

Programm
Herbst/Winter
2026/2027



LebensKunst

Bildung. Beratung. Begegnung.

das haus der evang.-
luth. kirche in nürnberg

**eck
stein**

4 Das besondere Thema: LebensKunst

Resilienz – Widerstandskraft für Mensch und Gesellschaft in der Krise
Online-Ateliers der LebensKunst | Johannesoffenbarung – Apokalypse now?
LebensKunst in Bibel und Koran

11 Politik · Gesellschaft · Verantwortung

Plastikflut! | Die Renaissance der Rollenbilder | Religion: Friedensstifter oder Brandbeschleuniger?
Midterms in den USA | Demokratie unter Druck | Sozialpolitischer Buß- und Bettag

17 Religion · Spiritualität · Dialog

Wege nach innen: Meditation – Kontemplation | Mit Ulrich Schaffer im Gespräch
Spiritualität und Mystik | TACHELES | Kirchenräume neu denken | forum Christen – Muslime
Bibel im Fokus | Reformationstag: Evangelisch. Wozu? | Achtsam – Heilsam

35 Leben · Begleitung · Orientierung

FamilienZeit – ZeitFürMich | Liebe, Wut und Geschwisterbande | Trennung – Scheidung
Trauer – ENDlich leben | Leben: Besinnen – Orientieren – Bejahen | Demenz verstehen

46 Kompetenz · Qualifikation · Beratung

Präsenz. Klarheit. Ausdruck. | Handwerkszeug für die Bildung | Kirche der Zugehörigkeit
Achtsamkeitsbasierte Selbsterfahrung | Deeskalation und Selbstschutz | Ehrenamt – Aus der
Quelle wirken | Biografiearbeit: Trauer, Verletzlichkeit, Sinn | Die Jahreslosung 2027 | Kintsugi

54 Kunst · Kultur · Kreativität

Musik und Literatur | 50 Jahre Weißblaues Beffchen | Astrid Lindgren
WortSpielRaum | Die Blaue Stunde | Malen und Gestalten | Wege und Reisen

61 Körper · Geist · Gesundheit

Yoga – Feldenkrais – QiGong | Herzkohärenz – Atemkraft – Achtsamkeit
Singen – Rhythmus – TanzDichGanz

70 Tagen im eckstein

72 eckstein Einrichtungen

75 Kursübersicht

das haus der evang.-
luth. kirche in nürnberg



LebensKunst

beginnt vielleicht dort, wo wir aufhören, nach vollkommen sicherem Boden zu suchen – und lernen, dem eigenen Gleichgewicht zu vertrauen.

Das Titelbild greift diesen Gedanken auf. Es erzählt von der Bereitschaft, sich auf das Leben einzulassen – mit offenen Armen, Schritt für Schritt, aufmerksam und im Vertrauen darauf, immer wieder die eigene Balance zu finden.

Vielleicht beschreibt ein Wort diese Haltung besonders treffend: **Trotzkraft**. Die Psychologie spricht von **Resilienz**. Wir verstehen darunter die Fähigkeit, dem Leben nicht auszuweichen, sondern ihm mit Hoffnung, Kreativität und Gestaltungslust zu begegnen. Nicht, weil alles leicht ist, sondern **trotzdem**. Oder gerade deshalb.

Gesellschaftliche Entwicklungen besser verstehen, Verantwortung übernehmen, Gesundheit und seelisches Wohlbefinden stärken, spirituelle Fragen vertiefen, Kunst und Kultur erleben und neue Kompetenzen entwickeln – all das sind unter-

schiedliche Wege, der eigenen **LebensKunst** nachzuspüren. Sie erschöpft sich nicht im Blick auf das eigene Leben. Sie zeigt sich auch darin, füreinander einzustehen, das Miteinander aktiv mitzugestalten und unserer Gesellschaft trotz aller Herausforderungen mit Offenheit und Zuversicht zu begegnen.

So unterschiedlich unsere Veranstaltungen auch sind – sie leben von der Überzeugung, dass Lernen, Begegnung und Austausch Menschen stärken.

Wir laden Sie ein, neugierig zu bleiben, neue Perspektiven kennenzulernen, Vertrautes zu hinterfragen und sich auf bereichernde Begegnungen einzulassen.

Wir wünschen Ihnen viele inspirierende Entdeckungen – und den Mut, der eigenen Lebenskunst zu vertrauen.

Susanne-Katrin Heyer

Studienleiterin

evangelische stadtakademie nürnberg



Das besondere Thema: LebensKunst

30. SEPTEMBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Resilienz – Die Kunst der Widerstandskraft

Resilienz ist das Zauberwort unserer Zeit. Die besondere Fähigkeit des Menschen, Krisen und schwierige Lebensverhältnisse zu bewältigen und aus dieser Bewältigung gestärkt wieder ins Leben zu treten, ist in unserer von psychischen Belastungen geprägten Arbeitswelt gefragt – denn je. Der Vortrag bietet einen Überblick über den aktuellen Forschungsstand, zeigt wie Resilienzförderung zur Prävention eingesetzt werden kann und erklärt, wie man ausgewählte Resilienzfaktoren als Schutzmechanismen gegen Stress und psychische Erkrankungen trainieren kann.

Dr. Isabella Helmreich

Psychologische Psychotherapeutin, Leitung „Resilienz und Gesellschaft“ am Leibniz-Institut für Resilienzforschung Mainz

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Mittwoch, 30.09.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: 2 bis 8 Euro (*pay what you can! siehe Seite 8; Abendkasse)

Anmeldung bis 30.09.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311855

Entdecken Sie weitere LebensKunst-Themen
in den anderen Kategorien mit dem

 -Symbol!

1. OKTOBER

VORTRAG – DISKUSSION

Survival of the Richest?

Wie der christliche Glaube zu neuen Wirtschaftsformen führt

Kann christlicher Glaube die Wirtschaft verändern? Wer das Evangelium ernst nimmt, entdeckt darin Impulse für Verantwortung, Gemeinwohl und ein neues Verständnis von Eigentum und Arbeit. Der christliche Glaube eröffnet Perspektiven auf Wirtschaftsformen, die nicht allein auf Gewinn, sondern auf Gerechtigkeit, Solidarität und Menschenwürde ausgerichtet sind. Ein Denkanstoß für alle, die Wirtschaft neu denken wollen.

Dr. Martin Hoffmann Pfarrer und Professor i.R. | **Ort:** eckstein, E.01 | **Zeit:** Donnerstag, 01.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie! | **Anmeldung** erbeten bis 01.10.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311970

AB 6. OKTOBER

ONLINE-SEMINARE

Online-Ateliers der LebensKunst

Impuls – Austausch – Kreatividee



Eine Stunde zum Innehalten, Auftanken und Inspirieren lassen: Die Online-Ateliers der LebensKunst laden dazu ein, neue Perspektiven zu entdecken, Gedanken zu teilen und kleine Anregungen für den Alltag mitzunehmen. Freu dich auf anregende Themen, persönliche Reflexion, Austausch in wertschätzender Atmosphäre und eine kreative Idee zum Weiterdenken oder Ausprobieren!

Kompakt. Inspirierend. Verbunden. Bewusst eine Stunde am späten Nachmittag für Dich. Eine heilsame Unterbrechung und Einladung zur LebensKunst!



Christine Ursel Religionspädagogin, Coach, Prädikantin

Ort: Online via ZOOM | **Kosten:** kostenfrei | **Anmeldung** bis einen Tag vor der jeweiligen Veranstaltung (siehe QR-Code)

Farben meines Lebens

Dienstag, 06.10.2026
17.17 – 18.18 Uhr

KURS 200270

Loslassen

Montag, 23.11.2026
17.17 – 18.18 Uhr

KURS 200275

Verbundenheit

Donnerstag, 10.12.2026
17.17 – 18.18 Uhr

KURS 200277

Zuversicht

Dienstag, 26.01.2027
17.17 – 18.18 Uhr

KURS 200280

Fragment und Mosaik

Dienstag, 16.02.2027
17.17 – 18.18 Uhr

KURS 200283

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

14. OKTOBER

VORTRAG – DISKUSSION

Wie resilient ist unsere Demokratie?

Unsere politische Landschaft hat sich nachhaltig verändert: Die deutlichen Zugewinne der AfD bei den Landtagswahlen in Baden-Württemberg sowie den bayrischen Kommunalwahlen 2026 haben die Kräfteverhältnisse verschoben. Auch bei den Landtagswahlen in Sachsen-Anhalt und Mecklenburg-Vorpommern ist offen, ob sich stabile demokratische Mehrheiten bilden lassen. Es stellen sich zentrale Fragen: Wie widerstandsfähig ist unsere Demokratie? Ist die Brandmauer gegenüber der AfD weiterhin der richtige Weg oder braucht es neue Formen des politischen Umgangs? Und wie können demokratische Parteien verloren gegangenes Vertrauen zurückgewinnen?

Prof. Dr. Ursula Münch Direktorin der Akademie für Politische Bildung, Tutzing

Martin Becher Leiter der Fachstelle für Demokratie und gesellschaftliches Miteinander (ELKB)

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Mittwoch, 14.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 14.10.2026

Kooperation mit Fachstelle Demokratie und gesellschaftliches Miteinander (ELKB)

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311817



20. OKTOBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Islamische Perspektiven auf Resilienz in Zeiten von multiplen Krisen

Wie stärkt der Islam die Widerstandskraft in einer Welt voller Unsicherheiten? Der Beitrag beleuchtet Resilienz aus islamischer Sicht und zeigt, wie Glaube, Spiritualität, Gemeinschaft und ethisches Handeln Orientierung in Zeiten multipler Krisen bieten. Er verbindet religiöse Quellen mit aktuellen Herausforderungen und eröffnet Impulse für einen verantwortungsvollen Umgang mit dem gesellschaftlichen Wandel.

Yasemin Amber Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Zentrum für Islamische Theologie, Münster

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Dienstag, 20.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 20.10.2026

Kooperation mit Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus, Begegnungszentrum Brücke-Köprü, Muslimisches Bildungswerk Bayern

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311857

**Auf dem
Laufenden bleiben!**

Mit dem Newsletter der evangelischen stadtakademie nürnberg. Melden Sie sich einfach über den QR-Code an!





AB 22. OKTOBER

THEMENREIHE

Trotzkraft in dunklen Zeiten – die Johannesoffenbarung

Lange Zeit war das letzte Buch der Bibel mit seinen surrealen Visionen die Sache einiger schrulliger Frommer, die das Datum des Weltuntergangs ausrechneten. Heute wird die Johannesoffenbarung häufig politisch missbraucht, gerade von Seiten der Trump-Regierung und der mit ihr verbundenen evangelikalen Christen. In dieser Reihe wird die Apokalypse als ein Buch ausgelegt, das die unsere Welt zerstörenden Machtstrukturen enthüllt und uns zum Widerstand ermutigt. Die Offenbarung ist nicht schöpferfeindlich, sosehr sie um das Dunkle und Böse weiß. Am Ende steht nicht die radikale Vernichtung, sondern die große, von Gott bewirkte Verwandlung, die im Symbol vom neuen Jerusalem ihren Ausdruck findet.

Dr. Peter Aschoff Pfarrer und **Dr. Peter Hirschberg** Leiter spirituelles zentrum im eckstein

Ort: eckstein, 5.01 | **Kosten:** Wir freuen uns über Spenden | **Anmeldung** erwünscht, aber nicht zwingend

Zeitenwende statt Weltende: was die Apokalypse enthüllt

Zeit: Donnerstag, 22.10.2026
19.00 – 21.00 Uhr

KURS 411981

Wem gehört die Offenbarung: Trump, Thiel, den Mullahs oder den Friedfertigen?

Zeit: Donnerstag, 14.01.2027
19.00 – 21.00 Uhr

KURS 411984

Verliebt in den Untergang? Trotz und Resilienz als spirituelle Früchte

Zeit: Donnerstag, 12.11.2026
19.00 – 21.00 Uhr

KURS 411982

Von Menschen und Monstern: die Macht der Ohnmächtigen

Zeit: Donnerstag, 04.02.2027
19.00 – 21.00 Uhr

KURS 411985

Die Metamorphose der Welt – wie Advent und Neuschöpfung zusammengehören

Zeit: Donnerstag, 10.12.2026
19.00 – 21.00 Uhr

KURS 411983

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN



27. OKTOBER

LESUNG – GESPRÄCH

Die Kraft des Trotzdem

Wie man weitermacht, auch wenn's schwierig wird

Wie kann echte Zuversicht wachsen – mitten in Krisen, Zweifeln und Herausforderungen? Der Vortrag nimmt uns mit auf eine ermutigende Reise zu neuer Hoffnung. Offen, tiefgründig und nahbar zeigt er, wie wir auch in dunklen Zeiten neue Stärke finden können. In einem Zusammenspiel aus Theologie, Psychologie und Philosophie eröffnet er neue Wege zu innerer Klarheit und tragfähigen Perspektiven. Dabei wird klar: Selbst in den schwersten Momenten kann die Kraft des „Trotzdem“ tragen. Für alle, die spüren: Da wartet noch Gutes auf mich!

Tilman Haberer Pfarrer i.R., Integrale Theologie

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Dienstag, 27.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: 2 bis 8 Euro (*pay what you can! siehe Hinweis; Abendkasse)

Anmeldung bis 27.10.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311835

28. OKTOBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Burnout in der Bibel

Kraftlos, erschöpft, dem Zusammenbruch nahe: Der Prophet Elia kann nicht mehr weiter. Er hat alles gegeben. Er flieht in die Wüste und wünscht sich zu sterben. Der Vortrag betrachtet anhand des biblischen Elia, wie Raubbau an sich selbst in (scheinbar) ausweglose Situationen führen kann. Durch die Musik von Felix Mendelssohn Bartholdy ist Raum, auch den eigenen Erschöpfungszuständen nachzuspüren – und Kräften und Mächten, die zärtlich, aber auch handfest berühren.

Susanne Bammessel Pfarrerin,
Seelsorgerin am Klinikum Süd

Ort: Bibelmuseum, Lorenzer Platz 10

Zeit: Mittwoch, 28.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: 8 Euro | 2 Euro (Abendkasse)

Anmeldung bis 28.10.2026

Kooperation mit Bibel Museum Bayern

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 311954

**Pay what
you can!*

Für ausgewählte Veranstaltungen der evangelischen stadtakademie nürnberg gilt ein alternatives Bezahlmodell:

Zahlen Sie an der Abendkasse den Preis, der Ihren finanziellen Möglichkeiten entspricht – ohne Nachweispflicht! Damit leisten Sie einen fairen Beitrag, unsere Kosten zu decken.

24. NOVEMBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Mehr als zart besaitet – Leben mit Hochsensibilität

Hochsensible Menschen nehmen Reize, Gefühle und Stimmungen oft intensiver wahr – sie haben quasi keinen „Spam-Filter“. Wie kann daraus Stärke wachsen? Der Vortrag führt in die Hochsensibilität ein und zeigt, wie Sensibilität und Resilienz zusammenwirken können. Eine Einladung zum Austausch über menschliche Vielfalt und persönliche Ressourcen.

Kathrin Imke Kommunikationstrainerin, Coach, Resilienz-Beraterin, Mediatorin

Ort: eckstein, Lounge

Zeit: Dienstag 24.11.2026 | 18.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 2 bis 8 Euro (*pay what you can! siehe Seite 8; Abendkasse)

Anmeldung bis 24.11.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311962

26. JANUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Hoffnung, die trägt – Kraft finden in bewegten Zeiten

Wie können wir Krisen bewältigen, ohne den Mut zu verlieren? Der christliche Glaube eröffnet Perspektiven, die Hoffnung schenken und innere Stärke wachsen lassen. Entdecken Sie, wie Resilienz und Spiritualität zusammenwirken und welche Impulse der Glaube für einen zuversichtlichen Umgang mit den Herausforderungen des Lebens bereithält.

Anne Lüters Pfarrerin, Leiterin „Offene Tür“ Cityseelsorge an St. Jakob

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Dienstag, 26.01.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 26.01.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311995

5. FEBRUAR

ERZÄHLRAUM

Mit LebensKunst durchs neue Jahr

Zum Jahresanfang 2027

Jede Lebensgeschichte ist einzigartig und wertvoll. In einem ErzählRaum entstehen Begegnungen, in denen Erinnerungen, Erfahrungen und Gedanken ihren Platz finden. Im gemeinsamen Erzählen und aufmerksamen Zuhören wachsen Verständnis, Verbundenheit und neue Sichtweisen. LebensKunst bedeutet aber auch, auf das eigene Leben mit Wertschätzung zu blicken. Wir wollen in einem geschützten ErzählRaum Erlebtes teilen und neue Impulse für die Gegenwart und das neue Jahr entdecken. Der ErzählRaum lädt dazu ein innezuhalten – er stärkt das Gefühl des „Gehörtwerdens“ und macht sichtbar, wie wertvoll jede einzelne Lebensgeschichte für uns alle ist.

Team der Dekanatsfrauenbeauftragten

Ort: eckstein, E.01 | **Zeit:** Dienstag, 05.02.2027 | 17.00 – 19.00 Uhr | **Kosten:** 10 Euro | **Anmeldung** bis 25.01.2027

Hinweis: Bitte Extra-Flyer anfordern: dekanatsfrauenbeauftragte.nuernberg@elkb.de oder Tel.: 0911 214-1108

■ DEKANATSFRAUENBEAUFTRAGTE IM EVANG.-LUTH. DEKANATSBEZIRK NÜRNBERG

KURS 500067

21. JANUAR

FÜHRUNG

Kalter Krieg unter Tage

Führung durch den Atombunker unter dem Hauptbahnhof

In Zeiten des Kalten Krieges sollten Schutzbunker die Bevölkerung vor atomaren, biologischen und chemischen Angriffen schützen. Auch in Nürnberg: Entdecken Sie im Hauptbahnhof die Anlage und ihre Technik, die im Ernstfall bis zu 2.500 Menschen für maximal zwei Wochen das Überleben sichern sollte.

Ort: Atombunker im Hauptbahnhof

Zeit: Donnerstag, 21.01.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: 8 Euro | 6 Euro

Anmeldung bis 18.01.2027

Hinweis: Hauptbahnhof Nürnberg, unter der Mittelhalle auf Höhe der Königstorpassage. Eingang: links neben den vier Rolltreppen, die zur Mittelhalle führen (direkt bei „Yorma's“).

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311980

4. FEBRUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Gut vorbereitet für den Ernstfall

Resilienz im Zivilschutz

Was tun, wenn plötzlich der Strom ausfällt, kein Wasser mehr fließt oder eine Überschwemmung den Weg nach draußen versperrt? Krisen kommen oft unerwartet – umso wichtiger ist gute Vorsorge. Wie sieht ein sinnvoller Notvorrat aus? Welche Dokumente braucht es im Ernstfall? Wie lässt sich persönliche Resilienz stärken? Sie erfahren welche Notfall-Infopunkte es in Nürnberg gibt und welche Unterstützung sie im Katastrophenfall bieten.

Stefan Lauber Sachgebietsleiter Bevölkerungsschutz bei der Berufsfeuerwehr Nürnberg

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Donnerstag, 04.02.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 04.02.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311990

10. FEBRUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Verletzbarkeit und Ohn/Macht

Mannsein und Menschsein im Danielbuch

Alle Menschen sind verletzlich, jedoch nicht gleichermaßen. Diese „Vulnerabilität“ wird in Natur- und Geisteswissenschaften erforscht. Am Beispiel des Danielbuches zeigen wir auf, wie in den Erzählungen der Bibel mit Verletzbarkeit umgegangen wird. Es erzählt von Daniel als vulnerablen Mann, der Macht und Ohnmacht am babylonischen Königshof erlebt.

Dr. Uta Schmidt Professorin für Feministische Theologie in Neuendettelsau, Vorsitzende der Europäischen Gesellschaft für theologische Forschung von Frauen, Deutschland

Ort: Bibel Museum Bayern, Lorenzer Platz 10 | **Zeit:** Mittwoch, 10.02.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: 8 Euro | 2 Euro (Abendkasse) | **Anmeldung** bis 10.02.2027 | **Kooperation** mit Bibel Museum Bayern

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 311994

Politik Gesellschaft Verantwortung

Beachten Sie auch:

„Auslaufmodell Menschenrechte?“

Tagung Städtischer und Regionaler
Bildungszentren in der EEB
21. bis 23. September



KURS 311532

29. SEPTEMBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Plastikflut!

Was können WIR dagegen tun?

Wie viel Plastikmüll entsteht weltweit? Wie können wir ihn reduzieren? Was verändert die neue EU-Verpackungsverordnung? Sie erfahren Fakten, überraschende Zusammenhänge und konkrete Handlungsmöglichkeiten für Politik, Wirtschaft und Alltag – und entdecken neue Perspektiven für mehr Nachhaltigkeit!

Waltraud Galaske Das bessere Müllkonzept, Fürth

Helge Kropat Kämmerei, Stadt Konstanz

Tom Kurz Exit Plastik, Berlin

Britta Walthelm Umweltreferentin der Stadt Nürnberg

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Dienstag, 29.09.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 29.09.2026

Kooperation mit Arbeitskreis Plastik des
Bund Naturschutz

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311977



DIE RENAISSANCE DER ROLLENBILDER

Traditionelle Rollenbilder sind wieder im Kommen. Gefragt sind starke, dominante und erfolgreiche Männer. Auch immer mehr Frauen nehmen die traditionelle Hausfrauenrolle an. Nach dem Motto: „Mein Mann verdient das Brot, ich backe es.“ Ist die Emanzipation gescheitert? Wir fragen nach den Wurzeln und gegenwärtigen Auswirkungen dieser Entwicklung.

Kooperation mit Evangelische Hochschule Nürnberg und Evangelische Studierenden Gemeinde

21. OKTOBER

VORTRAG – DISKUSSION

Zurück in die Zukunft? Echte Männer, richtige Frauen.

Alte Rollen, neue Radikalität.
Gender und Rechtsextremismus

„Tradwives“ auf Social Media, Angriffe auf Gleichstellungspolitik, Debatten über „echte Männlichkeit“ und die „natürliche Familie“ – traditionelle Geschlechterrollen erleben derzeit eine überraschende Konjunktur. Doch was auf den ersten Blick wie ein Kulturkampf erscheint, ist auch ein zentrales Element rechtsextremer Ideologien. Der Vortrag beleuchtet historische Kontinuitäten und aktuelle Entwicklungen und zeigt, warum Geschlecht zu einem wichtigen Instrument autoritärer Mobilisierung geworden ist und welche Funktion Geschlechterordnungen für autoritäre und demokratiefeindliche Ideologien erfüllen.

Dr. Andrea König Theologin, forum frauen Werkstatt evangelisch

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Mittwoch, 21.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 21.10.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311915

16. OKTOBER

VORTRAG – GESPRÄCH – PODIUM

Presse- und Meinungsfreiheit unter Druck

Jahrestagung von Anders.Evangelisch.Engagiert (AEE)

Presse- und Meinungsfreiheit zählen zu den Säulen der Demokratie und werden von verschiedenen Seiten angegriffen: Es sind nicht nur Rechtsextremisten, auch die Regierung will über das Informationsfreiheitsgesetz wichtige Beteiligungsmöglichkeiten beschränken. In der Medienlandschaft spielen Geldgeber eine prägende Rolle – und in der Kirche lief der Evangelische Pressedienst Gefahr, aus finanziellen Gründen stark eingeschränkt zu werden.

