

Kochen und Genießen

Die bunte Vielfalt - Aus aller Welt

Indonesisch - raffiniert und exotisch			
H 0502 c	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 07.09.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Eine Reise in die Toskana: Toskanische Antipasti landestypisch zubereiten			
H 0601 c	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Fr. 13.09.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
Bio-regionale, pflanzliche Protein-Power für alle: Entdecke die Vielfalt und Stärke pflanzlicher Eiweißquellen aus der Region!			
H 0309 c	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	0,00 €
	Di. 24.09.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Syrische Küche mit regionalen Zutaten!			
H 0717 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	0,00 €
	Fr. 27.09.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Die spanische Küche			
H 0501 c	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 28.09.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Grundlagen und Grundtechniken in der Küche			
Jeweils	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	35,00 €
H 0602 c	Sa. 05.10.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
H 0606 c	Sa. 07.12.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
Italienische Pasta in ihrer Vielfalt und Farbigkeit			
H 0603 c	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	35,00 €
	Fr. 11.10.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
1001 Nacht - Arabische Küche			
H 0510 c	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 12.10.2024	17.00-21.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

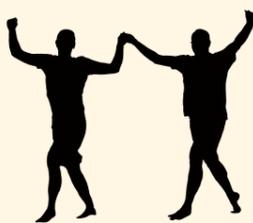
Schon unseren Newsletter abonniert? Gerne anmelden auf www.fbs-nuernberg.de

Kochen und Genießen

Die bunte Vielfalt - Aus aller Welt

Thai Street Food			
H 0512 c	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 26.10.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Kulinarische Reise in die Toskana mit landestypischen Gaumenfreuden			
H 0604 c	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	35,00 €
	Sa. 02.11.2024	17.00-22.00 Uhr	1x
Indisch - einfach lecker			
H 0509 c	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 16.11.2024	17.00-21.00 Uhr	1x
Toskanischer Fisch- und Meeresfrüchte-Eintopf: Cacciucco alla livornese			
H 0605 c	Matthias Apolczer	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 23.11.2024	17.30-21.30 Uhr	1x
Skandinavisch kochen			
H 0513 c	Oliver Löblein	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Sa. 30.11.2024	17.00-21.00 Uhr	1x

Sie brauchen Platz?



Sie möchten mit Kolleg*innen, Freunden, Familie feiern? Dann kommen Sie zu uns! Wir haben zahlreiche verschiedene Räumlichkeiten zur Auswahl - von 40 bis 118 qm². Wie wäre es z.B. mit einem besonderen **Koch-Event**? Dann steht Ihnen unsere große Kochküche zur Verfügung! Mehr Infos hier: www.fbs-nuernberg.de/raumvermietung und www.fbs-nuernberg.de/raumvermietung/das-besondere-event

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

 @familienbildungsstaettnuernberg

Kochen und Genießen

„Syrisch in Vegan“ mit Buchautorin Nabila Al Khudari

Freekeh - ein Gericht aus grünem geröstetem Hartweizen mit Erbsen & Co			
H 0709 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 18.09.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Ouzi - leckere Blätterteigtaschen gefüllt mit nussigem Erbsenreis & Co			
H 0710 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 25.09.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Mujadara - ein Bulgur-Linsen-Topf mit Röstzwiebeln & Co dazu syrische Süßigkeiten (Knafeh)			
H 0711 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 16.10.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Maqloubee - ein pilziger Reiskuchen & Co			
H 0712 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 30.10.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Verschiedene Aufstriche & Kichererbsen in Tahini-Joghurt & dazu syrische Süßigkeiten (Baklava)			
H 0713 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 13.11.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Kabse - Gewürzreis mit Tomatensoße und getrockneten Zitronen			
H 0714 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 27.11.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Verschiedene Aufstriche & Falafel			
H 0715 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 04.12.2024	18.00-22.00 Uhr	1x
Finger- und Fastfood & dazu syrische Süßigkeiten (Basbousa)			
H 0716 c	Nabila Al Khudari	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	29,00 €
	Mi. 11.12.2024	18.00-22.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

