

Bildungscampus

NÜRNBERG

Bildung tagsüber

März - Juli 2024

STADTBIBLIOTHEK
BILDUNGSZENTRUM
PLANETARIUM

WIR ÖFFNEN WELTEN

www.bildungscampus.nuernberg.de

INHALT

- Aktuell & Wissenswert 4**
- Bewegung & Gesundheit 7**
- Aktiv & Kreativ 16**
- Literatur, Theater & Musik 22**
- Gemeinsam Unterwegs 27**
- Vernetzt & Digital 34**
- Sprachen Lernen 40**
- Planetarium 42**
- Alten-Akademie e.V. 43**



Bildung tagsüber

Diese Angebote richten sich an Menschen, die besonders an unseren Vormittags- und Nachmittagskursen interessiert sind. Mit „Bildung tagsüber“ möchten wir ältere Menschen in unseren Kursen und Veranstaltungen willkommen heißen. Aber selbstverständlich sind diese Angebote für alle Altersgruppen offen. Im Vordergrund steht die Freude am gemeinsamen Lernen ohne Zeit- und Leistungsdruck.

Unser vollständiges und aktuelles Kursprogramm finden Sie auf unseren Webseiten

- ➔ bz.nuernberg.de
- ➔ stadtbibliothek.nuernberg.de
- ➔ planetarium-nuernberg.de

Ihre Ansprechpartnerin am Bildungszentrum:



Renate Reichl
Tel. 0911 / 2 31-37 17
renate.reichl@stadt.nuernberg.de
Gewerbemuseumsplatz 1
90403 Nürnberg

Öffnungszeiten Servicebüro

Montag 8.30 bis 14 Uhr
Donnerstag 8.30 bis 18 Uhr
Freitag 8.30 bis 13 Uhr



Schwerhörig?



Für Träger eines Hörgerätes (mit Einstellung T) oder eines Cochlea-Implantates steht im Fabersaal des Bildungszentrums im Bildungscampus Nürnberg eine induktive Höranlage zur Verfügung. Für mobiles induktives Hören kann unser HörMobil ausgeliehen werden. Bitte bei der Anmeldung fragen.

Wir bedanken uns bei der Firma Hörgeräte Seifert für die Unterstützung.

Zeichenerklärung

Bei einigen Veranstaltungen des Bildungszentrums sehen Sie folgende Abkürzungen:

BS Besondere Stornierung

Einige unserer Veranstaltungen erfordern für die Durchführung einen besonderen Aufwand (z. B. Raumanmietungen, Geräteausstattung, u. a.). Sie können nur abgehalten werden, wenn tatsächlich die vereinbarten Entgelte eingezogen werden. Für eine Stornierung, die weniger als zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn erfolgen soll, fallen daher erhöhte Stornierungsentgelte von mindestens 50 Prozent des Veranstaltungsentgelts an.

KE Keine Ermäßigung

Bei diesen Kursen muss wegen des erhöhten Aufwands (Miete, Geräteausstattung, u. a.) das Entgelt fest vereinbart werden, d. h. eine Ermäßigung für Nürnberg-Pass-Inhaber ist nicht möglich.

Impressum Herausgeber: Stadt Nürnberg, Bildungscampus Nürnberg, Gewerbemuseumsplatz 1, 90403 Nürnberg; Redaktion: Renate Reichl; Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt: Direktor des Bildungscampus der Stadt Nürnberg; Layout / Satz: www.grafikbuero-weinberg.de; Druck: SAFNER Druck und Verlags GmbH, Mittelgrundstraße 24/28, 96170 Priesendorf bei Bamberg

AKTUELL & WISSENSWERT

Das Testament**Vorsorge für den Todesfall**

Die Vererbung durch Testament ist weit verbreitet. Doch bei der Erstellung können viele Fehler passieren, die es unwirksam machen. Was passiert, wenn Sie Ihr Testament fehlerhaft erstellt oder wenn Sie überhaupt kein Testament gemacht haben?

Samstag, 2. März 2024, 9.30 bis 13.15 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Frank Lehnert, 30 Euro,
Kurs Nr. 28129

Gemeinschaftliches Wohnen**Vorstellung von Wohnformen, Wohnprojekten und aktuellen Initiativen**

Wie möchten Sie gerne leben und wohnen? Unterschiedliche Wohnformen werden vorgestellt: vom Mehrgenerationenwohnen über die Senioren-Wohngemeinschaft, vom Wohnprojekt in der Stadt bis zum gemeinschaftlichen Leben in ländlicher Umgebung. Dazu gibt es Informationen zu realisierten Wohnprojekten und aktuellen Initiativen im Nürnberger Raum.

Donnerstag, 7. März 2024, 18 bis 20.15 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Susanne Seybold, 18 Euro,
Kurs Nr. 28053

Die Patientenverfügung**Vorsorge für Alter und Krankheit**

Foto: pixabay.com

Wer entscheidet über Sie, wenn Sie Ihren Willen nicht mehr äußern können, z. B. bei Fragen lebensverlängernder Maßnahmen? Patienten- und Betreuungsverfügungen verschaffen Klarheit. Was können Sie verfügen?

Samstag, 16. März 2024, 9.30 bis 12.30 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Frank Lehnert, 24 Euro,
Kurs Nr. 28133

Herzensstücke**Vortragsreihe zu seltenen und kostbaren Beständen**

Die Stadtbibliothek Nürnberg ist eine der ältesten Einrichtungen ihrer Art im deutschen Sprachraum. Die hier aufbewahrten Sammlungen sind von ihrer ersten Erwähnung im Jahr 1370 bis in die Gegenwart hinein kontinuierlich und in engster Verflechtung mit der Stadt Nürnberg und ihrer Geschichte gewachsen. Darunter befinden sich wertvolle Kulturgüter wie besonders alte oder prächtige Handschriften und seltene oder gar sehr seltene Drucke; aber auch bedeutende Bestände zur Lokalgeschichte sind vorhanden. Die Reihe „Herzensstücke“ widmet sich einmal monatlich Highlights aus diesen Sammlungen. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stellen Kostbares oder Kurioses vor.

An jedem dritten Donnerstag im Monat,
17.30 bis 18.15 Uhr, Stadtbibliothek Zentrum,
Gewerbemuseumsplatz 4, Ebene L1, Lesesaal, Eintritt frei

→ Kapital stechen

Donnerstag, 21. März 2024

→ Wertvollste Bildquelle zum Handwerk

Donnerstag, 18. April 2024

→ Restaurierung einer mittelalterlichen Handschrift

Donnerstag, 16. Mai 2024

Nach dem Beruf geht es weiter – aber wohin?

Und plötzlich ist es da, das teilweise lang ersehnte Ende meines Berufslebens. Wie gestalte ich nun meine Zeit? Wie sieht meine neue Rolle aus? Wie fülle ich sie? Worauf bin ich stolz? Was gibt es an versteckten Lebensentwürfen? Das Seminar bietet die Möglichkeit, sich mit diesen Fragen zu beschäftigen und sich an eine neue Lebensgestaltung heranzutasten.

Dienstag, 16. April 2024, 10 bis 16 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Christina Döllinger, 53 Euro,
Kurs Nr. 28051

Türmen gehen

Mit Redewendungen über die Nürnberger Kaiserburg



Foto: pixabay.com

Fackeln Sie nicht lange und gehen Sie mit uns immer der Nase nach einmal ganz anders über die Nürnberger Burg! Wussten Sie, dass es etwa 300.000 Redewendungen gibt, und wir sogar über einhundert täglich verwenden? Viele finden ihren Ursprung im Mittelalter, dem Rittertum und der Jägerwelt. Einigen von diesen sind Sie mit uns auf der Spur: Aus dem Stehgreif und ohne Türmen zu wollen, erfahren Sie nebenbei Wissenswertes über die Burg, ihre Türme und Gebäude sowie den Tiefen Brunnen.

Mittwoch, 17. April 2024, 16.30 bis 17.30 Uhr,

Treffpunkt: Hexenhäusle, Vestnertor, 14 Euro, Kurs Nr. 01005

Treppen der Altstadt

Thematischer Spaziergang

Wer die Innenstadt Nürnbergs durchquert, muss beachtliche 60 Höhenmeter überwinden. Man stößt daher immer wieder auf große und kleine Treppen, die unbemerkt zum besonderen Flair der Noris beitragen. Die Route führt über einige der schönsten dieser Entschleuniger und eröffnet damit einen neuen Blick auf die Stadt. Am Ende der Tour wird „Verstiegenes“ vorgetragen: literarische Hymnen auf die Treppe.

Samstag, 27. April 2024, 14.30 bis 16.30 Uhr,


Treffpunkt: Vor der Lorenzkirche am Hauptportal, Prof. Dr. Peter Bernhard, 16 Euro, Kurs Nr. 01315

Bitcoin & Co. – Kryptowährungen

Technologie der Zukunft?

Die Kryptowährungen, allen voran der Bitcoin, genießen seit 2017 eine hohe mediale Beachtung. Die einen sprechen von einer finanziellen Blase und „Wundergeld“, die anderen von revolutionärer Technologie, die mit Erfindung des Internets verglichen wird. Sie lernen die Grundlagen,

die hinter dieser Technologie stehen und bekommen einen praktischen Einblick in den Umgang damit.

Samstag, 22. Juni 2024, 9 bis 16.15 Uhr,
südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Ivan Kononov, 72 Euro, , Kurs Nr. 70691

Großgründlach

Ein Gang durch Nürnbergs ältesten Stadtteil

Der seit 1972 zu Nürnberg gehörige Stadtteil Großgründlach weist eine wechselvolle Geschichte auf. Das historische Zentrum fand anno 1027 erstmals urkundlich Erwähnung. Sie besichtigen den alten Ortskern von Großgründlach und besuchen die Kirche St. Laurentius mit ihren bedeutenden Kunstwerken und Grabmälern. Vor der Kirche steht das Wächterhaus, in dem das Ortsmuseum untergebracht ist, gegenüber befindet sich das Feuerwehrmuseum. Und natürlich darf ein Blick in den Hof des altherwürdigen Schlosses derer von Haller geworfen werden.

Freitag, 14. Juni 2024, 14 bis 15.30 Uhr,

Treffpunkt: Vor der Kirche St. Laurentius in Großgründlach, Hannelore Bayer, 14 Euro, Kurs Nr. 01017

BEWEGUNG & GESUNDHEIT

Gedächtnis- und Konzentrations-training

Wer rastet, der rostet

Bereits nach fünf Tagen geringer Beanspruchung lassen Gedächtnis und Konzentration nach. Gehirnjogging ist eine geeignete Methode, die den Geist wieder in Schwung bringt. Mit spielerischen Übungen lernen Sie, Ihre geistigen Fähigkeiten zu aktivieren und sorgen damit auch für eine bessere Durchblutung des Gehirns.

