

Kochen und Genießen

1001 Nacht - Arabische Küche

H 0508 a Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
Fr. 23.02.2024	18.30-22.30 Uhr	1x

Indisch - einfach lecker

H 0502 a Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
Sa. 02.03.2024	17.00-21.00 Uhr	1x

Schuss in den Ofen - von „Syrisch in Vegan“

H 0712 a Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
Mi. 13.03.2024	17.30-21.30 Uhr	1x

Highlights aus Asien

H 0524 a Gudrun Braunschweig	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
Sa. 16.03.2024	17.00-21.00 Uhr	1x

Hummus mit Joghurt und Tahini / Syrischer Z'ater (Tymian) mit Olivenöl - von „Syrisch in Vegan“

H 0713 a Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
Mi. 20.03.2024	17.30-21.30 Uhr	1x

Indonesisch - raffiniert und exotisch

H 0509 a Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
Fr. 22.03.2024	18.30-22.30 Uhr	1x



welcome –
Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt
 Margit Kaufmann & Andrea Bauerreiß-Krauß
 Tel.: 0911 2747665
 Mail: nuernberg.nord@welcome-online.de
 nuernberg.sued@welcome-online.de

Kinderkurse

"In Bewegung - Ich & Du" für Kinder von 5-7 Jahren

K 0603 a Zdenka Fischer	Raum 17, 1. Etage	39,00 €
Do. 11.01.2024	17.00-18.00 Uhr	5x

Spielenachmittag für Kinder zwischen 6-10 Jahren

K 1000 a Beatrix Taumann	Raum 22, 2. Etage	5,00 €
Mi. 17.01.2024	16.15-17.45 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Partnerschaft

Konflikte konstruktiv lösen:

Kommunikation als Paar und Eltern

PAR Carolyn Litzbarski	Online-Kurs	10,00 €
0323 a Mi. 21.02.2024	19.30-21.00 Uhr	1x

Gelassen durch den Familienalltag:

Stressprävention für Eltern

PAR Carolyn Litzbarski	Online-Kurs	10,00 €
0324 a Di. 12.03.2024	19.30-21.00 Uhr	1x

Säuglings- und Kleinkindberatung

Margarete Braunschweiger-Hager
 Tel.: 0172 8517068



Schwangerschaft / Babyzeit

Babymassage

SCHW Maike Nagel	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	25,00 €
0518 a Mi. 17.01.2024	09.15-09.50 Uhr	6x

Eltern-Kind-Gruppe: Bewegungsraum für Schwangere und Familien mit Kindern bis ca. 1 Jahr

EKMI Henriette Bauer	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	78,00 €
0801 a Do. 11.01.2024	9.30-10.30 Uhr	10x

Eltern-Kind-Gruppe: Bewegungsraum für Familien mit Kindern von 1 ½ bis 3 Jahren

EKMI Henriette Bauer	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	117,00 €
0802 a Do. 11.01.2024	10.45-12.15 Uhr	10x

Spielgruppe Für Eltern mit Kindern bis ca. 1 1/2 Jahren

EKMI Barbara Schulz	Raum 24, 2. Etage	78 €
0803 a Fr. 12.01.2024	9.30-10.30 Uhr	10x

Das habe ich mir anders vorgestellt

PG Andrea Bauerreiß-Krauß	Raum 30, 3. Etage	0 €
2000 a Mi. 17.01.2024	10.00-12.00 Uhr	1x

PEKiP: Förderung und Geborgenheit für dein Baby (geb. November 2023 – Dezember 2023)

EKP Silke Arke	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	94,00 €
0718 a Di. 12.03.2024	9.30-11.00 Uhr	8x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Unsere Offenen Treffs laden euch herzlich ein:

Café Willkommen dienstags 14:30 – 16:30 Uhr

FBS

Ev. Familien-
Bildungsstätte
Nürnberg

Sie finden bei uns auch

Begegnung und Offene Treffs
für alle Generationen,
Beratung,
Raumvermietung,
Second-Hand-Laden Flora



Flora
Öffnungszeiten:
 Dienstag: 15-17 Uhr
 Mittwoch 11-13 Uhr,
 15-17 Uhr
 Donnerstag 15-17 Uhr

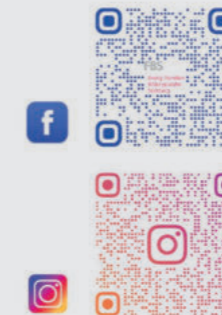
Wir suchen Sie!

Machen Sie mit - als Honorarkraft in unseren Kursen oder ehrenamtlich bei unseren vielfältigen Angeboten!

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!



