

Diakonie

Saar

Evangelische Familienbildungsstätte



PROGRAMM

2/2019

Evangelische Familienbildungsstätte der Diakonie Saar

Mainzer Str. 269 | 66121 Saarbrücken

☎ 06 81 / 6 13 48 | 📠 06 81 / 6 13 40

✉ fambild-sb@dwsaar.de

🖱 www.familienbildung-saar.de

🖱 Facebook: www.facebook.com/FamilienbildungSaar/

Bürozeiten: Montag bis Freitag, 9–12 Uhr



Die Evangelische Familienbildungsstätte des DIAKONISCHEN WERKES AN DER SAAR gGMBH ist zertifiziert nach ISO 9001.

Impressum

Herausgegeben von der
Evangelischen Familienbildungsstätte des
Diakonischen Werkes an der Saar gGmbH
Mainzer Straße 269
66121 Saarbrücken

Saarbrücken 2019

Texterfassung: Anke Schröder und Winfried Blum
Redaktion: Anke Schröder, Winfried Blum und Helmut Paulus
Layout und Produktion: Brunner Werbung, Saarbrücken



Klimaneutraler Druck auf
FSC-zertifiziertes Papier
Auflage: 3000

Bildnachweis: Tania Becker (S.1), Diakonie Saar (S.4), Oliver Dietze (S.5), Ramona Heim /adobe.stock.com (S.7), Studio Romantic (S.11), mickyso /adobe.stock.com (S. 25), liveostockimages (S. 35), Lucky Images (S.51), Robert Kneschke (S.61), ARochau / adobe.stock.com (S.65), Diakonie Saar (S.74).

Programmübersicht

Vorworte ... Seite 4

Rund um die Geburt ... Seite 7

Eltern und Kinder ... Seite 11

Medienkompetent im Alltag ... Seite 25

**Lebensphasen, Gesellschaft,
Theologie** ... Seite 35

**Gesundheit, Bewegung
und Entspannung** ... Seite 51

Kreativität ... Seite 61

Fortbildung und Ehrenamt ... Seite 65

Kontakt und Anmeldung ... Seite 74



Zu diesem Programm

Liebe Leserinnen und Leser,

Fairness ist für uns ein wichtiger Wert: In der Erziehung fair mit den Kindern umzugehen, die Kommunikation in Beruf, Partnerschaft und Privatleben fair zu gestalten, im Sport bei allem kämpferischen Einsatz fair zu bleiben, das ist uns und das ist vielen anderen wichtig. Ja, Fairness ist ein Grundpfeiler einer gerechten, lebenswerten Gesellschaft. Die Familie ist in ihren vielfältigen Lebensformen ein Ort, an dem sich Menschen entwickeln und lernen, fair miteinander umzugehen. Mit unseren Bildungsangeboten möchten wir Sie in diesem Prozess unterstützen.

Seit Sommer 2019 schreiben wir uns nun Fairness auch in einem anderen Zusammenhang auf unsere Fahnen: Wir verwenden ab sofort in unseren Bildungsangeboten, soweit das möglich ist, nur noch Produkte aus fairem Handel. Als „faire Bildungsstätte“ wollen wir Sie künftig nur noch mit fair gehandeltem Kaffee, Tee, Zucker und vielem mehr FAIR.wöhnen! Mehr dazu an einem Infoabend am 25. September (siehe Seite 43 im Programm). Seien Sie herzlich willkommen!

Möchten Sie weitere Informationen erhalten? Dann sprechen Sie uns gerne an oder besuchen Sie uns auf unserer Homepage: www.familienbildung-saar.de oder auf unserer neuen Facebookseite: www.facebook.com/FamilienbildungSaar/

Ihre

Anke Schröder
Leiterin der Familienbildungsstätte



Grußwort

des Ministers für
Bildung und Kultur,
Ulrich Commerçon

Liebe Leserin, lieber Leser,

Lernen kann man auch zuhause – ganz allein. Wenn Sie sich allerdings für einen Kurs in diesem Programm entscheiden bedeutet dies, in einer Gemeinschaft von Menschen mit ähnlichen oder gleichen Interessen zu lernen. Das hat einen Mehrwert: Sie lernen nicht nur von den Dozentinnen und Dozenten, sondern auch von den anderen Kursteilnehmenden. Sie lernen nicht nur Inhalte, sondern gewinnen aus dem Miteinander. Nicht selten entstehen neue Freundschaften. Menschen können und sollen nicht ohne Menschen sein. Besonders deutlich wird dies spätestens im Alter: Wenn wir von Altersarmut reden, meinen wir meist die finanzielle Armut. Aber oft schlimmer noch ist die soziale Armut, nämlich das Alleinsein im Alter. Je mehr Freundschaften Sie pflegen, umso unwahrscheinlicher werden Sie diese Form von Armut erleben.

Nehmen Sie das Angebot der Evangelischen Familienbildungsstätte wahr und lernen gemeinsam mit anderen. Ich bin sicher, dass Sie in diesem Programm etwas finden, auf das Sie gerne zugreifen.

Ihr

Ulrich Commerçon – Minister für Bildung und Kultur

Lassen Sie sich FAIR.führen und FAIR.wöhnen!

Seit Sommer 2019 ist die Evangelische Familienbildungsstätte der Diakonie Saar Teil der Initiative „Faires Saarbrücken“. Bei unseren Veranstaltungen FAIR.wöhnen wir Sie, wo immer möglich, mit Produkten aus dem fairen Handel. Das bedeutet unter anderem: faire Preise für die Produzentinnen und Produzenten in den Ländern des Südens, Unterstützung von Genossenschaften und biologischer Landwirtschaft, Verbot von Kinderarbeit.



Newsletter der Evangelischen Familienbildungsstätte

Mit unserem kostenlosen E-Mail-Newsletter informieren wir Sie über die aktuellen Kursangebote der Evangelischen Familienbildungsstätte und vieles mehr.

Ihre Daten werden nicht an Dritte weitergegeben. Sie können den Newsletter auf unserer Homepage

➤ www.familienbildung-saar.de

bestellen. Oder Sie schicken uns eine E-Mail oder sagen im Sekretariat Bescheid, dass Sie den Newsletter erhalten möchten. Dann kümmern wir uns darum.

Besuchen Sie uns im Internet:

➤ www.familienbildung-saar.de

RUND UM DIE GEBURT



■ Geburtsvorbereitungskurs

Inhalte des Kurses sind Atemübungen, Entspannung, Massagen, Körpererfahrung, Informationen über die verschiedenen Geburtsphasen, Umgang mit Schmerz, Partnerübungen, die Wochenbettzeit sowie Informationen über Stillen und Alternativen dazu.

Der Kurs umfasst 7 Termine oder kann als eintägiger Kompaktkurs für Paare besucht werden.

Cäcilia Koch-Franosch, Hebamme und Qigong-Kursleiterin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten auf Anfrage

Anmeldung: Cäcilia Koch-Franosch, ☎ 06897/7 11 28

■ **Kurs-Nr. 145** dienstags, 22. Oktober – 10. Dezember, 17–18.30 Uhr

Kompaktkurs für Paare

■ **Kurs-Nr. 146** Samstag, 26. Oktober, 14–18.30 Uhr

■ Kugelrund – Schwangerentreff und Geburtsvorbereitung

Informationen zu Schwangerschaftsverlauf und Geburt, Kreißsaal-Besuch, Erfahrungsaustausch, Ernährung in der Schwangerschaft, Geburtsvorbereitung, rechtliche Fragen und Unterstützungsangebote, Verhütung nach der Geburt, Babypflege. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Denise Ostwaldt, Dipl. Sozialpädagogin

🏠 Großherzog-Friedrich-Str. 37, Saarbrücken

In Kooperation mit der Evangelischen Schwangerschaftsberatungsstelle und mit finanzieller Unterstützung des Regionalverbandes Saarbrücken.

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681/65743

■ **Kurs-Nr. 147** mittwochs, 10–11.30 Uhr
Fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich.

■ Elternkurs „Das Baby verstehen“ für werdende oder neue Mütter und Väter

Der Elternkurs behandelt die Kommunikation zwischen Baby und Eltern und vermittelt Informationen über die frühkindliche Entwicklung. Sie lernen das kindliche Ausdrucksverhalten und die Signale des Babys zu beobachten und zu verstehen. Das Wohlergehen der Eltern in dieser neuen Lebenssituation ist ebenfalls Thema.

Doris Beckbissinger, Korinna Benthien, Referentinnen für Kurse „Das Baby verstehen“

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 20 Euro pro Paar/Einzelperson

Anmeldung: ☎ 0681/6 13 48

■ **Kurs-Nr. 148** Freitag, 25. Oktober und 8. November, 17.30–19.45 Uhr und Freitag, 15. und 22. November, 17.30–19 Uhr

■ Babyclubs im Rahmen der Frühen Hilfen

In wöchentlichen Treffen werden Mütter und Väter in der neuen Lebenssituation unterstützt, können Fragen stellen und sich austauschen. Sie erhalten Informationen zum ersten Lebensjahr des Kindes und altersgemäße Spiel- und Entwicklungsanregungen. Das Baby ist dabei.

Außerdem wird an allen Standorten einmal monatlich eine kostenlose gesundheitliche Elternberatung angeboten:

Unterstützung in Fragen zu Pflege, Ernährung und Entwicklung | Beratung zu Gesundheit und Krankheit des Kindes | Wiegen und Messen des Kindes | Körperliche Untersuchung.

Die jeweils aktuellen Termine können Sie vor Ort erfragen oder über: ✉ fruehehilfen@rvsbr.de

Babyclubs werden vom Jugendamt des Regionalverbandes Saarbrücken gefördert. In Kooperation mit den Gemeinwesenseinrichtungen Burbach, Brebach, Malstatt, Völklingen, Dudweiler und dem Theresienheim Burbach.

Kosten: keine

Die Babyclubs finden an folgenden Standorten statt:

Burbacher Babyclubs

Anmeldung: ☎ 0681/761950

📍 Theresienheim, Luisenthaler Straße 7

■ **Kurs-Nr. 149** montags, 9.30–11 Uhr

Altersgruppe 6 bis 12 Monate

Nicole Petri, PEKiP-Gruppenleiterin

📍 Haltestelle, Bergstraße 6, 1. Etage

■ **Kurs-Nr. 150** mittwochs, 11–12.30 Uhr

Altersgruppe 0 bis 12 Monate

Petra Paul, Kinderkrankenschwester

Brebacher Babyclub

📍 Kinderhaus, Riesenstraße 7

Anmeldung: ☎ 0681/9508327

■ **Kurs-Nr. 151** montags, 9.30–11 Uhr

Altersgruppe 0 bis 12 Monate

Doris Beckbissinger, PEKiP-Gruppenleiterin

Malstatter Babyclub

📍 Kinderbildungszentrum KIBIZ, St.-Josef-Str. 11

Anmeldung: ☎ 0681/4163000

■ **Kurs-Nr. 152** dienstags, 10–11.30 Uhr

Altersgruppe 0 bis 12 Monate

Cornelia Palermo, Kinderkrankenschwester

Völklinger Babyclub

📍 Gemeinwesenarbeit & Kinderhaus, Marktstraße 15

Anmeldung: ☎ 06898/3090914

■ **Kurs-Nr. 153** donnerstags, 9.30–11 Uhr

Altersgruppe 0 bis 12 Monate

Claudia Wollscheidt, Familienhebamme

Sabine Mertel, Familienkinderkrankenschwester

Dudweiler Babyclub

📍 Gemeinwesenarbeit Dudweiler, Am Markt 115

Anmeldung: ☎ 06897/7780130

■ **Kurs-Nr. 154** dienstags, 13.30–15 Uhr

Altersgruppe 0 bis 12 Monate

Hildegard Eisenla, Erzieherin



ELTERN UND KINDER



■ PEKiP: Prager Eltern-Kind-Programm

Die Gruppenarbeit ist eine spezielle Form der Entwicklungsförderung und -begleitung im ersten Lebensjahr der Kinder. Den Eltern bietet PEKiP pädagogische Hilfen zum besseren Verständnis für ihr Kind, Kontakte und Erfahrungsaustausch. Die Babys erhalten ein Bewegungs- und Spielangebot, das ihrer Entwicklungsstufe entspricht und erste Kontakte zu Gleichaltrigen vermittelt. Eltern mit Babys ab der 6. Lebenswoche können die Gruppen besuchen. Jeder Kurs umfasst 10 Treffen und ein Familien-PEKiP am Wochenende, das ausdrücklich Väter einbezieht.