Dienstag, ab 27. Februar 2024, 12.45 bis

14.15 Uhr (10x), Gewerbemuseumsplatz 2, Elfriede Kühne-Arbeiter, 117 Euro, Kurs Nr. 28241

Mittwoch, ab 28. Februar 2024, 12.45 bis

14.15 Uhr (10x), Gewerbemuseumsplatz 2, Elfriede Kühne-Arbeiter, 117 Euro, Kurs Nr. 28243

Entspannung für Kiefer und Nacken mit der Feldenkrais-Methode

Eine Kiefernverspannung kann verschiedene Ursachen haben. Wir wollen herausfinden, wo Ihr Brennpunkt liegt, wo ungünstige Gewohnheiten sind und sie verändern. Die Lektionen beschäftigen sich als ganzheitliche Entspannung mit Kiefern- und Nackenmuskulatur, Mimikmuskulatur und der Zunge.

Samstag, 9. März 2024, 10 bis 13 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Heike Steinbauer, 28 Euro,
[BS], [KE], Kurs Nr. 40721

Mobilisieren, Dehnen und Massieren für den ganzen Körper

Mobilisieren, Dehnen und Massieren für Gelenke, Muskeln und Faszien. Verspannungen in Muskeln, Verklebungen in Faszien und Blockierungen in Gelenken verursachen strukturelle Fehlbelastungen, die Schädigungen zur Folge haben. Es entstehen Schmerzen, die zu Schonhaltungen führen. Um eine Verschlechterung zu verhindern, sollte regelmäßig gedehnt, massiert und mobilisiert und gezielt trainiert werden.



Foto: pressmaster/123rf.com

Samstag, 16. März 2024, 9.15 bis 11.30 Uhr,
südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Hubert List, 21 Euro,
[KE], Kurs Nr. 43391

African Roots – Rumba Cubana

Rumba cubana ist für jede Salsera und jeden Salsero ein Muss! Hier können Sie die afrikanische Seele der cubanischen Salsa erfahren, die Bewegungen und Tanzmuster finden Sie beim Salsatanzen wieder. Der männliche oder weibliche Part wird dabei frei getanzt.

Sonntag, 24. März 2024, 11 bis 14 Uhr, südpunkt,
Pillenreuther Straße 147, Monika Adele Camara, 28 Euro,
Kurs Nr. 46531

TanzFit – Solotanz für Best Ager

Für Solotänzerinnen und Solotänzer ab 55, die fit und geistig flexibel bleiben wollen. Mit individuellen Choreografien tanzen wir zu unterschiedlichen Musikrichtungen. Der Spaß steht im Vordergrund, nebenbei verbessern wir Kondition, Gleichgewichtssinn, Haltung und beugen Muskelabbau vor. Körperliche Einschränkungen sind kein Problem. Sie führen nur die Bewegungen aus, die Ihnen guttun.

Dienstag, ab 9. April 2024, 12.30 bis 13.30 Uhr,
außer 21. und 28. Mai 2024 (10x), südpunkt,
Pillenreuther Straße 147, Katharina Lukoschek,
93 Euro, Kurs Nr. 46103

Fit für den Alltag Ganzkörperkräftigung

Bewegung bringt Freude und Wohlempfinden und stärkt uns für den Alltag. In diesem Kurs werden funktionelle Übungen zur Steigerung der Stabilität und Beweglichkeit Ihrer Gelenke, sowie der Stärkung des Herz-Kreislaufsystems durchgeführt. Zudem werden die Koordinations-, Wahrnehmungs- und Entspannungsfähigkeit geschult. Währenddessen erhalten Sie gesundheitsfördernde Tipps für den Alltag.

Dienstag, ab 9. April 2024, 16 bis 17 Uhr,
außer 21. und 28. Mai 2024 (12x), südpunkt,
Pillenreuther Straße 147, Monica Aurelio Brinkmann,
112 Euro, [KE], Kurs Nr. 43345

Dienstag, ab 9. April 2024, 17 bis 18 Uhr,
außer 21. und 28. Mai 2024 (12x), südpunkt,
Pillenreuther Straße 147, Monica Aurelio Brinkmann,
112 Euro, [KE], Kurs Nr. 43349

Kreatives Gedächtnistraining

Vergessen Sie die Vergesslichkeit! Durch spielerische Übungen werden Ihre „grauen Zellen“ aktiviert. Sie bekommen Tipps und Strategien zu einem besseren Behalten. Bewegungs- und Entspannungsübungen lockern die Kopfarbeit auf.

Donnerstag, ab 11. April 2024, 9.30 bis 11 Uhr (9x),
Gewerbemuseumsplatz 2, Heidi Bentlin-Eckl, 106 Euro,
Kurs Nr. 28233

Qigong am Nachmittag

Chan Mi Gong – Mit Schlussmeditation




Foto: pixabay.com

In der TCM (Traditionellen Chinesischen Medizin) nimmt das Herz die Stellung des „Kaisers“ ein und herrscht über die 12 Organ-Funktionskreise des gesamten Organismus.

Deshalb legen Übungen für

den Herzkreislauf die Grundlage für die Gesundheit auch der anderen Organe. Das „Herz-Qigong“ ist eine Übungsreihe aus 8 leicht erlernbaren Übungen, die Bewegung, Atmung, Akupressur, Meridianmassage miteinander verbinden. Die Übungen stärken und regulieren das Herz-Kreislauf-System, beseitigen Blockaden des Qi-Flusses.


Donnerstag, ab 11. April 2024, 16 bis 17.15

Uhr, außer 23. Mai 2024 (10x), Gewerbemuseumsplatz 2, Michaela Arndt, 117 Euro, , Kurs Nr. 41303

Sensomotorisches Stabilisationstraining allgemein

Ein Programm zur Dehnung und Kräftigung der Stabilitäts- und Tiefenmuskulatur und zur Koordination und Mobilisation der Gelenke. Gleichgewichtsübungen bilden dabei den Schwerpunkt. Das Gelenkverhalten, die Belastungsverträglichkeit und die Leistungsfähigkeit des Bewegungsapparates sowie die Koordination werden verbessert und somit Verletzungen und vorzeitigen Verschleißerscheinungen vorgebeugt.

Samstag, 13. April 2024, 9.15 bis 11.30 Uhr,

südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Hubert List, 21 Euro, , Kurs Nr. 43393

Yoga nach den Vier Jahreszeiten

In diesem Yoga Kurs werden die Yogahaltungen und Atemübungen den Jahreszeiten und den darin vorherrschenden Elementen: Erde, Wasser, Luft und Feuer angepasst. In unserem Leben sowie in der Natur verändert sich das Gleichgewicht der Elemente im Laufe eines Jahres. Nach dem theoretischen Input erwarten Sie Yogasequenzen für die aktuelle Saison.

→ Yoga im Frühling

Samstag, ab 13. April 2024, 10 bis 11.15 Uhr (6x), Gewerbemuseumsplatz 2, Beatrice Berardi, 70 Euro, Kurs Nr. 42021

→ Yoga im Sommer

Samstag, ab 8. Juni 2024, 10 bis 11.15 Uhr (9x), Gewerbemuseumsplatz 2, Beatrice Berardi, 105 Euro, Kurs Nr. 42023

Kurzatmig? Lernen Sie, Ihr Atemvolumen zu erweitern

Mit atemzentrierter Körpererfahrung – Workshop

Sie lernen wirksame, einfache und leicht in den Alltag integrierbare Übungen kennen, um Kurzatmigkeit vorzubeugen oder zu verringern. Wir üben achtsame Bewegungen und sanfte Dehnungen, mit deren Hilfe Sie ihr Atemvolumen erweitern können und so mehr Luft für Belastungssituationen zur Verfügung haben. Alle Übungen sind auch mit eingeschränkter Beweglichkeit durchführbar.

Sonntag, 14. April 2024, 11 bis 14 Uhr, Gewerbemuseumsplatz 2, Ulrike Nuß, 40 Euro, Kurs Nr. 40769

Sonntag, 9. Juni 2024, 11 bis 14 Uhr, Gewerbemuseumsplatz 2, Ulrike Nuß, 40 Euro, Kurs Nr. 40771

Tai Chi Chuan

→ Basis und Einzelübungen aus der 10er Form mit Lockerungsübungen – ab Ende Mai im Hummelsteiner Park

Mittwoch, ab 17. April 2024, 10 bis 11 Uhr, außer 22. Mai und 29. Mai 2024, (8x), südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Regina Newsome, 75 Euro, Kurs Nr. 41417

→ Mit Krankenkassenförderung – Übungen für einen stabilen Gang – Mit Lockerungsübungen

Mittwoch, ab 17. April 2024, 11.15 bis 12.15 Uhr, außer 22. Mai und 29. Mai 2024, (8x), südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Regina Newsome, 75 Euro, Kurs Nr. 41419

Wildkräuterküche

lecker und gesund



Foto: marcomayer / 123rf.com

Lernen Sie unsere heimischen Kräuter, ihre Wirkung und ihren Geschmack näher kennen. Sie werden erstaunt sein, wie fein längst Vergessenes schmeckt und wie wunderbar sich damit kochen lässt. Außerdem strotzen

Wildpflanzen vor Vitaminen, Mineralien und natürlichen Antioxidanzien. Wir bereiten verschiedene Vorspeisen und Hauptgerichte aus meist gut bekannten Wildkräutern zu.

Samstag, 20. April 2024, 11 bis 15 Uhr, südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Olga Alekseeva, 42 Euro, (BS), (KE), Kurs Nr. 47411, Kursentgelt inkl. 12 Euro Lebensmittelkosten

Roaring 20s – Crazy 30s

Tänze von Ragtime bis Swing

Nach 1918 entstand eine wilde und befreite Tanzkultur. Tänze wie Charleston, Black Bottom, Swing und Ragtime sind aber auch immer mit dem düsteren Flair der Mafia-Geschichten verbunden. Stürzen wir uns in die schillernde Welt der Nachtclubs von Berlin, Paris, New York und Shanghai während der kurzen und wilden Zeit zwischen den Kriegen. Solo und Paartänze. Kein fester Tanzpartner erforderlich.

Sonntag, 21. April 2024, 13 bis 17 Uhr, südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Peter Hoffmann, 32 Euro, (KE), Kurs Nr. 46303

Die Feldenkrais-Methode zum Kennenlernen

Bewegungsabläufe bewusst wahrnehmen und Entspannung finden – für Menschen jeden Alters geeignet

Der Schwerpunkt liegt bei praktischen Lektionen, die sich an den Wünschen der Teilnehmenden orientieren. Die Übungen werden im Liegen, Sitzen oder Stehen durchgeführt und durch kurze theoretische Inputs ergänzt.

Sie erhalten einen Eindruck davon, welche positiven Auswirkungen die Feldenkrais-Methode auf Ihre Bewegungsfähigkeit und Ihr persönliches Wohlbefinden haben kann.