Alexander Jungkunz Chefpublizist der Nürnberger Nachrichten | **Micha Götz** Multimediareakteur beim Evangelischen Presseverband | **NN** Reporter ohne Grenzen (angefragt)

Ort: eckstein, E.01 | **Zeit:** Freitag, 16.10.2026 | 19.00 Uhr | **Kosten** übernehmen wir für Sie! | **Anmeldung** bis 16.10.2026

Kooperation mit Anders.Evangelisch.Engagiert (AEE)

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311972

11. NOVEMBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Mannsein ist kompliziert geworden

Männer im Spannungsfeld zwischen Tradition und Moderne

Von toxischer Männlichkeit bis zum fürsorglichen Vater in Elternzeit. Was steckt eigentlich dahinter? Das Thema Männlichkeit steht gerade in vielen gesellschaftlichen Kontexten im Fokus und wird heftig und emotional diskutiert. Umso größer der Wunsch oder die Anforderung nach Veränderung, umso mehr Widerstand und Verharren auf „bewährten und tradierten“ Männerrollen. Fällt Männern Veränderung schwerer? Warum Feminismus kein Angriff auf Männer ist, sondern eine Chance zur eMANNzipation.

Matthias Becker Ansprechpartner für Männer und Jungen bei der Stadt Nürnberg

Ort: eckstein, E.01 | **Zeit:** Mittwoch, 11.11.2026
19.00 Uhr | **Kosten:** übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 11.11.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311834

13. JANUAR

VORTRAG – DISKUSSION

Der Tradwife-Trend. Religiös begründet?

Sie inszenieren das Leben als Hausfrau und Mutter, setzen auf traditionelle Rollenbilder und erreichen damit Millionen auf Social Media: sogenannte Tradwives. Doch wie viel Religion steckt hinter dem Trend? Ist die Rückkehr zu klassischen Geschlechterrollen Ausdruck eines konservativen Glaubens – oder vor allem ein digitales Lifestyle-Phänomen? Eine Spurensuche zwischen Selbstbestimmung, Inszenierung und Ideologie.

Hanna Stuhlmüller Bachelor-Arbeit zum Thema

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Mittwoch, 13.01.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 10.01.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311916



7. NOVEMBER

STUDENTAG

Friedensstifter oder Brandbeschleuniger?

Der Beitrag der Religionen zu Krieg und Frieden

Im Namen des Glaubens wird getötet, aber auch versöhnt. Wie provozieren Religionen Unterdrückung und gewalttätige Konflikte? Wie können sie dem Frieden dienen? Der Studentag blickt hinter einfache Zuschreibungen und fragt nach der Verantwortung religiöser Gemeinschaften in Zeiten von Krieg und Polarisierung. Er macht deutlich: Ob Religion trennt oder verbindet, entscheidet sich nicht zuletzt daran, wie Menschen ihren Glauben leben.

Hamad Abdel-Samad Ägyptisch-deutscher Politikwissenschaftler und Publizist

Dr. Markus Weingardt Friedens- und Konfliktforscher

Dr. Irena Pavlovic Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Christliche Publizistik, FAU

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Samstag, 07.11.2026 | 10.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 25 Euro | 10 Euro

Anmeldung bis 02.11.2026

Kooperation mit Arbeitsstelle Kokon, Arbeitskreis Evangelische Erneuerung, Rummelsberger Bruderschaft, Initiativkreis Frieden in der ELKB, Nürnberger Ev. Forum für den Frieden, Ökumenisches Netz Bayern, Pax Christi, Diözesanverband Bamberg

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311852

16. NOVEMBER

VORTRAG – DISKUSSION

Die USA zwischen Demokratie und Diktatur

Wo stehen die Vereinigten Staaten nach den Kongresswahlen?

In den USA ist seit Januar 2025 eine autoritäre Bewegung an der Macht, die es mit ihrem Angriff auf Grundrechte und Verfassungsordnung ernst meint. Wie viel ist von der Widerstandsfähigkeit des demokratischen Systems noch geblieben? Wie reagiert MAGA umgekehrt auf den sich verhärtenden gesellschaftlichen Widerstand? 250 Jahre nach ihrer Gründung befindet sich die amerikanische Republik am Scheideweg zwischen autoritärer Eskalation und demokratischer Erneuerung. Welche Dynamiken und Kräfte werden nun darüber bestimmen, wohin sich der Konflikt entwickelt?

Dr. Thomas Zimmer Historiker, freier Autor und Publizist zur Geschichte und Gesellschaft der USA

Ort: eckstein, E.01

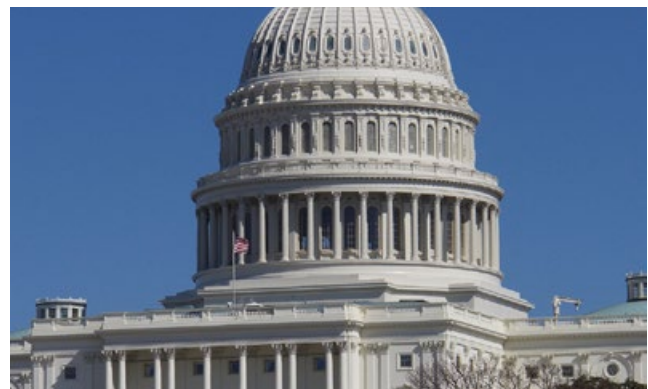
Zeit: Montag, 16.11.2026 | 19.00 Uhr

Kosten übernehmen wir für Sie!

Kooperation mit Petra Kelly Stiftung, Deutsch-Amerikanisches-Institut

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 312005





18. NOVEMBER

SOZIALPOLITISCHER BUSS- UND BETTAG

In welcher Welt willst Du leben?

Impulse für einen Sozialstaat der Zukunft

Rentendebatte, Kranken- und Pflegeversicherung auf dem Prüfstand, Kindergrundsicherung, kurzum: Die Finanzierung der Sozialsysteme ist ein Streitthema in Deutschland. Ein funktionierender Sozialstaat ist aber nicht nur eine Frage des Geldes, sondern der Haltung. Es braucht die Verantwortung aller für das Gemeinwohl: Stärkere, die die Schwächeren unterstützen; einen Gemeinsinn, der andere im Blick hat. Am Ende profitieren alle davon: Arbeitgeber und Arbeitnehmer.

Dr. Ulrich Schneider Hauptgeschäftsführer des Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverbandes (1999 bis 2024)

Alexander Jungkunz Chefpublizist der Nürnberger Nachrichten NN

Ort: Peterskirche, Regensburger Str. 62

Zeit: Mittwoch, 18.11.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Kooperation mit Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus, Evang.-Luth. Dekanat Nürnberg, Deutscher Gewerkschaftsbund Mittelfranken, Katholische Betriebsseelsorge, Katholische Stadtkirche, Kirchlicher Dienst in der Arbeitswelt und Stadtmission Nürnberg

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311941



1. DEZEMBER

FILM UND FILMGESPRÄCH

Innere Emigranten – Überleben in einer autoritären Gesellschaft

Zum Internationalen Tag der Menschenrechte

Drei ehrenamtliche Psycholog:innen einer Moskauer Krisenhotline leisten seit Beginn des Angriffskrieges gegen die Ukraine im Geheimen Telefondienst. Zwischen staatlicher Propaganda, eingeschränkter Meinungsfreiheit und den Bedürfnissen der Hilfesuchenden kämpfen sie um professionelle Integrität, psychische Gesundheit und persönliche Sicherheit. Der Film zeichnet ein Psychogramm der russischen Gesellschaft und zeigt die zerstörerische Wirkung autoritärer Herrschaft auf Zivilgesellschaften.

Lena Karbe gebürtige St. Petersburgerin, Autorin, Regisseurin und Produzentin

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Dienstag, 01.12.2026 | 18.00 Uhr

Kosten: 2 bis 8 Euro

(*pay what you can! siehe Seite 8; Abendkasse)

Anmeldung erbeten bis 01.12.2026

Hinweis: Film in Originalsprache mit deutschen Untertiteln.

Kooperation mit SinN-Stiftung Nürnberg

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311979



2. FEBRUAR

VORTRAG – DISKUSSION

Zwischen Fatalismus und Überdosis

Überlegungen zur Stärkung der Immunabwehr unserer Demokratie

Der Vortrag gibt zunächst einen Überblick über die Grundlagen und den aktuellen Zustand der freiheitlich-rechtsstaatlichen Demokratie. Anhand von Entwicklungen und Erfahrungen aus anderen Ländern zeigt er auf, auf welche Weise und in welchem Ausmaß demokratische Strukturen unter Druck geraten können. Anschließend richtet sich der Blick auf die Widerstandsfähigkeit des Verfassungsstaates: Welche Schutzmechanismen bestehen bereits, wo liegen Schwachstellen und wie lassen sich diese beheben? Abschließend werden Vorschläge vorgestellt, wie sich das politische System gezielt weiterentwickeln und zukunfts-fest stärken lässt.

Peter Küspert ehem. Präsident des Oberlandesgerichts München und des Bayerischen Verfassungsgerichtshofes

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Dienstag, 02.02.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung erbeten bis 02.02.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311969



22. FEBRUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Ukrayina palaye – Die Ukraine brennt

Fünf Jahre Angriffskrieg auf die Ukraine

Seit fast fünf Jahren tobt Russlands völkerrechtswidriger Angriffskrieg gegen die Ukraine. Viele fühlen sich angesichts von Zerstörung und Leid machtlos. Der Nürnberger Feuerwehrbeamte Nils Thal reagierte anders: Seit dem Frühjahr 2022 leistet er ehrenamtlich monatelange Fronteinsätze in der Ukraine – auch in Nürnbergs Partnerstadt Charkiw. „Den furchtbaren Auswirkungen dieser grausamen Angriffe so nahe wie möglich an der Wurzel entgegenwirken!“ Woher nimmt er seine Resilienz? Und woraus schöpfen die Menschen in der Ukraine ihre Kraft?

Nils Thal Nürnberger Feuerwehrmann

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Montag, 22.02.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung erbeten bis 22.02.2027

Kooperation mit der SinN-Stiftung Nürnberg

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 312000

Religion Spiritualität Dialog

AB 14. SEPTEMBER

ÜBUNGSGRUPPEN

Wege nach innen – regelmäßige spirituelle Übungsgruppen

In regelmäßigen Übungsgruppen die eigene Spiritualität finden oder vertiefen: von der Meditation in ihren unterschiedlichen Ausprägungen bis zum Bogenschießen. Bitte beachten Sie unbedingt die Informationen zu den einzelnen Gruppen auf unserer Homepage: www.spirituelles-zentrum-im-eckstein.de

Ort: eckstein, 5.01

Hinweis: Eintritt frei, Spenden erbeten; bequeme Kleidung mitbringen.

Kraft der Stille – offene Meditationsgruppe

Zeit: ab 14.09.2026, jeden Montag (außer feiertags)
19.00 – 20.30 Uhr

Den Bogen spannen, um loszulassen – Übungsgruppe zum meditativen Bogenschießen

Zeit: ab 16.09.2026, jeden ersten und dritten Mittwoch (außer feiertags)
19.30 – 21.15 Uhr

Anmeldung über reinhardkrauss@t-online.de

Meditation zur Marktzeit

Zeit: ab 19.09.2026, jeden Samstag
10.00 – 11.30 Uhr

Hinweis: Bitte vor jedem Treffen Homepage prüfen; meist im eckstein, Display im Foyer beachten.

Im Rhythmus des Atems beten – Herzensgebetsgruppe

Zeit: ab 23.09.2026, jeden zweiten und vierten Mittwoch
19.30 – 21.00 Uhr

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

AB 16. SEPTEMBER

LESUNG MIT GESPRÄCH

Ulrich Schaffer – Online-Vortrag

Wie wir trotz aller Herausforderungen ein gutes, selbstbestimmtes und glückliches Leben führen können!

Ort: Online Zoom-Konferenz | **Kosten:** 18 Euro | 16 Euro | **Anmeldung** bis jeweils am Freitag vorher

Hinweis: Abende einzeln buchbar; Zoom-Link wird am Veranstaltungstag verschickt.



Lebensspendende Bilder – Bilder, von denen wir die Künste des Lebens lernen können

Zeit: Mittwoch, 16.09.2026
19.30 – 22.00 Uhr

KURS 411933

Über die gewählte Blindheit in der Welt

Zeit: Mittwoch, 14.10.2026
19.30 – 22.00 Uhr

KURS 411934

Die „Gewalttätigkeit“ des Normalen – über das übergroße „man“ in unserem Leben

Zeit: Mittwoch, 18.11.2026
19.30 – 22.00 Uhr

KURS 411935

Freundschaft – die große Kostbarkeit in Zeiten der Einsamkeit und Beziehungslosigkeit

Zeit: Mittwoch, 09.12.2026
19.30 – 22.00 Uhr
Hinweis: mit Anja Erz

KURS 411936

Das gründlich untersuchte Leben – „Das nicht untersuchte Leben ist nicht wert von einem Menschen gelebt zu werden.“*

Zeit: Mittwoch, 13.01.2027
19.30 – 22.00 Uhr

KURS 411937

Die Heiligkeit des täglichen Lebens – über das Wachsein und die Achtsamkeit

Zeit: Mittwoch, 17.02.2027
19.30 – 22.00 Uhr

KURS 411938

 SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

*Sokrates

19. SEPTEMBER

SEMINAR

Friede sei mit dir, Friede sei mit mir

Tanzen für den Frieden

Von der UN-Generalversammlung wurde 2001 der 21. September als Weltfriedenstag ausgerufen. Mit Tänzen von Nanni Klope zu den HAGIOS Friedensgesängen von Helge Burggrave werden wir uns auf den Weg des Friedens begeben. Wir stärken unseren inneren Frieden, der versöhnend und verbindend in unsere unmittelbare Umgebung ausstrahlen will und uns auch hilft, uns für den äußeren Frieden einzusetzen. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, Freude an Musik und Bewegung genügen.

Birgit Krauß Dozentin für Meditation des Tanzes – sacred dance | **Ort:** eckstein, E.01 | **Zeit:** Samstag, 19.09.2026
10.00 – 17.00 Uhr | **Kosten:** 20 bis 30 Euro (nach Selbsteinschätzung) | **Hinweis:** bequeme Kleidung und Brotzeit mitbringen.

 SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411858

AB 22. SEPTEMBER

MEDITATION

Einführung in die Basics der Zen-Meditation

Viele Menschen, auch im christlichen Kontext, haben im Zazen ihren spirituellen Weg entdeckt. Wir lernen die inneren und äußeren Haltungen kennen, die der Zen-Meditation zugrunde liegen: Wie sitze ich? Wie halte ich die Hände (mudras)? Was „mache“ ich beim Sitzen? Was hat es mit der Gehmeditation auf sich (Kinhin)? Wir lesen Texte aus der Zen-Tradition und bekommen Anregungen für den Alltag.

Dagmar Bernhardt laienordiniert in der Tradition von Shunryu Suzuki Roshi, S. Francisco Zen Center

Ort: eckstein, 5.01

Zeit: 5x Dienstag, 22.09./29.09./06.10./13.10./20.10.2026
19.00 – 20.45 Uhr

Kosten: 20 Euro

Anmeldung bis 18.09.2026

Hinweis: Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411986

AB 22. SEPTEMBER

ONLINE-SEMINAR

Das mystische Schatzkästchen



Mit Texten von Etty Hillesum und Edith Stein

Etty Hillesum und Edith Stein sind jüdische Frauen, die in radikaler und kompromissloser Ehrlichkeit nach dem Sinn ihres Lebens gesucht haben. Beide hatten eine mystische „Schlagseite“, dachten und schrieben auf hohem intellektuellen Niveau, waren wache und engagierte Zeitgenossinnen in den dunklen Jahren des Nationalsozialismus. Edith Stein konvertierte zum Christentum. Etty Hillesum war als Jüdin eher eine religiöse Grenzgängerin. Wir wollen ihre persönlichsten Texte zu uns sprechen lassen und darüber ins Gespräch kommen.

Dr. Peter Hirschberg Leiter spirituelles zentrum
im eckstein

Ort: Online-Seminar

Zeit: ab 22.09.2026, jeden zweiten und vierten Dienstag
19.00 – 20.30 Uhr (außer im Dezember!)

Kosten: Eintritt frei

Anmeldung bis zum Sonntagabend davor

Hinweis: Der Link wird am Veranstaltungstag zugesandt.

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411953

Save the Date:

Seminar und Konzert mit Helge Burggrabe
28.05.2027 in St. Jakob

Infos ab Oktober auf
www.spirituelles-zentrum-im-eckstein.de



AB 25. SEPTEMBER

SEMINAR

Auf den Spuren der Sehnsucht – keltische Spiritualität

Das keltische Christentum ist ein erstaunliches Phänomen. Im frühen Mittelalter hat es von Irland und Schottland bis in unsere Breiten und darüber hinaus ausgestrahlt. Auch heute ist es eine Quelle von Inspiration für viele, die nach ganzheitlicher Spiritualität suchen: In Kunst und Musik, einem achtsamen Umgang mit der Schöpfung und den alltäglichen Dingen, in einer Art heiligem Fernweh. In Bildern und Geschichten, Impulsen und praktischen Übungen spüren wir dem gemeinsam nach.

Pfarrer Dr. Peter Aschoff und **Martina Aschoff**

Ort: eckstein, 5.01

Zeit: Freitag, 25.09.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr und
Samstag, 26.09.2026 | 10.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 35 Euro | 25 Euro

Hinweis: Samstags bitte Mittagsbrotzeit mitbringen.

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411913



30. SEPTEMBER

SPIRITUELLER ABEND

Zwischen Himmel und Heute Der spirituelle Abend im Bibelmuseum

„Am Anfang aller biblischen Überlieferung steht die Gotteserfahrung.“ So steht es auf einer Schautafel im Bibelmuseum, und man könnte ergänzen: Die Bibel ist nicht nur ein Buch, das aus Gotteserfahrung erwachsen ist. Sie will Menschen ermutigen, auch heute noch heilsame Erfahrungen mit Gott zu machen. An diesem Abend lassen wir uns in der besonderen Atmosphäre des Bibelmuseums von ausgewählten Artefakten und Texten inspirieren. Im Gespräch und in Form kleiner Übungen wollen wir unserer eigenen Spiritualität auf die Spur kommen.

Dr. Peter Hirschberg Leiter spirituelles Zentrum im eckstein

Ort: Eingang Bibelmuseum, Lorenzer Pl. 10

Zeit: Mittwoch, 30.09.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: 8 Euro | 2 Euro

Kooperation mit Bibel Museum Bayern

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411932





AB 2. OKTOBER

EINFÜHRUNG

Den Bogen spannen, um loszulassen – eine Einführung ins meditative Bogenschießen

Meditatives Bogenschießen ist kein sportlicher Wettbewerb. Jeder Schuss ist gleichwertig. Im Wechsel von Spannung und Entspannung üben wir das Loslassen. Ein ritualisierter Schussablauf wechselt ab mit stiller Sitzmeditation. „Die innere Bogenschützin, der innere Bogenschütze“ bekommt neue Impulse: welches Ziel möchte ich wie erreichen, was möchte ich wie loslassen, wie halte ich Balance zwischen Anspannung und Entspannung, und vieles mehr.

Reinhard Krauss Ausbildung und langjährige Erfahrung im spirituellen Bogenschießen

Ort: eckstein, 5.01

Zeit: Freitag, 02.10.2026 | 19.00 – 21.00 Uhr und
Samstag, 03.10.2026 | 10.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 40 Euro | 30 Euro

Anmeldung bis 25.09.2026

Hinweis: Vorkenntnisse nicht erforderlich, Ausrüstung wird gestellt; Bequeme Kleidung; Samstags Brotzeit mitbringen.

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411928



AB 9. OKTOBER

SEMINARTAG

„Ganz tief in mir ist eine Quelle ...“

Eine Einführung in die Praxis des Herzensgebets

Wie können wir zu innerer Ruhe und Sammlung finden? Das Herzensgebet als christliche Meditations- bzw. Kontemplationsform hilft uns, unser inneres Gedankenkarussell zu reduzieren, in die Gegenwart zu finden und sich für Gottes heilsame Gegenwart zu öffnen. Dieser Tag versteht sich als komprimierte Einführung mit ersten Übungen. Allen Teilnehmenden werden in den folgenden zwei Monaten Online-Termine angeboten, um über ihre Erfahrungen zu sprechen und die eigene Praxis zu vertiefen. Wer gemeinsam üben will, kann dies in einer zweiwöchentlichen Herzensgebetsgruppe tun.

Dr. Peter Hirschberg Leiter spirituelles Zentrum im eckstein

Ort: eckstein, 5.01

Zeit: Freitag, 09.10.2026 | 19.00 – 21.00 Uhr und
Samstag, 10.10.2026 | 10.00 – 16.30 Uhr

Kosten: 25 Euro | 10 Euro

Hinweis: Bitte bequeme Kleidung und samstags Brotzeit mitbringen.

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411921



TACHELES

Die Reihe TACHELES will die Vielfalt jüdischen Lebens wahrnehmen und sichtbar machen. Sie nimmt unterschiedliche Perspektiven auf jüdisches Leben in Deutschland ein und zeigt auf kreative und überraschende Weise, wie vielfältig aber auch widersprüchlich, wie faszinierend und vernetzt, wie traditionell und modern dieses Leben ist. TACHELES scheut dabei nicht die Auseinandersetzung und Diskussion um schwierige Themen. Bei allem Diskurs und aller Diskussion steht stets der Dialoggedanke im Vordergrund.

Kooperation mit Akademie Caritas-Pirckheimer-Haus und Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit.

13. OKTOBER

LESUNG – DISKUSSION

Israelis in Deutschland – Zwischen Heimat, Hoffnung und dem 7. Oktober

Berlin war für viele Israelis ein Ort der Freiheit – bis zum 7. Oktober 2023. Die Autorin Andrea von Treuenfeld stellt ihr bewegendes Buch vor, in dem sie Israelis porträtiert, die in Berlin leben. Wie hat der Terror ihre Sicht auf die Wahlheimat verändert? Ein Abend voller persönlicher Einblicke in ein Leben zwischen Sorge um die Familie und dem Alltag in einer veränderten Stadt.

Andrea von Treuenfeld freie Journalistin und Autorin

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Dienstag, 13.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 13.10.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311183



12. NOVEMBER

GESPRÄCH

Listening from the Heart



Parents Circle – Families Forum:
Das Menschliche trotz Konflikt finden

Die Versöhnungsinitiative Parents Circle – Families Forum (PCFF) bringt seit 1995 israelische und palästinensische Familien zusammen, die durch den anhaltenden Nahostkonflikt ein Familienmitglied verloren haben. Trotz ihres Leids setzen sie sich gemeinsam für Dialog und Versöhnung ein. Was können wir von ihnen lernen? Wie gelingt es Menschen mit unterschiedlichen Perspektiven, einander zuzuhören, Empathie zu bewahren und Orientierung zu finden? Die Veranstaltung lädt dazu ein, die 2025 mit dem Internationalen Nürnberger Menschenrechtspreis ausgezeichnete Initiative kennenzulernen, ins Gespräch zu kommen und die eigene Haltung zu reflektieren.

Robi Damelin und **Laila AlSheik** mit weiteren Mitgliedern von PCFF

Ort: Caritas-Pirckheimer-Haus, Königstr. 64

Zeit: Donnerstag, 12.11.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 12.11.2026 unter
akademie@cph-nuernberg.de

Hinweis: Auf Deutsch und Englisch; eine Simultanübersetzung wird angeboten. Bedarf für Übersetzung in Gebärdensprache bitte rechtzeitig angeben.

Kooperation mit Menschenrechtsbüro der Stadt Nürnberg, Nürnberger Menschenrechtszentrum e. V. (NMRZ), Parents Circle Friends Deutschland e. V.

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311963

14. JANUAR

GESPRÄCH

Nürnberg 1946: Gegen alle Widerstände

Jo-Achim Hamburger über den Wiederaufbau
jüdischen Lebens in Nürnberg

Wie konnte nach der Schoa in Deutschland wieder jüdisches Leben entstehen – gegen Widerstände von allen Seiten? Jo-Achim Hamburger berichtet von der Geschichte seiner Familie und dem mutigen Neubeginn seines Großvaters Adolf und seines Vaters Arno Hamburger in Nürnberg nach 1946.