Doris Beckbissinger, Familienpädagogin,
zertifizierte PEKiP-Gruppenleiterin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 95 Euro

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48 oder

Doris Beckbissinger, ☎ 068 06 / 308 76 31

■ **Kurs-Nr. 155** dienstags, ab 27. August,
9.15–10.45 Uhr
Altersgruppe: im April, Mai, Juni 2019
geborene Kinder

■ **Kurs-Nr. 156** mittwochs, ab 14. August,
9.15–10.45 Uhr
Altersgruppe: im Oktober, November,
Dezember 2018 geborene Kinder

■ **Kurs-Nr. 157** dienstags, ab 5. November,
11.15–12.45 Uhr
Altersgruppe: im Juli, August,
September 2019 geborene Kinder

■ **Kurs-Nr. 158** mittwochs, ab 11. September,
11.15–12.45 Uhr
Altersgruppe: im Januar, Februar,
März 2019 geborene Kinder

Für alle PEKiP-Gruppen gilt:

Anmeldungen von Kindern, die in anderen Monaten geboren sind, werden laufend angenommen und auf eine Warteliste gesetzt. Weitere Gruppen mit anderen Altersstufen werden bei Bedarf eingerichtet.

Die Kurse werden gemäß den Standards des PEKiP e.V. durchgeführt: acht Teilnehmende, altershomogene Gruppen, Möglichkeit, am Kurs teilzunehmen bis die Kinder das erste Lebensjahr erreicht haben, Gruppenleiterin mit PEKiP-Zertifikat.

■ Workshop „Mit Babys auf dem Weg zur Sprache“

Babys verstehen sehr viel von dem, was wir sagen, nur können sie es verbal noch nicht selbst ausdrücken. Alle Babys möchten aber schon von Anfang an verstanden werden und sind folglich frustriert, wenn das nicht der Fall ist. Die Zwergensprache überbrückt dieses Stadium. Mit einfachen, babygerechten Handzeichen soll die Kommunikation zwischen Groß und Klein unterstützt werden. Die Handzeichen werden parallel zur normalen Sprache benutzt, um Bedürfnisse, Gedanken und Gefühle sowie Gegenstände aus dem Babyalltag mitzuteilen und zu beschreiben.

Patricia Steimer, Dozentin für „Babyzeichensprache“

🏠 Familienbildungsstätte

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48 oder

Patricia Steimer, ☎ 01 52 / 53 67 74 29,

✉ Patricia.Steimer@babyzeichensprache.com

Kosten: 40 Euro (Partnerbetrag 25 Euro)

■ **Kurs-Nr. 159** Samstag, 23. November, 10–14.30 Uhr

■ Einführungskurs: Homöopathie für Ihr Kind (NEU!)

Ziel dieses Kurses ist es, bewährte Möglichkeiten homöopathischer Selbsthilfe bei typischen Kinderbeschwerden aufzuzeigen. Dabei werden die Teilnehmenden mit den Grundprinzipien dieser gut verträglichen Behandlungsmethode vertraut gemacht und erlernen den sorgfältigen Umgang mit den wichtigsten „Kindermitteln“ und ihre praktische Handhabung im Alltag. Sie erhalten eine profunde Anleitung zur unterstützenden Selbstbehandlung bei Fieber, Zahnungsbeschwerden, Erkältungen, Verdauungsbeschwerden und kleineren Verletzungen sowie anhand konkreter Praxisbeispiele einen spannenden Einblick in die klassische Homöopathie. Inklusive einer ausführlichen Seminarmappe mit Anleitung zur Taschenapotheke.

Andrea Wagner, Heilpraktikerin, zertifizierte Homöopathin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 45 Euro inkl. Seminarunterlagen

Anmeldung: ☎ 0681/61348

🐁 www.praxis-andrea-wagner.de

- **Kurs-Nr. 160** donnerstags, 5. und 12. September, 18–20.15 Uhr

**Verschenken Sie doch mal
einen Kurs**

der evangelischen Familienbildungsstätte!

Informationen unter ☎ 0681/61348.

■ Eltern-Kind-Gruppe in Kooperation mit der Evangelischen Kirchengemeinde Völklingen

Hier können Mütter und Väter mit ihren Kleinkindern wöchentlich unter pädagogischer Anleitung in einer offenen und entspannten Atmosphäre für die neue Lebenssituation kreative Antworten entwickeln: Vermittlung altersgemäßer Bewegungsanreize und Sinneserfahrungen, Orientierung für das Leben mit Kleinkindern, Austausch über Alltagssituationen.

Gabriele Scheren-Leutheußer,

Eltern-Kind-Gruppenleiterin

🏠 Ev. Gemeindehaus Rheinstraße, Völklingen

Anmeldung: ☎ 06898/9007222

Kosten: 36 Euro für 6 Termine, 48 Euro für 8 Termine

- **Kurs-Nr. 161** donnerstags, 22. August–26. September, 9.30–11 Uhr (6 Termine)
- **Kurs-Nr. 162** donnerstags, 24. Oktober–12. Dezember, 9.30–11 Uhr (8 Termine)

über 55 JAHRE **ELEKTRO R. MEYER**
seit über 55 Jahren

expert FACHGESCHAFT **Wir wollen, dass Sie zufrieden sind!**

ELEKTRO R. MEYER -VORTEILE

15.000 m² Gesamtbetriebsfläche • 7.000 m² bebaute Fläche

Über 230 Mitarbeiter bieten Ihnen in 3 Häusern:

- **Markenqualität zu Superpreisen**
- **Kundendienst**
- **Super-Leasing**
- **Top-Ratenzahlung**

**BERATUNG, SERVICE
großgeschrieben ...**

**... und trotzdem
günstige Preise!**

**Heusweiler • Saarbrücken • Altenkessel
Rockershausen**



■ Musikgarten für Babys

Der Kurs richtet sich an Kinder ab etwa 6 Monaten und ihre Eltern und lädt zum gemeinsamen musikalischen Spiel ein. Durch sensorische Reize wie Streicheln, Gehalten- und Getragenwerden wird auf die Bedürfnisse des Babys nach körperlicher Nähe und Berührung eingegangen. Tanz- und Fortbewegungslieder, der Einsatz einfachster kindersicherer Instrumente und das Singen der Eltern spielen eine wichtige Rolle. Die Gruppen werden altershomogen zusammengesetzt.

Korinna Benthien, lizenzierte Musikgarten-Lehrkraft

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 66 Euro für 11 Termine, 42 Euro für 7 Termine, jeweils zzgl. 4 Euro für Klanghölzer

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48 oder

Korinna Benthien, ☎ 01 57 / 51 51 89 33,

✉ korinna0610@gmail.com

- **Kurs-Nr. 163** montags, 2. September – 9. Dezember, 9.30 – 10.30 Uhr (11 Termine)
- **Kurs-Nr. 164** montags, 2. September – 9. Dezember, 10.45 – 11.45 Uhr (11 Termine)
- **Kurs-Nr. 165** freitags, 11. Oktober – 13. Dezember, 9.30 – 10.30 Uhr (7 Termine)

■ Musikgarten für Kinder ab 18 Monate bis 3 Jahre

Singen, trommeln, tanzen und bewegen, ebenso wie einfache Instrumente und das Spiel mit Bällen, Tüchern, Reifen oder Naturgegenständen gibt es im Musikgarten für Kinder ab eineinhalb Jahre und ihre Eltern. Finger- und Bewegungsspiele und kleine Tänze sind Bestandteil. In ungezwungener Atmosphäre können Eltern und Kinder auf musikalische Entdeckungsreise gehen. Die Gruppen werden altershomogen zusammengesetzt.

Korinna Benthien, lizenzierte Musikgarten-Lehrkraft

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 66 Euro für 11 Termine

Anmeldung und Info: ☎ 06 81 / 6 13 48 oder

Korinna Benthien, ☎ 01 57 / 51 51 89 33,

✉ korinna0610@gmail.com

- **Kurs-Nr. 166** montags, 2. September – 9. Dezember, 16.30 – 17.30 Uhr (11 Termine)

Musikgarten in Burbach

🏠 KiTa St. Eligius, Aachener Str. 32

Infos und Anmeldung: ☎ 06 81 / 7 61 95 25

- **Kurs-Nr. 167** dienstags, 15 – 16 Uhr

Musikgarten in Dudweiler

🏠 Gemeinwesenarbeit Dudweiler, Bürgerhaus,

Am Markt 115

Infos und Anmeldung: ☎ 06 89 7 / 7 78 01 30

- **Kurs-Nr. 168** freitags, 16 – 17 Uhr

■ Bewegungs- und Entspannungserlebnis für Groß und Klein (NEU!)

Der Kurs bietet eine besondere Kombination aus Bewegung und Entspannung mit Yoga, Tanz und Meditation für Kinder von 1 bis 2 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson. Die Seite der kindlichen Persönlichkeit, die Gefühlswelt und der Intellekt werden berührt und angeregt. Der Kurs wird individuell an den Interessen und Bedürfnissen der Kinder ausgerichtet und über Jahreszeiten, Choreografien, Malen und vielem mehr erlebbar gemacht. Am Ende bietet ein kleines gemeinsames Picknick den Ausklang. Mit bequemer Kleidung, Socken, Verpflegung und Vorfreude begegnen wir uns in schöner Atmosphäre.

Nadine Heck, Erzieherin, Tanz und Bewegungspädagogin, logotherapeutische Beraterin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 5 Termine, 64 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681/61348

■ **Kurs-Nr. 169** donnerstags, 29. August–26. September, 15.30–16.30 Uhr (5 Termine)

■ **Kurs-Nr. 170** donnerstags, 24. Oktober–12. Dezember, 15.30–16.30 Uhr (8 Termine)

■ Kindertanz für Kinder von 3 bis 6 Jahren (NEU!)

Beim Kindertanz wird die kindliche Freude an der Bewegung aufgegriffen, um auf spielerische Weise Musikalität und Rhythmusgefühl zu fördern. Durch fantasievolle Bewegungsspiele, durch das Erlernen kindgerechter Choreografien, durch kreatives Tanzen, Singen, Rhythmisieren und Improvisieren werden die Kinder in ihrer Beweglichkeit, Koordination, Haltung, Ausdrucksfähigkeit oder Kreativität gefördert. Und nicht zuletzt: Tanzen macht Riesenspaß!

Der Kurs richtet sich an Kinder von 3 bis 6 Jahren und findet ohne Eltern statt.

Bitte bequeme Kleidung tragen und Turnschlappchen oder Socken mitbringen.

Korinna Benthien, lizenzierte Musikgarten-Lehrkraft

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 60 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681/61348

■ **Kurs-Nr. 171** mittwochs, 9. Oktober–11. Dezember, 15.30–16.30 Uhr

■ Märchenzauber – Zaubermärchen (NEU!)

Wenn es in der Vorweihnachtszeit draußen kalt und früh dunkel wird, gibt es nichts Schöneres, als es sich mit Tee und Plätzchen im Warmen gemütlich zu machen. Erzählte Märchen sorgen dabei für einen ganz besonderen Wohlfühl-Faktor.

An diesem Nachmittag entführt die Märchenerzählerin Kinder wie Erwachsene in die Zauberwelt der phantastischen Geschichten, in die sie sich beim Zuhören hinein träumen können.

Hella Brust, Märchenerzählerin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: Erwachsene 8 Euro, 6 Euro für das erste Kind, 3 Euro für jedes weitere Kind, inkl. Tee und Gebäck

Anmeldung: ☎ 0681/61348

■ **Kurs-Nr. 172** Freitag, 29. November, 15.30–17 Uhr

Digitale Elternbildung für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren

Das Internet gehört heute in vielen Familien zum Alltag. In einer unübersichtlichen virtuellen Welt fragt man sich oft, welches die „guten“ Informationen sind, die weiterhelfen können. Die Internetseite „Digitale Elternbildung“ enthält Selbstlernmodule rund um Erziehungsfragen und den Familienalltag. Damit gibt es erstmals einen kostenlosen Zugang zu nichtkommerziellen, vertrauenswürdigen und fachlich fundierten Inhalten, die Eltern in Übergangssituationen unterstützen. Sie finden dort Texte, Literaturtipps und kurze Youtube-Filme. ➔ www.digitale-elternbildung.de

■ Projekt Elternschule: „Erziehen und Lernen fördern“

Die Familienbildungsstätte organisiert Einzelveranstaltungen und Kurse in Kindertagesstätten, Grundschulen und Gemeinweseneinrichtungen. Themen können sein: Bindung/Trennung | Schlafen in der Krippe? | Verwöhnen? – aber richtig! | Wirksam Grenzen setzen | Entwicklung von Gefühlen – Umgang mit Wut | Übergang von der KiTa in die Schule | Wege aus der Brüllfalle – Ein Filmabend mit Diskussion | Herausforderndes Verhalten von Kindern | Kinder in Trennungs- und Scheidungssituationen | Umgang mit Medien | Kommunikation und Bindung bei der Sauberkeitserziehung | Gesunde Ernährung | Stress- und Krisenprophylaxe bei akutem Notfall am Kind | Umgang mit Stress – Tipps für Eltern im Umgang mit Kindern | Elternkurs: „Starke Eltern – Starke Kinder“ für Eltern mit Klein- und Schulkindern

Weitere Themen sind möglich. Die kostenlosen Veranstaltungen werden individuell an die Bedürfnisse angepasst. Bitte sprechen Sie uns an.