Sonntag, 28. April 2024, 10 bis 13.45 Uhr, südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Karin Berger, 35 Euro, (BS), (KE), Kurs Nr. 40703



Foto: adobe stock

The Charleston

Kein Tanz steht so für die wilden 20er Jahre. Der Charleston ist der Tanz, der die Clubs und Kabarett-Bühnen New Yorks, Chicagos, Paris, Londons, Shanghais und Berlins im Sturm

erobert hat. Während des Kurses lernen Sie diesen Tanz vom Grundschrift über das Twisten bis hin zu lustigen Soloschritten kennen. Er wird gezeigt und ausführlich geübt. Das Ganze zu den wilden Rhythmen der „Roaring 20s“.

Keine paarweise Anmeldung erforderlich.

Sonntag, 28. April 2024, 13 bis 17 Uhr, südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Peter Hoffmann, 32 Euro, (BS), (KE), Kurs Nr. 46305

Stabilisationstraining für Knie- und Sprunggelenke

Fehlstellungen und starke Belastungen der Beine und Sprunggelenke führen zu schmerzhaften Verschleißerkrankungen (Arthrosen). Gezieltes und regelmäßiges Training der Muskulatur zur Stabilisierung der Gelenke kann einer Schädigung entgegenwirken und zur Linderung der Schmerzen beitragen. So sind die Gelenke den Belastungen des Alltags gewachsen und auch sportliche Betätigung wird wieder möglich.

Samstag, 4. Mai 2024, 9.15 bis 11.15 Uhr, südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Hubert List, 21 Euro, (KE), Kurs Nr. 43397

Tanzen mit Rollator

Rollatortanz – In Bewegung bleiben mit Musik

Schwingen Sie mal wieder das Tanzbein – mit Rollator! In fröhlicher Atmosphäre bewegen Sie sich mit Gleichgesinnten zu flotter Musik von damals und heute – Klassik, Pop und Rock. Dazu braucht es auch keine Tanzpartnerin oder Tanzpartner – nur Spaß am Tanzen. Wir üben einfache Choreografien, die jedem gelingen.

Dienstag, ab 7. Mai 2024, 10 bis 11 Uhr (9x), südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Konstanz Heß, 72 Euro, Kurs Nr. 28315

Kräftigende Aqua-Gymnastik Warmwassergymnastik für Frauen 60 plus

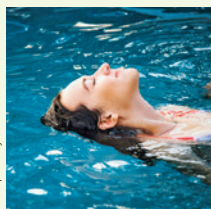


Foto: pixabay.com

Durch das „geringere“ Körpergewicht fallen im Wasser Bewegungen leichter, die Wärme führt zu angenehmer Entspannung. Wassergymnastik bewirkt Schmerzlinderung und Muskelkräftigung, steigert den

Stoffwechsel und stärkt das Immunsystem. Sie ist auch für Damen mit Osteoporose und Rheuma geeignet.

Mittwoch, ab 5. Juni 2024, 9.15 bis 10 Uhr (7x), Ritterbad, Findelwiesenstraße 21, Isolde Hertel, 97 Euro, Kurs Nr. 28351

Donnerstag, ab 6. Juni 2024, 8.30 bis 9.15 Uhr (7x), Ritterbad, Findelwiesenstraße 21, Isolde Hertel, 97 Euro, Kurs Nr. 28353

Donnerstag, ab 6. Juni 2024, 9.30 bis 10.15 Uhr (7x), Ritterbad, Findelwiesenstraße 21, Isolde Hertel, 97 Euro, Kurs Nr. 28355

Mobilisation, Kraft und Stretch Für alle Altersgruppen und Fitnesslevel geeignet

Eine Stunde zur Kräftigung und Verbesserung der Beweglichkeit von besonders betroffenen Muskelpartien, überwiegend unter Einsatz von Bällen und Faszienrollen. Eine ausgedehnte Entspannungseinheit rundet das Angebot ab.

Donnerstag, ab 6. Juni 2024, 10.30 bis 11.30 Uhr (7x), Gewerbemuseumplatz 2, Amina Lang, 52,50 Euro, Kurs Nr. 44823

Rückenfit – Rückenkräftigung In Kooperation mit Seniorennetzwerk Jobst/Erlenstegen

Dieses Training stärkt den Rücken! Es werden Dehn- und Kräftigungsübungen zur Verbesserung der Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Lockerungsfähigkeit durchgeführt. Rückengerechte Bewegungsabläufe im Alltag und Beruf werden angeleitet und durch anatomische Grundlagen unterfüttert. Dadurch kann eine langfristige Verhaltensänderung erreicht werden um Rückenbeschwerden vorzubeugen. Bei Bedarf werden die Übungen für Gehörlose auch in deutscher Gebärdensprache (DGS) erklärt.

→ Beweglich sein – beweglich bleiben für Frauen


Donnerstag, ab 6. Juni 2024, 14 bis 15 Uhr (7x), Evang. Luth. Kirchengemeinde St. Jobst, Äußere Sulzbacher Str. 146, Gemeindesaal, Isolde Hertel, 55 Euro, Kurs Nr. 28357

→ Wirbelsäulengymnastik für Männer

Donnerstag, ab 6. Juni 2024, 15.30 bis 16.30 Uhr (7x), Evang. Luth. Kirchengemeinde St. Jobst, Äußere Sulzbacher Str. 146, Gemeindesaal, Isolde Hertel, 55 Euro, Kurs Nr. 28359

Wirbelsäulen-, Hüft- und Beckenstabilisationstraining

Es werden die wichtigsten Muskeln trainiert, die für die entscheidenden Stütz- und Haltefunktionen der Wirbelsäule mit ihren Gelenken und Bandscheiben, sowie der Hüften und dem Becken verantwortlich sind. Weiterhin werden auch spezielle Dehnübungen für „problematische“ Muskeln eingesetzt.

Samstag, 8. Juni 2024, 9.15 bis 11.30 Uhr, südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Hubert List, 21 Euro, , Kurs Nr. 43399

Yoga und Meditation

Sommerkurs – Für Beginnende und Yoga-Übende

Montag, ab 1. Juli 2024, 18.15 bis 19.45 Uhr (4x),
südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Wieslawa Kontetzki,
56 Euro, Kurs Nr. 42407

AKTIV & KREATIV

Nähworkshop: Erste Stiche an der Nähmaschine

Schnupperkurs für Anfängerinnen und Anfänger

Sie wollen den Umgang mit der Nähmaschine von Grund auf lernen? Wir zeigen Ihnen, wie Sie richtig einfädeln, die Fadenspannung einstellen und verschiedene Nähstiche ausführen können. Wir verbinden Theorie mit Praxis und üben, so dass Sie nach diesem Kurs mit der Maschine umgehen können. Zusätzlich geben wir Ihnen Tipps und Tricks für Ihre ersten eigenen Nähprojekte, damit Sie direkt nach dem Kurs durchstarten können. Der Kurs ist ideal für alle, die das Thema Nähen entdecken und sich in dieser faszinierenden Welt ausprobieren möchten.



Foto: pixabay.com

Bitte bringen Sie mit: Einfachen Baumwollstoff (keinen T-Shirt-Stoff, ca. so groß wie ein Blatt Papier), Faden, Schere, Nähzubehör.

Samstag, 9. März 2024, 9 bis 12.45 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Kerstin Goy-Yun, 30 Euro,
[BS], Kurs Nr. 35103

Samstag, 4. Mai 2024, 9 bis 12.45 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Kerstin Goy-Yun, 30 Euro,
[BS], Kurs Nr. 35105

Malkurs: Osterkarten selbst gestaltet

Drucktechniken und Acrylmalerei



Foto: pixabay.com

Ostern steht vor der Tür und mit dem Fest kommt die Sonne, die ersten blühenden Zweige und bunte Farben ins Haus! Wir zeichnen, malen, drucken und basteln gemeinsam in gemütlicher Atmosphäre Osterkarten.

Bitte bringen Sie mit: Acrylfarben, Pinsel, Lappen, festes Papier Din A5 und wenn gewünscht heißer Tee und Kekse.

Samstag, 9. März 2024, 10 bis 14 Uhr,
südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Sylvie Ludwig,
32 Euro, [BS], Kurs Nr. 35579

Seifen Workshop: Kräuter-Seifenpralinen

Oregano, Minze und Salbei – Kräuter-Seifenpralinen für alle, die es natürlich lieben

In der Natur finden wir unzählige Kräuter, die uns mit ihren Blättern und Blüten ihre heilenden Eigenschaften schenken. Während Minze belebt, beruhigt uns Lavendel. Durch die Verwendung dieser Kräuter bei der Seifenherstellung können wir ihre wohltuende Wirkung für uns nutzen. Wir arbeiten mit rein natürlichen und ökologischen Zutaten, die alle von unbehandelten Kräutern stammen. Aber auch Pflegeöle und Düfte dürfen nicht fehlen, um einzigartige Seifenvariationen herzustellen. Mit Hilfe von Silikonförmchen gießen wir die schaumig pflegenden Seifenpralinen ganz einfach selbst. Hand-, Peeling- oder Allzweckseifen in verschiedenen Formen und Farben sowie diverse Düfte sind möglich.

Bitte bringen Sie mit: Arbeitskleidung, Schere, Dose/Behälter zum Transport der Seifen und 7 Euro Materialkosten.

Samstag, 16. März 2024, 10 bis 13 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Pia Kerstin Schöttl,
32 Euro, [BS], Kurs Nr. 35253

Resin Kunst Kurs: Einführung in Theorie und Praxis

Resin Kunst als Oberbegriff bezeichnet alles was mit Epoxidharz im künstlerischen Bereich möglich ist. In diesem Kurs erhalten Sie eine erste Einführung in die Theorie und den praktischen Umgang mit diesem Material. Unter Anleitung der Kursleiterin gießen Sie ihr eigenes exklusives Kunstwerk. Es gibt viele Farbpigmente zur Auswahl und es können z. B. Muscheln, getrocknete Blumen und Deko-Steine eingegossen werden. Ein wunderbares selbstgemachtes Weihnachtsgeschenk!

Es wird mit einem ungiftigen Epoxidharz gearbeitet, der speziell für Künstler hergestellt wurde. Während der Verwendung vom Heißluftfön (um schöne Effekte auf dem



Foto: Polina Andreeva

Kunstwerk zu erzielen), werden wir kurz eine FFP2-Maske tragen. Der kreative Prozess und das Erschaffen stehen immer im Vordergrund: Wir arbeiten ohne Druck, dafür mit viel Spaß und unzähligen Wow-Momenten.

Wichtiger Hinweis: Alle Werkstücke können nach dem Aushärten ab dem Folgetag nach Absprache abgeholt werden. Für Anfänger/-innen und Fortgeschrittene. Bitte bringen Sie mit: Schürze, eine Kopfbedeckung (damit Harz nicht in die Haare kommt) und Materialgeld (siehe unten).