 @evang_fbs_nbg

Körperliche Gesundheit und Bewegung

Yin Yoga (auf Englisch)			
B	Suci Zulkarnain	Raum 17, 1. Etage	80,00 €
0301 c	Mo. 02.09.2024	18.00-19.00 Uhr	10x
Trauma Healing Meditation (auf Englisch)			
B	Suci Zulkarnain	Raum 17, 1. Etage	60,00 €
0302 c	Mo. 02.09.2024	19.15-20.00 Uhr	10 x
Innere Balance - lebendiges Sein			
B	Dagmar Schneider	Raum 17, 1. Etage	125,00 €
0760 c	Mi. 11.09.2024	17.00-18.15 Uhr	12x
Kurberatung und -vermittlung für Mütter, Väter, Pflegende			
Online, persönlich oder telefonisch möglich! Nehmen Sie gerne Kontakt auf unter 0911 6806-120 oder per Email: muettergenesung@frauenwerk-stein.de			
Meditationsabend - Entspannung vom Alltag für Männer und Frauen			
B	Britta Christin Kehr	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	65,00 €
0700 c	Fr. 13.09.2024	19.00-21.00 Uhr	4x
Online-Fit			
B	Maike Nagel	Online-Kurs	58,00 €
0201 c	Mo. 16.09.2024	18.30-19.30 Uhr	8x
Yoga-Kurs			
jeweils	Dagmar Schneider	Raum 17, 1. Etage	85,00 €
B 0770 c	Mi. 18.09.2024	18.45-20.00 Uhr	8x
B 0771 c	Fr. 20.09.2024	9.45-11.00 Uhr	8x
Rückentraining			
jeweils	Dagmar Treis	Raum 17, 1. Etage	60,00 €
B 0118 c	Di. 08.10.2024	9.30-10.30 Uhr	8x
B 0119 c	Di. 08.10.2024	10.40-11.40 Uhr	8x
Vortrag: Bringe wieder mehr Freude und Leichtigkeit in Dein Leben			
B	Britta Christin Kehr	TEE-Küche 1 Stock Vorraum	15,00 €
0701 c	Fr. 08.11.2024	18.30-20.30 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Cafe Lichtblick donnerstags 14:30 - 16:30 Uhr



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!










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 im FrauenWerk Stein gGmbH, Nürnberg
- Evang. Familien-Bildungsstätte »Elly Heuss-Knapp« gemeinnützige GmbH im FrauenWerk Stein, München
- Klinik Hohes Licht gemeinnützige GmbH im FrauenWerk Stein, Oberstdorf
- Klinik Sonnenbichl gGmbH im FrauenWerk Stein e.V., Aschau



Evang. Familien-Bildungsstätte Nürnberg

Aug / Dez 2024

Unser Kursangebot August bis Dezember 2024



Herzlich willkommen!
Welcome!
اهلاً و سهلاً!
Тепле привітання!

Bildung, Beratung und Begegnung



Eltern-Kind-Kurse

Bayerische Brotzeit frisch aus dem Ofen
Für Eltern mit Kindern von 5-10 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	jew.26,00 €
0301 c	Mi. 04.09.2024	15.30-18.30 Uhr	1x
0302 c	Fr. 08.11.2024	15.30-18.30 Uhr	1x

BewegungsRaum: Entspannte Umgebung für die Entwicklung der Kinder nach reformpädagogischem Verständnis | Für Familien mit Kindern von 1 1/2 bis 3 Jahren

EKMI	Henriette Bauer	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	154,00 €
0802 c	Do. 12.09.2024	10.45-12.15 Uhr	13x

Eltern-Kind-Kochkurs am Weltkindertag: Power zum Schulanfang | Für Eltern mit Kindern im Alter von 5 - 12 Jahren

EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0202 c	Fr. 20.09.2024	15.00-18.00 Uhr	1x

„Mama, was machst du da?!“ - Yoga für Eltern und Kinder von 2 - 4 Jahren

EKBE	Zdenka Fischer	Raum 17, 1. Etage	44,00 €
0601 c	Sa. 21.09.2024	10.00-11.30 Uhr	4x

Tanzen und Turnen mit Musik
mit Kindern von ca. 1,5 (selbständig laufen) bis 2,5 Jahre

EKBE	Lucie Halamicsek	Raum 17, 1. Etage	56,00 €
0960 c	Di. 24.09.2024	15.45-16.45 Uhr	9x

Tanzen und Turnen mit Musik
mit Kindern von 2,5 bis 4 Jahren

EKBE	Lucie Halamicsek	Raum 17, 1. Etage	56,00 €
0961 c	Di. 24.09.2024	17.00-18.00 Uhr	9x

Große Hände - kleine Hände
für Eltern mit Kindern von 3 - 7 Jahren

EKKR	Susann Steinhagen	U2, Kreativraum Untergeschoss	61,00 €
0962 c	Di. 24.09.2024	16.00-17.30 Uhr	6x