Anmeldung und Infos unter: ☎ 0681/6 1348
Gefördert vom saarländischen Bildungsministerium
➔ www.elternschule.saarland.de

■ Kurs-Nr. 173

THEMENABENDE FÜR ELTERN

■ Kommunikation und Bindung bei der Sauberkeitserziehung

Die achtsame Sauberkeitserziehung durch die Windelfrei Methode ist eine individuelle und dem Familienalltag angepasste Methode, Kinder bei der Sauberkeitsentwicklung zu begleiten. Durch einen Austausch zwischen Eltern und Kind entsteht eine dauerhafte und feste Bindung. Die Autonomie des Kindes wird angenommen und kann sich beim sauber werden verfestigen und weiterentwickeln. So wachsen Kinder heran, die ein gutes Körpergefühl entwickeln und ihr Leben lang davon profitieren.

Anna Rothenbusch, Erzieherin, Fachkraft für Krippenpädagogik und Windelfrei-Coach

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681/6 1348

■ Kurs-Nr. 174 Donnerstag, 29. August, 18–20 Uhr

■ Schulstress – Was hilft? (NEU!)

Die Anforderungen an Kinder und Jugendliche nehmen stetig zu, sei es im schulischen Bereich oder in der Freizeit. Wenn dann noch eigene Erwartungen, Erwartungen der Eltern und Familie, Erwartungen der Schule sowie die Erwartungen der Freunde hinzukommen, dann ist der Leistungsdruck für die Kinder und Jugendlichen alleine nicht mehr zu bewältigen. Der Elternabend informiert über Stress sowie Stressbewältigung und zeigt dabei konkrete Ansatzpunkte für den Alltag auf.

Nicole Burkert-Arbogast, Erziehungswissenschaftlerin M.A., Systemische Therapeutin (SGST)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681/6 1348

■ Kurs-Nr. 175 Donnerstag, 19. September, 19–21 Uhr

■ Stress- und Krisenprophylaxe bei akutem Notfall am Kind (NEU!)

Dieser Vortrag richtet sich an Eltern mit Kindern in allen Altersklassen. Die wichtigsten Kindernotfälle werden aufgezeigt und vermittelt, wie Sie in dieser Stresssituation reagieren können. Ziel der Veranstaltung ist es, Ängste zu minimieren und Eltern im Notfall mit dem Erlernten zu stärken. Es werden Themen wie Fieberkrampf, Gehirnerschütterung, Verschlucken, Reanimation und Beatmung vorgestellt.

Laura Kühn, Kinderkrankenschwester

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 176** Donnerstag, 24. Oktober, 10–12.15 Uhr

■ Konsumverhalten von Kindern (NEU!)

Die Wünsche unserer Kinder scheinen heute oft unendlich und unermesslich. Beim Einkaufen sehen sie 1000 Dinge, die sie haben möchten. Manchmal kommen für die Kinder nur das Spielzeug, die Hose oder die Schuhe einer bestimmten (teuren) Marke in Frage. In dem Workshop für Eltern überlegen wir, wodurch dieses Verhalten beeinflusst wird und entwickeln Strategien, Kinder zu einem bewussten Umgang mit Geld und Sachen zu erziehen.

Susanne Wilhelm, Erziehungswissenschaftlerin M.A.,
Systemische Therapeutin (SGST)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 177** Donnerstag, 28. November, 19–21 Uhr

In Kooperation mit dem Referat Kindertageseinrichtungen der Diakonie Saar sowie der Servicestelle Kinderbetreuung und Kindertagespflege. Finanzierung: Projekt Elternschule des saarländischen Bildungsministeriums.

ANDERE KÖNNEN NUR STROM & GAS ...

Wir reduzieren auch CO₂!



MEHR GUTES KLIMA



Folgen Sie uns auf Instagram!
#mehrgutesklima

Energie **SaarLorLux**

■ „Wehr dich!“ – Gewaltprävention für Kinder von 6–12 Jahren (NEU!)

In diesem Kurs lernen Kinder mit einer erwachsenen Begleitperson, wie man mögliche Gefahrensituationen erkennen und vermeiden kann. Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten wird gesteigert und damit das Selbstbewusstsein und die Selbstbehauptung erhöht. Es werden Zusammenhänge zwischen Körpersprache, Auftreten und der damit verbundenen Wirkung auf andere veranschaulicht. Einfache, den Kindern angepasste Gleichgewichts-, Koordinations- und Atemübungen sowie wirkungsvolle Selbstverteidigungstechniken runden das Trainingsprogramm ab.

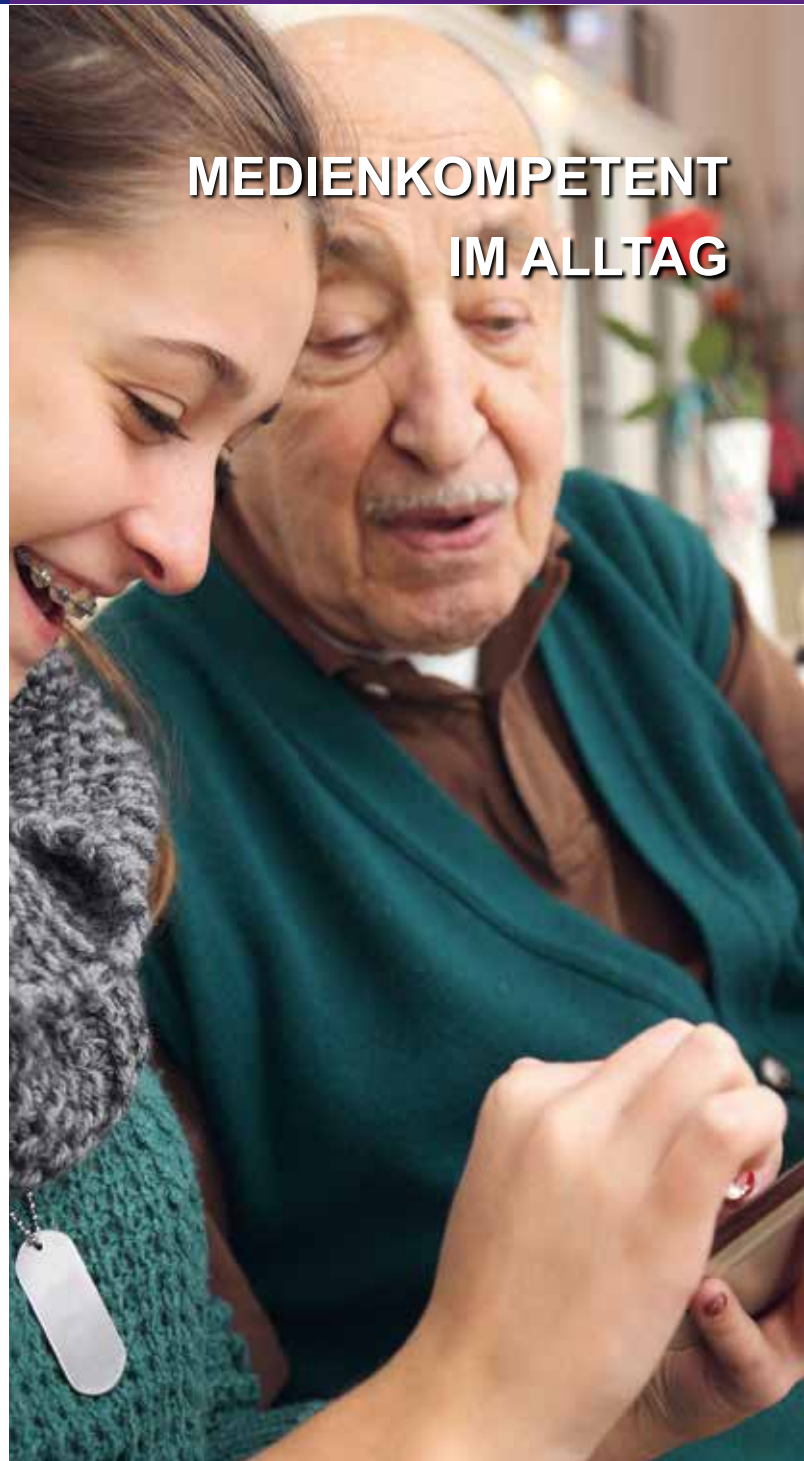
Helmut Stieglbauer, Gewaltschutztrainer

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 54 Euro für 3 Termine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 178** dienstags, 3.–17. September,
17–18.30 Uhr



**MEDIENKOMPETENT
IM ALLTAG**

■ Einstiegskurs: Mein Computer und ich – einfach und sicher

Mit einem Computer kann man Texte schreiben, Musik hören, Bilder bearbeiten und im Internet surfen. In diesem Einstiegskurs lernen Sie die Grundfunktionen des Computers kennen. Sie erstellen Ordner, verschieben Dateien und erfahren, wie Sie den PC sicher machen. Der Kurs richtet sich an Menschen ab 50 Jahre, die keine oder nur geringe Vorkenntnisse haben. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie Ihren Laptop mitbringen. PCs stehen auch zur Verfügung.

Helmut Keller, Systemtechniker

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 6 Termine, max. 8 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 179** montags, 26. August–30. September, 9.30–11.45 Uhr

■ Aufbaukurs: Mein Computer und ich – einfach und sicher

Der Kurs richtet sich an Menschen ab 50 Jahre, die PC-Grundkenntnisse besitzen oder am Einstiegskurs teilgenommen haben. Die Kursinhalte werden in Absprache mit den Teilnehmenden festgelegt. Sie können mit Ihrem eigenen Laptop arbeiten oder wir stellen PCs zur Verfügung. Bitte geben Sie dies bei der Anmeldung an.

Helmut Keller, Systemtechniker

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 6 Termine, max. 8 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 180** montags, 21. Oktober–25. November, 9.30–11.45 Uhr

■ Einstiegskurs: Mein Smartphone und ich – einfach und sicher

Beim Smartphone erleichtern kleine Programme, sogenannte Apps, den Umgang und bieten schnellen Zugriff auf Informationen. Im Kurs erproben Sie grundlegende Funktionen des Gerätes. Sie arbeiten an Ihrem Smartphone, so dass Sie Ihr Gerät besser kennen- und benutzen lernen. Ein Kurs für Menschen mit wenig oder keinen Vorkenntnissen. Schwerpunktmäßig werden Smartphones mit dem Betriebssystem Android behandelt.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 2 Termine, max. 8 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

Wolf-Dieter Scheid, Dozent für Film und Medien

■ **Kurs-Nr. 181** mittwochs, 18. und 25. September, 9.30–11.45 Uhr

Korinna Benthien, Kursleiterin für EDV Kurse

■ **Kurs-Nr. 182** freitags, 6. und 13. September, 9.30–11.45 Uhr

■ **Kurs-Nr. 183** freitags, 15. und 22. November, 9.30–11.45 Uhr

■ Kompaktkurs Smartphone

Ein Smartphone ist ein Handy mit einem berührungsempfindlichen Bildschirm. Kleine Programme, sogenannte Apps, erleichtern den Umgang und bieten einen schnellen Zugriff auf Informationen. Im Kurs erproben Sie grundlegende und weitergehende Funktionen des Gerätes. Sie arbeiten mit ihrem Smartphone, so dass Sie ihr Gerät besser kennen und benutzen lernen. Der Kurs richtet sich an Menschen, die wenig oder keine Vorkenntnisse besitzen und in kompakter Form lernen möchten. Mit Schwerpunkt werden Smartphones mit dem Betriebssystem Android behandelt. Bitte Handy und Ladekabel mitbringen.