→ Taschentücherbox mit Epoxidharz selber gestalten

Sonntag, 24. März 2024, 11 bis 14.30 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Polina Andreeva, 36 Euro,
[BS], Kurs Nr. 35009 – Materialgeld von 48 Euro bitte mitbringen.

→ Wanddeko selber mit Epoxidharz gießen

Sonntag, 12. Mai 2024, 11 bis 14.30 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Polina Andreeva, 36 Euro,
[BS], Kurs Nr. 35011 – Materialgeld von 62 Euro bitte mitbringen.

Kalligraphie

Die Kunst des ästhetischen Schreibens



Foto: pixabay.com

Die Schrift hat eine eigene Sprache. Möchten Sie Einblick bekommen in den kreativen Prozess des Schreibens? Lernen Sie Schriftbilder mit eigenem Rhythmus zu entwerfen. Geeignet für Anfänger/-innen und

Fortgeschrittene. Schwerpunkt für Fortgeschrittene: Die individuelle Gestaltung eines Textes mittels verschiedener Techniken.

Der Kurs beinhaltet unter anderem Einblicke in die Textgestaltung, Farblehre, Elemente aus der Aquarellmalerei/ Illustrationen, Grafik und Kompositionslehre.

Alle Teilnehmenden erhalten individuelle Förderung und Begleitung die dem jeweiligen Lernrhythmus entspricht.

Bitte bringen Sie mit: Federhalter, je eine Bandzugfeder 1 mm, 1,5 mm, 2 mm, einen Pinsel Stärke 5 oder 6, eine ausrangierte Zahnbürste, Tusche oder Tinte – schwarz und farbig, verschiedene Papiere (bitte auch kariert), Bleistifte HB, Spitzer, Radiergummi, Wasserfarben, Lineal. Wenn Sie Linkshänder/-in sind, bringen Sie bitte entsprechende Federn mit.

Samstag und Sonntag, 13. und 14. April 2024, 10 bis 17 Uhr (2x), Gewerbemuseumsplatz 2, Silvia Therese Huber, 88 Euro, [BS], Kurs Nr. 35781

Malerischer Vormittag

Elemente der Bildkomposition

Sie werden verschiedene Mal- und Zeichentechniken auffrischen, neu kennenlernen und ausprobieren. Bitte bringen Sie Wasserfarben, Pinsel, Aquarellblock und Bleistifte mit.

Mittwoch, ab 17. April 2024, 10 bis 12.15 Uhr (10x), Gewerbemuseumsplatz 2, Sylvie Ludwig, 155 Euro, Kurs Nr. 28503

Malerischer Nachmittag

Die Sprache der Farbe



Foto: pixabay.com

Mit den Möglichkeiten der Wasserfarbe können Sie sich einen Zugang zur Farbe als Ausdrucksmittel erschließen. Sie erhalten Einblick in die unterschiedlichen Techniken der Aquarell- und Gouache-Malerei.

Für Anfänger/-innen geeignet. Zzgl. Materialkosten in Höhe von 5 bis 10 Euro, diese werden im Kurs erhoben. Bitte bringen Sie Wasserfarben, Pinsel und Aquarellblock mit!

Mittwoch, ab 24. April 2024, 14 bis 17.15 Uhr (8x), Gewerbemuseumsplatz 2, Martin Turner, 165 Euro, Kurs Nr. 28507

Offene Nähwerkstatt am Wochenende

Für Anfängerinnen und Anfänger sowie Fortgeschrittene

Ein offener Kurs für alle: Willkommen sind Neulinge an der Nähmaschine wie auch bereits erfahrene Hobbyschneider/-innen. Der Kurs bietet die Möglichkeit, schöne textile Projekte unter fachkundiger Anleitung umzusetzen. Als Anfänger/-in werden Sie zuerst eine Kosmetiktasche nähen, danach können Sie mit neuen oder bereits angefangenen Projekten weitermachen. Bringen Sie gerne Ihr Lieblingsteil zum Nachnähen oder für Änderungen mit. Das Abändern von Schnittmustern und Erstellen einer individuellen Variante ist auch möglich. Sie werden im Kurs nach Wunsch und Bedarf angeleitet und unterstützt.

Tipp: Falls Sie ein eigenes, maßgeschneidertes und einzigartiges Dirndl oder eine Trachtenjacke/Trachtenweste anfertigen möchten sind Sie bei diesem Kurs genau richtig! Buchen Sie dafür bitte zwei Wochenend-Kurse „Offene Nähwerkstatt“.

Zur Beratung (Schnitt- und Stoffwahl) steht die Kursleiterin nach Anmeldung und vor Kursbeginn gerne zur Verfügung.

Bitte bringen Sie mit: Maßband, Schere, Stecknadeln, Näh-nadeln, passendes Nähgarn, Schneiderkreide, Klebstoff,

Tesafilm, Lineal, Geodreieck, Bleistift, Stoff. Eventuell einen Schnitt (z.B. Burda, Simplicity, Vogue) oder ein Schnittheft und Schnittpapier (Burda Seidenpapier ohne Karos).

Samstag, 27. April 2024, 11 bis 16.30 Uhr und Sonntag, 28. April 2024, 10 bis 15.30 Uhr (2x), Gewerbemuseumsplatz 2, Judith Willsau, 96 Euro, **(BS)**, Kurs Nr. 35179

Samstag, 29. Juni 2024, 11 bis 16.30 Uhr und Sonntag, 30. Juni 2024, 10 bis 15.30 Uhr (2x), Gewerbemuseumsplatz 2, Judith Willsau, 96 Euro, **(BS)**, Kurs Nr. 35170

Malkurs: Aquarell Thementag „nach der Natur“

Blumen, Fundstücke, Federn, Steine, Obst, Gemüse, Lieblingsdinge – für Anfängerinnen und Anfänger sowie Weiterlernende



Foto: pixabay.com

In diesem Kurs können Sie sich einen Tag lang diesem vielseitigen Thema widmen und Ihre Kenntnisse im Umgang mit Pinsel, Farbe, Papier und dem Aufbau von Motiven dabei auffrischen, erweitern, oder ergänzen.

Bitte bringen Sie mit: Aquarellfarben, Aquarellpapier, Pinsel, 2 Wasserbehälter, Lappen, Papier ab 250 g, Dinge, die Sie als Aquarell umsetzen möchten.

Samstag, 4. Mai 2024, 10 bis 17 Uhr, Gewerbemuseumsplatz 2, Lucie Schaller, 50 Euro, **(BS)**, Kurs Nr. 35611


Kleisterpapier künstlerisch gestalten

Workshop am Wochenende

Dieser Kurs ist für Experimentierfreudige, die sich für Papier, Farbe und deren Zusammenspiel interessieren. Mit unterschiedlichsten Werkzeugen und phantasievollen Farbmischungen entstehen ausdrucksstarke Eigenkreationen oder historische Muster aus vergangenen Zeiten. Das fertige Kleisterpapier wird anschließend künstlerisch weiterverarbeitet. Mit verschiedenerlei Falt- und Schneidetechniken wird gezeigt wie aus einem ▶

Bogen Kleisterpapier eindrucksvolle Mappen, Schachteln oder originelle Faltwerke entstehen.

Bitte bringen Sie mit: Materialgeld 20 Euro, Schere, Schreibmaterial, Zollstock, Cutter.

Samstag und Sonntag, 6. und 7. Juli 2024, 10 bis 17 Uhr (2x), Gewerbemuseumplatz 2, Simone Lorenz, 110 Euro, , Kurs Nr. 35365

LITERATUR, THEATER & MUSIK

Nürnberger Mittagslesungen Gäste lesen aus ihren Lieblingsbüchern



Foto: Antonetta Schwesinger

Wenn Nürnberger Persönlichkeiten aus ihren Lieblingsbüchern lesen und sich mit der Moderation über das Gelesene austauschen, darf sich das Publikum entspannt zurücklehnen und lauschen. Die lesenden

Gäste sind den Programmkarten zu entnehmen, die in der Kulturinformation, in der Stadtbibliothek, im Bildungszentrum ausliegen.

Die Sparkasse Nürnberg unterstützt diese Lesereihe und fördert damit Literatur in der Region.

Termine unter:

www.mittagslesungen.nuernberg.de


Mittwochs & donnerstags: Künstlerhaus – Glasbau,
freitags: Stadtbibliothek Zentrum – Lernwelt,

jeweils 14 bis 14.45 Uhr, Eintritt frei

Senioren-Theater Tempo 100

Das u. a. vom Bildungszentrum gegründete 1. Nürnberger Senioren-Theater „Tempo 100“ ist eine feste Größe im kulturellen Spektrum und in der Altenarbeit der Stadt geworden. Die Inszenierungen der Theatergruppe werden vom Bildungszentrum mit themenspezifischen Fortbildungen begleitet.

**Anmeldung nur über Monika Dombrowsky,
Tel. 09 11 / 93 89 22 95.**

Montag und Mittwoch ab 8. Januar 2024, 15 bis 18 Uhr (16x), Staatstheater Nürnberg, Richard-Wagner-Platz 2-10, Tamara Schäuffelen-Kafka, 92 Euro, , Kurs Nr. 28701

Radio-Sendung „Die Spätzünder“ Informativ, kritisch, sarkastisch und manchmal auch poetisch – so wie das Leben eben

Seit vielen Jahren geht unsere Sendung bei „Radio Z“ auf UKW 95,8 MHz über den Äther. Jeden letzten Donnerstag im Monat senden wir von 18 bis 19 Uhr live, lesen unsere Beiträge, die wir selbst verfassen und spielen Musik, die zum jeweiligen Thema passt. Ein zusätzlicher Sendeplatz steht uns in Monaten mit fünf Donnerstagen zur Verfügung. Dann laden wir spannende Gäste zu einem Gespräch zu uns ins Studio ein.

Wenn Sie einmal bei der Vorbereitung oder einer Livesendung dabei sein möchten, wenden Sie sich bitte telefonisch oder per E-Mail an unser Redaktionsmitglied **Heijo Schlein**, Tel. **0176 20 84 44 49**, **hejoschlein@mail.de**.

Neue Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in unserer Redaktion sind herzlich willkommen!

Donnerstag, 25. Januar bis 27. Juni 2024, 18 bis 19 Uhr (6x), Radio Z, Kopernikusplatz 12, Kurs Nr. 28751

Einfach Singen!

Ein fröhlicher Singnachmittag mit Stimm- bildung nach dem Lichtenberger Modell

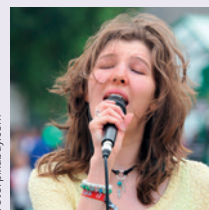


Foto: pixabay.com

Einfach (wieder) singen und Stimm-
bildung stehen an einem Nachmit-
tag auf dem Programm.