In einem kleinen Apfel
Bunte Herbstküche für Eltern mit Kindern von 2 - 4 Jahren

EKSO	Ute Ehrck	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	0 €
0712 c	Fr. 27.09.2024	16.00-18.00 Uhr	1x
0713 c	Fr. 18.10.2024	16.00-18.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Unsere Offenen Treffs laden euch herzlich ein:

Eltern-Kind-Kurse

McDonalds DIY - wir machen uns Fast Food selbst!
Für Eltern mit Kindern von 8-12 Jahren

EKSO	Lisa Barthelme	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	jew.26,00 €
0306 c	Mi. 23.10.2024	15.30-18.30 Uhr	1x
0305 c	Mi. 20.11.2024	15.30-18.30 Uhr	1x

Eltern-Kind-Kochkurs: Halloween
Für Eltern mit Kindern im Alter von 5 - 12 Jahren

EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0201 c	Fr. 25.10.2024	15.00-18.00 Uhr	1x

Abenteuer in der Natur - die Waldzwerge

EKBE	Maike Nagel	außer Haus	0 €
0965 c	Sa. 26.10.2024	10.30-12.00 Uhr	1x
0966 c	Fr. 08.11.2024	15.30-17.00 Uhr	1x

Bohnenpower: Kleine Helden auf deinem Teller
Kochen für Alleinerziehende mit Kind(ern)

EKSO	Ute Ehrck	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	0 €
0714 c	Di. 29.10.2024	10.00-14.00 Uhr	1x
0715 c	Sa. 07.12.2024	10.00-14.00 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	jew.26,00 €
0307 c	Mi. 06.11.2024	15.30-18.30 Uhr	1x
0308 c	Fr. 22.11.2024	15.30-18.30 Uhr	1x

Eltern-Kind-Kochkurs: Herbstliches Menü
Für Eltern mit Kindern im Alter von 5 - 12 Jahren

EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0203 c	Fr. 15.11.2024	15.00-18.00 Uhr	1x

Leuchtende Augen und Zimtaroma
Gesunde Weihnachtsküche für Kinder von 2 bis 4 Jahren

EKSO	Ute Ehrck	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	0 €
0716 c	Fr. 22.11.2024	16.00-18.00 Uhr	1x
0717 c	Fr. 29.11.2024	16.00-18.00 Uhr	1x

Eltern-Kind-Kochkurs Weihnachtsstimmung
Für Eltern mit Kindern im Alter von 5 - 12 Jahren

EKSO	Mufida Khalil	Raum 13, Lehrküche 1. Etage	26,00 €
0204 c	Fr. 13.12.2024	15.00-18.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

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

Schwangerschaft / Babyzeit

Mamaworkout mit Babybauch

SCHW	Marah Noack	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	jew. 58,00 €
0601 c	Di. 10.09.2024	18.15-19.15 Uhr	7x
0602 c	Di. 29.10.2024	18.15-19.15 Uhr	7x

Hochsensibel, gefühlsstark oder ADHS?

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	15,00 €
0513 c	Mi. 11.09.2024	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 c	Do. 12.09.2024	9.30-10.30 Uhr	13x

Mamaworkout Rückbildung

SCHW	Marah Noack	Raum 17, 1. Etage	98,00 €
0600 c	Do. 12.09.2024	10.00-11.15 Uhr	10x

Fit mit Baby

EKBE	Maike Nagel	Raum 17, 1. Etage	65,00 €
0964 c	Mo. 16.09.2024	9.30-10.30 Uhr	8x

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

EKMU	Dr. Sabine Fleischmann	Raum 17, 1. Etage	75,00 €
0450 c	Mi. 25.09.2024	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 €
0451 c	Mi. 25.09.2024	14.15-15.00 Uhr	10x

PEKiP: Förderung und Geborgenheit für dein Baby
(geb. März 24 bis Mai 24)

EKP	Silke Arke	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	110,00 €
0717 c	Di. 01.10.2024	11.30-13.00 Uhr	11x

PEKiP: Förderung und Geborgenheit für dein Baby
(geb. Juni 2024 bis Juli 2024)

EKP	Silke Arke	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	110,00 €
0718 c	Di. 01.10.2024	9.30-11.00 Uhr	11x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

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

Schwangerschaft / Babyzeit

Babymassage

SCHW	Maike Nagel	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	30,00 €
0518 c	Mi. 02.10.2024	9.15-9.45 Uhr	6x

Beikost Baby!