Im Gespräch mit dem Publizisten Hans Böller geht es um Überleben, den Mut zur Wiederbegegnung mit den Tätern, um Versöhnung – und die Frage, welche Bedeutung diese Geschichte für unsere Gegenwart hat.

Jo-Achim Hamburger Vorsitzender der Israelitischen Kultusgemeinde Nürnberg

Hans Böller Journalist bei den Nürnberger Nachrichten

Ort: Caritas-Pirckheimer-Haus, Königstr. 64

Zeit: Donnerstag, 14.01.2027 | 19.00 Uhr

Kosten übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 14.01.2027 unter
akademie@cph-nuernberg.de

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311966



16. FEBRUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Ein Fest der Freude und des Mutes

Purim im jüdischen Festkalender

Am 14. Tag des jüdischen Monats Adar (22. März 2027) feiern unsere jüdischen Freunde das Fest Purim! Aber was hat es damit auf sich? Lernen Sie die Geschichte von Königin Esther kennen, die mit Mut und Entschlossenheit ihr Volk rettete. Erfahren Sie mehr über die Traditionen des Festes – von der Esther-Lesung über Verkleidungen und festliche Speisen bis hin zum Schenken und Teilen. Freuen Sie sich auf interessante Einblicke, Begegnungen und Gespräche.

Steven Langnas Rabbiner der Israelitischen Kultusgemeinde Nürnberg

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Dienstag, 16.02.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 16.02.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311989



15. OKTOBER

SEMINAR – VORTRAG

Tulku Lobsang Rinpoche

Seminar und Abendvortrag

Tulku Lobsang Rinpoche ist ein Gelehrter der tibetisch-buddhistischen Tradition aus Wien und versteht sich als Brückenbauer zwischen Ost und West. Im spirituellen zentrum wird er ein Seminar zum Thema „Liebe“ und am Abend einen Vortrag zur „Dankbarkeit“ halten. Weitere Informationen auf www.spirituelles-zentrum-im-eckstein.de.

Ort: eckstein, E.01

Anmeldung bis 14.10.2026

Hinweis: Veranstaltungen einzeln buchbar;

*ermäßigt für Nürnberg-Pass.

Kooperation mit Nangten Melang Deutschland e.V.

„Die Kraft der Liebe“ – Seminar

Zeit: Donnerstag, 15.10.2026 | 14.00 – 18.00 Uhr

Kosten: 70 Euro | *63 Euro

KURS 411795

„Dankbarkeit als Schlüssel für ein zufriedenes Leben“ – Vortrag

Zeit: Donnerstag, 15.10.2026 | 19.30 – 21.00 Uhr

Kosten: 20 Euro | *17 Euro

KURS 411825

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN



KIRCHENRÄUME NEU DENKEN

Das Projekt „Kirchenräume neu denken“ geht weiter. Auch im Wintersemester werden Kirchengemeinden von einem Seminar der Technischen Hochschule Georg Simon Ohm mit Sozialraumanalysen beraten. Außerdem finden in zwei Kirchengemeinden Ausstellungen mit den Modellen für Kirchenumnutzungen statt, die im Sommersemester entwickelt wurden.

18. OKTOBER

VERNISSAGE

Kirchenmodelle in St. Andreas

Die Kirchengemeinde St. Andreas stellt die von Studierenden im Sommersemester entworfenen Modelle für eine Umnutzung der Kirche einer breiteren Öffentlichkeit vor. Nach der Vernissage wird die Ausstellung an folgenden Tagen geöffnet sein: 20. und 22. Oktober, 17.00 – 19.00 Uhr, 24. Oktober, 11.00 – 15.00 Uhr sowie am Sonntag, 25. Oktober nach dem Gottesdienst.

Ort: St. Andreas, Kleinreuther Weg 97

Zeit: Sonntag, 18.10.2026 | 9.30 Uhr (Vernissage)

Kosten: Eintritt frei

Kooperation mit Kirchengemeinde St. Andreas

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311974

15. NOVEMBER

VERNISSAGE

Kirchenmodelle in der Melanchthonkirche

Die Ausstellung mit Entwürfen zur Umnutzung der Kirche wird mit einer Vernissage eröffnet. Die Modelle sind bis 29. November während der Öffnungszeiten in der Kirche zu sehen.

Ort: Melanchthonkirche, Angerburger Straße 12

Zeit: Sonntag, 15.11.2026 | 10.00 Uhr (Vernissage)

Kosten: Eintritt frei

Kooperation mit Melanchthonkirche

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311975

Forum Christen–Muslime

Im „forum Christen–Muslime“ greift die evangelische stadtakademie theologische und aktuell-politische Fragestellungen rund um die Beziehungen von Christen und Muslimen auf. Angesichts der Situation im Nahen Osten und der aufgeheizten Diskussion in Deutschland möchten wir damit einen Beitrag zu einem differenzierten Austausch leisten.

Die Veranstaltungen werden in Kooperation mit der Akademie Caritas-Pirkheimer-Haus, dem Begegnungszentrum Brücke-Köprü und dem Muslimischen Bildungswerk Bayern getragen.



20. OKTOBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Islamische Perspektiven auf Resilienz in Zeiten von multiplen Krisen



Hinweis: Detailausschreibung siehe Seite 6

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311857

12. NOVEMBER

GESPRÄCH

Listening from the Heart



Parents Circle – Families Forum:
Das Menschliche trotz Konflikt finden

Hinweis: Detailausschreibung siehe Seite 23

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311963

9. DEZEMBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Franz von Assisi und Sultan Muhammad al-Kamil

Dialog der Religionen und Geschwisterlichkeit ohne Grenzen

Unsere multikulturelle Gesellschaft sucht Wege in eine gemeinsame Zukunft. Viele mischen sich ihre Glaubenswelt aus Erfahrungen verschiedener Kulturen. Andere neigen zu Abgrenzung, und nicht wenige entwickeln fundamentalistische Züge. Franz von Assisi und Sultan Muhammad al-Kamil setzten im Fünften Kreuzzug ein prophetisches Zeichen. Der Vortragsabend knüpft an der interreligiösen Begegnung am Nil an und blickt auf deren jüngste Früchte des christlich-islamischen Dialogs.

Niklaus Kuster Schweizer Kapuziner, Franziskusforscher und Buchautor, Kirchen- und Spiritualitätsgeschichte

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Mittwoch, 09.12.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 09.12.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311967

23. OKTOBER

LESUNG – GESPRÄCH

Geborgen und frei – Mystik und Pilgern als Lebensstil

Vorabend zum Pilgerforum mit Pierre Stutz



Pilgern und Mystik verbindet die Sehnsucht nach einer tieferen Wirklichkeit. Pierre Stutz beschreibt Mystik als lebensbejahenden Lebensstil, der Halt gibt und zugleich neue Freiräume eröffnet. Im Gespräch erkunden wir, wie mystische Erfahrungen Menschen seit Jahrhunderten prägen, welche Rolle sie auf Pilgerwegen spielen und wie sie auch heute Orientierung, Kraft und Inspiration schenken können.

Pierre Stutz Theologe, geistlicher Begleiter
Michael Kaminski Rel.Päd. (FH), Pilgerbeauftragter der ELKB (Moderation)

Ort: St. Jakob, Jakobsplatz 1
Zeit: Freitag, 23.10.2026 | 19.00 Uhr
Kosten: Eintritt frei, Spenden erbeten
Anmeldung nicht notwendig
Kooperation mit Pilgerzentrum in St. Jakob

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311549

AB 29. OKTOBER

SEMINAR

Aufstellen aus der Stille

Die systemische Aufstellungsarbeit ist eine psychotherapeutische Methode mit spiritueller Ausrichtung. Ein Thema, ein Problem wird durch Stellvertreter:innen räumlich dargestellt. Aus der Stille heraus ergeben sich Impulse und Bewegungen. Heilsame Schritte können gegangen werden. Drei Teilnehmende können an einem Abend ein Thema, ein Problem aufstellen lassen, das mit Hilfe der Stellvertreter:innen räumlich dargestellt wird. Wir bieten zwei unabhängige Termine an.

Dr. Markus Roth Pfarrer, Aufstellungsleiter und Mitglied der Akademie Akkadeus Berlin

Ort: eckstein, 5.01
Kosten: 150* Euro | 30** Euro
 (*Aufstellende bzw. **Stellvertreter:innen)

Aufstellungsabend I

Zeit: Donnerstag, 29.10.2026
 18.00 – 21.30 Uhr

KURS 411997

Aufstellungsabend II

Zeit: Donnerstag, 03.12.2026
 18.00 – 21.30 Uhr

KURS 411999

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

Beim Spirituellen Zentrum kommt Glaube in Erfahrung – vom Kopf ins Herz und in den Leib:

www.spirituelles-zentrum-im-eckstein.de

Entdecken Sie auf unserer Webseite weitere Highlights!
 Eisbrecherpilgern (27.–30.01.2027),
 Enneagramm-Seminar (26.–28.02.2027)
 und manches mehr...



BIBEL IM FOKUS

Die Bibel – ein Buch, das seit Jahrtausenden Menschen bewegt, inspiriert und herausfordert. Im Fokus dieser Reihe steht die Auseinandersetzung mit ihren Texten und deren Relevanz für das heutige Leben. Die Bibel ist mehr als eine Sammlung alter Geschichten: sie erzählt von Liebe, Gerechtigkeit, Vergebung und Hoffnung und spricht direkt in unsere moderne Welt voller Herausforderungen.

„Bibel im Fokus“ lädt ein, sie nicht als Relikt, sondern als lebendiges Wort zu entdecken – voller Fragen und Antworten, die die Beziehung zu Gott und den Mitmenschen vertiefen und den Blick auf das Wesentliche schärfen können.

Ort: Bibel Museum Bayern, Lorenzer Platz 10

Kosten: jeweils 8 Euro | 2 Euro (Abendkasse)

Anmeldung bis jeweils zum Veranstaltungstag

Kooperation mit Bibel Museum Bayern

28. OKTOBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Burnout in der Bibel



Zeit: Mittwoch, 28.10.2026 | 19.00 Uhr

Hinweis: Detailausschreibung siehe Seite 8

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 311954

2. DEZEMBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Ein Fest für die Menschlichkeit

Weihnachten interreligiös gedacht

Was hat der Islam mit Weihnachten zu tun? Und was kann das Weihnachtsfest eigentlich für Menschen bedeuten, die nicht (mehr) glauben? In seinem Vortrag wirft Prof. Dr. Georges Tamer einen spannenden Blick auf die Weihnachtsgeschichte, die sowohl im Neuen Testament als auch im Koran erzählt wird. Dabei geht es um die gemeinsame Botschaft in und hinter den Texten: Menschlichkeit, Hoffnung, Verbundenheit. Gerade in einer vielfältigen und multireligiösen Gesellschaft lohnt es sich, Weihnachten neu zu denken – interreligiös und offen für alle.

Dr. Georges Tamer Professor für Orientalische Philologie und Islamwissenschaft, Direktor des Bayerischen Forschungszentrums für Interreligiöse Diskurse (BaFID)

Zeit: Mittwoch, 02.12.2026 | 19.00 Uhr

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 311842

27. JANUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Die Losungen – eine einzigartige Erfolgsgeschichte

Otto von Bismarck hat täglich darin gelesen, Wolfgang Schäuble auch: Die Losungen haben eine ganze Reihe von berühmten Leserinnen und Lesern. Heute sind sie das am weitesten verbreitete Andachtsbuch des Protestantismus und werden jährlich in mehr als 50 Sprachen gedruckt. Dabei waren die Ursprünge der gelosten Bibelverse im Jahr 1728 weitaus bescheidener.

Dr. Peter Zimmerling Professor em. für Praktische Theologie mit Schwerpunkt evangelische Spiritualität und Mystik in Leipzig

Zeit: Mittwoch, 27.01.2027 | 19.00 Uhr

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG
■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 311971

10. FEBRUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Verletzbarkeit und Ohn/Macht

Mannsein und Menschsein im Danielbuch

Zeit: Mittwoch, 10.02.2027 | 19.00 Uhr

Hinweis: Detailausschreibung siehe Seite 10

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG
■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 311994



30. OKTOBER

SPIRITUELLE KIRCHENFÜHRUNG

Unter Heiligen

Spuren gelebten Glaubens

St. Sebald ist voller Geschichten von Menschen, die ihren Glauben mutig gelebt haben. Bei dieser spirituellen Kirchenraumführung begegnen wir ausgewählten Heiligen und ihren Botschaften. Besondere Aufmerksamkeit gilt dem heiligen Sebald, dessen Lebensgeschichte Nürnberg bis heute prägt. So werden Heilige auch im evangelischen Verständnis als Wegbegleiter des Glaubens erfahrbar.

Clara-Marie Jantos Touristenseelsorgerin an St. Sebald
Andrea Felsenstein-Roßberg Kirchenraumpädagogin

Ort: Eingang St. Sebald, Winklerstr. 26

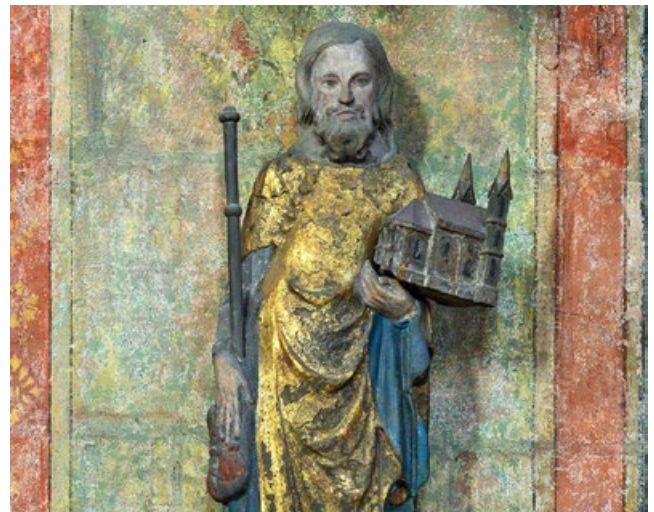
Zeit: Freitag, 30.10.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr

Kosten: 10 Euro

Kooperation mit Tourismusseelsorge St. Sebald

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311968



31. OKTOBER

REFORMATIONSFEIER

Evangelisch. Wozu?

Diese Frage stellt sich angesichts gesellschaftlicher Umbrüche und schwindender Kirchenbindung neu. Das Reformationsfest lädt ein, den Kern evangelischen Glaubens zu entdecken: die befreiende Botschaft der Gnade, die Freiheit des Gewissens und die Verantwortung für die Welt. Der Vortrag fragt nach der Bedeutung evangelischer Identität heute – auch mit Blick auf die Zukunft.

Prof. Dr. Wolfgang Simon Professor für Kirchengeschichte in Neuendettelsau

Ort: St. Sebald, Winklerstr. 26

Zeit: Samstag, 31.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie

Kooperation mit Evang.-Luth. Dekanat Nürnberg

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311912

21. NOVEMBER

SEMINAR

Einführung ins Handauflegen

Das Handauflegen ist eine alte religiöse Praxis. Sie wird als ganzheitliche Methode auch im christlichen Bereich wieder entdeckt: Menschen berichten über heilsame und wohltuende Erfahrungen. Ein Gebet und eine Segensgeste rahmen das Handauflegen. Wir üben bei uns selbst und dann in Partnerarbeit im Sitzen und im Liegen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Dr. Markus Roth Theologe, Ausbildung in der Open Hands School

Ort: eckstein, 5.01

Zeit: Samstag, 21.11.2026 | 10.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 80 Euro | 65 Euro

Anmeldung bis 13.11.2026

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411998

AB 13. NOVEMBER

SEMINAR

Stressbewältigung durch Achtsamkeit – Einführung in MBSR

Wege zu mehr Ruhe, Gelassenheit und einem bewussten Umgang mit Stress

Unser Alltag ist häufig geprägt von Hektik, innerem und äußerem Leistungsdruck und vielfältigen Anforderungen. Das MBSR-Programm (Stressbewältigung durch Achtsamkeit) nach Jon Kabat-Zinn bietet einen wissenschaftlich erforschten und bewährten Weg, innezuhalten und einen bewussten Umgang mit den Herausforderungen des Lebens zu entwickeln. Dieses Einführungswochenende lädt Sie ein, die Grundlagen der Achtsamkeit kennenzulernen und erste praktische Erfahrungen mit den zentralen Übungen des MBSR-Programms zu sammeln. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Sybille Seegy MBSR/MBCT-Therapeutin, Psychotherapie (HPG), Gestalttherapeutin

Ort: eckstein, 5.01 | **Zeit:** Freitag, 13.11.2026 | 17.00 – 19.30 Uhr, Samstag, 14.11.2026 | 10.00 – 18.00 Uhr und Sonntag, 15.11.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr | **Kosten:** 170 bis 200 Euro (nach Selbsteinschätzung) | **Anmeldung** bis 30.10.2026

Hinweis: Bitte Verpflegung, bequeme, warme Kleidung sowie ein dünnes Tuch zur Auflage mitbringen.

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411996



28. NOVEMBER

SEMINAR

GFK-Workshoptag 2026

Der größte Beitrag zum Frieden ist, in uns selbst Frieden zu machen (Marshall B. Rosenberg). Was wäre, wenn du in jedem Gespräch wählen könntest, wie du die Worte deines Gegenübers aufnimmst? Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg zeigt uns, dass genau das möglich ist und lädt ein, einen anderen Umgang miteinander zu erkunden: lebendigere Beziehungen, eine tiefere Verbindung zu uns selbst und mehr Klarheit, Mitgefühl und Tatkraft im Alltag. Der Workshoptag eröffnet Raum – für eine erste Begegnung mit der GFK oder eine Vertiefung des Gelernten.

GFK-Trainer:innen aus der Metropolregion Nürnberg

Ort: eckstein

Zeit: Samstag, 28.11.2026 | 10.00 – 18.30 Uhr

Kosten: 35 Euro | 25 Euro

(Unterstützer:innenbetrag: 50 Euro)

Anmeldung über www.gfk-tag-nuernberg.de

Kooperation mit GFK-Netzwerk

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411531



AB 1. DEZEMBER

MEDITATION UND YOGA

Aufatmen, aufrichten, aufbrechen

Ein adventlicher Yogaweg der Freude und Zuversicht

Advent erzählt von Menschen, die wieder aufatmen und lachen können, weil sie von Gott aufgerichtet und mit neuen Lebensperspektiven beschenkt wurden. Wir nehmen solch mutmachende Geschichten durch Yogaübungen tief in uns auf und lassen diese wirken. Jeder Abend beginnt mit einem kurzen biblisch-meditativem Einstieg, der durch ausgewählte Yoga-Asanas körperlich erfahrbar gemacht wird. Ein persönlicher Segen bildet den Abschluss. Für Menschen mit und ohne Yoga-Erfahrung, die ihre Lebensquellen auf neue Weise entdecken möchten.

Günter Kusch Pfarrer, ausgebildeter Yogalehrer und

Dr. Peter Hirschberg Leiter spirituelles zentrum

im eckstein

Ort: eckstein, 5.01

Zeit: 4x Dienstag, 01.12./08.12./15.12./22.12.2026
19.00 – 20.30 Uhr

Kosten: Eintritt frei, Spenden erwünscht

Hinweis: Bitte bequeme Kleidung mitbringen;

Anmeldung erwünscht, aber nicht zwingend – Kurs-

nummern siehe www.spirituelles-zentrum-im-eckstein.de

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

11. DEZEMBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Das Geheimnis der Heiligen Nacht – Historie und Mythos

Vortrag, Musik und Gespräch

Wohl kaum eine andere Geschichte hat die Herzen der Menschen so berührt und so viele Künstler:innen inspiriert, wie die Weihnachtsgeschichte. In ihr sind die geschichtlichen Fakten verwoben mit einer anderen Ebene der Wirklichkeit, wie sie auch in den Mythen vieler Völker geschildert werden. Wir wollen uns diesem geheimnisvollen Miteinander nähern und dies auch mit Musik und Liedern tun.

Gisela Siemoneit Pfarrerin i.R. (Texte)

Renate Schiller (Musik)

Team der Dekanatsfrauenbeauftragten

Ort: eckstein, Lounge

Zeit: Freitag, 11.12.2026 | 16.30 – 18.30 Uhr

Kosten: 10 Euro

Anmeldung bis 07.12.2026

Hinweis: Bitte Einzel-Flyer anfordern via
dekanatsfrauenbeauftragte.nuernberg@elkb.de
oder Tel.: 0911 214-1108

■ DEKANATSFRAUENBEAUFTRAGTE IM
EVANG.-LUTH. DEKANATSBEZIRK NÜRNBERG

KURS 500065

26. JANUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Hoffnung, die trägt – Kraft finden in bewegten Zeiten

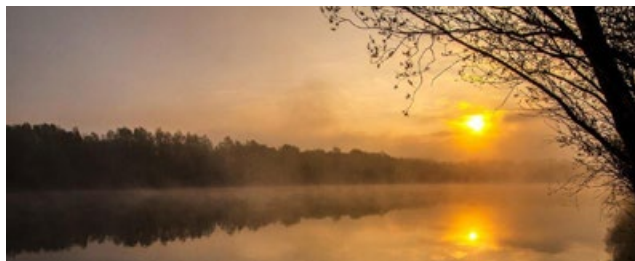


Zeit: Dienstag, 26.01.2027 | 19.00 Uhr

Hinweis: Detailausschreibung siehe Seite 9

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311995



19. DEZEMBER

TANZSEMINAR

Brich an du schönes Morgenlicht

Bach getanzt in der Adventszeit – bewegen und
bewegen lassen

Die Musik Johann Sebastian Bachs mit ihrer starken Bildhaftigkeit setzt vielfältige Erlebnisbereiche frei, die sich in Tanz und Bewegung wunderbar entfalten können. In den Bach'schen Advents- und Weihnachtskantaten werden Bilder der Hoffnung und des Trostes und auch die Vorfreude auf Weihnachten zu Klang. Einfache Choreografien zu den Arien und Chorsätzen stehen neben freien Tanzformen.

Gerd Kötter Kirchenmusikdirektor, Kantor i.R.,
Tanzpädagoge

Ort: eckstein, 1.01

Kosten: 22 Euro | 18 Euro

Anmeldung bis 11.12.2026

Hinweis: Vorkenntnisse nicht erforderlich.

Brich an Du schönes Morgenlicht I

Zeit: Samstag, 19.12.2026
10.30 – 13.00 Uhr

KURS 411939

Brich an Du schönes Morgenlicht II

Zeit: Samstag, 19.12.2026
13.00 – 16.30 Uhr

KURS 411940

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

AB 29. JANUAR

SEMINAR

Hakomi Einführung: Die heilende Kraft der Achtsamkeit

Verweilen an der Nahtstelle zwischen
Körper und Geist

In der Hakomi®-Methode – von Ron Kurtz in den 70er Jahren als erfahrungsorientierte Körperpsychotherapie begründet – gilt der Körper als Basis für vertieftes Selbstempfinden und Präsenz. In den Übungseinheiten verweilen wir an der Nahtstelle zwischen Körper und Geist, kommen tiefer ins Jetzt und erkunden auf heilsame Weise unsere körperlich-seelische Selbstorganisation.

Uta Günther Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin, Dozentin des HAKOMI Instituts

Ort: eckstein, 5.01

Zeit: Freitag, 29.01.2027 | 17.00 – 19.30 Uhr

Samstag, 30.01.2027 | 10.00 – 18.00 Uhr und

Sonntag, 31.01.2027 | 10.00 – 13.00 Uhr

Kosten: 210 Euro | 195 Euro

Anmeldung bis 16.01.2027

Hinweis: Bitte Verpflegung, bequeme und warme Kleidung mitbringen.

