

Kochen und Genießen

Die bunte Vielfalt -
Aus aller Welt

Die koreanische Küche			
H 0511 b	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 06.04.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Mexican Street Food			
H 0501 b	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 20.04.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Best of Brazil			
H 0523 b	Gudrun Braunsberg	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Di. 23.04.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Thai Street Food			
H 0512 b	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 27.04.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Japanische Küche			
H 0505 b	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 25.05.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Israelisch-palästinensische Küche			
H 0508 b	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 08.06.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Highlights aus Asien			
H 0524 b	Gudrun Braunsberg	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Di. 11.06.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Antipasti & Tapas			
H 0509 b	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Do. 04.07.2024	18.30-22.30 Uhr	1x
Die Götter Griechenlands bitten zu Tisch			
H 0525 b	Gudrun Braunsberg	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 10.07.2024	18.00-22.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Unsere Offenen Treffs laden euch herzlich ein:

Kochen und Genießen

Toskana und Meer /
Grundlagen in der Küche

Italienische Pasta in ihrer Vielfalt und Farbigkeit			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	35,00 €
H 0607 b	Di. 16.04.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
H 0608 b	Do. 13.06.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
H 0609 b	Sa. 20.07.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
Grundlagen und Grundtechniken in der Küche (Kurs 1)			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	35,00 €
H 0610 b	Do. 02.05.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
H 0611 b	Do. 06.06.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
H 0612 b	Do. 11.07.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
Eine Reise in die Toskana - Antipasti landestypisch zubereiten			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
H 0600 b	Do. 16.05.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0601 b	Fr. 21.06.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0602 b	Do. 08.08.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
Grundlagen und Grundtechniken in der Küche (Kurs 2)			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	35,00 €
H 0613 b	Fr. 24.05.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
H 0614 b	Fr. 28.06.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
H 0615 b	Do. 25.07.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
Kulinarische Reise in die Toskana mit landestypischen Gaumenfreuden			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	35,00 €
H 0605 b	Fr. 05.07.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
H 0606 b	Fr. 02.08.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
Toskanischer Fisch- und Meeresfrüchte-Eintopf: Cacciucco alla livornese			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
H 0603 b	Sa. 27.07.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
H 0604 b	Fr. 30.08.2024	17.30-21.30 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Café Willkommen dienstags 14:30 – 17:00 Uhr

Kochen und Genießen

„Syrisch in Vegan“
mit Buchautorin Nabila Al Khudari

Finger- und Fastfood - von „Syrisch in Vegan“ mit Buchautorin Nabila Al Khudari			
Jeweils	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
H 0709 b	Mi. 10.04.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
H 0714 b	Mi. 26.06.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Vegane syrische Aufstriche und Hummus mit Tahini-Yogurt - von „Syrisch in Vegan“ - mit Buchautorin Nabila Al Khudari			
H 0710 b	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 24.04.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Reis, Weizen und Soßiges - von „Syrisch in Vegan“ mit Buchautorin Nabila Al Khudari			
Jeweils	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
H 0711 b	Mi. 15.05.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
H 0716 b	Mi. 24.07.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Schuß in den Ofen - von „Syrisch in Vegan“ mit Buchautorin Nabila Al Khudari			
H 0712 b	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 29.05.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Falafel, Hummus mit Tahini - von „Syrisch in Vegan“ mit Buchautorin Nabila Al Khudari			
H 0713 b	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 12.06.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Vegane syrische Aufstriche und syrische Salate - Spezialitäten von „Syrisch in Vegan“ mit Buchautorin Nabila Al Khudari			
H 0715 b	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 17.07.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Vegane syrische Aufstriche und Tabouleh - von „Syrisch in Vegan“ mit Buchautorin Nabila Al Khudari			
H 0718 b	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 28.08.2024	18.00-22.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Deutsche Sprache im Austausch
freitags 10:30 – 12 Uhr

FBS

Evang. Familien-
Bildungsstätte
Nürnberg

Sie finden bei uns auch

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



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

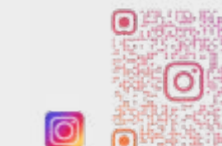
Wir suchen Sie!

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 Pflegenden
Klinik Sonnenbichl gGmbH, Aschau – Prävention und Rehabilitation für Mutter u. Kind

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

FBS

Evang. Familien-
Bildungsstätte
Nürnberg

2024
April / Juli

Unser Kursangebot April bis Juli 2024



Bildung, Beratung und Begegnung

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

www.fbs-nuernberg.de

Körperliche Gesundheit und Bewegung

Yoga- und Wirbelsäulenkurs - denn Bewegung ist alles

B	Dagmar Schneider	Raum 17, 1. Etage	113,00 €
0770 b	Mo. 08.04.2024	9.30-10.45 Uhr	11x

Innere Balance - lebendiges Sein

B	Dagmar Schneider	Raum 17, 1. Etage	103,00 €
0760 b	Mi. 10.04.2024	17.00-18.15 Uhr	10 x