Wolf-Dieter Scheid, Dozent für Film und Medien,
päd. Mitarbeiter der LAG Ev. Erwachsenenbildung

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 30 Euro, max. 8 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 184** Samstag, 30. November,
9.30–12.30 Uhr

■ Aufbaukurs: Mein Smartphone und ich – einfach und sicher

Voraussetzung für die Teilnahme sind Grundkenntnisse im Umgang mit dem Smartphone. Schwerpunktmäßig werden Smartphones mit dem Betriebssystem Android behandelt.

Wolf-Dieter Scheid, Dozent für Film und Medien,
päd. Mitarbeiter der LAG Ev. Erwachsenenbildung

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 2 Termine, max. 8 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 185** mittwochs, 16. und 30. Oktober,
9.30–11.45 Uhr

■ Einstiegskurs: Mein Tablet und ich – einfach und sicher

Ein Tablet ist ein Computer mit einem Bildschirm, der durch Berührung mit den Fingern bedient wird. Kleine Programme, sogenannte Apps, erleichtern den Umgang mit dem Internet und bieten schnellen Zugriff auf Informationen. Mit Tablets kann man elektronische Bücher lesen, Musik hören, Bilder und Filme ansehen. Sie arbeiten an Ihrem Tablet, so dass Sie Ihr Gerät besser kennen- und benutzen lernen. Ein Kurs für Menschen mit wenig oder keinen Vorkenntnissen. Bitte bringen Sie zu allen Terminen Ihr eigenes Tablet mit.

Wolf-Dieter Scheid, Dozent für Film und Medien,
päd. Mitarbeiter der LAG Ev. Erwachsenenbildung

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 2 Termine, max. 8 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 186** mittwochs, 6. und 13. November,
9.30–11.45 Uhr

■ Aufbaukurs: Mein Tablet und ich – einfach und sicher

Nachdem Sie die Grundfunktionen Ihres Tablets bereits kennen, möchten Sie jetzt neue Funktionen wie Bildbearbeitung und die Welt der Apps entdecken. Ein Kurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen, die diese vertiefen möchten. Bitte bringen Sie Ihr Tablet zu den Terminen mit.

Wolf-Dieter Scheid, Dozent für Film und Medien,
päd. Mitarbeiter der LAG Ev. Erwachsenenbildung

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 2 Termine, max. 8 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 187** mittwochs, 27. November und
4. Dezember, 9.30–11.45 Uhr

■ Einzelberatung: Rat und Tat für PC, Smartphone und Tablet

Sie haben individuelle Fragen zu ihrem PC, Smartphone oder Tablet? Sie wünschen sich eine persönliche Unterstützung beim Arbeiten mit Ihrem Gerät? Buchen Sie ein oder mehrere Einheiten von 45 Minuten Einzelberatung mit unseren Fachkräften und bringen Sie Ihr eigenes Gerät mit. Geben Sie bei der Anmeldung bitte Ihre Fragen an. Es ist eine Beratung für Geräte mit den Betriebssystemen Windows beziehungsweise Android möglich, jeweils immer nur für ein Endgerät.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 35 Euro für eine Einzelberatung von 45 Minuten

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

Helmut Keller, Systemtechniker

■ **Kurs-Nr. 188** montags, 2. und 9. Dezember, im Zeitraum von 9–12 Uhr

Korinna Benthien, Kursleiterin für EDV-Kurse

■ **Kurs-Nr. 189** dienstags, 10. September, 22. und 29. Oktober, 5., 12., 19. und 26. November sowie 3. Dezember, im Zeitraum von 17–20 Uhr



■ Kaffee-Kuchen-Tablet

Im dreistündigen Einsteigerkurs lernen Sie die Bedienelemente des Tablets kennen und machen Ihre ersten Schritte im Internet. Die Vorstellung ausgewählter Apps (etwa Wetter-App oder Bahn-App) zeigt Ihnen die Möglichkeiten der Technik für Ihren Alltag und welche Vorteile Tablets für Sie persönlich bieten. Sie brauchen keine Vorkenntnisse. Tablets werden gestellt.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 190** Dienstag, 24. September, 9–12 Uhr

■ Kommunikation mit Tablets

Der Kurs „Kommunikation mit Tablets“ behandelt die wichtigsten und interessantesten Wege im mobilen Internet miteinander zu kommunizieren. Von dem Empfangen und Versenden von E-Mails per App, über Messenger-Dienste wie WhatsApp bis zur kostenlosen Videotelefonie mit Skype bietet das Web 3.0 vielfältige Möglichkeiten miteinander in Kontakt zu treten. Die Teilnehmenden sollten über Grundkenntnisse im Umgang mit dem Tablet verfügen. Tablets werden gestellt.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 191** Dienstag, 22. Oktober, 9–12 Uhr

■ Sicheres Einkaufen und Bezahlen mit Tablets

Das Internet hat sich als digitale Einkaufsmeile etabliert. Schnell und bequem können unzählige Produkte zu Hause oder unterwegs auf dem Display betrachtet, bewertet und schließlich – oft sehr kostengünstig – gekauft werden. Der Aufbaukurs „Sicher Einkaufen und Bezahlen mit Tablets“ stellt den Teilnehmenden seriöse Einkaufsmöglichkeiten im Internet vor und gibt einen praxisnahen Überblick über die Themen: „Sicherheit bei der Kaufabwicklung“, „Rechte der Käuferin und des Käufers“, sowie „Zahlungsmöglichkeiten“. Voraussetzung sind grundlegende Internet- und Tabletkenntnisse.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681/6 1348

■ **Kurs-Nr. 192** Dienstag, 5. November, 9–11 Uhr

■ Kultur & Reisen per App

Im zweistündigen Aufbaukurs „Kultur & Reisen per App“ können sich die Teilnehmenden über das Kulturangebot der Großregion SaarLorLux informieren und die interessantesten Kultur- und Veranstaltungs-Apps der Region entdecken. Sie erfahren, wie die Anreise (mit dem Bus, per Zug oder doch lieber mit dem Auto) zum nächsten Kulturevent in der Region oder anderswo geplant werden kann. Weitere Themen: „Wie buche ich per App meine nächste Reise? Ich informiere ich mich im Internet über Urlaubsländer? Wie buche ich Flüge online?“ Voraussetzung sind grundlegende Internet- und Tabletkenntnisse.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681/6 1348

■ **Kurs-Nr. 193** Dienstag, 19. November, 9–11 Uhr

Privathaftpflicht-
versicherung

Berufsunfähigkeits-
versicherung

Pflegezusatz-
versicherung



VON
VERBRAUCHER-
SCHÜTZERN
EMPFOHLEN

Nicht vergessen: Jetzt existenzielle Risiken absichern

Das Leben steckt voller Überraschungen und bringt viele Veränderungen mit sich. Unabhängige Experten und Verbraucherschützer empfehlen daher, mögliche Wagnisse nicht zu ignorieren.

Sichern Sie jetzt Ihre existenziellen Risiken bei der HUK-COBURG ab. Am besten vereinbaren Sie gleich einen Termin bei einem unserer Berater.

Geschäftsstelle

Saarbrücken

Tel. 0681 3037411

ralf.brem@HUK-COBURG.de

Großherzog-Friedrich-Straße 40

66111 Saarbrücken

Mo.–Do. 8.00–18.00 Uhr

Fr. 8.00–16.00 Uhr

■ Sprechstunde Tablet, Handy & Co.

Im Rahmen der Kampagne Onlinerland Saar bieten wir eine zweistündige Sprechstunde „Tablet, Handy & Co.“ an. Mit fachlicher Unterstützung können Sie auf Entdeckungsreise in die Welt der Apps gehen und bei konkreten Fragen erhalten Sie Hilfe zu Ihrem Gerät. Sie arbeiten entweder mit Tablets der Kampagne oder können ihr eigenes Gerät mitbringen.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine, max. 8 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 0681/61348

■ **Kurs-Nr. 194** Dienstag, 3. Dezember, 9 – 11 Uhr

Alle Kurse in Kooperation mit Onlinerland Saar

LEBENSPHASEN, GESELLSCHAFT, THEOLOGIE



■ Englischkurs für Anfänger

Dieser Kurs richtet sich an Personen, die im Erwachsenen- oder Seniorenalter in einer kleinen Gruppe Englisch lernen möchten. Der Kurs behandelt alltagsrelevante Themen wie die Familie, das Zuhause, Hobbys, Essen, Gesundheit und vieles mehr. Ziel des Kurses ist es, in einfachen Sätzen über die behandelten Themenbereiche sprechen und schreiben zu können.

Shilpa Wendland, Dozentin für Englisch

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 66 Euro für 6 Termine, 88 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 1348

■ **Kurs-Nr. 195** montags, 26. August–30. September, 15–16.30 Uhr (6 Termine)

■ **Kurs-Nr. 196** montags, 21. Oktober–9. Dezember, 15–16.30 Uhr (8 Termine)

■ Erleben und Lernen in der Lebensmitte – KREATIV und AKTIV

Aufweckübungen – Gedächtnistraining – Körperwahrnehmung – Entspannungs- und Fantasiereisen – mit einem abwechslungsreichen Übungsangebot trainieren Sie spielerisch Leistungsfähigkeit, fördern Kreativität und erfahren Entspannungsübungen für Körper, Geist und Seele. Ein ganzheitliches Programm zur Stärkung und zur Steigerung der Lebensfreude. Die Übungen sind leicht durchzuführen.

Ingrid Niegel, Musiktherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gesangspädagogin, Sängerin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 1348

■ **Kurs-Nr. 197** donnerstags, 5.–26. September, 10.30–12 Uhr

■ **Kurs-Nr. 198** donnerstags, 7.–28. November, 10.30–12 Uhr

■ Klang-Begegnungen – Freies Tönen mit der Singstimme

Dies ist ein Angebot, um in spielerischer Art und Weise die eigene Stimme zu entdecken. Wir probieren Vokale und Laute im Sitzen, im Stehen, im Gehen im Raum. Unsere Stimme schafft einen liebevollen Kontakt mit uns selbst und den Mitmenschen. Es entstehen spontane Klangbilder. Entdecken Sie Vibration, Resonanz, das Gespür der Ausdehnung und der Öffnung, einfach die Freude am gemeinsamen Klingeln. Danach: Erfahrungsaustausch. Es sind keinerlei musikalische Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen.

Ingrid Niegel, Musiktherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gesangspädagogin, Sängerin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 30 Euro für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 1348

■ **Kurs-Nr. 199** freitags, 6.–27. September, 17.45–18.45 Uhr (4 Termine)

■ **Kurs-Nr. 200** freitags, 8.–29. November, 17.45–18.45 Uhr (4 Termine)

■ Gesprächskreis „Frauen reden mit Frauen“

Uns selber, Erde und Himmel, wollen wir entdecken im Hören aufeinander, durch Gespräch und Bewegung, im gemeinsamen Spiel auf vielerlei Weise.

Inge Valentin, Erwachsenenbildnerin

🏠 Ev. Gemeindehaus Köllerbach,

Sprenger Straße 24, Püttlingen

Kosten: keine

Anmeldung: Inge Valentin, ☎ 06 898 / 286 58

■ **Kurs-Nr. 201** Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 9.30–11 Uhr, fortlaufender Kurs

■ Einführung in die wertschätzende und gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg

Sie haben einen Konflikt mit anderen oder sich selbst, privat oder bei der Arbeit? Sie möchten verstehen, wie es dazu gekommen ist und die Situation zum Positiven verändern? An Ihren Alltagsbeispielen werden wir Stolpersteine herausarbeiten und erfahren, wie Wertschätzung und Verständigung mit uns selbst und anderen entstehen kann. Ziel ist, Konflikte in Alltag und Beruf zu entschlüsseln und ihnen durch mehr Bewusstsein mit größerer Gelassenheit begegnen zu können.

Christine Wanjura, zertifizierte Trainerin für Kommunikation und Konfliktbearbeitung nach M. Rosenberg

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 130 Euro

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 202** sonntags, 10. und 17. November, 10–17 Uhr

■ **Kurs-Nr. 203** Samstag, 25. Januar, und Sonntag, 26. Januar 2020, 10–17 Uhr

Diese Seminare können auf dem Weg zu einer Zertifizierung anerkannt werden.

■ Jahreskurs 2020: Wo fängt Frieden an?

2020 gibt es wieder eine Jahresgruppe „Wo fängt Frieden an? Sei du selbst die Veränderung, die du dir in der Welt wünschst“. Sie bietet die Möglichkeit, schwierige Situationen neu zu betrachten, Blockaden in der Kommunikation zu erkennen und zu verändern. So entsteht die Chance, ins Gespräch zu kommen und ein Miteinander statt ein Gegeneinander zu gestalten. Voraussetzung ist die Teilnahme an einem Einführungsseminar in die wertschätzende Kommunikation.

