

## Fachforum Einsamkeit

Wann: **Mo, 20.11.** / 15:00-17:30 Uhr

Wo: **BRK Fürth, Henri-Dunant-Straße 11, 90762 Fürth**

Verschiedene Vorträge rund um das Thema Einsamkeit und die damit einhergehenden Herausforderungen. Beleuchtet werden unter anderem die Aspekte Einsamkeit im Alter im Hinblick auf gesundheitliche Probleme sowie mögliche Präventionsmaßnahmen. Marktstände mit Informationen zu wichtigen, lokalen Anlaufstellen.

Wir freuen uns auf Eure Teilnahme!

Weitere Infos zu den Aktionen sowie Aktualisierungen/Änderungen finden Sie auf der Homepage



[www.gesundheitsregion-fuerth.de](http://www.gesundheitsregion-fuerth.de)

Im Rahmen des Präventionsthema 2023 des bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege haben wir verschiedene Aktionen für Jung und Alt zusammengestellt. Das vorliegende Programm wurde im Rahmen des Schwerpunktthemas 2023 des bayerischen Staatsministerium für Gesundheit und Pflege – „Licht an. Damit Einsamkeit nicht krank macht.“ – organisiert.

Unsere Mitmach-Aktionen unter dem Titel „ZUSAMMENgeFÜRTH“ sind ein Gemeinschaftsprojekt von: Gesundheitsregion<sup>plus</sup> Stadt Fürth, VHS Fürth, Fübs, Spielhaus Fürth, Stadtteilnetzwerke Oststadt, Freiwilligen-Zentrum Fürth



Gefördert von:



Herausgeber: Gesundheitsregion<sup>plus</sup>  
Gestaltung: Stadt Fürth, BMPA - 04-2023

April bis Dezember 2023

# Zusammen geFÜRTH

## Mitmach- Aktionen für Jung und Alt



## Im Rhythmus um die ganze Welt – Trommeln durch alle Kontinente



Wann: **Fr, 21.04., 05.05., 12.05., 19.05.** / jew. 14:00-17:00 Uhr  
(weitere Termine siehe QR-Code)

Wo: Spielhaus Fürth, Theaterstraße 7, 90762 Fürth

**A** kostenlos, Anmeldung unter: [spielhaus-fue@nefkom.net](mailto:spielhaus-fue@nefkom.net);  
(0911) 810 10 67 oder 015 11 74 10 32

Erlebe eine musikalische Reise voller Rhythmus und Abenteuer bei unserem Trommelkurs für Kinder von 7 bis 13 Jahren im Spielhaus mit Armando ‚Dino‘ Murolo. Einstieg auch nach dem Projektstart möglich.

## Rollator-Tanz



Wann: **Di, 23.05., 20.06., 25.07., 19.09., 24.10., 14.11, 19.12.** /  
jeweils 14:00 Uhr

Wo: Unterschiedliche Treffpunkte (bei Anmeldung)

**A** Kosten: 3 €, Anmeldung: [fuhs](mailto:fuhs@vhs-fuerth.de) (0911) 974 1785

Seniorinnen und Senioren mit Rollator erhalten die Gelegenheit für ein geselliges Treffen mit Musik und Bewegung

## Kinderkirchweih in der Pfisterschule



Wann: **Fr, 02.06.** / 15:00-18:00 Uhr

Wo: Schulhof Pfisterschule, Pfisterstraße 25, 90762 Fürth

Kosten: Eintritt 2 €

Ein buntes Programm für Jung und Alt mit Vorführungen, Verköstigungen, Informationsständen und Laufzetteln, die an den einzelnen Kirchweihständen der Kinder abgestempelt werden. Mit den Laufzetteln kann dann an einer Verlosung teilgenommen werden.

## Brot & Suppe, Gemeinsam kochen, reden und essen



Wann: **ab Mi, 07.06.** / jeden ersten Mittwoch im Monat.  
(Mi, 07.06., 05.07., 02.08., 06.09., 05.10., 08.11., 06.12.)

Wo: Quartiersbüro Spiegelfabrik, Lange Straße 53, 90762 Fürth

Gemeinsames Essen verbindet! Ehrenamtliche kochen einmal im Monat und laden alle aus dem Stadtteil zum gemeinsamen Essen und geselligen Austausch ins Quartiersbüro Spiegelfabrik ein.