Connect
WITH US



Evang. Familien-Bildungsstätte gGmbH
 im FrauenWerk Stein e. V.
 Leonhardstr. 13 · 90443 Nürnberg
 Tel.: 0911 27 47 660
 E-Mail: info@fbs-nuernberg.de
 www.fbs-nuernberg.de

Zum FrauenWerk Stein e. V. gehören außerdem:

Evang. Müttergenesung in Bayern, Landesgeschäftsstelle
 Familienpflege gGmbH, Nürnberg
 Evang. Familien-Bildungsstätte »Elly Heuss-Knapp« gGmbH, München
 Klinik Hohes Licht gGmbH, Oberstdorf – Prävention und Rehabilitation
 für Frauen und Pflegende
 Klinik Sonnenbichl gGmbH, Aschau – Prävention und Rehabilitation für Mutter u. Kind

 FrauenWerk Stein
 in der Evang.-Luth. Kirche in Bayern

FBS

Ev. Familien-
Bildungsstätte
Nürnberg

Unser Kursangebot Januar bis März 2024



Bildung, Beratung und Begegnung

 FrauenWerk Stein
 in der Evang.-Luth. Kirche in Bayern

www.fbs-nuernberg.de

Gesundheit für Körper, Geist und Seele

Yoga- und Wirbelsäulenkurs - denn Bewegung ist alles			
B 0770 a	Dagmar Schneider	Raum 17, 1. Etage	86,00 €
	Mo. 08.01.2024	9.30-10.45 Uhr	10x
Rückentraining Online			
B 0120 a	Dagmar Treis	Online-Kurs	48,00 €
	Di. 09.01.2024	9.00-10.00 Uhr	6x
Innere Balance - lebendiges Sein			
B 0760 a	Dagmar Schneider	Raum 17, 1. Etage	86,00 €
	Mi. 10.01.2024	17.00-18.15 Uhr	10x
Hormon-Yoga für Frauen in den Wechseljahren			
B 0761 a	Dagmar Schneider	Raum 17, 1. Etage	86,00 €
	Mi. 10.01.2024	18.45-20.00 Uhr	10x
Qi Gong			
B 0201 a	Alexander Andreev	Raum 17, 1. Etage	120 €
	Do. 11.01.2024	18.00-19.30 Uhr	10x
Innere Stärkung durch Achtsamkeit			
PG 0202 a	Alexander Andreev	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	80,00 €
	Mo. 15.01.2024	18.00-20.30 Uhr	4x
Geburt: Das habe ich mir anders vorgestellt...			
PG 2001 a	Andrea Bauerreiß- Krauß	Raum 17, 1. Etage	50,00 €
	Mo. 22.01.2024	17.00-19.00 Uhr	3x
Hatha-Yoga			
B 0926 a	Margot Voigt	Raum 17, 1. Etage	62,00 €
	Fr. 26.01.2024	14.15-15.30 Uhr	6x
Tiefenentspannung: Ganzheitliche Erholung für Körper und Geist			
PG 0922 a	Margot Voigt	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	50,00 €
	Fr. 26.01.2024	16.00-17.00 Uhr	6x
Wirbelsäulengymnastik			
B 0118 a	Dagmar Treis	Raum 17, 1. Etage	60,00 €
	Di. 27.02.2024	9.30-10.30 Uhr	8x
Wirbelsäulengymnastik			
B 0119 a	Dagmar Treis	Raum 17, 1. Etage	60,00 €
	Di. 27.02.2024	10.40-11.40 Uhr	8x
Teezeremonie und Zen-Meditation			
PG 0203 a	Alexander Andreev	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	35,00 €
	Sa. 02.03.2024	16.00-18.30 Uhr	2x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Eltern-Kind-Kurse

Tanzen und Turnen mit Musik für Eltern mit Kindern von ca. 1,5 (selbständig laufen) bis 2,5 Jahre			
EKBE	Lucie Halamiccek	Raum 17, 1. Etage	63,00 €
0960a	Di. 09.01.2024	15.45-16.45 Uhr	10x
Tanzen und Turnen mit Musik für Eltern mit Kindern 2,5 - 4 Jahre			
EKBE	Lucie Halamiccek	Raum 17, 1. Etage	63,00 €
0961a	Di. 09.01.2024	17.00-18.00 Uhr	10x
Baby-Musikgarten Kilili für Eltern mit Kindern von 3 – 10 Monaten			
EKMU	Dr. Sabine Fleischmann	Raum 17, 1. Etage	75,00 €
0450a	Mi. 10.01.2024	13.15-14.00 Uhr	10x
Baby-Musikgarten Kilili für Eltern mit Kindern von 9-18 Monaten			
EKMU	Dr. Sabine Fleischmann	Raum 17, 1. Etage	75,00 €
0451a	Mi. 10.01.2024	14.15-15.00 Uhr	10x
„In Bewegung - Ich & Du“ für Eltern und Kinder von 3 - 4 Jahren			
EKBE	Zdenka Fischer	Raum 17	39,00 €
0603a	Do. 11.01.2024	16.00 – 17.00 Uhr	5x
Spielgruppe für Eltern mit Kindern von ca. 1,5 bis 3 Jahren			
EKMI	Barbara Schulz	Raum 24	117 €
0802a	Fr. 12.01.2024	10.45-12.15 Uhr	10x
Eltern-Kind-Kochkurs: Orientalische Köstlichkeiten für Eltern mit Kindern von 5-12 Jahren			
EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	25,00 €
0201a	Fr. 12.01.2024	15.00-18.00 Uhr	1x
Große Hände - kleine Hände für Eltern mit Kindern von 3 – 7 Jahren			
EKKR	Susann Steinhagen	U2, Kreativraum UG	53,00 €
0962a	Mo. 15.01.2024	15.45-17.15 Uhr	5x
Yoga mit Kind. Bewegt und Entspannt für Eltern mit Kindern von 4 -7 Jahren			
EKBE	Margot Voigt	Raum 17, 1. Etage	46,00 €
0963a	Do. 25.01.2024	14.00-15.00 Uhr	6x
Komm, wir gehen in den Wald! Spiel und Abenteuer in der Natur für Eltern mit Kindern von 3 – 6 Jahren			
EKBE	Daniela Lang	außer Haus	41,00 €
0302a	Fr. 09.02.2024	16.00-17.30 Uhr	5x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Kreativ und Musik