Christine Wanjura

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 480 Euro

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 204** samstags, 8. Februar, 7. März, 4. April, 9. Mai, 6. Juni, 19. September, 31. Oktober und 28. November 2020, 10–17 Uhr

■ Intensivkurs: Bestehende Konflikte klären, neue Konflikte vermeiden

In diesem viertägigen Seminar werden Sie in kompakter Form lernen, Konflikte im täglichen Miteinander in der Familie als auch im beruflichen Alltag aus einer völlig neuen Perspektive zu betrachten. Sie werden Stolpersteine in der Kommunikation erkennen lernen und Ihre Handlungsmöglichkeiten erweitern. Sie werden lernen, ein Thema ohne Vorwurf und ohne Verletzung anzusprechen und zu hören. Eigene Konfliktthemen können gerne eingebracht werden.

Christine Wanjura

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 240 Euro

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 205** Donnerstag, 15. August, bis Sonntag, 18. August, 10–17 Uhr

■ Gesprächskreis – Meine innere Mitte finden

Trotz großen Wohlstands, geringerer körperlicher Belastungen und technischer Errungenschaften, die das Leben eigentlich leichter machen sollten, fühlen wir uns ständig unter Druck. Oft reicht die Energie nicht mehr aus, neben beruflichen Anforderungen und Problemen im privaten Bereich seine innere Mitte zu finden. Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein und hilfreiche Techniken schützen uns davor, Angriffe auf die eigene psychische Gesundheit abwehren zu können.

Iris Kenter, Psychotherapeutin
 🏠 Familienbildungsstätte
 Kosten: 55 Euro für 6 Termine
 Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 206** freitags, 6. und 27. September,
 25. Oktober, 15. und 29. November,
 13. Dezember, 16–17.30 Uhr

■ Ganzheitliches Gedächtnistraining

Ist es Ihnen nicht auch schon passiert, dass Sie auf der Straße jemand Bekanntes getroffen haben, und Ihnen ist einfach der Name nicht mehr eingefallen? Da wäre man froh, wenn es Möglichkeiten gäbe, das zu ändern. Die gibt es! In einem Ganzheitlichen Gedächtnis-Trainings-Kurs können Sie unterschiedliche Merktechniken kennenlernen. Ein gezielt eingesetztes, regelmäßiges Gedächtnistraining steigert die Konzentration und Merkfähigkeit. Ganzheitliches Gedächtnistraining wird ohne Leistungsdruck durchgeführt. Der Kurs umfasst zehn Termine.

Ilse Laufer, Ganzheitliche Gedächtnistrainerin
 🏠 BürgerInnenZentrum Brebach, Saarbrücker Straße
 62, 66130 Saarbrücken-Brebach
 Kosten: 30 Euro für 10 Termine
 Anmeldung: ☎ 06 81 / 9 50 83 26

■ **Kurs-Nr. 207** donnerstags, ab Oktober, 9.30–11.00 Uhr
 (genauen Starttermin bitte erfragen!)

■ Kochkurs: Köstlichkeiten aus der türkischen Küche

Sengül Öz ist in Brebach und darüber hinaus bekannt für türkische Spezialitäten. Im Kurs kocht sie gemeinsam mit den Teilnehmenden landestypische, mediterrane Gerichte mit orientalischem Pfiff.

Sengül Öz, Kursleiterin für türkisch-orientalische Küche
 🏠 BürgerInnenZentrum Brebach, Saarbrücker Str. 62,
 66130 Saarbrücken-Brebach
 Kosten: 50 Euro für 6 Termine
 Anmeldung: ☎ 06 81 / 8 77 64 oder
 ✉ bzb@quarternet.de

■ **Kurs-Nr. 208** 21. Oktober–25. November, 18–21 Uhr

■ Gemeinsam kochen mit allen Sinnen (geschlossene Gruppe)

Ein Angebot zur Vermittlung und Stärkung von Haushaltskompetenzen für Menschen mit sozialen Schwierigkeiten.

Ute Stappert, Dipl. Sozialpädagogin
 🏠 Familienbildungsstätte
 Kosten: keine
 In Kooperation mit den ambulanten Hilfen im Haus der
 Diakonie in Saarbrücken, ☎ 06 81 / 3 89 83 21

■ **Kurs-Nr. 209** Jeden 2. Freitag im Monat
 jeweils 10–13 Uhr

■ Feminismus – Theologie – Philosophia – ein Kreis für Frauen

Das neue Jahrtausend bietet Frauen große Chancen, aber auch Herausforderungen. Uns beschäftigen daher Fragen wie: „Was kommt jenseits des Feminismus der letzten Jahre?“ Oder: „Worin besteht das religiöse Erbe der Frauen und wie leben wir es heute?“

Renate Miron

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06894/88387

■ **Kurs-Nr. 210** donnerstags, ab 29. August, 14-tägig, 9.30–11.45 Uhr

■ Vortrags- und Gesprächsabend: „Zuhause leben bis zuletzt“

In Umfragen wird immer wieder deutlich, dass die meisten Menschen sich wünschen, die letzte Zeit im Leben zuhause verbringen und dort auch sterben zu können. Ambulante Hospizdienste und Teams der spezialisierten ambulanten Palliativversorgung (SAPV) leisten hier einen wichtigen Beitrag. Sie ergänzen die Versorgung und Begleitung durch Angehörige, Hausärzte, Sozialstationen und Kirchengemeinden. Der Referent berichtet anschaulich aus der Praxis der ambulanten Hospizarbeit und der SAPV-Teams und steht für Fragen zur Verfügung.

Paul Herrlein, Geschäftsführer der St. Jakobus Hospiz gemeinnützige GmbH

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681/61348

■ **Kurs-Nr. 211** Mittwoch, 28. August, 18–20 Uhr

■ „Wir möchten Sie FAIR.führen und FAIR.wöhnen!“ (NEU!)

Seit dem Sommer 2019 ist die Evangelische Familienbildungsstätte Saarbrücken eine „faire Bildungsstätte“. An diesem Abend möchten wir Sie FAIR.führen, indem wir Ihnen gemeinsam mit Mitgliedern der Initiative „Faires Saarbrücken“ die Grundsätze des fairen Handels und Zusammenhänge zu unserem Konsum präsentieren. Damit das nicht nur Theorie bleibt, werden wir Sie dabei mit Kaffee, Tee und vielem mehr aus fairem Handel FAIR.wöhnen.

Fleurance Laroppe, Mitarbeiterin der Initiative Faires Saarbrücken, und Winfried Blum, Pädagogischer Mitarbeiter der Ev. Familienbildungsstätte

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681/61348

■ **Kurs-Nr. 212** Mittwoch, 25. September, 18–20 Uhr



Ökumenische Gesellschaft für ambulante Pflege im Saarland GmbH

Unsere Leistungen

- **Wir pflegen Sie zu Hause**
- **Wir unterstützen Sie im Haushalt und im Alltag**
- **Wir betreuen Sie, um Angehörige zu entlasten**
- **Wir schulen pflegende Angehörige**
- **Wir beraten zu allen Fragen der Pflege**

Kirchliche Sozialstation Neunkirchen/Spiesen-Elversberg
Telefon 06821 920100 www.sozialstation-neunkirchen.de

Ökumenische Sozialstation Burbach-Malstatt
Telefon 0681 47800 www.sozialstation-burbach-malstatt.de

Ökumenische Sozialstation Alt-Saarbrücken
Telefon 0681 52636 www.sozialstation-alt-saarbruecken.de

■ Gesprächskreis für trauernde Eltern (NEU!)

„Sie haben Ihr Kind im Erwachsenenalter durch Unfall oder Krankheit verloren. Sie suchen danach, wo der Schmerz Raum findet, um nicht mit ihm allein zu sein. Der Verlust Ihres Kindes braucht Gelegenheit und Zeit, um sich mit dem Schmerz und der Trauer zu beschäftigen. Denn wer trauert, braucht Geduld, um den eigenen Weg zu finden.“

Der Gesprächskreis möchte die Teilnehmenden auf diesem Weg begleiten und ihnen Gelegenheit geben, Trauer auszusprechen, zu Gefühlen und Ängsten zu stehen und sie zu zeigen. Der Gesprächskreis wird in Zusammenarbeit mit der Evangelischen Kirchengemeinde Neunkirchen und dem Dekanat Neunkirchen des Bistums Trier durchgeführt. Er umfasst sechs Abende.

Britt Goedeking, Ev. Pfarrerin für Krankenhausseelsorge in den Marienhauskliniken St. Josef Kohlhof und St. Wendel

Sibylle Rhein, Kath. Pastoralreferentin in der Trauerpastoral des Dekanats Neunkirchen

🏠 Gemeindezentrum Christuskirche, Unterer Markt 5, 66538 Neunkirchen

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 068 21/23380 oder

☎ 0681/61348

■ **Kurs-Nr. 213** donnerstags, 26. September, 17. und 24. Oktober, 14. und 28. November sowie 12. Dezember, 17–19 Uhr

■ Demenzfreundliche Gottesdienste (NEU!)

Mehrere Evangelische Kirchengemeinden im Kirchenkreis Saar-Ost haben sich vorgenommen, in unregelmäßigen Abständen zu „demenzfreundlichen Gottesdiensten“ einzuladen. Alle Interessierten sind willkommen, sich mit allen Sinnen anzusprechen zu lassen.

Wenn komplizierte Sätze Menschen nicht mehr erreichen, so können es vielleicht die Atmosphäre der Kirche, altvertraute Rituale und Lieder, angemessene Worte und das gemeinsame Erleben und Feiern in Gottes Namen.

Evangelische Kirchengemeinde Elversberg

🏠 Evangelische Kirche Elversberg, Luisenstraße 6, 66583 Spiesen-Elversberg

Kosten: keine

Kontakt und Info: Pfarrerin Doris Barrois,

☎ 0162/5781358, ✉ doris.barrois@ekir.de

■ **Kurs-Nr. 214** Sonntag, 22. September, 10 Uhr

Evangelische Kirchengemeinde Wiebelskirchen

🏠 Martin-Luther-Straße 12, 66540 Wiebelskirchen

Kosten: keine

Kontakt und Info: Pfarrerin Dagmar Labow,

☎ 01523/1765194, ✉ dagmar.labow@ekir.de

■ **Kurs-Nr. 215** Sonntag, 8. Dezember, 10 Uhr

■ Infoveranstaltung „Demenzpartnerin und Demenzpartner werden!“

Aktuell sind im Saarland rund 21.000 Menschen an einer Demenz erkrankt. Davon sind nicht nur die Erkrankten selbst betroffen, sondern auch ihr gesamtes soziales Umfeld. Der Infoabend „Demenz-Partner“ richtet sich an ehrenamtlich Engagierte, an Angehörige und an alle anderen am Thema Interessierten. Inhalte sind Informationen zur Erkrankung und zum Umgang mit dementiell veränderten Menschen sowie zu Entlastungsangeboten für die pflegenden Angehörigen. Zudem wird die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch geboten. Die Veranstaltung wird in Zusammenarbeit mit der Evangelischen Kirchengemeinde Brebach-Fechingen, dem BürgerInnenZentrum Brebach und der Ökumenischen Sozialstation Halberg / Obere Saar durchgeführt.

Andreas Sauder, Leiter der Landesfachstelle Demenz Saarland

🏠 Evangelisches Gemeindezentrum Brebach, Jakobstraße 16, 66130 Saarbrücken-Brebach

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 216** Mittwoch, 30. Oktober, 18–20 Uhr

■ Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung (NEU!)

Meistens kommt es unerwartet: Ein Herzinfarkt, ein Unfall, eine größere Operation, eine Krankheit und auf einmal können Sie nicht mehr aus eigener Kraft entscheiden und handeln. Wenn Sie in solchen Fällen nicht vorgesorgt haben, geht die Sache zum Gericht. Eine Richterin oder ein Richter entscheidet dann, wer für Sie die Entscheidungen trifft. Unter Umständen kann dies eine Ihnen fremde Person sein. Damit der Ehepartner, ein Verwandter oder enger Freund die Entscheidungen für Sie treffen kann, muss vorher eine Vollmacht auf diese ausgestellt worden sein.

Rechtsanwältin Anja Wiesen, Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 217** Mittwoch, 20. November, 18–20 Uhr

■ Wer hilft mir, wenn ich pflegebedürftig werde? – Der Pflegestützpunkt informiert.