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411942



AB 5. FEBRUAR

SEMINAR

Einführung ins kontemplative Gebet

Das kontemplative Gebet als uralte christliche Meditationsform hilft, innerlich zur Ruhe zu finden und Spiritualität zu vertiefen. Am Einführungswochenende wird zum Finden der richtigen Sitzhaltung angeleitet und innere Haltungs- und Übungsformen vorgestellt, die der Bewusstseinsreinigung und -leerung dienen. Danach wird ein digitaler Abend vereinbart, der dem Austausch über die eigene Praxis dient. Am Kontemplationstag werden die erlernten Haltungen verinnerlicht, damit die kontemplative Haltung als Lebenshaltung ihren Weg in den Alltag findet.

Sven-Joachim Haack Pfarrer i.R., Kontemplationslehrer und Leiter der Weggemeinschaft „Kontemplation und Mystik – Spiritualität und Lebenskultur aus der Stille“

Ort: eckstein, 5.01

Zeit: Freitag, 05.02.2027 | 19.00 – 21.00 Uhr, Samstag,

06.02.2027 | 10.00 – 17.00 Uhr und Sonntag, 07.02.2027

10.00 – 13.00 Uhr sowie Sonntag, 14.03.2027

10.00 – 16.00 Uhr (Kontemplations- und Abschlusstag)

Kosten: 75 bis 125 Euro (nach Selbsteinschätzung)

Hinweis: Bequeme Kleidung sowie samstags und sonntags Brotzeit mitbringen.

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 411930



AB 29. NOVEMBER

MEDITATIONSTAGE

„Stille ist die größte Offenbarung“ – Meditationstage

Einen Tag lang still sein und meditieren, unterstützt durch Yogaübungen und kurze Impulse, mit der Sehnsucht, ein wenig mehr in der (göttlichen) Gegenwart anzukommen und zu verweilen.

Klaus Götz Internist, Anleiter in Christlicher Meditation
Dagmar Bernhardt Yogalehrerin, IYISF, Soto-Zen-Laienordination

Ort: eckstein

Kosten: 25 Euro

Hinweis: Bitte bequeme Kleidung und eine Brotzeit mitbringen.

„Stille ist die größte Offenbarung“ I

Zeit: Sonntag, 29.11.2026

10.00 – 16.00 Uhr

KURS 411987

„Stille ist die größte Offenbarung“ II

Zeit: Sonntag, 21.02.2027

10.00 – 16.00 Uhr

KURS 411988

■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN



**POP
UP
UM
ELF**

**DEIN
GOTTESDIENST
ZUM
AUFTAUCHEN.**

MIT ROCK, POP & SEGEN.

**JEDEN LETZTEN SONNTAG IM MONAT
11 UHR IN ST. JAKOB, JAKOBSPLATZ 1**

Nächste Termine:

**28.02. | 21.03. | 25.04. | 30.05. | 27.06. |
25.07. | 26.09. | 24.10. | 28.11. | 19.12.**



@popup_um11



@popupumelf

Hier mehr erfahren!



AB 25. SEPTEMBER

OFFENER TREFF

eckstein-Treff**Offener Treff für alleinerziehende Mütter und Väter**

Abends einmal raus aus den eigenen vier Wänden ohne Kinderbetreuung organisieren zu müssen, aufgeschlossene Leute in ähnlichen Lebensformen kennenlernen – das ist der eckstein-Treff.

Die ehrenamtlichen Treffpunktleiterinnen, selbst alleinerziehende Frauen, kommen gerne mit anderen Alleinerziehenden oder frisch getrennten Müttern/Vätern ins Gespräch und geben Informationen weiter.

Christiane Schäfer und **Eva Huber**

Ort: eckstein, Lounge

Zeit: 6x Freitag, 25.09./30.10./27.11.2026/29.01./26.02./26.03.2027 | 17.00 – 19.30 Uhr

Kosten: Eintritt frei

Hinweis: Kinderbetreuung nach Anmeldung möglich. Treffen können einzeln besucht werden.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

KURS 126241

Leben Begleitung Orientierung

**FAMILIE LEBT
IN VIELEN FORMEN!**
Entdecken Sie weitere Angebote
der Evangelischen Fachstelle
Alleinerziehende auf
www.alleinerziehende-nuernberg.de



9. OKTOBER

FILMABEND

Liebe, Wut und Geschwisterbande: Filmabend im eckstein

**Geschwister werden – Geschwister streiten –
Geschwister begleiten**

Was können wir als Eltern tun, damit Geschwisterkonflikte die Beziehung zwischen den Kindern nicht belasten? Was ist unsere Rolle in der Konfliktdynamik zwischen Kindern? Diesen Themen geht Domenik Schuster als Filmemacher und Vater von drei Kindern in seinem neuen Film nach.

Ein Film für alle Eltern, deren Kinder sich streiten – und die sich fragen: Wie hört das auf?

Ort: eckstein, Lounge

Zeit: Freitag, 09.10.2026 | 18.00 – 20.00 Uhr

Kosten: Eintritt frei

Hinweis: Kinderbetreuung ist nach Anmeldung möglich.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

KURS 126280



10. OKTOBER

JUBILÄUMSBRUNCH

Kopf hoch!

**Samstagsbrunch mit BODY 2 BRAIN Übungen zur
Selbstfürsorge und freundlicher Achtsamkeit**

„Kopf hoch!“ ist eine Redewendung, um zu ermutigen. Ermutigung, Stärkung und Wertschätzung sind wesentliche Elemente, die das Gelingen in unseren Familien ermöglichen. Durch passende einfache Körperübungen können Sie aktiv positiven Einfluss auf Ihre Emotionen nehmen und sich selbst stärken. Die BODY 2 BRAIN ccm® Übungen sind leicht, alltagstauglich und machen Spaß. Sie erleben selbst die Wirkung der Übungen und die Chance auf einen kleinen Moment des Genusses. Dieser geht weiter bei einem besonderen Jubiläumsbrunch.

Andrea Peters-Daniel Schulseelsorgerin, BODY 2 BRAIN CCM®-Practitioner und -Ausbilderin

Ort: eckstein, 1.01

Zeit: Samstag, 10.10.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Kosten: Spenden erwünscht

Anmeldung bis 07.10.2026

Hinweis: Kinderbetreuung nach Anmeldung möglich.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

KURS 126270

23. OKTOBER

FAMILIENNACHMITTAG

Ton-Wichtel basteln

Kreativer Familiennachmittag mit Töpfern

Ton ist ein vielseitiges und leicht zu bearbeitendes Material. Zusammen mit den Kindern formen wir Ton-Wichtel und bauen ihnen eine kleine Höhle aus Naturmaterialien. Eine schöne Gelegenheit, gemeinsame Zeit zu verbringen!

Johanna Küppers-Perna Dipl. Kunsttherapeutin, Sozialpädagogin

Ort: eckstein, 1.01 | **Zeit:** Freitag, 23.10.2026

16.00 – 18.00 Uhr | **Kosten:** 10 Euro pro Familie

Anmeldung bis 21.10.2026 | **Hinweis:** Materialien werden zur Verfügung gestellt. Für Mütter/Väter/Großeltern mit Kind(ern) von 4 bis 8 Jahren.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

KURS 126285

AB 30. NOVEMBER

ONLINE-ANGEBOT

AdventsZeit für mich

Online-Treffen am Abend



Jedes Jahr lädt der Advent dazu ein, sich Zeit zu nehmen und auf das Weihnachtsfest auszurichten. An vier Montagabenden laden wir zu einer entspannten Online-Zeit ein: mit sanften Atemübungen, inspirierenden Geschichten und Impulsen, die Sie durch die Adventszeit begleiten.

Karin Mack Dipl.-Religionspädagogin

Ort: online-Angebot

Zeit: 4x Montag, 30.11./07.12./14.12./21.12.2026

20.30 – 21.00 Uhr

Hinweis: Die Termine sind kostenlos und können einzeln besucht werden.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

KURS 126290

27. NOVEMBER

VORTRAG

Rund um Trennung und Scheidung

Rechtliche Informationen für Mütter, die sich vor kurzem getrennt haben oder überlegen, sich zu trennen

Hat die Beziehung noch eine Chance oder geht der Weg weiter in Richtung getrennt leben? Was bedeutet dies im Blick auf die Kinder? Um gute Entscheidungen treffen zu können, braucht es solide Informationen über die wichtigsten juristischen Aspekte bei Trennung und Scheidung.

Silvia Schöttner Fachanwältin für Familienrecht, Mediatorin | **Ort:** eckstein, 2.01 | **Zeit:** Freitag, 27.11.2026

16.00 – 19.00 Uhr | **Kosten:** 25 Euro | 15 Euro

Anmeldung bis 25.11.2026

Hinweis: Kinderbetreuung nach Anmeldung möglich.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

KURS 126260

23. JANUAR

SEMINAR

Meine VISIONEN FÜRS NEUE JAHR

Kreativer Seminartag mit Collagentechnik

Was ist möglich im Jahr 2027? Visionen brauchen Entwicklung und einen Ausdruck. Je klarer ich meine Wünsche formuliere, desto leichter finden sich Wege, öffnen sich Räume. Mit einer Imaginationsreise und Bildern kommen wir unseren Zielen auf die Spur und gestalten eine Collage.

Karin Mack Dipl.-Religionspädagogin

Ort: eckstein, 1.01

Zeit: Samstag, 23.01.2027 | 10.00 – 15.30 Uhr

Kosten: 18 Euro | 12 Euro

Hinweis: Kinderbetreuung nach Anmeldung möglich.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

KURS 126265

Angebote für jung Verwitwete mit Kindern



AB 19. SEPTEMBER

GESPRÄCHSKREIS

Trauercafé für Verwitwete mit Kindern

Das Trauercafé bietet in ungezwungener Atmosphäre Raum und Zeit für Austausch, füreinander Dasein und gemeinsames Kaffeetrinken. Jeder Termin steht unter einem ausgewählten Thema, zu dem es einen kurzen Input gibt, und dann vor allem die Möglichkeit ins Gespräch zu kommen.

Ulrike Schwarz Trauerbegleiterin (BVT)

Ort: eckstein, 4.05

Zeit: 4x Samstag, 19.09./28.11.2026/23.01./06.03.2027
10.00 – 12.00 Uhr

Kosten: Spende, wenn möglich

Hinweis: Kinderbetreuung nach Anmeldung möglich.
Die Treffen können einzeln besucht werden.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

KURS 126222

AB 26. SEPTEMBER

OFFENER TREFF

Samstagstreff für jung verwitwete Eltern Trauer, Liebe, Hoffnung – das verbindet uns!

Die Treffen zum Austausch von betroffenen Müttern und Vätern, bei denen der Tod der (Ehe-)Partner:innen schon etwas länger her ist, werden selbst organisiert. Jede:r bringt etwas für ein Brunch-Bufferet mit.

Myriam Deckinger und Stefanie Hübner

Ort: eckstein, 4.05

Zeit: 7x Samstag, 26.09./17.10./21.11./19.12.2026/
16.01./20.02./20.03.2027 | 10.00 – 12.00 Uhr

Kosten: 5 Euro

Anmeldung jeweils bis Mittwoch vor dem Termin

Hinweis: Kinderbetreuung nach Anmeldung möglich.
Die Treffen können einzeln besucht werden.

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE

KURS 126214

ENDlich leben

Lange Zeit waren Tod, Sterben und Trauer gesellschaftlich tabuisiert. Seit einigen Jahren löst sich diese Schweigsamkeit. Eine neue Aufmerksamkeit für die letzte Station des Lebens ist entstanden. Erinnerungs- und Trauerkultur findet neue Formen. Viele Fragen wollen weiter beantwortet werden: Was macht das Leben aus – bis zum letzten Atemzug? Wie halte ich den Verlust eines geliebten Menschen aus? Wie kann ich mit der Trauer leben? Wer oder was hilft mir? Wir bieten Möglichkeiten der Annäherung, der Information und des Gesprächs mit Betroffenen und Fachleuten an.



30. OKTOBER

WORKSHOP

Selbstbestimmt vorsorgen – wichtig für jedes Alter

Informationen und Hilfestellung

Was geschieht, wenn ich aufgrund von Unfall, Krankheit oder im Alter nicht mehr selbst entscheiden kann? Der Workshop informiert grundlegend über Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung – mit dem Ziel, die eigene Selbstbestimmung frühzeitig und wirksam zu sichern. Anhand praxisnaher Beispiele werden Inhalte, Formulierungen und formale Anforderungen erläutert sowie Grenzen und Schutzmöglichkeiten aufgezeigt. Grundlage ist die Broschüre „Vorsorge für Unfall, Krankheit, Alter“ (Verlag C.H. Beck), herausgegeben vom Bayerischen Staatsministerium der Justiz.

Martina von der Weth Alltagsbegleitung, Betreuung und Aktivierung von Senioren und Menschen mit Demenz, Trauerbegleiterin (BVT)

Ort: eckstein, Lounge | **Zeit:** Freitag, 30.10.2026 | 16.00 – 19.00 Uhr | **Kosten:** 30 Euro | 25 Euro | **Anmeldung** bis 26.10.2026

AB 29. SEPTEMBER

KURSE

SeelenSport® – ein Angebot für trauernde Menschen

Trauer braucht Bewegung

SeelenSport® ist ein sanftes Bewegungskonzept für Menschen nach einer Verlusterfahrung (Tod, Trennung, Krankheit). Es ersetzt keine Trauerbegleitung, sondern ergänzt den persönlichen Umgang mit Trauer. Die Übungen aus Yoga, Pilates und Calisthenics fördern Stabilität, lösen Anspannung und helfen, Trauerstress abzubauen. Workshop und Kurs bieten einen geschützten Rahmen, um neue Kraftquellen zu entdecken. Alle Übungen werden individuell angepasst und sind auch im Sitzen möglich. Angesprochen sind Menschen, deren Verlust erst wenige Wochen oder Monate zurückliegt – ebenso wie Menschen, die schon vor Jahren einen Abschied erlebt haben.

Der Einführungs-Workshop verbindet einen kurzen theoretischen Impuls zu „Gefühlen und ihrer körperlichen Zuordnung“ mit ersten Übungen und einer wohltuenden (Klang-)Entspannung.

Im Kurs werden zentrale Trauerthemen aufgegriffen: Sehnsucht, Ängste, Wut, Grenzen, Annahme und der Weg zurück zu Momenten von Leichtigkeit und Zuversicht. Affirmationen, Embodiment-Impulse und heilsame Sätze vertiefen die Übungen und stärken die Selbstfürsorge.



Cornelia Bergler zertifizierte SeelenSport®-Trainerin, Klangtherapeutin/-pädagogin, Ausbildung zur Trauerbegleiterin

Ort: eckstein, 4.02 | **Anmeldung** bis jeweils drei Werktage vor Beginn | **Hinweis:** Bitte bringen Sie lockere Kleidung und Stoppersocken mit, Yogamatte ist vorhanden. Die Veranstaltungen sind einzeln besuchbar.

SeelenSport® – Einführungs-Workshop I

Zeit: Dienstag, 29.09.2026 | 18.30 – 20.30 Uhr

Kosten: 15 Euro | 12 Euro

KURS 311804

SeelenSport® – Kurs I

Zeit: 6x Dienstag 20.10./27.10./10.11./17.11./24.11./01.12.2026 | 18.30 – 20.00 Uhr

Kosten: 90 Euro | 72 Euro

KURS 311805

SeelenSport® – Einführungs-Workshop II

Zeit: Dienstag, 12.01.2027 | 18.30 – 20.30 Uhr

Kosten: 15 Euro | 12 Euro

KURS 311784

SeelenSport® – Kurs II

Zeit: 6x Dienstag 26.01./02.02./16.02./23.02./02.03./09.03.2027 | 18.30 – 20.00 Uhr

Kosten: 90 Euro | 72 Euro

KURS 311785

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

13. OKTOBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Der Teddybär



Seelentröster und Hoffnungsträger in dunklen Welten

Früher wohnte der Teddybär in Kinderzimmern und Menschenherzen, ein kuschliger Begleiter durch das Leben, gerade wenn es eng und dunkel wurde. Manche altgewordenen Kinder haben ihren Teddy noch immer. Man findet ihn auch an anderen Orten: an Gedenkorten nach Anschlägen zwischen Blumen und Kerzen, auf Demonstrationen gegen Krieg und an Gräbern. Der Teddybär ist wehrlos – und besitzt doch eine Kraft des Widerstands, ist die fühlbare Sehnsucht nach Geborgenheit und Schutz, ein Helfer für Kommunikation und Miteinander in harten Zeiten, wie früher die Schutzengel Gottes. Der Abend dient der Spurensuche nach einem vertraut-fremden Wesen, im eigenen Leben und der wirren, weiten Welt.

Dr. Hans-Jürgen Luibl Theologe

Ort: eckstein, 4.02

Zeit: Dienstag, 13.10.2026 | 18.00 Uhr

Kosten: Eintritt frei, über Spenden freuen wir uns

Anmeldung bis 13.10.2026 erbeten

Hinweis: Gerne kann der eigene Teddybär mitgebracht werden. Im Rahmen der 10. Hospizwoche „So bunt wie das Leben – Hospiz“.

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311783



Hospiz ist Vielfalt

So bunt wie das Leben – Hospiz

Weitere Veranstaltungen im Rahmen der 11. Hospizwoche vom 10. – 17. Oktober 2026 finden Sie über den QR-Code



4. NOVEMBER

VORTRAG

Trauer verstehen – Trauer hat viele Gesichter

Trauer gehört zu den tiefsten menschlichen Erfahrungen und kann durch Tod, Trennung, Krankheit oder andere Verluste ausgelöst werden. Der Vortrag informiert über seelische und körperliche Reaktionen auf Trauer und zeigt, warum sie eine natürliche und sinnvolle Antwort auf Verlust ist. Zugleich eröffnet der Abend Impulse für einen unterstützenden Umgang mit Trauer und für ein besseres Verständnis trauernder Menschen.

Martina von der Weth Alltagsbegleitung, Betreuung und Aktivierung von Senioren und Menschen mit Demenz, Trauerbegleiterin (BVT)

Ort: eckstein, Lounge

Zeit: Mittwoch, 04.11.2026 | 18.30 – 20.00 Uhr

Kosten: 2 bis 8 Euro (*pay what you can! siehe Seite 8; Abendkasse)

Anmeldung bis 04.11.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311862

AB 25. NOVEMBER

SEMINAR

Letzte Hilfe

Umsorgen von Schwerkranken und Sterbenden

Erste-Hilfe-Kurse sind selbstverständlich. Aber Letzte-Hilfe-Kurse? Die wenigsten wissen, wie man Sterbende gut begleitet. Die Hospizbewegung hat dazu beigetragen, dass Profis in Pflege und medizinischer Versorgung Sterben und Tod nicht mehr ausblenden, in der Bevölkerung aber gibt es wenig konkretes Wissen – auch nicht über Möglichkeiten von Palliativversorgung und Sterben zu Hause. Für alle, die Sicherheit im Umgang mit Sterbenden gewinnen wollen, gibt der Kurs an nur einem Abend Einblick in diese Inhalte: Sterben als Teil des Lebens, Vorsorgendes Entscheiden, Leiden lindern, Abschied nehmen.

Marion Langfritz Hospizteam Nürnberg e.V., zertifizierte Kursleiterin für Letzte Hilfe

Judith Münch Hospizteam Nürnberg e.V., zertifizierte Kursleiterin für Letzte Hilfe

Ort: eckstein, 2.01 oder E.01 | **Kosten:** Eintritt frei
Anmeldung bis jeweils drei Werktage vor der Veranstaltung | **Hinweis:** Kostenfrei dank der finanziellen Unterstützung der Pflegekassen. | **Kooperation** mit Hospizakademie Nürnberg

Letzte Hilfe I

Zeit: Mittwoch, 25.11.2026
16.00 – 20.00 Uhr

KURS 311792

Letzte Hilfe II

Zeit: Dienstag, 19.01.2027
16.00 – 20.00 Uhr

KURS 311793

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

AB 22. JANUAR

WORKSHOP

Mit leichtem Herzen weitergehen



Innere Stärke entwickeln für die Herausforderungen des Alltags

Der Begriff Resilienz wird heute in vielen Bereichen schnell verwendet – und bleibt dabei oft erstaunlich vage. Doch was bedeutet innere Widerstandskraft konkret für das eigene Leben?

Was hilft Menschen wirklich, mit Veränderungen, Belastungen und Unsicherheiten umzugehen, ohne innerlich zu verhärten oder den Mut zu verlieren? Vieles, was uns stärkt und trägt, ist bereits in uns angelegt und kann neu entdeckt, eingeübt und vertieft werden. Dieses Seminar lädt dazu ein, den eigenen Kraftquellen und der persönlichen Lebenskunst neu auf die Spur zu kommen. Impulse aus der Logotherapie nach Viktor Frankl, Achtsamkeit, kreative Methoden und Austausch unterstützen dabei, innere Stabilität, Vertrauen und neue Handlungsspielräume zu entwickeln.

Mechthild Messer Gestaltpädagogin (IGB),
Referentin für Biografie-Arbeit

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Freitag, 22.01.2027 | 18.00 – 21.00 Uhr
Samstag, 23.01.2027 | 9.30 – 16.30 Uhr und
Sonntag, 24.01.2027 | 9.30 – 13.30 Uhr

Kosten: 158 Euro | 129 Euro

Anmeldung bis 18.01.2027



■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311766

AB 7. NOVEMBER

THEMENREIHE

Leben wie im Märchen



Lebenslinien, Lebenswege und existenzielle Fragen

Märchen begleiten durch Zeiten des Wandels: Sie erzählen von Krisen und Aufbrüchen, von Verlust und Hoffnung, von Mut, Vertrauen und der Kraft, immer wieder neu ins Leben zu finden. Gerade darin stärken sie Resilienz und eröffnen neue Sichtweisen. Die Seminartage sind heiter und zugleich tiefgründig – mit frei erzählten Märchen, spielerischen Impulsen, Reflexion und kreativem Schreiben. So entsteht Raum für persönliche Zugänge und die Weisheit, die in den alten Geschichten verborgen liegt.

Elke Fischer-Wagemann Märchenerzählerin,
Naturtherapeutin

Karin Ehrlich Märchenerzählerin, Erwachsenenbildnerin

Ort: eckstein, 4.01

Kosten: jeweils 95 Euro | 88 Euro

Anmeldung bis jeweils eine Woche vor Seminarbeginn

Hinweis: Seminare einzeln buchbar!

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

7. NOVEMBER

SEMINAR

„Vergiss das letzte nicht“

Von Ohnmacht zur Selbstermächtigung –
der eigenen Kraft vertrauen

„Zottelhaube“ – ein norwegisches Märchen über weibliche Kraft und Befreiung – inspiriert dazu, sich von alten Mustern und überholten Vorstellungen zu lösen. Es ruft nach innerer Erneuerung und der Rückkehr zu unserer wilden Lebendigkeit.

Zeit: Samstag, 07.11.2026 | 10.00 – 16.00 Uhr

KURS 311809

27. FEBRUAR

SEMINAR

Und sie trank eine Träne...

Die Skelettfrau und die Kunst, dem Lebensrhythmus
zu vertrauen

Manches im Leben braucht Klarheit, anderes wächst im Verborgenen. Das Märchen erzählt von Erstarrung und Wandlung, Verlust und neuem Vertrauen. Eine einzige Träne wird zum Zeichen von Mitgefühl und Liebe – und eröffnet einen Weg zurück ins Leben.