Hormon-Yoga für Frauen in den Wechseljahren

B	Dagmar Schneider	Raum 17, 1. Etage	103,00 €
0761 b	Mi. 10.04.2024	18.45-20.00 Uhr	10x

Rückentraining

B	Dagmar Treis	Raum 17, 1. Etage	60,00 €
0118 b	Di. 30.04.2024	9.30-10.30 Uhr	8x

Rückentraining

B	Dagmar Treis	Raum 17, 1. Etage	60,00€
0119 b	Di. 30.04.2024	10.40-11.40 Uhr	8x

Eltern-Kind-Kurse

Säuglings- und Kleinkindberatung

Margarete Braunschweiger-Hager
Tel.: 0172 8517068



BewegungsRaum: Entspannte Umgebung für die Entwicklung

der Kinder nach reformpädagogischem Verständnis

Für Familien mit Kindern von ca. 1,5 bis 3 Jahren

EKMI	Henriette Bauer	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	154,00 €
0802 b	Do. 11.04.2024	10.45-12.15 Uhr	13x

In Bewegung - Ich & Du“ für Kinder von 3-4 Jahren

EKBE	Zdenka Fischer	Raum 17, 1. Etage	45,00 €
0603 b	Do. 11.04.2024	16.00-17.00 Uhr	5x

Spiel, Spaß und Gemeinschaft in unserer Spielgruppe für Eltern mit Kindern ab 1,5 bis 3 Jahren

EKMI	Barbara Schulz	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	142,00 €
0804 b	Fr. 12.04.2024	10.45-12.15 Uhr	12 x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Unsere Offenen Treffs laden euch herzlich ein:

Eltern-Kind-Kurse

Eltern-Kind-Kochkurs: Vegetarische Köstlichkeiten

für Eltern mit Kindern von 5-12 Jahren

EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	25,00 €
0201 b	Fr. 12.04.2024	15.00-18.00 Uhr	1x

Tanzen und Turnen mit Musik

für Eltern mit Kindern von ca. 1,5 (selbständig laufen) bis 2,5 Jahren

EKBE	Lucie Halamiccek	Raum 17, 1. Etage	75,00 €
0960 b	Di. 16.04.2024	15.45-16.45 Uhr	12x

Tanzen und Turnen mit Musik

für Eltern mit Kindern von ca. 2,5 bis 4 Jahren

EKBE	Lucie Halamiccek	Raum 17, 1. Etage	75,00 €
0961 b	Di. 16.04.2024	17.00-18.00 Uhr	12x

Wir essen einen Regenbogen - kunterbuntes Kochen und Backen mit Obst und Gemüse für Eltern mit Kindern von 5-10 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0307 b	Fr. 19.04.2024	15.30-18.30 Uhr	1x

Von Flaschengeistern und Superkleber - wir zaubern rund um das Thema Brot | für Eltern mit Kindern von 5-10 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0301 b	Fr. 26.04.2024	15.30-18.30 Uhr	1x

Eltern-Kind-Kochkurs: Ofengericht für Eltern mit Kindern von 5-12 J

EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	25,00 €
0202 b	Fr. 03.05.2024	15.00-18.00 Uhr	10x

Baby-Musikgarten Kilili | Alter des Kindes: 3-10 Monate

EKMU	Dr. Sabine Fleischmann	Raum 17, 1. Etage	75,00 €
0450b	Mi. 08.05.2024	13.15-14.00 Uhr	10x

Baby-Musikgarten Kilili | Alter des Kindes: 9-18 Monate

EKMU	Dr. Sabine Fleischmann	Raum 17, 1. Etage	75,00 €
0451b	Mi. 08.05.2024	14.15-15.00 Uhr	10x

Buntes Buffet und Fingerfood - wir backen, kochen und genießen mit allen Sinnen für Eltern mit Kindern von 5-10 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0303 b	Mi. 08.05.2024	15.30-18.30 Uhr	1x

McDonalds DIY - wir machen uns Fast Food selbst!

Für Eltern mit Kindern von 8-12 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0305 b	Fr. 10.05.2024	16.00-19.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Café Lichtblick donnerstags 14:30 – 16:30 Uhr

Eltern-Kind-Kurse

Bohnenpower: Kleine Helden auf deinem Teller

Kochen für Alleinerziehende mit Kind(ern)

EKSO	Ute Ehrck	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	0 €
0714 b	Sa. 11.05.2024	10.00-14.00 Uhr	1x

Von Flaschengeistern und Superkleber - wir zaubern rund um das Thema Brot | für Eltern mit Kindern von 5-10 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0302 b	Fr. 17.05.2024	15.30-18.30 Uhr	1x

Wir essen einen Regenbogen - kunterbuntes Kochen und Backen mit Obst und Gemüse für Eltern mit Kindern von 5-10 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0308 b	Mi. 05.06.2024	15.30-18.30 Uhr	x

Gesundes Picknick - raus ins Grüne für Eltern mit Kindern von 2-4 J.

EKSO	Ute Ehrck	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	0 €
0711 b	Fr. 07.06.2024	16.00-18.00 Uhr	1x

Eltern-Kind-Kochkurs: Gefüllte Paprika für Eltern mit Kindern von 5-12 J.

EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	25,00 €
0203 b	Fr. 14.06.2024	15.00-18.00 Uhr	1x

Bohnenpower: Kleine Helden auf deinem Teller

Kochen für Alleinerziehende mit Kind(ern)

EKSO	Ute Ehrck	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	0 €
0715 b	Sa. 29.06.2024	10.00-14.00 Uhr	1x

Eltern-Kind-Kochkurs: Sommergerichte für Eltern mit Kindern von 5–12 J.

EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	25,00 €
0204 b	Fr. 12.07.2024	15.00-18.00 Uhr	1x

Buntes Buffet und Fingerfood - wir backen, kochen und genießen mit allen Sinnen für Eltern mit Kindern von 5-10 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0304 b	Fr. 19.07.2024	15.30-18.30 Uhr	1x

McDonalds DIY - wir machen uns Fast Food selbst!

Für Eltern mit Kindern von 8-12 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0306 b	Fr. 26.07.2024	16.00-19.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Krabbelkäfer mittwochs 10-11:30 Uhr

Schwangerschaft / Babyzeit

Schlaf gut, Baby!

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	15,00 €
0505 b	Mo. 08.04.2024	20.00-22.00 Uhr	1x

BewegungsRaum: Entspannte Umgebung für die Entwicklung der Kinder nach reformpädagogischem Verständnis Für Familien mit Kindern bis ca. 1 Jahr

EKMI	Henriette Bauer	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	103,00 €
0801 b	Do. 11.04.2024	9.30-10.30 Uhr	13x

Spiel, Spaß und Gemeinschaft in unserer Spielgruppe

Für Eltern mit Kindern bis ca. 1,5 Jahren

EKMI	Barbara Schulz	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	95,00 €
0803 b	Fr. 12.04.2024	9.30-10.30 Uhr	12x

Windeln adé - Abschied von der Windel

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	15,00 €
0507 b	Mi. 17.04.2024	20.00-22.00 Uhr	1x

PEKIP: Förderung und Geborgenheit für dein Baby

jeweils	Ramona Simmet	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	101,00 €
	Montag 29.04.24		10x

EKP 0721 b Baby geb. Jan.- Feb.

13:30-15:00 Uhr

EKP 0720 b Baby geb. Nov.- Dez

15:30-17:00 Uhr

Hilfe, ich habe ein Schreibaby!

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	15,00 €
0509 b	Fr. 17.05.2024	20.00-22.00 Uhr	1x

Hochsensibel, gefühlsstark oder ADHS?

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	15,00 €
0508 b	Mi. 29.05.2024	20.00-22.00 Uhr	1x

Mama werden, Frau sein.

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	15,00 €
0510 b	Mo. 03.06.2024	20.00-22.00 Uhr	1x

wellcome –

Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt

Margit Kaufmann & Andrea Bauerreiß-Krauß

Tel.: 0911 2747665

Mail: nuernberg.nord@wellcome-online.de

nuernberg.sued@wellcome-online.de



Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Café Frische Brise mittwochs 15:45 – 17:45 Uhr

Partnerschaft / Online Kurse

Konflikte konstruktiv lösen:

Kommunikation als Paar und Eltern

PAR	Carolyn Litzbarski	Online-Kurs	10,00 €
0323 b	Mi. 15.05.2024	19.30-21.00 Uhr	1x

Gelassen durch den Familienalltag:

Stressprävention für Eltern

PAR	Carolyn Litzbarski	Online-Kurs	10,00 €
0324 b	Mi. 12.06.2024	19.30-21.00 Uhr	1x

Kreativ und Musik

Nähkurs für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

F	Ulla Schlums	Raum 25, Nähraum 2. Etage	165,00 €
0306 b	Di. 09.04.2024	13.00-16.45 Uhr	7x

Nähen Lernen für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

F	Kamila Sodano	Raum 25, Nähraum 2. Etage	174,00 €
500 b	Mi. 10.04.2024	18.00-21.00 Uhr	8x

Nähkurs am Montag für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	153,00 €
0310 b	Mo. 15.04.2024	18.00-21.00 Uhr	7x

Nähkurs am Mittwoch für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	132,00 €
0301 b	Mi. 17.04.2024	9.00-12.00 Uhr	6x

Nähkurs am Mittwoch für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	132,00 €
0303 b	Mi. 17.04.2024	16.00-19.00 Uhr	6x

Kreativer Ressourcenworkshop: die eigenen Kraftquellen aufspüren

F	Susann Steinhagen	U2, Kreativraum Untergeschoß	96,00 €
0402 b	Fr. 03.05.2024	17.30-19.30 Uhr	2x

Nähmarathon am Samstag

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	58,00 €
0341 b	Sa. 22.06.2024	09.00-17.00 Uhr	1x

Kreativer Ressourcenworkshop: Natur künstlerisch erleben

F	Susann Steinhagen	U2, Kreativraum Untergeschoß	96,00 €
403 b	Fr. 12.07.2024	17.30-19.30 Uhr	2x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Café Frische Brise donnerstags 15:30–17:30 Uhr