Plötzlich kann alles anders sein! Ein Schlaganfall, ein Unfall, eine schwere Erkrankung, fortschreitende Hilfebedürftigkeit und vieles mehr können Ihr Leben völlig verändern. Dann brauchen Sie Hilfe: schnell - passend - verlässlich. Die Pflegestützpunkte sind im Saarland die ersten Anlaufstellen, wenn Sie Fragen rund um die Pflege haben. Der Infoabend gibt einen Überblick über die Hilfsangebote und die Leistungen der Pflege- und Krankenkassen.

Silke Kotterbach, Beraterin des Pflegestützpunktes Saarbrücken-Mitte

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 218** Mittwoch, 11. Dezember, 18–20 Uhr

■ Integrationssprachkurse gemäß Zuwanderungsgesetz

Die Kurse zum Erlernen der deutschen Sprache werden in Kooperation mit dem Referat Migrationsdienste der Diakonie Saar an verschiedenen Standorten durchgeführt.

Anmeldung, Informationen und Start-Termine:

☎ 06 81 / 70 07 05

SENIORENBERATUNG ESCHBERG

🏠 Mecklenburgring 53, 66121 Saarbrücken

Anmeldung für alle Angebote und Infos:

☎ 06 81 / 8 31 93 72

■ Erzählcafé

Rosemarie Wachs und Team der Seniorenberatung
Eschberg

Kosten: keine

- **Kurs-Nr. 219** Einmal monatlich, montags,
15–17 Uhr (siehe Aushang im
Schaufenster der Seniorenberatungsstelle)

■ Kaffee – Kuchen – Tablet

In Zusammenarbeit mit der Landesmedienanstalt Saar
Kosten: keine

- **Kurs-Nr. 220** Mittwoch, 23. Oktober, 9–12 Uhr

■ Kommunikation mit Tablets

In Zusammenarbeit mit der Landesmedienanstalt Saar
Kosten: keine

- **Kurs-Nr. 221** Mittwoch, 6. November, 9–12 Uhr

■ Sicher einkaufen und bezahlen mit dem Tablet

In Zusammenarbeit mit der Landesmedienanstalt Saar
Kosten: keine

- **Kurs-Nr. 222** Mittwoch, 13. November, 9–11 Uhr

■ Tablet-Sprechstunde

In Zusammenarbeit mit der Landesmedienanstalt Saar
Kosten: keine

- **Kurs-Nr. 223** Mittwoch, 20. November, 9 - 11 Uhr

■ Ganzheitliches Gedächtnistraining

Sabine Pfeiffer, Gedächtnistrainerin

Kosten: 30 Euro für 10 Termine

- **Kurs-Nr. 224** Ab 28. August, mittwochs,
14.30–16 Uhr (10 Termine)

■ Malkurs „Stilleben und wandelndes Leben / Metamorphosen“

Bea Schiff, Kunsttherapeutin

Kosten: 30 Euro für 10 Termine

- **Kurs-Nr. 225** Ab 12. September, donnerstags,
14–16 Uhr (10 Termine)

■ Qigong Yangsheng „Auf festem Fuß ins hohe Alter“

Cäcilia Koch- Franosch, Zertifizierte Kursleiterin für
Qigong

Kosten: 30 Euro für 10 Termine

- **Kurs-Nr. 226** Ab 1. Oktober, dienstags,
10–11 Uhr (10 Termine)

■ Vortrag zum Thema Patientenverfügung

Der Vortrag gibt einen Überblick über die Grundlagen einer Patientenverfügung, wann eine Patientenverfügung sinnvoll ist. Er zeigt auch die Grenzen der Patientenverfügung auf.

Referentin: Rechtsanwältin Anja Wiesen, Betreuungsverein Saarbrücken und Saar e.V.

Kosten: keine

■ **Kurs-Nr. 227** Montag, 4. November, 14 Uhr

■ Seniorenberatung

Die Mitarbeiter/innen der Seniorenberatungsstelle informieren und beraten zu Fragen rund um das Alter: Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es zu Hause in den eigenen vier Wänden (Haushalts- und Einkaufshilfe, Pflegedienst, Hausnotrufsystem u. ä.)? Welche kulturellen Angebote gibt es im direkten Wohnumfeld?

🏠 Mecklenburgring 53, 66121 Saarbrücken

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06 81/831 93 72

■ **Kurs-Nr. 228** Montags, 15–17 Uhr, sowie mittwochs und freitags, 10–12 Uhr



**GESUNDHEIT,
BEWEGUNG &
ENTSPANNUNG**

■ Fit im Job – Ein Tag für die Gesundheit (NEU!)

Das praxisorientierte Tagesseminar „Fit im Job“ lädt Sie ein, neue und ganzheitliche Gesundheitsansätze kennenzulernen und dabei Schritt für Schritt eine gesunde Balance zwischen Beruf und Alltag herzustellen. Themen sind: der aufrechte Rücken, Umgang mit chronischen Rückenschmerzen, emotionale Balance, die Qualität des Atems als Verbindung und Lebenselixier sowie mentale Gesundheit.

Die Erfahrungswerte können in den Alltag integriert werden. Bequeme Kleidung, Socken und ein Handtuch mitbringen.

Désirée Huyras-Zapp, Gesundheitspädagogin, Sportphysiotherapeutin, Qigong-Lehrerin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 66 Euro, zzgl. 5 Euro für die Seminarunterlagen (falls gewünscht)

Anmeldung: ☎ 06 81/6 1348

■ **Kurs-Nr. 229** Samstag, 12. Oktober, 9.15–16 Uhr

■ Power und Relaxing = Balance (NEU!)

Mit Yoga, Bewegung, Tanz und Meditation bietet das Seminar eine stressfreie Zeit, fernab vom Alltag. Jede Stunde wird zu einem besonderen Erlebnis. Themen, Inhalte und Musik variieren je nach den Bedürfnissen der Gruppe. Es ist eine Kombination aus Tanzpädagogik, Kreativität und Austausch. Man braucht keine tänzerischen Vorkenntnisse! Bitte bequeme Kleidung und Socken, Freude und Neugierde mitbringen.

Nadine Heck, Erzieherin, Tanz und Bewegungspädagogin, logotherapeutische Beraterin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 32 Euro für 5 Termine, 51 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 06 81/6 1348

■ **Kurs-Nr. 230** donnerstags, 29. August–26. September, 17–18 Uhr (5 Termine)

■ **Kurs-Nr. 231** donnerstags, 24. Oktober–12. Dezember, 17–18 Uhr (8 Termine)

■ Qigong Yangsheng – Weg zur Stressbewältigung und zur inneren Ruhe

Qigong Yangsheng steht für vielfältige Übungsmethoden, die in China entwickelt wurden. Qigong-Übungen umfassen Körperhaltung und Bewegung, Atemübungen und die geistigen Übungen der Konzentration und Imagination. Prof. Jiao (1923-1997) hat großen Wert auf die Anpassungsmöglichkeiten einer jeden Methode an die Gegebenheiten der Übenden gelegt. So kann jede Methode in verschiedenen Körperhaltungen wie Sitzen, Stehen oder Gehen mit unterschiedlicher Betonung von Ruhe und Bewegung oder verschiedener Intensität geübt werden. Die meisten gesetzlichen Krankenkassen bezuschussen diese Kurse.

Cäcilia Koch-Franosch, Qigong-Kursleiterin der Med. Gesellschaft für Qigong Yangsheng

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 120 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 06 81/6 1348 oder

Cäcilia Koch-Franosch, ☎ 06 897/7 11 28

Infos: 🖱 www.qigong-mit-freude.de

Kurs für Anfängende:

■ **Kurs-Nr. 232** donnerstags, 10. Oktober–12. Dezember (10 Termine), 18.30–20 Uhr

Kurs für Fortgeschrittene:

■ **Kurs-Nr. 233** mittwochs, 2. Oktober–11. Dezember (10 Termine), 18.15–19.45 Uhr

■ Wochenend-Kurs Qigong Yangsheng im Exerzitienhaus St. Thomas 2020 – Vorankündigung!

2020 findet wieder ein Qigong-Wochenend-Kurs statt, bei dem Sie mit Hilfe verschiedener Qigong-Übungen, Sitzen in Stille und sanften, freien Bewegungen zur Ruhe kommen können. Nähere Informationen erhalten Sie von der Kursleiterin. Der Kurs wird von vielen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

Cäcilia Koch-Franosch

🏠 Exerzitienhaus, Hauptstraße 23, 54655 St. Thomas

Info: 📧 www.sanktthomas.de

Kosten: Kursgebühr 130 Euro, zzgl. 105 Euro für 2 Übernachtungen mit Vollpension

Anmeldung: ☎ 0681/6 1348 oder Cäcilia Koch-Franosch, ☎ 06897/7 11 28, 📧 www.qigong-mit-freude.de

- **Kurs-Nr. 234** Freitag, 3. April 2020, 18 Uhr – Sonntag, 5. April 2020, 15.30 Uhr

■ Die Woche der Stille im Saarland vom 3. bis 10. November

Die Woche der Stille bietet mit verschiedenen kostenlosen Veranstaltungen die Möglichkeit, kleinere Auszeiten zu nehmen und gemeinsam zur Ruhe zu kommen. Durch Sitzen in Stille und Elemente des Qigong Yangsheng lässt sich die Kraft der Stille entdecken – mitten im Alltag – mitten in der Stadt.

Cäcilia Koch-Franosch

🏠 Familienbildungsstätte und Evangelische Kirche am Lorenzberg in Schafbrücke

Kosten: keine

Anmeldung: Cäcilia Koch-Franosch, ☎ 06897/7 11 28,

✉ heb.ko-fra@gmx.de

- **Kurs-Nr. 235** Montag, 4. November 19–20.15 Uhr (Ev. Kirchengemeinde Schafbrücke)
- **Kurs-Nr. 236** Mittwoch, 6. November 19.45–21 Uhr (Familienbildungsstätte)

■ Yoga – Ein ausgewogenes, lockeres und freudvolles Abendprogramm

Zeit für sich und innere Ruhe zu finden durch verschiedene Asanas (Körperstellungen) und Pranayama (Atemtechnik) im Anusara Yoga Stil, ist unser Ziel. Dieser Stil ist ein modernes, an den westlichen Menschen angepasstes und auf ihn ausgerichtetes Yoga. Eine Entspannungsübung rundet die Stunden ab. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Shilpa Wendland, Yoga-Lehrerin und Yoga-Therapist

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 72 Euro für 6 Termine, 96 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681/6 1348

- **Kurs-Nr. 237** montags, 26. August–30. September, 18.30–20 Uhr (6 Termine)
- **Kurs-Nr. 238** montags, 21. Oktober–9. Dezember, 18.30–20 Uhr (8 Termine)

■ Pilates (NEU!)

Beim Pilates werden große Muskelketten im Stehen, in der Rücken-, Bauch- oder Seitenlage funktionell trainiert mit dem Ziel, die Wirbelsäule aufrecht, stabil und beweglich zu erhalten. Während des Pilates-Trainings liegt die Konzentration voll und ganz auf dem Körper, der Atmung und der korrekten Ausführung der Übungen. So wird Stress abgebaut und alle fühlen sich nach der Stunde ausgeglichen und entspannt.

Pilates empfiehlt sich, für alle, die bisher keinen oder nur wenig Sport gemacht haben, mit Rückenproblemen kämpfen und ein ausgewogenes Krafttraining suchen oder Ihre Körperhaltung verbessern möchten. Der Kurs wird von vielen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

Kristina Schmidt, Physiotherapeutin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 104 Euro 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681/6 1348

- **Kurs-Nr. 239** freitags, ab 30. August, 10–11 Uhr



■ Genusswandern nicht nur für Singles

Wandern beflügelt Körper, Geist und Seele. Gemeinsam machen wir uns auf den Weg, lassen uns von der Schönheit der Natur berühren und genießen sie mit allen Sinnen. Wir wandern bei jedem Wetter, Streckenlänge zwischen 10 und 16 Kilometer, moderates Tempo, zumeist mit Einkehr am Ende der Wanderung.

Heike Benekam, Erzieherin und systemische Beraterin

Kosten: keine

Anmeldung und Info: Heike Benekam,

☎ 06893/9878777, ✉ goodnews2013@gmx.de

■ **Kurs-Nr. 240** sonntags, 10.30–15 Uhr

■ Heilsame Kräuter und Früchte im Spätsommer entdecken

Herbstzeit – Erntezeit. Weißdorn, Schlehdorn, Himbeeren, Brombeeren, Holunderbeeren, oder Hagebutten. Der Tisch ist reich gedeckt mit Früchten, aber auch Kräutern, die uns in der Winterzeit erfreuen und bei vielen Erkrankungen helfen, wie etwa Erkältungen oder dem „Winterblues“.