Singen lässt uns wieder tiefer
atmen, beruhigt uns. Es unterstützt
uns, wieder durchzuatmen. Die
Lieder sind schlicht und schön, mit

ansprechenden Texten, meistens in Deutsch, manchmal auch in anderen Sprachen dieser Welt gesungen. Zwischendurch kräftigen Sie Ihre Stimme durch Übungen nach der Lichtenberger Methode für angewandte Stimmphysiologie. Die Übungen bringen Gleichgewicht in die ▶

Stimme, in das wunderbare Organ Kehlkopf. Gibt es schöneres, als mit anderen Menschen zu singen? Die Lieder werden am Klavier oder der Gitarre begleitet.

Voraussetzung: Keine

Samstag, 16. März 2024, 16 bis 18 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Angela Rudolf-Maile,
14 Euro, Kurs Nr. 31123

Samstag, 13. April 2024, 16 bis 18 Uhr,
Gewerbemuseumsplatz 2, Angela Rudolf-Maile,
14 Euro, Kurs Nr. 31125

Lausch Lounge Musik hörend erforschen

Die Lausch Lounge ist genau das, was der Titel verspricht: In der gemütlichen Lounge der Klingenden Etage lauschen wir gemeinsam der Musik. Doch zu Anfang weiß keiner, welche Musik erklingt! Durch gemeinsames Hören und das anschließende moderierte Gespräch nähern wir uns dem Gehörten an

und finden heraus, welche Klänge das waren. Es werden Klassiker aus verschiedenen Musikrichtungen genauso wie unbekannte Schätze dabei sein.

Dienstag, 19. März und 14. Mai 2024,
9.30 bis 11 Uhr, Stadtbibliothek Zentrum,
Gewerbemuseumsplatz 4, Ebene L2, Treffpunkt:
Haupteingang, Eintritt frei

Zu erzählen hätte ich schon etwas ... Autobiografische Schreibkreise

Viele ältere Menschen haben Erinnerungen und Erfahrungen, die sie gerne aufschreiben würden – sei's für sich selbst, sei's für andere. Aber wie anstellen?

Hier bekommen Sie vielfältige Anstöße zum autobiografischen Schreiben sowie Hilfen und Tipps zum lebendigen Erzählen.


Dienstag, 16. April, 14. Mai, 4. Juni, 9. Juli 2024,
9.45 bis 12.15 Uhr (4x), Gewerbemuseumsplatz 2,
Ingrid von Engelhardt, 71 Euro, Kurs Nr. 28423

Freitag, 26. April, 10. Mai, 14. Juni, 5. Juli 2024,
9.45 bis 12.30 Uhr (4x), Gewerbemuseumsplatz 2,
Ingrid von Engelhardt, 80 Euro, Kurs Nr. 28425

Freitag, 26. April, 10. Mai, 14. Juni, 5. Juli 2024,
14 bis 16.30 Uhr (4x), Gewerbemuseumsplatz 2,
Ingrid von Engelhardt, 71 Euro, Kurs Nr. 28427

Spaß am Klavier Für Anfängerinnen und Anfänger mit und ohne Vorkenntnisse

In einer kleinen Gruppe mit maximal drei Teilnehmenden erlernen Sie das Klavierspiel. Sie werden bekannte Lieder harmonisch begleiten und Ihre Wunschstücke in leichter Fassung spielen. Wir beschäftigen uns mit verschiedenen Musikstilen, von Klassik über Tango bis Walzer oder Jazz. Alles was Sie benötigen ist gute Laune und viel Freude am Klavierspielen. Es sind keine Notenkenntnisse erforderlich.

Dienstag, ab 16. April 2024, 9.30 bis 10.30 Uhr
(10x), Gewerbemuseumsplatz 2, Sevinc Salam,
222 Euro, , Kurs Nr. 28515


Tastenspaß am Klavier Mit und ohne Vorkenntnisse




Foto: pixabay.com

Sie haben noch nie oder vor langer Zeit Klavier gespielt? In einer Gruppe von maximal drei Teilnehmer/-innen haben Sie die Möglichkeit ohne Vorerfahrungen das Tasteninstrument auszuprobieren. Ihre individuellen Voraussetzungen und

Bedürfnisse werden berücksichtigt. Es sind keine Notenkenntnisse erforderlich.

Donnerstag, ab 18. April 2024, 9.15 bis 10.30 Uhr
(10x), Gewerbemuseumsplatz 2, Christoph Krippner,
258 Euro, , Kurs Nr. 28527

Donnerstag, ab 18. April 2024, 10.45 bis 12 Uhr
(10x), Gewerbemuseumplatz 2, Christoph Krippner,
258 Euro, , Kurs Nr. 28529

Blockflöte Gemeinsam im Ensemble musizieren macht doppelt Spaß

Sie spielen Blockflöte oder möchten gern wieder damit beginnen? Das Musizieren in einer Gruppe macht ▶

Foto: pixabay.com



Ihnen Spaß? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie. Gemeinsam frischen wir unsere Kenntnisse wieder auf und spielen Repertoire von Renaissance bis Moderne.

Voraussetzung: Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung mit, welche Flöte Sie spielen und bringen Sie Ihre eigene Flöte zum ersten Termin mit.

Donnerstag, ab 18. April 2024, 10 bis 11 Uhr (3x), Gewerbemuseumsplatz 2, Lisa Menzl, 47 Euro, Kurs Nr. 31223

Donnerstag, ab 13. Juni 2024, 10 bis 11 Uhr (3x), Gewerbemuseumsplatz 2, Lisa Menzl, 47 Euro, Kurs Nr. 31225

Magie im Alten Ägypten

Aufgrund der Nicht-Erklärbarkeit ihrer unterstellten Wirkung durch das „natürliche Kausalgesetz“ gilt Magie als wundersam und geheimnisvoll. Anders als religiöse Rituale, denen die Hoffnung auf göttlichen Beistand und Unterstützung zugrunde liegt, dienen magische Handlungen der Manipulation. Eine solche ist besonders im „Privaten“, also im Bereich eines Individuums von Bedeutung, sei es, um eine Krankheit zu heilen, einen Liebeszauber zu bewirken, Schutz vor Feinden aller Art zu erzwingen oder sogar das jenseitige Leben günstig zu beeinflussen. In der Veranstaltung „Magie im Alten Ägypten“ werden unterschiedliche dieser magischen Handlungen in Text, Bild und Objekt vorgestellt.

Samstag, 20. April 2024, 14 bis 17.15 Uhr, Gewerbemuseumsplatz 2, Dr. Carola Koch, 30 Euro, Kurs Nr. 36303

Einführung ins Notenlesen

Elementare Musiklehre

Sie möchten gerne in einem Chor mitsingen oder ein Musikinstrument spielen? In diesem Kurs erlernen Sie die Grundlagen des Notenlesens als Einstieg und für eine weitergehende Beschäftigung mit Musik. Sie erwerben Grundkenntnisse der Musiktheorie wie Notenschrift,

Lineatur, Schlüssel, Takt, Noten- und Pausenwerte, Rhythmus, Intervalle, Tonleitern, Versetzungszeichen, Vortragsbezeichnungen.

Mittwoch, ab 5. Juni 2024, 17 bis 18 Uhr (6x), südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Bettina Marr, 99 Euro, Kurs Nr. 31033

Japantag – Gesamtreihe

Einführung in die traditionellen japanischen Künste: Tanz-, Tee- und Schwertkunst

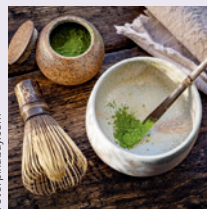


Foto: pixabay.com

Diese Künste sind in ihrer Entstehung (14. Jahrhundert) und Entwicklung untrennbar mit der japanischen Geschichte, Religion und Kultur verbunden. Warum werden diese Künste auch als „Wege“ bezeichnet?

Welche Gemeinsamkeiten besitzen diese doch so unterschiedlichen Kunstformen? Worin besteht der rote Faden, der alle diese Künste durchzieht? Rechte Haltung, Achtsamkeit, Stille, Loslassen im Hier und Jetzt, Streben nach der inneren Mitte. Auch der Westen öffnet sich immer mehr diesen Themen.

Komplette Reihe zu stark ermäßigtem Preis:

Samstag, 6. Juli 2024, 10 bis 17 Uhr, südpunkt, Pillenreuther Straße 147, 80 Euro, (BS), Kurs Nr. 32020

Die einzeln buchbaren Termine finden Sie unter:

www.bz.nuernberg.de

GEMEINSAM UNTERWEGS

Das Bild des Menschen

Historische Stationen in der Entwicklung des Menschenbildes im Germanischen Nationalmuseum

Viele Werke der Bildenden Kunst bleiben uns verschlossen, wenn wir sie allein aus der Perspektive unserer heutigen Sehgewohnheiten beurteilen. Ein empathisches Einfühlen in die Bewusstseinszustände früherer Epochen kann helfen, die Entwicklung und die Besonderheiten, auch die Einseitigkeiten unseres heutigen Menschenbildes ▶

zu betrachten und zu verstehen. An ausgewählten Beispielen aus Spätmittelalter, Renaissance, Aufklärung und Moderne wird der Bogen gespannt, der diesen Wandel im Bewusstsein an konkreten Gestaltungen sichtbar macht.

Freitag, ab 1. März 2024, 16.15 bis 17.45 Uhr (4x), Treffpunkt: GNM, Kartäusergasse 1, Foyer, Martin Turner, 52 Euro, Kurs Nr. 36701

Unser Treffpunkt: Vor Ort – keine Exkursionen

Referentinnen und Referenten aus den Bereichen Kunst und Kultur, Politik und Geschichte, Theologie und Philosophie, Wirtschaft und Soziales vermitteln Wissenswertes und Interessantes aus der Stadt und der Region. Das aktuelle Programm erhalten Sie beim ersten Termin. Je nach Teilnehmerzahl wird ein Kostenbeitrag in Höhe von max. 40 Euro für Referentinnen und Referenten bei Kursbeginn eingesammelt.

Donnerstag, ab 7. März 2024, 14-täglich, 10.45 bis 12.15 Uhr (6x), Gewerbemuseumsplatz 2, Elfriede Kühne-Arbeiter, 69 Euro, Kurs Nr. 28635

Unser Treffpunkt – keine Exkursionen

In Nürnberg gibt es viel zu entdecken: Menschen unterschiedlicher Herkunft und mit vielfältigen Berufsbildern, Wirtschaftsunternehmen und kulturelle, politische oder soziale Einrichtungen. Sie besuchen oder werden besucht. Werfen Sie einen Blick hinter Kulissen, führen Sie interessante Gespräche und lernen Sie Neues kennen.

Das aktuelle Programm erhalten Sie beim ersten Termin. Je nach Teilnehmerzahl wird ein Kostenbeitrag in Höhe von max. 40 Euro für Referentinnen und Referenten bei Kursbeginn eingesammelt.

