

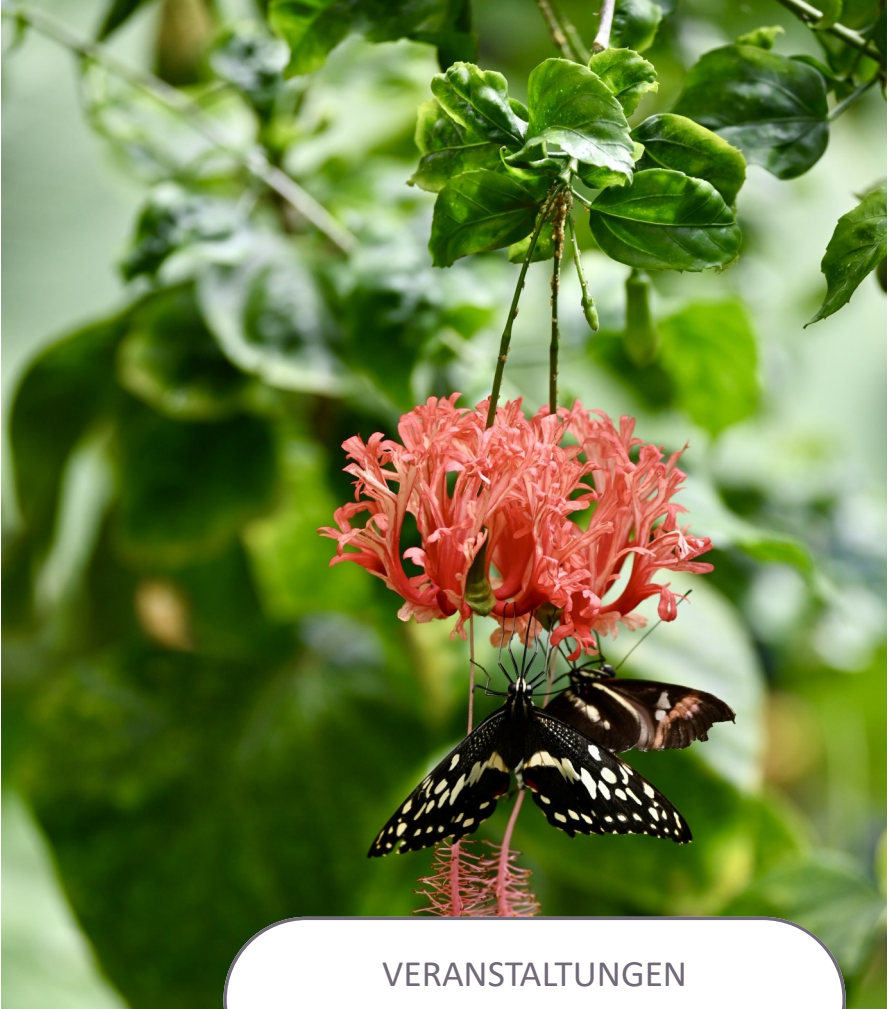


ZSLife

veranstaltungs
programm
info & termine

ZSL Erlangen

Zentrum für selbstbestimmtes Leben Behinderter e.V.



VERANSTALTUNGEN

2 / 2026

April bis Juni 2026

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite 3
Übersicht über die Kategorien & ihre Symbole	Seite 4
Veranstaltungsprogramm	Seite 5
Teilnahmebedingungen	Seite 15
Impressum & Kontakt	Seite 16

ZSLife ONLINE - wir freuen uns über neue Abonnenten!

Der 14-tägige Newsletter von Beratung.Bildung.Begegnung. (OBA-Dienst im ZSL)

Anmeldung bitte über unsere Homepage: www.zsl-erlangen.de

Vorwort

Liebe Leser*innen unseres ZSLife,

herzlich willkommen zur neuen Ausgabe unseres Veranstaltungsprogramms für das zweite Quartal 2026! Mit den Monaten April, Mai und Juni beginnt eine besonders lebendige Zeit des Jahres: Die Tage werden länger, vieles blüht auf und auch die Lust, aktiv zu werden und Neues zu entdecken, wächst.

Passend dazu haben wir wieder ein abwechslungsreiches Programm für Sie zusammengestellt. Freuen Sie sich auf kreative Workshops, bewegungsreiche Angebote, informative Vorträge und gesellige Begegnungen. Unsere Veranstaltungen bieten Ihnen die Gelegenheit, Neues auszuprobieren, miteinander ins Gespräch zu kommen und gemeinsame Interessen zu entdecken.