Zeit: Samstag, 27.02.2027 | 10.00 – 16.00 Uhr

KURS 311770

AB 5. MÄRZ

SEMINAR

Auf den Punkt gebracht

Biografisch-kreativer Workshop für Lebenssätze
und Weisheitskarten

Manchmal bleibt von einem Lebensabschnitt nur ein einziger Satz: eine Erkenntnis, ein humorvoller Gedanke oder ein persönliches Lebensmotto. Mit kreativen Schreibimpulsen, spielerischen Methoden und gestalterischen Techniken entstehen kleine Textminiaturen, Weisheitskarten und verdichtete Lebenserfahrungen – poetisch, nachdenklich oder augenzwinkernd.

Mechthild Messer Gestaltpädagogin (IGB),
Referentin für Biografie-Arbeit

Ort: eckstein, 4.01 | **Zeit:** Freitag, 05.03.2027 | 18.00 – 21.00 Uhr, Samstag, 06.03.2027 | 9.30 – 16.30 Uhr und Sonntag, 07.03.2027 | 9.30 – 13.30 Uhr

Kosten: 170 Euro | 141 Euro (inkl. 12 Euro Materialkosten) | **Anmeldung** bis 27.02.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311851

AB 3. FEBRUAR

THEMENREIHE

Demenz verstehen

Lebenslinien, Lebenswege und existenzielle Fragen

Demenz betrifft nicht nur einzelne Menschen – sie verändert das Miteinander in Familien und Gesellschaft. Die Themenreihe bietet grundlegendes Wissen über die verschiedenen Verlaufsformen, das Erleben der Betroffenen und die Herausforderungen für Angehörige. Zwei Vorträge und drei praxisorientierte Workshops laden dazu ein, Unsicherheiten abzubauen, Verständnis zu fördern und konkrete Wege im Umgang mit der Erkrankung kennenzulernen. Für alle, die mehr wissen und sensibler begleiten möchten. Für persönlichen Austausch und individuelle Fragen ist Zeit vorgesehen. Alle Veranstaltungen können auch unabhängig voneinander gebucht werden.

Martina von der Weth Alltagsbegleitung, Betreuung und Aktivierung von Senioren und Menschen mit Demenz, Trauerbegleiterin (BVT)

Ort: eckstein, Lounge

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

3. FEBRUAR

VORTRAG

Demenz verstehen

Herausforderungen für Betroffene und Angehörige

Der Vortrag informiert über Ursachen, Formen und Verlauf von Demenz – insbesondere der Alzheimer-Krankheit – und beleuchtet, wie sich die Erkrankung auf das Erleben der Betroffenen auswirkt. Angehörige erhalten Impulse, wie sie mit Unsicherheiten und Belastungen umgehen und welche Hilfen sie in Anspruch nehmen können.

Zeit: Mittwoch, 03.02.2027 | 18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: 2 bis 8 Euro

(*pay what you can! siehe Seite 8; Abendkasse)

Anmeldung bis 03.02.2027

KURS 311759

10. FEBRUAR

VORTRAG

Hilfe finden bei Demenz

Angebote, Kontakte und Entlastungsmöglichkeiten in der Region

Eine Demenzerkrankung wirft viele Fragen auf – auch danach, welche Unterstützung es gibt und an wen man sich wenden kann. Sie erfahren, welche Angebote in welcher Situation sinnvoll sein können und wie Sie den passenden Ansprechpartner finden.

Zeit: Mittwoch, 10.02.2027 | 18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: 2 bis 8 Euro

(*pay what you can! siehe Seite 8; Abendkasse)

Anmeldung bis 10.02.2027

KURS 311863

20. FEBRUAR

WORKSHOP

Demenz – was ist das?

Ich weiß viel zu wenig über diese Erkrankung

Was genau bedeutet Demenz – und wie verändert sie das Leben von Betroffenen und Angehörigen? Sie erhalten Informationen zum Krankheitsbild, zu Ursachen, Formen und Behandlungsmöglichkeiten. Themen sind u. a. der Unterschied zur normalen Vergesslichkeit, das emotionale Erleben von Menschen mit Demenz, hilfreiche Kommunikationsformen sowie rechtliche und ethische Fragen im Krankheitsverlauf.

Zeit: Samstag, 20.02.2027 | 9.00 – 12.00 Uhr

Kosten: 30 Euro | 25 Euro (inkl. Script)

Anmeldung bis 16.02.2027

KURS 311760

17. APRIL

WORKSHOP

Zwischen Unruhe, Angst und Aggression

Praktische Hilfen für „schwierige“ Verhaltensweisen und Situationen im Alltag

Wenn Menschen mit Demenz unruhig werden, aggressiv reagieren oder vertraute Abläufe verweigern, geraten Angehörige oft an ihre Grenzen. Sie lernen, mögliche Ursachen dieses Verhaltens besser zu verstehen und erhalten Anregungen für einen deeskalierenden und wertschätzenden Umgang. Praxisbeispiele und alltagstaugliche Strategien helfen dabei, schwierige Situationen sicherer zu meistern.

Zeit: Samstag, 17.04.2027 | 9.00 – 11.00 Uhr

Kosten: 20 Euro | 17 Euro (inkl. Script)

Anmeldung bis 13.04.2027

KURS 311864

20. MÄRZ

WORKSHOP

Demenz – Umgang mit Menschen mit Demenz

Tipps für Angehörige

Der Alltag mit einem demenzerkrankten Menschen ist oft belastend – für Angehörige wie für Betroffene. Sie erhalten alltagsnahe Wissen, praktische Tipps und emotionale Orientierung. Themen sind u. a. sinnvolle Beschäftigungen, Kommunikation, medizinische Versorgung, technische Hilfen sowie Entlastungsmöglichkeiten. Auch der Wandel der Angehörigenrolle wird beleuchtet.

Zeit: Samstag, 20.03.2027 | 9.00 – 12.00 Uhr

Kosten: 30 Euro | 25 Euro (inkl. Script)

Anmeldung bis 16.03.2027

KURS 311761



Kompetenz Qualifikation Beratung

AB 7. OKTOBER

KURS

Gut mit Stimme

Mehr Ausdruck für Ihre Stimme

Unsere Stimme ist unser wichtigstes Kommunikationsmittel. Mit einer untrainierten Stimme kommt es leicht zu Problemen wie Heiserkeit, Druckgefühl im Hals oder Sprechanstrengungen. Sie lernen, den ganzen Körper als Resonanzraum für die Stimme zu nutzen und erfahren, wie Sie Ihr Stimmpotenzial ausschöpfen können. Mit wirksamen Stimm-, Atem- und Körperwahrnehmungsübungen gelangen Sie in einen ausgewogenen Muskeltonus. Besondere Lockerungsübungen für Hals- und Nackenmuskulatur schaffen Freiraum für den Kehlkopf und die Stimme. Kreative Ausdrucksübungen aktivieren die Atmung. Sie erleben, wie die Stimme klangvoll und authentisch wirkt. Die Übungen können gut für Beruf und Alltag genutzt werden.

Elke Rosenzweig Atempädagogin/
Atemtherapeutin AFA ®

Zeit: 3x Mittwoch, 07.10./14.10./21.10.2026
18.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 67,50 Euro | 58,50 Euro

Anmeldung bis 02.10.2026

Hinweis: Bitte kleines Kissen und warme Socken mitbringen.

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311767

Aktuelles und Interessantes aus dem
forum erwachsenenbildung können Sie
einfach abonnieren:
Einmal im Monat kommt der
NEWSLETTER in Ihr E-Mail-Postfach!





12. DEZEMBER

WORKSHOP FÜR FRAUEN

Empowerment für Frauen: Präsenz. Klarheit. Ausdruck

Selbstbewusst auftreten und klar kommunizieren

Körpersprache ist mehr als Haltung – sie ist Ausdruck Ihrer Persönlichkeit. In diesem Workshop für Frauen arbeiten Sie an einer klaren, lebendigen Präsenz. Sie lernen, wie Stimme, Körper und Emotionen zusammenspielen, wie Sie authentisch wirken und mit Lampenfieber umgehen. In geschütztem Rahmen stärken Sie Ihre Ausstrahlung – für einen souveränen Auftritt in Beruf, Ehrenamt und Alltag. Freude am Ausprobieren und gegenseitige Ermutigung stehen dabei im Mittelpunkt.

Lea Schmocker SchauspielerIn, ErwachsenenbildnerIn,
Theaterprojekte, Regieführung, Clownfrau

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Samstag, 12.12.2026 | 10.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 77 Euro | 66 Euro

Anmeldung bis 07.12.2026

Hinweis: Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311758



21. OKTOBER

WORKSHOP

Anker setzen – und Segel. Wie Bildung wirksam werden kann.

Impulse zur Transfersicherung

Gute Bildungsarbeit endet nicht mit der Veranstaltung. Entscheidend ist, was bleibt, weiterwirkt und im Alltag umgesetzt wird. Wir richten den Blick auf nachhaltige Lernprozesse und wirksame Transfersicherung: Wie können Inhalte so gestaltet werden, dass sie Menschen langfristig begleiten? Welche Methoden helfen, Erkenntnisse zu verankern und Veränderung anzustoßen? Wie entstehen Lernimpulse, die weitertragen? Der Workshop verbindet praktische Impulse, Austausch und direkt anwendbare Ideen für die Bildungsarbeit mit Gruppen und Teams und richtet sich an Pädagog:innen, Trainer:innen, Bildungsreferent:innen, Gruppenleitungen, ehrenamtlich und hauptberuflich Engagierte in der Kirche und alle, die Bildungsprozesse nachhaltig gestalten möchten.

Christine Ursel Religionspädagogin,
M.A. Organisations- und Personalentwicklung, Coach

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Mittwoch, 21.10.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Kosten: 25 Euro | 20* Euro

(*ermäßigt siehe AGB des forum erwachsenenbildung)

Anmeldung bis 09.10.2026

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

KURS 200271

19. FEBRUAR

WORKSHOP

Anfänge aller Art... Anfangssituationen gestalten

Der Anfang zählt! Ob erste Begegnung, Einstieg in ein neues Thema oder der Start einer Gruppe – gelungene Anfangssituationen schaffen Orientierung, Vertrauen und Motivation. Wir probieren praxiserprobte Methoden aus, reflektieren Einstiegssituationen und erweitern unser „Handwerkszeug für die Bildung“. Für Alle, die ehrenamtlich oder hauptberuflich Bildungsprozesse begleiten, Gruppen leiten oder Lernräume gestalten möchten.

Christine Ursel Religionspädagogin, M.A. Organisations- und Personalentwicklung, Coach

Ort: eckstein, 4.01 | **Zeit:** Freitag, 19.02.2027 | 16.00 – 19.00 Uhr | **Kosten:** 25 Euro | 20* Euro (*ermäßigt siehe AGB des forum erwachsenenbildung) | **Anmeldung** bis 05.02.2027

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

KURS 200285

11. NOVEMBER

FORT- UND WEITERBILDUNG

Kirche der Zugehörigkeit

Impulse für eine achtsame und diskriminierungs-sensible Praxis

Eine Kirche der Zugehörigkeit eröffnet Freiheit, vermittelt Sicherheit und stiftet Gemeinschaft. Wir knüpfen an bereits Gelingendes an und entwickeln Ideen, wie Schutz, Achtsamkeit und Zugehörigkeit weiter Gestalt gewinnen können. Fachliche Impulse, biografische Reflexion, Perspektiven aus gelebter Erfahrung und praxistaugliches Material geben Anregungen. Für Haupt- und Ehrenamtliche, die Kirche teilhabesensibel weiterdenken möchten.

Dr. Sabine Arnold Traumafach- und Systemische Beraterin | **Esther Stüve** Sozial- und Kreativpädagogin

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Mittwoch, 11.11.2026 | 15.00 – 21.00 Uhr

Kosten 65 Euro | 55* Euro (inkl. Material; *ermäßigt siehe AGB des forum erwachsenenbildung)

Anmeldung bis 04.11.2026

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

KURS 200273

AB 23. NOVEMBER

SCHNUPPERABEND – WORKSHOP

Selbstfürsorge in begleitenden Berufen

Für Menschen in begleitenden, beratenden oder pflegenden Berufen ist Selbstfürsorge, innere Stabilität und Resilienz besonders wichtig. Mit achtsamer Selbstwahrnehmung, praktischen HAKOMI-Übungen und -Elementen üben wir mehr Präsenz und einen fürsorglicheren Umgang mit uns selbst.

Bettina Jansche HAKOMI-Therapeutin

Ort: eckstein, 4.02 | **Anmeldung** bis drei Tage vorher

Hinweis: Bequeme Kleidung / warme Socken mitbringen.

Schnupperabend

Zeit: Montag, 23.11.2026 | 17.30 – 20.30 Uhr

Kosten: 45 Euro | 40 Euro

KURS 311860

Workshop

Zeit: 3x Montag, 18.01./25.01./01.02.2027

17.30 – 20.30 Uhr | **Kosten:** 135 Euro | 120 Euro

KURS 311861

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG



25. NOVEMBER

TAGESSEMINAR

Deeskalation und Selbstschutz in der sozialen Arbeit

Tagesseminar für Mitarbeiter:innen in sozialen Arbeitsfeldern

In der sozialen Arbeit kann die Lage, gerade im Umgang mit impulsgestörten Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen, auch einmal schnell eskalieren. Zusammen loten wir das Spannungsfeld zwischen Selbstschutz, Grenzziehung und bindungsorientierter Deeskalation aus. Im gemeinsamen Üben werden wir die Angst vor körperlicher Nähe überwinden und unsere Hilflosigkeit hinter uns lassen. In diesem Seminar geht es um ein bindungsorientiertes, traumapädagogisches Sich-abgrenzen und Deeskalieren.

Dieter Mayer Trainer für Kampfkunst, Qigong und Taij
Regina Miebling Traumapädagogin (DeGPT), Heilpraktikerin für Psychotherapie

Ort: eckstein

Zeit: Mittwoch, 25.11.2026 | 10.00 – 18.00 Uhr

Kosten: 135 Euro

Anmeldung bis 05.11.2026 über den QR-Code oben

Hinweis: Infos bei regina.miebling@wings-of-hope.de oder Tel.: 0911 214-2370

■ STIFTUNG WINGS OF HOPE

AB 21. JANUAR

WEITERBILDUNG

Weiterbildung Integrative Gemeinschaftstherapie

Die Integrative Community Therapy (ICT) ist eine in Brasilien entwickelte, gemeinschaftsbasierte Methode zur Stärkung von Resilienz und sozialer Verbundenheit durch offenen Erfahrungsaustausch in Gruppen. Im Mittelpunkt stehen die Ressourcen der Teilnehmenden sowie gegenseitige Unterstützung.

Die Weiterbildung richtet sich an Mitarbeitende in psychosozialen, kirchlichen oder gemeinwesenorientierten Kontexten sowie an Fachkräfte und Ehrenamtliche aus pädagogischen und sozialen Arbeitsfeldern. Sie eignet sich besonders für Personen, die Interesse daran haben, die Methode der Integrativen Community Therapy in ihren jeweiligen Arbeitsfeldern kennenzulernen, anzuwenden und nachhaltig zu integrieren.

Martina Bock Traumapädagogin (DeGPT),
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Ort: Tagungszentrum Labenbachhof

Zeit: 21.01. bis 24.01.2027 (Modul 1 – insgesamt sieben Module in Präsenz und Online von Januar 2027 bis März 2028)

Anmeldung bis 01.11.2026 über den QR-Code unten

Hinweis: Infos bei martina.bock@wings-of-hope.de oder Tel.: 0911 214-2370



■ STIFTUNG WINGS OF HOPE

3. FEBRUAR

IMPULSABEND FÜR EHRENAMTLICHE

Aus der Quelle wirken

Wie Spiritualität uns im Ehrenamt trägt,
nährt und lebendig hält

Ehrenamt braucht Herzblut – und manchmal auch neue Kraft. Zwischen Organisation, Verantwortung und Engagement bleibt die eigene Quelle leicht auf der Strecke. Dieser Impulsabend lädt dazu ein, aufzutanken, innezuhalten und der Frage nachzugehen: Was stärkt mich eigentlich in meinem Tun?

Mit inspirierenden Gedanken, Austausch und kleinen spirituellen Impulsen entdecken wir, wie Glaube und Spiritualität im Ehrenamt tragen, ermutigen und neue Lebendigkeit schenken können.

Dr. Peter Hirschberg und **Christine Ursel**

Ort: eckstein

Zeit: Mittwoch, 03.02.2027 | 18.30 – 20.30 Uhr

Kosten: übernehmen wir für Sie!

Anmeldung bis 26.01.2027

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG
■ SPIRITUELLES ZENTRUM IM ECKSTEIN

KURS 200261



26. FEBRUAR

SEMINAR

Mit meinen Talenten am passenden Platz

Ein Orientierungsworkshop für Menschen,
die sich ehrenamtlich engagieren wollen

Sie haben Lust, sich ehrenamtlich zu engagieren? Sie möchten herausfinden, welche Tätigkeiten zu Ihren Talenten und Möglichkeiten passen? Sie sind auf der Suche nach einer sinnvollen Aufgabe oder einem interessanten Projekt? Wir bieten kreative Impulse und fachliche Unterstützung bei Ihrer Suchbewegung. Sie bekommen Entscheidungshilfen, ohne sich gleich festlegen zu müssen.

Yasmin Chaudhri Dipl. Pädagogin, Ehrenamts-
koordinatorin

Christine Ursel Religionspädagogin, Coach

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Freitag, 26.02.2027 | 15.00 – 19.00 Uhr

Kosten: 15 Euro | 10* Euro (*ermäßigt siehe AGB
des forum erwachsenenbildung)

Anmeldung bis 19.02.2027

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

KURS 200286



30. OKTOBER

SEMINAR

Erinnerungen in Worte fassen

Schreiben in der Trauerbegleitung

Gemeinsame Erlebnisse, vertraute Gewohnheiten, kleine Rituale... Erinnerungen zu bewahren, sie in Worte zu fassen und zu teilen, kann im Trauerprozess zu einer tragenden Erfahrung werden. Wie kann Erinnern helfen, dem verstorbenen Menschen einen Platz im eigenen Leben zu geben und Verbindung zwischen den Lebenden zu stiften? Ein biografie-sensibler Blick nimmt leuchtende Erinnerungen ebenso wahr wie Brüche und offene Fragen. Das Freundschaftsbuch „Für immer“ von Antonie Hertlein zeigt, wie Erinnerungen schreibend festgehalten und gestaltet werden können. Kreative Schreibimpulse und Gestaltungsideen geben Anregungen für die Begleitpraxis. Für haupt- und ehrenamtliche Trauerbegleiter:innen sowie interessierte Multiplikator:innen.

Esther Stüve Sozialpädagogin, Kreativpädagogin, Leiterin des Instituts Biografiearbeit Nürnberg

Antonie Hertlein Freie Texterin und Lektorin, Referentin für Biografiearbeit

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Freitag, 30.10.2026 | 14.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 69 Euro | 59* Euro (inkl. Material und Imbiss; *ermäßigt siehe AGB des forum erwachsenenbildung)

Anmeldung bis 23.10.2026



■ INSTITUT BIOGRAFIEARBEIT IM FEB

KURS 200272

27. NOVEMBER

SEMINAR

Zeig mir Deine Wunde

Biografiearbeit zwischen Verletzlichkeit, Beziehung und Veränderung

Wunden gehören zum Leben. Sie beeinflussen, wie wir Vertrauen entwickeln, Nähe zulassen, Grenzen setzen und Beziehungen gestalten. Der Seminartitel greift die gleichnamige Installation von Joseph Beuys auf und lenkt den Blick auf eine zentrale Frage: Unter welchen Bedingungen und in welchen Räumen können Menschen sich mit ihrer Verletzlichkeit zeigen? Mit ausgewählten – auch gestalterischen – Methoden der Biografiearbeit nähern wir uns dem Themenfeld „Wunde und Verwundung“ und den Fragen nach Vertrauen, Scham, Selbstbestimmung und Beziehungsgestaltung sowie nach professioneller Nähe und Distanz. Es geht nicht darum, schwierige Erfahrungen aufzulösen, sondern ihre Bedeutung für das eigene Leben und Beziehungen zu erkunden. Für Menschen, die haupt- oder ehrenamtlich Einzelne oder Gruppen biografisch begleiten.

Cornelia Stettner Diakonin, Supervisorin

Esther Stüve Sozialpädagogin, Kreativpädagogin

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Freitag, 27.11.2026 | 10.00 – 17.30 Uhr

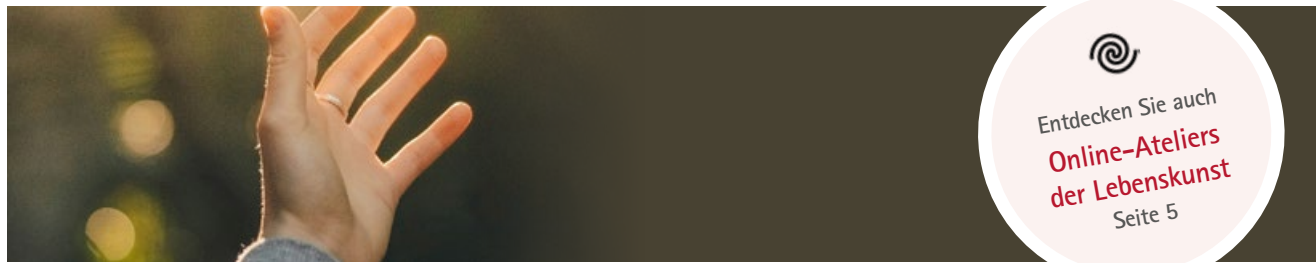
Kosten: 65 Euro | 55* Euro (inkl. Material;

*ermäßigt siehe AGB des forum erwachsenenbildung)

Anmeldung bis 20.11.2026

■ INSTITUT BIOGRAFIEARBEIT IM FEB

KURS 200242



30. NOVEMBER

WORKSHOP

Inspirierende Zugänge und Impulse zur Jahreslosung 2027

„Fürchte dich nicht, denn ich bin mit dir; hab keine Angst, denn ich bin dein Gott!“ (Jesaja 41,10)

Die Jahreslosung: Ein Jahr lang wird sie uns begleiten – als Zuspruch, als Ermutigung und als Einladung zum Vertrauen. Sie spricht in eine Welt voller Verunsicherung, Krisen und Veränderungen und richtet den Blick nicht zuerst auf die Angst, sondern auf Gottes Zusage: „Ich bin mit dir.“ Kreative Methoden laden zu einer theologischen und lebensnahen Annäherung an die Jahreslosung ein. Gemeinsam entwickeln wir Impulse, Ideen und Materialien, die sich leicht in unterschiedlichen Arbeitsfeldern einsetzen oder weiterentwickeln lassen. Für Menschen, die haupt- oder ehrenamtlich in Kirche und Bildung engagiert sind und kreative sowie experimentelle Zugänge zu biblischen Texten entdecken und erproben möchten.

Dr. Tia Pelz Pfarrerin

Esther Stüve Bildungsreferentin, Kreativpädagogin D.A.S.

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Montag, 30.11.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Kosten: 20 Euro

Anmeldung bis 23.11.2026

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

KURS 200274

6. MÄRZ

SEMINAR

Sehnsucht nach Sinn

Biografisch-thematische Annäherungen

Hat das Leben an sich Sinn? Wie kann ich mein Leben sinnvoll gestalten? Zwei unterschiedliche Perspektiven, die sich wechselseitig bereichern. Sie spannen den Bogen zwischen Empfangen und Tun. Es ist gut wahrzunehmen, wann sie uns begegnen und wozu sie uns einladen.

Der Seminartag eröffnet Räume, sich – im Sinne einer Lerngemeinschaft – den unterschiedlichen Dimensionen der „Sinnfrage“ und ihrer Bedeutung in der Biografiearbeit anzunähern. Biografisch-kreative Elemente setzen wir mit ausgewählten Theorieimpulsen der Sinnbildung und Sinnforschung in Beziehung. Theologische und philosophische Perspektiven reichern unser gemeinsames Nachdenken als Biografiearbeiter:innen an – wenn es gut geht, leichten Sinnes.