→ Mittwochvormittag

Mittwoch, ab 13. März 2024, 10.45 bis 12.15 Uhr, (9x), Gewerbemuseumsplatz 2, Elfriede Kühne-Arbeiter, 70 Euro, Kurs Nr. 28629

→ Donnerstagvormittag

Donnerstag, ab 14. März 2024, 14-täglich, 10.45 bis 12.15 Uhr, (6x), Gewerbemuseumsplatz 2, N.N., 69 Euro, Kurs Nr. 28637

Streifzüge, Erkundungen & Spaziergänge – nur Exkursionen

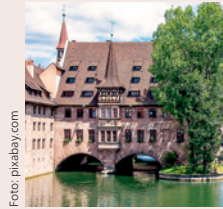


Foto: pixabay.com

Schärfen Sie Ihren Blick und Ihr Wissen durch den Besuch von Ausstellungen und Museen, lernen Sie kulturelle und soziale Einrichtungen in Nürnberg und Umgebung kennen. Entdecken Sie dabei die vielfältigen Facet-

ten unserer Stadt und der Region.

Das aktuelle Programm erhalten Sie beim ersten Termin. Der Kostenbeitrag in Höhe von max. 40 Euro für Eintritte und Führungen wird bei Kursbeginn eingesammelt. Treffpunkt: variiert, Treffpunkt 1. Termin GNM, Foyer.

→ Vormittagskurs - A

Mittwoch, 13. März, 10. April, 24. April, 5. Juni 2024, 10 bis 11.30 Uhr (4x), Sabine Peters, 47 Euro, Kurs Nr. 28611

→ Vormittagskurs - B

Mittwoch, 20. März, 17. April, 8. Mai, 12. Juni 2024, 10 bis 11.30 Uhr (4x), Sabine Peters, 47 Euro, Kurs Nr. 28613

→ Nachmittagskurs - A

Mittwoch, 13. März, 10. April, 24. April, 5. Juni 2024, 14 bis 15.30 Uhr (4x), Sabine Peters, 47 Euro, Kurs Nr. 28617

→ Nachmittagskurs - B

Mittwoch, 20. März, 17. April, 8. Mai, 12. Juni 2024, 14 bis 15.30 Uhr (4x), Sabine Peters, 47 Euro, Kurs Nr. 28619

Hinter den Museumsmauern: exklusive Einblicke

Die Kunstvilla als Kunstmuseum

Historische Mauern, reiche Sammlungen, eine zur intensiven Betrachtung einladende Stimmung: so kennen wir Museen. Wie dynamisch es aber in den Büros und Katakomben zugeht, bleibt Ihnen als Besucherinnen und Besucher meist verborgen. Unter der Leitung der ▶

Kunsthistorikerin Dr. Annette Scherer blicken Sie hinter die Kulissen und erfahren Prozesse und Bewegungen, die sonst im Verborgenen liegen. In diesem Format wollen wir die Ecken eines Museums entdecken, die uns sonst verschlossen sind, wollen mit den Akteurinnen und Akteuren sprechen, die hinter den Ausstellungen stecken. Hinter welche Museumsmauern möchten Sie blicken? Im ersten Durchlauf dieses neuen Kurses steht die „Kunstvilla“ als Museum für Kunst in und aus Nürnberg im Fokus. Der Kurs bietet eine einzigartige Möglichkeit, die Verknüpfung von Kunst, Kultur und Gesellschaft kritisch zu hinterfragen und das Verständnis für Museen als Orte der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu vertiefen.

Dienstag, ab 9. April 2024, 16 bis 17.30 Uhr
(3x), Treffpunkt: Foyer der Kunstvilla, Blumenstraße 17, Dr. Annette Scherer, 43 Euro, Kurs Nr. 36703

Urbane Jagd für eine gesunde Stadtnatur

Jägerinnen und Jäger des Ökologischen Jagdverbandes zeigen und erzählen

In der Initiative hunting4future haben sich mehrere Verbände, darunter der ÖJV – Bayern und der Bund Naturschutz zusammengetan, um ein Bewusstsein für den Wald und den dazugehörigen Waldumbau in Zeiten des Klimawandels zu schaffen. Dass der Waldumbau nicht nur außerhalb, sondern auch innerhalb der Stadt notwendig und wichtig ist, soll bei dieser Waldexkursion gezeigt werden. Entlang des alten Kanals werden wir von Wendelstein verschiedene interessante Punkte anlaufen, um zu zeigen, wie in Zeiten des Klimawandels versucht wird einen klimastabileren Mischwald für die nächsten Generationen zu schaffen. Dabei gehen wir auf der rund viereinhalb Kilometer langen Strecke auch auf den Einfluss des Wilds und der Jagd auf den Waldumbau ein. Unterwegs gibt es immer wieder Stationen, an denen gefragt und diskutiert werden kann.

Samstag, 13. April 2024, 14 bis 16 Uhr,
Treffpunkt: Am Alten Kanal, Ecke Nürnberger Str., Wendelstein, Uwe Köberlein, 12 Euro, Kurs Nr. 21001

Der Zoo-Bauernhof Besuch im Gut Mittelbüg



Foto: Tiergarten Nbg/Thomas Hahn

Der Tiergarten unterhält als einziger großer Zoo in Deutschland einen eigenen landwirtschaftlichen Betrieb: das Gut Mittelbüg. Hier werden vor allem verschiedene pflanzliche Futtermittel, wie Grünfutter, Getreide oder Futterrüben angebaut. Darüber hinaus sind auf dem Gutshof verschiedene Tierarten zur dauerhaften oder vorübergehenden Haltung untergebracht. Sie erhalten einen Überblick über die Infrastruktur, Organisation und Aufgabenvielfalt. Der Fokus wird auch auf ein weiteres Alleinstellungsmerkmal dieses „Zoo-Bauernhofes“, die Biozertifizierung gerichtet.

Samstag, 20. April 2024, 10 bis 12 Uhr,
Treffpunkt: Schwaig, Mittelbügweg 99, Hoftor, Barbara Reinhard, 16 Euro, Kurs Nr. 01509

Samstag, 8. Juni 2024, 10 bis 12 Uhr,
Treffpunkt: Schwaig, Mittelbügweg 99, Hoftor, Barbara Reinhard, 16 Euro, Kurs Nr. 01511

Besuch eines landwirtschaftlichen Biobetriebes

Nicht nur aus Angst vor BSE, Masthormonen und Pflanzenschutzrückständen landen immer mehr „Bio-Erzeugnisse“ im Einkaufskorb. Viele Menschen möchten sich gesund ernähren, fühlen sich beim Einkauf jedoch nicht selten überfordert, wenn es um Hintergrundinformationen zu alternativen Anbaumethoden geht. In der Veranstaltung sollen vor Ort die Ansätze der biologischen Erzeugung aufgezeigt und gleichzeitig die Beziehung zwischen der Landwirtschaft und unserer Ernährung vorgestellt werden. Geplant ist eine Besichtigung eines Betriebes mit Milchviehhaltung und Hofkäserei.

Samstag, 20. April 2024, 13 bis 16 Uhr,
Treffpunkt: Bahnhof Hohenstadt (Bahnstrecke: Nürnberg-Bayreuth), Theodor Schmidt kunz, 18 Euro, Kurs Nr. 01513

Schifffahrt auf dem Main-Donau-Kanal

Führung durch die Schleusenanlage Eibach

Das Wasser- und Schifffahrtsamt ist für den Betrieb und Unterhalt des Main-Donau-Kanals zuständig. Sie werden durch die Schleusenanlage Eibach geführt und können sich ein Bild von den gewaltigen Dimensionen der einzelnen Bauteile sowie dem Steuerstand einer Schleuse machen.

Samstag, 20. April, 2024, 13 bis 15 Uhr,
Treffpunkt: Wiener Straße 101, Hannelore Bayer,
14 Euro, Kurs Nr. 01705

Kennt ihr eigentlich schon das gekaperte Haus „die Jacht“?

Ein selbstverwaltetes Wohnprojekt stellt sich vor

Seit 2022 arbeitet eine Gruppe junger Menschen daran, aus einem Haus in Stadtteil St. Johannes ein selbstverwaltetes Wohnprojekt zu gestalten. Sie nutzen dabei das Konzept und die Unterstützung des Mietshäuser Syndikats, ein beratendes und vernetzendes Bindeglied bestehender Hausprojekte und Projektinitiativen. Dem Hausprojekt Die Jacht in St. Johannes ist es dadurch gelungen, das Haus, das die Beteiligten nutzen und bewohnen, diesem Markt zu entziehen. Welcher Weg lag zwischen erster Idee und dem Kauf des Hauses? Die Jacht legt ab und begleitet uns zu einem kurzen Segeltörn über das große Meer des alternativen solidarischen Wohnens.

Samstag, 11. Mai 2024, 14 bis 15.30 Uhr,
Treffpunkt: Julienstraße 8, 90419 Nürnberg, Felix Müller,
8 Euro, Kurs Nr. 21005

Romantische Pegnitz?!

Stadtgeschichte am Fluss

Wo sich heute romantische Fachwerkidylle im Wasser der Pegnitz spiegelt, ging es früher laut, dreckig und manchmal auch brutal zu. Dieser Rundgang folgt der Geschichte des Flusses vom Abwasserkanal und Mühlenantrieb bis hin zum touristischen Juwel und lässt die Stadtgeschichte an der vielfältigen Nutzung des Wassers durch die Jahrhunderte lebendig werden.

Donnerstag, 16. Mai 2024, 15 bis 17 Uhr,
Treffpunkt: Hintere Insel Schütt, vor dem Krakauer
Haus, 17 Euro, Kurs Nr. 01015

Grundlagen der Bestimmung in der Natur

Die Natur einfach erklärt



Foto: pixabay.com

Auf vielfachen Wunsch biete ich nicht nur für Erwachsene eine Einstiegsveranstaltung zum Erkennen und Kennenlernen von allgemein verbreiteten Tieren und Pflanzen an. Diese Veranstaltung soll speziell Neueinsteigern die Zusammenhänge der Bestimmungsarbeit vermitteln. Ziel ist es, dass Sie Tiere und Pflanzen kennenlernen, die jeder überall wiederfinden kann.

Samstag, 1. Juni 2024, 15 bis 18 Uhr,
Treffpunkt: S3-Bahnhof Burgthann, Theodor Schmidtkunz,
16 Euro, Kurs Nr. 01521

Wald bewusst

Ein entdeckungsorientierter Spaziergang im Nürnberger Staatsforst

Im Wald spazieren gehen ist das eine. Den Wald entdecken geht eine Spur tiefer, und es lohnt sich. Nachdenken hängt eng mit Innehalten zusammen, etwas, für das wir uns mehr Zeit nehmen sollten. Zum einen, um unsere Handlungen zu hinterfragen, die das Leben um uns herum, auch das im Wald, gefährden. Das Ökosystem Wald ist eine Lebensgemeinschaft, die sich eigentlich durch hohe Stabilität und Vielfalt auszeichnet. Doch die heißen Sommer, radikale Forstwirtschaft, verdichtete Waldböden sorgen dafür, dass die Beständigkeit der Wälder ins Schwanken gerät. Zum anderen nehmen wir uns bei diesem Spaziergang Zeit, um genau dieses Leben bewusst wahrzunehmen und kennenzulernen. Es hält viele Wunder, Abenteuer und Antworten für uns bereit.