Die Frühlingsmonate laden dazu ein, wieder mehr unterwegs zu sein, neue Impulse zu sammeln und die Gemeinschaft zu genießen. Ob Sie bereits regelmäßig an unseren Angeboten teilnehmen oder zum ersten Mal bei uns vorbeischaun – wir freuen uns darauf, Sie bei unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen.

Vielen Dank für Ihr Interesse und Ihre Unterstützung. Gemeinsam gestalten wir eine lebendige und vielfältige Gemeinschaft.

Es grüßt Sie herzlich
das gesamte Team von **Beratung.Bildung.Begegnung.**

P.S.: Wenn Sie dieses Programmheft nicht mehr erhalten möchten, senden Sie uns bitte eine Email oder rufen Sie uns an (Kontakt Daten siehe Seite 16).

Übersicht Kategorien & Symbole



Kreatives



Kulinarisches



Kultur & Musik



Lernen & Wissen



Spiel & Spaß



Sport & Bewegung

Veranstungsprogramm von April bis Juni

Kaffeeklatsch

Team Beratung.Bildung.Begegnung.

Donnerstag, 16. April 2026, 15:00-16:30 Uhr

ZSL e.V., Luitpoldstraße 34, 91052 Erlangen (ZSL-Treff Lui 34)

Anmeldung bitte bis: 13. April



Bei Tee, Kaffee und Gebäck wollen wir uns kennenlernen und austauschen. Einfach so oder zu einem Thema, dass uns gerade bewegt und interessiert. Wir wollen Gemeinsamkeiten finden und von den Erfahrungen anderer Menschen profitieren, Kontakte knüpfen und einfach einen gemütlichen Nachmittag in ungezwungener Atmosphäre miteinander verbringen.

Der Kaffeeklatsch trifft sich regelmäßig 1x im Quartal und freut sich immer über neue Gesichter.

Eingeladen ist recht herzlich jeder, der kommen mag :)

Wir freuen uns auf Euch!

Weiterer Termin:

25.Juni 2026, 15.00-16-30 Uhr- bitte anmelden bis zum 22.06.26

Wir suchen Sie!

Für unsere Bildungsangebote und Schulbesuche suchen wir immer wieder auch Betroffene, die bereit sind uns zu unterstützen und Fragen der Teilnehmer*innen zu beantworten, ggf. Hilfsmittel zu zeigen und einfach aus ihrem Alltag zu berichten. Wenn Sie hierüber mehr erfahren möchten oder sich vorstellen können, mitzumachen, nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf!

Let's Talk

Team Beratung.Bildung.Begegnung.

Mittwoch, 22. April 2026, 17:00–18:30 Uhr

ZSL e.V., Luitpoldstraße 34, 91052 Erlangen (ZSL-Treff Lui 34)

Anmeldung bitte bis: 17. April 2026



The idea is simple: create a welcoming space where people can meet, connect, and practice speaking English in a relaxed and supportive atmosphere. Our host, Bianca, has experienced firsthand what it's like to learn and use a foreign language, and she understands both the challenges and the rewarding moments that come with it.

This is not a formal class. There are no tests, no evaluation, and no pressure — just conversation, encouragement, and the chance to build confidence together.

Whether you're returning or joining for the first time, we'd love to have you with us.

Next Dates:

03. Juni 2026

Märchenabend im ZSL

Team Beratung.Bildung.Begegnung.

Donnerstag, 23. April 2026, 17:00–18:30 Uhr

ZSL e.V., Luitpoldstraße 34, 91052 Erlangen (ZSL-Treff Lui 34)

Kosten: 10,00 € - können vor Ort bezahlt werden

Anmeldung bitte bis: 20. April



Ich heiße Kirsten Münch, bin gebürtige Berlinerin, seit 38 Jahre lebe ich in Erlangen.

Im Juni 2009 habe ich meine Märchen- Erzählerin- Ausbildung bestanden.

Ich möchte allen märcheninteressierten Menschen eine schöne Zeit geben, durch das erzählte, in die eigenen, inneren Bilder zu finden.

Ich werde den Teufel mit den drei goldenen Haaren, orientalische Geschichten und Mendo, aus dem Dorf Mondin- Lampe der Nacht, erzählen.

Mit einer kleinen Pause zwischendrin haben wir 1,5 Std. das gemeinsame Vergnügen, beisammen zu sein.

Dieser Abend ist für Menschen ab ca. 12 Jahren.

Ich freue mich auf märchenhafte Begegnungen!