Cornelia Stettner Diakonin, Supervisorin

Lenore Wesely Religionspädagogin, Gestaltpädagogin

Ort: eckstein, 1.01

Zeit: Freitag, 06.03.2027 | 9.30 – 17.00 Uhr

Kosten: 69 Euro | 59* Euro (*ermäßigt siehe AGB des forum erwachsenenbildung)

Anmeldung bis 26.02.2027

■ INSTITUT BIOGRAFIEARBEIT IM FEB

KURS 200287

AB 4. DEZEMBER

WORKSHOP

Kreative Trauer- und Verlustbewältigung

Das Leben verläuft nicht immer glatt. Auch Verluste, Trennung, Krankheit, Abschied und Brüche sind Lebensrealität. Sie prägen und verändern Biografien und Lebenskonzepte, oft nachhaltig. Doch Brüche, Verlust und Schmerz können sich (ver)wandeln – sichtbar, würdevoll und neu verbunden. Wir greifen die Bruch- und Scherbenmetapher als ein biografisches Element der Kintsugi-Philosophie auf und erkunden die traditionelle japanische Kunstform Kintsugi im Tun und Erleben. Sie sind eingeladen, Kintsugi als einen hilfreichen und trostvollen Impuls auf dem individuellen Weg der Trauer- und Verlustbewältigung und Begleitung kennenzulernen, zu erproben und in der Gruppe zu reflektieren.

Esther Stüve Sozialpädagogin, Kreativpädagogin D.A.S.

Karin Mack Religionspädagogin, Trauerbegleiterin (BVT)

Ort: eckstein, 4.01

Hinweis: Kosten inkl. Material; *ermäßigt siehe AGB des forum erwachsenenbildung

Kintsugi entdecken für Multiplikator:innen für Haupt- und Ehrenamtliche in der Trauerbegleitung und Beratung

Zeit: Freitag, 04.12.2026 | 14.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 69 Euro | 59* Euro

Anmeldung bis 27.11.2026

KURS 200276

Kintsugi entdecken für Trauernde

Zeit: Mittwoch, 27.01.2027 | 15.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 59 Euro | 49* Euro

Anmeldung bis 20.01.2027

KURS 200282

■ FORUM ERWACHSENENBILDUNG

■ EVANG. FACHSTELLE ALLEINERZIEHENDE



Wenn Sie gerne gedruckte Einzelausschreibungen zu bestimmten Veranstaltungen des forum erwachsenenbildung – evang. bildungswerk nürnberg e.V. erhalten wollen, melden Sie sich bei uns
Tel.: 0911 214-2131 oder
bildungswerk.nuernberg@elkb.de

Nähere Informationen zu den Veranstaltungen
siehe QR-Code.



Kunst Kultur Kreativität



15. OKTOBER

VORTRAG MIT MUSIK

Suche Freud, mein Herz!

Lieder, die bleiben –

Paul Gerhardt zum 350. Todestag

Paul Gerhardt gilt als bedeutendster evangelischer Kirchenlieddichter des 17. Jahrhunderts. Seine Texte verbinden persönliche Frömmigkeit mit poetischer Kraft und prägen bis heute das geistliche Liedgut weit über Konfessionsgrenzen hinaus. Anlässlich seines 350. Todestages widmet sich Kirchenmusikdirektor Gerd Kötter Leben und Werk des bedeutenden Dichters. Im Mittelpunkt steht die Entstehung seiner Lieder sowie die Zusammenarbeit mit den Komponisten Johann Crüger und Johann Georg Ebeling. Musikbeispiele und gemeinsames Singen oder Zuhören eröffnen einen lebendigen Zugang.

KMD Gerd Kötter Kantor i.R.

Ort: eckstein, 1.01

Zeit: Donnerstag, 15.10.2026 | 19.00 Uhr

Kosten: 2 bis 8 Euro (*pay what you can! siehe Seite 8; Abendkasse)

Anmeldung bis 15.10.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311828

AB 28. OKTOBER

VORTRAG / SZENISCHE LESUNG

Die Welt der großen Dichter

Goethe und Kleist neu entdecken



Begegnen Sie zwei bedeutenden Stimmen der deutschen Literatur, deren Werke bis heute faszinieren und herausfordern.

Der Vortrag zu Goethes „Faust“ eröffnet neue Zugänge zu einem der einflussreichsten Texte der deutschen Literaturgeschichte und zeigt seine überraschende Aktualität. Die szenische Annäherung an Heinrich von Kleist verbindet Briefe, Schriften und dramatische Texte zu einem vielschichtigen Porträt zwischen Leidenschaft, Zweifel und dichterischer Intensität.

Ort: eckstein, E.01

Kosten: 2 bis 8 Euro (*pay what you can! siehe Seite 8; Abendkasse)

Anmeldung bis jeweils Veranstaltungstag

Kooperation mit Goethesellschaft Nürnberg e.V.

Vortrag: „Dass ich erkenne, was die Welt im Innersten zusammenhält.“

Einblicke in Goethes „Faust“

Prof. Dr. Anne Bohnenkamp-Renken Direktorin des Freien Deutschen Hochstifts/Frankfurter Goethe-Museums

Zeit: Mittwoch, 28.10.2026 | 19.00 Uhr

KURS 311526

Szenische Lesung: Heinrich von Kleist „O Himmel, was ist das für eine Welt!“

Briefe, Schriften und Textauszüge aus dem dramatischen Werk des Dichters

Cora Chilcott Schauspielerin

Zeit: Mittwoch, 25.11.2026 | 19.00 Uhr

KURS 311527

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

18. FEBRUAR

LESUNG

Gottesanbieterin

Lyrik über Kirche, Glaube und Religion



Immer öfter lässt sich Nora Gomringer die Gretchen-Frage stellen. Sie antwortet in Gedichten. Das geschieht oft komisch und mit einem Augenzwinkern, ihr und jedes Gläubigsein ist persönlich. Auslöser für ihre Gedichte über Diesseits und Jenseits ist eine Begegnung: Schon vor vielen Jahren traf die Dichterin auf eine riesige Heuschrecke im US-amerikanischen Hinterhof ihrer damaligen Gastfamilie: die Gottesanbieterin. Es war diese einstündige Begegnung des Schweigens, die Gomringer zur Hinterfragung des irdischen Seins und der Vielgestaltigkeit von Religion gebracht hat.

Nora Gomringer Lyrikerin, Gewinnerin des Ingeborg-Bachmann-Preises 2015 und des Elke-Lasker-Schüler Lyrikpreises 2022

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Donnerstag, 18.02.2027 | 19.00 Uhr

Kosten: 10 Euro | 5 Euro (Abendkasse)

Anmeldung bis 18.02.2027

Kooperation mit Evangelischer Bund Bayern

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311943

19. FEBRUAR

KABARETT

Märchenhafte Zeiten

50 Jahre Weißblaues Beffchen

Es klingt wie ein Märchen: Seit 50 Jahren treibt das „Weißblaue Beffchen“ sein kabarettistisches Kirchenunwesen. In vierter Generation stehen sie schon auf der Bühne. Das Jubiläumsprogramm „Best of“ vereint die beliebtesten Sketches und Lieder – frisch überarbeitet. Mit Witz, Satire und viel Humor nimmt das Pfarrkabarett Kirche und Gesellschaft aufs Korn, entlarvt Scheinriesen und zeigt: Lachen ist auch nach 50 Jahren die beste Antwort auf die Herausforderungen der Zeit.

Irene Geiger-Schaller, Josef Höglauer, Anne-Bärbel Ruf-Körver und Hannes Schott

Ort: eckstein (Raum siehe Display)

Zeit: Freitag, 19.02.2027 | 19.00 Uhr

(Einlass ab 18.30 Uhr)

Kosten: 15 Euro Kartenvorverkauf im i-Punkt – eckstein (Tel.: 0911 214-2140) ab 15.10.2026, Restkarten an der Abendkasse

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311824



4. MÄRZ

FILMABEND

„Die Menschheit hat den Verstand verloren“



Filmabend – Biografie Astrid Lindgren und Gespräch

Das Lebenswerk von Astrid Lindgren ist einzigartig und bedeutungsvoll. Sie war eine überzeugte Humanistin. Sie hat für die Rechte der Kinder, für Gleichberechtigung und für die Rechte der Tiere gekämpft. Sie hat sich für ihre Ansichten sowohl mit Zivilcourage und Ernsthaftigkeit, als auch mit Humor und Liebe eingesetzt. Weltweiten Ruhm erlangte Astrid Lindgren jedoch als Kinderbuchautorin. Eines ihrer berühmtesten Zitate ist: „Lass dich nicht unterkriegen, sei frech, wild und wunderbar.“ Dieses Zitat, das Pipi Langstrumpf zugeschrieben wird, ist zu einem echten Lebensmotto geworden und steht sinnbildlich für Mut, Lebensfreude, Lebenskunst und Unabhängigkeit. Anlässlich des 25. Todestages von Astrid Lindgren und dem 80. „Geburtstag“ von Pipi Langstrumpf wollen wir uns mit dem Leben dieser außergewöhnlichen Frau beschäftigen.

Team der Dekanatsfrauenbeauftragten

Ort: eckstein, Lounge

Zeit: Donnerstag, 04.03.2027 | 18.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 10 Euro

Anmeldung bis 23.02.2027

Hinweis: Bitte Einzel-Flyer anfordern via dekanatsfrauenbeauftragte.nuernberg@elkb.de oder Tel.: 0911 214-1108.

■ DEKANATSFRAUENBEAUFTRAGTE IM
EVANG.-LUTH. DEKANATSBEZIRK NÜRNBERG

KURS 500068



Neues
Format!

AB 11. NOVEMBER

SCHREIBWERKSTATT

WortSpielRaum

kreatives Schreiben – bunte Geschichten
und lebendige Gedanken

Worte können Bilder entstehen lassen und neue Perspektiven eröffnen. Mit Methoden des Creative Writing entstehen kleine Geschichten, poetische Miniaturen und überraschende Texte zwischen Leichtigkeit und Tiefgang. Spielerische Impulse, gemeinsamer Austausch und eigene Schreiberfahrungen laden dazu ein, Fantasie und Sprache neu zu entdecken – ganz ohne Vorkenntnisse.

Frieda Hermann Autorin, Lyrikerin, Dozentin für Schreibwerkstätten

Ort: eckstein, 2.01 (bitte aktuellen Raumhinweis beachten)

Zeit: 6x Mittwoch, 11.11./25.11./09.12.2026/13.01./27.01./10.02.2027 | 9.30 – 12.30 Uhr

Kosten: 144 Euro | 130 Euro

Anmeldung bis 06.11.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311859

21. NOVEMBER

LYRIK-WERKSTATT

Starke Frauen – starke Stimmen

Im Echo von Ana Blandiana und Sarah Kirsch

Im Mittelpunkt stehen die rumänische Dichterin Ana Blandiana und die deutsche Lyrikerin Sarah Kirsch – zwei unverwechselbare Stimmen der europäischen Gegenwartslyrik. Ihre Gedichte erzählen von Freiheit, Erinnerung, Natur und gesellschaftlicher Erfahrung. Ausgehend von ihren Sprachbildern und Stimmungen entstehen in der Schreibwerkstatt eigene poetische Texte und kreative Schreibversuche. Die Atmosphäre ist offen und wertschätzend. Sie teilen Texte, probieren aus, lassen Assoziationen fließen. Traditionen dienen als Fundgrube, nicht als Pflichtstoff. Sprache darf hier lebendig sein: als Spiel, als Spiegel, als Lebenshaltung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, nur Lust aufs Schreiben.

Dr. Tessa Korber freie Schriftstellerin, Texterin, Lektorin, Dozentin für Schreibwerkstätten

Frieda Hermann Autorin, Lyrikerin, Dozentin für Schreibwerkstätten

Ort: eckstein, 4.02

Zeit: Samstag, 21.11.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr

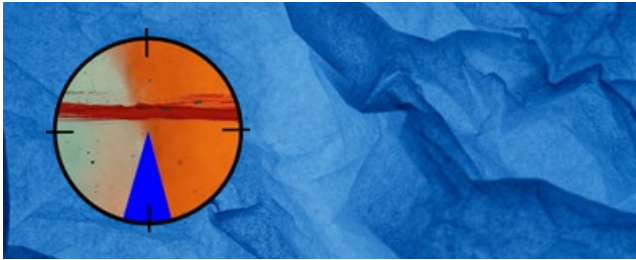
Kosten: 55 Euro | 50 Euro

Anmeldung bis 16.11.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311777





AB 6. OKTOBER

THEMENREIHE

Die Blaue Stunde

Kulturgespräche in der eckstein-Lounge

Die Blaue Stunde ist die faszinierende Zeit des Tages, in der das Licht eine ganz besondere Atmosphäre schafft. Es ist kein Wunder, dass sie oft als Inspiration für Künstler:innen dient. Tauchen Sie ein in diese „Zwischenzeit“ und erfahren mehr über Literatur, Bildende Kunst und Musik. In entspannter Atmosphäre erleben Sie kurzweiligen und anregenden Kunstgenuss – gerne bei einem Getränk von der eckstein-Gastronomie.

Ort: eckstein, Lounge

Kosten: 2 bis 8 Euro (*pay what you can, siehe Seite 8)

Anmeldung bis zum Veranstaltungstag erbeten

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

6. OKTOBER

LESUNG – GESPRÄCH

Hilde Domin: „Wir setzten den Fuß in die Luft / und sie trug“

Lyrik der Hoffnung in brüchigen Zeiten

Marie-Louise Mayer-Harries Lyrik-Vermittlerin

Zeit: Dienstag, 06.10.2026 | 17.30 Uhr

KURS 311810

17. NOVEMBER

LESUNG – GESPRÄCH

Der Brandner Kasper auf Fränkisch

Musikalische Lesung – heiter und hinter sinnig

Dr. Karlheinz Röhlin Theologe, Autor (Lesung)

Ruth Röhlin Religionslehrerin i.R., Sozialtherapeutin i.R. (Klavier)

Zeit: Dienstag, 17.11.2026 | 17.30 Uhr

KURS 311808

8. DEZEMBER

VORTRAG – GESPRÄCH

Die Heilige Familie

Zwischen Andacht und künstlerischer Deutung:
ein Motiv im Wandel

Annette Schäfer M.A. Volkskundlerin, Kreisheimatpflegerin, Kulturreferentin des Landkreises Forchheim

Zeit: Dienstag, 08.12.2026 | 17.30 Uhr

KURS 311592

19. JANUAR

VORTRAG – GESPRÄCH

Astrid Lindgren – Geschichten, die bleiben

Zum 25. Todestag: Leben, Werk und ihre Botschaft
von Freiheit und Menschlichkeit

Claudia Reh Dipl. Sozialarbeiterin, Lernbegleitung,
Montessori-Diplom

Zeit: Dienstag, 19.01.2027 | 17.30 Uhr

KURS 311807

16. FEBRUAR

LESUNG – GESPRÄCH

Die Farbe Blau

Farbenspiel in der Lyrik – eine literarische Spurensuche

Marie-Louise Mayer-Harries Lyrik-Vermittlerin

Zeit: Dienstag, 16.02.2027 | 17.30 Uhr

KURS 311811

Für die Malerei-Angebote gilt:

Künstlerische Vorkenntnisse nicht erforderlich, nur Lust an Farbe und Ausprobieren; Mal-Material wird vom Mobilen Atelier mitgebracht.



AB 29. JANUAR

MALEREI-WORKSHOP

Georgia O'Keeffe – Die Blumenmalerin

Leuchtende Farben, kraftvolle Formen und expressive Blütenbilder: Inspiriert von Georgia O'Keeffes einzigartiger Bildsprache entstehen mit Gouache- und Aquarellfarben eigene farbtensive Malereien. Ausgewählte Werke der Künstlerin, einfache malerische Zugänge und das Arbeiten mit Farbflächen und Perspektiven eröffnen Raum für persönliche Bildideen.

Angelika Aldenhoff-Artz Malerin,
Dipl.-Kunsttherapeutin, -pädagogin

Ort: eckstein, 4.01 | **Zeit:** Freitag, 29.01.2027 | 19.00 – 21.30 Uhr und Samstag, 30.01.2027 | 9.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 127 Euro | 112 Euro (inkl. 42 Euro Materialkosten)

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311612

AB 9. OKTOBER

MALEREI-WORKSHOP

Keith Haring: „Dinge, die ich gerne in eine große blaue Handtasche täte ...“

Kräftige Farben, markante Linien und tanzende Figuren: Inspiriert von Keith Harings expressiver Bildsprache entstehen mit Gouache, Tusche, Graphit und Eddings auf Aquarellkarton eigene ausdrucksstarke Arbeiten.

Angelika Aldenhoff-Artz Malerin,
Dipl.-Kunsttherapeutin, -pädagogin

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Freitag, 09.10.2026 | 19.00 – 21.30 Uhr
und Samstag, 10.10.2026 | 9.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 127 Euro | 112 Euro
(inkl. 42 Euro Materialkosten)

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311223

AB 5. MÄRZ

MALEREI-WORKSHOP

„Weiß & Schwarz ... und was dazwischen liegt“

Schwarz und Weiß eröffnen überraschende künstlerische Möglichkeiten zwischen Klarheit, Kontrast und Experiment. Mit Gouachefarben, Zeichnung, Collage und Drucktechniken entstehen intuitive Studien, freie Bildideen oder Leporellos voller Ausdruckskraft. Unterschiedliche Materialien, Linien und Strukturen laden zum spielerischen Arbeiten ein.

Angelika Aldenhoff-Artz Malerin,
Dipl.-Kunsttherapeutin, -pädagogin

Ort: eckstein, 4.01 | **Zeit:** Freitag, 05.03.2027 | 19.00 – 21.30 Uhr und Samstag, 06.03.2027 | 9.00 – 16.00 Uhr

Kosten: 127 Euro | 112 Euro (inkl. 42 Euro Materialkosten)

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311613

Wege und Reisen



Veranstalter aller Reisen ist das Evang.-Luth. Dekanat Nürnberg-evangelische stadtakademie nürnberg bzw. -Dekanatsfrauenbeauftragte im evang.-luth. Dekanatsbezirk Nürnberg, vertreten durch Stadtdekan Dr. Jürgen Körnlein, Burgstraße 1-3, 90403 Nürnberg
Anmeldung nur über Prospekt inklusive AGB möglich; bitte anfordern.

AB 1. OKTOBER

STUDIENREISE

Studienreise Unesco-Weltkulturerbe Oberes Mittelrheintal

Auf den Spuren der Hildegard von Bingen

Ort: Rüdesheim-Assmannshausen | **Zeit:** Donnerstag, 01.10.2026 bis Sonntag, 04.10.2026 | **Kosten:** 540 Euro (p.P. im DZ / HP, Bus, Führungen, Eintritte, u.v.m.)

Teilnahmezahl: mind. 25, max. 30 Teilnehmer:innen

Anmeldung: sofort | **Hinweis:** Bitte Flyer anfordern
 dekanatsfrauenbeauftragte.nuernberg@elkb.de

■ DEKANATSFRAUENBEAUFTRAGTE IM
 EVANG.-LUTH. DEKANATSBEZIRK NÜRNBERG

KURS 500063

7. NOVEMBER

MARKTAUSFLUG

Martinimarkt in Roßtal

Kunsth Handwerk, regionale Spezialitäten & mehr!

Ort: Roßtal | **Zeit:** Samstag, 07.11.2026 | 16.00 Uhr
Kosten: siehe Extra-Flyer | **Anmeldung:** bis 20.10.2026
Hinweis: Bitte Flyer anfordern
 dekanatsfrauenbeauftragte.nuernberg@elkb.de

■ DEKANATSFRAUENBEAUFTRAGTE IM
 EVANG.-LUTH. DEKANATSBEZIRK NÜRNBERG

KURS 500064

AB 9. JANUAR

WINTERFAHRT

Berge – Sonne – Schnee

Ski-Region Dachstein-West & Salzburger Land

Ort: Abtenau | **Zeit:** Samstag, 09.01.2027 bis Samstag, 16.01.2027 | **Kosten:** 645 Euro p.P. DZ bzw. 757 Euro im EZ (HP und Extras) | **Teilnahmezahl:** mind. 20, max. 30 Teilnehmer:innen | **Anmeldung** bis 28.09.2026

Hinweis: Planungstreffen 10.11.2026, 18.30 Uhr im eckstein; bitte Flyer anfordern
 dekanatsfrauenbeauftragte.nuernberg@elkb.de

■ DEKANATSFRAUENBEAUFTRAGTE IM
 EVANG.-LUTH. DEKANATSBEZIRK NÜRNBERG

KURS 500066

16. APRIL

KULTURFAHRT

Die Würth-Museen Künzelsau und Schwäbisch Hall

im Auftrag des Reiseveranstalters Werner Holler M.A.
Zeit: Freitag, 16.04.2027 | 8.00 Uhr – ca. 19.00 Uhr
Kosten: 107 Euro p. P. | **Teilnahmezahl:** mind. 20, max. 25 Teilnehmer:innen | **Anmeldung** bis 31.03.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311964

21. MAI

KULTURFAHRT

Der zweite Himmel

Auf literarischen Spuren Jean Pauls durch Bayreuth

im Auftrag des Reiseveranstalters Werner Holler M.A.
 Dr. Günter Kraus
Zeit: Samstag, 21.05.2027 | 8.30 Uhr – 19.15 Uhr
Kosten: 102 Euro | **Teilnahmezahl:** mind. 20, max. 25 Teilnehmer:innen | **Anmeldung** bis 06.05.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311965

Körper Geist Gesundheit

AB 24. SEPTEMBER

KURSE

Wohltuendes Yoga

Übungen, Atemerfahrung, Entspannung

In den Kursen soll eine Übungspraxis erarbeitet werden, die mit Kraft und Lebensfreude erfüllt, neue Sichtweisen eröffnet und zu Gelassenheit und Entspannung führt. Der ganzheitliche Übungs- und Erfahrungsweg im klassischen Yoga dient der Gesunderhaltung des Körpers und macht darüber hinaus die geistige Dimension des Menschseins bewusst. Wir lernen die stärkende und heilende Kraft des Atems und das Zusammenspiel von Atem und Bewegung in einfachen dynamischen Übungsfolgen kennen.

Nilüfer Bahadır Yoga-Lehrerin (NYZ)

Ort: eckstein, 5.01

Anmeldung bis jeweils drei Werktage vor Kursbeginn

Wohltuendes Yoga am Donnerstag I

Zeit: 12x Donnerstag, 24.09./01.10./08.10./15.10./22.10./29.10./12.11./19.11./26.11./03.12./10.12./17.12.2026
9.30 – 11.00 Uhr | **Kosten:** 132 Euro | 114 Euro

KURS 311803

Wohltuendes Yoga am Donnerstag II

Zeit: 9x Donnerstag, 14.01./21.01./28.01./04.02./18.02./25.02./04.03./11.03./18.03.2027 | 9.30 – 11.00 Uhr
Kosten: 99 Euro | 94 Euro

KURS 311833

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

MEHR YOGA AM MONTAG UND MITTWOCH.

Fragen Sie nach freien Plätzen!
Tel. 0911 214-2121 oder
stadtakademie.nuernberg@elkb.de

AB 13. OKTOBER

KURSE

Locker vom Hocker – Yoga am Stuhl

Bei dieser besonderen Form des Ashtanga-Yoga üben Sie mit einem stabilen Stuhl, der hauptsächlich als Stütze dient. Sie lernen Schritt für Schritt die Bewegungsabläufe handgelenk- und knieschonender Asanas/Übungen, die Sie z.B. auch in einer Pause im Büro am Stuhl durchführen können. So fühlen Sie sich beweglich und lebendig. Profitieren Sie von der entspannenden und wohltuenden Wirkung des Yogas. Eingeladen sind „Büromenschen“, Neugierige, Anfänger:innen und Yoga-Geübte.