Samstag, 1. Juni 2024, 14 bis 16.30 Uhr,
Treffpunkt: Haltestelle Tiergarten der Straßenbahnlinie 15,
Sabine Ratzel, 12 Euro, Kurs Nr. 21007

Menschen- darstellungen im Nürnberger Stadtbild

Dialoge zur Kunst im öffentlichen Raum

Wenn die Objekte unserer Mitwelt nur leicht aus der Horizontalen nach oben gerückt sind, entschwinden sie leicht unserer bewussten Wahrnehmung – zumal dann, wenn sie nicht um unsere Aufmerksamkeit betteln. Die Nürnberger Altstadt ist reich an solchen Kunstwerken, die früher schlicht als Hauszeichen galten. Heute wirken sie wie Grübe aus einer vergangenen Welt, die uns zu überraschenden Dialogen einladen. Bei einem Kunstspaziergang wollen wir diese gemeinsam entdecken und bei Kreisgesprächen unsere Wahrnehmung schulen und uns dazu austauschen.

Freitag, 7. Juni 2024, 15.30 bis 17.45 Uhr,
Treffpunkt: Sebalder Platz (Nordseite St. Sebald),
Martin Turner, 18 Euro, Kurs Nr. 36107

VERNETZT & DIGITAL

Digitaler Nachlass

Auch gespeicherte Daten brauchen einen letzten Willen

Alle, die das Internet nutzen, hinterlassen Spuren. Sie gehen Vertragsbeziehungen ein, legen Passwörter an und speichern Bilder und Texte. Für die Angehörigen ist es meist nicht leicht, sich um diesen „digitalen Nachlass“ zu kümmern. Sorgen Sie frühzeitig vor! Dadurch werden Familienmitglieder und Freunde entlastet. Voraussetzung: EDV-Grundlagen, Internet-Grundlagen

Montag, 18. März 2024, 9.30 bis 12 Uhr,
Gemeinschaftshaus Langwasser, Glogauer Str. 50,
Christine Baier, 21 Euro, Kurs Nr. 61311

Mein Smartphone sicher im Griff Erste Schritte mit Ihrem neuen Gerät

Wir üben mit Ihnen die Handhabung und erklären die Grundfunktionen, arbeiten gemeinsam mit dem Adressbuch und schreiben zusammen SMS.

Außerdem informieren wir Sie über Verträge, Handycameras und Apps sowie weitere Möglichkeiten, die Ihr Handy bzw. Smartphone bietet. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone aufgeladen mit.

Dienstag, ab 9. April 2024, 9.30 bis 12 Uhr (2x),
Gewerbemuseumsplatz 2, Christian Bellaj, 42 Euro,
BS, Kurs Nr. 61333

Dienstag, ab 4. Juni 2024, 9.30 bis 12 Uhr (2x),
Gewerbemuseumsplatz 2, Christian Bellaj, 42 Euro,
BS, Kurs Nr. 61335

Erste Schritte am PC und Laptop mit Windows 11 – Schritt 1

Computer, Maus & Tastatur

Sie lernen den Computer in einem sehr gemütlichen Lerntempo kennen und lieben. Wir zeigen Ihnen das Betriebssystem Windows und den Umgang mit Tastatur und Maus. Sie starten Programme, lernen ein einfaches



Foto: TMAX / fotolia.com

Schreibprogramm kennen und erfahren alles Wichtige, um Ihren Computer gut nutzen zu können.

**Mittwoch, ab 10. April 2024,
13.30 bis 16 Uhr (5x),** Gewerbe-
museumsplatz 2, Christine Baier,
105 Euro, Kurs Nr. 61213

Apple iPhone kennenlernen

Bedienen Sie Ihr iPhone schneller, einfacher und effektiver!

Im Kurs erfahren Sie, wie Sie Ihr iPhone noch besser nutzen können: Wie Sie die wichtigsten Grundeinstellungen (inkl. Datenschutz) vornehmen, einfacher Nachrichten schreiben und schneller navigieren, die Mitteilungszentrale und das ControlCenter auf Ihre Bedürfnisse anpassen, den Akku schonen und die Lebensdauer verlängern, im Internet navigieren und Siri (Sprachsteuerung) sinnvoll nutzen. Voraussetzung: Bitte führen Sie vor Kursbeginn ein iOS-Update durch.

Mittwoch, 10. April 2024, 14.30 bis 16.45 Uhr,
südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Yüksel Say, 21 Euro,
BS, Kurs Nr. 61363


Mein Windows 11

Apps, Tools und Desktop individuell einstellen

Tauchen Sie ein in die zahlreichen Möglichkeiten von Windows 11, um es nach Ihren Bedürfnissen einzurichten. Eine zielsichere und zeitsparende Nutzung und mehr Freude am erledigen alltäglicher Aufgaben am Computer werden das Ergebnis sein. Machen Sie das neue Windows zu Ihrem Windows!

Voraussetzung: Windows Grundlagen oder Erste Schritte am PC und Internet mit Windows 11 – Schritt 2

Donnerstag, ab 11. April 2024, 9.30 bis 12 Uhr

(3x), südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Detlef Pfefferling, 63 Euro, , Kurs Nr. 61281

Erste Schritte am PC und Laptop mit Windows 11 – Schritt 2

Desktop, Dateien & Ordner organisieren

In diesem Kurs lernen Sie die Ordnerstruktur des PCs kennen. Sie erleichtern sich das Leben mit Verknüpfungen und passendem Desktophintergrund. Damit Ihr Computer schön aufgeräumt bleibt, üben Sie gezielt Dateien zu speichern, zu verschieben, zu kopieren, zu suchen, zu finden und auch Überflüssiges löschen.

Voraussetzung: Erste Schritte am PC und Laptop mit Windows 10/11 – Schritt 1 oder vergleichbare Kenntnisse

Dienstag, ab 16. April 2024, 9.30 bis 12 Uhr (5x),

Gewerbemuseumsplatz 2, Ulrike Bauer, 105 Euro, Kurs Nr. 61221

Mittwoch, ab 12. Juni 2024, 13.30 bis 16 Uhr (5x),

Gewerbemuseumsplatz 2, Christine Baier, 105 Euro, Kurs Nr. 61223

EDV-Grundlagen mit Windows 11

Endlich kann ich es alleine

Mit den EDV-Grundlagen werden auch Sie zum Computer-Profi. Sie lernen, was Ordner und Dateien sind und wie Sie sie am besten nutzen. Zum Beispiel legen Sie Worddokumente an und lernen dabei gleich die Grundfunktionen kennen. Anschließend unterstützen wir Sie bei Ihren ersten Schritten im Internet. Gerne können Sie Ihren USB-Stick mitbringen. Voraussetzung: Deutschkenntnisse Niveau B1


Montag, ab 22. April 2024, 9.30 bis 12.45 Uhr

(4x), Gemeinschaftshaus Langwasser, Glogauer Str. 50, 112 Euro, Kurs Nr. 61231

Navigation mit dem Smartphone

Navigation mit dem Smartphone: Google Maps zu Fuß oder mobil, Komoot fürs Wandern und Touren oder doch lieber die RiverApp zum Paddeln?

Dienstag, 23. April 2024, 9.30 bis 12 Uhr,


Gewerbemuseumsplatz 2, Christian Bellaj, 30 Euro, , Kurs Nr. 61813

Mein digitaler Tag

Trends und Hypes

Die Digitalisierung bringt uns viele neue Themenfelder, Trends und Hypes. Abstrakt und unverständlich? Zum Be-Greifen und Er-Leben! In diesem Workshop sind Sie mittendrin, lernen vier spannende Themen kennen, und können sie bewerten und einordnen: Blockchain / Bitcoin, Drohnen, Internet of Things, Verschlüsselung: nutzen (oder knacken?). Gehen Sie – ganz analog – Ihren Weg durch die aufregende Welt der Digitalisierung und machen Sie Ihre eigenen Erfahrungen. Voraussetzung: Erfahrungen beim Surfen im Internet von Vorteil

Samstag, 27. April 2024, 9 bis 16.45 Uhr,

südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Martin Haseneyer, 80 Euro, , Kurs Nr. 62315

Die richtige App für mich und mein Smartphone

Smartphonehelfer

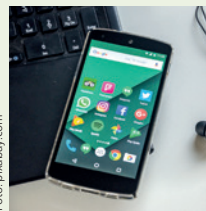



Foto: pixabay.com

Apps gibt es wie Sand am Meer: Für Hörbücher, Musik, gesunde Ernährung, zum Schritte zählen, zur Navigation, zum Scannen – mit und ohne Internet, also on- und offline. Aber wie komme ich an die richtige App und was kostet sie? Und vor


allem: Wie werde ich unpassende Apps schnell wieder los? Im Kurs helfen wir Ihnen dabei gerne weiter. Voraussetzung: Smartphone-Einstiegskurs oder vergleichbare Kenntnisse ▶

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone aufgeladen mit.

Dienstag, ab 30. April 2024, 9.30 bis 12 Uhr

(2x), Gewerbemuseumsplatz 2, Christian Bellaj,
60 Euro, , Kurs Nr. 61343

Dienstag, ab 25. Juni 2024, 9.30 bis 12 Uhr (2x),

Gewerbemuseumsplatz 2, Christian Bellaj, 60 Euro,
, Kurs Nr. 61345

Smartphone absichern

Sicher is' nix!

100-prozentige Sicherheit kann es nicht geben, doch sollten wir Fremde davon abhalten unser Smartphone unberechtigt zu benutzen oder unsere Daten zu stehlen. Die Hersteller tun einiges – aber eben nicht alles – um das Smartphone/Tablet und unsere Daten zu schützen. In diesem Kurs erfahren Sie, welche Sicherheitsmaßnahmen Sie treffen können.

Voraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang mit Android Smartphone oder Tablet. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone aufgeladen mit.

Mittwoch, ab 8. Mai 2024, 9.30 bis 12 Uhr (2x),

Gewerbemuseumsplatz 2, Detlef Pfefferling, 42 Euro, , Kurs Nr. 61353

Apple iPad kennenlernen

Bedienen Sie Ihr iPad schnell, einfach und verständlich!