Boccia für Alle

Kooperation von Beratung.Bildung.Begegnung. mit Sportamt Erlangen und Lebenshilfe Erlangen

Freitag, 8. Mai 2026, 16:00–18:00 Uhr

Neustädter Kirchenplatz, 91054 Erlangen (hinter der Kirche)

Keine Anmeldung erforderlich – kommen Sie einfach vorbei!



In einer Kooperation mit dem Sportamt der Stadt Erlangen sowie der Lebenshilfe Erlangen sind wir dabei, ein inklusives Sportangebot aufzubauen und haben uns bereits letztes Jahr im Herbst für „Boule“ entschieden – ab sofort heißt das Angebot „Boccia für Alle“ (Boccia und Boule sind das gleiche) und wir starten nach der Winterpause wieder durch! Haben Sie schon einmal Boccia gespielt? Einfach mal ausprobieren! Es ist nicht schwer und ein spannendes, kurzweiliges Spiel. Es können auch Menschen mit Handbehinderung mitmachen: wir spielen bei Bedarf mit Boccia-Wurfsäckchen. Wer möchte, kann natürlich auch „normale“ Boccia-Kugeln verwenden. Bei unsicherer Wetterlage informieren Sie sich bitte über die Homepages der Veranstalter, ob das Angebot stattfindet.

Weitere Termine: 22. Mai & 19. Juni

Karate im Rollstuhl – und für Fußgänger*innen

Thorsten Lugert

Samstag, 16. Mai 2026, 10:00–12:00 Uhr

Malteserstift St. Elisabeth (Junges Wohnen),

Rudelsweiherstraße 11a, 91054 Erlangen (Cafeteria)

Anmeldung bitte bis: 9. Mai 2026



Unser bewährtes Selbstverteidigungstraining richtet sich an alle Menschen, egal ob jung oder alt, ob mit oder ohne Einschränkungen. Der Trainer (selbst Rollstuhlfahrer) geht dabei sehr individuell auf die Fähigkeiten und Grenzen jedes*r Einzelnen ein. Wenn Sie sich dennoch unsicher sind, ob der Workshop für Sie geeignet ist, sprechen Sie uns gerne an.

Bitte mitbringen: bequeme (Sport-)Kleidung, Hallenschuhe, Getränk

Der Trainingsort ist gut mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar (Buslinie 289 oder 290, Haltestelle „Waldkrankenhaus“, dann noch ca. 300m Fußweg). Parkplätze (kostenpflichtig) gibt es im Parkhaus des nahegelegenen Waldkrankenhauses. Ein Taxistand befindet sich am des Waldkrankenhauses.

Filmabend im ZSL „We are visible“

Team Beratung.Bildung.Begegnung.

Dienstag, 19. Mai 2026, 19:00-21:00 Uhr

ZSL e.V., Luitpoldstraße 34, 91052 Erlangen (ZSL-Treff Lui 34)

Anmeldung bitte bis: 15. Mai



Filmvorführung: „We Are Visible“ – Leben mit einer seltenen, unsichtbaren Erkrankung

Mit „We Are Visible“ von Karina Sturm starten wir im ZSL eine Filmreihe, die spannende Einblicke in Lebenswelten von Menschen mit Beeinträchtigungen eröffnet und gesellschaftlich relevante Themen in den Fokus rückt.

Zum Auftakt erzählt dieser Dokumentarfilm von Menschen, die mit dem Ehlers-Danlos-Syndrom (EDS) leben – einer seltenen, angeborenen und meist unsichtbaren Bindegewebserkrankung.

Menschen mit EDS leben häufig mit chronischen Schmerzen, einem langen

Weg zur Diagnose, Fehldiagnosen und mangelndem Verständnis ihres Umfelds. Für Mitmenschen ist es schwer zu verstehen, wie jemand völlig gesund aussehen kann, aber trotzdem schwer krank ist.

Der Film begleitet Betroffene unterschiedlichen Alters aus verschiedenen Ländern und zeigt ihre persönlichen Lebensrealitäten, sowie die täglichen Herausforderungen, mit denen sie leben. Sichtbar werden dabei nicht nur körperliche Einschränkungen, sondern auch die emotionalen Belastungen und gesellschaftlichen Vorurteile, denen Menschen mit unsichtbaren Behinderungen begegnen.

Im Anschluss an die Vorführung sind die Zuschauer*Innen eingeladen, sich in lockerer Atmosphäre über den Film und das Thema unsichtbare Behinderung auszutauschen.