Heidi Müller Yogalehrerin für Ashtanga-Yoga nach der AYI-Methode® von Dr. Ronald Steiner

Ort: eckstein, 4.01

Anmeldung bis jeweils drei Werktage vor Kursbeginn

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

Locker vom Hocker I

Zeit: 9x Dienstag, 13.10./20.10./27.10./10.11./17.11./24.11./01.12./08.12./15.12.2026 | 18.30 – 19.30 Uhr

Kosten: 72 Euro | 63 Euro

KURS 311843

Locker vom Hocker II

Zeit: 9x Dienstag, 12.01./19.01./26.01./02.02./16.02./23.02./02.03./09.03./16.03.2027 | 18.30 – 19.30 Uhr

Kosten: 72 Euro | 63 Euro

KURS 311844

AB 1. OKTOBER

KURSE

Der Puls des Lebens – Herzkohärenz stärken

Mit Yoga, Atemübungen, Gespräch und anderen Elementen

Unser Herz ist mehr als eine Pumpe: Es schwingt, fühlt, reagiert – und steht in enger Verbindung mit Gehirn und Emotionen. Stress, Angst oder Druck beeinträchtigen diese Harmonie und belasten das Herz-Kreislauf-System. Ziel des Kurses ist es, durch gezielte Übungen aus Yoga und Atemarbeit die Herzkohärenz zu fördern – ein Zustand innerer Ausgeglichenheit, der Gesundheit, Resilienz und Lebensfreude unterstützt. Achtsame Körperwahrnehmung, Reflexion und gemeinsamer Austausch bilden den Rahmen dieses heilsamen Weges.

Birgit Atzl Heilpraktikerin, Yogalehrerin, Vorsitzende des Berufsverbands für unabhängige, gesundheitswissenschaftliche Yogalehrende BUGY®, Trainerin für Herzkohärenz

Ort: eckstein, 4.02

Zeit: 8x Donnerstag, 01.10./08.10./15.10./22.10./29.10./12.11./19.11./26.11.2026 | 18.00 – 20.30 Uhr und Samstag, 05.12.2026 | 9.00 – 17.00 Uhr

Kosten: 280 Euro | 260 Euro

Anmeldung bis 25.09.2026

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311559



AB 6. OKTOBER

KURSE UND WORKSHOPS

Feldenkrais für unterschiedliche Zielgruppen

In den Kursen stehen Bewegungssequenzen nach der Feldenkrais-Methode im Mittelpunkt, die dem Bedürfnis nach Entspannung entgegenkommen. Sie lernen neue und effektive Bewegungsweisen kennen und schöpfen daraus Kraft. Dies führt zu einer verbesserten Koordination und Körperwahrnehmung und zur körperlichen und geistigen Flexibilität. Die Übungen sind auf die jeweiligen Zielgruppen mit ihren spezifischen Bedürfnissen abgestimmt.

Ellie Putnam lizenzierte Feldenkrais-Lehrerin,
Mitglied des Feldenkrais-Verbandes

Ort: eckstein, 4.01 oder 1.01

Anmeldung bis jeweils drei Werktage vor Kursbeginn

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

Zwischen Kopf und Fuß I

Feldenkrais für Seniorinnen und Senioren

Zeit: 9x Dienstag, 06.10./13.10./20.10./27.10./17.11./
24.11./01.12./08.12./15.12.2026 | 14.00 – 15.30 Uhr

Kosten: 99 Euro | 85,50 Euro

KURS 311923

Aktiv und flexibel – ein Leben lang I

Feldenkrais für Menschen zwischen 30 und 60 Jahren

Zeit: 9x Dienstag, 06.10./13.10./20.10./27.10./17.11./
24.11./01.12./08.12./15.12.2026 | 16.30 – 18.00 Uhr

Kosten: 99 Euro | 85,50 Euro

KURS 311922

Zwischen Kopf und Fuß II

Feldenkrais für Seniorinnen und Senioren

Zeit: 7x Dienstag, 02.02./09.02./16.02./23.02./02.03./
09.03./16.03.2027 | 14.00 – 15.30 Uhr

Kosten: 77 Euro | 66,50 Euro

KURS 311924

Aktiv und flexibel – ein Leben lang II

Feldenkrais für Menschen zwischen 30 und 60 Jahren

Zeit: 7x Dienstag, 02.02./09.02./16.02./23.02./02.03./
09.03./16.03.2027 | 16.30 – 18.00 Uhr

Kosten: 77 Euro | 66,50 Euro

KURS 311925

Feldenkrais – Gesicht entspannt, Kopf frei

Zeit: Samstag, 17.10.2026 | 14.30 – 17.30 Uhr

Kosten: 24 Euro | 20 Euro

KURS 311542

Feldenkrais – Das Wechselspiel zwischen Armen, Schultern und Rumpf

Zeit: Samstag, 05.12.2026 | 14.30 – 17.30 Uhr

Kosten: 24 Euro | 20 Euro

KURS 311548

Feldenkrais – Das Zusammenspiel zwischen Becken und Wirbelsäule

Zeit: Samstag, 20.02.2027 | 14.30 – 17.30 Uhr

Kosten: 24 Euro | 20 Euro

KURS 311543



AB 8. OKTOBER

SING-WORKSHOPS

Gemeinsam singen, aufatmen und neue Klangräume entdecken

Singen stärkt Atem, Körpergefühl und Ausdruckskraft, fördert Konzentration und innere Balance und verbindet Menschen auf besondere Weise. Gesungen werden ein- und mehrstimmige Lieder, Kanons, bekannte Melodien und neue Entdeckungen – mal beschwingt, mal nachdenklich. Atem-, Stimm- und Körperübungen unterstützen dabei, die eigene Stimme freier klingen zu lassen und die Freude am gemeinsamen Singen neu zu erleben.

Heike Kiefer Diplommusiklehrerin, Chorleiterin

Ort: eckstein, 4.01 | **Anmeldung** bis jeweils drei Tage vor Kursbeginn

Hinweis: Für Anfänger:innen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

Trotzdem singen

Lieder von Zuversicht, Lebensmut und innerer Stärke



Zeit: 6x Donnerstag, 08.10./15.10./22.10./29.10./12.11./19.11.2026 | 18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: 66 Euro | 57 Euro

KURS 311836

Singen in der „staden Zeit“

Adventliche Lieder als Quelle von Ruhe und Resonanz

Zeit: 2x Donnerstag, 26.11./03.12.2026 und Mittwoch, 09.12.2026 | 18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: 33 Euro | 28,50 Euro

KURS 311837

Stimmenklang in der Sebalduskirche

Singen im Advent

Zeit: Mittwoch, 16.12.2026 | 18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: 16 Euro | 14,50 Euro (inkl. 5 Euro Eintritt St. Sebald)

Kooperatin mit Pachelbel-Chorakademie und Sebald Musik

KURS 311978

Musik liegt in der Luft

Zwischen Herzschmerz und Ohrwurm

Zeit: 4x Donnerstag, 14.01./21.01./28.01./04.02.2027

18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: 44 Euro | 38 Euro

KURS 311838

Vom Kyrie zum Halleluja

Singen in der Passionszeit

Zeit: 4x Donnerstag, 18.02./25.02./04.03./11.03.2027

18.00 – 19.30 Uhr

Kosten: 44 Euro | 38 Euro

KURS 311839

„Singen nach
Herzenslust“

Wochenend-Workshop
28. bis 30. Mai 2027
Prospekt ab November erhältlich!
Tel. 0911 214-2121 oder
stadtakademie.nuernberg@elkb.de



9. JANUAR

WORKSHOP

TaKeTiNa®

Rhythmus mit allen Sinnen erfahren

Rhythmus durchdringt das ganze Leben und ist unsere menschliche Lebensgrundlage. Herzschlag, Atmung, Schlafen und Wachen, Arbeiten und Ruhen, Ankunft und Abschied und vieles mehr. TaKeTiNa geht davon aus, dass Rhythmus in jedem Menschen angelegt ist und entfaltet werden kann. Im Kreis von Menschen in rhythmischer Bewegung entsteht ein Feld, in dem ein Prozess von „aus dem Rhythmus kommen“ und „neu in den Rhythmus fallen“ körperlich erlebbar wird. Die persönliche Entwicklung und Entdeckung des eigenen, uns oft verborgenen, Potenzials werden angestoßen. Der eigene Körper ist dabei das Instrument. Rhythmisches Sprechen und Singen sowie Schritt- und Klatschbewegungen sind elementarer Bestandteil von TaKeTiNa.

Irina Föhrenbach TaKeTiNa-Rhythmuspädagogin, Musikerin, Stimmbildnerin

Katrin Wolf TaKeTiNa-Rhythmuspädagogin, TaKeTiNa Rhythmustherapeutin, Klavierpädagogin

Ort: eckstein, E.01

Zeit: Samstag, 09.01.2027 | 10.00 – 17.00 Uhr
(selbstorganisierte Mittagspause)

Kosten: 72 Euro | 59 Euro

Anmeldung bis 07.01.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311540

AB 31. OKTOBER

WORKSHOPS

Atme Dich frei

Vital durch bewusstes Atmen

Unser Atem reagiert auf alles, was uns bewegt: Anstrengung, Freude, Schmerz, geistige Herausforderungen oder emotionale Belastung. Er ist Ausdruck unserer Gesamtbe-
findlichkeit. Lässt der Alltag keine Zeit zum Rasten, wird sich auch im Atemrhythmus keine Pause zeigen. Durch
feine Spür- und achtsame Atemübungen üben wir im Sit-
zen, Stehen und Liegen einfache, effiziente Bewegungen
ein und schulen die Bewusstheit für den persönlichen
Atemrhythmus. In jedem Workshop erlernen Sie neue
Übungen. Auch einzeln buchbar.

Elke Rosenzweig Atempädagogin/Atemtherapeutin AFA®

Ort: eckstein, 1.01 oder 4.01 (Raumhinweis beachten)

Kosten: jeweils 26,50 Euro | 23,50 Euro

Anmeldung bis drei Werktage vor Kursbeginn

Hinweis: Bitte kleines Kissen und warme Socken
mitbringen.

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG



Schultern, Nacken und Kiefer entspannen mit bewusster Atmung

Zeit: Samstag, 31.10.2026 | 9.30 – 12.00 Uhr

KURS 311553

Der Körper als Klangraum – meditatives Tönen und innere Resonanz

Zeit: Samstag, 05.12.2026 | 9.30 – 12.00 Uhr

KURS 311554

Lockerheit und Kraft für den Rücken

Zeit: Samstag, 16.01.2027 | 9.30 – 12.00 Uhr

KURS 311555

**Atem-Workshop
mit Elke Rosenzweig**
Ein Gewinn für Einsteiger:innen
und Wiederholungsfreudige!



AB 13. JANUAR

KURS

Erholsamen Schlaf finden

mit Hilfe der Atemkraft

Dauerhafte Alltagsbelastungen führen oft dazu, dass der Körper im Schlaf die Anspannungen nicht mehr ausgleichen kann. Der unruhige Schlaf führt schon am Morgen zu Müdigkeit und Erschöpfung. Mit Atem- und Bewegungsübungen können gezielt Muskelspannungen und vegetative Stresszustände abgebaut werden. Rücken- und Liegeübungen in Kombination mit dem eigenen Atemrhythmus lösen Blockaden an der Wirbelsäule und der Rückenmuskulatur, so dass die Tiefenatmung gefördert wird. Bewusstes Atmen und Körperwahrnehmung bringen innere Ruhe und Wohlspannung (Eutonus) für einen regenerierenden und gesunden Schlaf.

Elke Rosenzweig Atempädagogin/Atemtherapeutin AFA®

Ort: eckstein, 2.01

Zeit: 3x Mittwoch, 13.01./20.01./27.01.2027
18.00 – 20.00 Uhr

Kosten: 67,50 Euro | 58,50 Euro

Anmeldung bis 08.01.2027

Hinweis: Bitte kleines Kissen und warme Socken mitbringen.

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311768

6. FEBRUAR

WORKSHOP

TanzDichGanz

Ausdruck, Begegnung, Lebendigkeit

Sich selbst in Bewegung und im Tanz erleben – jenseits von Leistungsdruck und festen Vorgaben! In einer wertschätzenden Atmosphäre wird Raum für das eigene Wahrnehmen und Spüren sowie Zeit zum Erforschen und Experimentieren der eigenen Bewegungsvielfalt geschenkt. In der Bewegung werden auch Gegensätze erfahrbar, die neue Facetten von Lebendigkeit eröffnen. Mit Musik, Poesie, Farben und weiteren Impulsen wird ein kreativer und lebendiger Rahmen geschaffen, in dem jede:r die eigene Einzigartigkeit erfahren kann. Der kreative Tanz bietet die Freiheit, neue und alte Bewegungsformen zu entdecken – frei von Bewertungen, Tabus oder richtig und falsch.

Alexandra Thiele Dipl. Sozialpädagogin, Leiterin für kreativen Tanz und Bewegungsgestaltung

Ort: eckstein, 4.01

Zeit: Samstag, 06.02.2027 | 14.30 – 17.30 Uhr

Kosten: 29 Euro | 26 Euro

Anmeldung bis 02.02.2027

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

KURS 311818





AB 24. SEPTEMBER

KURSE

QiGong

Chinesische Bewegungsformen für Gesundheit und Wohlbefinden

QiGong ist ein wichtiger Bestandteil der chinesischen Medizin (TCM) zur Erhaltung von Gesundheit. Leicht zu erlernende Übungen helfen, Stress körperlich zu lösen und die Atmung und den Körper ins Gleichgewicht zu bringen. Bewusst und regelmäßig – auch im Alltag – ausgeführt, zeigen die Übungen tiefgreifende und nachhaltige Wirkung der Entspannung und Erholung.

Maria Riediger QiGong-Trainerin Deutsche QiGong-Gesellschaft

Ort: eckstein, 4.01

Anmeldung bis jeweils drei Werktage vor Kursbeginn

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

Mit QiGong den Morgen begrüßen I

Zeit: 12x Donnerstag, 24.09./01.10./08.10./15.10./22.10./29.10./12.11./19.11./26.11./03.12./10.12./17.12.2026
8.30 – 9.15 Uhr

Kosten: 66 Euro | 60 Euro

KURS 311847

Auf in den Tag mit QiGong I

Zeit: 12x Donnerstag, 24.09./01.10./08.10./15.10./22.10./29.10./12.11./19.11./26.11./03.12./10.12./17.12.2026
9.45 – 11.15 Uhr

Kosten: 132 Euro | 114 Euro

KURS 311848

Mit QiGong den Morgen begrüßen II

Zeit: 9x Donnerstag, 14.01./21.01./28.01./04.02./18.02./25.02./04.03./11.03./18.03.2027 | 8.30 – 9.15 Uhr

Kosten: 49,50 Euro | 45 Euro

KURS 311849

Auf in den Tag mit QiGong II

Zeit: 9x Donnerstag, 14.01./21.01./28.01./04.02./18.02./25.02./04.03./11.03./18.03.2027 | 9.45 – 11.15 Uhr

Kosten: 99 Euro | 85,50 Euro

KURS 311850

AB 28. NOVEMBER

WORKSHOPS

QiGong am Wochenende

Spezielle Übungen für verschiedene Jahreszeiten wecken die Lebenskräfte neu. Auch die Übungen für die Gesundheit mit ihren leicht zu erlernenden Bewegungen und poetischen Bildern werden aufgenommen. Geeignet für Anfänger:innen, die QiGong kennenlernen und für Erfahrene, die ihre eigene Übungspraxis vervollkommen wollen.

Heidi Reiser QiGong- und TaiChi-Lehrerin SKA, Tanztherapeutin, BTD

Ort: eckstein, 4.01

Kosten: 26 Euro | 22 Euro (180 Minuten)
bzw. 17,50 Euro | 14 Euro (120 Minuten)

Anmeldung bis jeweils drei Tage vor Kursbeginn

■ EVANGELISCHE STADTAKADEMIE NÜRNBERG

QiGong – Das Trübe ins Klare verwandeln I

Zeit: Samstag, 28.11.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

KURS 311564

QiGong – Das Trübe ins Klare verwandeln II

Zeit: Samstag, 28.11.2026 | 14.00 – 16.00 Uhr

KURS 311565

Mit QiGong in die lichte Zeit I

Zeit: Samstag, 27.02.2027 | 10.00 – 13.00 Uhr

KURS 311566

Mit QiGong in die lichte Zeit II

Zeit: Samstag, 27.02.2027 | 14.00 – 16.00 Uhr

KURS 311567



**AUF DEM
LAUFENDEN BLEIBEN!**

Mit dem Newsletter der
evangelischen stadtakademie nürnberg
Melden Sie sich einfach über den
QR-Code an!





Tagen im eckstein

Tagungsräume im eckstein

Der eckstein sorgt mit seiner offenen lichtdurchfluteten Architektur, und ein-drucksvollen Ausblicken auf die Nürnberger Altstadt für eine angenehme Tagungsatmosphäre.

Sie planen einen Fachtag, ein Seminar, einen Workshop, eine Klausur oder eine Besprechung unter vier Augen? Unsere multifunktionalen, barrierefreien Räumlichkeiten werden Ihren individuellen Ansprüchen gerecht. Mit variabler Raumbestuhlung, moderner Tagungstechnik und kompetenten Ansprechpartner:innen vor Ort bieten wir für jedes Veranstaltungsformat einen maßgeschneiderten Rahmen.

Auch für Kulinarisches ist gesorgt: Für das Catering steht Ihnen gerne unser hauseigenes Restaurant "Eglantine" zur Verfügung.



Hier gehts
zur Übersicht



Smart facts

Raumgrößen

17 – 188 m²

Anmietung möglich

Montag – Freitag

8.00 – 21.00 Uhr

Samstag

8.00 – 18.00 Uhr

(Sonn- und feiertags
keine Anmietung)

Sprechen Sie uns gerne an – Ihre Ansprechpartner:

Alexander Gingerich | raumvermietung.eckstein.nuernberg@elkb.de

Telefon 0911 – 214 2147

Restaurant Eglantine | eglantine.eckstein@elkb.de

Telefon 0911 – 214 2591



www.eckstein-evangelisch.de/tagungshaus

im eckstein



Vielfalt unter einem Dach – im eckstein

eckstein: der Name unseres Hauses ist Programm. Mit Ecken und Kanten, ein tragendes Fundament – evangelisch, offen für alle mitten im Herzen der Nürnberger Altstadt. Unter unserem Dach finden Sie eine bunte Vielfalt an evangelischen Einrichtungen, die unser Haus zu einem lebendigen Ort der Bildung. Beratung. Begegnung in Nürnberg machen.

Herzlich willkommen!

forum erwachsenenbildung – evangelisches bildungswerk nürnberg e.V.

Wir bieten Lernräume und Vernetzung:
Fortbildung und Beratung | fachlich fördern – spezifisch unterstützen
Ehrenamt im Dekanat | Menschen beflügeln – Engagement entfalten
Institut Biografiearbeit | Lebensgeschichten – Geschichten zum Leben
Bildung vor Ort | miteinander leben – voneinander lernen

Christine Ursel, Esther Stüve,
Yasmin Chaudhri
Kontakt 0911 – 214 2131
www.feb-nuernberg.de
bildungswerk.nuernberg@elkb.de

evangelische stadtakademie

Wir führen den Dialog über politische, gesellschaftliche, kulturelle und ethische Fragen und bringen die christliche Perspektive in die Stadtgesellschaft ein. Außerdem bieten wir Kurse für Menschen, die ihr Leben neu ausrichten möchten, verborgene Talente entfalten oder in besonderen Lebenssituationen nach Orientierung suchen.

Dr. Ekkehard Wohlleben,
Susanne-Katrin Heyer
Kontakt 0911 – 214 2121
www.evangelische-stadtakademie-nuernberg.de
stadtakademie.nuernberg@elkb.de

spirituelles zentrum im eckstein

Spirituelle Wege authentisch erleben – Glauben vertiefen – sich führen lassen, von der Liebe, die größer ist als Du selbst. Im spirituellen zentrum findest Du Unterstützung in Zeiten des Wandels und praktische Übungswege, aus spirituellen Quellen zu leben. Evangelisch – offen – im Herzen der Stadt.

Dr. Peter Hirschberg
Kontakt 0911 – 214 2121
www.spirituelles-zentrum-im-eckstein.de
spirituelleszentrum.nuernberg@elkb.de

Evangelische Fachstelle Alleinerziehende

Familie lebt in vielen Formen – Beratung und Veranstaltungen – Alleinerziehende und Verwitwete
Für alleinerziehende Mütter und Väter, getrennte Eltern, jung Verwitwete und Patchworkfamilien bieten wir psychosoziale Beratung und Begleitung, Seminare (mit Kinderbetreuung!) und Offene Treffpunkte an. Damit wollen wir Alleinerziehendenfamilien stärken und entlasten, informieren und inspirieren.

Karin Mack
Kontakt 0911 – 214 2100
www.alleinerziehende-nuernberg.de
alleinerziehende.nuernberg@elkb.de

Evangelische Jugend Nürnberg

Die ejn macht Jugendarbeit!
In der ejn wird Glaube aktiv gelebt und auf vielfältige Art weitergegeben. Unsere Arbeit findet in offenen Jugendhäusern, Gemeinden, Schulen, der Jugendkirche LUX und an vielen weiteren Orten statt. Alle jungen Menschen sind willkommen!

Katharina Tirakitti
Kontakt 0911 – 214 2300
www.ejn.de | ejn@elkb.de

i-Punkt Evangelischer Informationsladen im eckstein

Für große und kleine Fragen rund um das evangelische Leben in Nürnberg.

Elke Wanka und Team
Kontakt 0911 – 214 2140
www.eckstein-evangelisch.de
i-punkt.nuernberg@elkb.de

Dekanatsfrauen- beauftragte

im Ev.-Luth. Dekanatsbezirk Nürnberg
Unser Auftrag und Engagement: Mit Veranstaltungen, Projekten und Exkursionen stärken wir das Bewusstsein für Gleichberechtigung, bauen Brücken zwischen Kulturen und Lebensstilen und stehen ein gegen Gewalt und Diskriminierung.

Christine Biemann-Hubert, Inge Marvé, Karin Weber
Kontakt 0911 – 214 1108
dekantsfrauenbeauftragte.nuernberg@elkb.de

Segen. Servicestelle

für Taufe, Trauung, Bestattung & mehr
Wir sind für Sie da in den besonderen Momenten im Leben: Bei Taufe, Trauung, Bestattung oder durch individuelle Begleitung an einem Lebensübergang.

Karola Schürle
Kontakt 0157 – 35397196
seggen.bayern-evangelisch.de
seggen@elkb.de

Stiftung Wings of Hope Deutschland

Traumaarbeit und Friedensarbeit:

Wir unterstützen Menschen, die unter den Folgen von Gewalt leiden, bilden Fachleute weiter, bieten Therapie für Betroffene an und ermutigen Jugendliche zu Dialog und Versöhnung.

Regina Miehlung, Martina Bock

Kontakt 0911 – 214 2370

www.wings-of-hope.de

info@wings-of-hope.de

Romero Initiative

Eine Stimme für Gerechtigkeit.

Wir engagieren uns für ein gerechtes Wirtschaftssystem, in dem Menschen unter würdigen Bedingungen arbeiten können und Unternehmen sozial und ökologisch handeln. Gemeinsam mit unseren Partner:innen in Mittelamerika.

Maik Pflaum

Kontakt 0911 – 214 2345

www.ci-romero.de

pflaum@ci-romero.de

Freiwillige Soziale Dienste Nordbayern

Im Freiwilligen Sozialen Jahr und Bundesfreiwilligendienst begleiten wir junge Menschen, die sich in sozialen, pflegerischen, medizinischen oder pädagogischen Arbeitsfeldern engagieren. Dies dient auch der (Berufs-)Orientierung und Persönlichkeitsbildung.