Foto: eye-d-photodesign

In diesem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Ihnen das iPad im Alltag das Leben erleichtert und Sie es einfach bedienen können: Schreiben Sie E-Mails mit Ihren Liebsten oder gehen Sie mühelos ins Internet. Sie wollen Musik hören oder kreativ sein? Auch

das können Sie mit dem iPad.

Bitte bringen Sie Ihr eigenes iPad mit.

Mittwoch, 15. Mai 2024, 15 bis 17.30 Uhr,

südpunkt, Pillenreuther Straße 147, Yüksel Say, 21 Euro,
, Kurs Nr. 61361

Online-Banking

Die Alternative zum Bankbesuch

Online-Banking bietet viele Vorteile. Mit einem Klick haben Sie bequem von zuhause aus Ihre Finanzen im Griff. An diesem Vormittag üben wir anhand von Demo-Konten die Handhabung des Online-Bankings. Sie lernen dabei mühelos die Grundfunktionen des Online-Bankings kennen. Zusätzlich erhalten Sie noch einen Einblick in die neuesten Bezahlfunktionen, wie zum Beispiel kontaktloses Zahlen oder Bezahlen per Smartphone. Voraussetzung: EDV-Grundlagen, Internet-Grundlagen

Montag, 3. Juni 2024, 9.30 bis 12 Uhr,

Gemeinschaftshaus Langwasser, Glogauer Str. 50,
Christine Baier, 21 Euro, Kurs Nr. 61301

Mein Windows 11 – Tipps und Tricks Funktionen für Fortgeschrittene

Windows 11 ist Ihr täglicher Begleiter, jedoch, wollten Sie immer schon wissen, welche Zusatzfunktionen Windows für Sie bereithält? In diesem Kurs bekommen Sie zahlreiche Anregungen rund um das gewachsene Betriebssystem von Microsoft.

Voraussetzung: Windows-Grundlagen oder Erste Schritte am PC und Internet mit Windows 11 – Schritt 2


Donnerstag, ab 6. Juni 2024, 9.30 bis 12 Uhr (3x),

Gewerbemuseumsplatz 2, Detlef Pfefferling, 90 Euro, , Kurs Nr. 61283

Fotos und Videos mit dem Smartphone

Fotos und Videos mit dem Smartphone: Aufnehmen, speichern, bearbeiten, verwalten, ausdrucken, löschen oder doch in die Cloud? Dieser Kurs hilft Ihnen dabei mit Ihrem Smartphone gekonnt Bilder zu machen, sinnvoll (in der Cloud) zu organisieren und sich schließlich auch von „Fehlschüssen“ zu trennen.

Dienstag, 18. Juni 2024, 9.30 bis 12 Uhr,

Gewerbemuseumsplatz 2, Christian Bellaj, 30 Euro, , Kurs Nr. 61815

Ahnenforschung (Genealogie) Grundlagen

Werden Sie zum Familienforscher

Sie interessieren sich für Ihre Vorfahren und die Geschichte Ihrer Familie? Machen Sie in diesem Kurs den Anfang zur Dokumentation Ihrer Familie: Wer bin ich? Wo komme ich her? Sie erfahren, welche Quellen Sie verwenden können, um Daten und Informationen zu finden. Im praktischen Teil, dem Workshop, dürfen Sie Ihren ersten Stammbaum auf dem PC erstellen.

Voraussetzung: EDV-Grundlagen, Internetgrundlagen
Bitte bringen Sie – falls vorhanden – einen USB-Stick und Notizen zu Ihren Vorfahren mit.

Samstag, 22. Juni 2024, 9 bis 18 Uhr,
Gewerbemuseumplatz 2, Ansgar Eckert, 100 Euro,
BS, Kurs Nr. 62317

SPRACHEN LERNEN

NEU! Englisch Auffrischkurs Stufe A1 für Wiedereinsteigende 15x3 Stunden am Vormittag / Lehrwerk: Let's Enjoy English A1 Review



Foto: pixabay.com

Sie haben irgendwann ein wenig Englisch gelernt, es aber länger nicht angewendet. Oder Sie haben kürzlich einen A1-Kurs besucht, fühlen sich aber noch nicht sicher genug, schon auf Stufe A2 weiterzulernen. In diesem kompakten

Kurs wiederholen und vertiefen Sie alle Wortschatz- und Grammatik-Basics ab Anfang A1. Ideal für alle Lernenden, die umsteigen, aufsteigen oder wieder einsteigen wollen. Bringen Sie bitte das Lehrwerk am ersten Kurstag mit: Let's Enjoy English A1, Klett Verlag, Student's Book + MP3-CD, ISBN 978-3-12-501636-1

Freitag, ab 1. März 2024, 9.30 bis 11.45 Uhr (15x),
Gewerbemuseumplatz 2, Mark Amy, 248 Euro,
Kurs Nr. 81221

Englisch für den Alltag und auf Reisen mit guten Vorkenntnissen

Verstehen und verstanden werden! Diese Kurse sollen Ihnen dafür das Rüstzeug vermitteln. Schwerpunkt: Gemütliches Lernen von Wortschatz und Grammatik.

→ Für Anfängerinnen und Anfänger

Dienstag, ab 5. März 2024, 14-täglich,
16.15 bis 17.45 Uhr (8x), Gewerbemuseumplatz 2,
Irene Ramorobi, 67 Euro, Kurs Nr. 28817

Dienstag, ab 12. März 2024, 14-täglich,
16.15 bis 17.45 Uhr (8x), Gewerbemuseumplatz 2,
Irene Ramorobi, 67 Euro, Kurs Nr. 28819

→ Für Fortgeschrittene

Donnerstag, ab 7. März 2024, 16.15 bis 17.45 Uhr
(10x), Gewerbemuseumplatz 2, Irene Ramorobi, 84 Euro,
Kurs Nr. 28821

Freitag, ab 8. März 2024, 14.30 bis 16 Uhr,
außer 10. Mai 2024 (10x), Gewerbemuseumplatz 2,
Irene Ramorobi, 84 Euro, Kurs Nr. 28823

Französisch gemütlich, Stufe A1, mit guten Vorkenntnissen

Freitag, 10.45 bis 12.15 Uhr, Lehrwerk:
Chapeau! A1, ab Lektion 10

Sie möchten Französisch in einem gemütlichen Lerntempo unter Gleichgesinnten lernen? In Ihrem ersten Kurs steht das Alltagsfranzösisch im Vordergrund. Lernen Sie in einer kleinen Gruppe, sich in gängigen, definierten Situationen zu verständigen und entdecken Sie dabei Interessantes über Land, Leute und die französische Kultur. Bei diesem Kurs, der sich nicht nur an Seniorinnen und Senioren wenden, steht die Freude am gemeinsamen Lernen ohne Zeit- und Leistungsdruck im Vordergrund. Unsere Kursleitungen bemühen sich, auf spezielle Bedürfnisse der Kursteilnehmenden einzugehen.

Lehrwerk: Chapeau ! A1, Hueber Verlag –
ISBN 978-3-19-003434-5

Freitag, ab 1. März 2024, 10.45 bis 12.15 Uhr,
außer 10. Mai 2024 (15x), Gewerbemuseumplatz 2,
Valérie Gos, 195 Euro, Kurs Nr. 83413

Sie möchten eine Sprache erlernen oder Ihre Sprachkenntnisse erweitern?



Ein Sprachkurs am Bildungszentrum bringt Sie weiter.
Wir beraten Sie gern.

Deutsch: bz-deutsch@stadt.nuernberg.de

Englisch: bz-englisch@stadt.nuernberg.de

Französisch: bz-franzoesisch@stadt.nuernberg.de

Italienisch: bz-italienisch@stadt.nuernberg.de

Spanisch: bz-spanisch@stadt.nuernberg.de

Weitere Sprachen: Arabisch bis Ungarisch:

bz-weitere-sprachen@stadt.nuernberg.de

Mehr Informationen auf www.bz.nuernberg.de

PLANETARIUM

Sonne, Mond und Sterne

Der Sternenhimmel für Groß und Klein
ab 7 Jahren mit Jürgen Sadurski



Foto: pixabay.com

Tausende Sterne sind bei klarem Himmel in der Nacht zu sehen. Möchtest Du mehr darüber erfahren? Bei der Livevorführung lernst Du den beeindruckenden Sternenhimmel, viele Sternbilder und die Planeten kennen. Du erhältst

Anregungen für die eigene Beobachtung des aktuellen Sternenhimmels.

Mittwoch, 20. März 2024, Kurs Nr. 00863

Mittwoch, 24. April 2024, Kurs Nr. 00864

Mittwoch, 15. Mai 2024, Kurs Nr. 00865

Mittwoch, 12. Juni 2024, Kurs Nr. 00866

jeweils 15 bis 16 Uhr, Nicolaus-Copernicus-Planetarium,
Am Plärrer 41, 10 Euro, ermäßigt 6,50 Euro

ALTEN-AKADEMIE e.V.

Die Alten-Akademie Nürnberg e.V. wendet sich an alle älteren Menschen in dieser Stadt, die im Laufe ihres Lebens vielfältige Fähigkeiten und Kompetenzen erworben haben und dieses Wissen anderen Frauen und Männern im dritten Lebensabschnitt (in Gesprächs- und Arbeitskreisen, durch Einzelvorträge und sonstige Veranstaltungsformen) zur Verfügung stellen wollen. Laut Satzungsauftrag erfolgen die Aktivitäten ehrenamtlich. Zum Bildungszentrum im Bildungscampus Nürnberg besteht eine enge Kooperation, die sich in Bereitstellung von Räumen und technischen Arbeitshilfen sowie organisatorischer Unterstützung ausdrückt. Als Bestandteil der Vorstandschaft betreut das Bildungszentrum im Bildungscampus Nürnberg die Veranstaltungen pädagogisch und berät mit einer Vertretung des Seniorenamtes den Verein in der Durchführung seiner Aufgaben.

Das Programm der Alten-Akademie e.V. erhalten Sie über die Geschäftsstelle. Die Geschäftsstelle ist ab sofort wieder für den Publikumsverkehr geöffnet.

Kontaktdaten:

Alten-Akademie Nürnberg e.V.
Gewerbemuseumsplatz 1, Raum U.115
90403 Nürnberg

Telefon (mit AB): 0911 53 70 10

Fax: 09 11 49 01 77 35

info@altenakademie-nuernberg.de

www.altenakademie-nuernberg.de

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag
von 12 bis 15 Uhr (nicht in den Ferien)

DIE GÖTTLICHEN SIEBEN

eine heiter bis wolkige
Komödie



Foto: Gerald Ortegel - www.golavision.com

Bereits 1300 begeisterte Zuschauer beim aktuellen
Stück des städtischen Kulturpreisträgers

Theater DREAMTEAM

wann?

Do. 22. Februar 2024, 20 Uhr

wo?

im CINECITTA'

Multiplexkino Nürnberg

Gewerbemuseumsplatz 3

Karten?

www.cinecitta.de

oder an der Kinokasse