## Solodance Gemeinsam tanzen



Wann: **ab So, 18.06.23** / 5x  
(25.06., 09.07., 23.07., 30.07.), jew. 13:00-14:00 Uhr

**ab So, 24.09.** / 13:45-14:45 Uhr / 5x

Wo: Tanzstudio dance.base, Jahnstraße 31, 90513 Zirndorf

**A** kostenlos, Anmeldung erforderlich unter (0911) 974 1700  
oder per Mail [hofmeister@vhs-fuerth.de](mailto:hofmeister@vhs-fuerth.de)

Du hast Lust zu tanzen, aber keinen Partner? Kein Problem! Wir tanzen Walzer, Polka, ChaChaCha uvm. vor- und nebeneinander. Die Gruppe ist unser Partner! Spaß an Musik und Bewegung stehen im Vordergrund! Mitzubringen sind gute Laune, ein bisschen Gefühl für Rhythmus und saubere, flache Schuhe zum Wechseln. Alkoholfreie Getränke zu fairen Preisen gibt es vor Ort.

## Gemeinsam nachhaltig kochen: leichte, vegane Sommergerichte



Wann: **Mi, 21.06.** / 18:00-20:30 Uhr

Wo: VHS Fürth, Hirschenstraße 27, 90762 Fürth / Raum II.1

**A** kostenlos, Anmeldung erforderlich unter (0911) 974 1700  
oder per Mail [hofmeister@vhs-fuerth.de](mailto:hofmeister@vhs-fuerth.de)

In der Gruppe bereiten wir mit unverpackten und fair gehandelten Zutaten herzhaft bis süße Speisen für den Sommer zu. Ein gemeinsames Essen rundet den Kochkurs ab. Teilnahme vorwiegend für Alleinlebende.

## Plauderbänke im Stadtgebiet



Wann: **Mi, 06.09.2023** / 15:00-18:00 Uhr

Wo: Standorte werden noch bekannt gegeben und sind auf der Homepage [www.gesundheitsregion-fuerth.de](http://www.gesundheitsregion-fuerth.de) zu finden.

Einweihung mit Kaffee, Kuchen und viel Zeit für Gespräche. An zwei Standorten in Fürth werden Plauderbänke als Treffpunkt für geselligen Austausch aufgestellt.

## Rassaus Life-Talk „Lebendige Begegnung am Friedhof“



Wann: **So, 10.09.** / ab 11 Uhr

Wo: Hospizverein Region Fürth e.V., Gustav-Weißkopf-Straße 9  
(Golfpark), 90768 Fürth

**A** Anmeldung erbeten: [buer@hospizverein-fuerth.de](mailto:buer@hospizverein-fuerth.de)  
oder (0911) 979 0546 0

Im Gespräch mit Leander Wirth vom Freiwilligen-Zentrum Fürth. Leander Wirth organisiert u.a. das Friedhofscafé in Fürth

## Die Einsamkeit des modernen Menschen - Wie das radikale Ich unsere Demokratie bedroht

Vortrag von Dr. Martin Hecht

Wann: **Do, 19.10.** / 19:00-21:00 Uhr

Wo: VHS Fürth, Hirschenstraße 27, 90762 Fürth / Bistro

**A** kostenlos, Anmeldung erforderlich unter (0911) 974 1700  
oder per Mail [hofmeister@vhs-fuerth.de](mailto:hofmeister@vhs-fuerth.de)

Wir brauchen den sozialen Zusammenhalt, um Krisen zu bewältigen und um die Demokratie zu stärken. Doch leider dominiert anderes und untergräbt starke soziale Beziehungen. Liegt es am modernen Individualismus oder sind es tiefer liegende Strukturen wie Konkurrenz, Kampf um Positionen und Anerkennung, die zu wenigen Gewinnern und vielen Verlierern führen? Martin Hecht ist promovierter Politikwissenschaftler, lebt als freier Autor und Publizist in Mainz. Er hat zahlreiche Bücher veröffentlicht und schreibt u.a. für die ZEIT, Gehirn & Geist und DER SPIEGEL.