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	11,00 €
0506 c	Mi. 09.10.2024	20.00-21.30 Uhr	1x

Windeln adé - Abschied von der Windel

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	11,00 €
0507 c	Do. 10.10.2024	20.00-21.30 Uhr	1x

Kinderkrankheiten natürlich lindern

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	15,00 €
0510 c	Sa. 02.11.2024	10.00-12.00 Uhr	1x

Schlaf gut! Rund um einen erholsamen Kinderschlaf

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	11,00 €
0508 c	Mi. 13.11.2024	10.00-12.30 Uhr	1x

Zähne putzen, Nägel schneiden, Haare kämmen

SCHW	Maike Nagel	Online-Kurs	11,00 €
0514 c	Mi. 20.11.2024	20.00-21.30 Uhr	1x

Säuglings- und Kleinkindberatung
Margarete Braunschweiger-Hager
Tel.: 0172 8517068



Sonderveranstaltungen

Crashkurs Erste Hilfe // Kindernotfälle

SO	Doris Kraetsch	Raum 22, 2. Etage	15,00 €
8001 c	Do. 17.10.2024	19.30-21.30 Uhr	1x

Erste Hilfe am Säugling & Kleinkind // Kindernotfälle

SO	Doris Kraetsch	Raum 22, 2. Etage	60,00 €
8000 c	So. 17.11.2024	9.30-15.00 Uhr	1x

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Krabbelkäfer mittwochs 10-11:30 Uhr

Weitere Eltern-Kind-Angebote

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



Die pädagogische Idee im Café

Im Rahmen unseres Offenen Treffs Café „Frische Brise“ findet einmal im Monat eine besondere Veranstaltung mit Tipps rund ums Familienleben in entspannter Atmosphäre statt. Es besteht die Möglichkeit für einen persönlichen Austausch. Herzlich Willkommen sind interessierte Eltern mit Kindern von 0 bis 5 Jahren.

Die pädagogische Idee im Café:

Kindergesundheit - Typische Herbstinfektionen

EKFB	Doris Kraetsch	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	0 €
0063 c	Do. 26.09.2024	16.00-17.00 Uhr	1x

Die pädagogische Idee im Café:

Windel adé - Abschied von der Windel

EKFB	Maike Nagel	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	0 €
0064 c	Mi. 23.10.2024	16.00-17.00 Uhr	1x

Die pädagogische Idee im Café: **Geschwisterleben**

EKFB	Maike Nagel	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	0 €
0065 c	Do. 14.11.2024	16.00-17.00	1x

Die pädagogische Idee im Café:

Schlaf gut. Rund um einen erholsamen Kinderschlaf

EKFB	Maike Nagel	Mini-Club-Raum 24, 2. Etage	0 €
0066 c	Mi. 04.12.2024	16.00-17.00 Uhr	1x

Lösung und Perspektiven finden

Die Erziehungs-, Paar- und Lebensberatung der Stadtmission Nürnberg e.V. berät Sie auch in unseren Räumlichkeiten! Termin ausmachen: <https://fbs-nuernberg.de/beratung/erziehung-paar-lebensberatung/>

Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Café Willkommen dienstags 14:30 – 17:00 Uhr

Kreativ und Musik

Nähkurs am Montag
Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	174,00 €
0310 c	Mo. 09.09.2024	18.00-21.00 Uhr	8x

Nähkurs am Mittwoch
Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	174,00 €
0301 c	Mi. 11.09.2024	9.00-12.00 Uhr	8x

Nähkurs am Mittwoch
Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	174,00 €
0303 c	Mi. 11.09.2024	17.00-20.00 Uhr	8x

Nähkurs für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

F	Ulla Schlums	Raum 25, Nähraum 2. Etage	170,00 €
0306 c	Do. 12.09.2024	13.00-16.45 Uhr	7x

Nähen Lernen für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

F	Kamila Sodano	Raum 25, Nähraum 2. Etage	130,00 €
0500 c	Mi. 18.09.2024	18.00-21.00 Uhr	6x

Nähmarathon am Samstag

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	60,00 €
0341 c	Sa. 28.09.2024	9.00-17.00 Uhr	1x

Nähmarathon am Samstag

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	60,00 €
0342 c	Sa. 26.10.2024	9.00-17.00 Uhr	1x

Nähmarathon am Samstag

F	Gertraud Thumann	Raum 25, Nähraum 2. Etage	60,00 €
0343 c	Sa. 30.11.2024	9.00-17.00 Uhr	1x

Unsere Integrationskurse und weitere Angebote zum Thema Migration
Familien mit Migrationshintergrund finden bei uns viele Angebote, um den Alltag in einer manchmal noch fremden Umgebung gut bewältigen zu können <https://www.fbs-nuernberg.de/beratung/sprache-und-integration/>



Nähere Infos und Anmeldung zu unseren Kursen online!

Deutsche Sprache im Austausch
freitags 10:30 – 12 Uhr