Bei der Kräutererkundung in der Biosphäre Bliesgau informiert Kräuterexpertin Gabriele Geiger über Anwendung in Heilkunde und Küche und erzählt Geschichten und Mythen zu den Pflanzen. Die Veranstaltungen finden bei jedem Wetter statt. Zum Abschluss der Spaziergänge erfreut eine kleine Kräuterverkostung die Gaumen.

Gabriele Geiger, Heilpraktikerin

📍 Blieskastel-Mimbach, Wanderparkplatz Morchestal-Grünbachtal

Kosten: 15 Euro

Anmeldung: ☎ 0681/61348

■ **Kurs-Nr. 241** Donnerstag, 5. September, 17.30–19.45 Uhr

Wir begleiten Menschen

Wir begleiten Menschen in ihrer letzten Lebensphase bei der individuellen Gestaltung ihres Lebens. Menschen im Alter erhalten bei uns die Möglichkeit, ein wohnortnahes Angebot in Anspruch zu nehmen, das ihren geistigen, körperlichen und seelischen Bedürfnissen entspricht. Mit Menschlichkeit und Kompetenz bieten wir ein neues Zuhause, in dem sie sich wohlfühlen können und ihre privaten Freiräume gewahrt werden.

Wir bieten Ihnen an:

- Vollstationäre Pflege und Betreuung
- Kurzzeitpflege
- Wohnen Plus (Service Wohnen)
- Betreuungs- und Beschäftigungsangebote von Senior Aktiv
- Tagespflege

Caroline Fliedner Haus

Thomas-Mann-Straße 12 · 66538 Neunkirchen

Tel. 06821/902-564

E-Mail caroline-fliedner-haus@kreuznacherdiakonie.de

Karl Ferdinand Haus

Unterer Markt 2 · 66538 Neunkirchen

Tel. 06821/903-364

E-Mail karl-ferdinand-haus@kreuznacherdiakonie.de

Haus am Steinhübel

Meißenwies 16 · 66123 Saarbrücken

Tel. 0681/66503-10

E-Mail haus-am-steinhuebel@kreuznacherdiakonie.de

Wichernhaus

Deutschherrnstraße 12 · 66117 Saarbrücken

Tel. 0681/9254-105

E-Mail wichernhaus@kreuznacherdiakonie.de

Luise Deutsch Haus

Vier-Winde-Straße 41 · 66773 Schwalbach

Tel. 06834/90905-101

E-Mail luise-deutsch-haus@kreuznacherdiakonie.de

www.kreuznacherdiakonie.de/seniorenhilfe

■ Vitametik – Die manuelle Methode bei Stress, Verspannungen und Schmerzen (NEU!)

Das moderne Leben hat seinen Preis. Schneller, höher, weiter – verspannter! Hektik, Stress und zu wenig Bewegung – das alles führt zu Verspannungen.

Die Vitametik ist eine manuelle Behandlungsmethode, die da ansetzt, wo sich Stress bei vielen Menschen zuerst niederschlägt: In einer Daueranspannung der Nacken- und Rückenmuskulatur. Angespannte Muskeln können auf Nerven drücken, sodass der Informationsfluss zwischen Gehirn und Körperzellen nicht mehr frei fließen kann.

Marion Crauser, Vitametikerin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 5 Euro

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 242** Donnerstag, 24. Oktober, 18–19 Uhr

■ **Kurs-Nr. 243** Mittwoch, 11. Dezember, 18–19 Uhr

■ Gesunde Wege aus der Hormonkrise (NEU!)

Wie beeinflussen Hormone unsere Gesundheit? Welche Folgen entstehen, wenn sie aus der Balance geraten? Häufige Beschwerden wie Zyklusstörungen, Akne, Wechseljahre, Burnout, Haarausfall, Gewichtszunahme oder unerfüllter Kinderwunsch können Ausdruck eines hormonellen Ungleichgewichts sein. Erfahren Sie im Vortrag mehr über Hormonbalance, die ganzheitliche Behandlung mit naturheilkundlichen Methoden und über die sorgfältige Anwendung bioidentischer Hormone.

Andrea Wagner, Heilpraktikerin, Hormoncoach

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 10 Euro

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

🖱 www.praxis-andrea-wagner.de

■ **Kurs-Nr. 244** Donnerstag, 14. November, 19–20.30 Uhr



#Positiv

THINK. POSITIVE.

Denken muss ich sowieso. Warum dann nicht gleich positiv. Das macht die VVB auch so und hilft mit ihrer Erfahrung dabei, vieles wahr werden zu lassen. Offen für Neues. Genau mein Ding. Genau meine VVB.



meine-vvb.de

meine **VVB**

■ Fingerfood – gesund und schnell zubereitet

Fingerfood muss nicht aufwendig sein. In diesem Kurs erhalten Sie Inspirationen für den trendigen Genuss: Feine Häppchen und Snacks für die Cocktailparty, das Familientreffen oder andere besondere Anlässe – kalorienarm mit frischen Zutaten und schnelle Zubereitung, z.B. Crostini mit Gemüsetatar und Kräutersoße, pikante Törtchen, Mini-Pizza-Variationen und leckere Dips.

Petra Schöneberg, Ernährungsberaterin, lizenzierte Übungsleiterin für Gesundheitssport

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 32 Euro, zzgl. 15 Euro Lebensmittelumlage

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

■ **Kurs-Nr. 245** donnerstags, 21. und 28. November, 17–19.15 Uhr



■ Pouring

Pouring ist zurzeit „der Basteltrend“! Hierfür wird Acrylfarbe mit einem speziellen Pouring-Medium vermischt und mit unterschiedlichen Techniken großflächig auf verschiedene Untergründe, etwa Leinwände oder Acrylornamente, gegossen, geschichtet oder gewischt. Die Farben verlaufen je nach Zusammenstellung und Mischungsverhältnis mehr oder minder unkontrolliert miteinander und formieren sich während des Trocknungsprozesses zu bizarren Formen und spektakulären Ergebnissen. Der Herstellungsprozess sorgt für wunderbare Überraschungen und Staunen. Dieser Kurs eignet sich auch gut als gemeinsame Eltern-Teenager-Aktion.

Kerstin Kuppig, Leiterin KreativRaum Saarbrücken

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 10 Euro zzgl. Materialumlage (je nach Größe des Untergrundes bis zu 10 Euro)

Anmeldung: ☎ 06 81/6 13 48

- **Kurs-Nr. 246** Donnerstag, 19. September, 18–19.30 Uhr

■ Nähkurse für Anfängende und Fortgeschrittene

Nähen als kreatives Hobby ist auch Kontakt, gegenseitige Beratung und die Entwicklung eines individuellen Stils. Alle nähen etwas anderes – wie und was ihnen gefällt. Sie erhalten fachliche Anleitung beim Zuschneiden, Nähen und Ändern Ihrer Kleidung und individuelle Beratung in Bekleidungsfragen. Die Kursleiterinnen gehen individuell auf Sie ein, auch wenn Sie noch nie genäht haben.

Beim ersten Treffen bitte mitbringen: Stoffreste bzw. Stoff, falls vorhanden Musterbögen, Nähutensilien (Schere, Nähgarn, Stecknadeln).

Nähkurse in Saarbrücken

Roswitha Kohler, Damenschneidermeisterin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 70 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 06 81/6 13 48

- **Kurs-Nr. 247** dienstags, ab 10. September, 18–21 Uhr

Natella Don, Leiterin für Nähkurse

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 70 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 06 81/6 13 48

- **Kurs-Nr. 248** montags, ab 9. September, 17–20 Uhr
- **Kurs-Nr. 249** mittwochs, ab 11. September, 17–20 Uhr

Nähkurse in Völklingen

Karin Büchner, Direktrice

🏠 Kanu-Club Völklingen, Karolinger Straße 11 (Alter Brühl)

Kosten: 67 Euro, zzgl. 10 Euro Raummiete

Anmeldung und Info: Karin Büchner, ☎ 06 898/26967

- **Kurs-Nr. 250** montags, ab 12. August, 17.30–20.30 Uhr (10 Termine)
- **Kurs-Nr. 251** dienstags, ab 13. August, 8.30–11.30 Uhr (10 Termine)

Nähkurse in Heusweiler

Uta Kasper, Schneidermeisterin, und

Carmela Hufschmidt, Bekleidungsfertigerin

🏠 Kursatelier Nähträume, Saarlouiser Straße 5

Kosten: 80 Euro für 8 Termine

Anmeldung und Info:

Carmela Hufschmidt, ☎ 01 52/33 54 98 07

oder Uta Kasper, ☎ 01 74/7 68 38 64

- **Kurs-Nr. 252** Kurse finden täglich, jeweils 8.30–11.30 Uhr (Montag bis Freitag), und 18–21 Uhr (Montag bis Donnerstag) statt.

■ Weihnachtliches Filzen

Im Rahmen des Kurses erhalten Sie Einblick in die alte Technik des Filzens. Filzen ist leicht zu erlernen. Aus ungesponnener Wolle können mit Filznadeln weihnachtliche Dekorationen gestaltet werden. Die weiche Wolle in den verschiedenen Farben erfreut das Auge und den Tastsinn und lädt zum kreativen Entfalten ein. Wolle und Filznadeln stehen vor Ort zur Verfügung. Wenn möglich, bitte eine Styropor- oder Schaumstoffunterlage mitbringen.

Petra Murmann, Dipl. Sozialpädagogin

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 21 Euro, zzgl. 3 Euro Materialumlage

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 1348

■ **Kurs-Nr. 253** Freitag, 29. November, 17–20 Uhr



■ Anerkannter ZRM® Grundkurs (Züricher Ressourcen Modell) (NEU!)

Das Züricher Ressourcen Modell – ZRM® ist ein Training zur Selbststeuerung, zum Selbstmanagement und wurde von Dr. Frank Krause und Dr. Maja Storch an der Universität Zürich entwickelt. Das ZRM® ist die wissenschaftlich fundierte und vielfach erprobte Methode zur gezielten Entwicklung von Handlungspotentialen. Dies geschieht in einem lustvollen und spielerischen Prozess – dem Rubikon-Prozess. Dieser ist konsequent an persönlichen Ressourcen orientiert, um diese zu bergen und zu nutzen. Durch den Dreiklang von Verstand, Unbewusstem und Körper erreicht man nachhaltige und beeindruckende Ergebnisse. Der Prozess kann in ganz unterschiedlichen Bereichen eingesetzt werden: Selbstmanagement, Burnout-Prophylaxe, Führungskräfteentwicklung, Paarberatung, Teams und Projekte, Coaching, Beratung und Therapie, Orientierung für Jugendliche und vielem mehr.

Sie erhalten ein Teilnahmezertifikat, welches Ihnen erlaubt an aufbauenden Ausbildungen am Institut für Selbstmanagement und Motivation Zürich (ISMZ) teilzunehmen.

Klaus J. Weber, ZRM-Trainer

📍 Nußbergstraße 2, 66119 Saarbrücken

Kosten: mit Teilnahmezertifikat 590 €, ohne Teilnahmezertifikat 490 €

Anmeldung: Klaus J. Weber, ☎ 06 81 / 94 06 49 05,

✉ info@SiewissenESSelbst.de

- **Kurs-Nr. 255** Samstag, 16. November, und
Sonntag, 17. November, 9–18 Uhr

FORTBILDUNGEN FÜR TAGESMÜTTER UND -VÄTER

Kindertagespflegepersonen tragen entscheidend zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei. Dafür bietet die Familienbildungsstätte Fortbildungen an.

Die Fortbildungen werden für im Regionalverband Saarbrücken tätige Kindertagespflegepersonen bezuschusst.

■ Treff für Tagesmütter und -väter

Hier können in ungezwungener Runde Erfahrungen und Tipps im Umgang mit Kindern ausgetauscht, rechtliche und finanzielle Fragen geklärt und Kontakte geknüpft werden.

Annemarie Botzet-Infantino, Tagesmutter

📍 Familienbildungsstätte

Kosten: 5 Euro pro Termin

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

- **Kurs-Nr. 256** dienstags, 3. September, 1. Oktober,
5. November, 3. Dezember,
19.30–21.45 Uhr

■ Bastelideen für Kinder bis 3 Jahre (NEU!)

In diesem Kurs werden Ideen vorgestellt, wie schon mit den ganz Kleinen gebastelt werden kann. Die Tageseltern können kreativ werden, verschiedene Bastelarbeiten selber ausprobieren und eigene Schablonen herstellen. Bitte Bastelschere und einen Klebestift mitbringen.

