Euro (2,50 Euro Nürnberg-Pass)







## Bleiweiß

Hintere Bleiweißstraße 15  
90461 Nürnberg

Öffentlicher Nahverkehr:  
Straßenbahnlinien 7, 8  
Haltestelle Schweiggerstraße  
Straßenbahnlinie 6  
Haltestelle Harsdörfferplatz



Zentrale Verwaltung im Treff Bleiweiß  
Telefon 09 11 / 2 31 82 32  
E-Mail [seniorentreffs@stadt.nuernberg.de](mailto:seniorentreffs@stadt.nuernberg.de)  
Büro- und Kassenzeiten: Mo-Do, 9 bis 13 Uhr

[www.senioren.nuernberg.de](http://www.senioren.nuernberg.de)