Nähkurs am Montag für Anfänger:innen und Fortgeschrittene			
F 0310 a	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	132,00 €
	Mo. 08.01.2024	18.00-21.00 Uhr	6x
Nähkurs für Anfänger:innen und Fortgeschrittene			
F 0306 a	Ulla Schlums	Raum 25, Nähraum 2. Etage	163,00 €
	Di. 09.01.2024	13.00-16.45 Uhr	7x
Nähkurs für Anfänger:innen und Fortgeschrittene			
F 0301 a	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	132,00 €
	Mi. 10.01.2024	9.00-12.00 Uhr	6x
Nähkurs für Anfänger:innen und Fortgeschrittene			
F 0303 a	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	132,00 €
	Mi. 10.01.2024	16.00-19.00 Uhr	6x
Bucket Hats (Fischerhüte) aus alten Hosen nähen			
F 0307 a	Ulla Schlums	Raum 25, Nähraum 2. Etage	65 €
	Sa. 13.01.2024	10.00-17.00 Uhr	2x
Nähen Lernen für Anfänger:innen und Fortgeschrittene			
F 0500 a	Kamila Sodano	Raum 25, Nähraum 2. Etage	132,00 €
	Mi. 17.01.2024	18.00-21.00 Uhr	6x
Taschen aus alter Bettwäsche nähen			
F 0308 a	Ulla Schlums	Raum 25, Nähraum 2. Etage	65 €
	Sa. 20.01.2024	10.00-17.00 Uhr	2x
Kreativer Ressourcenworkshop: Wege gehen			
F 0401 a	Susann Steinhagen	U2, Kreativraum Untergeschoß	96,00 €
	Fr. 26.01.2024	17.30-19.30 Uhr	2x
Nähmarathon			
F 0340 a	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	58,00 €
	Sa. 27.01.2024	9.00-17.00 Uhr	1 x
Resin Art: Gestalte dein eigenes Kunstwerk aus Epoxidharz			
F 0200 a	Polina Andreeva	U2, Kreativraum Untergeschoß	28,00 €
	Mi. 31.01.2024	17.30-21.00 Uhr	1x
Bucket Hats (Fischerhüte) aus alten Hosen nähen			
F 0309 a	Ulla Schlums	Raum 25, Nähraum 2. Etage	65 €
	Sa. 09.03.2024	10.00-17.00 Uhr	2x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Kochen und Genießen

Grundlagenkurs: Basics in der Küche			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
H 0600 a	Di. 09.01.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0601	Fr. 26.01.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0602 a	Di. 06.02.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0603 a	Di. 20.02.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0604	Di. 05.03.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0605	Di. 19.03.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
Die toskanische Küche: Typische Gerichte der Toskana			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
H 0609 a	Mi. 10.01.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0610 a	Mo. 12.02.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0611a	Mo. 11.03.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0612 a	Mi. 27.03.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
Skandinavisch kochen			
H 0513 a	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 13.01.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Basis-Kurs: Pasta in ihrer Vielfalt und Farbigkeit			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
H 0606 a	Mi. 17.01.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0607 a	Fr. 16.02.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0608 a	Mo. 18.03.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
Wunderbares vegetarisches Wintermenü			
H 0523 a	Gudrun Braunsberg	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Fr. 19.01.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Reis, Weizen und Soßiges - von „Syrisch in Vegan“			
H 0710 a	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 07.02.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
Thai Street Food			
H 0512 a	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 10.02.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Falafel, Hummus mit Tahini - von „Syrisch in Vegan“			
H 0711 a	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 21.02.2024	17.30-21.30 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Unsere Offenen Treffs laden euch herzlich ein:
Café Lichtblick donnerstags 14:30 – 16:30 Uhr

Krabbelkäfer mittwochs 10-11:30 Uhr

Café Frische Brise mittwochs 15:45 – 17:45 Uhr
& donnerstags 15:30 – 17:30 Uhr

Deutsche Sprache im Austausch
freitags 10:30 – 12 Uhr