Petra Murmann, Dipl. Sozialpädagogin

📍 Familienbildungsstätte

Kosten: 27 Euro, zzgl. 2 Euro Materialumlage

Anmeldung: ☎ 06 81 / 6 13 48

- **Kurs-Nr. 257** Samstag, 14. September,
9.30–13.15 Uhr

FORTBILDUNGEN FÜR KINDERTAGES- PFLEGEPERSONEN DER SERVICESTELLE KINDERBETREUUNG & KINDERTAGES- PFLEGE

■ Schritt für Schritt in die Sprache hinein!

Kinder lernen ihre erste Sprache nebenbei, was nicht bedeutet, dass dies von allein geschieht. Der frühkindliche Spracherwerb ist ein langfristiger und komplexer Lernprozess. Wir können Kinder bei dieser Entwicklung unterstützen, wenn wir ihr Entwicklungsstreben und Lernstrategien wahrnehmen und sie auf ihren Entdeckungsreisen sprachlich begleiten. Wissenschaftliche Erkenntnisse werden in Bezug zu dem Bildungsprogramm für Saarländische Krippen und Kindergärten gesetzt. Im kollegialen Austausch besteht die Möglichkeit die alltäglichen Erfahrungen zu reflektieren und darauf aufbauend die eigene pädagogische Arbeit weiterzuentwickeln.

Annette Burkhardt-Walsch, Fachberatung

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: Servicestelle Kinderbetreuung & Kindertagespflege, ☎ 06 81 / 8 30 86 26,

✉ info@service-kinderbetreuung.de

■ **Kurs-Nr. 258** Samstag, 26. Oktober 2019,
9.30 – 13.15 Uhr

FORTBILDUNGEN FÜR MITARBEITENDE IN EV. TAGESEINRICHTUNGEN FÜR KINDER

Das Jahresprogramm 2019 des Referats Kindertageseinrichtungen der Diakonie Saar kann angefordert werden unter ☎ 0681 / 770 33 oder per E-Mail ✉ refkita@dwsaar.de.

Referatsleiterin und Fachberaterin:

Annette Burkhardt-Walsch

Fachberatung für Sprach-Kitas im Bundesprogramm:
Diemuth Hock-Forth

FORTBILDUNGEN DES BETREUUNGS- VEREINS SAARBRÜCKEN UND SAAR e. V.

Das Fortbildungsprogramm 2019 kann angefordert werden beim Betreuungsverein Saarbrücken und Saar e.V. im Haus der Diakonie, Johannisstraße 4, 66111 Saarbrücken.

🏠 Familienbildungsstätte, Mainzer Straße 269

Die Veranstaltungen des Betreuungsvereins stehen allen Interessierten offen.

Anmeldung für alle Termine:

☎ 06 81 / 3 89 83 33 oder ☎ 06 81 / 3 89 83 34 und

✉ betreuungsverein@dwsaar.de

■ Der demente Mensch im Krankenhaus – medizinische und rechtliche Aspekte

Nach Gustav Heinemann erkennt man den Wert einer Gesellschaft daran, wie sie mit ihren schwächsten Gliedern verfährt. Bei Menschen mit Demenz stellen sich in der Schnittstelle zwischen Medizin und Recht zahlreiche Fragen bezüglich des selbstbestimmten Lebens bis zuletzt und insbesondere der Würde des Menschen. Anhand konkreter Beispiele aus der Krankenhausbehandlung von Menschen mit Demenz wollen die Referenten diesen Fragen aus ihrer medizinischen wie juristischen Perspektive nachspüren. Dabei wird es auch um Themen wie „Menschen mit Demenz und Fahrerlaubnis“ und „herausforderndes Verhalten und Gewalt in der Pflege“ gehen.

Bernd Klasen, Direktor des Amtsgerichts Ottweiler, Betreuungsrichter, und Christine Klasen, Chefärztin Geriatrische Rehaklinik des Kreiskrankenhauses St. Ingbert, Fachärztin für Innere Medizin, Geriatrie und Notfallmedizin

■ **Kurs-Nr. 259** Dienstag, 20. August, 19 Uhr

■ Erfahrungsaustausch der ehrenamtlichen Betreuerinnen und Betreuer

Thema: Konfrontation mit Suizid, Trauer, Verlust und Tod in der Betreuungsarbeit.

Leitung: Jürgen Keller, Mitarbeiter des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V.

🏠 Geschäftsstelle des Betreuungsvereins, Johannisstr. 4, 3. Etage, Konferenzraum

■ **Kurs-Nr. 260** Donnerstag, 12. September, 18 Uhr

■ Workshop: Freier Wille und Wünsche des Betreuten

Relevante Aspekte zum Thema werden gemeinsam erarbeitet und Fragen zu eigenen Fällen aufgegriffen.

Rechtsanwältin Anja Wiesen, Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V.

🏠 Geschäftsstelle des Betreuungsvereins, Johannisstr. 4, 3. Etage, Konferenzraum

■ **Kurs-Nr. 261** Montag und Dienstag, 16. und 17. September, jeweils ab 18.30 Uhr

■ Einführung in das Betreuungsrecht

Seminar für ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer. Themen: Allgemeine Einführung in das Betreuungsrecht, Grundlagen der Gesundheitspflege und der Aufenthaltsbestimmung, Grundlagen der Vermögenssorge.

N.N.

🏠 VHS Völklingen

■ **Kurs-Nr. 262** Mittwoch, 23. und 30. Oktober sowie 6. November; Uhrzeit wird noch bekanntgegeben.

ANGEBOTE FÜR EHRENAMTLICHE DER KIRCHENGEMEINDEN

■ Arbeitskreis offene kirchliche Altenarbeit im Kirchenkreis Saar-West

Pfarrer Horst Gaevert, Synodalbeauftragter für Altenarbeit im Kirchenkreis Saar-West, und Winfried Blum, Pädagogischer Mitarbeiter der Ev. Familienbildungsstätte

🏠 Evangelische Versöhnungskirche Völklingen

Kosten: keine

Infos: ☎ 0681/61348, Einladungen erfolgen gesondert

Thema: Generationenübergreifende Arbeit

■ **Kurs-Nr. 263** Montag, 12. August, 14.30–17 Uhr

Thema: Symbole

■ **Kurs-Nr. 264** Montag, 11. November, 14.30–17 Uhr

■ Austauschrunde für Ehrenamtliche im Kirchenkreis Saar-Ost

Der Arbeitskreis Ehrenamt im Kirchenkreis Saar-Ost bietet für interessierte Ehrenamtliche der Kirchengemeinden regelmäßig einen Stammtisch an. Hier kann man sich austauschen über die Arbeit in den Gemeinden und erhält aktuelle Informationen zur Ehrenamtsarbeit der Evangelischen Kirche. Der Stammtisch trifft sich an jedem 2. Donnerstag im Quartal im Gemeindecafé der Evangelischen Kirchengemeinde Neunkirchen, Sebachstraße 1, in Neunkirchen-Furpach.

Nähere Informationen sind erhältlich bei: Arbeitskreis Ehrenamt im Kirchenkreis Saar-Ost,

Michael Schneider, ☎ 06821/952284,

✉ ms-neunkirchen@t-online.de, oder bei

Bärbel Hoffmann, ☎ 0171/6923636,

✉ baerbel.hoffmann@ekir.de

■ Fortbildungen für Ehrenamtliche in der Flüchtlingshilfe

Für Ehrenamtliche in der Flüchtlingsarbeit der Evangelischen Kirchenkreise Saar-Ost und Saar-West sowie für Flüchtlinge organisiert die Projektstelle „Ehrenamtliche in der Flüchtlingsarbeit“ der Diakonie Saar auf Anfrage im 2. Halbjahr 2019 verschiedene Fachinformationsveranstaltungen und Begegnungsmöglichkeiten.

Themen, die im Zusammenhang von ehrenamtlicher Arbeit mit Flüchtlingen wichtig sind, können bearbeitet werden. Dazu zu zählen unter anderem:

- Übersicht und Neuerungen zu Asyl- und Aufenthaltsrecht
- Sprachpatenschaften – Was bedeutet das?
- Unterstützung bei der Arbeits- und Ausbildungsplatzsuche durch Ehrenamtliche
- Hilfen für Flüchtlinge im Alltag – Was können Ehrenamtliche leisten?
- Wo kann ich meine Fähigkeiten und Neigungen im Ehrenamt einbringen?
- Ehrenamtliche Arbeit im Kontext Trauma
- Interkulturelle Sensibilisierung
- Sprach- und Berufswissensvermittlung

Weitere Informationen:

Projekt „Ehrenamtliche in der Flüchtlingsarbeit“ der

Diakonie Saar

Petra Philipczyk

Talstraße 44, 66119 Saarbrücken

☎ 0681/94063012, ✉ petra-philipczyk@dwsaar.de

■ FORTBILDUNGEN DER LAG EV. ERWACHSENENBILDUNG IM SAARLAND

Die Landesarbeitsgemeinschaft für Ev. Erwachsenenbildung im Saarland bietet Weiterbildung an für haupt-, neben- und ehrenamtlich Mitarbeitende aus der evangelischen Bildungsarbeit. Andere Interessierte können teilnehmen.

Die Angebote qualifizieren zur themen- und zielgruppenspezifischen Arbeit, sie befähigen zum kompetenten Umgang mit Gruppen und Gremien durch die Vermittlung methodisch-didaktischer Kenntnisse und sie fördern die Entwicklung persönlicher Kompetenzen.

Wolf-Dieter Scheid, Dozent für Film und Medien, pädagogischer Mitarbeiter der LAG Ev. Erwachsenenbildung

Die Angebote erfolgen in Zusammenarbeit mit der Familienbildungsstätte oder der Evangelischen Akademie im Saarland.

Infos unter ☎ 0681/68570077 oder 68570176

✉ lag@dwsaar.de oder schriftlich: Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken.

■ KONTAKT

Evangelische Familienbildungsstätte Saarbrücken
der Diakonie Saar

Mainzer Straße. 269

66121 Saarbrücken

☎ 06 81 / 6 13 48

☎ 06 81 / 6 13 40

✉ fambild-sb@dwsaar.de

🖱 www.familienbildung-saar.de

🖱 Facebook: www.facebook.com/FamilienbildungSaar/

Bürozeiten: Montag bis Freitag, 9 – 12 Uhr

Anke Schröder, Leitung

Winfried Blum, Pädagogischer Mitarbeiter

Birgit Metzger, Verwaltung

Landesarbeitsgemeinschaft

für Evangelische Erwachsenenbildung

Mainzer Straße 269

66121 Saarbrücken

☎ 06 81 / 68 57 01 76 oder ☎ 06 81 / 68 57 00 77

✉ lag@dwsaar.de

Wolf-Dieter Scheid, MA Neuere deutsche Literatur
und Medien

Birgit Metzger, Sekretariat, Anmeldung



Das Team der Familienbildungsstätte: v.li.n.re: Wolf-Dieter Scheid, Birgit Metzger, Winfried Blum, Gernot Drießler und Anke Schröder.

■ ANMELDUNG

Ihre verbindliche Anmeldung erbitten wir möglichst frühzeitig schriftlich, per E-Mail oder telefonisch.

Auch telefonische Anmeldungen sind verbindlich.

Bitte beachten Sie auch die Anmeldefristen bei den einzelnen Veranstaltungen.

Ihre Anmeldung wird schriftlich bestätigt.

Bitte überweisen Sie den Kursbeitrag unter Angabe der Kursnummer auf unser Konto bei der

Vereinigten Volksbank eG

IBAN DE47 5909 2000 3057 0100 01

BIC GENODE51SB2

Bei Nichterscheinen ist die gesamte Kursgebühr zu entrichten, es sei denn, Sie benennen eine Ersatzteilnehmerin oder einen Ersatzteilnehmer.

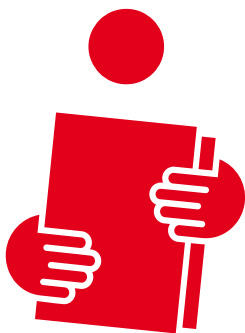
Nicht besuchte Kursstunden oder nicht in Anspruch genommene Einzelleistungen werden nicht erstattet.

Wir behalten uns vor, Veranstaltungen bei zu geringer Zahl der Teilnehmenden abzusagen.

Bereits gezahlte Kursbeiträge werden in diesem Fall selbstverständlich zurückerstattet.



Kredite im Griff ist einfach.



sparkasse-saarbruecken.de

**Wenn Ihre Sparkasse alle Kredite
zu einer monatlichen Rate bündelt.**

**Warten Sie nicht und sprechen
Sie uns jetzt an.**

Wenn's um Geld geht

 **Sparkasse
Saarbrücken**