Führung durch die Ausstellung Schwellenangst

Team Beratung.Bildung.Begegnung.

Freitag, 22. Mai 2026, 16:00-17:00

Kreuz+Quer - Haus der Kirche Erlangen; Bohlenplatz 1, 91054 Erlangen

Anmeldung bitte bis: 17. Mai



Es gibt ein Thema, das jeden Menschen irgendwann betrifft, ganz gleich welche Herkunft, Religion, Behinderung oder soziale Position. Wenn wir jung sind, erscheint dieses Thema weit entfernt. Mit dem Älterwerden scheuen wir uns oft, uns mit unserer eigenen Endlichkeit auseinanderzusetzen. Und doch wird das Thema Sterben und Trauer früher oder später jeden von uns berühren. Auch uns fällt es schwer, darüber zu sprechen. Gerade deshalb ist es uns ein Anliegen, einen Zugang zu diesem wichtigen Thema zu finden. Aber wie?

Die Künstlerinnen der Ausstellung Schwellenangst haben sich genau diese Fragen gestellt: Entstanden ist daraus eine Ausstellung in der eindrucksvolle Illustrationen gezeigt und Texte aus dem gleichnamigen Buch „Schwellenangst“ zitiert werden. In der Ausstellung wird sich dem Thema auf behutsame und zugleich neue, überraschende Weise angenähert und neue Denkräume eröffnet.

Wir freuen uns besonders, dass uns die zuständige Studienleitung durch die Ausstellung führen wird. Lassen Sie uns gemeinsam einen Weg finden, sich dem Thema zu nähern und vielleicht eine neue Perspektive zu gewinnen.

Glanz und Elend des Barock

Team Beratung.Bildung.Begegnung., Hartmut Heisig

Mittwoch, 17. Juni 2026, 17:30—19:00 Uhr

ZSL e.V., Luitpoldstraße 34, 91052 Erlangen (ZSL-Treff Lui 34)

Anmeldung bitte bis: 10. Juni



Erlangen, die Hugenottenstadt – Protz und Elend der Erlanger Barockzeit

Hartmut Heisig vom Verein „Geschichte für Alle e.V.“ führt uns in das Erlangen des 18. Jahrhunderts. Zum einen fällt sein Blick auf das glanzvolle höfische Leben rund um den Schlossgarten, die Orangerie und das, vor über 300 Jahren eröffnete, „Hochfürstliche Opern- und Komödienhaus“. Den Kontrast hierzu bildet das Leben der einfachen Bürger. Handwerker machten Erlangen einst zu einer barocken "Boomtown". Die Ansiedelung französischer Glaubensflüchtlinge erwies sich als Erfolgstory und prägt noch heute das Bild unserer Stadt.

Verfolgen sie, in einem reich bebilderten Vortrag, ein Stück kompakter und authentischer Stadt- und Sozialgeschichte, die in Erlangen heute noch sichtbar ist.

Wir freuen uns auf Euch!

Bedeutung der Bienen im Naturkreislauf, wesensgemäße

Bienenhaltung

Mittwoch, 24. Juni 2026, 17:30—19:00 Uhr

ZSL e.V., Luitpoldstraße 34, 91052 Erlangen (ZSL-Treff Lui 34)

Anmeldung bitte bis: 19. Juni 2026



Wir tauchen ein in die faszinierende Welt des Bienenstocks und erfahren mehr über die Bedeutung der Bienen für die Natur und uns Menschen.

Tausende von Bienen leben in einer Gemeinschaft, sie brauchen keine Chefs und reagieren flexibel auf die im Augenblick anstehenden Arbeiten. Ihre sinnlichen Wahrnehmungen und besonderen Kommunikationsfähigkeiten fördern ihre erstaunlichen Leistungen.

Doch Bienen und Insekten sind sehr bedroht. Was können wir tun und welche Einstellung brauchen wir um dem Wesen, dem „Bien“, näher zu kommen und seine Bedürfnisse zu erfüllen?

Mit spannenden Bildern stellt Karin Depner, Ernährungsberaterin und Imkerin, die Vorgänge im Bienenvolk vor. Sie spricht dabei unsere Sinne an und wir erfahren viel über die Produktion von Wachs, Propolis und Honig.

Wir suchen Sie!

Für unsere Bildungsangebote und Schulbesuche suchen wir immer wieder auch Betroffene, die bereit sind uns zu unterstützen und Fragen der Teilnehmer*innen zu beantworten, ggf. Hilfsmittel zu zeigen und einfach aus ihrem Alltag zu berichten. Wenn Sie hierüber mehr erfahren möchten oder sich vorstellen können, mitzumachen, nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf!