Fabian Meissner und Team

www.efb-freiwillig.de

info@efb-freiwillig.de

SinN-Stiftung Nürnberg

Menschen mit und ohne Migrationshintergrund organisieren im Dekanat Nürnberg Projektarbeit, Gottesdienste, seelsorgliche Begleitung und soziale Beratung in russischer, deutscher und ukrainischer Sprache für Zuwanderer und Geflüchtete aus den Staaten der ehemaligen Sowjetunion.

Dr. Sabine Arnold

Kontakt 0911 – 214 1260

www.evangelische-sinnstiftung-nuernberg.de

sinnstiftung.nuernberg.de

sinnstiftung.nuernberg@elkb.de

BRÜCKE-KÖPRÜ

Als Experimentierlabor für die christlich-islamische Begegnungs- und Dialogarbeit in Bayern erkundet die „BRÜCKE“, was kirchliche Präsenz und christliche Existenz in einer vielfältigen Einwanderungsgesellschaft bedeuten.

Dr. Thomas Amberg

Kontakt 0911 – 214 2150

www.bruecke-nuernberg.de

bruecke-nuernberg@elkb.de

Tagungshaus

Als Tagungsraum- und Hausverwaltung sind wir für die Bewirtschaftung des Gebäudes, die organisatorischen Abläufe und die Vermietung unserer Tagungsräume zuständig.

Alexander Gingerich

Kontakt 0911 – 214 2147

www.eckstein-evangelisch.de

raumvermietung.eckstein.nuernberg.de

elkb.de

Büro des Dekanats Nürnberg und der Region Mitte

Das Büro ist der Ansprechpartner für alle Anliegen, die das Gesamtdekanat (45 Kirchengemeinden mit 108.000 Kirchenmitgliedern), die Region Mitte und den Stadtdekan Dr. Jürgen Körnlein betreffen.

Stadtdekan Dr. Jürgen Körnlein und Team

Kontakt 0911 – 214 1111

www.nuernberg-evangelisch.de

dekanat.nuernberg@elkb.de

Die Büros der Regionen Nord-Ost und Süd-West im Evang.-Luth. Dekanat Nürnberg

Für alle Angelegenheiten den Nürnberger Norden, Osten und Süden betreffend.

Büro Nord

Dekan Jonas Schiller und Team

Kontakt 0911 – 214 1600

bueronord.dekanat.nuernberg@elkb.de

Büro Ost

Dekanin Christine Schürmann und Team

Kontakt 0911 – 214 1610

bueroot.dekanat.nuernberg@elkb.de

Büro Süd

Dekanin Britta Müller und Team

Kontakt 0911 – 214 2140

buerosued.dekanat.nuernberg@elkb.de

Kursübersicht

SEPTEMBER 2026

ab 14.09.	Kraft der Stille (keine Kursnr.).....	S. 17
ab 16.09.	Den Bogen spannen, um loszulassen (keine Kursnr.)	S. 17
16.09.	Lebensspendende Bilder	411933 S. 18
19.09.	Friede sei mit dir	411858 S. 18
ab 19.09.	Meditation zur Marktzeit (keine Kursnr.).....	S. 17
ab 19.09.	Trauercafé	126222 S. 38
ab 21.09.	Auslaufmodell Menschenrechte?	311532 S. 11
ab 22.09.	Einführung in die Basics der Zen-Meditation	411986 S. 19
ab 22.09.	Das mystische Schatzkästchen	411953 S. 19
ab 23.09.	Im Rhythmus des Atems beten (keine Kursnr.)	S. 17
ab 24.09.	Auf in den Tag mit QiGong I	311848 S. 68
ab 24.09.	Mit QiGong den Morgen begrüßen I	311847 S. 68
ab 24.09.	Wohltuendes Yoga am Donnerstag I	311803 S. 61
ab 25.09.	Auf den Spuren der Sehnsucht	411913 S. 20
ab 25.09.	eckstein-Treff	126241 S. 35
ab 26.09.	Samstagstreff für jung verwitwete Eltern	126214 S. 38
29.09.	Plastikflut!	311977 S. 11
29.09.	SeelenSport® – Einführungs-Workshop I	311804 S. 40
30.09.	Resilienz – Die Kunst der Widerstandskraft	311855 S. 4
30.09.	Zwischen Himmel & Heute	411932 S. 20

OKTOBER 2026

ab 01.10.	Der Puls des Lebens – Herzkohärenz stärken	311559 S. 62
ab 01.10.	Studienreise Oberes Mittelrheintal	500063 S. 60
01.10.	Survival of the Richest?	311970 S. 5
ab 02.10.	Den Bogen spannen, um loszulassen	411928 S. 21
ab 06.10.	Aktiv und flexibel – ein Leben lang I	311922 S. 63
06.10.	Farben meines Lebens	200270 S. 5
06.10.	Hilde Domin: „Wir setzten den Fuß ...“	311810 S. 58
ab 06.10.	Zwischen Kopf und Fuß I	311923 S. 63
ab 07.10.	Gut mit Stimme	311767 S. 46
ab 08.10.	Trotzdem singen	311836 S. 64
ab 09.10.	„Ganz tief in mir ist eine Quelle ...“	411921 S. 21
ab 09.10.	Keith Haring: „Dinge, die ich gerne ...“	311223 S. 59
09.10.	Liebe, Wut und Geschwisterbande	126280 S. 36
10.10.	Kopf hoch!	126270 S. 36
13.10.	Der Teddybär	311783 S. 41
13.10.	Israelis in Deutschland	311812 S. 22
ab 13.10.	Locker vom Hocker I	311843 S. 62
14.10.	Über die gewählte Blindheit in der Welt	411934 S. 18

14.10.	Wie resilient ist unsere Demokratie?	311817 S. 6
15.10.	„Dankbarkeit als Schlüssel ...“	411825 S. 24
15.10.	„Die Kraft der Liebe“	411795 S. 24
15.10.	Suche Freud, mein Herz!	311828 S. 54
16.10.	Presse- und Meinungsfreiheit unter Druck	311972 S. 13
17.10.	Feldenkrais – Gesicht entspannt, Kopf frei	311542 S. 63
18.10.	Kirchenmodelle in St. Andreas	311974 S. 25
20.10.	Islamische Perspektiven auf Resilienz	311857 S. 6
ab 20.10.	SeelenSport® – Kurs I	311805 S. 40
21.10.	Anker setzen – und Segel	200271 S. 47
21.10.	Zurück in die Zukunft?	311915 S. 12
22.10.	Zeitenwende statt Weltende	411981 S. 7
23.10.	Geborgen und frei – Mystik und Pilgern	311549 S. 27
23.10.	Ton-Wichtel basteln	126285 S. 37
27.10.	Die Kraft des Trotzdem	311835 S. 8
28.10.	Burnout in der Bibel	311954 S. 8
28.10.	„Dass ich erkenne, was die Welt ...“	311526 S. 55
29.10.	Aufstellungsabend I	411997 S. 27
30.10.	Erinnerungen in Worte fassen	200272 S. 51
30.10.	Selbstbestimmt vorsorgen	311762 S. 39
30.10.	Unter Heiligen	311968 S. 29
31.10.	Evangelisch. Wozu?	311912 S. 30
31.10.	Schultern, Nacken und Kiefer	311553 S. 66

NOVEMBER 2026

04.11.	Trauer verstehen	311862 S. 41
07.11.	Friedensstifter oder Brandbeschleuniger?	311852 S. 14
07.11.	Martinimarkt in Roßtal	500064 S. 60
07.11.	„Vergiss das letzte nicht“	311809 S. 43
11.11.	Kirche der Zugehörigkeit	200273 S. 48
11.11.	Mannsein ist kompliziert geworden	311834 S. 13
ab 11.11.	WortSpielRaum	311859 S. 57
12.11.	Listening from the Heart	311963 S. 23
12.11.	Verliebt in den Untergang?	411982 S. 7
ab 13.11.	Stressbewältigung durch Achtsamkeit	411996 S. 30
15.11.	Kirchenmodelle in der Melanchthonkirche	311975 S. 25
16.11.	Die USA zwischen Demokratie und Diktatur	312005 S. 14
17.11.	Der Brandner Kasper auf Fränkisch	311808 S. 58
18.11.	Die „Gewalttätigkeit“ des Normalen	411935 S. 18
18.11.	In welcher Welt willst Du leben?	311941 S. 15
21.11.	Einführung ins Handauflegen	411998 S. 30
21.11.	Starke Frauen – starke Stimmen	311777 S. 57

23.11.	Loslassen	200275	S. 5
23.11.	Schnupperabend „Selbstfürsorge“	311860	S. 48
24.11.	Mehr als zart besaitet	311962	S. 9
25.11.	Deeskalation und Selbstschutz (keine Kursnr.).....		S. 49
25.11.	Heinrich von Kleist „O Himmel, ...“	311527	S. 55
25.11.	Letzte Hilfe I	311792	S. 42
ab 26.11.	Singen in der „staden Zeit“	311837	S. 64
27.11.	Rund um Trennung und Scheidung	126260	S. 37
27.11.	Zeig mir Deine Wunde	200242	S. 51
28.11.	GFK-Workshoptag 2026	411531	S. 31
28.11.	QiGong – Das Trübe ins Klare verwandeln I	311564	S. 69
28.11.	QiGong – Das Trübe ins Klare verwandeln II	311565	S. 69
29.11.	„Stille ist die größte Offenbarung“ I	411987	S. 34
30.11.	AdventsZeit für mich	126290	S. 37
30.11.	Inspirierende Zugänge und Impulse	200274	S. 52

DEZEMBER 2026

ab 01.12.	Aufatmen, aufrichten, aufbrechen (keine Kursnr.)		S. 31
01.12.	Innere Emigranten	311979	S. 15
02.12.	Ein Fest für die Menschlichkeit	311842	S. 28
03.12.	Aufstellungsabend II	411999	S. 27
04.12.	Kintsugi entdecken für Multiplikator:innen	200276	S. 53
05.12.	Der Körper als Klangraum	311554	S. 66
05.12.	Feldenkrais – Das Wechselspiel	311548	S. 63
08.12.	Die Heilige Familie	311592	S. 58
09.12.	Franz von Assisi und Sultan Muhammad al-Kamil	311967	S. 26
09.12.	Freundschaft	411936	S. 18
10.12.	Die Metamorphose der Welt	411983	S. 7
10.12.	Verbundenheit	200277	S. 5
11.12.	Das Geheimnis der Heiligen Nacht	500065	S. 32
12.12.	Empowerment für Frauen	311758	S. 47
16.12.	Stimmenklang in der Sebalduskirche	311978	S. 65
19.12.	Brich an Du schönes Morgenlicht I	411939	S. 32
19.12.	Brich an Du schönes Morgenlicht II	411940	S. 32

JANUAR 2027

ab 09.01.	Berge – Sonne – Schnee	500066	S. 60
09.01.	TakeTiNa®	311540	S. 65
ab 12.01.	Locker vom Hocker II	311844	S. 62
12.01.	SeelenSport® – Einführungs-Workshop II	311784	S. 40

13.01.	Das gründlich untersuchte Leben	411937	S. 18
13.01.	Der Tradwife-Trend. Religiös begründet?	311916	S. 13
ab 13.01.	Erholsamen Schlaf finden	311768	S. 67
ab 14.01.	Auf in den Tag mit QiGong II	311850	S. 68
ab 14.01.	Mit QiGong den Morgen begrüßen II	311849	S. 68
ab 14.01.	Musik liegt in der Luft	311838	S. 65
14.01.	Nürnberg 1946: Gegen alle Widerstände	311966	S. 23
14.01.	Wem gehört die Offenbarung	411984	S. 7
ab 14.01.	Wohltuendes Yoga am Donnerstag II	311833	S. 61
16.01.	Lockerheit und Kraft für den Rücken	311555	S. 66
ab 18.01.	Workshop „Selbstfürsorge“	311861	S. 48
19.01.	Astrid Lindgren – Geschichten, die bleiben	311807	S. 58
19.01.	Letzte Hilfe II	311793	S. 42
27.01.	Kintsugi entdecken für Trauernde	200282	S. 53
21.01.	Kalter Krieg unter Tage	311980	S. 10
ab 21.01.	Weiterbildung Integrative ... (keine Kursnr.).....		S. 49
ab 22.01.	Mit leichtem Herzen weitergehen	311766	S. 42
23.01.	Meine VISIONEN FÜRS NEUE JAHR	126265	S. 37
26.01.	Hoffnung, die trägt	311995	S. 9
ab 26.01.	SeelenSport® – Kurs II	311785	S. 40
26.01.	Zuversicht	200280	S. 5
27.01.	Die Losungen	311971	S. 29
ab 29.01.	Georgia O'Keeffe – Die Blumenmalerin	311612	S. 59
ab 29.01.	Hakomi Einführung	411942	S. 33

FEBRUAR 2027

ab 02.02.	Aktiv und flexibel – ein Leben lang II	311925	S. 63
02.02.	Zwischen Fatalismus und Überdosis	311969	S. 16
ab 02.02.	Zwischen Kopf und Fuß II	311924	S. 63
03.02.	Aus der Quelle wirken	200261	S. 50
03.02.	Demenz verstehen	311759	S. 44
04.02.	Gut vorbereitet für den Ernstfall	311990	S. 10
04.02.	Von Menschen und Monstern	411985	S. 7
ab 05.02.	Einführung ins kontemplative Gebet	411930	S. 33
05.02.	Mit LebensKunst durchs neue Jahr	500067	S. 9
06.02.	TanzDichGanz	311818	S. 67
10.02.	Hilfe finden bei Demenz	311863	S. 44
10.02.	Verletzbarkeit und Ohn/Macht	311994	S. 10
16.02.	Die Farbe Blau	311811	S. 58
16.02.	Ein Fest der Freude und des Mutes	311989	S. 24
16.02.	Fragment und Mosaik	200283	S. 5
17.02.	Die Heiligkeit des täglichen Lebens	411938	S. 18

18.02.	Gottesanbieterin	311943	S. 55
ab 18.02.	Vom Kyrie zum Halleluja	311839	S. 65
19.02.	Anfänge aller Art... ..	200285	S. 48
19.02.	Märchenhafte Zeiten	311824	S. 56
20.02.	Demenz – was ist das?	311760	S. 45
20.02.	Feldenkrais – Das Zusammenspiel	311543	S. 63
21.02.	„Stille ist die größte Offenbarung“ II	411988	S. 34
22.02.	Ukrayina palaye – Die Ukraine brennt	312000	S. 16
26.02.	Mit meinen Talenten am passenden Platz	200286	S. 50
27.02.	Mit QiGong in die lichte Zeit I	311566	S. 69
27.02.	Mit QiGong in die lichte Zeit II	311567	S. 69
27.02.	Und sie trank eine Träne... ..	311770	S. 43

MÄRZ BIS MAI 2027

04.03.	„Die Menschheit hat den Verstand verloren“	500068	S. 56
ab 05.03.	Auf den Punkt gebracht	311851	S. 43
ab 05.03.	„Weiß & Schwarz ... “	311613	S. 59
06.03.	Sehnsucht nach Sinn	200287	S. 52
20.03.	Demenz – Umgang mit Menschen mit Demenz ...	311761	S. 45
16.04.	Die Würth-Museen	311964	S. 60
17.04.	Zwischen Unruhe, Angst und Aggression	311864	S. 45
21.05.	Der zweite Himmel	311965	S. 60

Impressum

Der eckstein ist das Haus der Evang.-Luth. Kirche in Nürnberg und eine Einrichtung der Evang.-Luth. Gesamtkirchengemeinde Nürnberg.

Diese ist eine Körperschaft des öffentlichen Rechts, vertreten durch: Stadtdekan Dr. Jürgen Körnlein.

Stand: August 2026 | **Gestaltung:** ideenmühle.com | **Bildnachweise:** S. 1, 4: iStock © martinwimmer, S. 6: © Akademie für Politische Bildung Tutzing, S. 7: © Peter Hirschberg / privat, S. 12: © Internet Archive Book Images, No restrictions, via Wikimedia Commons, S. 14 oben links: © Lutz Neumeier – NEUMedIER.de / fundus-medien.de, S. 15 oben links: © Peter Weidemann by pfarrbriefservice.de, S. 15 oben rechts: © Karbe Film GmbH / mindjazz-Pictures, S. 18: © Ulrich Schaffer, S. 19: © Peter Hirschberg / privat, S. 20 unten links: © Peter Aschoff / privat, S. 20 unten rechts: Bibel Museum Bayern © Uwe Niklas, S. 22 oben links: © galit hadari Piki-wiki Israel, CC BY 2.5, via Wikimedia Commons, <https://creativecommons.org/licenses/by/2.5>, S. 22 unten rechts: © Leonhard Lenz, CC0, via Wikimedia Commons, S. 24 (oben rechts): © Nangten Menlang International, S. 25: © Nadja Letzel, S. 26: © Raimond Spekking, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>, S. 27: © Pierre Stutz © Jannick-Mayntz, S. 28: iStock © GeorgeKurgin, S. 29: © Appuhn, S. 31 (oben links): © Peter Hirschberg / privat, S. 31 (oben rechts): © Günter Kusch / KI-generiert, S. 33 (unten links): © Peter Hirschberg / privat, S. 33 (unten rechts): © Peter Hirschberg / privat, S. 36 (oben rechts): AdobeStock © Coldwaterman, S. 41: © Hans-Jürgen Luibl / privat, S. 42: © Enric, CC BY 4.0, via Wikimedia Commons, <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>, bearbeitet, S. 45: © privat, S. 49: © Stiftung Wings of Hope, S. 50 (unten links): © Peter Hirschberg / privat, S. 50 (unten rechts): iStock © DmitriiSimakov, S. 51, 53: © Till Stüve, S. 54: © Paul_Gerhardt_2.JPG: Brücke-Osteuropaderivative work: Parzi, Public domain, via Wikimedia Commons, bearbeitet, S. 55 (oben links): © Sven Hans Tietze, S. 55 (oben rechts): © Judith Kinitz, S. 56: © Christian Topp, S. 57 (oben links): © privat, S. 59: © Georgia O'Keeffe, Public domain, via Wikimedia Commons, S. 64: iStock © Studio Light and Shade

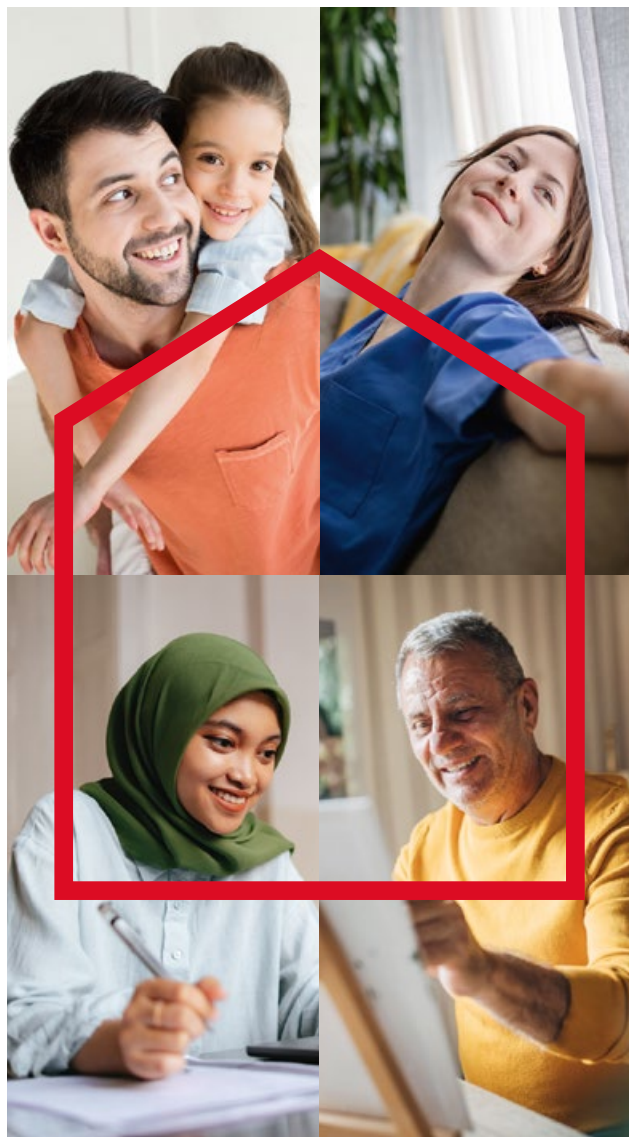
Für allgemeine Auskünfte:

eckstein

das haus der evang.-luth. kirche in nürnberg

Burgstraße 1 – 3, 90403 Nürnberg

Tel.: 0911 – 214 2140 | **E-Mail:** i-punkt.nuernberg@elkb.de
eckstein-evangelisch.de



#mietboosterNürnberg

Endlich bezahlbar wohnen!

Mit dem staatlichen
Miet-Booster auch für
mittlere Einkommen

JETZT
PRÜFEN



Income-oriented funding (EOF) is a way of co-financing your rent.
The amount of the subsidy is determined based on the resident's
household income.

www.mietbooster.de


raum für perspektive

Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

Anmeldung



Kurs-Nr.	Veranstaltung	Kosten

Ermäßigung für

Sonstiges

Name

Straße und Hausnr.

PLZ / Ort

Telefon

E-Mail

Ich ermächtige die Evangelische Gesamtkirchengemeinde Nürnberg (Gläubiger-Identifikationsnummer DE11ZZZ00000019365), einmalig eine Zahlung von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Evangelischen Gesamtkirchengemeinde Nürnberg auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen. Die Abbuchung erfolgt spätestens 14 Tage nach Veranstaltungsende, der Fälligkeitstermin ist auf der Anmeldebestätigung abgedruckt.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber

Bank

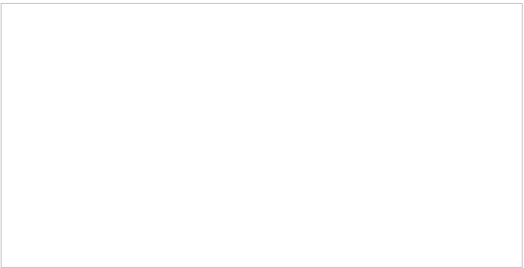
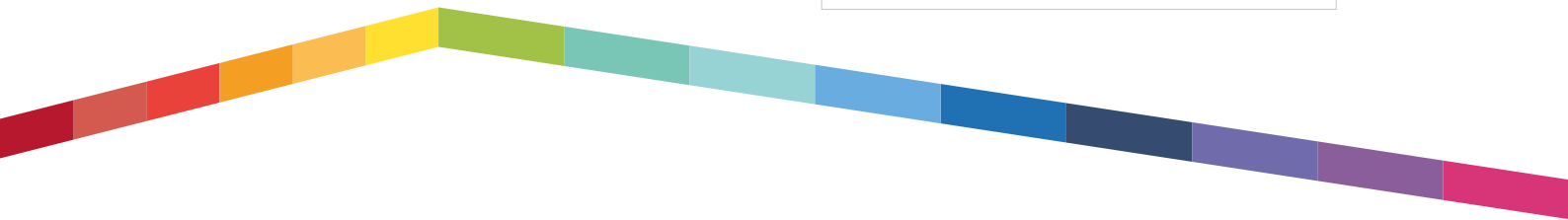
IBAN

☐ Ja, ich möchte bitte bis auf Widerruf schriftliche Informationen über die Angebote im eckstein erhalten.

Mit dieser Anmeldung akzeptiere ich die AGB, wie sie auf unserer Webseite zu finden sind.

Datum/Unterschrift





Druckprodukt mit finanziellem
Klimabeitrag
ClimatePartner.com/12518-1907-1001



das haus der evang.-
luth. kirche in nürnberg