Binoxxo

			O				X		
O	O					O			X
X						X		X	O
	X						O		O
		O	O			O			
							X		
	O		X			X			
X			X	X					
	X				O		O	O	

Anleitung auf Seite 14

Binoxxo

O	O						O		
			O	X				X	
			O				X	X	
X	O				X				O
					O				X
O	X				O	X			
			O					O	
								O	O
		O		O			X		

Anleitung auf Seite 14

Die 3 wichtigsten Regeln

Nie mehr als zwei gleiche Zahlen nebeneinander

- Es dürfen **maximal zwei 0 oder zwei 1 direkt hintereinander** stehen.
 - Beispiel:
 - OOX ist erlaubt
 - OOO ist verboten
-

Gleich viele 0 und 1 pro Reihe und Spalte

- In jeder Reihe und jeder Spalte müssen **gleich viele Nullen wie Einsen** stehen.
 - Beispiel bei 10 Feldern:
 - 5× O und 5× X
-

Keine zwei Reihen oder Spalten dürfen identisch sein

- Jede Reihe und jede Spalte muss **einzigartig** sein.

Teilnahmebedingungen:

Anmelden:

Wenn nicht anders angegeben, laufen alle unsere Veranstaltungen **mit Anmeldung!** Hierfür erreichen Sie uns unter folgenden Kontaktmöglichkeiten:

Tel.: 09131 98783 0

Fax: 09131 98783 99

Email: begegnung@zsl-erlangen.de

Kosten:

Wenn bei der betreffenden Veranstaltung nichts anderes vermerkt ist, ist die Teilnahme kostenlos. Veranstaltungen, bei denen ein Unkostenbeitrag anfällt, sind entsprechend vermerkt.

Assistenz:

Wenn Sie Assistenz benötigen, sprechen Sie uns an. Wir versuchen Ihre Teilnahme zu ermöglichen.

Für gehörlose Menschen:

Bei rechtzeitiger Anmeldung organisieren wir für eigene Veranstaltungen des ZSL eine/n Gebärdendolmetscher*in oder Kommunikationsassistent*in.

Für schwerhörige Menschen:

Die Seminarräume des ZSL e.V. sind mit einer Induktionsanlage ausgestattet.

Haftungsausschluss für Veranstaltungen des ZSL e.V.

- 1.** Die Veranstalterin oder ihre Vertreter und Beauftragten haften nicht für Schäden oder Verletzungen jeder Art, die durch die Teilnahme an einer Veranstaltung entstehen können.
- 2.** Für Diebstahl wird keine Haftung übernommen. Dieser Haftungsausschluss gilt zudem für Begleitpersonen und Assistent*innen.

Datenerhebung und Datenschutz

Die bei der Anmeldung angegebenen personenbezogenen Daten werden gespeichert und zur Durchführung und Auswertung der Veranstaltung verarbeitet. Mit der Anmeldung willigt der Teilnehmer in eine Speicherung der Daten zu diesem Zweck ein.

Impressum**Herausgeber**

Zentrum für selbstbestimmtes Leben e.V. | Beratung.Bildung.Begegnung.

Luitpoldstraße 38 | 91052 Erlangen

Tel.: 09131 98783 0 | Fax: 09131 98783 99 | email: begegnung@zsl-erlangen.de

**Layout**

Rainer Keßler

Texte

Beratung.Bildung.Begegnung., Barbara Kilian-Mayer, Kirsten Münch

Bildnachweis

Pixabay (Titelseite), flaticon.com (Symbole), raetseldino.de (Rätsel)

Wir sind ein Dienst der Offenen Behindertenarbeit, gefördert aus Mitteln des Bezirks Mittelfranken und des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration.



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales,
Familie und Integration

**Als Dienst der Offenen Behindertenarbeit bieten wir:**

- Beratung
- Freizeit-, Bildungs- und Begegnungsangebote
- Netzwerkarbeit
- Öffentlichkeitsarbeit
- Förderung der ehrenamtlichen Tätigkeit

Möchten Sie unsere Arbeit unterstützen?

- Sie können uns durch eine Spende unterstützen.
ZSL-Konto bei Sparkasse Erlangen, IBAN: DE64 7635 0000 1061 0249 07
- Sie können uns durch eine Mitgliedschaft oder Fördermitgliedschaft unterstützen.
- Sie können uns durch ehrenamtliche Arbeit unterstützen.